

LBRIS

We know
books

LESTER LEVENSON

SCELGO LA PIENA LIBERTÀ

**Coordinatore dell'edizione:
IULIAN ZONENSTAIN**

**ENALOGOS PUBLISHING
BARNOVA
2022**

LBRIS

We know
books



ENALOGOS
PUBLISHING

Copyright © Enalogos Publishing
www.enalogos.com ; www.enalogos.life

Traduttori:
Gabriela Elena Paoletto
Roberta Lora Paoletto

Publicato e stampato in Romania

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României
LEVENSON, LESTER

Scelgo la piena liberta / Lester Levenson ; coord.
ed.: Iulian Zonenstain. - Bârnova : Enalogos
Publishing, 2022
ISBN 978-606-95564-2-9

I. Zonenstain, Iulian (coord.)

159.9



Lester Levenson

INDICE:

3	1.	PREFAZIONE
10	2.	LESTER, TRA LE SUE PAROLE
13	3.	LA FELICITÀ
22	4.	COME MANTENERE LA FELICITÀ IN MODO PERMANENTE
28	5.	LA RICERCA FONDAMENTALE DI QUALSIASI ESSERE
33	6.	DOMANDE, RISPOSTE E FASI DI CRESCITA INTERIORE
44	7.	LA CRESCITA INTERIORE OGNI GIORNO
46	8.	AFORISMI
49	9.	EVOLUZIONE SPIRITUALE
54	10.	ATTEGGIAMENTO E AZIONE
59	11.	ASSUNZIONE DI RESPONSABILITÀ
68	12.	L'AMORE
73	13.	SULL'AMORE
81	14.	RAPPORTO DI COPPIA E FAMIGLIA
87	15.	EGO
91	16.	IL CORPO
95	17.	IL CORPO PERFETTO
102	18.	LA GUARIGIONE
114	19.	IL DESIDERIO
119	20.	IL MONDO
125	21.	IL MONDO FISICO ED IL MONDO SPIRITUALE
131	22.	LA MENTE
135	23.	LA MENTE E LA MATERIA
142	24.	OLTRE LA MENTE
143	25.	SPERIMENTA LA CONSCENZA
150	26.	KARMA
157	27.	LIBERAZIONE, RILASCIANDO GLI ASPETTI INCONSCI DELLA MENTE
165	28.	PERPETUA FELICITÀ
172	29.	COME ABBANDONARE LA MENTE
177	30.	LA LIBERAZIONE INTERIORE COSCIENTE
182	31.	CHI CI INDICA LA VIA DELLA LIBERTÀ?
190	32.	INSEGNANTI E MAESTRI
196	33.	L'AMORE IN AZIONE
201	34.	AFORISMI
204	35.	CHI SONO?
211	36.	IL SÉ
217	37.	TU SEI QUELLO
228	38.	CONTINUA FINO ALLA FINE
246	39.	LESTER LEVENSON AUTOBIOGRAFIA
248	39.1	LA LETTERA DA PARTE DI LESTER
249	39.2	L'INTRODUZIONE

We know
books

323

LIBRIS

separazione. E così semplice! Il tuo punto di vista cambia quando ottieni risultati dalla separazione all'unità. Semplice! Semplice!

Prima di questo punto, tutto è separato da te. Dopotutto, è tutto in te. Prima, il mondo sembrava molto reale. In seguito, vedrai il panorama della vita come un sogno. Riconoscerai la trama del sogno e lascerai fluire il sogno. Poi, quando sei pronto a lasciare il sogno, raccogli tutte le tue forze e con un grande sorriso sul viso, lasci consapevolmente il corpo nella tua immortalità.

Il vero Tu, il tuo vero Sé, il tuo "Io", come sei veramente. Non è limitato al corpo o alla mente che pensi di essere ora. Il nostro vero Essere, il nostro vero Sé, è come lo schermo di uno spettacolo cinematografico. Il tuo vero sé è lo schermo senza cambiamento e le immagini che passano sono il mondo.

