

Capitolo 20 MENTE E ANIMA

L'anima è stata imprigionata per età e si può liberare solo grazie alla clemenza del Maestro. Non c'è altro modo. Ora sei sulla Via. La meditazione spirituale aiuta il progresso interiore. È il rimedio contro l'attaccamento al mondo. Più gli iniziati progrediscono interiormente, meno attaccamento provano per le cose del mondo. Col tempo, attraverso la grazia del Maestro, ogni attaccamento scomparirà.

Lo spirito o anima è attaccato al mondo esterno a causa delle impressioni oggettive. Se non si controllano le facoltà esteriori e non si depersonalizza lo spirito dalle distrazioni della vita, non può elevarsi al di sopra della coscienza corporea. Per depersonalizzare l'anima è necessario incanalare l'energia nell'intimo e verso l'alto attraverso il processo di inversione e autoanalisi.

Quando sei al lavoro, sii completamente assorto e quando non c'è lavoro, non permettere alla mente di vagare senza meta o di rimanere inattiva, perché "l'ozio è il padre dei vizi", come dice il proverbio. Ricorri alla ripetizione dei cinque santi Nomi durante tutte le ore libere del giorno e della notte, e tieni la mente nella dolce rimembranza del Maestro ovunque ti trovi, oppure ascolta le dolci sinfonie della Parola melodiosa, se diventa udibile. In questo modo non ci sarà spazio per i pensieri oziosi ed essi non ti disturberanno durante la meditazione.

Il flusso spontaneo di lacrime serve a lavare via le scorie della mente e fortunati sono gli occhi che le versano, perché lasciano

infinite scie di incantevole beatitudine e armonia. Per grazia del Maestro, lui si ricorda dei figli e i fedeli obbedienti ne ricambiano l'amore e beneficiano dell'oceano di compassione e di grazia.

In riferimento alla tua domanda: Gesù Cristo è dentro di te. Non potrai mai vederlo all'esterno. Se vuoi vederlo, devi chiedere l'iniziazione al metodo di innalzamento spirituale della Ruhani Satsang. Devi pure osservare una rigorosa astinenza da carne, uova e bevande alcoliche. Se seguirai queste istruzioni e ti impegnerai a fondo per raggiungere le regioni superiori, incontrerai Gesù Cristo.

La tua idea di servire gli altri è ben accetta. Prima di tutto bisogna servire sé stessi e poi gli altri. Sei sotto la schiavitù della mente e della materia. La tua anima ha molte coperture, come il corpo fisico, il corpo astrale e il corpo causale, la mente, la materia, eccetera. Finché sei imprigionato in questi legami, che servizio puoi rendere agli altri? Un prigioniero non può liberarne un altro. Le cinque passioni sono dentro ognuno di noi e ci stanno derubando la ricchezza spirituale. Il modo per liberarsi da questi cinque ladri è innanzitutto ricevere l'iniziazione e poi lavorare duramente per raggiungere le regioni superiori. Quando ti liberi, diventa un autentico servizio cercare di liberare anche gli altri.

Le lacrime involontarie che scorrono sulle guance nella rimembranza amorevole del Maestro, laveranno via tutto il sudiciume della mente.

Ogni volta che ti senti solo o smarrito, ricorda con dolcezza il Maestro e invocane l'aiuto; se è un momento in cui puoi sederti in meditazione, fallo con amore e devozione. La vera Via verso Dio

inizia quando ci si eleva al di sopra della coscienza corporea. Non ce n'è un'altra.

Grande è l'uomo. Vive in un tempio creato da Dio insieme a Dio stesso. Il suo spirito è solo una goccia dell'Oceano della Vita divina.

Tra Dio e lo spirito non c'è altro ostacolo se non il velo della mente. Se questo velo smettesse di svolazzare nella brezza dei desideri, come avviene al momento, lo spirito potrebbe attingere direttamente l'energia cosmica dalla sua stessa fonte.

Mi dispiace per la scomparsa del tuo caro fratello in un incidente aereo. I principali eventi della vita sono predestinati. Il profondo dolore per la grave perdita subita da tutta la famiglia è naturale. Sii certo che ai consanguinei e ai parenti stretti degli iniziati sono garantiti protezione e aiuto nell'Aldilà. Non nutrire alcun sentimento di tristezza a questo proposito, poiché un simile atteggiamento non solo influirà sul tuo progresso spirituale, ma disturberà l'anima dipartita.

