



**ADVAITA  
VEDANTA**

**Raccolta Brani  
di  
TONY PARSONS**



## ***TONY PARSONS***

Ci sembra di vivere in un mondo abitato da individui che, in misura maggiore o minore, hanno libero arbitrio, scelta e la capacità di compiere azioni che portano conseguenze. Questa realtà è quasi universalmente accettata senza discutere.

Il messaggio di Tony Parsons, chiamato “Il Segreto Svelato” (The Open Secret), rivela una possibilità del tutto radicale, un cambiamento di percezione verso la realtà naturale, che non è mai stata persa. L’unica costante che c’è.

Rivela il modo in cui la ricerca della soddisfazione può solo rafforzare il senso di tendere a qualcosa che non è mai stato perso.

La dinamica di questa comunicazione è essenzialmente energetica, e può nullificare il bisogno della mente di idee e risposte, e dissipare il senso di contrazione del sé e la sua paura di libertà incondizionata.

Il Segreto Svelato non è nuovo... e anche lo è. La sua fondamentale essenza e contenuto vanno cercati nell’apparente storia della ricerca originatesi nell’Advaita Vedanta, Non-dualità, un particolare Buddismo Zen e il misticismo Cristiano. Questo messaggio abbraccia anche le recenti scoperte della fisica quantistica, dei neuroscienziati e biologi.



## *E' uno scherzo cosmico*

*D: Qualche volta parli del tempo verticale in opposizione al tempo lineare.*

No, non tempo verticale. Verticalità.

*D: Verticalità. E' quando quel cambiamento, qualunque cosa sia, apparentemente accade? E' quella la fine della storia?*

E' vedere che c'è solo questo che è senza tempo, ed è anche il godere della storia del tempo ma vedere attraverso la storia, vedere che la storia è totalità senza significato e non più alcun potere o rilevanza. Solo apparentemente accade nel tempo, è ciò che è.

*D: Ma è visto da?*

La storia è vista come nulla che è tutto. Io non cercherei di capirlo.

*D: Quindi è giusto dire, e penso che tu l'abbia detto diverse volte, probabilmente in questo residenziale, che il vedere ordinario, inclusi i pensieri, sono semplicemente normali. Lo facciamo tutti senza realizzarlo. E poi questa sorta di psicologico senso dell'Io, viene come un velo che reclama di possedere attraverso l'abitudine di un vivere prescrittivo.*

Tony Parsons

Sì, quindi quando il risveglio accade dirà, “Oh, è sempre stato così”

*D: Esatto*

Quindi effettivamente c'è solo essere. Nella totalità di questa apparenza c'è solo ciò che è. C'è solo questo accadere. E' inevitabile. E' tutto ed ogni cosa.

*D: In qualche modo lo psicologico senso dell'Io viene e dice “io”, e blocca come il vedere, è così sottile che copre..*

Sì, è il segreto svelato.

*D: Sì esatto.*

E' segreto tutto il tempo che c'è qualcuno che cerca di comprendere. Allora rimane segreto. Ed è quando non c'è più nessuno che vede che diventa svelato e manifesto.

*D: E' come l'eternità vero?*

E' l'eternità.

*D: Eppure quando parliamo, le persone dicono “Ieri ero illuminato” ma non c'è mai stato uno ieri in cui essere illuminati.*

No. E non c'è mai stato uno che sia illuminato.

*D: E' gentile?*

Gentile, sì.

*D: Penso che la mente non può comprenderlo, è incomprensibile.*

No non può. Questa è stata la cosa che mi ha colpito davvero dopo il risveglio iniziale, quando non c'era nessuno lì e poi qualcuno torna e lo racconta. Ero interessato alla cristianità in quel periodo e non avevo capito questa stupida idea che tu potevi peccare e poi essere perdonato. Ho improvvisamente visto che il vero significato nel perdono è che non c'è assolutamente nessuno e nulla da perdonare. Non importa quante volte sembra che tu possa sbagliare o qualunque cosa tu faccia, o qualunque cosa tu non faccia. Non importa quanto cerchi o non cerchi, c'è solo questo. E' amore incondizionato.

*D: Hai sentito un senso di sollievo?*

Beh, è semplicemente meraviglia. Il vero significato o qualità dietro le idee che abbiamo creato l'assoluto nonsense dei dogmi religiosi e dell'idea del peccato originale...

*D: Sentire come parte della gentilezza è un tipo profondo di umorismo.*

Tony Parsons

Sì assolutamente. C'è un profondo reale umorismo in tutto ciò che è. Intendo che in un certo senso è uno scherzo cosmico. E' lo scherzo cosmico. E' lo scherzo migliore in circolazione.

*D: L'unico scherzo in circolazione.*

L'unico scherzo in circolazione, sì. In altro modo potresti dire che la vitalità è tutto ciò che c'è. E la vitalità è sentita attraverso i cinque sensi ed anche attraverso il sesto e settimo senso delle sensazioni che sorgono e pensieri che accadono. Tutto ciò che c'è è pura vitalità. Non c'è nient'altro oltre che vitalità. E' tutto ciò che è.

E quello che è meraviglioso riguardo questo è che ognuno in questa stanza pura vitalità. Ciò che sta sedendo in questa stanza è solo semplicemente totalmente vitalità. Ed è l'essere e la fine di tutto. Non c'è bisogno di dire altro, Grazie.

Fonte: <http://www.non-dualita.it/autori/>

## *Niente deve cambiare*

Ciò che sto cercando di dire è che la vita non va da nessuna parte, perché alla fine *tu* non devi andare da nessuna parte. Vedi, la grande difficoltà che le persone hanno con la cosiddetta illuminazione, è che sono state condizionate a pensare che debbano andare da qualche parte o diventare qualcuno per poterla conseguire.

L'illuminazione non ha assolutamente nulla a che fare con il fatto che tu vada da qualche parte o che ti accada qualche cosa. Niente deve cambiare.

*D: Come si può restare nell'Uno?*

Non si può, perché non ne sei mai fuori. Tutto il problema del cercare di restare nell'Uno è l'«io» che cerca di restare nell'Uno. Una volta che l'«io» inizia a cercare di stare nell'Uno, l'Uno apparentemente non c'è più.

C'è solo l'Uno. E nessuno che fa esperienza di questo, nessuno lo possiede. Ma qualunque cosa sorga nella manifestazione sorge in quell'Uno ed è l'Uno, incluse le caratteristiche di Tony Parsons.

Ciò di cui stiamo parlando qui è assolutamente radicale rispetto alla vecchia idea di illuminazione. Nella vecchia idea condizionata di illuminazione a cui noi tutti volevamo credere, l'illuminazione accade e poi non c'è più assolutamente nessun personaggio: c'è solo totale beatitudine e completa bontà. È un'assurdità nata dall'ignoranza della mente. Il risveglio non ha nulla a che

vedere con la bontà o la beatitudine: risvegliarsi è la realizzazione che c'è solo l'Uno e la dualità sorge in questo, incluso Tony Parsons.

Illuminazione non è una cosa distinta per conto suo che guarda verso il basso tutto il resto e lo benedice o ne ha compassione. È una storia d'amore con la vitalità. Riguarda il mollare l'idea che ci sia qualcuno che abbia una vita e comprendere che tutto quello che esiste è vita. Non ha una vita: tu sei vita e nella vita l'ego, il desiderio, l'odio, l'amore accadono. E io sono quell'Uno in cui tutto questo accade.

La mente è piena di stronzate. La mente vuole una risposta, ma alla fine la risposta che ritorna sconfigge la mente ed essa non riesce più ad aggrapparsi a nulla. Quindi quello che accade qui è che la mente si arrende. E non vede l'ora di arrendersi e dire: «Non capisco... Oh! Ah!».

L'ultima cosa che la mente vuol fare è fermarsi e lasciare che ci sia solo il vedere questo. La mente non vuole sapere del "Basta! Lascia che ci sia solo il vedere questo". La mente non può fare questa cosa. Lascia che ci sia solo il vedere questo, solo lo stare sul terreno, ascoltare il suono di un'auto che passa, o ridere... Questo è ciò che è.

*D: È possibile liberarsi dalla mente con lo sforzo?*

Chi è che lo farebbe? Chi è che può scegliere di liberarsi? Il risveglio è il far cadere il senso del «me» e l'ultima cosa che «me» desidera fare è andar via.

*D: Quindi cosa causa questa cosa? Come è causato il risveglio?*

Non è causato, nulla può causarlo. E una volta che è visto che non c'è nulla che può causarlo, allora c'è un lasciare andare. Tu non lo puoi fare, ma c'è un «Ah! Alla fine dopo tutti questi anni di impegni e fatiche per cercare di essere migliore o immobile o di far cadere l'ego, ho compreso improvvisamente che tutto questo non ha senso». C'è solo questo, il vedere questo.

La gente lascia andare l'idea di poter intraprendere un viaggio verso una qualche direzione e qualcosa di nuovo prende il sopravvento. Accade.

Tratto dal libro “The Open Secret – Tutto ciò che è”

Fonte: <http://www.non-dualita.it/autori/>

Tony Parsons

## *Questa Libertà*

Quello che condividiamo insieme è l'esposizione del costruito artificiale del 'me', la sensazione illusoria che è reale ed ha una scelta reale, e la terribile e meravigliosa futilità dello sforzo che fa per trovare la pienezza. Faremo luce insieme sul me che vive in un mondo finito; un mondo soggetto-oggetto. Può esistere solamente in quel mondo. Esiste lì perché è auto-cosciente. In età molto precoce l'auto-coscienza prende il sopravvento, "Io sono consapevole di me stesso". Cresce e cresce e quello che viene ricercato è limitato dalla personale esperienza della contratta realtà. Cerca l'infinito in una esperienza artificialmente finita che sogna essere reale.

Quindi il ricercatore sta costantemente vedendo dal punto di vista dell'essere un soggetto. Sta costantemente cercando un oggetto chiamato auto-appagamento. Quello che stiamo condividendo insieme è che questo intero sforzo è completamente e totalmente futile a causa della natura del 'me'. Costantemente la risposta qui sarà di puntare al sogno illusorio dell'essere un 'me' e al sorgere di una nuova possibilità.

*D: Quindi il ricercatore dovrebbe smettere di cercare?*

Questo non è un messaggio sul cercare o non cercare. L'energia del 'me' può solamente cercare e provare a tornare a casa. Questo è tutto ciò che può fare.

Quando pensa che ha perso la totalità tutto quello che

può fare è provare e trovare la totalità. Le persone credono che se raggiungono l'apice della purezza, che è solo una creazione mentale, allora si meriteranno la libertà. Ecco il problema che ha il 'me'. Ama l'idea di diventare puro, perché crede di non essere immeritevole. L'intero insegnamento del divenire è basato sulla credenza che il 'me' ha bisogno di cambiare, quando invece il 'me' è solo la totalità che appare essere un 'me'. E' senza significato e senza scopo.

Poiché il sé apparente può solamente sorgere attraverso la sua personale esperienza, sapere o auto-consapevolezza, la sua ricerca per un significato più profondo sarà limitata a ciò che può conoscere e fare esperienza per se stesso.

All'interno di queste limitazioni ci sono molte dottrine, terapie, ideologie, insegnamenti spirituali e sistemi di credenza che il ricercatore può arrivare a conoscere. Può esserci anche il conoscere e l'esperienza di stati di silenzio, immobilità, beatitudine, consapevolezza e distacco, tutte cose che sembrano andare e venire come il giorno e la notte.

Tutti questi insegnamenti, raccomandazioni e prescrizioni cercano di fornire al ricercatore risposte a ciò che è inconoscibile e vie per trovare ciò che non è mai stato perso.

Fonte: <http://www.non-dualita.it/autori/>

## *La ricerca è assolutamente inevitabile*

Un'esperienza spirituale profondamente sentita può, ad alcune persone, sembrare un evento di illuminazione personale. Può sorgere il desiderio di aiutare o insegnare altre persone per avere un'esperienza simile. Questa comunicazione può qualche volta sembrare “non-duale”, quando l'insegnante descrive la natura dell'Uno, ma contraddice se stesso raccomandando un processo che può aiutare il ricercatore ad ottenere quell'Uno attraverso per esempio l'auto-indagine, meditazione o purificazione.

Può esserci l'incoraggiamento a “vivere nel momento” o “essere qui ora” o “abbracciare la paura” cosicché la persona possa trovare “la loro vera natura”.

Questo tipo di prescrizioni personali sono spesso accompagnate dalla ripetizioni di idee ispiranti e positive che possono sollevare l'animo del ricercatore a dargli una nuova speranza e un nuovo scopo.

Sembra che questo tipo di scambio tra due persone, per sua vera natura, accadendo nella storia del tempo e quindi la sua influenza è transitoria. Appaga un bisogno... per un certo tempo.

Una comunicazione impersonale riconosce ed illumina l'apparente dilemma del ricercatore che sembra essere imprigionato nell'esperienza corporea della separazione.

Descriverà inadeguatamente la natura della vitalità senza limiti e la sensazione di insoddisfazione e mancanza che possono sorgere nell'apparente separazione da ciò.

Esporrà, senza alcun tipo di compromesso, l'assoluta inevitabilità e assenza di speranza della ricerca e il dono di libertà che è nascosto in quell'assenza di speranza.

Nessuno può reclamare di possedere questo messaggio impersonale, e quindi non ci sarà alcuna motivazione di cantarne le lodi.

Non ci sarà neanche un intento personale per appagare, aiutare o cambiare la "persona".

Non c'è nessuno qui per la "persona", eccetto la terribile possibilità che tutto quello che sognano e sperano per se stessi potrà essere perso.

Ogni volta che l'identità personale, la sua ricerca, le sue speranze e i suoi sogni sembrano minacciati, può esserci un rifiuto di questo messaggio ed un ritorno a quello che sembra servire e supportare l'illusione unicamente umana dell'autonomia personale che conduce all'appagamento personale.

Il messaggio impersonale può allora essere visto come giudicante o nichilistico, e può anche essere visto come "non amorevole" perché lascia la "persona" con nulla.

Certamente può esserci qualcosa da affrontare riguardo la costanza singolare che sorge solamente da quella compassione incondizionata che rivela l'illusione della prigione personale.

Da questa rivelazione, può sorgere una risonanza che è di nessuno.

Come può la “persona” udire l'impersonale?

Come può esserci il conoscere dell'inconoscibile?

Come è possibile per la “persona” confrontarsi con la propria assenza?

Come può il ricercatore ottenere ciò che è già tutto?

Fonte: <http://www.non-dualita.it/autori/>

Tony Parsons

## ***Perché si intrattiene il negativo più del positivo?***

*D: Perché c'è la tendenza ad intrattenere di più il negativo che il positivo?*

Nell'individualità c'è un enorme senso di essere immeritevole o di non sentirsi mai buono abbastanza, o che deve esserci qualcosa di veramente sbagliato in noi se non possiamo trovare la totalità. Ogni pensiero che nutre l'idea di essere immeritevoli è più affascinante del pensiero che siamo belli e che tutti ci amano.

