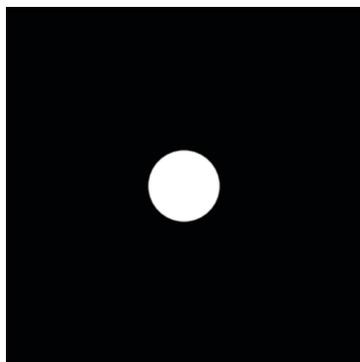


SIAMO
COSCIENZA STESSA



UNA COMUNICAZIONE
LIBERAMENTE OFFERTA A TUTTI DA
AVATAR ADI DA SAMRAJ

SIAMO
COSCIENZA STESSA

UNA COMUNICAZIONE
LIBERAMENTE OFFERTA A TUTTI DA
AVATAR ADI DA SAMRAJ

Copyright © 2013, 2024 ASA. Tutti i diritti sono riservati.

Per quanto concerne l'opuscolo che è pubblicato in questo sito web, è l'intento perenne di Avatar Adi Da Samraj che venga distribuito gratuitamente e intatto, e che nessuna modifica venga apportata senza previa consultazione con ASA, che è contattabile tramite il sito: www.consciousnessitself.org

Prodotto da Adi Da Foundation.

Tutte le citazioni in questo opuscolo provengono dal volume *Notice This* [N.d.T.: *Nota Questo*] di Avatar Adi Da Samraj, con l'eccezione delle seguenti: l'ultima frase nel capitolo «Diventa un Partecipante nel Mondo Reale» (tratto da un discorso di Avatar Adi Da del 27 dicembre 1998), il capitolo «Un Modo per Osservare come la Coscienza sia Sempre la Stessa» (tratto da un discorso di Avatar Adi Da del 30 novembre 1998), e il capitolo «Il Libero Amore-Beatitudine dell'Essere» (tratto dall'opera *The Dawn Horse Testament* [N.d.T.: *Il Testamento del Cavallo dell'Alba*] di Avatar Adi Da). Il testo attuale è stato modificato secondo alcune convenzioni editoriali, basate su accordi presi con Avatar Adi Da durante la sua vita.

L'immagine in copertina è una comunicazione visuale creata da Avatar Adi Da Samraj. Il disco bianco in campo nero rappresenta ciò che Avatar Adi Da ha soprannominato il «Sole di Mezzanotte», ovvero una raffigurazione della Luce Cosciente, Che È, in Condizione Libera, Al Di Là e Perfettamente A-Priori, di tutti i fenomeni condizionali.

INTRODUZIONE

Cosa Siamo?

Qual è la cosa più importante dell'esistenza?

Il fatto della consapevolezza.

La consapevolezza è più importante del corpo, più importante dell'emozione, più importante della mente.

Ciò che è più importante non è l'essere consapevoli di qualcosa – ma semplicemente il fatto che siamo sempre consapevoli –.

Quella costante condizione di consapevolezza è ciò che Avatar Adi Da definisce come «Coscienza Stessa».

Non coscienza di qualcosa – come una sensazione fisica, una emozione, un pensiero, una persona o un oggetto nel nostro ambiente – bensì Coscienza Stessa.

Di fatto, la Coscienza Stessa è la nostra vera identità – noi siamo Coscienza Stessa –.

Poiché la Coscienza Stessa è la realtà che pervade ogni aspetto dell'esistenza umana, Avatar Adi Da l'ha definita come «la Vera

Acqua della vita» – ossia la profonda sorgente di Verità che è la vera Fonte del nostro vivere –.

Sapere di essere Coscienza Stessa ci assicura sanità, liberazione e felicità nel cuore – al di là di ogni prova che ci possa riservare questa esistenza mortale –.

E la realtà che siamo Coscienza Stessa è un messaggio che Adi Da voleva trasmettere a tutti gli esseri umani.

Questa comunicazione è un dono di Avatar Adi Da per voi.

Cosa Siamo Veramente

Avatar Adi Da ha riassunto il suo dono di Verità con una singola frase.

Egli ha voluto trasmettere questo dono a ogni singolo essere umano sulla Terra, affinché la consapevolezza di questa Verità potesse diventare il fondamento di ogni vita umana.

Avatar Adi Da desiderava perfino che tutti i bambini potessero venire a conoscenza di questa Verità da piccoli, così che le loro vite ne potessero essere guidate fin dal principio.

Avatar Adi Da dice che questa Verità vale «a prescindere da cosa appaia».

In altre parole, la Verità è quella, indipendentemente da cosa possa sentire il corpo, da quali emozioni possano manifestarsi, da quali pensieri possiamo avere, e da cosa sembri avvenire nel mondo intorno a noi.

