

Grigorij Grabovoj

METODI DI CONCENTRAZIONE

**GLI ESERCIZI PER OGNI GIORNO DEL
MESE PER LO SVILUPPO DELLA
COSCIENZA, LO SVILUPPO DEGLI
AVVENIMENTI NELLA DIREZIONE
FAVOREVOLE, IL RECUPERO DELLA
SALUTE COMPLETA E L'INSTAURAZIONE
DELL'ARMONIA CON LA PULSAZIONE
DELL'UNIVERSO**

Self-Publishing



2014

Grigorij Grabovoj

Metodi di concentrazione. — 2014. — 38 стр.

Tutti i diritti riservati. Nessuna parte di questo libro può essere riprodotta in alcuna forma senza l'autorizzazione scritta del titolare del copyright.

© Grabovoj G.P.,
2001

GLI ESERCIZI PER OGNI GIORNO DEL
MESE PER LO SVILUPPO DELLA COSCIENZA,
LO SVILUPPO DEGLI AVVENIMENTI NELLA
DIREZIONE FAVOREVOLE, IL RECUPERO
DELLA SALUTE COMPLETA E
L'INSTAURAZIONE DELL'ARMONIA CON LA
PULSAZIONE DELL'UNIVERSO

Io consiglio di dedicare ogni giorno il tempo agli esercizi esposti sotto. Per ogni giorno del mese si propongono tre esercizi corrispondenti a questo giorno. Le esercitazioni insegnano il controllo degli eventi tramite diverse concentrazioni. Nel corso della concentrazione bisogna sempre avere a mente l'obiettivo da raggiungere. L'obiettivo può consistere nella realizzazione dell'evento desiderato, ad esempio la guarigione da una malattia, lo sviluppo del meccanismo di conoscenza del Mondo e così via. È importante regolare sempre l'informazione sintonizzandola sulla salvezza universale e lo sviluppo armonioso. Tale regolazione può consistere nella lotta con la distruzione al livello informativo, dato che svolgiamo il compito di soccorritori.

In pratica a livello della nostra percezione la concentrazione può essere eseguita nel modo seguente:

- dobbiamo immaginare l'obiettivo della concentrazione attribuendogli una forma geometrica qualsiasi, ad esempio la sfera. Sarà la sfera

dell'obiettivo della concentrazione.

- ci predisponiamo spiritualmente a costruire gli eventi desiderati in sintonia con il metodo del Creatore.

- durante la concentrazione sui diversi oggetti, le cifre concrete o la conoscenza della realtà dobbiamo controllare la posizione della sfera. Con lo sforzo mentale dobbiamo spostare la sfera nel campo della nostra percezione, che emana più luce nel momento della concentrazione.

Ho esposto una variante della tecnologia della concentrazione, in pratica se ne possono trovare molte altre. Sono particolarmente efficaci i metodi di controllo degli eventi basati sulla comprensione tramite la concentrazione dei processi del Mondo.

Il primo esercizio per ogni giorno del mese consiste nella concentrazione su qualche elemento della realtà interiore o esteriore.

Il secondo è la concentrazione su una sequenza di sette o nove cifre.

Il terzo esercizio prevede la tecnologia del controllo di eventi in forma verbale.

Alla maggiore efficacia delle ultime due esercitazioni contribuisce la buona conoscenza del §7 del quarto capitolo del presente libro.

Occorre prestare attenzione al seguente aspetto importante. Bisogna essere consapevoli del fatto che il risultato positivo della concentrazione è determinato in grande misura dal nostro approccio ad essa. Dobbiamo cercare di aprirci a questo processo creativo, ascoltare come la nostra voce

interiore ci suggerisce di affrontare queste concentrazioni.

Ad esempio, si è già detto sopra che possiamo scrivere su un foglio di carta una sequenza numerica e concentrarci su questa. Ma ci sono anche alternative.

Concentrandoci sulla sequenza di nove numeri possiamo immaginare di trovarci al centro di una sfera, mentre le cifre sono disposte sulla sua superficie interna. L'informazione dell'obiettivo della concentrazione può essere collocata all'interno di questa sfera sotto forma di una pala. Dobbiamo disporci all'evidenziazione di quel numero che emana più luce. Alla prima impressione che una delle cifre facenti parte della sequenza numerica situata all'interno della superficie interna della sfera grande sia più luminosa delle altre, dobbiamo fissarla. In seguito dobbiamo unire mentalmente la sfera interna contenente l'obiettivo della concentrazione con l'elemento della percezione in forma di numero.

Nella concentrazione sulla sequenza di nove cifre si può immaginare che i numeri siano situati sulla superficie di un cubo, su una delle sue facce.

Seguendo le nostre sensazioni possiamo spostare le cifre, cambiando la loro disposizione per raggiungere il risultato massimo.

Possiamo agire anche in modo completamente diverso. Possiamo collegare mentalmente ogni numero con qualche elemento dell'ambiente interiore o esteriore. Gli elementi non devono

obbligatoriamente essere dello stesso tipo. Una cifra ad esempio può essere messa in corrispondenza con un albero, l'altra legata a qualche sentimento. Siamo noi a deciderlo. In questo approccio paragoniamo simbolicamente i numeri con gli elementi della realtà scelti. Come al solito questi elementi possono essere non sono fisici, ma anche mentali, cioè possiamo immaginarli nella nostra coscienza.

Questi procedimenti ci offrono delle ulteriori possibilità di controllo. Siamo liberi di modificare la struttura della concentrazione, il modo di sintonizzarci, possiamo variare l'equiparazione del numero agli elementi della realtà. Tutto questo ci permetterà raggiungere maggiore efficacia nella concentrazione, potremo gestire meglio il tempo di realizzazione del nostro desiderio, il che è molto importante nella vita pratica.

Nelle situazioni che richiedono un soccorso immediato, la nostra concentrazione deve dare un risultato istantaneo. Invece se si tratta di garantire l'armonia dello sviluppo, il fattore tempo diventa meno rilevante. In questo caso è decisivo creare le condizioni proprio per l'armonia dello sviluppo, prendendo in considerazione tutte le circostanze, e ad aiutarci in questo saranno le concentrazioni.

Dunque queste esercitazioni devono essere organizzate in modo individuale. Ognuno sceglie da solo il sistema del proprio sviluppo. È importante ritenere il seguente principio.

Il sistema del proprio sviluppo non deve essere scelto solo in base alla logica. Ovviamente poniamo

davanti a noi degli obiettivi cercando di raggiungerli, ma nel nostro animo ci sono già delle mete depositate lì in precedenza. Quindi quando pratichiamo le concentrazioni, le prime a realizzarsi possono essere le mete fissate precedentemente, gli obiettivi dell'animo, gli obiettivi di sviluppo non solo nostro personale, ma anche di tutta la società. Traducendo in pratica queste mete ci accorgiamo che è proprio quello che dobbiamo realizzare per primo, lo percepiamo al livello profondo interiore, al livello di sviluppo dell'animo, al livello del Creatore.

Ecco perché parlando delle concentrazioni pensiamo prima di tutto all'armonia universale. Bisogna capire tuttavia, che nel caso in cui la situazione richiede l'intervento, l'armonia comprende sempre l'elemento di salvezza come componente indispensabile. Anche se lo scopo principale dell'armonia è garantire lo sviluppo di eventi in modo da evitare l'incombere di qualsiasi pericolo. Ovviamente lo sviluppo armonioso deve essere tale da durare eternamente.

Lo garantiscono le concentrazioni elaborate da me per ogni giorno del mese e collaudate in pratica. La loro esercitazione permette di raggiungere l'armonia che darà la gioia e la continuità al cammino di chi le esercita, nonché il dono di salvare sé stessi e gli altri e la vita eterna.

Avendo a disposizione queste concentrazioni possiamo ricorrere in ogni situazione alle azioni attive e non rimanere passivi. La coscienza di contribuire realmente al processo di salvataggio

universale e allo sviluppo eterno armonioso, mentre esercitiamo le concentrazioni apre la libertà dataci dal Creatore. Di conseguenza avviene lo sviluppo creativo di tutti e si realizza la nostra felicità autentica.

Le concentrazioni sono previste per 31 giorni. Se le esercitazioni avvengono ad esempio a febbraio, in cui ci sono 28 giorni, dopo il 28-mo giorno dobbiamo iniziare il primo giorno di marzo. In altre parole, il giorno del mese dell'elenco di esercizi deve sempre corrispondere al giorno del calendario. Le concentrazioni possono essere praticate in qualsiasi momento della giornata o durante la notte. La quantità delle concentrazioni per giorno e la loro durata si stabiliscono liberamente. È auspicabile mantenere una certa regolarità nelle concentrazioni e di praticarle prima di eventi importanti.

Se il primo esercizio di un giorno appare difficile, si può saltarlo e passare agli altri due. Il risultato sarà raggiunto ciò nonostante e col tempo sempre più esercizi con il numero 1 risulteranno comprensibili e facili. Quindi il mio consiglio è di praticare quello che sembra comprensibile e piace.