Essere immeritevole è anche un senso più forte nel corpo rispetto a quello di essere meritevole. Ecco perché le persone sono incredibilmente attratte dagli insegnamenti che gli dicono che possono diventare meritevoli attraverso la meditazione, il digiuno o il negare se stessi. Il messaggio di diventare meritevole è molto potente quindi le persone cercano modi per iniziare a dare o a contribuire in qualcosa ovvero cercano di sentirsi bene con se stessi.

L'individuo è davvero completamente un orco perché tutto ciò che l'individuo fa è alla fine per se stesso. Specialmente cose come fare del bene o essere umile – essere molto molto umile – più umile di tutti gli altri.

Tutta questa attività sta apparentemente accadendo nella storia del me che funziona in una realtà artificialmente dualistica. Quindi il me cerca nel finito ciò che è infinito.

Tony Parsons

La pienezza che viene cercata e desiderata è senza confini e totalmente libera. Non può essere afferrata e nemmeno avvicinata. Né è necessario fare alcunché o cambiare qualcosa o rendere migliore ciò che è già tutto.

La fine del me è solo apparente, è un paradosso, perché non è mai stato reale.

Tutto quello che c'è, è libertà senza limiti.

Fonte: <http://www.non-dualita.it/autori/>

## *La falsa Non-Dualità*

Il termine “non-duale” viene costantemente abusato e recentemente è diventato il titolo per una miriade di insegnamenti e pratiche. Quindi chiedo alle persone che cosa intendono per processo non-duale, dato che sembra una pratica personale che conduce ad un’esperienza personale più soddisfacente. Come può essere questo altro che dualismo? Se c’è qualcuno che può scegliere di andare da qualche altra parte? Il messaggio del segreto svelato espone ciò che viene visto come un insegnamento non duale.

L’essenza della comunicazione del segreto svelato è rimasta una costante nel corso della storia. Il titolo “Non Duale” o “Advaita” cerca di descrivere il principio della totalità, unicità o ciò che è già Uno. Durante l’ultima decade sembra che c’è stato un crescente interesse per questa comunicazione non-duale riguardo l’illuminazione. In questi giorni il termine non-duale viene usato per tante attività di ricerca. Puoi andare a conferenze di non-dualità o indugiare in un corso di 12 mesi di illuminazione non-duale. La terapia non-duale è disponibile, e c’è anche un club online in cui “nessuno” può iscriversi!

Per chiunque interessato ad investigare questo argomento, può esserci molta confusione. Tuttavia, la percezione del segreto svelato, è che ci sono due tipi di distinti di comunicazione sulla natura dell’illuminazione.

Uno è personale e l'altro è impersonale. Il primo offre alla "persona" che ricerca, aiuto e suggerimenti per trovare qualcosa chiamato illuminazione. Il secondo offre alla "persona" nulla. Il primo appare in molte forme e ha un vasto seguito perché sembra rispondere al bisogno della "persona". Il secondo è non familiare e ci si confronta energeticamente.

Il messaggio personale è basato sulla credenza che c'è qualcosa chiamato 'ricercatore separato' che può ottenere qualcos'altro chiamato illuminazione.

Il messaggio impersonale vede l'apparente senso di essere qualcosa di separato ed insoddisfacente come uno stato illusorio che guida l'apparente ricercatore alla ricerca di un'altra illusione chiamata 'illuminazione personale'.

Ogni comunicazione che supporta e incoraggia le credenze e le idee del ricercatore che può ritrovare qualcosa che ha perso, rinforza e perpetua solamente una illusione dualistica.

Non è giusto o sbagliato... è ciò che apparentemente accade. La percezione impersonale è che tutti i concetti, idee, credenze o pensieri riguardo la separazione o l'illuminazione possono sempre e solo essere un riflesso dei loro opposti, e quindi solo solo indicatori che si avvicinano o si allontanano a ciò che non può essere espresso o conosciuto.

L'apparente separazione è vista essenzialmente come una contrazione energetica nel corpo che apparentemente e improvvisamente può rilasciarsi e svanire in quella vitalità senza confini che è inconoscibile e impersonale.

Le circostanze sono totalmente irrilevanti. Nessun ammontare di chiarezza o concetti confusi possono mai toccare o influenzare quel senso trattenuto energeticamente di essere una parte.

Fonte: <http://www.non-dualita.it/autori/>

Tony Parsons

## *La differenza tra il risveglio e la liberazione*

*D: Quindi stai dicendo che io non posso fare nulla e non ho alcuna responsabilità?*

Continuo a ripeterlo: no, non sto dicendo che non puoi fare nulla perché implicherebbe che c'è qualcuno che non può fare nulla. Ma la realtà è: non c'è nessuno. Questo è qualcosa di completamente differente. Molte persone cosiddette Advaita odiano questo messaggio. Dicono che promuovo la pigrizia, che è una cosa terribile, spiacevole da dire. Non comprendono quello che viene fondamentalmente, essenzialmente detto e cioè che non c'è alcuna scelta, nessun libero arbitrio. Non c'è nessuno. Credono completamente e totalmente nella realtà della scelta individuale. Per questi, ascoltare che non c'è nessuno... è impossibile ascoltarlo. Quindi continueranno a discutere nella dualità. D'altro canto: conosco molte persone che sono venute una volta e l'hanno visto totalmente. Altri vengono agli incontri alcune volte, e poi l'intera idea dell'individualità semplicemente scompare. Cade a pezzi. Il risveglio sta accadendo dovunque in questo periodo. E quello che le persone dicono è che quando accade, realizzano che è assolutamente naturale e ordinario. Non una gran cosa, in un certo senso. In altro modo invece, è assolutamente meraviglioso.

*D: Fai una distinzione tra risveglio e liberazione.*

Diventiamo separati e prendiamo il pensiero “Sono una persona separata” in età molto precoce. E da quel momento di separazione, la ricerca inizia. Cerchiamo ciò che pensiamo di aver perso. E quindi cresciamo in un mondo dove ci viene insegnato di sforzarsi e far funzionare le nostre vite, e poi è possibile che iniziamo a cercare qualcos’altro che non sia avere successo nel mondo, e l’illuminazione è una delle cose verso cui ci dirigiamo.

*D: L’illuminazione è un altro modo per avere successo.*

Giusto. E quindi andiamo da un insegnante che ci insegna che c’è ancora un individuo con una scelta. La maggior parte degli insegnamenti sono così. E’ molto raro trovare un insegnamento come questo, che è così radicale. Per il me, il ricercatore, c’è solo la ricerca, e poi viene un momento in cui non c’è alcun ricercatore, non c’è tempo, c’è solo Unità. E questo non viene visto dal ricercatore, ma viene semplicemente visto da nessuno. Questo, per me, è il risveglio. E per sempre dopo di esso c’è una percezione totalmente differente, ma ad un livello sottile c’è ancora una persona, c’è ancora una ricerca che va avanti, un volere conoscere cosa è accaduto. La persona ritorna e vuole possedere quanto appena successo. Non lo comprende. E quindi c’è un periodo di integrazione di ciò che è accaduto, e la persona vuole possederlo. Le persone possono rimanere in questo per il resto della loro vita. O la liberazione può accadere, che è la realizzazione che il ricercatore che vuole possedere questo è anch’esso

l'Unità. E quando ciò viene realizzato, viene improvvisamente visto da nessuno che c'è solo l'Unità, e poi è tutto finito. Nella liberazione non c'è più il senso che ci sia un individuo separato. La liberazione è la fine completa del senso di separazione. Ma c'è ancora un organismo corpo-mente che ha delle memorie condizionate, che ha reazioni e preferenze. E' la Vita. E va avanti.

*D: Le emozioni continuano a manifestarsi.*

Oh assolutamente. Tutto può accadere. Nulla viene negato. La differenza tra il liberato, o piuttosto la liberazione, e l'individualità è che quando un'emozione come la rabbia sorge, semplicemente sorge per nessuno, ma tutto il tempo che c'è un individuo pensa che la rabbia è sua, che sta accadendo a lui, che la possiede. Nell'individualità c'è sempre il possesso di tutto. Nella liberazione non c'è nessuno che possiede la rabbia, sta accadendo a nessuno.

*D: Non c'è ancora una dualità sottile presente dato che da una parte c'è la rabbia associata all'ego e dall'altra c'è qualcosa che la testimonia.*

Beh, così è come sembra, ma nella liberazione non c'è un testimone. E' finito. Nel risveglio può esserci un testimone, e anche prima della liberazione può esserci un testimone, ma nella liberazione non c'è neanche qualcosa che è consapevole della manifestazione. C'è solo l'essere,

Tony Parsons

tutto ciò che è.

*D: E questo non è comprensibile...*

No, è un mistero totale. E certamente va contro molti insegnamenti, che insegnano che nell'illuminazione non c'è la rabbia, non c'è il pensare. Questa è ignoranza. Questa è un'idea di come la percezione dovrebbe sembrare. Nella liberazione nulla è negato.

*D: Tutto è perfetto.*

Tutto è perfetto, ma non sta più accadendo a qualcuno.

*D: Quando sei un bambino piccolo, non c'è anche lì nessuno a cui le cose accadono.*

No, c'è solo l'essere.

*D: Pensi che sia un naturale ed inevitabile sviluppo che un bambino cresca in questa illusione di essere un individuo?*

Sì assolutamente. L'Unità vuole giocare il gioco di essere un individuo, di cercare qualcosa chiamato "non essere un individuo". L'Unità vuole giocare. L'Unità è certamente affascinata dal non essere uno.

Fonte: <http://www.non-dualita.it/autori/>

## *L'incomprensibile unicità*

Non c'è né me né voi, niente ricercatore, niente illuminazione né discepolo né guru.

Non c'è meglio o peggio, non via o scopo e niente che debba essere compiuto.

Tutto ciò che appare è sorgente. Tutto ciò che apparentemente si manifesta in questo sogno ipnotico di separazione, il mondo, lo svolgersi di una via, la ricerca d'un sé interiore, è l'uno che appare come due, il niente che appare come il tutto, l'assoluto che appare come il particolare.

Non c'è alcuna intelligenza separata che tesse i destini, nessuna scelta.

Non succede niente, ma questo come è invita il ricercatore apparente a riscoprire ciò che è... il silenzio impersonale, eterno, a-causato, immutabile da cui deriva e si celebra l'amore incondizionato.

E' il meraviglioso mistero.

Vedere o non vedere.

La natura dell'unicità è incomprensibile. Di conseguenza ogni comunicazione su questo non può essere che un'interpretazione delle idee che circolano a questo proposito, idee che possono uscire dalla confusione o dalla chiarezza. Però suggerire che un'idea sia migliore di un'altra e che dirle o ascoltarle viene da una scelta personale sarebbe un rifiuto dell'essenza stessa della percezione non duale.

La comunicazione della confusione è un'espressione

dell'unicità così come la chiarezza che la svela.

L'idea che l'apparente individuo separato può scegliere di fare uno sforzo per arrivare a qualcosa chiamato non dualismo con l'esercizio, le tecniche, la purificazione, la comprensione o qualsiasi cosa che possa essere insegnato o appreso, sembra molto diffuso.

Il concetto di aspirare ad un livello di comprensione a partire dal quale il cosiddetto saggio può accettare il dualismo della vita e vivere in pace con se stesso e gli altri, sembra essere l'obbiettivo percepito. Però, questo genere di percezione non potrebbe essere più lontana dalla liberazione che porta con sé la realizzazione che non c'è nulla né persona che diventa libera.

Il tipo d'insegnamento che si basa su uno sforzo personale è un insegnamento alienante semplicemente perché rinforza l'idea del saggio, ricercatore e del ricercato. L'idea stessa che vi siano approcci diversi dall'Advaita viene da un'ignoranza fondamentale della sua essenza... Come sarebbe possibile avvicinarsi direttamente o indirettamente a ciò che già c'è? Chi farà questo approccio e chi è avvicinato?

Qual è dunque la differenza fondamentale tra una percezione personale e una impersonale? Il termine Advaita significa non due. Esprime presso a poco la percezione che tutto ed ogni cosa non sono che uno e che non c'è niente altro che questo.

Quando questo è chiaramente visto da "nessuno", questo rivela chiaramente che la nozione di soggetto e oggetto non è che un semplice concetto illusorio dentro il sogno ipnotico dell'illusione.

Di conseguenza l'idea secondo la quale un apparente individuo separato (soggetto) può aspirare all'illuminazione (oggetto) perde ogni fondamento. Diventa altrettanto chiaro che ogni pratica o sforzo per seguire una via, che conduce verso uno scopo futuro vanificano il senso della ricerca personale e costituiscono una diretta negazione dell'unicità eterna.

Ogni idea che presuppone la possibilità che pratiche dualiste possano condurre l'apparente ricercatore a una percezione non duale è come quella che pretende che con uno sforzo sufficiente e con forte determinazione un cieco possa imparare a vedere. “Le dottrine, processi e vie progressive alla ricerca dell'illuminazione, non fanno che esacerbare il problema rinforzando l'idea che il sé apparente possa trovare una cosa che presume di avere perduto. E' proprio questo sforzo, questo investimento nell'identità del sé, che ricrea continuamente l'illusione della separazione dall'uno. E' il velo dell'esistenza, a cui crediamo fermamente, il sogno dell'individualità.

Da tutti i numerosi risvegli che mi sono stati descritti risulta chiaramente che una delle prime realizzazioni è che nessuno si risveglia

Tuttavia, vediamo che la maggioranza degli insegnamenti, tradizionali o contemporanei, si rivolgono sempre a un apparente ricercatore separato (soggetto) e raccomandano, allo scopo di arrivare all'illuminazione (oggetto), di purificarsi, di coltivare la comprensione, di far tacere la mente e l'ego, d'abbandonarsi, d'essere onesti, di dedicarsi a una ricerca sincera, di dedicarsi alle terapie, di non fare niente, d'essere qui e ora e così di

seguito... e idee sono così confuse e complicate come la mente da cui emanano.

Queste raccomandazioni vengono dalla credenza che l'“illuminazione” del “maestro” è stata raggiunta e ottenuta con l'esercizio, lo sforzo, l'accettazione o l'abbandono, che può essere insegnato agli altri .

Evidentemente, non può esserci nulla di male nella ricerca sincera, nella meditazione e nella ricerca di sé e così via. Non è né più né meno di ciò che è. Ma chi è dunque quello che sceglie di fare lo sforzo? Dove conduce lo sforzo dell'apparente cercatore? Dove va a parare se non è che unicità? Se non è un individuo separato, non c'è volizione. Di conseguenza, come potrebbe un'illusione dissiparsi da sola?

