

APPENDICE
AL LIBRO
LA SCONFITTA DI CRONOS
di Salvatore Brizzi



Calming the Dragon, opera di Michael Parkes, artista statunitense

Alcuni giorni or sono, riflettevo sugli argomenti del mio libro *La sconfitta di Cronos*, mentre ne rileggevo alcune pagine. Sono sorte in me alcune intuizioni che voglio condividere con voi e che spero stamperete e allegherete al libro in questione. L'idea di un libro "in evoluzione", che si amplia in seguito ad ulteriori riflessioni dell'autore, mi ha sempre affascinato.

Ti sembra di essere vivo, ma in realtà NON CI PUÒ ESSERE VITA NEL TEMPO. La vibrazione della vita viene sentita sempre solo nell'istante presente. Presta attenzione a ciò che senti in questo momento: se ti ascolti bene, non senti mai qualcosa che scorre. Il tempo che scorre è una percezione mentale, ma nella realtà, quando ti fermi ad ascoltarti, percepisci sempre solo una consapevolezza istantanea, cioè quest'unico istante presente.

Se ascolti un suono, questo suono è presente. Se osservi un evento, questo evento è presente. Non si può udire, toccare o vedere qualcosa del passato o del futuro. Tutto ciò di cui puoi avere ragionevolmente consapevolezza è sempre solo presente. Avviene sempre solo in questo istante.

La tua coscienza è eterna, non temporale. Questo è un dato di fatto. Ma finché resterai schiavo della scorrere del tempo non potrai percepire la verità, cioè la realtà eterna. Il tuo esserci, la tua coscienza, la tua sensazione di essere vivo,

non ha né inizio né fine ed è sempre uguale a se stessa. Lo è sempre stata fin da quando eri bambino; se ti osservi bene realizzi che la coscienza non è mai invecchiata. Per la tua coscienza il tempo non è mai passato e non passa mai.

Il momento presente – l'unico che puoi realmente osservare, poiché lo scorrere del tempo in verità non lo osservi mai – è un momento eterno. L'eternità di questo momento è semplice, evidente e immediata (non mediata dalla mente temporale). L'eternità non è un periodo di tempo molto lungo, cioè secoli che si susseguono ad altri secoli per un periodo di tempo incalcolabile. Un periodo di tempo infinito non ha nulla da spartire con l'ETERNITÀ DEL MOMENTO PRESENTE. Si tratta di due livelli di coscienza differenti.

L'eternità non è un tempo senza fine, bensì una CONSAPEVOLEZZA PRIVA DI TEMPO, cioè uno stato non ordinario di coscienza che si colloca per definizione fuori dal tempo, ossia nell'autentica realtà. L'eternità non è un tempo lungo, ma esattamente il contrario: UN TEMPO INESISTENTE.

Il momento presente dura pochi millesimi di secondo? Ha una durata, per quanto possa essere piccola? Possiede una data e un'ora? Niente di tutto questo. Il momento presente è un TUFFO NELL'ETERNO, per tale motivo non può essere registrato dalla mente temporale. Eppure è tutto ciò che esiste e che possiamo sperimentare se siamo sinceri con noi stessi. Nessuno, infatti, sperimenta "una cosa che scorre" e che si chiama tempo.

Entrare profondamente nell'istante presente significa immergersi nell'eternità, cioè nell'unica verità. Nell'illusione temporale c'è solo menzogna e quindi problemi.

Quando è iniziato il momento presente che sto percependo in questo istante? Quanto dura? Si può affermare che ci sia mai stato un momento iniziale per questo momento presente? Se ci osserviamo, ci rendiamo conto che l'istante presente c'è sempre stato. È sempre stato a nostra completa disposizione. Esso è non-creato. Allo stesso modo, non esisterà mai una fine per questo istante presente, in quanto esso non si protrae nel tempo. Se qualcosa ha avuto inizio e un giorno terminerà... stai pur certo che non si tratta della realtà, ma fa ancora parte dell'illusione. L'istante presente è l'unica realtà e non ce n'è un'altra.

L'eternità appartiene solo a chi vive ancorato all'istante presente. Chi vive nell'istante presente non ha più paura di morire. CHI VIVE NELL'ISTANTE PRESENTE NON HA PIÙ PAURA.

La tanto agognata liberazione non può esistere in nessun momento nel tempo, bensì solo adesso. Questo è il Regno dei Cieli. Infatti, il Regno dei Cieli è dentro di noi, non là fuori.

Dal momento che sei incapace di vivere l'istante senza tempo e di godere dei piaceri connessi all'eternità e all'immortalità, cerchi l'appagamento nel tempo, ossia in ciò che ti può offrire il domani: una condizione economica più vantaggiosa, una casa più bella, un partner più amorevole, uno stato di salute migliore. Questo atteggiamento non può che procurare sofferenza, poiché le nostre preoccupazioni sono legate al passato e al futuro, due concetti che, come spiego in *La sconfitta di Cronos*, sono invenzioni della mente.

Nel tempo esiste anche la sofferenza legata ai ricordi e l'ansia per ciò che ti può accadere tra un'ora o tra dieci anni. Tuttavia, nell'istante presente non ci possono essere problemi, perché non c'è il tempo sufficiente affinché si possano manifestare nella tua mente. Paradossalmente, NELL'ETERNO NON C'È ABBASTANZA TEMPO PER I PROBLEMI, l'eterno non è abbastanza lungo, poiché l'eterno è privo di durata.

