

# Meditációk

1. A világosság (a figyelem) az azonosságban működik.
2. Minden tárgy elmúlt azonosságból ered.
3. A jelentés megformált, anyagtalan világosság.
4. Azt értjük, ami nem érzékelhető az érzékszervekkel: a jelentést.
5. Minden tartalom kiváltja a kérdést: ki tapasztalja?
6. A világosság szabad minden formától.
7. Ajándék és ajándékozottok vagyunk.
8. A formán át a formanélküliséghez.
9. Mindig egy vagyok minden világgal.
10. Minden most van.
11. „Fa” valamikor a fa tapasztalását is jelentette.
12. Csak világosság léphet be a tudatba, ami maga is világosság.
13. A tiszta tudatosság a (megismerő) érzéshez vezet.
14. Csak érzéseket érzünk.
15. A képek nem maradnak benne a tükörben.
16. A sötétséget a világosság segítségével tapasztaljuk.
17. A világosság független minden megvilágítottól, független mindentől.
18. Alany csak most van.
19. Ragaszkodunk a nem-tudásainkhoz.
20. Ez gondolat?
21. A világosság magától világít.
22. Az Én-vagyok tud a világosságról.
23. Megtapasztalhatom a gondolkodást, az érzést, az akaratot. És Én-magamat.

24. Ez világosság.
25. A képeket a látás hozza létre.
26. Gondolatok, képek, mind nyomtalanul eltűnnek a fényben. A világosságban semmi sincs.
27. Ahol valami van, ott van valaki. És ahol semmi nincs, ott is van valaki.
28. Minden emberi képesség az Énhez vezet.
29. Az értésnek nincs ideje.
30. A figyelem önmagát keresi.
31. A világosság megtapasztalja önmagát az emberben.
32. A szeretet beszél.
33. A világosság a szavak fölött van.
34. Szeretet: azonosság és különbözőség, az Én természete.
35. Az Én nem részekből áll.
36. Ha fogalmak jönnek, nem tudunk gondolkodni. Ha gondolkodunk, nem jönnek fogalmak.
37. A világosság önmagát keresi, ezért világít.
38. Én vagyok az ajtó.
39. A világosság legyőzhetetlen öröm.
40. Az igazi figyelem szeretet.
41. Az igazi világosság mindent áthatol.
42. A világosság és világosság-érzékelésünk egy és ugyanaz.
43. A koncentrált figyelem mozdulatlan.
44. Ha a világosság megtalálja önmagát, akkor a ragyogás megsokszorozódik és dallá lesz.
45. Az Üresség az Én megtapasztalása: nem ez, nem az.
46. Minél mozdulatlanabb, annál megismerőbb.