Il concetto d'illuminazione personale appare alla mente che si fabbrica una struttura del tutto inventata, costituita da un io spirituale, o preteso sé superiore che ha adottato o è stato sedotto da tutto un insieme d'ideali professati. Come, per esempio, la necessità della purificazione di sé che, crede, va a finire nella ricompensa dell'illuminazione... si applica perciò a domare il cosiddetto sé inferiore per costringerlo ad azioni che appaiono a quest'ultimo come contrarie alla sua natura. Ecco l'origine della lotta, della confusione e di senso d'insufficienza e di disincanto che abbondano nella ricerca spirituale.

E' anche la ragione principale per la quale, fino a recentemente, l'apparente liberazione sembrava essere rara. Ma quando la liberazione apparentemente arriva, sembra non esserci nessuna differenza tra l'

addormentamento e il risveglio. Quando questo è realizzato, e lo preciso ancora, da nessuno, allora tutto l'edificio gerarchico di maestri, insegnanti di allievi e discepoli, molto semplicemente si dilegua.

Per quanto lontano sia dato vedere, l'espressione radicale, chiara e senza compromessi del non dualismo assoluto è dichiarata molto raramente... Tuttavia, lasciar intendere che un tipo di messaggio è più vero di un altro sarebbe duale come immaginare una scissione tra l'assoluto e il relativo. Non esiste altro che la realtà. Non c'è che quello che è, così com'è.

Nondimeno, se l'apparente ricercatore sollecitasse una conduzione, allora scaturirebbe una risposta diretta sorta dalla chiarezza impersonale che, senza compromessi, costantemente distrugge ogni illusione non lasciando, tranne la possibilità della liberazione. Quella risposta viene senza la minima considerazione per la tradizione, le credenze, la comprensione, le considerazioni personali, o qualsiasi altra cosa che viene dalla mente in preda al sogno.

Ciò che è più desiderate e temuto è l'assenza... l'assenza del me che si sente separato. In quell'assenza sorge un'altra possibilità, assolutamente a monte ad ogni idea di comprensione, d'insegnamento, di divenire, di destino, di karma e di compimento personale; appare che in quell'assenza c'è una grande disponibilità a capire quel messaggio raro, semplice e incredibile. Sarà sentito o no. Ed è tutto quello che è.

Per attingere ancora a ciò che è: "Qualunque sia l'ambiente o il momento in cui è comunicata quella

Tony Parsons

percezione, è senza rapporto con la gratificazione, la credenza, una via o un processo. Non può essere insegnata, ma si condivide continuamente. Perché è la nostra eredità, nessuno se ne può appropriare. Non ha bisogno d'essere dibattuta, dimostrata o abbellita perché è come è in se stessa e non può che essere ignorata e rifiutata o realizzata e vissuta”.

3ème Millénaire n. 78 – Traduzione della Dr.ssa Luciana Scalabrini

## *L'energia senza confini di ciò che è*

La storia di Adamo ed Eva è un'allegoria che descrive la perdita del "paradiso" attraverso il sorgere della coscienza di sé. Quindi, sembra, che c'è la totalità (paradiso) e all'interno di questa vastità senza confini, energia senza causa, qualcosa appare che fa esperienza di sé come essere separato dalla totalità (paradiso).

Questa è una metafora che indica quella che sembra essere "la storia" della coscienza di sé, da cui è nata apparentemente la conoscenza ed esperienza del libero arbitrio, della scelta, del tempo e dello spazio, dell'obiettivo e dalla direzione nella vita.

Come "la storia" si dispiega, così il sé impara a conoscere "il mondo là fuori" e tenta di negoziare la miglior soluzione possibile per sé... apparentemente compie ogni azione per cercare il piacere ed evitare il dolore. Più grande è la conoscenza più efficace l'azione, i risultati e il senso apparente del controllo personale.. o almeno così sembra.

Tutti questi sforzi hanno vari risultati, e quindi l'individuo arriva a conoscere stati transitori di gratificazione e disappunto. Tuttavia, può essere notato che sembra esserci un senso di insoddisfazione di fondo che guida il sé a cercare un significato più profondo.

Poiché il sé apparente può solo esistere attraverso il suo sapere, la sua ricerca per un significato più profondo sarà limitata a ciò che può conoscere e fare esperienza. All'interno di queste limitazioni c'è una moltitudine di dottrine, terapie, ideologie, insegnamenti spirituali e sistemi di credenza che il ricercatore può arrivare a conoscere.

Ci può anche essere il conoscere e l'esperienza di stati di silenzio, immobilità, beatitudine, consapevolezza e distacco, che sembrano tutti andare e venire come il giorno e la notte.

Tutti questi insegnamenti, raccomandazioni e prescrizioni stanno cercando di fornire al ricercatore risposte a ciò che è inconoscibile, e modi di trovare ciò che non è mai stato perso.

Quindi il sé è il ricercatore separato che persegue tutto ciò che pensa di poter conoscere e sapere, eccetto l'assenza di sé stesso. Quell'assenza è il vuoto che è inconoscibile, ma paradossalmente è anche a vera pienezza, la totalità (paradiso) che si brama.

L'apparente ricercatore se incontrasse una percezione che rivela la grande profondità della reale natura della separazione e che espone senza compromessi la sublime futilità della ricerca, potrebbe esserci il collasso del costruito del sé separato.

Il messaggio totalmente impersonale porta con sé un'energia senza confini nella quale si scioglie l'apparente contratta energia del sé. Può sorgere una risonanza che è oltre la consapevolezza... qualcosa di ineffabile può essere sentito... può emergere una fragranza e un'apertura alla meraviglia dell'inconoscibile.

Improvvisamente sembra esserci un cambiamento ed una realizzazione impersonale che questa è già totalità. La semplicità senza confini, nuda, innocente, totalmente libera e meravigliosa dell'essere è già tutto ciò che è... è straordinaria nella sua ordinarietà ed eppure non può essere descritta.

Fonte: <http://www.non-dualita.it/autori/>

Tony Parsons

## *Nulla sta accadendo ~ Tony Parsons*

“Tutto ciò che è è questo...  
essere  
uno che appare come due  
nulla che appare come tutto  
assoluto che appare come il relativo  
assenza che appare come pienezza  
il senza causa che appare come ciò che ha causa  
unità che appare come separazione  
soggetto che appare come oggetto  
il singolare che appare come molti  
l'impersonale che appare come personale  
lo sconosciuto che appare come il conosciuto  
E' silenzio che suona e immobilità in movimento  
e queste parole appaiono come indicazioni a ciò che è  
senza parole  
...eppure nulla sta accadendo”

Tony Parsons, Introduzione di Nothing Being Everything

Fonte: <http://www.non-dualita.it/autori/>

Tony Parsons

## ***La liberazione è oltre la consapevolezza***

*D: Tony, nella mia esperienza noto che c'è qualcosa che è consapevole di tutte le cose; sono consapevole dei pensieri che passano nella mia testa, differenti tipi di cause, differenti effetti, differenti sensazioni, e ancora, quando guardo per vedere "chi è questo io", non c'è nulla. Eppure c'è qualcosa che è consapevole di ciò che accade.*

La consapevolezza ad un certo punto collassa. E' ancora sottilmente duale. C'è consapevolezza di te che siedi su una sedia, quindi ci sono due cose. Il sedere su una sedia e la consapevolezza di ciò. La liberazione è totalmente oltre l'osservatore e la consapevolezza..oltre tutto ciò. La consapevolezza è ancora un'esperienza. E la difficoltà con cose come l'autoindagine è che le persone entrano in questa consapevolezza ma non possono rimanerci, ovviamente, perché è ancora una storia nello spazio-tempo. E' ancora in un sogno. E' ancora transitorio. Viene e va, non può starci. Ci proverai a starci dentro ma non puoi.

C'è solo una costante – essere. Non va mai via. Non viene e non va via. E noi corriamo attorno cercandolo. "Dov'è??" Non puoi fare l'essere. C'è qualcuno che sta facendo il respirare? C'è qualcuno che sta facendo il sedere su una sedia? Non puoi ottenere essere. Essere è tutto quello che c'è e parla attraverso i sensi.

Tony Parsons

I sensi ti stanno urlando “Guarda, sono già qui!”. Cinque sensi, le sensazioni e il pensare sono tutti essere che semplicemente è, e i ricercatori stanno cercando ciò che è, che sta assolutamente urlando al ricercatore e tuttavia, non può essere conosciuto.”

*Dialogo tratto da un incontro*

Fonte: <http://www.non-dualita.it/autori/>

## *Non c'è nessuno*

Le persone vengono qui con l'idea che se ascoltano le parole, se riescono a comprendere la natura di ciò che sono, possono realizzarla, ma non funziona perché la natura di ciò che siamo è totalmente oltre la comprensione. Infatti, è la comprensione che cade via prima che il chiaro vedere accade. Il chiaro vedere non ha niente a che vedere con la comprensione.

L'unica cosa che può accadere qui, in termini di comprensione, è il cadere delle idee che hai sull'illuminazione, su ciò che pensi di essere. Le idee possono andarsene e tu puoi rimanere senza idee, con nulla. E quando tu sei lasciato con nulla, ciò che emerge è Questo. Ciò che emerge è l'invito. Tutti i messaggi sensoriali che ricevi... toccare, odorare, vedere, sono l'amato che ti invita a vedere che c'è solo uno. E' totalmente semplice e completamente immediato. Stai sedendo in ciò che sei. Infatti, tu sei ciò che è.

Non ha niente a che vedere con chi pensi di essere. Sei solo un personaggio in una recita. La recita non cambierà... nulla diventerà migliore o peggiore, ma ciò che emerge è il vedere. Il chiaro vedere è semplicemente vedere senza che ci sia nessuno lì.

Ogni volta che vediamo dal punto di vista dell'essere separato, non vediamo cosa c'è davvero lì; vediamo

Tony Parsons

attraverso un velo. Da qualche parte stiamo ancora cercando di ottenere qualcosa da ciò che vediamo... guardiamo e vediamo per ottenere qualcosa indietro. Nel chiaro vedere non c'è nessuno lì che voglia qualcosa, e quindi ciò che è visto è la realtà. La realtà che c'è solo uno.

Non puoi gettare via 'te'. Non c'è nessuno lì... non c'è mai stato nessuno lì che poteva gettare o scegliere alcunché, quindi non c'è niente che possa essere fatto. Ma c'è qualcosa, proprio dietro di te, che guarda a te che siede qui che mi guardi. Ciò che è visto è il personaggio che non ha mai avuto bisogno di diventare migliore, che è totalmente e assolutamente perfetto nella recita. Non ha bisogno di cambiare affinché la chiarezza accada; non può cambiare. Non c'è la questione di te che devi cambiare per far accadere la liberazione. La liberazione non ha niente a che vedere con te.

Tutti quelli nel mondo in cui il risveglio non è accaduto si sentono alienati. Che ci sia una guerra in corso, o che tu viva in una bellissima casa... ogni volta che c'è il senso di separazione, c'è qualcosa che manca. Dopo il risveglio quella apparente storia di vita continua ancora ma l'identificazione con essa è totalmente svanita. Tuttavia, la difficoltà con la mente è che tende a personalizzare il risveglio. Uno non ha niente a che vedere con alcunché e abbraccia totalmente tutto ciò che appare, incluso l'ego, la credenza il sapere.

La liberazione non nega nulla. La conoscenza e l'ego sono Uno che fa la conoscenza, Uno che fa l'ego. Tutto ciò è la danza che accade. E' tutto uno che gioca a fare il due.

*Tony Parsons, estratti da un incontro ad Amsterdam*

Fonte: <http://www.non-dualita.it/autori/>

Tony Parsons

## *C'è solo questo*

*D: L'autoindagine è necessaria?*

Tutti gli insegnamenti e tutte le terapie, la cristianità e l'autoindagine sono tutte basate sull'idea che tu devi cambiare. Quindi immediatamente è visto che c'è qualcosa di sbagliato in te: "tu sei in uno stato duale o sei sbilanciato o altro, quindi devi cambiare". Ed è un processo totalmente futile. Perché la vera difficoltà, il vero dilemma per il ricercatore è la separazione e il ricercatore non può fare nulla riguardo l'essere separato: più cerca di non essere separato più grande questa separazione diventa, specialmente con l'autoindagine. L'autoindagine è una sorta di centratura nel sé (ego) che conduce la persona a lavorare con i pensieri e tutto il resto e porta il senso di sapere qualcosa, e si diventa pieni del proprio sapere, si vive in quello che chiamano presenza consapevole, ma è una sorta di introspezione, è una glorificazione del sé (ego). L'altro aspetto dell'autoindagine è che rende le persone distaccate e il distacco sembra come illuminazione ma non lo è, è un modo per dissociare il sé dalla vita. L'ultima cosa che la mente vuol fare è fermarsi e lasciare che ci sia solo il vedere questo. La mente non vuole sapere del "Basta! Lascia che ci sia solo il vedere questo". La mente non può fare questa cosa. Che ci sia solo il vedere questo, solo lo stare sul terreno, ascoltare il suono di un'auto che passa, o ridere... Questo è ciò che è.

*D: È possibile liberarsi dalla mente con lo sforzo?*

Chi è che lo farebbe? Chi è che può scegliere di liberarsi? Il risveglio è il far cadere il senso del «me» e l'ultima cosa che «me» desidera fare è andar via.

*D: Quindi cosa causa questa cosa? Come è causato il risveglio?*

Non è causato, nulla può causarlo. E una volta che è visto che non c'è nulla che può causarlo, allora c'è un lasciare andare. Tu non lo puoi fare, ma c'è un «Ah! Alla fine dopo tutti questi anni di impegni e fatiche per cercare di essere migliore o immobile o di far cadere l'ego, improvvisamente tutto questo non ha senso».

C'è solo questo, il vedere questo.

Non c'è in verità nessuna persona separata, è solo energetico, è solo una contrazione energetica che sembra sorgere nel corpo e creare questo ricercatore che cerca la risposta e il ricercatore cerca la risposta NELLA risposta. Sta cercando qualcosa che è nascosto quando in verità quello con cui vogliono essere uniti, è assolutamente ovviamente lì già, ciò che è.

Ciò che c'è, è ciò che è, è ovvio, ma è nascosto al cercatore attraverso il suo sforzo di trovare un qualcosa nel tutto. Il ricercatore vuole trovare una risposta, vuole trovare un tesoro nel tutto ed è il tutto che è il tesoro, è il tutto che è ogni cosa.

Fonte: <http://www.non-dualita.it/autori/>

## *Guarda, c'è solo la vita*

Ciò che desideriamo più di ogni altra è in realtà del tutto semplice, immediato e disponibile. E, strano a dirsi, ciò che desideriamo non ci ha mai abbandonati.