Il nostro io, lo schermo, non si muove mai, ma tutte le immagini sullo schermo lo fanno. Quando guardi i personaggi sullo schermo e l'intero gioco che va avanti, gli incendi, le inondazioni e le bombe, non toccano lo schermo. I fuochi non lo bruciano; le inondazioni non la inaffiano; le bombe non lo distruggono. Questo schermo, come il nostro Essere, è immutabile e intoccabile. Ma sovrapposta al Sé, proprio come sullo schermo, c'è tutta questa azione. Quando ti svegli al fatto che questo è uno spettacolo cinematografico, da quel momento sai che l'azione del mondo è reale come nei film.

Il mio augurio per tutti è che tutti raggiungano lo stato più alto possibile, così che qui sulla terra abbiamo quel paradiso che tutti sognano, dove la vita è bella, la vita è facile e tutti hanno il più grande amore e rispetto per tutti gli altri. Questo porterebbe alla scomparsa dell'infelicità, farebbe sparire tutte le malattie, tutti i pensieri di guerra e distruzione sarebbero rimossi dalle nostre menti e sostituiti con l'esatto contrario: amore, bellezza e gioia.

In conclusione, il mio desiderio più grande è che tutti (l'altra parte di me) sappiano pienamente ciò che so, in modo che tutte le sofferenze e le infelicità abbiano fine.

40. LA VITA PRIMA DELLA CONSAPEVOLEZZA	250
40.1 L'AMORE È FIDUCIA	250
40.2 AMARE SIGNIFICA AMARE L'ALTRO PER QUELLO CHE È (LUI O LEI)	255
40.3 L'AMORE RAPPRESENTA L'ACCETTAZIONE DELLE PERSONE PER QUELLO CHE SONO	259
40.4 AMORE E COMPRESIONE SONO LA STESSA COSA	266
40.5 NON PUOI AMPLIFICARE L'AMORE: ABBANDONA SOLO L'ODIO	270
40.6 AMA IL TUO AVVERSARIO	272
40.7 QUANDO AMI DAVVERO, NON PUOI ESSERE FERITO	277
40.8 IN QUALSIASI MOMENTO, QUANDO QUALCUNO SI SENTE MALE, NON AMA IN QUALSIASI MOMENTO, QUANDO QUALCUNO SI SENTE BENE, AMA	281
41. LA LIBERTÀ	284
41.1 L'AMORE ELIMINA LA PAURA	284
42. LA VITA DOPO LA COSCIENZA (D.C.)	290
42.1 L'AMORE SOPRA TUTTO L'AMORE CREDE A TUTTO	290
42.2 L'AMORE FIORISCE IN ALTRO AMORE	295
42.3 LA SAGGEZZA DEL "PERCHÉ" L'AMORE È CONTAGIOSO	298
42.4 L'AMORE NON HA PUNTI DI VISTA	304
42.5 L'AMORE È LA VIA E LA DESTINAZIONE	308
42.6 L'AMORE CERCA LA PROPRIA SIMILARITÀ	312
42.7 L'AMORE È LA LIBERAZIONE DELL'ALTRO	316
42.8 L'AMORE È ACCETTAZIONE	319

ALLEGATI

1. STRUMENTO PRATICO PER LA CONSAPEVOLEZZA DEI SINTOMI DELLA VITA	242
2. DIALOGO INTERIORE	245

LESTER, TRA LE SUE PAROLE

Grazie!

Un saluto e Amore a ciascuno di voi. Penso di avere la sorpresa più grande stasera. Non mi è stato detto che avrei tenuto la conferenza fino a 10 minuti prima delle 20:00. Mi è stato detto brevemente che sarei stata la sorpresa. Ovviamente ho cominciato a pensare: "Di cosa parlerò? Stai parlando di te, stai parlando di me?"

Poi ho capito: "Qual è la differenza? Siamo tutti sulla stessa barca chiamata vita". Facciamo tutti, secondo me, esattamente la stessa cosa che ho fatto io. Siamo tutti alla ricerca del summum bonum. Il sommo bene, all'ultimo posto; stiamo parlando di felicità. Eppure, ne siamo ancora privati, tutto il tempo. La combattiamo, la cerchiamo o ci chiediamo dov'è?

