



## Indice dei contenuti

Scegliete il potere di scegliere  
(pag. 1)

La felicità perfetta non è felicità  
(pag. 4)

Il Messaggio degli Elohim  
è molto chiaro circa le illusioni  
(pag. 7)

Il primo essere umano  
è ancora vivo grazie a voi  
(pag. 11)

Respirate e basta  
(pag. 14)

Parte della missione raeliana  
consiste nel proteggere  
la vita sulla Terra  
(pag. 18)

Inviare il vostro amore  
agli Elohim danzando  
(pag. 19)

## Scegliete il potere di scegliere

*Maitreya Rael – Incontro dell'11 agosto 79 dH (2024) - Okinawa, Giappone*

Di cosa pensate che parlerò questa mattina? Qualcuno indovina? Vi aiuterò. Qual è la cosa più importante nella vostra vita? – [La felicità!] – La felicità, sì!

Ho un suggerimento, ditemi se siete d'accordo. Perché non fare di oggi il giorno più felice della vostra vita? Siete d'accordo? – [Sì!] – Allora, facciamolo!

Ogni mattina, quando vi svegliate... se vi svegliate, perché non possiamo mai esserne certi. Questa mattina mi sono svegliato, è fantastico! Ho settantasette anni, non è possibile saperlo, ma mi sono svegliato. Forse sono sveglio, non ne sono sicuro. Il primo pensiero che dovremmo avere è “Faccio in modo che questo giorno sia il più felice della mia vita”. Dovreste dirlo ogni giorno. Perché essere vivi se non per essere felici? Oggi è il giorno più felice della vostra vita, può esserlo davvero. Questa è la buona notizia, potete renderlo tale, oggi può essere il giorno più felice di tutti quelli vissuti in passato. In che modo? Attraverso il primo pensiero che avete quando vi svegliate, voi programmate la vostra intera giornata. Fate una meditazione, ditevi “Oggi vivrò il giorno più felice della mia vita”. È semplice, fatelo. Tutto il vostro corpo, tutto il super-computer che si trova qui (indicando la testa) lavorerà per eseguire il vostro primo pensiero. Ma dovete programmarlo. Se accendete il computer e giocate a uno stupido gioco di guerra, è probabile che lo farete per tutto il giorno. Molte persone lo fanno. Se programmate questo computer perché siate felici, lavorerà a questo scopo. La decisione spetta a voi.

Ricordate i miei insegnamenti da cinquant'anni a questa parte: la felicità è una decisione. Siete voi a decidere se essere felici o meno. Se decidete di essere depressi, sarete depressi; se decidete di essere tristi, sarete tristi; se decidete di sentirvi soli, vi sentirete soli. Siete voi a scegliere. Cosa scegliete?

Quando vi svegliate, prima di aprire gli occhi, decidete di essere felici. È molto, molto importante. Decidete di essere felici. Senza questa decisione, potreste frequentare qualsiasi scuola, università della felicità, monastero, ma non sarete mai felici. Potreste andare ad ascoltare il discorso del miglior guru del mondo, ma non sarete mai felici. Chi è il miglior guru del mondo? Siete voi. Quindi, siete voi a decidere. Oppure mettete il pilota automatico, come in un aereo. Il funzionamento del pilota automatico è molto semplice, è sufficiente premere un piccolo pulsante. Io amo sapere come si pilota un aereo. Dovete controllare tutto, la velocità, l'equilibrio, ci sono molti controlli da fare. Oppure si preme un pulsante, c'è scritto "pilota automatico". È un computer che controlla l'equilibrio dell'aereo, l'altitudine, la direzione di volo, e nel frattempo voi potete bere un bicchiere d'acqua o fare una carezza alla hostess. Molte volte il capitano lascia la cabina di pilotaggio, va alla toilette e inserisce pilota automatico. Può restare in funzione per molte ore. Il capitano va a bere qualcosa, a salutare i passeggeri o a fare l'amore con la hostess. Lo fanno, usando il pilota automatico.

Il primo pensiero della giornata è come premere il pulsante del pilota automatico. Se decidete essere felici come mai prima d'ora, qualunque cosa facciate, qualunque cosa vediate, qualunque attività abbiate, se decidete di essere felici il vostro pilota automatico vedrà solo felicità. Tutti noi abbiamo dei filtri. Se qualcuno entrasse in questa stanza, magari un nuovo raeliano, il suo pilota automatico potrebbe dire "Oh, fa freddo. L'aria condizionata è troppo bassa. Oh, non hanno un posto dove sedere, sono seduti per terra". Sarebbe tutto negativo. "Oh, il Maitreya parla in modo poco chiaro. Cos'è questa camicia che indossa?" Il cervello con il pilota automatico inserito troverebbe tutto negativo. Ma se il pilota automatico fosse impostato sulla felicità, direbbe "Wow, sono entrato nella casa del Maitreya!" Solo questo. Pensateci.