Ciò che accade è che quando siamo bambini piccoli, esiste solo l'essere senza la conoscenza dell'essere; c'è solo l'essere. Poi arriva qualcuno che ci dice: «Tu sei Bill» o «Tu sei Mary», «Tu sei una persona». E in un modo o nell'altro, la mente – il pensiero dell'«io», l'identità, l'idea «Io sono una persona» – assume il controllo dell'energia dell'essere e lo identifica come Bill o Mary o quant'altro. S'impadronisce dell'essere e gli dà un nome. Nascono le parole, nascono le etichette, e l'intero concetto di «me» diviene il principale investimento della vita.

L'intero obiettivo è: «Io sono una persona e devo far funzionare la mia vita». E così vieni nutrito e cresciuto a forza di liste di cose da fare. Prima cosa essere un bravo bambino, poi un bravo studente... E poi c'è la lista dei requisiti per essere un bravo lavoratore, di solito seguita da quella per diventare un bravo marito, o moglie o partner.

L'idea del «te» è continuamente rafforzata. La finzione del «me» continua a essere convalidata persino nella ricerca dell'illuminazione, perché ciò che un cosiddetto maestro vi dirà è: «Io ho conseguito l'illuminazione e ora sono una persona illuminata e anche *tu* potrai diventare una persona illuminata». Se vuoi, puoi chiudere gli occhi e percepire l'energia che pensi sia quel «te», È come una

sensazione di vitalità...

Ma quell'energia, quella sensazione di chi pensi di essere – quella sensazione di vitalità ed energia – è l'essere; è solo l'essere. Non è mai venuta e non se n'è mai andata, non ti ha mai lasciato; è sempre stata presente. Pensavi che fosse te, ma è solo il puro essere. Non è chi sei, ma ciò che sei. Ciò che sei è semplicemente essere, presenza, vita. Tu sei vita, la vita che accade.

La mente vorrà chiacchierare di questa cosa. Accadrà che le sue domande non avranno risposte e capirà che non andrà da nessuna parte, perché è *così* che le cose stanno. La mente vuole dire: «Sì, ma...».

Ma ad un certo punto la mente vorrà arrendersi. E alla fine, tutto ciò che sarà visto è che c'è solo questo, la vita.

Se chiudi gli occhi, tutto ciò che trovi sono delle sensazioni. Il corpo che sta seduto sulla sedia; una brezza leggera che entra dalla finestra; il rumore dei fogli di carta stropicciati; le auto che passano... Non c'è alcuna storia. La storia che pensiamo sia la nostra storia è solo una finzione, perché c'è sempre stato solamente questo.

Tutto ciò che sta accadendo è semplicemente l'invito a vedere che tutto ciò che esiste è questo. In ogni momento la vita ti dice: «Guarda, c'è solo la vita. Non c'è alcuna storia, c'è solo la vita».

*Tratto da "The Open Secret – Tutto ciò che è" di Tony Parsons*

Fonte: <http://www.non-dualita.it/autori/>

## *L'unica costante che c'è*

*Riccardo: Sono contento di essere qui per incontrarti di nuovo e fare questa intervista per il sito italiano di non-dualità (www.non-dualita.it). Spesso dici che questo non riguarda le parole, ma c'è una risonanza...*

Riguarda l'energia, è qualcosa di energetico

*Riccardo: Quindi questa comunicazione è prevalentemente una trasmissione di energia o cosa?*

Non c'è un modo per esprimere l'energia. Quando parliamo insieme, stiamo indicando ad un'illusione, indichiamo l'esposizione di un'illusione e la possibilità che non ci sia nessuno, che non ci sia separazione e che non ci sia un individuo separato che può trovare quello che cerca. In un certo senso la comunicazione verbale riguarda questo: l'esposizione dell'illusione dell'identità. Ma l'energia non può davvero essere comunicata nel senso di essere analizzata o compresa.

Fondamentalmente stiamo condividendo un mistero nella comunicazione del "Segreto Svelato", che non può essere compreso o espresso.

*Riccardo: Quindi questa energia è sempre presente, non è passata da te al pubblico.*

No, non ha niente a che vedere con nessuno qui, perché

“Il Segreto Svelato” è già basato sul fatto che non c’è alcun individuo. Quindi non c’è un’energia che può essere trasferita ad un altro individuo. Tutto questo è un’illusione.

Quello che “Il Segreto Svelato” afferma è che tutto quello che c’è è energia. Energia senza confini. Non c’è nulla che influenza questa energia, non c’è alcun Dio o Coscienza che la dirige, non ha bisogno di essere diretta, è completamente senza confini e libera. Non ha nessun tipo di intenzione. Ma all’interno dell’energia, l’energia può apparire come ricerca, intenzione e tutte queste cose.

L’energia, per quel che riguarda “Il Segreto Svelato”, è tutto quello che c’è. E’ ogni cosa.

*Riccardo: Perché questo messaggio è chiamato “Il Segreto Svelato”?*

Non lo so, è venuto su dal nulla. Un libro è stato scritto e alla domanda su come potesse essere chiamato, abbiamo pensato varie cose. Ma in un certo senso “Il Segreto Svelato” è un bel titolo perché ciò di cui parliamo è nascosto, non può essere affatto conosciuto, ed eppure tutto è questo. Quindi è svelato perché è tutto ed è nascosto, è segreto, perché non può essere conosciuto. Non può essere espresso, non può essere conosciuto e non può essere compreso. Non può essere afferrato o posseduto da nessuno.

*Riccardo: Quindi è nascosto ma allo stesso tempo non lo è.*

E' ogni cosa. L'energia è niente che è tutto, e questo è il mistero. L'energia è l'assoluto relativo, che sono entrambe la stessa cosa. Non un assoluto da qualche parte e il relativo qui. Sono entrambi uno. Le parole assoluto e relativo sono parole che la mente usa come se fossero due cose separate, ma non c'è alcuna divisione.

*Riccardo: Perché sembra nascosto?*

E' nascosto da ciò che lo cerca. Tutto il tempo, nell'individuo, come l'individuo prende forma, il senso di separazione sembra accadere. E direttamente la separazione sembra accadere, è solo un aspetto dell'energia, energia che appare separata, non c'è niente di giusto o sbagliato in questo. Ma la sensazione di essere un individuo, nella realtà separata soggetto-oggetto, crea una ricerca per la pienezza, essenza, libertà, quello che sia. E questa ricerca per la libertà non può mai realizzarsi, perché la libertà che viene cercata è già tutto.

Il problema per il ricercatore è che cerca un oggetto chiamato soddisfazione e non c'è niente del genere. Non c'è nessun oggetto chiamato soddisfazione. Tutto è già soddisfazione. Quindi in quel senso, quando c'è qualcosa che cerca la libertà, la libertà sembra nascondersi da ciò che la cerca, essendo già ogni cosa. Non è un qualcosa. E' tutto.

Quindi per quel che riguarda "Il Segreto Svelato", ogni idea che questo possa essere insegnato, che in qualche modo tu possa essere istruito per trovare tutto, è ridicolo. Questo non è un insegnamento.

*Riccardo: Quindi non c'è alcun modo per mettere fine alla separazione?*

Ovviamente no. La separazione è solo un'illusione. Quindi quando improvvisamente non c'è più, c'è il riconoscimento che non è mai stata reale. E' uno scherzo. Questo è il grande scherzo. Ma non è molto divertente per il me. Dio è un comico con un pubblico che non ride mai.

*Riccardo: Che cosa indica la parola non-dualità?*

Non-dualità è davvero solo un titolo. Non esiste una cosa come la non-dualità. Ma come la parola advaita, è un titolo che indica che vi è non-due, niente di separato. Quindi in questo senso viene usata solo come un titolo. Ma l'unico problema è che è stata molto plagiata dalle persone. In occidente al momento quasi tutto è non-duale. Puoi andare e trovare terapie non-duali, insegnamenti non-duali dell'illuminazione. In America puoi anche comprare un hamburger non-duale. E' ridicolo. E la non-dualità che le persone comunicano o insegnano non è non-dualità. E' ancora una forma sottile di qualcosa che la persona può avere. E' dualistico.

*Riccardo: Ieri all'incontro dicevi come molti maestri non-duali affermano "Io sono la Presenza", "Io sono la Consapevolezza", ma non è questo*

Non c'è un Io che possa essere. Davvero tutti gli insegnamenti indicano o offrono qualcosa al sé, al sé

superiore o quello che sia. In un certo senso si sta ancora offrendo qualcosa che il sé può avere. “Il Segreto Svelato” semplicemente vede tutto questo come un sogno illusorio.

*Riccardo: Questa non-dualità è lo stato naturale, la realtà naturale, sembra il paradiso che è stato perduto.*

Sì, il paradiso che è costantemente qui e che le persone cercano. Ma non è un paradiso non-duale. E' solamente paradiso, è solamente libertà. Tutto è uno, non c'è niente di separato, niente che sia due e non ne ha bisogno perché tutto è questo.

*Riccardo: Che cosa hanno a che vedere le emozioni, sensazioni e pensieri con questo?*

Absolutamente nulla. Emozioni, pensieri e sensazioni sono semplicemente la Totalità che appare in quel modo. Tutto quello che accade è solamente un'apparizione dal nulla che sembra essere qualcosa. Non c'è niente che sia rilevante, di valore, importante o significativo.

*Riccardo: Nella storia del me le emozioni, i pensieri e le sensazioni hanno una grande importanza.*

Enorme

*Riccardo: Le emozioni devono essere dirette, guarite, le emozioni cattive devono essere convertite*

E' tutto un gioco. E' un sogno. Ed è un sogno basato sull'idea che ci sia qualcuno che possa scegliere di onorare le emozioni o lasciarle andare e tutto il resto. E' solo un sogno che intrattiene la mente per un po'.

*Riccardo: Qual è il significato della vita?*

La vita, divinamente e meravigliosamente, non ha alcun significato. E' solo il me che vuole trovare il significato così che possa trovare una direzione verso qualche luogo che sta cercando. Non c'è alcun significato o scopo a tutto questo. Non ha bisogno di significato o scopo. E' già soddisfatto. Quindi non ha bisogno di andare da qualche altra parte o cambiare allo scopo di trovare la soddisfazione. Tutto è già soddisfatto. L'unica cosa che sorge in questo è un sé illusorio che sente che non è soddisfatto.

*Riccardo: Sì perchè il me vive sempre in “cosa c'è dopo”, quindi ha bisogno di uno scopo per andare avanti.*

Assolutamente, deve avere uno scopo, deve avere un obiettivo. Il me vive in speranze e sogni, speranze e sogni che un giorno saranno realizzati. Se davvero ascolti quello che viene detto nel messaggio del “Segreto Svelato”, tutte le speranze e sogni vengono destrutturati, perchè fanno semplicemente parte del sogno illusorio.

*Riccardo: Questo è causato dall'educazione, dalla società?*

Viene fuori dalla separazione. Tutto quello che accade al me viene dal senso di essere separato. Quindi le società sono formate, morali sono creati, etiche sono create dal me, dal sé per cercare di rendere la propria storia più confortevole. E' solo un tentativo temporaneo. Il me costantemente cerca di far funzionare la propria storia e costantemente fallisce. Funziona qualche volta, qualche volta il me si sente bene. Ma quella sensazione del me che si sente bene può solo durare per poco perché tutto accade in una storia, la storia.

*Riccardo: Quindi non c'è niente che sia in controllo della vita?*

No, non c'è niente che debba essere in controllo della vita, non c'è niente in controllo. Nel sogno del me, il me sogna di essere in controllo, che sta conducendo la sua vita. Ma la realtà è che non c'è nulla che ha bisogno di controllare alcunché, non c'è alcun controllo. Tutto quello che c'è è caduta libera, l'imprevedibile.

*Riccardo: Quindi anche questa intervista, queste parole, tutto nella nostra vita semplicemente accade senza...*

Solo apparentemente accade. Tutto quello che accade nella vita delle persone sta solo sembrando accadere. Questo è il grande mistero. Tutto quello che sembra accadere, in questo, è semplicemente niente, nulla, che appare essere qualcosa che accade. E' un'apparenza. Non

c'è niente che sia reale. Il dilemma del me è che pensa che è reale e quindi pensa di vivere in una creazione reale. Ma quando il me crolla è assolutamente ovvio, a nessuno, che tutto è sia reale che irreale.

Ho appena scritto un libro che uscirà nel giro di qualche mese ed è chiamato “Così com'è e non è”.

*Riccardo: Questo “non è”*

Tutto è e non è, perché tutto quello che appare è ma anche non è, perché è nulla che appare come ogni cosa. Questo è un mistero. Non può essere conosciuto.

*Riccardo: Quindi è corretto dire che la vita ad un certo punto è iniziata e ad un certo punto finirà?*

No, questo è il sogno. Il sogno è che la tua vita ha avuto inizio, e vivrai la tua vita e poi finirà. Questo è il sogno. Non c'è nessuno che sia nato o che stia vivendo come individuo e che morirà. Nessuno morirà perché non c'è nessuno.

*Riccardo: Quindi cos'è la morte? Tutti hanno paura della morte. Cos'è la morte?*

Il me ha paura della morte, perché il me è assolutamente spaventato di essere assente. Quindi cerca di non essere assente attraverso l'essere importante o speciale o il seguire una parte che lo fa sentire bene. Così pensa che sta continuando ad esistere. Quello di cui più è

spaventato è l'assenza, la sua assenza.

*Riccardo: Cosa accade quando il corpo muore.*

Quando il corpo muore, nella maniera in cui normalmente vediamo ciò, se c'è un senso di separazione, un me nel corpo al punto della morte crolla la sua apparente funzione, perché è comunque un'illusione. Quest'illusione crolla con la morte del corpo, e quello che rimane è tutto ma non c'è nessuno in questo.

Nella liberazione, quando il me muore nel corpo vivente, è la stessa cosa: quello che rimane è tutto. Quello che rimane è ciò che è e non è. E non può essere conosciuto.

*Riccardo: Quindi nel vedere questo...*

Nessuno vede tutto e nulla. C'è solamente tutto e nulla. Se qualcuno potesse vederlo, sarebbe separato da ciò che vede, sarebbe consapevole di esso. Questo è il dualismo.

La consapevolezza è il modo in cui la separazione è rinforzata e mantenuta. La consapevolezza mantiene il me al suo posto. Nutre il me.

*Riccardo: Quindi quando c'è solo quello che è e non è.*

Non c'è niente che sa questo.

*Riccardo: Non arriva l'idea che ci sia qualcosa dopo la morte, reincarnazione, queste cose?*

Quello che c'è dopo la morte è ciò che c'era prima di essa: tutto. Nulla e tutto. Questo è tutto quello c'è. Il problema del me è che vive nell'illusione che ciò che c'è è un qualcosa di altro che gli sembra reale. Non c'è alcun modo che il me possa vedere o comprendere l'idea che ogni cosa è reale e irreale. Questo è il suo dilemma.

*Riccardo: Questo rende molte persone frustrate perché non è possibile afferrarlo.*

Il me vive nella frustrazione e tensione la maggior parte del tempo. Il me vive in una sorta di silenziosa disperazione.