Nel 1952 affermai di aver trovato il luogo dov'era: esattamente dove mi trovavo. Proprio dove sei! E tutta questa ricerca, giorno dopo giorno, anno dopo anno, è una tale perdita di tempo! Sì, la felicità è esattamente dove siamo. Voglio dire, qui in questa classe chiamata terra, cercando di scoprirlo

qualcosa, supremo. Ma tutti la cerchiamo fuori di noi, dove non c'è. Se focalizzassimo la nostra attenzione solo su noi stessi, lo scopriremmo proprio qui! Dove siamo! Anche nel tuo stesso essere. Te lo dico io: TU SEI! e tu dici SÌ. Questo è tutto. Non fare altro e sarai nel supremo stato di felicità. Dimmi, perché non lo fai? Sei così abituato a cercarla lì, oltre, in lui, in lei, in un lavoro... E lei non c'è mai. Quindi facciamo tutti lo stesso viaggio nel tentativo di scoprire di cosa si tratta, dov'è la nostra felicità, e quando ci fermiamo e ci voltiamo verso l'interno, scopriamo che tutti questi sentimenti negativi e terribili sono solo... sentimenti. E che è possibile liberarsi di questi sentimenti! Come? Rilasciandoli. Tutti questi sentimenti sono programmi subconsci - ognuno di essi posto allo scopo di sopravvivere - non è solo paura, ma sopravvivenza. Tutti i nostri sentimenti sono stati programmati per mantenerci

automaticamente in modalità sopravvivenza. Continuano a cercare fuori, cercando di sopravvivere, mantenendo le nostre menti inconsciamente attive 24 ore al giorno. Non smettiamo mai di pensare e scoprire chi siamo. Se potessi smettere di pensare per un momento, faresti l'esperienza più straordinaria che esista: che tu sei la totalità di questo universo nel tuo essere, che quando la tua mente si calma, vedrai automaticamente: *io sono l'essere più magnifico da questo universo.*

Sono intero, completo e perfetto. Lo sono sempre stato, lo sono ora e lo sarò sempre.

Cosa ci impedisce di trovarci nello stato più desiderabile che esista? Semplicemente i programmi accumulati, chiamati sentimenti. Tutti questi sentimenti negativi ci fanno sforzare costantemente per sopravvivere, lottare costantemente per questo; guardare costantemente fuori da questa cosa straordinaria che siamo e tutto ciò che dobbiamo fare è calmare le nostre menti e diventare consapevoli in questo.

Come lo facciamo? Io dico che è semplice.

Il metodo della liberazione interiore cosciente. È il modo più veloce ed efficace per raggiungere questo alto stato dell'essere. Quando abbiamo il controllo totale del nostro universo, dove ogni momento è meraviglioso, è impossibile essere infelici. E dico che questo è il nostro stato naturale: quando questi sentimenti negativi vengono rilasciati.

Un giorno lo farai. Sarai nella stessa barca in cui combatti e farai di tutto per ottenere quella felicità; un giorno, la otterrai perché non ti fermerai mai finché non ci arriverai. Ma se vuoi farlo più velocemente, fallo a modo nostro. Ti prometto che rimarrai piacevolmente sorpreso. Tutto quello che stai cercando si trova esattamente dove ti trovi tu ora. Tutto quello che devi fare è toglierti gli occhiali. La tua vista è molto sfocata. Guardia attraverso questi programmi subconsci: quando li rilasci, la tua visione diventa chiara e scopri che sei tu il più grande. Sei intero, sei completo, sei eterno. Tutta la tua paura di morire se ne va. E la vita sarà così leggera dopo! E non c'è nessuna battaglia, quando porti questi sentimenti negativi in superficie e poi li butti via.

Quindi vi esorto ad imparare questa tecnica. È uno strumento. Tra una settimana ci sarà un grande cambiamento in meglio. Da lì continuerai a diventare sempre migliore, sempre più leggero, sempre più felice.