So che mi volete bene, so il rispetto e l'amore che avete per me. Ma quando entrate in casa, quando mette piede sul pavimento, ponetevi le tre domande. "Dove sono?" Nella casa del Maitreya. "Perché sono qui?" Per ascoltare il mio discorso. "Chi c'è insieme a me?" Altre persone che hanno sete di insegnamenti. Ecco perché siete qui, altrimenti sarebbe stato meglio per voi restarvene a casa a guardare la televisione, oppure andarvene in spiaggia. Ci sono talmente tante cose che avreste potuto fare. Invece no, vi siete svegliati e avete deciso che sareste andati a incontrare il Maitreya. Forse avete pensato che era domenica e dovevate andare, oppure vi siete detti "Sì, oggi andrò ad ascoltarlo". Spero che sia per questo secondo motivo. È così? – [Sì!] – Dovreste danzare per tutto il viaggio. Dovreste essere talmente felici di venire e stare qui con me, con noi e con loro (gli Elohim) da non riuscire nemmeno a guidare. Loro vi stanno guardando, in questo momento. Ricordate quello che c'è scritto nei loro messaggi, vi stanno guardando attraverso i miei occhi. Volete salutare Yahweh? Guardate i miei occhi.

Quindi, la decisione che prendete quando vi svegliate, la scelta del vostro primo pensiero, programma tutta la vostra giornata. Ogni cosa lungo la strada vi guiderà verso una nuova felicità. Se la vostra macchina non parte, chiamate un altro raeliano. "Puoi venire a prendermi, per favore?" Se c'è traffico, non importa, perché state arrivando qui. Nulla può distruggere questo programma di felicità, tranne voi. Se iniziate la giornata con questa felicità pazzesca, essa rimarrà. E quando arrivate, come il grande Buddha, vi sedete e io dico la stessa cosa. "Ah, incontrerò il Maitreya". Spero che ci sia questo tipo di entusiasmo.

Se accolgo un nuovo raeliano, gli dico di sedersi, tutto qui. Dopo, posso parlare. Quello che dirò è un dettaglio. Anche se vi dicessi delle belle cose che vi aiuterebbero a raggiungere un livello di felicità superiore, non sarebbe nulla in confronto al vostro primo pensiero della giornata, perché si tratta di una vostra scelta.

Siate il vostro guru. Lo siete. Nessuno può guidarvi meglio di voi stessi. Nessun Gesù, nessun Buddha, nessun Maitreya, nessun Yahweh. Siete voi la guida. Sentitelo. È un potere incredibile, il vostro potere. Siete voi a scegliere il potere di scegliere. Sentite questo potere. Oppure potete scegliere... più o meno. Avete l'illusione di scegliere molte cose nella vita, ma è un'illusione. Non avete scelto di nascere. L'avete fatto? Nessuno ve lo ha chiesto. Siete nati, ma non l'avete scelto. Non avete scelto dove nascere. Siete in Giappone, ma nessuno vi ha dato la possibilità di scegliere. Parlate giapponese, ma non l'avete scelto. Potreste parlare portoghese, inglese o francese. No, parlate giapponese. Non solo parlate giapponese, ma pensate anche in giapponese. Avete scelto il vostro lavoro? Non molte persone hanno la fortuna di avere il lavoro che hanno scelto. Pochissime persone fanno un lavoro che hanno scelto. Lavorate ogni giorno, perché? Per pagare l'affitto di un appartamento, per pagare il cibo. Non scegliete, ma potete scegliere la felicità. Che potere incredibile.



