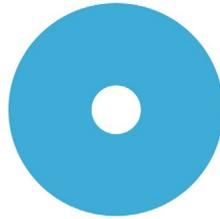


## LA TECNICA DEL CIELO



### **Estratto: la Sorgente dentro di TE! (corso)**

Adesso prima di lasciare la parola a voi, vorrei parlarvi di un'ultima tecnica che ho chiamato la TECNICA DEL CIELO.

La spiegava Lau Tsu in Cina e poi la ripresa in India Osho e adesso la riprendo io e mi devono perdonare, ma l'ho cambiata un po' perché sento che ai giorni d'oggi serve qualcos'altro più in sintonia con l'energia che si sta risvegliando in tutto il Mondo e specie con tutte queste metafore che ci aiutano e penso ci abbiano aiutato in questo corso per comprendere meglio ciò che non si può spiegare come cos'è la Sorgente e quindi lo stato meditativo... per questo la Tecnica l'ho chiamata *la tecnica del Cielo* così che una parte di noi rimanga già connessa e si ricordi intrinsecamente, inconsciamente di quel qualcosa che non si può veramente dire perché è ciò che siamo e ciò da cui veniamo.

Bene,

cosa si fa con questa tecnica, dunque?

È semplice si inizia guardando il CIELO!

Guardare il cielo per più tempo possibile, di giorno e di notte, (restate semplicemente a guardare il Cielo, non c'è da fare altro. L'Universo è pieno di energia del Creatore proveniente dalle stelle, i pianeti, gli astri, in questo modo l'assorbiamo e la mente si purifica.

Il modo con cui guarderemo però è ciò che darà importanza e un senso alla tecnica. Non voglio dare molto enfasi a questo come si è fatto in passato, altrimenti crediamo che ci deve essere uno sforzo, è naturale perché è solo il punto di vista che cambia nel guardare, di qualcosa che è già qui, è già presente in voi, dovete solo ricordarvene. Tutto qui.

Allora in cosa consiste questo modo di vedere?

Alzate lo sguardo al soffitto (al momento penso che il Cielo sia fuori dalla vostra stanza) perciò usiamo il soffitto. Quindi fate sì che ciò che state vedendo, vi stia vedendo a sua volta.

In pratica l'energia esce dagli occhi e ritorna sempre negli occhi.

Il fatto che l'energia esce dagli occhi non ha bisogno di una vostra attenzione, accade già da sé... come il respirare lo fate senza pensarci... ma, il fatto che l'energia ritorni, bè, quello richiede la vostra PRESENZA.

Se non siete Presenti questa tecnica non si attua. È molto semplice.

Un aiuto affinché comprendiate cosa significhi assorbire dagli occhi lo si può ricevere dall'ispirazione. Cioè nel momento in cui state ispirando, sentite che questa energia, l'aria, (anche qui è una percezione che dovete avere e lo capite solo quando l'attuare) quando ispirate l'aria, fate sì che quest'aria, questa energia stia entrando in voi non solo dalle narici ma anche dagli occhi.

Dovete sperimentare e avere esperienza nel momento in cui lo state facendo e nel momento in cui non lo fate... e notare la differenza.

Può capitare che quando guardate il Cielo in questo modo, a un certo punto immagazzinate così tanta energia che gli occhi si strizzino, si chiudano e avvertirete nel centro della fronte una pulsazione... è un buon segno. Questa tecnica aiuta a veicolare la luce in voi, nella mente e la ripulisce. Non ci

interessa che va ad attivare il 3° occhio e cose di questo genere, l'importante è iniziare ad essere il più possibile la SORGENTE DENTRO DI VOI!

La mente con la pratica costante si calma, ferma il suo moto continuo di portarvi ovunque, il Presente si apre nella vostra mente. E infatti se attuate questa tecnica non sarà possibile non essere Presenti, perché la tecnica usa la Presenza; e se vi trovate a fantasticare allora non la state attuando. È semplice e naturale.

Fatelo sempre con il Cielo e poi quando vi siete abituati a vederlo costantemente, iniziate a guardare anche gli alberi, i fiori... e in ultimo le persone.

Vedrete che tutto il mondo, ogni cosa persino le pietre sono avvolte dalla Luce, perché vedere la Luce è lo stato naturale dell'essere umano che si è risvegliato!

Mi fermo qui perché è bene che dobbiate sperimentarla, ma non lasciatela questa pratica, il fatto di far sì che il cielo entri in voi e poi ogni altra cosa è ciò che dovrebbe avvenire, perché finirà... che tutto il Mondo entrerà attraverso i vostri occhi.

---

### **Estratto: Incontro (successivo al corso Oltre l'Astrale...)**

Visto che il discorso sembra fluire mi collego con il discorso di oggi ... questa lezione mi è venuta in mente mentre (io vivo tra le alpi e quindi ogni tanto mi trovo a meditare vicino al fiume) e mentre stavo meditando vicino al fiume ho avuto questo sentore di dovervi comunicare questa pratica da fare che appunto vedendo che molti fanno fatica a meditare ad occhi chiusi, di meditare ad occhi aperti e di entrare in pochi minuti nell'Essere. In pochi minuti voi sentite gli stati dell'Essere e inizia con una tecnica che prende il nome del *Segreto del Fiore Doro*.

Adesso vi chiedo gentilmente di guardare davanti a voi, guardate nel modo a cui siete abituati a guardare solitamente, ok?

Fissate un punto e guardate...