Non appena una persona si raccoglie e concentra l'attenzione nella sede della mente, stimola la misericordia di Dio che, a sua volta, la riempie di una forza e di un vigore mai sperimentati prima. Questi le permettono di trovare una via d'uscita dalle difficoltà, qualunque esse siano.

Per quanto riguarda le esperienze di sogni, nel sonno e al risveglio, ti consiglio di ignorarle. Spesso si rivelano un'illusione della mente. La spiritualità è al di sopra di tutte queste esperienze. Finché la mente

domina, cerca di portare gli iniziati fuori strada. Gli iniziati dovrebbero ricorrere alla ripetizione dei Nomi caricati durante tutti i momenti di ozio e mantenersi immersi nell'amorevole rimembranza del Maestro.

Un programma così sereno ti permetterà di avere un contatto cosciente e percepibile con il sacro Shabd, con la grazia del Maestro. Questo contatto costante con la sacra Corrente Sonora ti risveglierà spiritualmente ed eliminerà ogni paura.

L'ostruzione causata da cose futili durante la meditazione potrebbe essere attribuita alla tua natura sensibile. Il serbatoio della mente subconscia è pieno di pensieri mondani, impulsi e istinti ereditati dalle vite passate. Va svuotato completamente prima di poter essere riempito con l'amore e la devozione per il Signore-Maestro. L'umiltà reverenziale e l'abnegazione sono virtù nobilitanti. Gli aspiranti spirituali maturano con la saggezza senza dare credito a sé stessi, mentre si godono la superba beatitudine dell'inebriamento divino.

“Il lavoro è adorazione” e quindi occorre riverire e accettare in questo senso il lavoro onesto. La stanchezza e l'esaurimento abituali sono funzioni di routine del corpo fisico, ma puoi rilassarti completamente fissando lo sguardo interiore al centro degli occhi, liberando le tensioni represses e facendo scivolare tutte le preoccupazioni e gli affanni ai santi Piedi del Maestro interiore. Noterai un cambiamento radicale nel tuo schema mentale e sarai ben sollevato dalla grazia del Maestro.

Si può evitare al meglio la dispersione mentale guardando intensamente al centro della Luce e ascoltando con attenzione la sacra

Corrente Sonora, poiché è durante l'allentamento dell'attenzione interiore che ci invadono i pensieri erranti esterni e causano disturbo.

Le anime spiritualmente illuminate si sentono ferite dal comportamento dei fratelli meno dotati, che non riescono a comprendere la grandezza della beatitudine spirituale concessa dal benevolo Maestro. Per questo motivo chi non è sul santo Sentiero, non può comportarsi correttamente. Ci sono modi e modi per sottolineare i difetti altrui. Devi farlo in modo dolce, così le tue parole arriveranno al loro cuore e porteranno frutto.

La vita etica è un trampolino di lancio verso la spiritualità. La Verità è al di sopra di tutto, ma la Vera Vita è al di sopra della Verità.

Per il progresso spirituale, la quiete della mente e dell'intelletto è essenziale. Qualsiasi lotta inutile con l'intelletto o gioco libero della mente ritardano il progresso spirituale. Concentrazione significa controllo delle vibrazioni mentali e si può ottenere sintonizzandosi con la Corrente Sonora, che è la manifestazione astrale del Potere del Maestro sempre presente con te.

Noto la tua inclinazione per il golf e le carte. Quest'ultimo gioco è dannoso e hai fatto bene a interromperlo.

Ti prego di attenerti ai tuoi propositi e dimentica tutto il resto senza soffermarti sugli avvenimenti passati e cercare di recuperare i piaceri del passato, perché in questo modo la mente si alimenta furtivamente. Inoltre, ricorri alla ripetizione giudiziosa dei sacri Nomi caricati e a una fervente preghiera, quando e se la mente lo brama.

Il golf è un buon gioco per quanto riguarda l'aspetto fisico tonificante. È un buon esercizio fisico e se puoi permettertelo, non c'è nulla in contrario a continuare a praticarlo. Sai che il gioco d'azzardo e simili sono dannosi. Ti renderai conto che la mente è già piena di attributi inquieti, quindi alimentarla con altre idee inquietanti significa semplicemente aggiungere benzina al fuoco.

Chiedi a proposito della musica. La musica non è necessariamente negativa per la meditazione, poiché talvolta gli inni di preghiera si rivelano benefici per risvegliare l'impulso interiore. Ma la musica esteriore alimenta la mente, mentre l'ascolto della sacra Corrente Sonora nutre l'anima, con cui si sovraccarica perché le permette di innalzarsi regolarmente nelle regioni dell'Aldilà.