Il vostro partner, il vostro fidanzato, la vostra fidanzata, vi illudete di averli scelti. Li avete scelti davvero? Quasi mai. Quando incontrate delle persone al lavoro, a scuola, nella città in cui vivete, ci sono quattro miliardi di possibili partner per voi. Quattro miliardi. E voi ne avete uno, forse; forse no, forse siete soli. Avete scelto di essere soli? Non sono molte le persone che scelgono di essere sole. Quindi, quasi nulla nella vostra vita è una vostra scelta. La maggior parte delle persone, non voi, ha una religione. Qual è la loro religione? Quella del padre e della madre. Se siete nati in una famiglia cristiana, siete cristiani; se siete nati in una famiglia musulmana, siete musulmani. Si ha l'illusione di aver scelto. Per i raeliani è diverso, voi avete scelto. Avete scelto di essere raeliani. Lo spero, perché sono sempre sospettoso quando dei giovani, i cui genitori sono raeliani, vengono a fare la loro Trasmissione del Piano Cellulare. Allora, chiedo “Hai letto il messaggio degli Elohim? Hai davvero scelto di essere raeliano, oppure tuo padre e tua madre ti stanno spingendo a diventarlo?” Alcuni di loro si bloccano e dicono “Sì, è meglio che ci pensi bene”.

Invece, la felicità è una vostra scelta. Nessun altro, nessuna famiglia, nessun governo, nessun Paese può obbligarvi a essere felici. Ecco perché questa frase è così importante: la felicità è una decisione. E chi sceglie? Voi. Come fate a scegliere di essere felici? Quando vi svegliate, il cervello entra subito in funzione. “Ah, ho passato una bella nottata. Oh, non ho dormito abbastanza”. Il cervello, la coscienza, si attiva immediatamente. Chi decide? Chi decide quale sarà il primo pensiero? La sovra-coscienza. Quando vi svegliate, la sovra-coscienza non si sveglia, la lumaca sta dormendo; dorme più a lungo di voi. In alcune persone dorme sempre, perché non la usano mai. Invece voi, che avete imparato cos'è, vi fermate e dite “Aspetta un attimo, quale sarà il mio primo pensiero?” Allora la lumaca si sveglia. È la sovra-coscienza che sceglie, non il cervello pensante. Il cervello pensante è tutto concentrato su ciò che avete fatto ieri. Il cervello pensante pensa a ciò che farete oggi, a ciò che farete domani, a quale amico incontrerete, a cosa mangerete. Questa è la coscienza, non c'è bisogno della sovra-coscienza. Ma quando dite “Quale sarà il mio primo pensiero?” la lumaca esce dal suo guscio, diventate testimoni di voi stessi e scegliete con attenzione.

La scelta migliore è chiedersi “Perché non fare di oggi il giorno più felice della mia vita?” Lo desiderate? Volete che oggi sia il giorno più felice della vostra vita? È una vostra scelta. Ma se non scegliete, non lo sarà. Come sapete, la felicità non dipende dalle altre persone, non dal vostro partner, non dal vostro guru, non da Yahweh, ma unicamente da voi. “Oggi sarà il giorno più felice della mia vita. E chi può renderlo il giorno più felice della mia vita? Solo io. Le persone intorno a me possono essere meravigliose, possono essere terribili, ma oggi sarà il giorno più felice della mia vita. E niente al mondo può cambiarlo, perché ho preso io la decisione”.

Allora, decidete che oggi sarà il giorno più felice della vostra vita? – [Sì!] – Ancora una volta, decidete che oggi sarà il giorno più felice della vostra vita? – [Sì!] – È molto importante, dipende da voi. Io non posso farlo per voi. Vi auguro di essere felici, ma non posso farlo per voi. Quindi, se volete rendermi felice - non è necessario, perché io sono l'unico responsabile della mia felicità - ma se volete rendermi felice, siate felici. Guardando la vostra felicità, sono molto orgoglioso di me stesso, perché quando vedo la vostra felicità perdo ogni umiltà, sono molto orgoglioso, orgoglioso di voi. Quindi, rendetemi orgoglioso, oggi. “Oggi è il giorno più felice della mia vita”. Anche per me. Un'altra cosa prima di smettere di parlare, perché ho parlato troppo. Tendiamo a dire “Oggi non sono molto felice, ma domani lo sarò”. Così, ho coniato la frase “I cimiteri sono pieni di persone che volevano essere felici domani”. La ripeto. “I cimiteri sono pieni di persone che volevano essere felici il giorno dopo, e non si sono svegliati”. Non potete sapere quando succederà, quindi, siate felici adesso.

