

*Amarci guarisce e ci fa felici.*

*Ed é il miglior regalo che possiamo offrire agli altri...!!!*

# Meravigliosa sintesi

**D**ifferenti temi di carattere “spirituale” come la “Legge di Attrazione”, l’identificazione con l’ego, la “separazione” e la capacità di amare incondizionatamente, hanno una relazione molto stretta con il grado di coscienza con il quale sperimentiamo il momento presente.

Eckhart Tolle relaziona la possibilità di raggiungere prosperità nelle nostre vite con l’esperienza di vivere pienamente il momento presente:

***Domandati che “problemi” hai in questo momento, non l’anno prossimo, domani o tra cinque minuti. Cosa c’è che non va ora stesso?***

***Per esempio, molta gente spera che gli arrivi prosperità ma questa non gli può arrivare nel futuro. Quando onori, riconosci e accetti pienamente la tua realtà presente (dove sei, chi sei e ciò che stai facendo ora stesso), quando accetti pienamente ciò di cui disponi, allora apprezzi ciò che hai, apprezzi ciò che é, apprezzi d’ Essere. La vera prosperità é sentirsi grati per il momento presente e per la pienezza della vita ora stesso. Non può arrivare nel futuro. Più avanti, con il tempo, questa prosperità si manifesterá in diverse forme.***

**di “Come mettere in pratica il potere di adesso”**



Eckhart Tolle

Anche l’amore verso noi stessi é una conseguenza naturale di sperimentare pienamente il momento presente. Comprendendo che in questo brevissimo istante non ci sono mancanze né sconfitte, come segnala Tolle, allora non ci sono ragioni per reclamare nulla a noi stessi, né per segnalarci errori né per rimproverarci. In questo modo diventa facile accettarci cosí come siamo, già non possiamo sentirci defraudati per essere chi siamo o per fare ciò che facciamo. Quindi possiamo sperimentare in maniera spontanea l’amore incondizionato verso noi stessi. E amarci é condizione imprescindibile per amare gli altri.

Inoltre, l’esperienza di separatezza (da Dio, dagli altri, dalla Natura) é conseguenza del vivere “sconnessi” dal momento presente. Il continuo discorso dei nostri pensieri (l’essenza stessa dell’ ego), attira la nostra attenzione e ci distrae dall’unica esperienza realmente alla nostra portata: vivere pienamente il momento presente. Dice Eckhart Tolle:

***La ragione per la quale viviamo nell’illusione della separazione é il pensiero compulsivo. É quando rimaniamo intrappolati nel torrente incessante di pensieri compulsivi, che l’Universo realmente si allontana da noi e perdiamo la capacità di sentire la connessione tra tutto ciò che esiste.***

**Traduzione di Chiara Franchini**

**di “Una nuova terra”**