Adesso vi chiedo di guardare sempre in un punto e di far sì che ciò che state guardando vi stia guardando a sua volta. Cioè che l'energia che esce dagli occhi va tocca quell'oggetto e torna dentro di voi. State sentendo la differenza?

Iniziate a sentire che gli occhi iniziano a diventare tipo freschi... perché è importante questa tecnica?

Adesso la vediamo a più riprese perché voglio farvi arrivare a comprendere qualcosa di molto profondo.

Perché è importante... perché non è possibile fantasticare e perdersi nei pensieri e quindi non essere presenti quando la si attua nel modo giusto, perché questa tecnica blocca la mente o meglio rende la mente inattiva.

In origine durante la Creazione la mente era stata concepita come uno strumento passivo ma nei giorni d'oggi l'abbiamo fatta diventare attivissima e lei è al centro di tutto, mentre uno dei centri che era stato concepito come essere uno dei centri attivi era il cuore. Il cuore, infatti, è uno degli organi che si muove più degli altri, e se vogliamo riferirci proprio ai 3 centri principali possiamo anche fare riferimento all'hara; infatti, un essere consapevole respira dall'hara dal centro della Vita, anche se non possiamo individualizzare un organo nell'hara ma lo notiamo che quando si respira consapevolmente la pancia va in dentro e in fuori come se fossero le onde di un mare, il mare di una Sorgente proprio perché qua, abbiamo la Sorgente della Vita. E nei giorni d'oggi noi consumiamo molta energia dagli occhi quindi anche nell'uso costante dei telefonini, tablet, computer perché l'energia esce fuori ma non rientra mai dentro.

Questo uscire sempre fuori va a scaricare il 3° occhio. Consuma l'energia del 3° occhio per questo gli esseri umani ormai non sono più in grado di vedere la luce nelle cose e questo modo di vedere odierno cioè, e che quindi possiamo definire normale, è normale ma non è naturale appartiene a un essere umano non risvegliato.

Un essere umano risvegliato invece come Baijiù\* che andava e veniva così anche voi con la vista dovete andare e ritornare. Io consiglio di farla sempre nella natura, vedendo una nuvola o gli alberi, perché, perché quando iniziate a farlo, ad attuare questa tecnica accade qualcosa di magico, di bellissimo: le nuvole iniziano a diventare luminosissime, gli alberi sembra che siano vestiti di luce, ogni cosa intorno a voi diventa piena di luce perché vedere la luce è lo stato naturale di chi si è risvegliato.

Vedete com'è naturale attivare anche il vostro 3° occhio? Non c'è bisogno di dover fare chissà che, è naturale è in voi, ma è l'uso scorretto del nostro vivere quotidiano che va a scaricare anche i centri.

Adesso stiamo per entrare a fondo in ciò che voglio comunicarvi.

Quando l'energia ritorna dentro agli occhi con questa tecnica inizia a risvegliare o meglio sollecitare, toccare alcune ghiandole che abbiamo dentro che a loro volta vanno a informare il cervello e il cervello inizia a produrre la serotonina che è la sostanza del buon umore. Quindi voi in pochissimo tempo acquistate questa felicità che vi sembri arrivi dal nulla. Io voglio che vi provocate anche quando state male, non vi sentite bene, siete tristi, voglio che andiate nella natura e attuate questa tecnica; non è un qualcosa di sbagliato che attuandola dite: eh ma io così lo faccio perché la ghiandola ... no! Quella felicità è vostra, è già dentro di voi, quindi, non c'è nulla di sbagliato se ve la riprendete.

Gli organi così come abbiamo detto sul corpo fisico sono soltanto un prolungamento di ciò che siete. Qualcuno però adesso potrebbe dirmi: Marino tu durante il corso così come ci hanno anche suggerito le Guide, ci avete detto di non meditare sui chakra alti a dispetto di quelli bassi perché adesso ci stai dicendo questo? Benissimo, bella domanda.

Allora, se ci si osserva attentamente in quel momento ci accorgiamo che stanno accadendo diverse cose dentro di noi, cioè che contemporaneamente a questo stato di felicità che sentiamo, inizia ad accadere che il cuore secerne una sostanza mielosa che possiamo definirla AMORE come questo Amore che si espande ma ... allo stesso tempo accade ancora qualcos'altro di più profondo e cioè che a livello dell'hara nel centro della Vita accade un orgasmo che si espande come una sostanza che possiamo chiamare GIOIA.

Quindi voi contemporaneamente con questa tecnica in pochissimi minuti percepite i 3 stati dell'Essere: la Felicità, l'Amore e la Gioia. Nei vostri 3 centri principali.

E perché questo accade? Perché stiamo meditando forse sui chakra alti?

No, no è quello il motivo, non è perché stiamo meditando sui chakra alti, perché in quel momento il vostro Essere sta entrando profondamente nel Corpo; quindi, quando entra nel corpo va a toccare i 3 centri principali e quella che voi sentite come felicità, amore e gioia non sono altro che gli *effetti dell'Essere* che sta entrando pienamente nel fisico. Per questo io vi sprono a lavorare sempre nel corpo.

Naturalmente noi concepiamo nel fisico 3 centri ma nell'Essere questi centri sono sempre 1, perché 1 siete voi, così come l'arcobaleno che è 1 ma contiene in sé lo spettro di tutti i colori.

\* personaggio di una storiella raccontata poco prima (possibile da udire sul mio canale YouTube: Baijiù e la Presenza).