Ora passiamo agli esercizi:

1° giorno del mese:

1. Il primo giorno del mese bisogna praticare la concentrazione sulla pianta del piede destro. Questa concentrazione ci mette in contatto con il punto d'appoggio nel mondo esteriore. Nel pensiero dobbiamo appoggiare i piedi sulla Terra. La Terra

raffigura nella nostra coscienza l'appoggio portante.

Il controllo nel sistema di recupero completo si basa sul fatto che il punto d'appoggio rappresenta sia sé stesso, sia il punto della creazione. Dato che sia il punto della creazione, tramite la concentrazione possiamo subito sviluppare la coscienza.

Ci rendiamo conto che seguendo lo stesso principio secondo il quale sulla Terra tutto cresce e si sviluppa, nascono le piante e si forma la materia del nostro corpo, in base allo stesso principio possiamo creare qualsiasi realtà esteriore. La comprensione di questo concetto è il fondamento della presente concentrazione.

Comunque, nel corso della concentrazione possiamo anche non pensare al suo meccanismo di fondo. Basta concentrarci semplicemente sulla pianta del piede destro tenendo nella mente quell'evento che vorremo far realizzare. Il meccanismo della costruzione della realtà di cui si è parlato sopra si mette in azione automaticamente. L'evento desiderato si ottiene in modo armonioso, perché questo controllo garantisce allo stesso tempo anche l'armonizzazione degli eventi.

Questo esercizio può essere praticato più volte al giorno.

2. La concentrazione sulla sequenza di sette numeri: 1845421;

sulla sequenza di nove numeri: 845132489.

3. In questo giorno è opportuno concentrarsi sul Mondo e sentire che ogni oggetto del Mondo è una parte della nostra personalità. Avendo questa

sensazione, ci accorgeremo che il soffio di vento da ogni oggetto del Mondo ci suggerisce una soluzione. Quando percepiremo che ciascun oggetto possiede una particella della nostra coscienza, ci renderemo conto dell'armonia mandataci dal Creatore.

2° giorno:

1. In questo giorno bisogna concentrarsi sul mignolo della mano destra. Come nel caso precedente, concentrandoci sul mignolo dobbiamo tenere nella mente l'evento alla realizzazione del quale aspiriamo.

Possiamo praticare questo esercizio diverse volte al giorno con gli intervalli che consideriamo più opportuni. La nuova concentrazione può iniziare dopo venti minuti, come dopo un'ora o di più. Le concentrazioni possono essere una o due al giorno, ma anche dieci e più. La durata delle concentrazioni dipende da noi.

Dobbiamo affidarci alla nostra sensazione interiore, all'intuito, imparare a sentire la voce interiore e quello che essa ci suggerisce. Questa regola riguarda tutte le esercitazioni.

Durante questo esercizio non è obbligatorio rimanere immobili. Possiamo anche toccare qualche cosa con il mignolo della mano destra, non ha importanza. Abbiamo la libertà di agire a nostro piacere.

È importante il seguente aspetto. A nostra disposizione ci sono molti elementi di percezione. Oltre al mignolo destro ci sono altre nove dita e molte altre parti del corpo. Ma della moltitudine

degli elementi di percezione in questo momento dobbiamo concentrarci su uno solo, il mignolo destro. Di conseguenza il controllo acquista l'armonia.

2. La sequenza di sette numeri: 1853135.

La sequenza di nove numeri: 849995120.

3. Il secondo giorno del mese dobbiamo percepire l'armonia del Mondo in relazione a noi stessi. Dobbiamo produrre questo Mondo com'è stato creato da Dio. Guardiamo il Mondo e scorgiamo il suo aspetto passato. Guardiamo il Mondo e scorgiamo il suo aspetto futuro. Guardiamo il Mondo e scopriamo chi siamo noi nel Mondo oggi. Così sarà il Mondo sempre e in tutti i tempi.

3° giorno:

1. Il terzo giorno del mese lo dedichiamo alla concentrazione sulle piante. La pianta può essere fisica, cioè come realmente esiste nella natura. In questo caso durante la concentrazione la possiamo semplicemente osservare. Ma si può anche immaginare la pianta e concentrarci sulla sua immagine.

Questa concentrazione fa uso del metodo di riflesso seguente. Concentrandoci sulla pianta immaginiamo di formulare l'evento desiderato nella luce che essa riflette. In altre parole dobbiamo non solo immaginare l'evento, ma vederlo realmente, costruirlo in realtà. L'evento costruito tramite tale controllo risulta armonizzato, anche perché la pianta esiste già in questo mondo in armonia.

2. La sequenza di sette numeri: 5142587;

la sequenza di nove numeri: 421954321.

3. Guardando la realtà scopriamo che ci sono molti mondi. Rivolgiamo ora lo sguardo al Mondo di cui abbiamo bisogno, avviciniamoci e allarghiamolo. Guardiamolo con lo sguardo del testimone. Avviciniamoci a questo Mondo e posando le mani sopra sentiamo il calore che emana il nostro Mondo. Ravviciniamolo verso di noi e guardiamo il Creatore. Sentiamo come ci parla e cosa ci consiglia. Confrontiamo questo sapere con le nostre conoscenze e avremo il Mondo eterno.

4° giorno:

1. E' il giorno della concentrazione sui cristalli o sulle pietre. Possiamo prendere anche un granello di sabbia. Mettiamo che abbiamo scelto una pietra. Concentrandoci sulla pietra immaginiamo una sfera che lo circonda. È la sfera d'informazione. Mentalmente scorgiamo come tutti gli eventi desiderati cominciano a raggrupparsi all'interno della sfera. In questo modo avviene il controllo in questa concentrazione.

2. La sequenza di sette numeri: 5194726;

la sequenza di nove numeri: 715043769.

3. Dobbiamo avere lo scorcio della realtà suggerito dai presenti metodi. I metodi devono essere armoniosi. Uno deve essere conseguenza dell'altro, come il secondo è l'effetto del primo. Camminando per la strada ci accorgiamo che ogni passo nasce dal precedente. Alzandoci dopo essere stati seduti vediamo quanto diversi possono essere i nostri movimenti. Il movimento può nascere dal

precedente, e produrre un altro movimento precedente. Immaginiamo il Mondo continuo, nel quale ogni movimento riguarda solo la nostra singola persona. Quando riusciamo a far diventare il Mondo monolitico, che ci suggerisce i metodi concreti di controllo nel Mondo e del Mondo, allora il nostro Mondo sarà presente dappertutto, potremo avvicinarci ad esso, prenderlo nelle mani e le mani diventeranno quel mondo che regge il nostro Mondo. Sentiremo di stabilire il contatto con il Mondo eterno, il Mondo di tutti i Mondi, sarà l'unico per tutti, il Mondo collettivo, scelto da noi e da ogni uomo. Dobbiamo crearlo in modo che sia ideale per tutti e per noi. La sua perfezione deve essere unificatrice, dobbiamo vedere la perfezione di tutti e di noi stessi nel nostro Mondo unico e allo stesso tempo nel Mondo unico di tutti.

5° giorno:

1. Il quinto giorno bisogna concentrarci sugli elementi della realtà, risultato della nostra cooperazione con altri elementi della realtà. Vediamo che cosa intendo.

Quando la nostra attenzione si rivolge ad un oggetto, la nostra coscienza si concentra su questo oggetto. Grazie al legame stabilito con noi questo elemento della realtà acquisisce una determinata parte della nostra concentrazione e una certa quantità del nostro sapere. Questo oggetto trasmette a sua volta una parte dell'informazione ricevuta da noi e del nostro stato ad altri elementi della realtà. Nello stesso modo, ad esempio, la luce del sole

illuminando diversi oggetti parzialmente si riflette in essi ed illumina altri.

Quindi dopo che abbiamo guardato un oggetto, questo entrando in interazione con noi trasmette qualche cosa di suo nell'ambiente circostante. Il nostro obiettivo è di capire che cosa di proprio ogni elemento della realtà trasmette nell'ambiente. Ovviamente ci possiamo limitare ad un elemento singolo, concentrandoci sul quale immaginiamo contemporaneamente l'evento desiderato. La particolarità di questo metodo consiste nel fatto che la realizzazione dell'evento necessario avviene tramite la concentrazione sul così detto elemento secondario.

Dunque, tramite le riflessioni logiche, la chiaroveggenza o qualche altro metodo spirituale dobbiamo scoprire che cosa trasmette all'ambiente un elemento della realtà dopo il contatto con noi. Concentrandoci su questo effetto, ossia l'elemento secondario della realtà e tenendo nella mente allo stesso tempo l'evento ambito, otteniamo la realizzazione di quest'ultimo.

2. La sequenza di sette numeri: 1084231;

la sequenza di nove numeri: 194321054.