Questo si chiama amore è tua natura. Tutto l'amore nell'universo è nella tua natura. Scoprirai che la felicità - la tua felicità - equivale alla tua capacità di amare e, al contrario, tutta la tua miseria equivale al tuo bisogno di essere amato. Amate, amate, amate! E sarete così felici, sani e prosperi! Ma ancora una volta, eliminate i sentimenti di non-amore. Quindi ti esorto a provare il nostro metodo.

Ti prometto che sarai molto soddisfatto.

Provalo, ti piacerà.

Grazie mille per essere venuto!

LA FELICITÀ

Inizierò con ciò che interessa a tutti noi, ok?

La mia parola preferita per il nostro tema è Felicità. Quando guardiamo a ciò che tutti cercano o ciò di cui tutti hanno bisogno è la felicità, giusto? E quando trovi Dio, il tuo Sé, si rivela come la suprema felicità. Quando cerchiamo e troviamo la verità completa, la verità assoluta, ancora una volta, risulta essere la felicità suprema. Cerchiamo tutti ciò che è meglio per noi stessi. Il sommo bene si rivela suprema felicità. Ogni essere cerca la libertà, e la completa libertà o liberazione, non è altro che suprema felicità.

Quindi, alla fine, le parole di Dio, il bene, la verità, la liberazione, si rivelano loro stesse come la felicità suprema. Ognuno di noi cerca questa Bontà, Felicità, Liberazione, Verità, Dio, Sé. Non c'è nessuno che non la cerchi. L'unica differenza tra noi e gli altri è che la cerchiamo consapevolmente nella giusta direzione. Gli altri cercano ciecamente la felicità nel mondo e non raggiungono mai veramente la piena felicità a cui aspirano. Andiamo dritti a cercarla. La cerchiamo lì dove si trova. La cerchiamo dentro di noi.

La gente vuole una felicità continua, costante, eterna, senza alcuna tristezza e nessuno è mai soddisfatto finché non la trova.

Tutti cercano ciò che tutti vogliamo, la differenza più grande è che alcuni la cercano all'esterno e sono frustrati, mentre noi la cerchiamo all'interno diventando più felici.

Quando ci addentriamo in noi stessi scopriamo che tutta la felicità è lì. L'unico posto in cui possiamo provare felicità è in noi stessi. Ed è esattamente che si trova. Ogni volta che attribuiamo questa felicità a una situazione esterna, a una persona o una cosa esterna, riceviamo più dolore che piacere. C'è qualcuno che non è d'accordo con questo? Se hai sperimentato abbastanza, se hai vissuto abbastanza a lungo e se hai esaminato questi sentimenti, l'hai sicuramente scoperto. La felicità che cerchiamo e crediamo sia lì,

fuori di noi, non esiste. La "*felicità senza dolore*" si trova solo entrando. Questo è il primo punto.

Ora, il punto numero due è che questa grande Felicità che cerchiamo non è altro che il nostro Sé, il nostro Essere. La nostra natura intrinseca, più basilare, è ciò che cerchiamo, che ci appartiene, qui e ora. Siamo quella felicità che cerchiamo, guardando fuori e che non troviamo lì. Guardandoci dentro, scopriamo che è il nostro stesso Sé, privo di condizionamenti, privo di limiti autoimposti.

Non c'è nessuno di noi che non sia in connessione diretta o in possesso di un Essere infinito, che sia completamente perfetto, presente, gioioso ed eterno. Non c'è nessuno che non sia in contatto diretto con Lui, in questo momento! Ma a causa dell'errato apprendimento e dell'assunzione nei secoli dei concetti di limitazione, guardando verso l'esterno, abbiamo offuscato gli occhi. Ho coperto questo essere infinito con concetti come: "Io sono questo corpo fisico", "Io sono questa mente", "Con questa mente, in questo corpo fisico, ho molti problemi". Quindi per scoprire questa verità, questo Essere illimitato che tutti siamo, dobbiamo calmare la nostra mente e, infine, lasciarla andare, liberarcene. Solo così possiamo raggiungerlo, realizzarlo.