*Riccardo: C'è un processo in cui questo me crolla sempre di più?*

No, non c'è alcun processo. Può sembrare che ci sia una diminuzione dell'energia del me, ma è solo un'apparenza, non è reale. E non ha nessun significato di alcun tipo, assolutamente.

*Riccardo: Ogni cosa nella vita, soldi, donne, relazioni sembra insoddisfacente.*

Si per un po' è soddisfacente ma è sempre mutevole perché sembra accadere nel tempo, quindi va e viene, e la prossima cosa sorge e passa anch'essa, e la prossima cosa sorge e poi passa.

L'unica costante che c'è è ciò che è e non è.

Che non può essere conosciuto.

*Riccardo: Anche la sofferenza di questo pianeta che stiamo distruggendo.*

E' ciò che è e non è. Non c'è nulla che può essere fatto a riguardo, non c'è nessuno che faccia qualcosa e non c'è alcun bisogno di fare alcunché. C'è solo ciò che è e non è. Questo non ha niente a che vedere con l'idea di creare un mondo migliore o salvare il pianeta. Non c'è un mondo da salvare. Il mondo è un'apparizione del nulla.

*Riccardo: Molti maestri affermano che il mondo è un'illusione*

Non è un'illusione. L'unica illusione che c'è è quello di cui fa esperienza il me. L'unica illusione che c'è in tutto questo è l'illusione della separazione. Io sono un'identità qui e sono separato da tutto. Questa è l'unica illusione. Tutto il resto è semplicemente ciò che è. Ovviamente il me crea l'illusione che il mondo sia reale.

Alcuni maestri indicano che il mondo non è reale. E' reale e irreali, questo è quello che dico.

*Riccardo: E tutta quella roba del tipo cambiare il mondo con l'intenzione, pensare positivo*

Il pensare positivo è una cosa meravigliosa tra molte, autoindagine, meditazioni, canti, fa tutto parte del sogno del ricercatore.

Tony Parsons

Non conduce da nessuna parte.  
Non c'è nessuna parte dove andare.

*Riccardo: Che cos'è l'amore?*

Non può essere conosciuto o descritto. L'esperienza del me con ciò che chiama amore, è un amore bisognoso, ha bisogno di amare ed essere amato.

*Riccardo: L'amore che si intende ha a che vedere con le relazioni*

Sì o qualunque altra cosa, principalmente le persone. L'amore incondizionato, che è l'unico amore che c'è, è indescrivibile e comprende ogni cosa. Questo è quanto più vicino ad esso possa arrivare a dire.

Quando il me crolla, quando l'illusione del me non c'è più, l'amore incondizionato che è lì è così evidente che è incommensurabile.

*Riccardo: Non ha niente a che vedere con una sensazione?*

No, assolutamente. E' in ogni cosa, è in questo pavimento, è nei muri, è dappertutto. Quando non c'è nessuno, è assolutamente evidente che quel tavolo è amore incondizionato che fa il tavolo.

Quindi non c'è più alcun luogo dove non puoi trovare amore, tutto è amore.

Per nessuno.

*Riccardo: Ma se c'è ancora questo senso di contrazione, tutto è un casino alla fine*

Ogni cosa è separata e in un certo senso illusoria. Il me trasforma quel tavolo in qualcosa di reale, quando il me guarda al tavolo.

Il tavolo è ovviamente particelle che si muovono che fanno il tavolo, è il nulla che prende la forma del tavolo, quindi questo non cambia. Ma nella percezione del me, il tavolo sembra essere reale. L'esperienza del me è che il tavolo è come se fosse di cemento, è proprio una cosa reale. E questo è il dilemma: perché non vede il tavolo, non vede il cielo, non vede gli alberi, non vede un'altra persona se non come altri oggetti separati. Questa è la sua agonia. Attraverso la sua consapevolezza trasforma tutto in oggetti reali.

*Riccardo: Si tutto sembra distante*

Distante e un qualcosa di altro. Questo è il motivo per cui il me ricerca costantemente. Il me è ricercare, il me è il ricercatore.

*Riccardo: Quindi cosa succede a questi incontri?*

Non c'è niente che accade, perché niente accade. Non ti preoccupare se finisci le domande, perché succede.

Non c'è niente di più da dire.

*Riccardo: Sì perché questo messaggio lascia il me*

*senza parole*

Sì lo fa. Lascia il me senza parole. Quando facciamo gli incontri, io faccio un discorso all'inizio e in un certo modo esprime quello che abbiamo detto qui e di solito c'è un lungo silenzio perché in un certo senso io potrei andare a casa, potremmo tutti andar via, davvero è tutto finito, non c'è niente da dire. Ma in un modo o nell'altro la mente crea tutti i tipi di domande.

Il me rigetta questo messaggio immediatamente. Non c'è il dubbio se il me accetterà o ascolterà mai questo messaggio. Non può farlo. Quindi immediatamente cerca di demolire questo messaggio.

*Riccardo: Spesso a questi incontri c'è la sensazione che ciò che dici non possa essere capito*

No.

*Riccardo: Non è qualcosa che riguarda il pensiero razionale o l'intelletto*

E' molto carino e abbastanza divertente qui a Monaco. Nell'ultimo incontro una donna laggiù ha fatto una domanda, non importa quale, e c'è stata una risposta qui e lei poi ha detto "Non ha senso!" e io ho detto "Assolutamente".

Questo non ha senso.

E' un paradosso.

E' un mistero.

Non può essere compreso.

*Riccardo: E non ha niente a che vedere con quello che uno fa nella vita, lavoro, famiglia*

No quello è un sogno.

*Riccardo: Quindi ovunque e sempre c'è solo questo.*

Non c'è un sempre, c'è solo ciò che è e non è.

Ed è senza tempo.

E' l'infinito.

E' l'assoluto relativo.

Non è l'assoluto, è l'assoluto relativo.

E' la forma senza forma.

*Riccardo: Ok Grazie Tony*

Grazie grazie

*Intervista di Riccardo Lautizi a Tony Parsons – Monaco,  
12 Aprile 2015*

Fonte: <http://www.non-dualita.it/autori/>

Tony Parsons

## *Il senso del “me” sorge nella presenza*

Una delle cose che ostacola la comprensione del fatto che le cose stiano accadendo e basta è questa sensazione di essere una persona. La difficoltà nel permettere alle cose di accadere è la persona che pensi di essere.

Siamo così abituati alla persona che ci portiamo in giro: pensiamo sia reale. Quindi quando ci imbattiamo nella possibilità che questo personaggio sia solo un'altra cosa che sta accadendo può essere difficile da accettare. Molti mi dicono: “Beh sono ancora qui, c'è ancora un (me)”.

C'è un personaggio: c'è per così dire una personalità. Le parole creano difficoltà: per alcune persone la parola “personalità” sembra ancora legata all'ego. Ma c'è una personalità: Tony Parsons ha certe caratteristiche e agisce in un certo modo. Questo va bene, è solo un'altra cosa che sta apparentemente accadendo; non è in discussione che Tony Parsons stia accadendo. Ma lo fa anche l'auto che è appena passata e anche il sole. Quindi le cose stanno accadendo, ma non c'è nessuno a cui stiano accadendo.

È così semplice. Naturalmente è tutto solo apparizione. Quindi concediti un po' di confusione; è solo qualcos'altro che sta emergendo. Continua a sentire che qualunque cosa che sorge, va tutto assolutamente bene. Non c'è nulla di sbagliato nel pensare. Non c'è nulla di male con il pensare legato al tempo, con il pianificare, con il preoccuparsi, con

Tony Parsons

il sentire paura: con il sentire qualunque cosa.

Semplicemente inizia a provare a lasciare che ogni cosa sia lì per conto suo, come un qualcosa che sta accadendo, senza nessuna sensazione di giudizio, senza cercare nessun tipo di significato, permettendo ad ogni cosa che accade di esserci: sensazioni, pensieri...Persino il rifiutare o la resistenza a ciò che sta accadendo è, di nuovo, qualcosa che sta accadendo. Sono certo che molte persone qui hanno un senso di presenza. Per molti, più sono in questa specie di apertura, più c'è senso di presenza, ed è molto dolce. La gente mi dice: "Ma poi va via, perché mi contraggo". In realtà non va via: ciò che accade e che il senso di contrazione sorge. La presenza è tutto ciò che c'è e il senso di contrazione, il senso del "me" sorge nella presenza.

*Tony Parsons, tratto da "The Open Secret"*

Fonte: <http://www.non-dualita.it/autori/>

## *L'avventura di vivere in caduta libera*

Tutto quello che c'è è Questo, incluso il chiudere la finestra. Questo è ciò che accade: udire suoni sta accadendo, udire questa voce, sensazioni nel corpo stanno accadendo, respirare sta accadendo, tutto quello che sta accadendo è semplicemente Uno, Uno che esprime se stesso. Non c'è nessun altro.

E in questo accadere sorge l'idea che ci sia un'entità separata a cui questo stia accadendo. Io sono una persona separata. Questo è il mio corpo. Sto sedendo su una sedia. Sto respirando. Sto udendo questa voce. E in questo vedere, sentire, percepire di essere un'entità separata sorge il senso di separazione, il senso di essere un soggetto e tutto il resto è un oggetto. Quindi io sono una persona e tutto il resto accade intorno a me. E' là fuori e sta accadendo a me. Cresciamo in questo senso, viviamo e cresciamo e siamo educati da altre persone che vivono nello stesso sogno, nel sogno di essere separati. E questo senso di separazione si rinforza in noi attraverso tutto ciò che affrontiamo.

Se guardi al mondo in cui vivi, è tutto basato sul successo o fallimento personale. Siamo educati dai nostri genitori, insegnanti, preti, capi, moglie, marito. Tutto rinforza il senso di essere separato. E c'è una contrazione nel senso di separazione, è una contrazione energetica di essere una persona separata. Ci proteggiamo dal mondo là fuori che appare minaccioso. Per molti di noi, questo è il modo in cui l'io vive e ha vissuto in quel senso di essere

separato e ha cercato di avere successo in qualche modo. Molto semplicistico, ma è così che funziona.

Per alcuni di noi c'è un senso di mancanza, la sensazione che questo non sia tutto, che manchi qualcosa. C'è una sorta di segreto, che non può essere decifrato. Un qualche segreto, il senso che manchi qualcosa. Quindi ci avviciniamo alle religioni, alle terapie. Avremmo potuto udire dell'illuminazione quindi andiamo a cercare un cosiddetto insegnante illuminato. E poiché fondamentalmente ci sentiamo separati, stiamo cercando, c'è tutto il senso di cercare qualcosa e quindi andiamo da un insegnante, poiché abbiamo quell'energia di cercare, andiamo da un insegnante che proviene dalla stessa percezione, la percezione di essere separato, un individuo separato. E quell'insegnante ci istruisce come individui separati che hanno una scelta. Quell'insegnante può aver avuto un'esperienza, può aver avuto un'esperienza di risveglio, e in qualche modo è convinto di essere illuminato. Poiché hanno fatto A B o C, come la meditazione, l'auto-indagine o qualcos'altro, allora comunicano l'idea dello sforzo progressivo all'individuo. Quindi essi parlano all'individuo e gli dicono: tu sei un individuo separato e per diventare illuminato devi fare questo percorso, meditare o quello che sia. E tutto quello che ti stanno offrendo e tutto il modo in cui siamo, è tutto basato sull'idea che ci sia un'entità separata e che ci sia qualcosa che può essere raggiunto.

L'altra cosa riguardo questo accadere della separazione è che c'è sempre qualcosa là fuori da ottenere, c'è sempre qualcosa che accadrà. Viviamo nell'anticipazione. Tutta la

nostra energia è verso l'ottenere di più. Nel sogno vogliamo diventare più felici, più ricchi, avere più amanti. Stiamo sempre anticipando, stiamo sempre aspettando che accada la prossima cosa, c'è il senso che quello porterà ciò che vogliamo, soddisferà le nostre vite.

Fondamentalmente tutto ciò va avanti mantenendo l'idea di separazione. Tutto l'insegnamento sullo sforzo individuale rinforza l'idea che ci sia un individuo separato che deve raggiungere qualcosa. E' tutto fondamentalmente un'ignoranza.

Liberazione è la realizzazione che non c'è nessuno, che non c'è un individuo separato. Liberazione è la perdita di qualcosa, non è il raggiungimento di qualcosa, non è qualcosa che può essere guadagnato. Quando le persone vengono qui, molte persone vengono a questi incontri pensando che verranno e otterranno qualcosa. Se quello che viene comunicato è davvero ascoltato, allora ci sarà una perdita, ci sarà il senso che non ci sia niente da ottenere. Qualcosa può essere perso e poi allora c'è la sensazione che tutta l'idea dello sforzo individuale cada via. Quindi fondamentalmente siamo qui oggi per parlare della possibilità che non ci sia nessuno seduto in questa stanza. Non c'è nessuno. Non c'è nessun individuo separato.

Tutto quello che c'è è ciò che accade. Tutto quello che c'è è Vuoto. E in questo vuoto le cose apparentemente accadono, ma accadono a nessuno. Questa è tutta la base della liberazione. Improvvisamente c'è questo mondo là fuori, con tutto ciò che va avanti in esso, e tu sei qui e c'è questo mondo. E questo mondo sta accadendo a te. Quello

di cui stiamo parlando qui è la possibilità che questa cosa qui fuori semplicemente cada nel Tutto e non ci sia niente qui fuori a cui le cose accadano.

Quello che anche sorge nella realizzazione che non c'è nessuno, è la realizzazione che non c'è scelta, che non c'è niente che possa essere fatto. Non esiste il libero arbitrio eccetto che nel sogno, nel sogno di essere separato sentiamo che possiamo fare, scegliere, decidere meglio o peggio. Nella liberazione è realizzato che non c'è nessuno, non c'è scelta. Tutto ciò che c'è è Questo. Tutto quello che c'è è ciò che accade. Quindi possiamo usare parole insieme, possiamo parlare di questo insieme e condividere. Possiamo riscoprire questo insieme. Questo messaggio raro e radicale può essere riscoperto.

Condivideremo concetti insieme, su questo. Ma anche quello che può accadere e accade in questo genere di circostanza è che quando le persone si riuniscono per essere aperte a Questo, allora ci può essere un cambiamento energetico. Un cambiamento energetico fuori dalla contrazione. Questa contrazione di essere un individuo separato che cerca qualcosa, si apre all'immensità. Questa immensità, questa energia che può essere sentita è nessuno, non è Tony Parsons, non ha niente a che vedere con Tony Parsons e con nessuno qui. Non è posseduta, è senza limiti. Quindi può esserci un'espansione nell'immensità, fuori dalla contrazione, questa è la liberazione.