3. Quando vediamo il cielo, sappiamo della presenza della Terra. Quando vediamo la Terra, possiamo immaginare il cielo. Se ci troviamo sotto la Terra, il cielo esiste al di sopra di essa. Queste verità semplici devono essere la fonte del Mondo eterno. Uniamo il cielo con la Terra e ci accorgeremo che tutto quello che si trova sotto la Terra potrebbe

essere anche sopra essa. Dobbiamo andare incontro al nostro spirito e troveremo i risorti lì dove si trovano. Avviciniamo l'eternità alla verità del Mondo e scopriremo che il Mondo è infinito, di conseguenza saprete vedere il Creatore autentico, il Creatore reale, perché Egli ci ha dato quello che abbiamo, e noi creiamo come Egli ha creato. Egli ci è molto vicino. È il nostro amico. Ci vuole bene. Dobbiamo allungare la mano verso di Lui e creare come Egli ha creato. Siamo le Sue creature e allo stesso tempo i creatori. Solo il Creatore può dare vita ai creatori. Dobbiamo vivere in armonia con il nostro Creatore. Dobbiamo essere aperti per Lui ed eterni in tutte le nostre manifestazioni, in tutte i nostri atti d'edificazione. Possiamo sempre cambiare, tutto quello che desideriamo cambiare. Abbiamo la facoltà di creare tutto quello che vogliamo creare, in quel posto dove ci troviamo e in quel momento quando desideriamo. Per perfezionarci abbiamo l'Eternità. Negli atti l'Eternità è moltiplicata con gli atti del Creatore. Siamo quello che il Creatore ha identificato in noi, quello che Egli ha creato in noi. Ma siamo anche quelli che vogliono che il Creatore si personifichi con i propri atti in quella eternità, nella quale ci vediamo noi stessi. Il Creatore presente in noi è quel Creatore che si muove insieme a noi in ogni nostro passo. Rivolgiamoci a Egli e vivremo in armonia.

6° giorno:

1. Il concetto della concentrazione in questo giorno è seguente: il cambiamento di struttura della

coscienza in base alla densità della concentrazione grazie alla percezione di oggetti remoti.

Questo tipo di concentrazione è comodo quando desideriamo che un certo evento avvenga in un determinato luogo. In quel caso occorre concentrare la coscienza proprio in quell'area.

Il presente metodo è altrettanto efficace nella situazione in cui al contrario non vogliamo che un evento considerato sfavorevole si verifichi in un certo posto. In quest'ultimo caso dobbiamo eliminare l'informazione negativa. Eliminare significa deconcentrare la coscienza in quel posto. La distensione provocata impedirà la realizzazione della situazione svantaggiosa.

L'evento desiderato può essere realizzato nel luogo scelto grazie alla concentrazione lì della coscienza tramite i suoi elementi remoti. Questo metodo è già stato oggetto del nostro studio. La sua applicazione richiede l'utilizzo degli elementi della coscienza responsabili degli oggetti remoti. Possiamo percepire gli oggetti reali fisici distanti sia con la vista normale, sia con lo sguardo mentale. In tutti e due casi facciamo uso degli elementi remoti della nostra coscienza. Fissando nello stesso momento nella nostra coscienza l'evento desiderato, otteniamo il suo compimento.

Dunque l'idea del metodo è seguente: collocando l'informazione nelle aree della coscienza più remote facciamo migliorare la sua elaborazione e di conseguenza la realizzazione dell'evento necessario. Inoltre l'evento avrà luogo nel posto

fissato.

Nei confronti delle forze distruttive bisogna adoperare il metodo dello sfocamento. Spostando il fuoco della nostra coscienza, possiamo liquefare l'informazione negativa in tale misura da farla diventare impercettibile, come se non fosse mai esistita.

2. La sequenza di sette numeri: 1954837;

la sequenza di nove numeri: 194321099.

3. Se ci capitasse di vedere il Mondo capovolto, dobbiamo ricordare sempre che anche capovolto, diviso o pressato il Mondo è sempre armonioso, unico e benefico. Dietro ogni capovolgimento, l'ambiguità o altro stato atipico del Mondo c'è la benevolenza Divina, e noi possiamo vivere in armonia perché sappiamo che siamo sempre stati eterni e rimarremo eterni, e nessuna struttura, nessuna informazione potrà cambiare la volontà Divina.

7° giorno:

1. Nel settimo giorno del mese bisogna concentrarsi sulle aree ultraremote della coscienza. Abbiamo a che fare con esse quando guardiamo le nuvole lontane o gli oggetti distanti, ad esempio gli alberi o le loro foglie.

La materializzazione di un oggetto o la realizzazione di un evento richiede l'elaborazione di una grande quantità d'informazione. Le aree ultraremote della coscienza garantiscono l'elaborazione ultraveloce dell'informazione. Più lontane sono le aree della coscienza adoperate, più

velocemente avviene l'elaborazione dell'informazione.

La conoscenza di questo fatto trova la seguente applicazione nel presente metodo: Guardando una nuvola con la vista normale o attraverso lo sguardo mentale costruiamo allo stesso tempo l'evento desiderato proprio su questa nuvola, o su una foglia d'albero, nel caso scegliessimo essa per la concentrazione. Grazie all'utilizzo delle aree ultraremote della coscienza riusciremo presto a raggiungere il risultato ambito.

L'evento si realizzerà in modo armonioso, perché né la nuvola, né la foglia possono distruggere. Non sono in grado di causare il male a nessuno. Di conseguenza l'evento avrà lo svolgimento armonioso.

2. La sequenza di sette numeri: 1485321;

La sequenza di nove numeri: 991843288.

3. Vediamo che il Mondo segue l'evoluzione a immagine e status dei nostri atti in conformità con la volontà Divina. Il Mondo è la creazione riconosciuta da tutti, quando decidiamo di cambiarlo con i nostri atti dobbiamo metterli in sintonia con il benessere di tutti, e allora le nostre azioni saranno approvate, la salute migliorerà e arriverà il benessere di tutti. Il benessere di tutti è l'atto del Mondo che ci porta nel regno Divino e fa diventare eterna la vita di tutti e la nostra vita individuale.

8° giorno:

1. In questo giorno impariamo a effettuare il controllo, concentrandoci sulle conseguenze degli

eventi.

Immaginiamo che siamo seduti sulla riva di un lago e guardiamo una barca a motore che passa davanti a grande velocità. Davanti alla barca l'acqua è calma, dietro invece si formano le onde. Le onde sono l'effetto del movimento della barca.

Ora rivolgiamo il nostro sguardo a una foglia sull'albero. Essa è l'effetto dell'esistenza dell'albero. Le nuvole coprono il cielo e sulla terra cadono le prime gocce di pioggia. Le gocce sono la conseguenza dell'esistenza della nuvola.

Gli esempi simili attorno a noi non hanno il numero. Scegliamone uno qualsiasi e concentriamoci su una delle sue conseguenze, tenendo nella mente allo stesso tempo l'evento desiderato. L'evento avrà la sua realizzazione.

Questo metodo di controllo è molto efficace e permette di modificare anche gli eventi del passato.

2. La sequenza di sette numeri: 1543218;

La sequenza di nove numeri: 984301267.

3. Possiamo notare che l'infinità della linea della cifra otto unisce in sé tutti i Mondi, che abbiamo incontrati nei sette giorni precedenti. Quando il nostro Mondo si unirà agli altri Mondi, scopriremo di avere nell'animo tanta gioia quanta diversità esiste in questo Mondo. Percependo ogni particella del Mondo come gioia universale, vedremo che la gioia è eterna, come è eterno il benessere. In questo stato di gioia universale alziamo le mani verso l'alto e sentiremo la benevolenza Divina che ci chiama all'Eternità. Dobbiamo vedere l'Eternità lì, dov'è.

Dobbiamo vedere l'Eternità lì, dove non c'è. Dobbiamo vedere l'Eternità lì, dov'è sempre stata, e diventeremo i creatori dell'Eternità lì, dove dal punto di vista degli altri non c'è. Quando saremo in grado di vedere l'Eternità e di crearla, diventeremo eterni sempre e dappertutto, in qualsiasi eternità e in qualsiasi mondo. Siamo i creatori a immagine e somiglianza e l'Eternità ci crea a immagine e somiglianza. Creando l'eterno creeremo noi stessi. Creando noi stessi, creiamo l'eterno, così come l'Eternità può creare un'altra Eternità e come il Creatore creò tutti gli uomini allo stesso tempo.

9° giorno:

1. La concentrazione del nono giorno può essere intitolata come concentrazione sulle aree ultraremote della coscienza nei punti più vicini della nostra coscienza. Il presente metodo di concentrazione consiste nel trasferimento delle aree più remote della coscienza in quelle vicine al massimo. Nello stesso tempo il trasferimento non deve cambiare la nostra percezione né delle aree lontane, né di quelle vicine. In questo modo riceviamo l'unico impulso per la creazione di qualsiasi elemento del Mondo. Non appena lo otteniamo diventeremo gli esperti nel controllo, ci basterà concentrarci spiritualmente per normalizzare qualsiasi situazione, il solo nostro volere farà realizzare qualsiasi desiderio.

L'unico impulso menzionato sopra sviluppa uno stato spirituale particolare. Questo stato non è legato immediatamente al pensiero, perché la presenza del pensiero in tale stato non è obbligatoria, ma ci può

essere ad esempio la concentrazione sul bene, sull'edificazione o sull'instaurazione dell'armonia.

La sola presenza di tale armonia in questo stato favorisce il corso positivo degli eventi.

