

revisione delle pagine 81 ed 82 delle precedenti edizioni ora rispondente alla pagina 77 della nuova edizione 2015.

Ora, dal punto di vista dell'osservazione, l'attenzione apre lo spazio, l'identità lo chiude e questo è il processo di "creazione".

«**SII CALMO! E sappi**» è **attenzione**; «**IO SONO Dio**» è **identità**.

Per una migliore (e più veritiera) comprensione della cosa è più corretto sostituire la parola QUELLO alla parola DIO così che la frase diviene: IO SONO QUELLO. E questo è un punto determinante...

Nell'IO SONO si dice che: «La tua mente è costituita in modo che non può accettare nulla che non si conformi a ciò che essa ha prima sperimentato, o imparato, e che il suo intelletto non considera ragionevole.

Quindi, rivolgendoti ad essa, tu adoperi i termini e le espressioni più consone ad esprimere chiaramente al tuo intelletto le verità che esso deve comprendere, prima che la mente possa svegliarsi alla coscienza del tuo intento».

Perciò, quando pensi "Dio" nella frase oramai divenuta **IO SONO QUELLO**, devi immaginare "QUELLO" come un qualcosa separato da te perché pur essendo "quello" (un punto di focalizzazione) in realtà tu non sei quello, ma sei il testimone, colui che crea "quello".

Diciamo che "quello" è la parte più prossima alla tua natura e che che puoi vedere o percepire di te in quanto te, cioè IO, non può essere visto da te così come un occhio non può vedere se stesso.

Questo è il grande segreto: capire, quando si recita la frase, che cosa si sta dicendo, quasi mormorando (per questo il rosario si recita mormorando), senza nessuno sforzo, con gli occhi socchiusi per non confermare questa realtà, con piena fiducia e secondo le prescrizioni del movimento. La frase diviene quindi:

Sii calmo! E sappi: IO SONO QUELLO

ma in realtà la frase successiva sarebbe:

Ma quello non sono io.

Recitare in sequenza questa frase, con intendimento e coscienza, ristabilisce nell'Essere la condizione del *movimento* rispetto alla condizione dell'identificazione che è *statico*, ridandogli spazio e quindi possibilità di creare di nuovo, con l'osservazione, poiché per osservare ho bisogno di spazio e poiché l'IO è indefinito, esso non può essere né questo, né quello, né qualunque altra cosa, per questo c'è la parte finale dell'esercizio che dice "ma quello non sono io".

Questo è come funziona la cosiddetta, vera ed unica Meditazione, oramai persa e ritrovata dopo millenni; non ce n'è altra di meditazione.

Quindi quando si recita questa frase si deve effettivamente sentire di muoversi avanti e indietro nella propria mente, si deve sentire di spostarsi tra il punto di attenzione (che sei tu, il testimone, il creatore, l'IO) e il punto di identità (quello).

Lo *statico* è una violazione del principio del movimento, cosa inaccettabile in un universo, poiché tutti gli universi sono *dinamici*.