Rifugiarsi nella santa meditazione è la panacea per tutti i mali e ti sarà utile per superarne le tendenze dispersive. Non c'è bisogno di ingigantire gli orrori della mente, perché è lo Spirito che la anima. Quando lo spirito è vivificato con la Divinità interiore, diventa abbastanza forte da rifiutare i dettami della mente. L'ascolto della Corrente Sonora con attenzione rapita benedirà la mente con un'incommensurabile tranquillità e amerà rimanere immobile al centro dell'occhio. Impara a essere più composto in meditazione e attendi pazientemente di ricevere ciò che sarà ritenuto opportuno e che ti sarà concesso.

L'eliminazione dell'ego è l'unico rimedio per liberarsi dal ciclo infinito di nascite e morti. È una prova evidente per chi ha realizzato l'unione con la Divinità Eterna, la corrente spirituale diffusa nel mondo. Tutto il lavoro svolto per il totale annullamento dell'ego è uno sforzo nella giusta direzione. Il segreto sta nel depersonalizzare l'anima da tutto ciò che è personale. Le numerose ricette per perdere la coscienza dell'ego che oggi inondano il mondo, non riescono a farci raggiungere l'obiettivo della liberazione. Con questi metodi, infatti, l'ego si autoalimenta e diventa sempre più forte, anziché essere eliminato. Se non diventiamo cooperatori coscienti del Piano divino, non possiamo diventare altruisti.

Sono lieto di notare il tuo desiderio sincero di prendere coscienza della Verità e di elevarti alla sua piena realizzazione. Si tratta di un risveglio dell'anima, che è l'essenza di Dio, in una coscienza superiore attraverso la grazia di un Maestro, che inizia una persona nei misteri dell'Aldilà concedendo un legame con la luce di Dio e la voce incessantemente presente di Dio, in modo da viaggiare, passo dopo passo, verso la vera Casa del Padre. Sono felice che il desiderio sia supremo nel cuore e che tu sia disposto a rinunciare a tutto il resto. Chi lo anela, lo ottiene. C'è cibo per l'affamato e acqua per l'assetato.

Per arrestare la mente volubile ti consiglio di concentrarti completamente sulla Luce e sul Suono interiori durante la meditazione. Ti accorgerai che tale assorbimento purificherà la mente dai vecchi concetti e che regneranno sovrani il silenzio beato e la calma serenità con la grazia del Maestro. Non bisogna lasciare la mente inattiva durante le ore di veglia. Dovrebbe essere in sintonia con il Simran dei Nomi caricati nell'amorevole rimembranza del Maestro, o con l'ascolto della sacra Corrente Sonora.

Un programma giornaliero così sublime ti manterrà saldo e risoluto quando ti siederai per meditare. Riceverai grande aiuto e grazia dal misericordioso Potere del Maestro.

La tua gratitudine per le benedizioni divine, per essere stato condotto sotto la protezione del Maestro vivente, è notevole e sincera. Questo atteggiamento invocherà la sua misericordia.

Non è la luce interiore che se ne va, ma la tua mente scende nel corpo e rimane vincolata in ciò che vi accade. È un errore da correggere. La mente è abituata da età a rimanere dispersa e ci vuole un po' di tempo perché sviluppi un'altra abitudine, quella di entrare interiormente e di restarci per lunghi periodi.

L'anima è prigioniera e il Maestro è il Liberatore; opera a questo scopo giorno e notte per il beneficio degli iniziati. Le benedizioni del Maestro sono sempre assicurate agli iniziati in misura sovrabbondante. Vuole che progrediscano nel minor tempo possibile ed è felice di vederli progredire.

L'uomo è un'entità triplice, composta da corpo, mente o intelletto e anima. Abbiamo fatto molto per lo sviluppo del corpo e dell'intelletto, ma non abbiamo fatto quasi nulla per l'innalzamento dell'anima. Con i perseguimenti fisici e intellettuali ci siamo persi nella natura selvaggia del mondo, senza trovare una via d'uscita dallo sconcertante labirinto del mondo. Non ci rendiamo conto che viviamo come ospiti nella "locanda" del corpo e rimaniamo intossicati dalla gioia dei piaceri corporei e delle facoltà esteriori, tanto da aver perso la coscienza di noi stessi. Dobbiamo distoglierci da tutto questo e imparare la natura del nostro vero sé per conoscere Dio. Felice è l'uomo che si risveglia dal sonno letargico dell'intossicazione mondana. Sono lieto che tu stia prendendo coscienza di questa condizione e che voglia procedere con il progresso spirituale.