È da sottolineare che questo tipo di concentrazione mette in rilievo una forma particolare di percezione. La percezione è situata all'interno della nostra coscienza, ne fa parte, e la dobbiamo strutturare in tal modo da farla funzionare come è stato indicato.

Il metodo di concentrazione citato tocca le questioni profonde del controllo in base alla coscienza.

2. La sequenza di sette numeri: 1843210;

La sequenza di nove numeri: 918921452.

3. Considerando il Mondo come una struttura molto profonda della costruzione del Mondo possiamo vedere che tutto quello che esiste in natura, ad esempio le piante, l'uomo, l'animale, ogni molecola, o quello che ancora non è stato creato o è stato creato prima, tutto ha una base unica di Dio, la dimostrazione del Suo meccanismo della creazione. Scoprendo come viene creato tutto, saremo in grado di farlo anche noi. Ci dobbiamo arrivare attraverso il fondamento del nostro "Io", la profondità del nostro "Io", e allora vedremo come il nostro "Io" si sviluppa insieme a tutto l'Universo, cresce e si trasforma nel Mondo. Noi siamo il Mondo. Noi siamo la realtà. Guardiamola con gli occhi di ciascuno, con i nostri propri occhi e troveremo che il nostro animo sono i nostri occhi. Guardiamola con il

nostro animo e vedremo il Mondo vero, sapremo come correggerlo e farlo diventare tale da portarci all'Eternità. Sapremo sempre la strada guardando il Mondo da dentro di noi e da fuori di noi.

10° giorno:

1. La concentrazione esercitata in questo giorno consiste nella meditazione contemporaneamente su tutti gli oggetti della realtà nel momento di un solo impulso della percezione di tutti questi oggetti.

Concentriamoci sul fatto che tutti gli oggetti accessibili alla nostra percezione debbano essere colti in un solo momento della percezione. In un attimo percettivo dobbiamo cogliere tutti gli oggetti esteriori.

Ovviamente all'inizio l'informazione percepita su tutti gli oggetti può essere parziale. Non vi preoccupate, l'obiettivo del nostro lavoro è di raggiungere la percezione massima di tutti gli oggetti. Col tempo acquisiremo questa capacità.

Comunque anche nella tappa iniziale dell'esercitazione di percezione riusciremo ad ottenere qualche informazione su ciascuno degli oggetti. Per esempio, avremo l'informazione sull'esistenza di questi oggetti.

Per avere l'informazione sull'oggetto ci basta trovare il punto necessario di concentrazione e sintonizzarci. Potremo accedere all'informazione su qualsiasi oggetto e a tutte le sfere di controllo. Siccome questo metodo di concentrazione insegna a percepire contemporaneamente il numero massimo di oggetti, questa esercitazione ci permetterà di

controllare simultaneamente grandi masse d'informazione.

Possiamo citare il seguente esempio di risultato prodotto da questa attività pratica. Immaginiamo di avere davanti a noi un computer. Ci basterà uno sguardo su questo computer per sapere come gestirlo e quali azioni si possono effettuare grazie ad esso.

Questo tipo di concentrazione ci fornisce l'informazione di qualsiasi oggetto, perché la rispettiva esercitazione ci insegna a effettuare il controllo di ogni oggetto d'informazione. L'accesso al controllo può essere sia logico, come incondizionato, ossia basato sulla spiritualità.

Ecco le dieci esercitazioni di concentrazione per la prima decade del mese. In sostanza i miei lettori sarebbe in grado di dedurre da soli le concentrazioni successive fino alla fine del mese in base alle relazioni di causa-effetto nel campo d'informazione. In altre parole si possono sviluppare ulteriormente le conoscenze acquisite finora, considerando tutto il lavoro dal punto di vista del controllo fondamentale. Tuttavia andremo avanti con l'esposizione dei metodi di concentrazione, ma in forma più breve.

2. La sequenza di sette numeri: 1854312;

La sequenza di nove numeri: 894153210.

3. L'unione tra le due cifre: l'uno e la nuova cifra zero ci ha mostrato il Mondo in tale aspetto come se lo zero fosse inizialmente stato presente nella cifra uno. Quando noi guardiamo l'uno e aggiungendo lo zero lo facciamo crescere fino a dieci, compiamo un'azione. La nostra azione deve

essere armoniosa. Dobbiamo sentire che ogni nostro atto è in grado di aumentare significativamente, di accrescere quantitativamente e qualitativamente ciascuna delle nostre manifestazioni. Noi siamo la manifestazione del Mondo. Mettiamolo in armonia con quello che vediamo. Osserviamo noi stessi e i nostri pensieri. Dobbiamo essere lì, dove siamo, e lì, dove non siamo. Dobbiamo essere dappertutto, perché siamo i Creatori. La nostra armonia porterà all'Eternità. La resurrezione è un elemento dell'Eternità. Anche la vita eterna è un elemento dell'Eternità. Dobbiamo trovare un'Eternità autentica per noi, della quale la vita eterna e la resurrezione sono dei casi singoli. Dobbiamo diventare i creatori di tutto. Dobbiamo sapere chiaramente quello che arriverà dopo la resurrezione e la vita eterna autentica. La vita eterna autentica genera lo status d'Eternità successivo, lo status successivo del Mondo e della personalità. Dobbiamo esserci sempre pronti e ricordare che altri obiettivi, quelli dell'Eternità, quelli nati prima di noi e quelli che poniamo davanti a noi, generano Mondi nuovi, costruiti nella nostra coscienza. La nostra Eternità è contenuta dentro di noi. Siamo già eterni, basta capirlo. Passiamo a questo livello grazie all'atto sapiente, come quello dell'unificazione dell'uno con lo zero e l'eternità riempirà ogni nostra azione, ciascuna delle nostre manifestazioni, qualsiasi nostro passo.

11° giorno:

1. In questo giorno sperimentiamo la

concentrazione sui fenomeni che riguardano l'interazione tra l'uomo e gli animali. Ad esempio, abbiamo a casa un cane, un gatto o un pappagallino. Riflettiamo sul significato più profondo della nostra interazione con essi, i nostri contatti, la comunicazione. Come avvengono dal punto di vista degli animali stessi?

Il capire i processi della percezione e del pensiero di altri partecipanti dell'interazione ci permette di entrare nella struttura di controllo della realtà.

2. La sequenza di sette numeri: 1852348;

La sequenza di nove numeri: 561432001.

3. Nello stesso modo in cui abbiamo fatto aumentare la cifra uno di dieci volte aggiungendo accanto la cifra zero, possiamo ottenere il numero successivo inserendo a suo fianco l'uno. Il numero 11 è la personificazione del Mondo, quello che è dentro di noi e quello visibile a tutti. Siamo quella essenza visibile sempre a tutti gli uomini, ogni persona può ricevere la nostra esperienza armoniosa, quella che abbiamo approfondito nel nostro sviluppo. Condividiamo la nostra esperienza e la vita sarà eterna.

12° giorno:

1. In questo giorno ci concentriamo sui fenomeni, legati alla creazione di un intero. Ad esempio, vediamo un'oca o un cigno perdere una piuma: dobbiamo concentrarci su come bisogna agire per farla ritornare a suo posto. Come si potrebbe ottenere ciò? Cerchiamo di capire come

creare o ricreare un tutto.

Prendiamo un altro esempio: una foglia è caduta dall'albero. Come farla ritornare a posto e aiutare l'albero a riacquistare il suo aspetto iniziale?

Si tratta della concentrazione basata sulla raccolta dei singoli elementi della realtà in un insieme, che rappresenta il loro stato normale. L'attività pratica di concentrazione in questo caso produce la capacità di controllo.

In questa concentrazione come in molte altre l'oggetto siamo noi stessi. Siamo in grado di ricostituire qualsiasi nostro organo. Una volta una donna si rivolse a me con la richiesta d'aiuto: durante un'operazione le fu tolto l'utero. Era un caso molto serio. Applicai gli stessi principi descritti nel presente libro e feci ricostruire l'utero. La signora vive con l'utero integro e sano (Allegato B, p.393).

2. La sequenza di sette numeri: 1854321;

La sequenza di nove numeri: 485321489.

3. Uniamoci con il Mondo nel suo involucro, come lo percepiamo nei nostri atti e ci accorgeremo che i nostri atti sono l'essenza del Mondo sempre in armonia con noi. Scopriremo che il Signore mandandoci la Sua grazia voleva la nostra unione. Dobbiamo essere uniti lì, dove il Signore crea lo sviluppo. L'unione con Dio è nello sviluppo. Nello sviluppo Divino, autentico e creativo l'unione si produce in ogni istante del nostro movimento. Andiamo avanti e ci sviluppiamo in direzione dell'Eternità e questa sarà per sempre la nostra unione con il Creatore nel nostro sviluppo eterno.

L'Eternità della vita è l'unione autentica con il Creatore.

13° giorno:

1. Nel tredicesimo giorno bisogna concentrarsi sui singoli elementi discontinui di un oggetto della realtà.

Immaginiamo il momento di percezione di un oggetto, ad esempio di un camion, una palma o una pietra, la scelta è irrilevante. È importante distinguere nell'oggetto scelto i singoli frammenti, le sue parti. Per esempio possiamo immaginare il camion con tutti i suoi elementi.