Quindi possiamo parlare insieme e condividere questa possibilità e può sorgere chiarezza, può sorgere comprensione, ma ancora non è liberazione. Puoi avere

qualcuno che è chiaro su tutto ciò, assolutamente chiaro e avrai ancora qualcuno, un individuo separato, che è chiaro su qualcosa. Quella non è liberazione. Liberazione è un cambiamento energetico, fuori dalla contrazione nell'immensità, nel non-sapere. Quello di cui parliamo e condividiamo qui è l'avventura del non-sapere. E' l'avventura di vivere in caduta libera. E' l'avventura di vivere in ciò che semplicemente accade, quello che apparentemente accade, sedere su una sedia, respirare, udire una voce. Questo è tutto quello che c'è. Non importa ciò che fai, c'è sempre e solo Questo.

*Tony Parsons, trascrizione di un incontro a Londra, 4  
Marzo 2006*

Fonte: <http://www.non-dualita.it/autori/>

Tony Parsons

## *La separazione è una contrazione energetica*

La parte principale del messaggio è l'esposizione del mito che ci sia una cosa chiamata ricercatore che può trovare un'altra cosa chiamata illuminazione. Per quel che riguarda "Il Segreto Svelato", molto presto nella vita dell'apparente essere umano, accade qualcosa di energetico che è una contrazione nel corpo e quello che sorge da quel senso di contrazione è il senso di un me, un senso di identità che sorge.

Quindi improvvisamente, in tenera età, c'è il senso che ci sia qualcuno qui, "io sono qui". E questo cresce, e poiché quella forma umana vive con molte altre forme umane, c'è sempre più il senso di essere una persona reale che vive con altre persone reali. Quindi io sono reale, io esisto realmente come una persona, come un'identità, ho veramente libero arbitrio e vivo in una storia reale chiamata la storia del me. Quello che sorge è la sensazione che ci sia un me qui, è la storia del me. E ciò che sorge anche con quel senso del me, è il senso di separazione.

Il me è un costrutto artificiale che si sente separato da tutto, ed esiste solamente in una realtà soggetto-oggetto. Ecco come esiste, tramite l'essere consapevole di se stesso. Il senso di contrazione prende la forma di un'identità e quello che sorge in tale identità è ciò che viene chiamato auto-coscienza, il sapere che c'è un se.

Per "Il Segreto Svelato" è uno stato di sogno, è uno stato fittizio, in cui può essere solo sperimentato il senso che tutto sia separato. Quindi il me o il sé vive

nell'esperienza di essere separato da tutto. Ed è per questo che è profondamente insoddisfacente. C'è qualcosa di insoddisfacente nel senso di essere in un mondo separato, separato da tutto ciò che accade. Ad una certa distanza dalla vita, è un senso di essere distanti dalla vita.

Molte persone non riconoscono questo, ma alcune persone, persone sensibili, sentono il senso che manchi qualcosa, quindi cercano ciò che manca. non si sentono soddisfatte. Soldi e tutto il resto non colmano quel senso di essere separato. Quindi cercano ad un livello più profondo la risposta a questo. Approcciano le religioni o terapie, o qualcosa chiamato illuminazione.

Fondamentalmente quello che viene detto qui è che poiché l'individuo è in quel mondo artificiale soggetto-oggetto, non può mai trovare ciò che vuole. Perché ciò che vuole, ciò che davvero desidera, non è un oggetto. Ciò che davvero desidera non può essere posseduto. Ciò che davvero desidera non può essere afferrato. Non c'è niente che il me possa fare per raggiungere ciò che davvero desidera. Ed è quello che condividiamo qui. Andrò più in dettaglio domani, ma questo è fondamentalmente la base del messaggio.

Ciò che espone e ciò che può accadere è che da qualche parte il me che pensa che può trovare qualcosa per il suo completamento può essere guidato da questo messaggio in una sorta di vuoto, una sorta di impotenza. E forse tutto quello che può rimanere è il senso di qualcosa oltre il senso della ricerca del sé. Qualcosa che non può essere afferrato o ottenuto. E anche quello che sorge è il senso che quello che si cercava è tutto ciò che è, costantemente

in ogni caso. E' già qui, non è mai stato perso. Il me non ha bisogno di diventare meritevole per trovare ciò che cerca.

Quello che anche può emergere in questa sorta di comunicazione è che il costrutto artificiale del me, l'intera fabbricazione, tutto il senso di essere separato, può improvvisamente semplicemente crollare. Quindi questo riguarda qualcosa che può essere perso, piuttosto che guadagnare qualcosa. Quello che viene perso è il senso che qualcosa possa essere guadagnato. Quello che viene perso è l'idea che io possa guadagnare qualcosa, che possa avere qualcosa per me stesso. Tutta la ricerca è sempre una ricerca per qualcosa che io posso avere. E' una sorta di materialismo spirituale che raccoglie il desiderio di possedere uno stato in cui vivere.

Quindi chiedi, possiamo parlare di questo e usare parole per illuminare situazioni, ed è possibile che qualcos'altro sorga. Ma anche quello che deve essere detto è che essenzialmente la separazione è una contrazione energetica mantenuta nel corpo. Non ha niente a che vedere col pensiero, col pensiero "io sono separato". Non ha niente a che vedere con la credenza che io sia separato. Non ha niente a che vedere con l'idea che io sia separato. Tutte queste cose sono semplicemente conferme di qualcosa che è una sensazione cellulare mantenuta nel corpo. Va e viene ma è una sensazione cellulare nel corpo. Quindi nessun ammontare di comprensione, sapere o ogni sorta di processo, può mai allontanare quel senso che è energetico. Nulla può mandare via questo.

Perché alla fine, la cosa strana di questo mistero, è che

Tony Parsons

quando quella contrazione improvvisamente crolla, quell'intera artificiale sensazione di essere un me improvvisamente crolla, quello che viene riconosciuto da nessuno, è che non c'è mai stato un me, che tutto il senso di essere un me era totalmente illusorio. Una fabbricazione irreale.

*Tony Parsons, trascrizione dell'incontro tenuto a Monaco,  
23 Maggio 2014*

Fonte: <http://www.non-dualita.it/autori/>

## ***Questo è il mistero che non può essere conosciuto***

*Teresa: Quindi Tony, tu parli sempre di aver perso la sensazione di essere una persona separata, che cosa significa questo esattamente?*

Non c'è nessuno che perde di essere una persona separata. E' che l'illusione di essere una persona separata non c'è più. Ma non c'è qualcosa che sa questo. Non c'è consapevolezza di questo. E' la fine di ciò che conosce o è consapevole di qualcos'altro presente nella realtà. E' la fine di qualunque cosa che riconoscerebbe l'idea di non essere più un "me". Alcuni confondono questo messaggio con l'idea di dover imparare come non essere un "me". Ma non è niente di tutto questo. E' il venir meno di un'energia illusoria. E non può essere descritto.

*Teresa: C'è qualcosa che si può fare per perdere questa sensazione?*

No, non c'è niente che puoi fare perché non c'è nessuno lì. Liberazione è la realizzazione che non c'è nessuno e niente da cui liberarsi. Quindi non c'è mai stato qualcuno lì che avrebbe mai potuto fare qualcosa sull'essere liberato.

*Teresa: Ascolto questo messaggio da anni ormai e ho anche assistito ai tuoi incontri. Quando ascolto questo*

*penso sempre: Ok mi piace molto, ma non lo ottengo!*

E non lo otterrai mai. Il ricercatore, o il “me” o il “sé” non otterrà mai questo. Perché il ricercatore vive in una sua realtà illusoria, come una realtà sognata, e non può assolutamente comprendere questo messaggio. Fra poco andremo all’incontro, e ci saranno circa 60 persone. E ogni volta che c’è un “me” nel corpo, o un “sé”, non sentirà questo messaggio. Qualcos’altro accade nell’incontro, ha che vedere con la risonanza che è oltre il “sé”. Il “me” non ottiene mai questo. Non c’è niente là per “me”.

*Teresa: Quando partecipo agli incontri ho questa sensazione che io non lo ottengo.*

No è esattamente così.

*Teresa: Allora penso, che vado a fare agli incontri?*

Tu vieni, le persone vengono agli incontri, per ottenere qualcosa. Ed è possibile che possano andare via realizzando o almeno capendo che non c’è niente da ottenere. Non c’è niente da ottenere.

*Teresa: Questa dovrebbe essere una buona conclusione.*

Potrebbe essere, tranne che le persone vanno via comprendendo che non c’è niente da ottenere ma poiché

sono ancora dentro l'energia illusoria di essere separati, essi cercheranno ancora. Finché questo muore, questa è la morte la fine di un'energia illusoria. E fino a quando quest'energia non muore, ci sarà sempre il cercare. Quindi anche se qualcuno potesse capire che non troverà mai ciò che sta cercando, continuerà a cercare. Non può fermarsi. La natura del "me", del "sé" è solamente cercare. Il "me" ha perso casa, quindi "me" può solo cercare casa. Quindi questa è un'energia che continuerà sempre a cercarSi, è una energia contratta che sembra aver perso qualcosa, sembra di essere persa nel suo stesso sogno, in cui ogni cosa che sorge è separata e insoddisfacente. Quindi c'è un costante cercare nel "me", nel "sé", per tornare a casa. Ma il "me", il "sé", non può tornare a casa. Finché il "me", il "sé", non muore, continuerà ancora a cercare.

*Teresa: Quindi se hai perso questa sensazione di essere una persona separata, questa energia contratta è arrivata alla fine, in che modo ti senti diverso?*

Non c'è nessuno rimasto. Liberazione è la fine di ciò che fa esperienza della vita o che pensa che la vita stia accadendo. E' la fine di tutto ciò che potrebbe conoscere qualunque cosa anche in termini di sapere che non c'è un sé. E' la fine di una illusione. E quello che rimane è indescrivibile. Non può essere descritto ciò che rimane. Ma non c'è nessuno in esso. Non c'è nessuno che ha questo, E' solo ciò che è. Quindi le parole più accurate per questo, è che ciò che rimane è ciò che è e non è. E' un mistero. E' il mistero che ognuno ha cercato e parlato da

Tony Parsons

migliaia di anni. Ma è il mistero che non può essere conosciuto.

*Tony Parsons, trascrizione di una parte dell'intervista di Teresa Arrieta, Vienna 2014*

Fonte: <http://www.non-dualita.it/autori/>

## *Tutto ciò che è*

Questo è quello accade. Tutto quello che c'è è quello che accade. Sedere sulla sedia, udire dei suoni, respirare, c'è solo quello che accade. Sentirsi interessato, sentirsi non interessato. Pensieri sorgono, ma c'è solo quello che accade. E' energia in questa forma. E' energia. Tutto quello che è, è energia. Energia è tutto.

E l'energia può assumere questa forma. L'energia può apparire come questi corpi che siedono sulle sedie. L'energia può essere qualunque cosa. E' ciò che accade. Tutto quello che c'è è energia che accade. Ed è selvaggia. Questa energia è selvaggia, caotica, pazza, folle. Non c'è nulla che dirige questa energia. E' completamente e totalmente libera di essere qualunque cosa. Non c'è nulla che la muove o la cambia. Nulla può cambiarla. E' completamente la sua energia, è totalmente libera di essere ciò che è. Ed è anche un mago. L'energia è un mago. Può essere tutto. Può apparire come ogni cosa. Può muoversi più veloce della luce. E allo stesso tempo essere completamente vuoto. E' la forma del senza-forma. Viene fuori dal Nulla. E' Nulla che si manifesta come apparente energia. E' Nulla che appare come una manifestazione, come il mondo, come l'universo, come corpi, come auto, come cielo, alberi, marmellata anche.

Quindi tutto quello che c'è è energia. Ed è completamente libera, ma poiché totalmente libera può anche essere limitata, imprigionata. Può apparire come ogni cosa. Può essere contratta. E' senza confini ma può

anche essere contratta. Può essere ogni cosa. E quando quel senso di contrazione entra nella fisiologia umana, entra nel corpo umano, nell'infanzia improvvisamente quello che accade in quel corpo è che sorge il senso di essere separato, il senso di avere una identità improvvisamente in quel corpo, il corpo umano, solo nel corpo umano c'è il senso che ci sia qualcosa, un'identità. E quel senso di essere qualcosa cresce nel corpo e quel corpo incontra molti altri corpi che apparentemente sembrano essere qualcosa.

Quindi il “me”, l’io”, il “sé”, improvvisamente sorge. Improvvisamente c'è un “sé”, improvvisamente c'è un “io”, un “me” e incontra molti altre me, io, sé. E sono tutti assolutamente certi di essere reali. L'intera struttura dell'individualismo, auto-identità, è in un sogno, sorge in un sogno e in un sogno sente che sia assolutamente reale. Sono una vera persona. Sono una vera persona. E vivo in un mondo reale. E ho una vera storia, la storia della mia vita. Io sono nato. Io vivrò. E morirò. Sono certo di questo. E sono certo che sono reale.

L'altra cosa che sorge nel sogno è la convinzione assoluta che l'individuo ha libero arbitrio e scelta, e che può influenzare la sua storia, sta vivendo la storia che può cambiare e farci delle scelte. E l'altro senso che sorge, è che se fa un'azione allora avrà un risultato. Davvero crede in sé stesso, nella storia, nel proprio libero arbitrio, e nella causa-effetto. Queste cose gli sembrano reali.

E' il viaggio, sono in un viaggio. E l'altra cosa che sembra reale, poiché sono in un viaggio, il viaggio sta andando da qualche parte, quindi questa esistenza, la mia

esistenza, ha significato e uno scopo. Perché andrà da qualche parte. L'altra cosa che sorge tuttavia, in quel sogno, in quel sogno ipnotico di essere un individuo separato. E il senso di essere separato è molto potente.

Quindi l'individuo in quella realtà-sogno, vede tutto il resto come oggetti separati. Quindi il me, il sé, l'io, non vede mai l'albero o il cielo o un'altra persona per come sono naturalmente, ma tramite un velo di separazione. E questo è insoddisfacente. Il me davvero vive in una realtà di sogno dove tutto è un soggetto, un oggetto, una realtà soggetto-oggetto. Io sono il soggetto e lei è l'oggetto. Lei è lì, il muro è lì, gli alberi sono là, loro sono là, io sono qui. Questo è profondamente insoddisfacente, ma la maggior parte delle persone non lo riconosce. Ci sono persone che sono abbastanza sensibili da riconoscere che c'è qualcosa che manca, qualcosa che non soddisfa.

Ma la maggior parte delle persone che vive nel sogno del me, e per molti è così, sente che può rendere la propria vita soddisfacente, sotto si sente insoddisfatta ma vanno là fuori e cercano di fare soldi o successo o avere molti amanti o qualunque cosa, cercano in un modo o nell'altro di soddisfare un senso nascosto di mancanza. Le persone sensibili sentono che questa mancanza ha a che vedere con qualcosa di più profondo. Quindi cercano una risposta nella religione o nella terapia o hanno sentito parlare dell'illuminazione e questo suona come una risposta.