È meraviglioso abbandonarsi completamente a Colui Che è competente, amorevole e sentire la sua presenza amorevole, la sua grazia che opera in ogni ambito della vita. Quanto più si è in grado di sviluppare la ricettività osservando i suoi comandamenti, tanto più si è in grado di sentire, trattenere e godere della sua grazia. La grazia del Maestro è illimitata.

Per quanto riguarda il fatto che lo spirito puro diventi così malvagio da trovarsi in questa terribile condizione nel mondo, si tratta di una questione più accademica che pratica. Da una regione puramente imperitura, le anime giungono nelle regioni inferiori

rivestite di un miscuglio di materia di varia densità, e sono governate dalla Legge del Karma (causa ed effetto). Nelle regioni inferiori queste anime possono innalzarsi o scendere nella scala evolutiva secondo il loro comportamento. Chi si è comportato bene qui, ora ha l'opportunità di agire in un modo o nell'altro: o innalzarsi nelle regioni superiori o, se l'opportunità non viene sfruttata a dovere, affrontare il risultato opposto.

Occorre evitare i momenti occasionali di depressione o scoraggiamento riposando dolcemente nella sua volontà e nel suo piacere. Per favore nota che è l'atteggiamento mentale negativo a portare spesso a questi periodi di ansia, che risultano in vaga frustrazione e risentimento.

Dovresti sempre sentirti felice e contento mentre ti occupi al meglio degli obblighi mondani e spirituali. Non c'è grazia più grande che essere stati iniziati dal Maestro vivente competente e godere della sua guida protettiva a ogni passo con la sua grazia.

La Corrente Sonora, l'anima e il Maestro sono un tutt'uno. Il tuo crescente interesse per il suo ascolto ti avvicina alla fonte della beatitudine. Nutre l'anima e spoglia la mente dalle scorie secolari. Il karma passato viene cancellato dall'ascolto estasiato con la grazia del Maestro. Agli iniziati viene sempre sottolineata l'importanza di ascoltare questo Suono divino per liberarsi dalla reazione del karma presente, che devono contrarre nell'adempimento dei legittimi doveri, secondo il loro destino.

La sacra Corrente Sonora, che a volte diventa più potente, denota la costante protezione nei tuoi confronti e un appello a procedere interiormente sotto la sua guida. Ascoltala con tanta devozione da fondere tutto il tuo io e lasciati trasportare nell'Aldilà per assaporare la beatitudine superiore.

Per ottenere risultati migliori sono necessari sforzi sinceri e persistenti. La perfezione cammina molto lentamente, ma ogni passo giusto è un passo in avanti sotto la guida e la protezione del Maestro vivente.

La mente ha le sue ramificazioni e vagabonda; lo fa da età. Va incatenata al centro dell'occhio con sforzi amorevoli e sinceri.

Non è il karma a frenarti, né è responsabile quando non mediti, piuttosto l'insidioso inganno della mente, che può essere sottomessa e controllata con un'attenta pianificazione ed esecuzione.

Quando sei pienamente convinto che la fonte della pace e dell'armonia è dentro di te e che hai la chiave e i mezzi per attingervi, non dovresti lasciar passare momenti preziosi senza trarne il massimo beneficio spirituale. Devi semplicemente decidere e poi agire.

Per quanto riguarda la tua difficoltà nella concentrazione, che sostieni sia aumentata dopo l'iniziazione, potrai capirlo da una parabola che sottopongo alla tua calma considerazione.

La mente è come un cavallo legato alle catene della materia e normalmente domina lo spirito. Essendo l'agente del Potere Negativo, la mente è abbastanza soddisfatta finché uno continua a compiere tutti gli sforzi nel suo dominio e non sopporta l'immobilità, la concentrazione. Quando si sintonizza nell'intimo con la santa iniziazione di un Maestro competente, la corda si spezza e l'anima è libera di tornare nei regni della pace e dell'armonia, che sono al di là della portata del Potere Negativo. Le forze opposte tentano inutilmente di intralciare gli sforzi dell'aspirante spirituale, per evitare che l'anima si liberi del tutto dalla schiavitù della mente e della materia.

I fattori con cui ti confronti, sono normali per un aspirante spirituale. Sono una benedizione nascosta quando la sincerità e

l'integrità vengono messe alla prova a ogni passo e, con la grazia del Maestro, si diventa più fermi e risoluti.