Il momento presente che stai vivendo adesso non possiede alcun riferimento con altri momenti del passato o del futuro, poiché esso è l'unico momento che esiste. Paragonarlo a un momento più bello del passato o a un possibile momento più bello nel futuro è un'idiozia, in quanto questo istante, essendo eterno, comprende già tutto dentro di sé e NON CI PUÒ ESSERE NULLA CHE SI COLLOCHI AL DI FUORI DI ESSO. Il tuo vero problema non è quindi lo scorrere del tempo, che non esiste, ma le immagini mentali che si riferiscono al passato e al futuro e il relativo disagio che provi (senso di colpa oppure ansia). Hai un problema di mente, non di tempo.

UNA SOLUZIONE NON ORDINARIA

Alcuni intellettuali moderni – che fanno quello che possono con il materiale cerebrale che la natura ha messo loro a disposizione – credono che vivere nell'istante presente significhi iniziare a fregarsene del passato e del futuro, una sorta di "vivere alla giornata". E questo è il limite di ciò che riescono a concepire quando pensano al qui e ora!

La verità è ben più terribile. Non si tratta di non pensare più al passato o al futuro, bensì di realizzare DIRETTAMENTE E INDUBITABILMENTE che passato e futuro non esistono. La prima conseguenza è che non puoi fare nulla per raggiungere questa realizzazione nel futuro, essendo il futuro solo un'immagine mentale e non un luogo reale (lo spiego meglio in *La sconfitta di Cronos*).

Portare l'attenzione sul momento presente è tutto ciò che puoi fare, tuttavia non è di per sé la soluzione, poiché il "fare qualcosa per ottenere un risultato" è ancora il metodo ordinario che la tua mente utilizza quando vuole risolvere un problema. Ma qui non siamo di fronte a qualcosa di ordinario, stiamo parlando di sconfiggere Cronos, il mangiatore di uomini.

Sebbene, lo ripeto, l'attenzione all'istante presente sia l'unico strumento in tuo possesso, non è lo strumento definitivo. Non stiamo infatti parlando di un momento futuro nel quale potrai realizzare l'assenza dello scorrere del tempo, ma stiamo parlando proprio di **QUESTO MOMENTO**, quello in cui stai leggendo queste righe. Questo momento presente non puoi afferrarlo in futuro. Praticando una tecnica per afferrare il momento presente, stai dando per scontato di non essere già adesso nel momento presente, il che è tecnicamente impossibile!

Questo momento è privo di durata e non può essere replicato nel futuro, semplicemente perché **NON C'È TEMPO PER UN ALTRO MOMENTO SUCCESSIVO A QUESTO**. Nel momento presente ci sei già. Credere di poter realizzare qualcosa nel futuro, spinge sempre più lontano il momento della realizzazione.



Il desiderio di realizzare il momento presente ti trattiene sempre un passo indietro rispetto a tale momento presente, il quale in tal modo ti sfugge a ogni istante. La realizzazione, infatti, non può che essere un'**INTUIZIONE IMMEDIATA E ISTANTANEA**. Si tratta di una vera e propria **GRAZIA**, che può essere preparata portando l'attenzione nel qui e ora, ma non può essere

causata dalla volontà, in quanto non rispetta una connessione causa-effetto: "compio questa azione per ottenere questo risultato". La successione causa-effetto PRESUPPONE il tempo, non lo travalica, perciò ti tiene prigioniero del tempo.

La realizzazione ti permette di comprendere che il tempo non si trova intorno a te – il passato dietro di te e il futuro davanti a te – ma DENTRO di te, ed è in realtà un eterno presente. Stiamo parlando di uno stato di coscienza SOVRAMENTALE e dunque NON-TEMPORALE.

Tutta la consapevolezza diretta – immediata - non può che essere consapevolezza dell'eternità, mentre il resto è un illusorio viaggio mentale verso un passato e un futuro che non sono mai esistiti e non esisteranno mai, perché dieci anni fa io vivevo il momento presente e, allo stesso modo, fra dieci anni io vivrò sempre solo il momento presente. Non fare l'errore di credere che il tempo sia reale, per poi cercare di distruggerlo. Realizza semplicemente che il tempo non è reale e non c'è niente da distruggere. Adesso.

Il vostro Scarasaggio

LINK ALL'INTERVISTA:

<https://www.ilgiardinodeilibri.it/webinar/salvatore-brizzi-come-realizzare-la-liberazione-indagando-la-natura-del-tempo-webinar>

LA SCONFITTA DI CRONOS:

Acquistalo su IL GIARDINO DEI LIBRI:

<https://www.ilgiardinodeilibri.it/libri/la-sconfitta-di-cronos.php?pn=130>

Acquistalo su MACROLIBRARI:

<https://www.macrolibrarsi.it/libri/la-sconfitta-di-cronos-libro.php?pn=166>

Acquistalo su AMAZON:

<https://www.amazon.it/sconfitta-Cronos-realizzare-liberazione-indagando/dp/8895012259/>

Sito personale: <http://www.salvatorebrizzi.com/>

Sito casa editrice: <https://antipodiedizioni.com/>

Sito corsi di risveglio: <https://www.corsidirisveglio.it/>