## La felicità perfetta è l'assenza di felicità

*Maitreya Rael – Incontro del 13 ottobre 79 dH (2024) - Okinawa, Giappone*

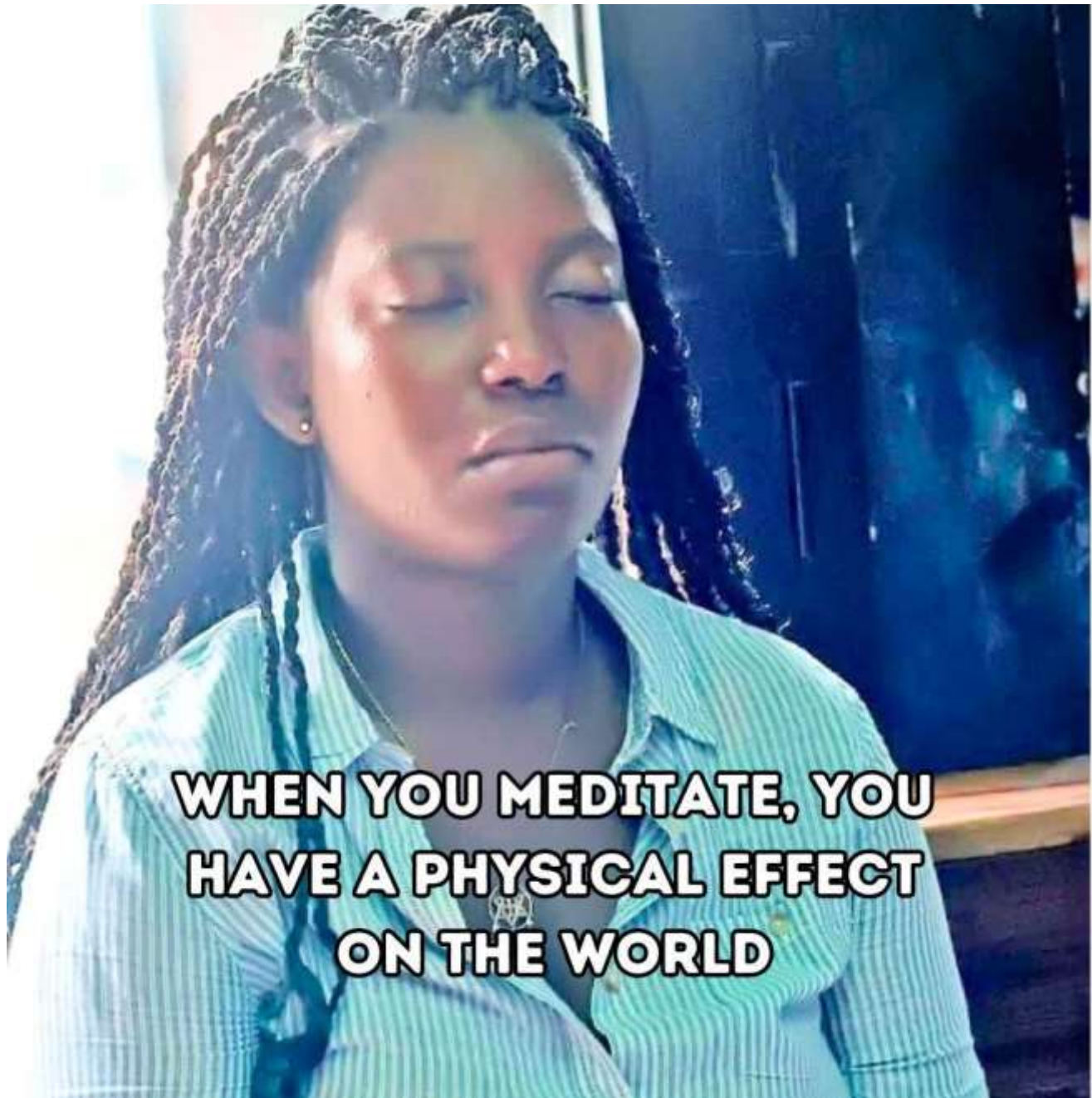
Solo poche parole su qualcosa che è molto di moda. Su Internet, e un po' ovunque, si parla di fisica quantistica. È molto interessante perché sono cinquant'anni che vi insegno la fisica quantistica. Che cosa stiamo facendo in questo momento? Stiamo inviando amore agli Elohim, è fisica quantistica. La Trasmissione del Piano Cellulare è fisica quantistica. La fisica quantistica afferma che quando osserviamo qualcosa, cambiamo ciò che osserviamo. Gli scienziati confermano che è sufficiente osservare gli atomi per modificare il modo in cui essi si muovono. Quindi, semplicemente osservandoli, gli scienziati modificano il modo in cui gli atomi si muovono. Per noi raeliani è estremamente chiaro. Cosa facciamo con l'azione "meditate un minuto per la pace"? Meditando per la pace, modifichiamo il cervello di moltissime persone sulla Terra.