E Avatar Adi Da rivela anche che questa Verità vale perfino se, nel presente, non si stiano manifestando alcune sensazioni fisiche o emozioni o pensieri.

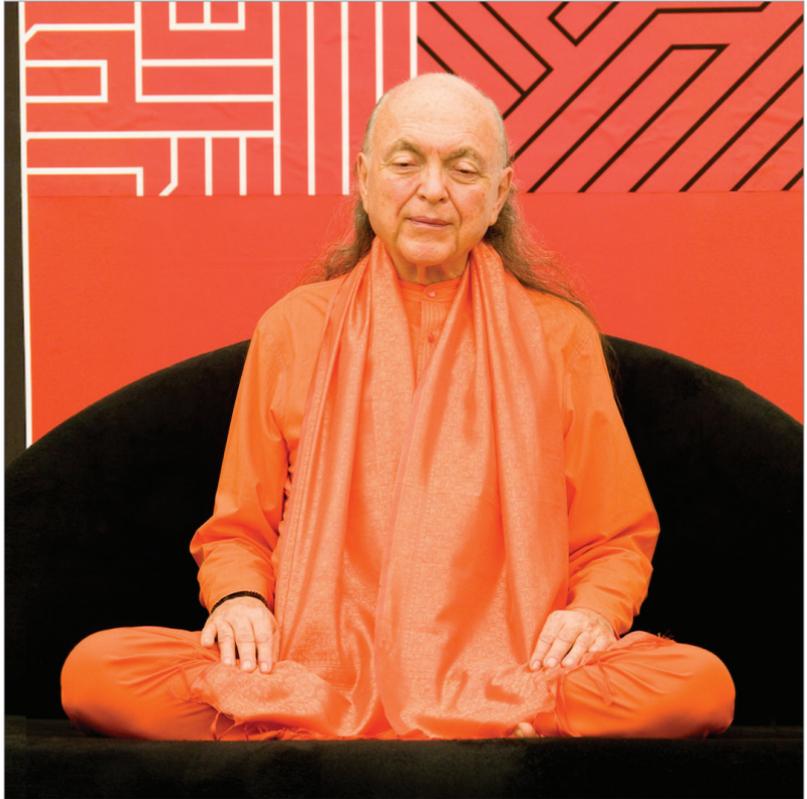
Questa Verità, Egli afferma, è «sempre e già il caso».

Al fine di offrire una comunicazione più completa possibile, Avatar Adi Da Samraj spiega tale concetto in due modi diversi:

***A prescindere da cosa appaia o non appaia,
siete solo Coscienza Stessa.***

***A prescindere da cosa appaia o non appaia,
esiste solo Coscienza Stessa.***

Nelle pagine seguenti, Avatar Adi Da elabora in modi diversi la sua rivelazione di questa Verità, al fine di aiutarci a comprenderne la profondità ed il potere trasformativo.



BRANI ESTRATTI DA
OPERE E DISCORSI
DI
AVATAR ADI DA SAMRAJ

DIVENTATE UN PARTECIPANTE NEL MONDO REALE

L'esperienza fondamentale non è quella delle «cose».

L'esperienza fondamentale è quella dell'Essere Stesso, della Coscienza Stessa.

Il dono Divino, il dono persistente che tuttavia tendete ad ignorare, è il piacere auto-consapevole di esistere. Quello è il dono fondamentale.

Per questo, vivere una vita realmente umana vuol dire diventare un partecipante nel mondo reale della Realtà sempre e già esistente.

VOI PRESUMETE DI ESSERE IL CORPO

I vostri problemi e le vostre domande nascono solo perché vi dimenticate di essere Coscienza.

Voi presumete di essere il corpo – ma in realtà, state solo osservando il corpo –.

Siete consapevoli del corpo in quanto qualcosa che appare nella Coscienza.

Non avete «esperienza» del corpo come fosse una «cosa» a sé stante.

Siete coscienti del corpo.

Quindi, è la Coscienza Stessa ad essere primaria – non il corpo –.

Ma poi il corpo sembra apparire, ed ecco che vi identificate con quello, dimenticando la Coscienza.

È così che la Coscienza Stessa diventa inconsapevole: Voi presumete di essere il corpo e quindi voi immaginate che la Coscienza si trovi altrove.

VOI NON SIETE NELLA POSIZIONE DEL CORPO

Vivete in questo errore, ovvero l'errore di presumere che la vostra fondamentale esperienza consista nell'essere un corpo separato e individuale – che quella sia la nascita, quella sia l'esistenza, quella sia la realtà in cui voi esistete e tutti esistano, che quello sia quanto di cui preoccuparsi, in cui si debba partecipare, quello che si debba soddisfare, e così via –.