Ti renderai conto che è in virtù dell'immensa e benevola protezione del Maestro che il discepolo bambino progredisce senza problemi sul santo Sentiero. Non devi preoccuparti in alcun modo, piuttosto procedi con serietà e costanza.

Occorre comprendere il Potere di Dio che è responsabile di tutto e questa comprensione avviene solo se si è in grado di conoscere il proprio sé interiore, l'anima. Poiché l'anima è della stessa essenza di Dio, si può conseguire questo sperimentando nel laboratorio umano sotto la guida di un Maestro competente. A questo scopo il discepolo deve elevarsi al di sopra della coscienza corporea. Come uno scienziato fa gli esperimenti in laboratorio sotto la guida di un professore di scienze, allo stesso modo il discepolo, nella Scienza dell'Anima, è aiutato da un Maestro competente a sperimentare Dio nel laboratorio del corpo umano e a svilupparsi spiritualmente di giorno in giorno.

Riceverai un'immensa ispirazione amorevole dallo studio dei libri sacri che portano l'impulso di vita del Maestro. Gli iniziati dovrebbero sempre riporre le speranze e i desideri nel sempre presente e benevolo Potere del Maestro. La Corrente Sonora, il Potere del Maestro, è costantemente con te ed è il tuo eterno compagno. Quando la Corrente Sonora è forte, ti ricorda che Lui è sempre con te e lavora per estendere la sua grazia. Volgi il viso verso di Lui e ne trarrai beneficio.

La spiritualità richiede semplicità e umiltà in tutte le sfere della vita, che ti benediranno con una maggiore beatitudine, con la grazia del Maestro.

La paura non è positiva e va eliminata affidando le proprie preoccupazioni all'onnipotente e misericordioso Maestro che lavora sopra di noi. La paura si basa sempre su un'apprensione sconosciuta e bisogna guardarla in faccia per farla sparire in un attimo, perché è il risultato di una frustrazione creata da noi stessi.

L'umiltà e la pietà sono nobili virtù che garantiscono un rifugio completo al discepolo bambino e lo aiutano ad affrontare i rischi della vita fisica.

L'essenza della giusta comprensione consiste nell'accontentarsi di tutto ciò che ci viene dato, perché è invariabilmente intriso della misericordia divina ed è per il nostro beneficio spirituale. Gli aspiranti spirituali gioiscono di questa superba comprensione. Il tuo atteggiamento coraggioso e audace nell'affrontare la situazione ti benedirà sicuramente con l'armonia e la pace interiore.

Nel corso dello sviluppo dell'amore per il Maestro ci saranno momenti in cui, giudicando dalla propria limitata comprensione, si dubiterà della validità delle istruzioni del Maestro, ma questi momenti sono solo prove per rendere il nostro abbandono più completo e più sicuro, e chi supera queste prove con successo, un giorno irradierà la gloria di Dio.

Il Naam mantiene la mente e il corpo in uno stato di equilibrio. La pace regna suprema nel suo devoto; le ramificazioni della mente sono eliminate per sempre. Tutte le brame cessano di avere presa sulla mente. L'intelletto riceve un balsamo calmante. Pone fine alla fretta dispendiosa e, con essa, a tutte le tensioni nervose, le tensioni mentali e lo stress.

Il Naam rende immuni da tutti i dolori, i problemi corporei e mondani. Ritirando l'attenzione nell'intimo, la mente si acquieta e

l'anima si libera da tutti i conflitti mentali. Ogni senso di "ego" svanisce nel nulla.

L'amore per il Maestro e il completo abbandono alla sua Volontà sono sempre stati gli insegnamenti di tutti i mistici e in particolare della Sant Mat.

Il tuo compito principale, come discepolo e iniziato, è quello di coltivare queste qualità al massimo e lasciare il resto al Maestro.

Certo, ci saranno momenti di dubbio e di domande, ma se riuscirai a superarli con il tuo amore e la tua fede indenni, troverai il cammino spirituale interiore che si dispiega costantemente davanti a te e tutte le cose ti saranno date.

Nella tua lettera noto che hai un desiderio sincero di illuminazione e desideri trovare la libertà dell'anima.

Per coloro che desiderano il Signore, nella sua dispensazione divina vengono presi provvedimenti per soddisfare tali desideri.

Ti invito a studiare gli insegnamenti dei Maestri in modo più approfondito e, quando lo avrai fatto, potrai richiedere il modulo prescritto, disponibile presso il rappresentante locale, per la parte pratica, ossia il collegamento con la Luce divina e la Musica celestiale interiore, che va sviluppato di giorno in giorno sotto la protezione e la guida del Maestro competente.

