

הזכות הבסיסית

במשך היום, מתי שאני נזכרת באופן טבעי, אני לוקחת רגע קצר של מנוחה כמודעות. רגע קצר של הכרה בטבע האמיתי שלי שאינו מושפע מהצורות, מהסיפורים, מהחוויות. אותו דבר שמביט דרך עיני, ששומע דרך אוזני, שנוכח תמיד באופן שלו ושלים. אותו דבר שאינו משתנה, יציב תמיד, שניבט אלי מהמראה כשהייתי קטנה, ואני מזהה אותו עכשיו ניבט אלי מהמראה, ללא גיל וללא צורה. אני נזכרת שזהו הטבע האמיתי שלי, שלם וללא רבב. ואני בוחרת לנוח בזה, עם זה, כזה.

במקום ללכת סחור סחור עם המחשבות, הרגשות, התחושות והחוויות השונות (נקודות המבט השונות). במקום לבחור לפתח סיפור מנקודות המבט, או להתעלם מהן או לנסות לשנות אותן, אני פשוט בוחרת לנוח כמודעות המכילה אותן ולתת להן להיות בדיוק כפי שהן - האנרגיה הדינמית של המודעות. וככאלה הן מופיעות, משגשגות וחולפות.

אין עוד יעד, כי כל רגע קצר הוא שלם בפני עצמו ומכיל את הבריאה כולה.

זה כל כך טבעי ומולד, זאת הזכות הבסיסית של כל אדם, להתוודע ולהכיר את הטבע האמיתי שלו. אין כל צורך ללכת רחוק, לחפש במקומות שונים, זה פה עכשיו, בתוכנו, מושלם ושלים, נצחי ובלתי משתנה, מלא אהבה. הדרך היחידה, היא החוויה הישירה. רגעים קצרים של מודעות, לוקחים אותנו עד הסוף, להכרה מלאה במה שמכיל את הכאן ועכשיו. תהליך צבירת ביטחון במודעות, הוא נפלא. יותר ויותר אני מכירה במודעות כטבע האמיתי שלי, יותר ויותר אני מסתמכת על המודעות.