Dovete comprendere che questo è un errore.

Non è così che stanno le cose.

Voi non siete nella posizione del corpo.

Presumerlo è il vostro errore.

Qual è l'esperienza alla radice, la prima esperienza?

Qual è il contesto dell'esperienza?

Non è il corpo.

È la Coscienza – ora –.

VOI NON SIETE LA MENTE CHE PENSA

Si presume comunemente che il «sé» consapevole (apparentemente individuale) sia ciò che genera il pensare.

Voi presumete di pensare e di essere il «soggetto» che sta pensando.

Presumete di essere l'origine, la causa e il generatore del pensiero.

Presumete che i contenuti, le questioni ed i problemi del vostro pensare appartengano a «voi» – ma si tratta solo di una presupposizione, una mera idea –.

Quella presupposizione non viene mai considerata a fondo – ed infatti quella presupposizione non è vera –.

In questo momento vi sembra di pensare – ma quello stesso pensare non è prodotto da voi (ossia da quello che voi siete veramente) –.

Voi non siete la mente che pensa.

Più semplicemente, voi siete il mero testimone, privo di forma e di azione, di tutto ciò che appare.

LA VOSTRA SITUAZIONE REALE

Sembra che la vostra esistenza sia associata alle condizioni – negli stati di veglia, sogno e sonno –.

Tuttavia, nessuna di quelle condizioni è durevole – e pertanto, voi non potete essere nessuna di quelle condizioni –.

Voi siete ciò che sembra essere modificato nella forma di tutti i fenomeni condizionali – voi siete la Coscienza Stessa –.

L'intero stato di veglia appare nel contesto della Coscienza Stessa.

L'intero stato del sogno appare nel contesto della Coscienza Stessa.

L'intero stato di sonno appare nel contesto della Coscienza Stessa.

E quando qualsiasi condizione relativa a quei tre stati è passata – o (altrimenti) quando ognuno di questi tre stati è passato – la Coscienza Stessa rimane.

La Coscienza Stessa non cambia mai.

La Coscienza Stessa è sempre e già il caso.

GLI «OCCHIALI» DELLA COSCIENZA

Tutto viene percepito attraverso gli «occhiali» della Coscienza.

Ogni cosa è una modalità di Coscienza.

Ogni percezione, ogni pensiero, ogni cosa genericamente definita come «il mondo»– ogni cosa e persona nel mondo, ogni relazione, ogni funzione, ogni circostanza, ogni istante di tempo, tutto lo spazio, tutto ciò che appare, l'universo intero – esiste solo sulla base della Coscienza Stessa.

Questo è tutto.

Ogni cosa appare sulla Coscienza come se fosse uno schermo.

Ogni cosa semplicemente passa.

Ma sempre, la Coscienza È la base di tutto ciò che appare.

La Coscienza È la «sostanza» nella quale ogni fenomeno transitorio emerge e poi scompare.

LA COSCIENZA STESSA NON CAMBIA MAI

A prescindere da ciò che succede al corpo-mente-«sé» mentre siete vivi, voi siete sempre solo consapevoli.

La consapevolezza stessa non cambia mai.

Anche mentre siete consapevoli dei cambiamenti, la consapevolezza stessa non cambia mai.

Non ci sono diverse qualità di consapevolezza – con colori diversi o forme diverse –.

La consapevolezza è, semplicemente e soltanto, consapevolezza stessa.

A prescindere da ciò che succede al complesso del corpo-mente, [che è costituito dalle quattro facoltà, ovvero corpo, emozioni, mente e respiro, che compongono la struttura dell'essere umano] la consapevolezza è semplicemente e soltanto consapevole del processo relativo al complesso del corpo-mente – e tuttavia, la consapevolezza stessa non è mai influenzata da nessun cambiamento –.

La consapevolezza stessa non è sottoposta ad alcun cambiamento.

La consapevolezza semplicemente e soltanto osserva i cambiamenti.

La consapevolezza stessa è il mero testimone in profondità.

Se non siete intelligenti a livello della realtà nei momenti di cambiamento, allora, ogni volta che qualcosa cambia, vi identificate col cambiamento stesso.

«Quel cambiamento, dunque, sono io» pensate e dite.

Quando il corpo soffre, pensate e dite «io sto soffrendo».

Quando le emozioni reattive appaiono, pensate e dite «io sono arrabbiato, io sono addolorato, io sono spaventato».