Quindi vanno dagli insegnanti di illuminazione. Perché ovviamente l'altra cosa è che crescono credendo di essere individui e che attraverso le proprie scelte posso rendere la loro vita migliore o peggiore. Quindi rimangono in questo

sensò di dover fare uno sforzo per ottenere il soddisfacimento. Perciò vanno da un insegnante che gli offre un soddisfacimento personale. Un soddisfacimento cristiano, un soddisfacimento terapeutico quando diventi una persona più bilanciata o un soddisfacimento di illuminazione, quando ottieni l'illuminazione seguendo una lista di istruzioni o altro. E questo è molto potente, è un messaggio molto potente. Il messaggio religioso è incredibilmente potente, in tutto il mondo, perché parla al me che si sente perso. Parla al me e dice: Ti senti perso ma io ti mostrerò la risposta. Ti mostreremo come non essere perso. E' il messaggio psicologicamente più popolare che ci sia.

Quello che condividiamo insieme stasera è l'esposizione dell'intera struttura del me, il modo in cui il me prende forma, il modo in cui il me si sente reale, il dilemma del sentirsi reale, dell'avere scelte reali e la terribile futilità, la terribile e meravigliosa futilità dello sforzo che fa per ottenere soddisfacimento. Quindi divideremo insieme l'esposizione dell'illuminazione di questo: da qualche parte il me vive in un mondo che è finito, vive in un mondo soggetto-oggetto e può solo esistere in quel mondo. Esiste in una realtà finita attraverso l'essere autocosciente. Nell'infanzia l'autocoscienza subentra. Io sono consapevole di me stesso. E cresce e cresce, e le persone vivono nell'autocoscienza. E questo le mantiene chiuse in una realtà finita.

Questo senso di nostalgia sorge ed è limitato solamente in quella realtà. Quindi il ricercatore è costantemente alla

ricerca, dal punto di vista di essere un soggetto, di un oggetto chiamato auto-realizzazione.

Quello che condividiamo insieme stasera è la terribile possibilità che tutto questo sforzo è completamente e totalmente futile, a causa della stessa natura del me. Possiamo condividere questo verbalmente, possiamo condividere dei concetti insieme, e chiedi tutto riguardo come senti te stesso, questa manifestazione. E la risposta a queste domande sarà costantemente di puntare al sogno illusorio dell'essere un me, all'illusione che il il me può percorrere una via per realizzarsi.

Quindi possiamo parlare insieme in questo modo ma soprattutto, la cosa più liberatoria che accade è non-verbale. Quello che davvero siamo qui a condividere insieme è qualcosa che non può essere descritto a parole, che non può essere compreso, afferrato. Quello di cui stiamo parlando qui è un paradosso. Non può mai essere ottenuto. E non ha bisogno di essere ottenuto, perché quello che forse emergerà è che quello che il ricercatore desidera non è mai andato via, quello che il ricercatore desidera non è mai andato perso. Il ricercatore cerca qualche cosa astratta là fuori, ma in verità vive IN ciò che desidera. Quindi questa è l'esposizione di un sogno illusorio e in un altro modo punta a qualcosa che è totalmente semplice e ordinario.

*Tony Parsons, trascrizione dell'inizio dell'incontro tenuto ad Amsterdam, 11 Ottobre 2013*

Tony Parsons

Fonte: <http://www.non-dualita.it/autori/>

## *Uno con tutto e ogni cosa*

La natura della liberazione è diretta, semplice e naturale, come respirare. Molti la incontrano e rapidamente le voltano le spalle per tornare a ciò che pensano di poter conoscere e fare. Ma ci sono coloro per i quali l'invito risuona... improvvisamente vedono e sono pronti a lasciare andare tutta la ricerca, persino la ricerca di ciò che hanno chiamato illuminazione.

L'illuminazione diventa disponibile solo quando si accetta che non può essere raggiunta.

Dottrine, processi e cammini progressivi che cercano l'illuminazione peggiorano solo il problema che tentano di risolvere, dato che rinforzano l'idea che si possa trovare qualcosa che si presuma sia perduto. È proprio questo sforzo, questo investimento sulla propria identità che continuamente ricrea l'illusione della separazione dall'Uno. Questo è il velo che noi crediamo esista. È il sogno dell'individualità.

Il solo probabile effetto dell'estremo sforzo di divenire ciò che già io sono, è che alla fine cadrò a terra esausto e mi lascerò andare. In quel lasciare andare potrebbe sorgere un'altra possibilità.

La vita non è un'impresa da compiere. Non c'è assolutamente nulla da ottenere eccetto la realizzazione che non c'è assolutamente nulla da ottenere.

L'illuminazione non ha nulla a che fare con la perfezione.

La realizzazione dell'illuminazione porta con sé

l'improvvisa comprensione che non c'è nessuno e nulla che si illumina.

L'illuminazione semplicemente è. Non può essere posseduta, così come non può essere raggiunta.

Tutto e ogni cosa sono l'Uno, e tutto ciò che facciamo è metterci di mezzo attraverso il nostro cercare di arrivare a questo Uno.

Coloro che reclamano l'illuminazione presumono di possedere uno stato che immaginano di aver raggiunto. Resteranno ingabbiati nei propri concetti individualistici basati sul loro particolare sistema di credenze.

Il fare bene a scuola, creare un business di successo o realizzare l'illuminazione. Era tutto un cammino nel divenire; un raggiungere un risultato nel tempo.

Il tesoro che cerchiamo deve essere scoperto non dove stiamo andando, ma nella semplice natura di ogni passo che intraprendiamo. Nella nostra corsa per ottenere una situazione migliore nel tempo, calpestiamo il fiore dell'essere che si presenta di momento in momento.

Sembra che il nostro attaccamento allo scopo nasca dal bisogno di provare qualcosa a noi stessi. Ma la vita è semplicemente vita, e non sta cercando di provare assolutamente nulla.

La vita ha in sé il suo stesso scopo e non ha bisogno di una ragione per esistere.

Stavo camminando, ho notato che ogni passo era completamente unico in sensazione e pressione, che c'era solo per un momento e poi arrivava il prossimo passo, senza mai essere ripetuto due volte nello stesso modo.

Mentre tutto questo accadeva c'era una transizione da

me che guardava il camminare a semplicemente la presenza del camminare. Una totale immobilità e presenza sembravano essere scese su ogni cosa. Io non esistevo più. Ero svanito e non c'era più qualcuno che faceva esperienza.

Posso solo dire che «l'Uno con tutto e ogni cosa» era ciò che era accaduto e che un amore traboccante aveva riempito ogni cosa.

*Tony Parsons, tratto da "The Open Secret"*

Fonte: <http://www.non-dualita.it/autori/>

Tony Parsons

## *Presenza è la nostra costante natura*

Presenza è la nostra costante natura, ma la maggior parte del tempo la interrompiamo attraverso un vivere in uno stato di aspettativa, motivazione o interpretazione. Non siamo quasi mai a casa. [...]

Solo qui, nella consapevolezza presente di ciò che semplicemente è, ci può essere la libertà di essere liberi dall'immagine di se stessi.

Vivere appassionatamente è lasciare andare ogni cosa in cambio della meraviglia della presenza senza tempo. [...]

La presenza non può essere confusa con l'«essere qui e ora» che è un processo continuo creato dal sé separato e non ha diretta rilevanza con la liberazione.

Presenza è una qualità di benvenuto, una consapevolezza aperta che è dedicata semplicemente a ciò che è. Ci può essere ancora qualcuno che è consapevole e c'è ciò di cui siamo consci... il suono dell'acqua che scorre, il sapore del tè, la sensazione di paura o il peso e la consistenza di sedersi su una poltrona. E poi può esserci il lasciare andare di colui che è consapevole e allora tutto ciò che rimane è presenza. [...] C'è semplicemente ciò che è.

All'inizio è sufficiente permettere che la consapevolezza si dedichi a ciò che è. Il lasciare andare colui che è consapevole può seguire questa cosa con facilità, ma non può mai essere un obiettivo.

Io non posso «creare» presenza, semplicemente perché io sono presenza. [...]

La presenza è totalmente senza sforzi [...]. La presenza

può solo essere permessa e riconosciuta. Ciò che tendo a fare per la maggior parte del tempo è schivarla o interromperla. [...]

Nella presenza tutta l'azione è libera da impedimenti e senza macchia. È la spontaneità che nasce dall'immobilità.

Nel permettere la presenza [...] ciò che muore è tutta l'aspettativa, il giudizio e lo sforzo del divenire. Ciò che muore è il ciarpame della separazione, il senso di identità di sé, che può solo funzionare nell'illusorio mondo del passato e del futuro, della memoria e dell'aspettativa. Poiché tutto potrà essere trovato se ci lasciamo andare semplicemente a ciò che è: saremo allora in un luogo di non conoscenza. [...]

Ciò che lasciamo andare è il nostro incessante bisogno di sentire che siamo un'identità separata. [...]

Quando c'è presenza non c'è più il sé. [...]

Non c'è mai nessuna situazione in cui non possiamo non essere uniti al presente. Non è meraviglioso?! [...] La presenza è disponibile in qualunque situazione, o per dirla in altre parole, la libertà è già continuamente disponibile.

Ogni giornata con i suoi eventi ci dà l'occasione di essere presenti a... dolore, paura, il rumore di un'auto, il vento tra gli alberi, il mio corpo sulla sedia, una penna tra le dita, dolore emozionale, abitudini, essere pieni di giudizi su di sé, colpa, camminare, il sapore del formaggio, essere di fretta, essere pigri, esercitare il controllo, e la mente che fa il guru [...].

Se provo a portare luce su un aspetto in particolare della mia storia, disturbo il naturale fluire [...].

Perché la presenza non è un obiettivo [...]. Non è un

esercizio spirituale o uno strumento per raggiungere uno scopo [...]. La presenza [...] non sta cercando di andare da nessuna parte e se io sono, l'ho già interrotta.

Tony Parsons, tratto da “The Open Secret“

Fonte: <http://www.non-dualita.it/autori/>

Tony Parsons

## *Io sono*

Temendo la debolezza lotto per il controllo, temendo l'intimità combatto per essere distaccato, temendo la sottomissione cerco di essere dominante e se temo di essere ordinario tento di essere speciale.

Nella presenza non c'è divenire, non c'è attaccamento ad un obiettivo. Vedo che non devo raggiungere più alcuno standard o comportarmi in un certo modo per diventare degno.

Mentre impegno la mia energia nel sentirmi in colpa e nel tentare di alleviare quella sensazione illusoria, non faccio che negare la possibilità di una liberazione.

Ciò che sto facendo è mettere energia su un concetto illusorio di giusto e sbagliato per evitare ciò che è assolutamente oltre ad entrambi.

Nella presenza non c'è il dubbio perché non c'è storia. In qualsiasi situazione, o mi sento separato o c'è presenza.

Nella presenza, il sé non c'è più e semplicemente c'è ciò che è.

Non posso rendermi immobile, ma quando ciò che appare come non immobile è visto, allora quel vedere è emanato dall'immobilità stessa.

Io non sono...

... la mia storia, la mente, il corpo, le sensazioni, le esperienze di dolore e piacere, la lotta, il successo o il fallimento. Io non sono solitudine, immobilità, frustrazione o compassione. Io non sono neppure ciò che penso sia il mio scopo, il cercare, il trovare, o qualunque cosa possa essere chiamata un'esperienza spirituale.

Io sono...

... esattamente così come sono, proprio qui e proprio ora, l'espressione divina. Tu sei l'espressione divina esattamente come sei, proprio qui, proprio ora. L'espressione divina è, esattamente così com'è, proprio qui, proprio ora. Nulla, assolutamente nulla, ha bisogno di essere aggiunto o tolto. Nulla è più valido o sacro di qualcos'altro. Nessuna condizione deve essere soddisfatta. L'infinito non è da un'altra parte in attesa che noi ne diventiamo degni.

Non devo passare attraverso alcun tipo di cambiamento o processo.

Non ho bisogno di essere serio, onesto, disonesto, morale o immorale, estetico o rozzo. Non ci sono punti di riferimento. Tutto è esattamente come dovrebbe essere, proprio ora. Tutto è come è, divina espressione.

Non devo neppure attendere che discenda la grazia.

Poiché io sono, tu sei, c'è già grazia perpetua.

L'illuminazione è un'improvvisa, diretta ed energetica chiarificazione che è costantemente disponibile. È un «segreto aperto», un segreto ovvio e disponibile, che si rivela in ogni parte delle nostre vite. Non c'è sforzo, cammino di purificazione, processo o insegnamento di alcun tipo che ci possa portare a questo. Perché il «segreto aperto» a tutti non riguarda il nostro sforzo di cambiare il modo in cui viviamo. Riguarda la riscoperta di cos'è che vive.

Devo dire che la semplicità è una delle qualità che più mi ha sorpreso riguardo a questa rivelazione, grazie alla sua natura capace di abbracciare ogni cosa.

*Tony Parsons, tratto da "The Open Secret"*

Fonte: <http://www.non-dualita.it/autori/>

Tony Parsons

## *La Storia del Me*

Tutto ciò che c'è è totalità, interezza.. energia sconfinata che appare come ogni cosa... il cielo, gli alberi, le emozioni, i pensieri e qualsiasi cosa. E' il mistero del nulla che allo stesso tempo è il tutto.

Non c'è nulla al di fuori della sconfinata immensità ma nonostante questo, visto che è libera, può apparire come fosse separata da se stessa...può apparire come fosse la storia del me. Non c'è nulla di giusto o sbagliato in questa apparizione che è la totalità nella sua apparente manifestazione.

L'energia contratta sembra sorgere nell'essere umano e creare un senso di separazione dal quale nasce il senso d'identità... la coscienza di sé. Il me è nato e la storia del me pare cominciare. Il me è la storia e la storia è il me, e uno non può esistere senza l'altro. Tutti e due si manifestano e funzionano in una realtà dualistica come soggetto e oggetto. Ogni cosa sembra essere personalmente esperita come una serie di eventi che stanno accadendo in un tempo reale a un me reale. All'interno di questa storia, il viaggio, lo scopo e il libero arbitrio sembrano essere reali.

Questo senso di separazione non è solo un'idea, un pensiero o una credenza. E' un'energia contratta incorporata nell'intero organismo che influenza ogni esperienza. Come conseguenza il me esperisce un albero, il cielo, un'altra persona, un pensiero o un sentimento attraverso un velo di separazione. E' come se il me fosse

un qualcosa e tutto il resto tante altre cose separate che accadono proprio al me. Ciò che sorge da questa sensazione è una sottile percezione d'insoddisfazione. Come se qualcosa fosse stato perso o nascosto.

