

## Prima 'Praticare' e poi 'Essere' la Presenza (Brian Lovse)



\*\*\*

Cominciai a “praticare la Presenza” intorno al 1997 ed ebbi dei buoni risultati. Mi immaginavo che l’aria intorno a me fosse carica di amore e che io potessi percepire la sua emanazione. Continuando a concentrarmi cominciai a sentire uno spostamento nella coscienza che mi portava in una realtà della Presenza. Più tardi divenni consapevole di un’accelerazione che mi attraversava il corpo quando cambiavo coscienza, simile ad un brivido.

Ho continuato questa pratica fino al presente. In vari momenti negli anni sentivo una grande solitudine dentro di me. All’inizio attribuivo questo a situazioni correnti della mia vita. Un giorno ricevetti un’ispirazione: la solitudine era Dio che mi chiamava alla consapevolezza. Quando praticai la “Presenza”, la solitudine scomparve.

Quando venne pubblicato il materiale di John Van Auken sul “Passaggio nella Coscienza” comprai i libri e le cassette e praticai nel miglior modo possibile. Più tardi presentai questo materiale ad un amico che sembrò subito riuscirci, mentre io facevo fatica. Egli cercò di aiutarmi, ma invano. Ne discutemmo molte volte, e una cosa che cominciò a delinearsi fu l’enfasi sull’uso dell’immaginazione. Diventò ovvio per noi che era necessario usare questa capacità per progredire via via negli spostamenti spirituali o dimensionali nella coscienza. **Arrivammo a capire che l’illusione di questa vita esisteva perché stavamo immaginando la separazione da Dio e che questa consapevolezza poteva essere rovesciata immaginando l’esatto opposto.**

Durante le mie prime passeggiate mattutine cominciai ad immaginare la **presenza di Dio** come amore, emanando da ogni cosa intorno a me - l’erba, il marciapiede, gli alberi e ogni foglia, ecc. Un giorno avvenne un cambiamento e sentii l’amore indirizzato a me. Continuai così senza però ripetendo l’esperienza. Poi avvenne qualcosa di diverso. Invece dell’amore ricevetti l’impressione del singolo “Occhio di Dio” che mi guardava da ogni oggetto intorno a me. Questo mi spaventò a morte! (Ancora adesso, quando ci penso, ho una sensazione strana.) Mi sono impresso nella mente il valore dell’uso dell’immaginazione per giungere ad una svolta. Per molto tempo ho pregato ogni mattina di essere in sintonia con Dio. L’altro giorno, dopo la meditazione, andai in cucina e poi tornai in camera passando vicino

alla mia sedia per la meditazione. All'improvviso ebbi un momento di illuminazione, un momento di lucidità che non lasciava dubbi su che cosa significa essere in sintonia con Dio. Alcuni minuti dopo stavo sforzandomi di ricordare e trattenere in mente tutto quello che avevo compreso. Ciò che ho trattenuto è questo: **per essere**



**in sintonia con Dio è necessario che io pensi con la mia mente di Dio.** E' necessario allontanarsi dal pensare con la coscienza del "piccolo io" e invece pensare e percepire con la coscienza di "IO SONO". In altre parole, identificarsi come Dio e vedere la vita da quella prospettiva. Non vi è giudizio, critica, ego o contesa. C'è l'accettazione delle cose così come sono con la consapevolezza che tutto è proprio come

dovrebbe essere. Vi è amore, pace e gioia. Dobbiamo quindi muoverci da una coscienza della Presenza verso l'essere la Presenza.

Questo è ciò che feci. Mentre stavo guidando in macchina decisi di far finta di essere Dio che passava attraverso la mia creazione e che osservava. Era inoltre necessario rendermi conto che tutto ciò che percepivo era una parte di me, che l'avevo creato da me stesso.

Ah, che cambiamento in prospettiva! Per anni mi ero allenato a cercare i difetti in me, e avevo perfezionato la capacità di essere critico, non solo di me stesso, ma di essere critico di tutto ciò che percepivo. Ora quello doveva essere scartato. Dovevo vedere da una prospettiva di perfezione, non solo in me stesso ma anche in tutti e tutto. Cominciai a notare delle cose a cui non avevo fatto caso per anni - le foglie degli alberi, il cielo visto attraverso i rami e la realizzazione che tutto era anche me. Andai in un ristorante. Percepì che la gente che incontravo era me stesso, Dio, che sperimentava con manifestazioni diverse. Eccomi qui che sperimentavo con l'essere grasso o magro. Eccomi qui che sperimentavo con l'essere nero o ispanico o caucasico. Eccomi qui che sperimentavo con l'indossare un tatuaggio o degli anelli nelle orecchie o un chiodo sulle sopracciglia.

Wow - non riuscii a criticare! Come Dio, non mi vedevo come un Essere onnipotente che chiedesse qualcosa dalle sue creazioni, bensì come un'energia amorevole, benevola il cui potere sta nel concedere libera espressione in vari esperimenti di libera volontà.

Ho avuto molto successo con questo concetto. Forse questo è uno dei mezzi verso il "passaggio nella coscienza" e forse è ora per tutti noi di prima praticare la Presenza di Dio e poi essere Dio.

Venture Inward, gennaio/febbraio 2006