Vale la pena ricordare che questa procedura è valida per qualsiasi forma, tranne quelle umane. L'uomo deve essere percepito sempre per intero. È una legge. Il nostro obiettivo in questo caso è di scoprire i legami persistenti tra le singole parti. Se riusciamo a trovarli, allo stesso tempo tenendo presente nella mente l'evento desiderato, per esempio una guarigione di qualcuno o l'acquisizione della capacità di chiaroveggenza, otterremo la sua realizzazione. In questo modo è opportuno perfezionare le nostre facoltà di controllo.

2. La sequenza di sette numeri: 1538448;

La sequenza di nove numeri: 154321915.

3. Vedremo i volti di quelli che creavano il Mondo prima di noi. Vedremo i meccanismi secondo i quali il Mondo fu creato prima di noi. Vedremo il Mondo che fu prima di noi. Sentiremo di essere sempre esistiti e trasferiremo questa sensazione su quei volti e con questa sensazione

creeremo i meccanismi. Ci accorgeremo che tutto quello che ci circonda, riprodotto artificialmente o creato in modo naturale, è il Creatore. Ci personificò in quello che noi vediamo. La nostra personificazione è il Mondo che si sta creando. Potremo trovare in conseguenza qualsiasi tecnologia di sviluppo spirituale, intellettuale o tecnologico, purché essa sia creativa. Dobbiamo considerare lo sviluppo come un'evoluzione equivalente e onnipresente di qualsiasi elemento della realtà e di qualsiasi oggetto d'informazione, e riusciremo a distinguere un'essenza che è il nostro animo, la nostra personalità e il nostro Creatore. L'individualità del Creatore e la creazione di tutti gli uomini sono la base dell'armonia del Mondo, caratterizzante tutto, sempre presente e ovunque comprensibile. Il Creatore, creando personalmente noi e solo noi, creò tutti gli uomini allo stesso tempo. Così anche noi dobbiamo creare il Mondo individualmente e allo stesso tempo per tutta la gente e per tutti i tempi e gli spazi.

14° giorno:

1. In questo giorno ci dobbiamo concentrare sul movimento degli oggetti circostanti. Osservandoli ci domandiamo: perché la nuvola si muove? Perché la pioggia cade? Perché gli uccelli volano? Come accade tutto ciò? Cerchiamo il significato informativo d'ogni evento. Tale concentrazione accompagnata dal pensiero dell'evento desiderato favoriscono la realizzazione di quest'ultimo e il perfezionamento dell'arte del controllo.

2. La sequenza di sette numeri: 5831421;

La sequenza di nove numeri: 999888776.

3. In questo giorno dobbiamo vedere nelle nostre mani le mani che riflettono la luce della vita, le dita come dita riflettenti la luce delle nostre mani. Dobbiamo vedere che il nostro corpo splende di luce luminosa d'amore, di bene e di salute, di luce della mia Dottrina sulla vita eterna. In questo giorno i lettori possono percepire la mia Dottrina e rivolgersi a me nel pensiero. Si può indirizzarsi da me anche in qualsiasi altro giorno del mese e in qualunque stato chiedendo qualsiasi cosa di cui si ha bisogno per arrivare alla vita eterna e l'edificazione universale. Aiuterò tutti! Ma ci si può rivolgere anche a sé stessi, e scoprire da soli che cosa avete ricevuto da me. Potete vedere questo sapere, applicarlo e trasmetterlo agli altri. In questo giorno si può entrare in armonia con me come in qualsiasi altro giorno precedente o successivo. Anche nei giorni quando il tempo non sarà misurabile con il tempo e lo spazio, potete rivolgervi a me con la richiesta d'aiuto, di conversazione, di realizzazione di un evento o solo di essere accolti. Siamo liberi come lo eravamo sempre. Imparate questa regola e diffondetela agli altri e la vostra vita sarà eterna lì dove ci sono io. E la vita diventerà eterna lì, dove ci siete voi, dove ci sono tutti gli uomini. L'Eternità sarà lì dove c'è tutto e ci sta sempre. Questo principio sarà vero e attendibile per tutti, lo è già, e noi siamo quelli che siamo nell'Eternità, perché noi siamo l'Eternità.

15° giorno:

1. Il secondo giorno del mese abbiamo praticato la concentrazione sul mignolo della mano destra. Il quindicesimo giorno possiamo utilizzare come oggetto di concentrazione qualsiasi altra parte del nostro corpo, altre dita, i piedi o altro, a nostra scelta. La concentrazione segue lo stesso procedimento descritto per il secondo giorno.

2. La sequenza di sette numeri: 7788001;

La sequenza di nove numeri: 532145891.

3. Il quindicesimo giorno del mese dobbiamo sentire la grazia Divina che ci è stata mandata dall'Intelletto Universale, riconoscendo al Signore per la propria creazione, per la creazione di ogni suo elemento e del suo status che gli permette di riprodurre l'Universo, perché Dio è presente ovunque. Secondo questo principio avvertiremo la gratitudine delle piante e degli animali nei nostri confronti, sentiremo la gratitudine di un'altra persona e il suo amore. Sentiremo di amare gli altri. La creazione, la grazia e la compenetrazione sono nell'amore. L'amore universale, raggiungibile per tutti e raggiungente tutti è il Creatore, il quale ha personificato il Mondo in noi. Siamo la manifestazione dell'amore del Creatore, perché Egli è l'amore verso di noi. Abbiamo avuto il dono del Creatore inizialmente, e il dono siamo noi, siamo creatori, perché creati dal Creatore, Dio eterno, universale, dobbiamo andare verso di Lui, ed Egli è dappertutto. Andiamo lì dove ci chiama, perché Egli ci chiama dappertutto. Egli è dove siamo noi, è ovunque siamo noi. Noi siamo nel movimento del

Creatore, siamo la personificazione della Sua Eternità. Vedremo che Egli ha creato il Mondo eterno nell'evoluzione reciproca e universale, che il Mondo è stato creato eterno, che il Mondo personifica noi eterni. Siamo creatori, che costruiscono l'eterno e il Creatore ci ha creati eterni nel momento della creazione del Mondo eterno.

16° giorno:

1. In questo giorno dobbiamo concentrarci sugli elementi della realtà esterna che entrano in contatto con il nostro corpo.

In questa concentrazione cerchiamo di sentire la cooperazione con i nostri amici il sole, l'aria e l'acqua.

Ci concentriamo sul calore che ci danno i raggi di sole. Sentiamo il loro tocco, il calore che ci scalda.

Sentiamo il venticello che soffia su di noi. Sentiamo come ci sfiora. Potrebbero essere anche forti raffiche di vento o aria immobile. Se allo stesso tempo fa molto caldo e umido, sentiamo contemporaneamente il calore, l'aria e l'umidità sul viso.

Sentiamo l'effetto rinfrescante dell'acqua quando laviamo il viso, facciamo la doccia o facciamo un bagno.

Le concentrazioni sono praticabili anche nella stagione fredda. Il nostro viso è sempre scoperto. Nella stagione estiva sulla spiaggia tutto il nostro corpo gode il contatto con il sole, l'aria e l'acqua. Inoltre possiamo aggiungere il contatto con la terra.

Queste concentrazioni hanno una grande importanza, in quanto stabiliscono un nostro contatto consapevole con le forze della natura. Tale esercitazione ovviamente può essere praticata ogni giorno.

Tenendo nella mente nello stesso tempo l'evento ambito otteniamo la sua realizzazione.

2. La sequenza di sette numeri: 1843212;

La sequenza di nove numeri: 123567091.

3. Dobbiamo sentire l'armonia lì dov'è, cioè ovunque. È l'armonia del Creatore. Sentiamo l'armonia dove essa è presente ora, dov'era prima e sarà anche in futuro, dove non c'è mai stata e dove sarà sempre. È l'armonia del cambiamento. È l'armonia della trasformazione. È la trasformazione nella vita eterna. Avviciniamoci a noi stessi dappertutto, sentiamo questa armonia ovunque, e vedremo che la nostra armonia emana onde di gioia e d'amore. Vedremo che noi facciamo diventare il Mondo armonioso per sempre nel suo status eterno d'equilibrio. Stiamo combattendo nella grazia eterna Divina per la vita e la fede eterna.

17° giorno:

1. Il diciassettesimo giorno del mese ci dedichiamo alla concentrazione sugli elementi della realtà esterna, i quali secondo noi ci circondano sempre. È lo spazio circostante, il Sole, la Luna, le costellazioni e tutto quello che crediamo esistere sempre. Ci concentriamo su uno di questi elementi e come al solito rammentiamo l'evento che vogliamo far realizzare.

2. La sequenza di sette numeri: 1045421;

La sequenza di nove numeri: 891000111.