Per la maggior parte delle persone questo senso d'insoddisfazione non è così evidente, e dato che credono di essere individui con libertà di scelta e di volontà sembrano motivati a provare a creare una storia di successo...buone relazioni, buona salute, benessere, potere personale e qualsiasi altra storia.

Invece per altri esiste una maggiore sensibilità rispetto al fatto ci sia qualcosa che sembra essere andato perso. Questa sensazione produce un desiderio per un più profondo senso di appagamento. Da qui può nascere una ricerca nella religione, nella terapia o nel significato dell'illuminazione. E dato che il me si è convinto di avere i mezzi per influenzare la sua storia, inizia anche a presupporre di potere trovare un maggiore appagamento attraverso le proprie scelte, la propria determinazione, le proprie azioni.

Il me potrebbe, ad esempio, recarsi da un prete o un terapeuta o un insegnante d'illuminazione per trovare quello di cui pensa di avere bisogno.

Spesso, dato che il me sente di avere perso qualcosa, ci può essere un senso di inadeguatezza e quindi viene ricercato un insegnamento che soddisfi la necessità di fare qualcosa che porti a una trasformazione personale e faccia sentire degni di essere soddisfatti. Tutta quest'attività accade in apparenza all'interno della storia del me la quale funziona in una realtà artificialmente dualistica. In questo

modo il me cerca nel mondo del 'finito' quello che è infinito. E' un qualcosa che cerca un altro qualcosa, e quello cui veramente anela rimane irraggiungibile essendo già ogni cosa. E' come cercare di catturare l'aria con una rete da farfalle. Non è difficile, è meravigliosamente impossibile. L'essenziale futilità di questa ricerca inevitabilmente nutre un senso del me che si sente ancora più inadeguato e separato.

Inoltre, nell'attività di ricerca ci possono essere esperienze lungo il cammino che incoraggiano il me a cercare ulteriormente e a provarci con rinnovato vigore. La terapia può portare un temporaneo senso di equilibrio personale nella storia. Pratiche come la meditazione possono portare a uno stato di pace e di silenzio. L'auto-investigazione può portare a un'apparente progressiva esperienza di comprensione e rafforzata consapevolezza. Ma affinché la consapevolezza lavori necessita di qualcosa di separato di cui essere consapevole. La consapevolezza semplicemente nutre la separazione, e uno stato di distacco può sorgere ed essere scambiato per illuminazione. Tutti questi stati vanno e vengono all'interno della storia del me.

Alla base di tutti gli insegnamenti su come diventare illuminati sta l'idea che un cambio di convinzione o d'esperienza possa portare a una conoscenza personale dell'essere uno, dell'auto-realizzazione o della scoperta della propria vera natura. Tutto l'investimento in un percorso che prosegue nutre la storia di un me che può ottenere qualcosa. Anche la suggestione di un arrendersi o di un'accettazione personale può all'inizio essere molto

attraente e portare a uno stato di soddisfazione...per un po'. Ci sono tanti cosiddetti insegnanti non-duali che nutrono la storia del me che diventa liberato.

In ogni caso, l'unità a cui aneliamo è senza confini e gratuita. Non può essere afferrata e nemmeno avvicinata. Non esiste nulla che dovrebbe essere fatto o cambiato o fatto meglio di qualcosa che è già tutto.

L'esperienza del me può sembrare molto convincente perché 'il mondo' in cui vive sembra dominato da molti di questi me in molte storie. Ma il costruito del me è incostante e senza fondamenta. Tutta la storia del me è solo una danza senza alcun significato o scopo.

Un'esposizione profonda e senza compromessi del costruito artificiale del senso di separazione e della storia del me può allentare la presa che li tiene saldi al loro posto e rivelare il modo in cui la ricerca può solo rinforzare il dilemma. L'apparente senso di separazione, comunque, è nella sua essenza energia contratta che nessuna quantità di chiarezza concettuale potrà mai disfare.

Quando però esiste un'apertura verso la possibilità di un qualcosa che esiste oltre la ricerca, allora sembra che l'energia contratta possa dissolversi nella libertà sconfinata che già è. E comunque questa è un'altra storia che cerca di indicare e descrivere un totale paradosso... l'apparente fine di qualcosa che non è mai stato reale...la storia del me.

Tutto quello che c'è, è libertà senza limiti.

Fonte: <http://www.non-dualita.it/autori/>

## *La Sorgente*

Solo la Sorgente appare. Tutto ciò che si manifesta è sempre e unicamente una espressione della Sorgente: l'universo visibile, il mondo, la storia della vita, il corpo-mente, le sensazioni, il senso di separazione, la ricerca dell'illuminazione.

E' l'Uno che si manifesta come due, la nessuna-cosa che appare come ogni cosa. Il teatro della ricerca è assolutamente senza significato né scopo; è un sogno da svegli, non c'è un'intelligenza più fondamentale che tesse il destino, né scelta che si presenti a un qualunque livello. Niente nasce e niente muore. Non sopraggiunge niente. Ma questo, così com'è, invita il ricercatore apparente a scoprire la sua origine. Quando l'invito non è accolto da nessuno, allora si è visto che solo la sorgente è, stato di quiete senza causa, immutabile, impersonale a partire dal quale sorge in celebrazione un amore incondizionato. E' il prodigioso mistero.

*D: Sono stato molto colpito quando avete detto che ogni cosa può semplicemente essere quello che è perché nessuno è lì a prendere decisioni o scegliere una cosa diversa. Quando questo è visto chiaramente, una incredibile quantità di elementi mentale diventa, in modo evidente, senza oggetto. Infatti nell'idea stessa di scegliere si nasconde quella del bene e del male, di me che fa meglio o peggio, di qualcun altro che non agisce correttamente, e la mente si perde in queste idee. E, mi sembra, una visione chiara che questo porta una*

*semplificazione nel corpo-mente verso un pensiero giusto, perché ogni pensiero o resistenza a ciò che è appare chiaramente ridicolo. Potete confermare nella vostra esperienza questa semplificazione della mente?*

Si, assolutamente; è una maniera rivoluzionaria e fondamentalmente naturale di vedere la realtà. E' ciò che la realtà è veramente. Il nostro condizionamento è credere che, da qualche parte, non vado per niente bene, che anche il mondo non va, e che dobbiamo fare qualcosa per cambiare tutto questo. E' il condizionamento totale: le cose devono cambiare, migliorare e io devo diventare migliore. E' rivoluzionario arrivare a vedere che, in realtà non capita niente, niente è mai cambiato, e che è sempre la stessa cosa. Solo i colori cambiano. Non c'è da andare da nessuna parte e niente da fare. Non c'è da andare da nessuna parte perché non c'è nessuno che va da qualche parte, non c'è nessuna parte dove andare perché il paradiso è proprio qui. Il paradiso è sempre, continuamente, proprio qui. E' una presa di coscienza rivoluzionaria che si situa così al di là del tempo e dello spazio e li ingloba totalmente. E' incredibilmente semplice, e tutto si dissolve: tutte le nostre opinioni, le nostre concezioni su come dovremmo essere e cos'è l'illuminazione. Tutto questo si dissolve semplicemente.

*D: Si, allora vedo proprio una grande semplificazione. Tuttavia dite che l'impulso della mente a funzionare prosegue anche dopo il risveglio o l'illuminazione, anche se sapete che questa sostanza mentale non siete voi. Può*

*sorgere la collera ma vedete chiaramente che non c'è nessuno per essere in collera, allora si dissipa come fumo; perché, per un risvegliato, non c'è né attaccamento né identificazione. Così, dopo la vostra esperienza, testimoniereste che rimane un movimento di resistenza residua a ciò che è?... Lo comprendete meglio, ma l'impulso è lì, lo vedete, va, viene e continua ad apparire. Quell'impulso attraverso cui vedete, si dissipa nel corso del tempo manifestandosi sempre meno?*

Si, e' quel che succede, durante quello che a noi sembra essere del tempo: Tutto diventa più armonioso e rallenta. Tutta quell'ansia, quell'angoscia, quelle enormi energie s'appianano. "Solleverò le montagne e alzerò le vallate", diceva Cristo. Il risveglio, sono tutti quegli estremi che si riducono e si riducono. Quello non può vivere nella luce. Può sorgere la collera ma non può mantenersi in quella luce, non c'è più nessuno ad abboccare all'amo, a mostrare un qualunque interesse. Non può dunque vivere sotto quella luce particolare.

*D: Mi è sembrato, osservando la vita stessa, la manifestazione, che non è veramente altro se non impulso e resistenza. Questa è la manifestazione; però ciò che è veramente, non resiste assolutamente a niente. Questo è un po' sorprendente. All'infuori di quella resistenza assoluta, o neutralità assoluta o amore assoluto, il fatto che la manifestazione dia impulsi e resistenze è fondamentalmente la vita.*

Si, è ciò che sembra. Ma l'insieme della vita emana dall'amore incondizionato, che è totalmente neutro, completamente neutro. La manifestazione parrebbe portare energie positive e negative in conflitto permanente. Ma in effetti si equilibrano sempre esattamente. La totalità delle cose si equilibra. Tutto ciò che fa l'esistenza sembra solo essere in cambiamento e in progressione, ma, in realtà, tutto è totalmente neutro e in quiete. E' un mistero.

*D: Una comprensione intellettuale prende forma in me nei termini della necessità d'un sistema di credenza in un'esistenza separata che si scioglie perché sopravvenga il risveglio. Da un'altra parte, ciò che sembra aggrapparsi più forte o manifestarsi come più intimo, è la paura. La paura di lasciar andare o della morte psicologica. Potete dirci qualcosa di più?*

Questo non si deve produrre. In qualche modo la mente cerca ancora un processo temporale. Tony Parsons stesso spiega che il ricercatore deve lasciar andare e che la nube deve svanire perché il sole sia presente. La mente interpreta immediatamente questo in termini di processo che deve arrivare. (Prima che arrivi, il risveglio non può esserci. Pertanto la mente elabora sempre una lista di cose; anche due o tre tappe devono compiersi prima che quello arrivi.) In effetti non deve arrivare proprio niente. Ma in un modo o nell'altro la mente inganna la coscienza dicendo: "Bene, ciò deve arrivare; di conseguenza dobbiamo mettere una sorta di paura su tutto quello per

evitare quell'uscita". Per la mente ci sono molti modi di trovare una soluzione o un problema che riguarda il risveglio, perché non può capire il risveglio. Ciò che vede chiaramente, è che il risveglio la cacerà dal suo trono. Perciò, non resistete all'idea che si devono superare delle tappe. E se si presenta la paura, Questo è l'invito. L'invito si manifesta attraverso i sensi, e non parlo di un racconto sul risveglio, ma della sensazione corporea della paura, che è ciò che è.

*D.: E' in certo modo il genio dell'ego che fa il suo lavoro, suppongo.*

Si. Il guru mentale, come io lo chiamo. La mente che vi convincerà che vi condurrà là farà di tutto; è così brillante che vi convincerà che vi condurrà là, ma vi sta conducendo sempre. Quello non arriva mai, ma si avvererà sempre domani.

*D.: Vivo con un uomo che mi sembra essere nel deserto, e in quel deserto la sua sensibilità si esacerba. Il mondo diventa per lui sempre più fonte di sofferenza. E' arrivato al punto della vostra transizione tra essere una persona e essere?*

Ah, si. Non era in quel modo per Tony Parsons. Per molti quello non deve essere un deserto. Non dovete passare per la notte oscura dell'anima perché questo si produca. La gioia può passare ad una gioia maggiore. Fu così per Tony Parsons. Ed è così per altri e

ci sono persone che conosciamo a Londra che non sono più persone – per certi tra loro era una gioia in una più grande gioia, e per altri il deserto. Ce ne sono alcuni per i quali la comunicazione con persone apparenti a Londra, che sono nel deserto e il mondo, diventa più insopportabile perché la sensibilità si affina. La sensibilità cresce e tutto sembra diventare sempre più spiacevole o più che minaccioso per un momento, sì. Evidentemente un altro effetto sorge tra la lotta sempre più violenta delle apparenze di stati nevrotici in questa apparenza corporeamente. La mente non vuole che quello arrivi e attaccherà certuni con tutto ciò che possiede; ma altri no.

*D.: Potete dirci qualcosa in più sull'invito?*

D'accordo. Prima che questa grande avventura sia cominciata benché non sia in effetti mai cominciata e non finirà mai, ma per la mente questa è una storia da dormireci sopra. Dunque, prima di ogni inizio, ci siamo riuniti. Noi, puri esseri, ci siamo riuniti in comitato e abbiamo deciso di giocare al gioco della manifestazione. Beninteso, vi abbiamo incluso in totalità l'idea illusoria della separazione. Così abbiamo deciso di dividerci in piccoli pezzi, poi di pretendere che saremmo esseri separati non avendo più contatto con la sorgente. Però, fu anche deciso che a partire da un certo punto in quella avventura, desiderassimo tornare a casa. Abbiamo perciò pensato: "bene, come torneremo a casa, qual è il modo migliore di darci un passaporto per tornare a casa?" E abbiamo convenuto che tutto ciò che si manifestava sarebbe stato

un invito al ritorno a casa. Sto facendo un lungo giro per esprimere il fatto che ciò che guardate in questo momento è la sorgente di tutto ciò che è. E non è solo questo, è quello, è il muro, il pianoforte, tutto viene dalla sorgente dell'essere, dall'assoluto. Tutto viene dall'amore incondizionato, tutto è "Un essere due".

Tutto ciò che è manifestato proviene dalla sorgente della luce o dall'amore e di conseguenza, nella sua natura originale, è la nostra casa. E' la sorgente, è ciò che siete. E dunque ciò che vedete siete voi stessi che vi manifestate come un fiore o un muro. E nella separazione, se diventate intimi con quello, qualunque cosa sia, siate ora il vostro posteriore sulla poltrona, il gusto del tè, l'auto che passa. L'intimità con quello è la dissoluzione del sé separato, illusorio. Può morire in quell'intimità, è come fare l'amore. Possiamo fare l'amore e sparire, sì, può succedere. Ed è la stessa intimità con ogni cosa, col muro, il suolo, un rumore, e le sensazioni nel corpo. Tutte sono come l'invito dell'innamorato: ritorna a casa. Tutto è semplicemente l'innamorato e la sua ragione d'essere è quella d'invitare il separato in apparenza a ritornare a casa...

Così, viviamo in un invito totale! Poco importa la sua natura. Può essere una sofferenza emozionale, un pensiero non necessariamente spirituale, uscito dalla mente.

Tutto è sacro, tutto è invito, non c'è niente che non sia invito, che non sia l'innamorato.

Perciò non potete sfuggire alla vostra liberazione, sfuggire all'unità, perché è ciò che voi siete.

Evidentemente, il ricercatore è invitato, ma quando il

Tony Parsons

ricercatore non c'è più, l'invito non è più necessario.  
Allora tutto è celebrazione.

Fonte: <http://www.non-dualita.it/autori/>