Ciò che – in e come Realtà Stessa – non cambia mai, nel suo stato ordinario quotidiano e superficiale, presume costantemente di essere trasformato, di essere una trasformazione.

In questo momento è doloroso – nel momento successivo, va tutto bene –.

L'ordinaria e quotidiana mente egoica identifica in continuazione la consapevolezza pura (o il mero testimone in profondità) con i cambiamenti che sono invece periferici ad essa.

Se ispezionate la consapevolezza stessa, se entrate nella consapevolezza davvero in profondità, vi sarà chiaro che la consapevolezza stessa non cambia, ma che è (semplicemente e soltanto) il mero testimone in profondità di ogni cambiamento.

UN MODO PER OSSERVARE COME LA COSCIENZA SIA SEMPRE LA STESSA

Provate a ricordare un fatto che vi sia successo diverso tempo fa, un fatto che sia così vivo nel ricordo da farvi risentire le stesse emozioni. Poi paragonate quel momento a ciò che state sentendo ora.

Non al contenuto di ora, ma a come sentite voi stessi ora, paragonato a come sentivate voi stessi allora.

Non fa nessuna differenza quanto il vostro «personaggio» si sia sviluppato nel frattempo – sia in termini di tempo che di contenuti o altro –.

L'essere cosciente sente allo stesso modo, a cinque anni come a venti o a settanta – l'età non fa nessuna differenza –.

Se riuscite a rammentare chiaramente come vi sentivate allora, se riuscite a sentirlo di nuovo, troverete che il sentire è lo stesso di ora.

La Coscienza è sempre la stessa, ora come nel passato – recente o remoto che sia –.

REALIZZARE QUESTO È REALIZZAZIONE STESSA

Perfino adesso, a prescindere da cosa appaia, voi siete
Coscienza Stessa.

Non l'ego, non il «sé» separato, ma Coscienza Stessa.

A prescindere da cosa appaia, perfino adesso, voi siete
Coscienza Stessa.

Questo è Assolutamente Vero – ed è anche un modo per dirvi
quello che c'è da realizzare –.

Realizzare questo È Realizzazione Stessa.

IL LIBERO AMORE-BEATITUDINE DELL'ESSERE

La Coscienza Stessa non è un effetto (o un risultato) di alcun evento condizionale (o di alcuna serie di eventi condizionali).

La semplice esistenza della Coscienza Stessa non dipende da alcuna condizione (o da alcuna serie di condizioni).

La Coscienza Stessa è la caratteristica essenziale ed implicita – o del tutto primaria, irriducibile, implicitamente Spirituale (o Amore-Beatitudine), Trascendentale, Intrinsecamente priva di ego, e auto-evidente Elemento Divino – dell'Essere (Stesso) o dell'Esistenza (Stessa) o della Realtà (Stessa).

Quando le condizioni appaiono o cambiano o scompaiono di fronte alla Coscienza, la Coscienza Stessa rimane sempre lo stesso Libero Amore-Beatitudine dell'Essere.

QUESTO MESSAGGIO DOVREBBE ESSERE OFFERTO A TUTTI

Farebbe bene a tutti gli esseri umani se le nozioni di base di questo messaggio fossero comunicate a tutti fin dall'infanzia.

Solo questo: a prescindere da ciò che appaia o non appaia, siete solo Coscienza Stessa.

Questa è la comunicazione fondamentale che l'umanità dovrebbe trasmettere alle generazioni future.

Dopo di che, qualsiasi cosa la gente faccia, qualsiasi esperienza abbia, almeno saprà che questo è vero, che questa è la Realtà, e che questa è la gran cosa che va Realizzata.



Questo Messaggio dovrebbe essere comunicato ad ogni essere umano, senza nessun costo e nessun obbligo.

Dovrebbe essere conosciuto da tutti, anche come una semplice comunicazione verbale.

Realizzare la Verità di quella comunicazione verbale richiede un grande processo.

Ognuno è libero di scegliere cosa fare di questa comunicazione.

Ma questa informazione alquanto semplice – anche se comunicata con queste poche parole, qualsiasi significato ognuno vorrà dargli, in ogni tempo – non dovrebbe essere negata a nessuno.

Dovrebbe essere come un dono comune, di base, per tutta l'umanità.

Qualunque cosa ognuno decidesse poi di farNe, al minimo questo Messaggio dovrebbe essere reso disponibile a tutti, senza limitazione alcuna, in qualsiasi parte del mondo.