3. Guardiamo con l'occhio onniveggente il risuscitamento di tutti e di tutto. Noteremo che la ricostruzione del Mondo è la realtà nella quale viviamo. Sentiremo di vivere nel Mondo eterno. Andiamo avanti su questo cammino e scorgeremo la strada che ci chiama. Prendiamo questa strada e vedremo il Creatore eterno, proveremo il piacere della nostra eternità ed è proprio questo piacere l'Eternità della vita. L'amore del Creatore è immenso, la sua semplicità è confidenziale, Egli è semplice e trasparente come l'abbiamo sempre immaginato, è buono e costruttivo come abbiamo sempre saputo. È il nostro Creatore e Egli ci offre la strada. Prendiamo la Sua strada, perché la Sua strada è anche la nostra.

18° giorno:

1. E' il giorno della concentrazione sugli oggetti immobili. Possiamo scegliere un oggetto a nostro piacere: un edificio, un tavolo, un albero. Dobbiamo trovare la natura individuale dell'oggetto scelto, il suo senso. Dobbiamo capire che cosa questo oggetto rappresenta per noi. Questo è l'idea della concentrazione.

In seguito non ripeterò più che durante la concentrazione occorre tenere ben presente nella mente l'evento la cui realizzazione vogliamo raggiungere. Sarà sottointeso.

2. La sequenza di sette numeri: 1854212;

La sequenza di nove numeri: 185321945.

3. Noi ci dirigiamo lì, dove ci sono gli uomini, lì dove ci sono gli eventi. Lavoriamo dove c'è la resistenza. Quando ce ne rendiamo conto la resistenza diventa trasparente, la sua forza diminuisce, cominciamo a vedere il mondo dell'Eternità, anche se la resistenza non è ancora cessata del tutto. Dobbiamo andare ed essere ovunque vogliamo. Possiamo essere dappertutto. Possiamo abbracciare tutto il mondo della grazia, per cui dobbiamo lottare contro la resistenza a favore della vita eterna e allora la resistenza crollerà e dietro essa scorgeremo la luce della vita eterna. Sarà così sempre e in tutti i tempi.

19° giorno:

1. In questo giorno sperimentiamo la concentrazione sui fenomeni della realtà esterna, nei quali qualche cosa inizialmente intero si trasforma in un insieme di singoli elementi. L'esempio di tale fenomeno è la nuvola che si trasforma in gocce di pioggia, o la chioma d'albero che muta in singole foglie cadenti.

Durante la concentrazione su simili fenomeni cerchiamo di scoprire le leggi in base alle quali si potrebbe evitare tale sviluppo di eventi. La scoperta di queste leggi è l'obiettivo della concentrazione del diciannovesimo giorno.

2. La sequenza di sette numeri: 1254312;

La sequenza di nove numeri: 158431985.

3. La lotta dello spirito per il suo posto autentico nel Mondo, così come la lotta del nostro animo per la personificazione del Creatore, fa diventare il

nostro intelletto e la mente controllabili. La nostra coscienza si trasforma in universale e la nostra parte della coscienza diventa la coscienza universale. Diventiamo quelli che siamo davvero. La nostra eternità si manifesta nei nostri pensieri, i pensieri diventano l'Eternità, i nostri pensieri donano l'Eternità al Mondo. Noi saremo lì, dove siamo, saremo lì dove non ci siamo. Esisteremo sempre anche se il Mondo consiste di intervalli temporali, lì dove saremo noi gli intervalli del tempo diventeranno il Mondo, lo spazio si unirà con l'Eternità, il tempo cederà e noi saremo nel movimento, vivremo nel tempo eterno, percepiremo il tempo eterno, questo tempo verrà da noi. Ogni attimo del nostro tempo è eterno. Dobbiamo sentire l'Eternità in ogni istante e ci accorgeremo di possederla già.

20° giorno:

1. In questo giorno il nostro obiettivo sarà la concentrazione sulle aree remote della coscienza. Dovremo aiutare la gente.

Immaginiamo di dover spiegare qualcosa ad un'altra persona, qualcosa che egli non sa o non capisce. Sappiamo già che in realtà ogni uomo possiede tutto il sapere, il suo animo contiene qualsiasi conoscenza. Il nostro scopo quindi è di aiutarla a rendersi conto dell'informazione già in suo possesso. Proprio in tale presa di coscienza del sapere nascosto nel nostro animo consiste la comprensione autentica.

È più facile aiutare l'uomo a capire

l'informazione necessaria custodita nel suo animo tramite le aree remote della sua coscienza. Si può arrivare ad essi attraverso le aree remote della nostra coscienza.

Questa esercitazione ci introduce nell'attiva partecipazione del programma di salvataggio. A questo proposito è indispensabile sottolineare un punto cardine di questa concentrazione. La concentrazione deve garantire un effetto positivo del controllo degli eventi per tutti, senza distinzione, l'evoluzione favorevole degli eventi per tutta la gente, indipendentemente dal luogo in cui essa è dislocata. La gente deve ricevere il nostro aiuto anche se si trova a grande distanza da noi.

In forma breve possiamo chiamare questo esercizio la concentrazione sul successo di tutti. Grazie al nostro lavoro le situazioni concrete nella vita di tutta la gente avranno uno sviluppo positivo.

Volendo, soprattutto in fase iniziale, all'inizio dell'attività pratica possiamo aggiungere alla concentrazione descritta anche un'altra esercitazione: ci dobbiamo concentrare sugli oggetti remoti, ad esempio il Sole, i pianeti o le stelle e le costellazioni. Non è necessario essere in grado di scorgerli con la vista normale. Il nostro scopo è di capire che cosa sono essi dal punto di vista dell'informazione.

2. La sequenza di sette numeri: 1538416;

La sequenza di nove numeri: 891543219.

3. Guardiamo il Mondo dalla posizione più alta della nostra coscienza, dal punto di vista della

posizione più profonda del nostro animo e con l'aspirazione più spirituale al benessere di tutti, guardiamo il Mondo come se fosse ancora nella fase di creazione e creiamolo com'è adesso. Ma nel crearlo simile a com'è oggi, dobbiamo cambiare lo stato del Mondo con i suoi vizi verso il miglioramento, nella direzione dell'edificazione e della vita eterna. Scopriremo in seguito che i vizi non sono in realtà i vizi, ma la comprensione errata del Mondo. Dobbiamo capire il Mondo correttamente come ce lo insegna il Creatore e scopriremo che Egli è dappertutto e la correttezza è ovunque, basta andarle incontro, non negarla ed avvicinarci a questa correttezza per sempre, e allora vedremo il Mondo trasformato. Scopriremo che l'Universo è divenuto nostro, che il Creatore è contento di noi, che noi stessi siamo creatore, e possiamo creare dappertutto, sempre e per sempre. Siamo gli aiutanti del Creatore, siamo gli aiutanti di qualsiasi persona e come Creatore stesso creiamo il creatore e raggiungiamo il punto di unione di tutti. Il punto dell'unione di tutti è il nostro animo. Guardiamolo e vedremo la luce della vita. È la luce emanata dal nostro animo. La luminescenza del nostro animo è quello che ci chiama in alto, lontano, la luminescenza dell'animo è il Mondo. Vediamo il Mondo perché lo vede il nostro animo. Vediamo l'animo perché abbiamo gli occhi dell'animo. Guardiamo noi stessi da tutti i lati e scopriremo l'unione universale con tutto il Mondo, che esiste sempre e dappertutto. Il nostro pensiero è il pensiero

del Mondo. Il nostro sapere è il sapere del Mondo. Distribuiamo il sapere della vita e diffondiamo la luce del nostro animo, vedremo la vita eterna in quello stato in cui ci troviamo. Scopriremo che la vita eterna è da tempo con noi, che è esistita ed esisterà sempre. La vita eterna siamo noi.

21° giorno:

1. Il ventunesimo giorno dobbiamo praticare la concentrazione sulle sequenze dei numeri in direzione opposta. L'esempio di una tale sequenza è: 16, 15, 14, 13, 12, 11, 10. I numeri che compongono la sequenza devono essere inclusi tra 1 e 31 (il numero massimo di giorni in un mese). Quindi abbiamo a nostra disposizione 31 numeri. Affidiamo al nostro intuito la scelta dei numeri per la composizione della sequenza.

2. La sequenza di sette numeri: 8153517;

La sequenza di nove numeri: 589148542.

3. Vediamo come scorre un ruscello dalle montagne. Vediamo come si scioglie la neve. Rivolgiamo il nostro sguardo mentale a queste immagini se le abbiamo già viste con gli occhi. Scopriremo che il nostro pensiero non è diverso dagli occhi. La nostra coscienza non si distingue dal nostro corpo. Vedremo che il nostro animo costruisce il corpo. Non dimentichiamo queste conoscenze, trasferiamole da un secondo in un altro, trasmettendole agli altri e costruendo da un istante l'Eternità. Costruiremo noi stessi eternamente come se fossimo vissuti prima, questa costruzione eterna è la vita eterna. In base allo stesso principio

costruiamo attorno a noi stessi anche gli altri oggetti, creiamo i mondi. Creiamo la gioia e seminiamo il grano, creiamo il pane e costruiamo gli strumenti, le macchine, facciamo queste macchine assolutamente innocue, incapaci di distruggere, e allora scopriremo di vivere già in questo mondo, vedremo che tutto ciò ci è mandato da Egli, che le macchine sono la manifestazione di Dio e della nostra coscienza. Fermiamo la macchina se essa crea pericolo. Creiamo il corpo se è malato, risuscitiamo se qualcuno se n'è andato, impediamo che qualcun altro se ne vada. Siamo i creatori, dobbiamo prendere, agire e andare avanti in armonia con tutto il Mondo, in armonia con tutto il creato, in armonia con tutto quello che sarà mai creato in tutta l'infinità del Mondo, e in armonia con noi stessi.

