

L'apertura del cuore



nell'istante presente...

Per il cuore, la felicità, la vita, la pienezza risiedono là dove tu sei nell'istante presente. Per esempio, mentre fai una passeggiata in un bosco, mentre fai colazione, mentre prepari un piatto per qualcuno a cui vuoi bene e con cui lo vuoi condividere, mentre parli con degli amici in una sera d'estate su una terrazza sorseggiando una tisana, mentre guardi i tuoi figli che giocano in un prato, mentre avvicini il tuo orecchio all'erba che cresce o mentre ti rechi al lavoro, mentre contempi un'alba, mentre guardi una sorgente d'acqua scorrere e odi il suo canto, mentre indichi la strada a uno sconosciuto nella via, mentre saluti la panettiera con un sguardo amico.

Se tu passi accanto a tutto ciò senza consapevolezza, ti limiti a sfiorare la vita, a sfiorare il tuo cuore. Invece,

se riesci a vivere tutto ciò con estrema naturalezza, senza alcun secondo fine, senza alcun interesse o scopo, allora tu sei vicinissimo allo stato di meditazione, al mondo spirituale, alla comunità della luce.

Chi può indicare la strada a un passante e sorridergli amichevolmente e benevolmente senza chissà quale tornaconto, è molto vicino a condividere con l'altro l'esperienza del suo cuore risvegliato, nella purezza e semplicemente per la gioia di condividere, di aiutarsi a vicenda, di incontrarsi.



Allo stesso modo, un uomo può contemplare un fiore con rispetto, semplicemente per meravigliarsi della bellezza di questo essere e volere, a sua volta, farsi bello per rallegrare gli altri. Può ascoltare il canto degli uccelli per poi cantare lui stesso al mondo. In quel momento, il cuore si apre di più, quell'uomo è pronto per entrare nella comunità dell'Amore e ricevere l'insegnamento eterno.

Ogni momento della vita può diventare occasione per fare il bene, per compiere un lavoro spirituale profondo, per svegliarsi. L'uomo si rende conto che un'intelligenza è nascosta in tutto ciò che fa e in tutto ciò che gli si presenta durante la giornata, che tutto ha un filo conduttore e che lui stesso può influenzare gli avvenimenti per migliorarli e trasformare, così, il suo destino.

Ad un tratto si accorge che fino ad allora viveva meccanicamente, come un automa, e che tanti dei suoi problemi erano causati da questo atteggiamento.



Rendendo la propria vita consapevole e viva, i problemi si dissolvono. Quando un essere è giunto, attraverso questa presa di consapevolezza, a risolvere da solo un gran numero di difficoltà, allora può iniziare ad aiutare gli altri.

Solo il cuore risvegliato è capace di dare a tutti i piccoli avvenimenti della vita quotidiana, anche quelli

più insignificanti, una nuova dimensione ed è proprio questa dimensione a rendere la vita bella e piena.

Quando il cuore è chiuso l'uomo inizia a essere scontento di tutto, si lamenta, critica, accusa, cerca di vendicarsi e scivola inevitabilmente nella sfera del male e della sofferenza.

Nella nostra civiltà è di moda essere scontenti e criticare tutto, senza fare niente in prima persona per migliorare la situazione; ma un tale atteggiamento dimostra solo il grado di decadimento del cuore e dell'anima.

È come se il cuore dicesse: "Ti ho dato tutto, quindi prima di essere scontento guarda cosa ne hai fatto di tutti i miei tesori, e soprattutto guarda cosa hai fatto per me."

Tutti i giorni occorre cercare e trovare ciò che ci può ricollegare con la grande soddisfazione, al fine di non passare da ingrati di fronte alla bontà della vita che ha dato all'uomo tutto.

Olivier Manitarà