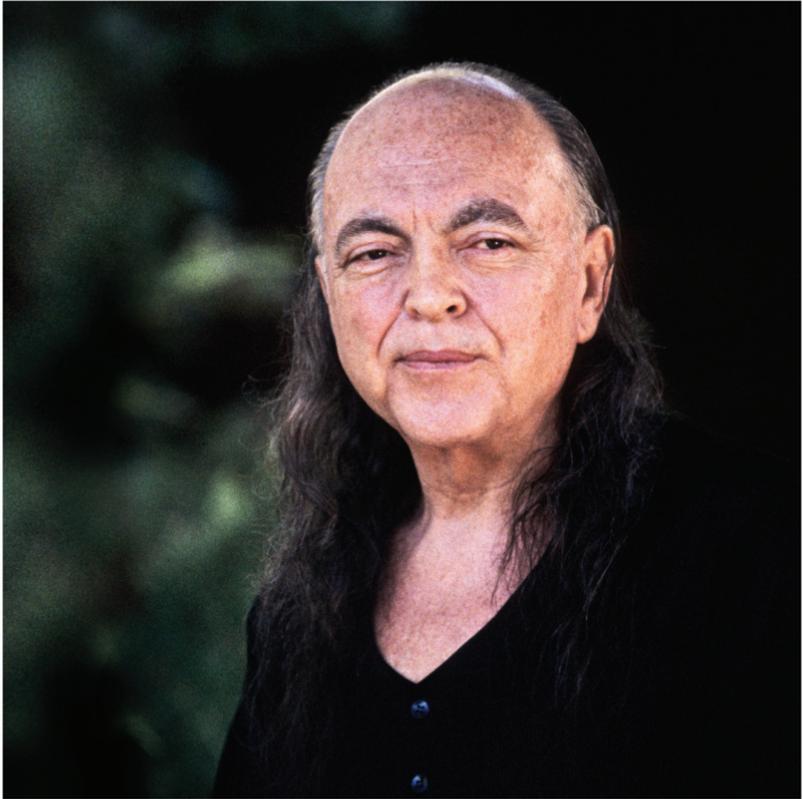
Vorrei che questo Messaggio giungesse a tutti.

Vorrei che tutti lo ascoltassero.

È un semplice dono.

Questa comprensione – con tutto ciò che può derivarne, tutto ciò con cui può associarsi – dovrebbe diventare il fondamento della cultura umana del futuro.

Questa comprensione dovrebbe essere l'inconfutabile e reale base della cultura umana del futuro.



AVATAR ADI DA SAMRAJ

Sua Divina Presenza, Avatar Adi Da Samraj è conosciuto in tutto il mondo come Presenza Viva della Realtà Divina, la cui Benedizione trasformativa rimane attiva ora e in eterno.

Tra il 1939 e il 2008 Avatar Adi Da visse un'esistenza umana straordinaria, dedicata interamente alla rivelazione della Verità sull'esistenza umana, e alla creazione di mezzi eterni per la perfetta Liberazione (o Risveglio Divino) di tutti.

Elementi essenziali dell'insegnamento di Avatar Adi Da sono le rivelazioni che la vera natura della Realtà è Coscienza Luminosa Infinita, e che tutto ciò che appare è una unità indivisibile, che emerge in tale Coscienza Luminosa Infinita e in quanto Tale. Dunque, la nostra supposizione che siamo degli esseri individuali e separati è pura illusione, poiché in verità, siamo la Coscienza Stessa.

Avatar Adi Da fu, e per sempre rimarrà, il Potere Radioso della Realizzazione Divina che rende possibile il Risveglio, da ogni sofferenza e dilemma alla Libera Condizione di Coscienza Stessa.

Con riguardo compassionevole verso ogni essere vivente, Sua Divina Presenza, Avatar Adi Da offre il messaggio in questa pubblicazione, come un Dono completamente gratuito a te, e a tutti.

La Adi Da Foundation si dedica alla divulgazione della figura di Avatar Adi Da e della sua Comunicazione Della Realtà, al fine di renderle disponibili a tutti.

Visitate il nostro sito cliccando qui:

www.adidafoundation.org

Per scaricare questo opuscolo in PDF, o per contattarci, visitate:

www.consciousnessitself.org

Per saperne di più su Avatar Adi Da e il suo insegnamento, visitate:

www.adidam.org

Per trovare libri e materiale audiovisivo riguardante Avatar Adi Da visitate:

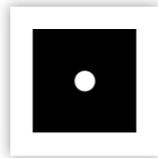
www.dawnhorsepress.com

www.adidambookshop.eu

***L'esperienza fondamentale
non è quella delle «cose».***

***L'esperienza fondamentale
è quella dell'Essere Stesso,
della Coscienza Stessa.***

—AVATAR ADI DA SAMRAJ



ADI DA
FOUNDATION