Ti renderai conto che è la mente costantemente agitata a interferire maggiormente con il progresso interiore e il modo migliore per imprigionarla è quello di vincolarla a una routine disciplinata, che favorisca pratiche spirituali regolari. Durante i momenti sublimi della meditazione il discepolo bambino si sintonizza con l'Infinito per

beneficiare del flusso incessante della grazia divina, ed è allora che i rari doni della giusta comprensione arrivano in misura crescente.

Per raggiungere un certo grado di abbandono alla volontà del Maestro non bisogna guardare alla divinità nella sua forma astratta, ma nella sua forma umana di Maestro. Infatti, in quale altro modo si può conoscere direttamente la volontà di Dio per abbandonarsi ad essa?

Ciò che si può considerare un'intuizione ispirata dal Divino, può essere in realtà il proprio io che parla sotto mentite spoglie, e si può accondiscendere a queste apparenti intuizioni e quindi arrendersi all'io, all'ego.

Tuttavia, se uno ha trovato un vero Maestro (che è in sintonia con il Signore e ne è il portavoce) e gli obbedisce in tutto e per tutto, sicuramente distruggerà l'ego e un giorno raggiungerà la Casa celeste.

In questo mondo sorgono spesso problemi difficili. Gli iniziati disciplinati, tuttavia, hanno il privilegio di vedere queste piccole questioni da un punto di vista elevato e di retta comprensione, considerandole semplicemente fasi passeggere e mantenendo così l'equilibrio mentale.

Le persone con una mente debole si agitano e causano un ulteriore deterioramento delle relazioni, mentre quelli che sono abbastanza saggi da comprendere la causa fondamentale dei contrasti, trascurano questi eventi.

Non ingigantire i problemi, ma cerca di vedere le cose da un punto di vista elevato e spassionato, il che manterrà i nervi calmi, e anche gli altri intorno a te ne trarranno beneficio.

Gli aspiranti spirituali devono molto agli altri che chiedono una dimostrazione reale e pratica della Verità, in parole e azioni.

La vita umana è un grande privilegio con molte possibilità di sviluppare la Divinità interiore. A quelli che desiderano con ardore il Signore, l'incarnazione umana offre l'opportunità di svilupparsi spiritualmente sotto la guida di un Maestro competente.

Non c'è alcuna barriera per le donne a raggiungere Sach Khand perché l'anima è eterna e non ha genere. È l'entità cosciente della Coscienza Universale e, a tempo debito, si fonde con la sua fonte.

Sono lieto che i messaggi di Natale e di Compleanno ti abbiano benedetto e ispirato. I sacri insegnamenti dei Maestri sono semplici e facili sia nella teoria sia nella pratica, a condizione che le facoltà mentali superiori vengano sfruttate per uno scopo più alto e sublime.

L'obbedienza implicita e la cooperazione amorevole da parte della mente del discepolo bambino sono della massima importanza, poiché tutto seguirà automaticamente con la grazia del Maestro.

L'uomo è per sua natura un essere composito, da corpo, mente e anima. Dio ha fatto l'uomo a sua immagine e somiglianza e per questo i Santi ci istruiscono: "Sii perfetto come lo è il Padre tuo che è nei cieli".

L'uomo è tre volte benedetto per le immense e incommensurabili possibilità che il Creatore gli ha concesso. La Divinità, con la santa luce, la vita e l'amore, è l'anima stessa della sua anima. Ma ahimè, cosa ha fatto l'uomo dell'uomo, e peggio ancora di sé stesso!

La mente si disperde solo quando la concentrazione si affievolisce. Sviluppa quindi l'abitudine di applicare cuore e anima nel lavoro che hai davanti, che si tratti di faccende mondane o di meditazione. L'abitudine di fare una cosa per volta ti aiuterà a progredire interiormente di giorno in giorno. Il Potere del Maestro è sempre con te e ti offre tutto l'aiuto e la protezione possibili. Il Padre, infatti, aspetta a braccia aperte che il figlio si avvicini a lui.

I doveri del mondo vanno svolti con allegria finché si è sul piano fisico. Tuttavia, il meraviglioso dono di Dio, concesso dal Maestro, è superbo e più lo si pratica, più diventa fonte di gioia. L'aiuto e la protezione necessari arriveranno sempre.

Fissando lo sguardo in modo penetrante al centro di ciò che uno vede, la mente non si disperde. Si disperde solo quando la concentrazione si allenta.