22° giorno:

1. In questo giorno dobbiamo concentrarci sugli elementi della realtà caratterizzati dalla riproduzione interminabile. Né è esempio il concetto dell'Eternità, o lo spazio infinito.

2. La sequenza di sette numeri: 8153485;

La sequenza di nove numeri: 198516789.

3. Il nostro animo è una struttura creata, è una struttura ricostruibile. Guardiamo come si costruisce e come si ricostruisce. Il nostro animo è nell'atto di ricostruzione, apriamo il nostro mondo e vediamo come si è riprodotto il Creatore, guardiamo il meccanismo di ricreazione e scopriamo l'amore. L'amore è quello che porta la luce al Mondo. L'amore è quello su cui è costruito il mondo.

L'amore è quello che esiste da sempre. Guardiamo chi ha creato l'amore e vedremo noi stessi. L'amore appartenente a noi siamo noi, appartenenti all'amore. Costruiamo con amore, costruiamo con prosperità, costruiamo con gran gioia di vita e di felicità universali, e vedremo la gioia che sentono tutti attorno a noi. Dobbiamo vedere la gioia di quelli che ci stanno vicini e il nostro cuore si riempirà di felicità. Viviamo in felicità, in armonia e la felicità ci porterà l'Eternità. Guardiamo con i nostri occhi eterni, con il nostro corpo eterno, con lo sguardo eterno i nostri parenti e doniamo a loro l'Eternità. Guardiamo con la nostra Eternità tutti gli uomini, e doniamo a loro l'Eternità. Guardiamo con la nostra Eternità tutto il Mondo, tutto quello che ci circonda e doniamo a loro l'Eternità. Il Mondo fiorirà, ci sarà un fiore che fiorirà eternamente. Questo fiore sarà il nostro Mondo, il Mondo di tutti. E noi vivremo e la nostra felicità sarà eterna.

23° giorno:

1. In questo giorno dobbiamo concentrarci sull'evoluzione di tutti gli elementi della realtà nella direzione della realizzazione degli obiettivi Divini.

2. La sequenza di sette numeri: 8154574;

La sequenza di nove numeri: 581974321.

3. Guardiamo il Mondo, esaminiamo quello che c'è da fare al suo interno, guardiamo le nostre faccende domestiche, i nostri sentimenti. Studiamo come i nostri sentimenti sono legati agli eventi, perché guardiamo avanti, perché percepiamo, perché i nostri affari vanno in un modo piuttosto che in un

altro. La parola “altrimenti” non può esistere nel Mondo, perché il Mondo è unico e multiforme nella sua unità. Esaminiamo perché la parola “unico” significa multiforme. Sentiamo tutta la natura dei fenomeni in una nostra faccenda concreta. Studiamo questa faccenda da tutti gli aspetti. Guardiamo il nostro organismo e ricostruiamolo con un istante mentale. Guardiamo la nostra coscienza e facciamole risolvere tutti i nostri problemi. Guardiamo il nostro animo e scopriremo che contiene già tutto il sapere.

24° giorno:

1. In questo giorno nel corso della concentrazione dobbiamo trasformare la forma umana in un qualsiasi altro oggetto, ad esempio una cassetta video, una penna, una pianta. Dobbiamo scoprire da quale elemento della forma umana nasce per esempio la cassetta, ovvero come bisogna concepire l'aspetto dell'uomo per ottenere la cassetta.

2. La sequenza di sette numeri: 5184325;

La sequenza di nove numeri: 189543210.

3. Noi vediamo la realtà che solo noi vediamo. Siamo arrivati alla realtà che rappresenta noi. Guardiamo tutti i giorni dal primo al ventiquattresimo e vedremo che il nostro amore è infinito. Guardiamo il Mondo con amore, studiamo com'è costruito il sentimento, guardiamo il sentimento come creazione eterna e arriveremo all'amore come Eternità. Ci arriviamo sempre e rimaniamo per sempre con amore. Il Creatore ci ha creati innamorati. Siamo creature Divine e amiamo.

L'amore è la vita, la vita è l'amore. Diamo l'amore lì dove andiamo, diamo l'amore lì dove ci determiniamo e ci predeterminiamo. L'amore può essere espresso non con le parole o con i sentimenti, ma i nostri atti sono l'amore lì dove creiamo.

25° giorno:

1. In questo giorno possiamo concentrarci su qualsiasi oggetto a nostra scelta. È importante che le concentrazioni siano multiple e che differiscano tra loro. Analizziamole e uniamo diversi oggetti di concentrazioni da questo insieme nei gruppi in base a qualche caratteristica. Ad esempio, il videoregistratore e la cassetta possono essere attribuiti ad un gruppo, perché si completano nella realizzazione della loro destinazione. Lo stereo e il videoregistratore appartengono allo stesso gruppo in quanto articoli creati con l'utilizzo dell'elettronica. Allo stesso gruppo si possono ascrivere gli oggetti dello stesso tipo, per esempio due libri. Tuttavia dal punto di vista del loro contenuto o tema questi libri possono finire in gruppi diversi se nella formazione dei gruppi è determinante il principio tematico.

Abbiamo la piena libertà creativa. A casa possiamo dare un'occhiata intorno e adoperare ai fini della concentrazione i diversi oggetti circostanti.

2. La sequenza di sette numeri: 1890000;

La sequenza di nove numeri: 012459999.

3. Concentriamoci sul pensiero di noi stessi. Cogliamo il pensiero di noi stessi come un nostro riflesso. Guardiamo noi stessi come guardiamo gli altri. Guardiamo noi stessi come guardiamo un ramo

dell'albero, una foglia della pianta, la rugiada mattutina o la neve sul davanzale. Vedremo quello che è eterno davanti a noi, vedremo che noi siamo eterni.

26° giorno:

1. In questo giorno impariamo a vedere l'intero e la sua parte contemporaneamente, il generale e il particolare.

Immaginiamo una mandria di mucche: possiamo vedere tutta la mandria e allo stesso tempo concentrarci su una singola mucca, capire di che cosa vive, a cosa pensa, come va a svilupparsi. Oppure possiamo rivolgere la nostra immaginazione ad un formicaio e ad una singola formica.

Questa concentrazione ci insegna a vedere con lo stesso sguardo l'insieme e la sua parte, il generale e il particolare.

2. La sequenza di sette numeri: 1584321;

La sequenza di nove numeri: 485617891.

3. Prendiamo in considerazione il fatto che la nostra evoluzione è eterna. Notiamo che la nostra evoluzione è costante. Occupiamoci di quello che è eterno, perché ogni movimento è eterno e ogni cosa è la personificazione dell'Eternità, ogni persona è l'Eternità e ogni animo è una moltitudine delle Eternità. Andiamo alle Eternità multiformi dall'Eternità unica e vedremo che l'Eternità è una per tutti. Attraverso questo sapere arriveremo a comprendere il nostro animo e scopriremo di essere creatori di quello di cui abbiamo bisogno. Appliciamolo alla creazione di ogni cosa e vedremo

che ogni cosa è creata da noi. Applicchiamolo alla nostra salute e capiremo che il nostro organismo è sempre autoricostituibile. Applicchiamolo alla salute degli altri e curando gli altri matureremo esperienza anche per noi stessi. La cura degli altri è sempre un'esperienza per sé stessi. La ricostituzione di tutto è sempre l'esperienza per noi. Facciamo del bene, diamo più felicità e gioia e riceveremo l'Eternità tra le mani come uno strumento concreto di tecnologia della nostra coscienza. Estendiamo la coscienza sulle rigide condizioni dell'Eternità. Lì dove l'Eternità si allarga, superiamola, superiamo l'Eternità nell'infinità e vedremo che siamo la personificazione del Creatore. Noi creiamo lì, dove l'Eternità ancora solo si allarga, siamo i creatori dell'Eternità, teniamo sotto controllo l'Eternità e l'Eternità obbedisce a noi sempre.

27° giorno:

1. In questo giorno dobbiamo praticare la stessa concentrazione del nono giorno del mese con la differenza di aggiungerci lo sviluppo infinito d'ogni elemento della concentrazione.

2. La sequenza di sette numeri: 1854342;

La sequenza di nove numeri: 185431201.