La mente non è altro che la somma totale di tutti i pensieri. Tutti i pensieri sono concetti limitanti. Se qualcuno di noi potesse fermare l'atto di pensare in questo momento e rimanere così, sarebbe un Essere illimitato da questo momento. È così semplice, ma allo stesso tempo - non necessariamente facile da fare.

È necessario cancellare prima il pensiero negativo per ottenere abbastanza positività, in modo da poter andare nella giusta direzione. Quindi rinunciare a tutti i pensieri, rinunciare a tutti i pensieri negativi e positivi. Quando questo accade, scopriamo che siamo nel regno della conoscenza, dell'onniscienza, non abbiamo bisogno di pensare perché tutto è noto e siamo tutti felici e totalmente liberi. Quando sai tutto, non c'è niente a cui pensare!

Pensare significa semplicemente legare le cose ad altre cose, connettere le cose insieme.

Sapendo tutto, conosciamo l'armonia, l'Unità e non c'è bisogno di connettere le cose attraverso il pensiero.

Pertanto, siamo liberi; liberi da ogni concetto di separazione e limitazione. Liberi di usare la mente se vogliamo comunicare con l'apparenza del mondo.

Il processo di entrare dentro implica scoprire cos'è la mente. Scopriamo che la mente non è altro che pensieri, e i pensieri non sono che una moltitudine di concetti limitanti. Calmiamo le nostre menti lasciando andare questi pensieri fino a quando la mente diventa abbastanza silenziosa da vedere questo Essere infinito che siamo. Toglie la nebbia, le nuvole che ricoprono questo Essere infinito e ci lasciano completamente liberi. Quando vediamo per la prima volta questo Essere infinito dentro di noi, l'opera non è ancora finita; ci sono ancora dentro di noi vecchi schemi mentali. Poi, quando non ci sono più pensieri, subconsci e consci (i pensieri inconsci sono quelli più difficili da rilasciare), quando non ci sono più pensieri, questa è la fine del percorso del gioco limitato. Allora siamo totalmente liberi, per sempre!

In realtà, non abbiamo scelta: siamo esseri illimitati. Se c'è una scelta, potrebbe essere solo la scelta di essere limitati! Abbiamo scelto di limitarci a tal punto che ora ci comportiamo alla cieca, come se fossimo esseri estremamente limitati. Di conseguenza viviamo tutti con problemi apparenti.

I problemi sono solo apparenti perché si presume che siano reali solo nelle nostre menti. Tutto ciò che vediamo nel mondo, lo vediamo solo nella nostra mente. Non c'è nient'altro che la nostra coscienza; nulla può essere visto se non attraverso la nostra coscienza. Quando uno comincia a rendersene conto, allora lavora per cambiare la propria coscienza e quindi cambia le sue condizioni esterne.

Cambiare l'ambiente è un primo passo in questo percorso. Così facendo, avete la prova per capisci quello che sto dicendo. Niente dovrebbe essere accettato solo per sentito dire. Non credere mai a quello che senti. Se accetti quello che dico solo ascoltandomi, hai a che fare con una voce, una testimonianza indiretta; ma devi dimostrare tutto a te stesso. In questo modo diventa una tua conoscenza e ti sarà utile. Per progredire nella direzione della saggezza e della felicità, è assolutamente necessario che tutti si mettano alla prova.

Come ho detto sopra, la Verità non potrà mai essere trovata nel mondo. Il mondo come lo vediamo ora è multiforme, duale. Quando andiamo oltre il mondo, scopriamo la Verità assoluta, scopriamo che c'è un'Unità singolare nel mondo e nell'universo, che si dimostra essere proprio il nostro Essere, che alcuni chiamano Dio. Il mondo esiste, ma non come lo vedono le persone. Il mondo è davvero solo il nostro Sé. L'"io" che usiamo quando diciamo "io" è esattamente lo stesso "io" apparente, separato e diviso. Quando vediamo la Verità vediamo che tu sei me, che c'è un solo Essere, c'è una sola Coscienza, e che noi siamo la somma totale di tutto l'Essere o Coscienza che prima sembrava separata.

