

Abbracciare l'istante presente

Per la prima volta vedo chiaramente il mio sviluppo attraverso i mutevoli drammi nella materia. La mia intera visione dell'evoluzione è trasformata, e vorrei averlo saputo nella mia ultima vita fisica. Avrei capito molto meglio le persone che mi circondavano.

Remi conosce i miei pensieri. «L'idea umana del tempo è un tentativo di spiegare il decadimento. La chiave per evolvere sta nell'abbracciare l'istante presente, poiché questa è l'unica occasione in cui possiedi un'enorme facoltà creativa. Il passato non c'è più e il futuro non è che un sogno. L'istante presente è l'unica realtà, il solo punto nell'illusione del tempo in cui puoi plasmare e configurare la tua vita».

In un attimo mi trovo a fluttuare nel nulla; non c'è alcuna struttura, nessuna parete o pavimento. Mi sento come se mi stessi librando privo di peso nello spazio senza un solo punto di riferimento. Lotto per controllare le ondate di panico che minacciano di sopraffarmi.

Davanti a me, attraverso innumerevoli vite fisiche, si estende la mia intera esistenza; mi sforzo di afferrare l'enormità di questi eventi. È troppo da comprendere: il passato e il futuro si dilatano nell'infinito, estendendosi ben oltre i confini della mia mente. In lontananza vedo una scheggia di luce bianca brillante. Il frammento luminoso si fa sempre più grande e splendente, espandendosi fino a sopraffare la mia consapevolezza. Attratto in questa luce abbagliante, mi fonde con essa, diventando la luce della pura presenza. Tutto è chiaro, e l'unica realtà è l'istante presente. Finalmente comprendo una semplice verità: soltanto il momento presente è reale.

Come il sole, irradio i miei pensieri nel mondo esterno, dando forma alle varie energie intorno a me, ed è evidente che creo le mie esperienze attraverso la distesa dello spazio. La mia capacità creativa si estende al di là della mia immaginazione. Quando focalizzo tutta la mia attenzione sull'istante presente, i risultati sono spettacolari; improvvisamente la mia facoltà creativa aumenta di cento volte.

Solo il presente fornisce l'opportunità. Come ho fatto a non capirlo prima? Soltanto nel qui e ora posso plasmare la mia vita. Come un artista, posso creare solo quando i miei pensieri toccano la tela del momento presente.

Ora capisco; quando la mia attenzione scivola nel passato, il mio potere creativo si disperde e si indebolisce all'istante. Quante volte ho fatto lo stesso errore? È compito mio imparare a dirigere la luce della mia consapevolezza. È compito mio assumermi tutta la responsabilità dei miei pensieri e delle mie creazioni.

La mia guida risponde: «Invece di diventare un raggio laser di luce creativa, gli umani perlopiù divengono fioche candele incapaci di illuminare il proprio cammino. Senza la luce focalizzata della consapevolezza a guidarli, essi sono condannati a vagare nei mondi esterni inseguendo la loro ininterrotta processione di pensieri.

La chiave della tua evoluzione spirituale sta nell'abbracciare l'istante presente. È questa l'apertura che ti farà fare esperienza della tua autentica essenza. Divieni consapevole ogni volta che la tua mente si distrae dal presente e viene attratta dal passato. Lascia andare la continua divagazione delle necessità dell'ego e la routine del pensiero. Sii coraggioso, sii potente; ancorati nell'istante presente».