3. Aiutiamo quelli che hanno bisogno di essere aiutati. Aiutiamo quelli che non hanno bisogno di aiuto. Aiutiamo noi stessi, se ci occorre aiuto. Aiutiamo noi stessi, se non ci serve aiuto. Dobbiamo considerare la parola aiuto in senso più ampio, e la bontà come personificazione dell'aiuto. Siamo buoni e aiutiamo. Siamo creatori e abbiamo l'aiuto. Ogni

atto della nostra creazione ci porta aiuto. Tutto quello che abbiamo creato ci aiuta. Abbiamo una quantità infinita di aiutanti, e noi aiutiamo una quantità infinita di persone. Tra noi e tutti gli altri c'è un legame universale, aiutiamo sempre tutti e tutti ci aiutano. Attraverso i legami universali e l'aiuto reciproco portiamo la società alla prosperità, doniamo la felicità a tutti e scopriremo di essere in armonia universale con tutti, dove Dio-Creatore è tutto quello che è stato creato attorno a noi, è tutto quello che abbiamo creato noi. La personificazione di Dio come nostro creatore si manifesterà nel nostro animo con la comprensione autentica del Mondo nell'autoevoluzione già dopo che abbiamo ottenuto l'Eternità della vita. L'Eternità della vita è l'infinità del Creatore. Per essere viventi in infinità, bisogna essere creabili in infinità. Per essere creabili in infinità non occorre nulla, perché siamo creati per sempre, per essere creabile eternamente. Possiamo far sì che ogni nostro pensiero, ogni nostro movimento, ogni nostro atto crei l'Eternità.

28° giorno:

1. In questo giorno praticheremo la stessa concentrazione dell'ottavo giorno del mese, con una sola differenza. Ecco di che si tratta:

Avrete notato che nel giorno precedente nella definizione della concentrazione i numeri 2 e 7 si addizionavano: $2+7=9$. In questo caso la situazione è diversa. Il numero 28 è composto dalle due cifre 2 e 8. Il numero 28 deve essere percepito come moltiplicazione di due per otto. Non l'addizione, ma

proprio la moltiplicazione. L'otto si raddoppia. Proprio per questo motivo si ripete il programma dell'ottavo giorno. Tuttavia questa ripetizione non può essere letterale, non deve essere una copia esatta del lavoro precedente. Dobbiamo modificare qualche cosa, e per primo modificare qualcosa in noi. Ad esempio possiamo cambiare la nostra percezione di questa concentrazione. Seguendo lo stesso schema dobbiamo scoprirvi qualcosa di nuovo, vederla da un punto di vista diverso.

La nostra percezione e comprensione delle concentrazioni deve sempre approfondirsi e crescere. È un processo creativo, che favorisce il nostro sviluppo.

2. La sequenza di sette numeri: 1854512;

La sequenza di nove numeri: 195814210.

3. Guardiamo noi stessi come guardiamo tutto il Mondo. Guardiamo il Creatore come il Creatore ci guarda e capiremo che cosa Egli vuole da noi. Guardiamo il suo sguardo e vedremo il Suo sguardo. Scopriremo che lo sguardo del Creatore è rivolto anche verso i fenomeni lontani del Mondo, il nostro obiettivo è di controllare questi fenomeni del Mondo. Dobbiamo trasformare tutti i fenomeni del Mondo in armoniosi. Ecco il nostro obiettivo autentico. Dobbiamo generare e creare Mondi sempre armoniosi. Questo è il nostro compito da quando siamo stati creati. Perché Egli ha già creato, perché Egli ha già fatto, il nostro scopo è di seguire le sue orme, dato che siamo creati a immagine e somiglianza Sua. Il Creatore si è autoricreato, ma ha

creato anche noi. Autoricreiamoci e creiamo gli altri. Creiamo tutti gli altri e diamo a tutti la prosperità universale, allora il Mondo sarà creato per noi, per tutti e per il Creatore. Creiamo per il Creatore perché è stato Egli a crearci. Creiamo per il Creatore perché è stato Egli a creare tutto. Tutto quello che noi creiamo, lo facciamo per il Creatore.

29° giorno:

1. In questo giorno praticheremo la concentrazione riassuntiva. Dobbiamo ripassare tutte le concentrazioni dalla prima alla ventottesima, ma le dobbiamo percepire in un impulso. È essenziale. Dobbiamo abbracciare tutta la strada fatta in un mese con un solo momento di percezione.

Inoltre occorre effettuare una certa analisi del nostro lavoro. In questo giorno viene creata la piattaforma per il lavoro nel mese successivo.

Immaginiamo tutto quello che abbiamo fatto precedentemente sotto forma di una sfera e collochiamola sulla retta infinita, il tratto iniziale della quale comprende anche il mese successivo. In questo modo creiamo la piattaforma non solo per il mese successivo, ma anche per il nostro sviluppo futuro interminabile.

2. La sequenza di sette numeri: 1852142;

La sequenza di nove numeri: 512942180.

3. Guardiamo il Mondo con i nostri occhi. Guardiamo il Mondo con tutti i nostri sentimenti. Guardiamo il Mondo con tutte le nostre cellule. Guardiamo il Mondo con tutto il nostro organismo e con tutto ciò che può vedere, con tutto il nostro

essere. Guardiamo il Mondo e noi stessi e anche dentro noi stessi. Guardiamo il Mondo con la consapevolezza che il Mondo è intorno a noi e ci avvolge. Guardiamo la realtà che genera la vita. Guardiamo la realtà che produce l'Eternità. Ci accorgeremo che ovunque rivolgiamo lo sguardo, dappertutto c'è soltanto la realtà che genera la vita e l'Eternità. Il Creatore di questa realtà è Dio. Il Dio che ha creato questa realtà, ha generato la vita eterna. Egli ci vede come ci vediamo noi stessi, Egli ci vede come noi stessi non ci vediamo, ed è il nostro Creatore. È Dio.

30° giorno:

1. In questo giorno effettuiamo la prima concentrazione sulla piattaforma costruita. La concentrazione pone le fondamenta del nostro lavoro nel mese successivo.

Dobbiamo concentrarci sull'armonia del Mondo. Dobbiamo sentirla, trovarla, gioire e ammirarla. Ci sorprende la perfezione con la quale è stata creata da Dio. Ammiriamo l'armonia del Mondo come conseguenza della perfezione del Creatore.

2. La sequenza di sette numeri: 1852143;

La sequenza di nove numeri: 185219351;

3. Il principio secondo il quale costruiamo tutti i giorni precedenti, in questo giorno può essere essenziale, perché a febbraio con i suoi 29 o 28 giorni questo principio nel trentesimo giorno passa al primo o al secondo giorno. Tale unione segna il ciclo eterno della vita. Troviamo l'Eternità in tutte le nostre armonizzazioni precedenti. Troviamo questa

Eternità nel semplice esempio della lunghezza dei mesi: un mese ha 30 giorni, l'altro, febbraio ne ha 29 o 28 giorni e tramite solo questo mese di febbraio abbiamo le unioni del numero 30 con i numeri 1 o 2. L'unione tra i numeri di natura e origine diversa simboleggia l'unione e la natura comune di tutti. Troviamo la natura comune in tutto, in ogni elemento dell'informazione, troviamo la natura comune lì dove non è visibile subito, troviamola lì dov'è evidente, troviamola lì dove si nota subito. Allora vedremo, capiremo, sentiremo di essere ispirati.

31° giorno:

1. Nel trentunesimo giorno ci concentriamo sulle aree segregate di ogni singolo volume.

Immaginiamo un albero che cresce su un terreno. Vediamo che sotto l'albero c'è la terra, sopra e attorno c'è l'aria. Tutte queste aree singole si uniscono nella nostra coscienza perché tutte rappresentano per noi la riproduzione eterna della vita. La vita è eterna. Dobbiamo capirlo. Rammentiamolo osservando il mondo attorno a noi, sentendolo, dissolvendoci in esso. E ci arriverà la comprensione della verità: **SI, LA VITA E' ETERNA!**

2. La sequenza di sette numeri: 1532106;

La sequenza di sette numeri: 185214321.

3. Concentriamoci in questo giorno su noi stessi. Siamo assolutamente e completamente sani e tutte le persone sono sane. Il Mondo è eterno. Tutti gli

eventi sono edificativi. Percepiamo sempre tutto solo positivamente. Tutto attorno a noi è a favore.

Occorre fare una nota alle esercitazioni riportate sopra. Ripeto ancora una volta: siamo noi a decidere la quantità e la durata delle concentrazioni. Dobbiamo decidere inoltre quale risultato è di maggior peso per noi in questo mese, quali sono le mete da raggiungere per prime. Se vogliamo ottenere un determinato risultato in termini precisi, bisogna fissare questa scadenza nell'impostazione dell'obiettivo e cercare di raggiungerla tramite le concentrazioni.

Ricordiamo che queste esercitazioni hanno un carattere creativo. Favoriscono il nostro sviluppo, la nostra crescita spirituale, di conseguenza saremo in grado di mettere in pratica le concentrazioni al livello più alto, e di innalzare il nostro sviluppo e così via. Questo processo è infinito. Presto ci accorgeremo che la nostra vita comincia a subire cambiamenti positivi, ma in realtà siamo noi che cominciamo a migliorarla, prendendone il controllo nelle nostre mani.

Le esercitazioni aiutano l'evoluzione della coscienza, lo sviluppo degli eventi nella nostra vita nella direzione favorevole, il miglioramento della salute e l'instaurazione dell'armonia con la pulsazione dell'Universo.