Riprendendo l'idea, per trovare la Verità o la Felicità, devi andare dentro, devi vedere l'Unità, devi vedere l'universo così com'è realmente, come nient'altro che la tua coscienza, identificandoti con il tuo Sé. È difficile da descrivere; è qualcosa da sperimentare. Lo sai solo quando vivi l'esperienza. Non si può capire ascoltando qualcuno. Libri e insegnanti possono solo indicare la direzione, dobbiamo percorrere il sentiero. Questa è una delle cose buone di questo percorso. Non c'è niente da credere, tutto deve essere sperimentato e provato da ognuno di noi prima di poter essere accettato.

Invece, posso prendere due citazioni dalla Bibbia: "Io sono chi sono" e "Stai tranquillo con la consapevolezza che io sono Dio". In altre parole, sei quello che stai cercando; calma la tua mente finché non riesci a vederlo.

OK? Ora possiamo iniziare le domande.

D: Ho trovato una differenza: queste persone, tutti noi nella stanza, ognuno di noi ha una forma, ed io la vedo.

Lester: Hai notato male. Ti sbagli. Quando mi guardi, dovresti vedere la Verità, dovresti vedere te stesso. Sforzati fino al giorno in cui vedrai questa Verità.

D: Quando qualcuno ha una certa esperienza interiore e comincia a credere, c'è ancora una decisione importante su cosa fare con se stesso mentre si è in quel momento. E poi si deve decidere cosa fare del resto della sua vita.

Lester: Sì. Devi decidere se perseguire il tuo benessere cercandolo nel mondo o cercandolo in te stesso.

D: Hai avuto sicuramente molte esperienze, ma sarai sempre attratto da un contatto con il mondo esterno, a meno che...

Lester: A meno che non trasformi il mondo esterno in te stesso. Ad ogni modo, se tu non sei attaccato al mondo, questo non può darti fastidio. In questo modo puoi continuare a vivere in equilibrio.

D: Per trasformare il mondo esterno in me, penso di aver bisogno di purificarmi.

Lester: Sì. La pratica di "servire" il mondo ti purificherà.

D: Dovrei andare a sacrificare ciò che è rimasto di me in qualche tipo di servizio.

Lester: L'unica cosa che sacrificherai in questa direzione è la tua infelicità. Il servizio per il bene del mondo ti porterebbe solo felicità, nella misura in cui sei coinvolto dal profondo del tuo cuore. Più servi volontariamente il mondo, più scopri di essere connesso a tutto e tutti. Non c'è isolamento. Servizio disinteressato e diventare totalità, questa dovrebbe essere la nostra direzione. Non separarti e non lasciare che gli altri ti separino da Te. Ti trasformi in loro con la pratica del servizio disinteressato.

D: L'unico motivo per cui farei uno sforzo in quella direzione è perché potrei aiutare meglio le altre persone.

Lester: Ok, ma non puoi aiutare gli altri più di quanto tu possa aiutare te stesso. Di conseguenza, il modo migliore per aiutare gli altri è aiutare te stesso. Funziona automaticamente, aiuterai gli altri nella stessa misura in cui aiuterai te stesso. Fai entrambi.

D: Hai detto: aiuta te stesso aiutando gli altri? Non è un'azione a doppio senso?

Lester: Sì. Tuttavia, è lo scopo che conta. Se ti aiuto per motivi egoistici, non aiuta né me né te. Se ti aiuto solo per lo scopo di aiutarti, crescerò anche io. Ma ci sono molte persone nel mondo che aiutano solo per propria glorificazione dell'ego, e questo non aiuta né loro, e nemmeno te.

D: Questo è un concetto molto delicato, una cosa molto difficile da liberarsi; quella dell'ego.

Lester: corretto. Quando non c'è ego, tutto ciò che rimane è l'Essere infinito che sei tu. L'ego è il sentimento di separazione

dalla Totalità. Sono un individuo, Lester, e sono separato da Tutto e da tutti, e voi umani siete qualcosa di diverso da me, questo è il senso dell'ego, della separazione. Quando non sono Totalità, mi sfugge qualcosa e quindi cerco di riaverlo. Penso di aver bisogno delle parti del tutto che mancano e sto iniziando a cercare di ottenerle. Pertanto, presumo che non ho Tutto, sono limitato e questo avvia una spirale discendente che continua fino a quando non arriviamo dove siamo. Comunque ora siamo tutti in salita. E il grosso problema è liberarci del nostro ego, nel senso di essere un individuo separato dal resto. Possiamo farlo analizzando le nostre motivazioni. Quando la nostra motivazione è egoistica, la cambiamo, la rendiamo altruistica; agiamo per gli altri più che per noi stessi e in questo modo cresciamo.

D: La crescita è un costante divenire consapevole?

Lester: Sì. Devi prima volerlo. Quando vuoi, allora diventi consapevole del tuo pensiero. Allora diventi consapevole del tuo non pensare, che si presenta sotto forma di periodi di pace e benessere.

D: Come se cercassi di scoprire, per esempio, perché qualcuno sente delle cose o perché qualcuno sta male; come sono stati per me questi due anni di malattia. È tremendo! Proprio stamattina, stavo parlando al telefono con mia sorella, dopo averla sentita, continuavo a pensare: "Perché? Come mai? Perché?" Ho cercato di essere calmo, per quanto possibile.; ma improvvisamente, ho realizzato il perché ero stato così negativo, con una così immensa chiarezza. E ho pensato a te: "Beh, questo è ciò che intende Lester". Scoprire perché e quando lo si vede, lo si trasforma immediatamente in qualcosa di positivo e si viene liberati.

Lester: Giusto, molto bene. Continua così finché non rimane più nulla.

D: Questo è quello che hai sempre voluto dire sul realizzare il pensiero subconscio e poi lasciarlo andare.

Lester: Sì. Portare il pensiero subconscio nella coscienza e quando è lì, lo vedi e, naturalmente, lo lasci andare a causa della sua negatività. Ma finché rimane incosciente, non lo vedi e non puoi farci niente, giusto?

D: No. E cose incredibili accadono quando si inizia il processo. Wow! Non è facile.

Lester: All'ego non piace quello che sta succedendo e tu tendi a combatterlo.

D: Spesso mi sento equilibrato e poi qualcosa appare nell'ambito delle relazioni personali o da altre direzioni. Improvvisamente provo un dolore profondo e mi rendo conto che ogni volta che provo dolore, mostro il mio limite e faccio un passo indietro, lo guardo e mi libero dell'intera situazione.

Lester: Sì, ogni situazione può essere usata per evolvere osservando ciò che sta accadendo, nel modo in cui lo fai. Continua a farlo finché non c'è bisogno di lasciar andare più niente, finché non ci sarà più l'ego.

D: Il lavoro creativo, per esempio, coinvolge anche l'ego. È molto sottile. Se guardi spiritualmente, sei più in grado di dipingere un quadro o fare musica o altro; questo è un punto che mi ha sempre infastidito; il coinvolgimento dell'ego in esso. Ero preoccupato, come puoi canalizzare, scambiare, vendere qualcosa?

Lester: La risposta è semplice: vendilo, ma non attaccarti a questa creatività.

D: È difficile, perché l'ego dice: "Io sono il creatore".

Lester: Non importa quello che fai, sii distaccato. Lascia andare la sensazione "Io sono il creatore". Lascia che la creatività fluisca attraverso te.

D: Penso che in quasi ogni atto creativo ci debba essere una parte spirituale, il suo stelo è praticamente una pura motivazione, ma è quasi sempre mescolato all'ego.

Lester: Vorrei chiarire una cosa: tutto ciò che fai è creativo, è impossibile fare qualcosa che non sia creativo. Questo perché la mente è solo creativa, ma quando generiamo cose che non ci piacciono, le chiamiamo non creative o distruttive. Quando creiamo cose che ci piacciono, le chiamiamo creative e costruttive. Ma la mente è solo creativa. Ognuno è un creatore. Quello che teniamo a mente, lo creiamo.

D: Quindi tutto il nostro ego è una nostra creazione?