Cinquant'anni fa, nelle prime Università della Felicità, come forse ricorderete, ho usato l'immagine di un blocco di pietra, una grande pietra, dicendo "Quando pensate, è come se voi scolpiste un blocco di pietra". La pietra è il vostro cervello e ciò che pensate ne modifica la struttura. Un cervello felice è molto diverso da un cervello depresso e, attraverso degli strumenti moderni, oggi possiamo chiaramente vederlo. Per esempio, quando si è in uno stato di profonda meditazione, è possibile osservare, tramite delle scansioni cerebrali, le diverse parti del cervello che si attivano.

Cinquant'anni fa, spiegavo che quello che mangiamo, il riso o il sushi, sono le connessioni del cervello di domani. Si tratta di realtà. Le sinapsi, le connessioni tra i neuroni, si sviluppano grazie al cibo che abbiamo mangiato il giorno precedente. Possono svilupparsi negativamente, tanto da rendervi depressi o addirittura farvi desiderare di suicidarvi; ma potrebbero anche svilupparsi positivamente e creare un cervello felice, sempre con lo stesso cibo, le stesse molecole. Comunque sia, il vostro cervello, la vostra coscienza e la vostra sovra-coscienza cambiano forma.

Quindi, quando meditate, in qualche modo scolpite il vostro cervello. Pensateci quando lo fate. Non dite "Oh, medito, mi rilasso". Rilassarsi va bene, ma non è meditazione. E se pensate alla meditazione, non è meditazione. Quando non pensate alla meditazione, siete in meditazione. Lo siete quando non pensate a nulla, il che è molto difficile. È molto, molto, molto difficile avere una mente completamente vuota, come un nastro vuoto, al cui interno non c'è niente. Cinquant'anni fa vi dicevo "Pensate al nulla, senza la parola nulla, perché se pensate al nulla, pensate a qualcosa". Quindi, è il nulla senza la parola nulla. Inoltre, il cervello ha una vita propria ed è in grado di creare spontaneamente delle connessioni positive. Se pensate a delle connessioni positive, non create delle connessioni positive. Solo smettendo di pensare il cervello può diventare completamente felice, in modo del tutto naturale.

Un fiore di loto che cresce non pensa di diventare un fiore di loto; cresce, non pensa. Il fiore di loto, o la rosa, non pensano, sbocciano e basta. Ecco perché molti buddisti usano il fiore di loto come simbolo. Voi siete un fiore di loto, lasciate che cresca. Una delle principali qualità che bisogna possedere per diventare esperti nella meditazione profonda è quella delle pigrizia. Siate pigri quanto più potete. Non potete sviluppare la sovra-coscienza facendo degli sforzi. È l'opposto dello sforzo: nessuno sforzo, nessuna intenzione, nessun obiettivo. Se pensate "Voglio meditare", non lo farete. Se pensate "Voglio essere un Buddha", non lo sarete. Ma quando non siete nulla, senza la parola nulla, allora raggiungete la sovra-coscienza, naturalmente, come un fiore di loto. I fiori di loto non pensano, sbocciano e basta. Potete fare lo stesso.



Questa è la fisica quantistica. Si tratta di organizzare le molecole del vostro cervello in modo tale da farlo sbocciare come se fosse un fiore di loto. Quando vi sforzate, pensate. Se pensate, il vostro cervello inizia a creare connessioni che diventano automaticamente negative. Invece, non dovete avere nessuna intenzione, nessuna meta, nessun obiettivo, nessun “voglio...”, nessun desiderio, niente, senza la parola niente; perché se non volete niente, volete qualcosa. Quindi, quando pensate al nulla, pensate a qualcosa. Il nulla è il nulla, non potete identificarlo, non potete inquadralo; esso “è”. Come quando dite “Io sono”. Tutto è al suo interno. Se dite cosa siete, per esempio “Sono felice”, allora non lo siete. Solo “Io sono”. E poi, la sovra-coscienza si risveglia, senza che voi ve ne accorgiate. Se meditate profondamente, riuscirete a raggiungere questo stato dell'essere. Se vi rallegrate di aver raggiunto questo livello, il processo si blocca.

La felicità perfetta è l'essenza di felicità. Se identificate la felicità dicendo o pensando “Oh, ho raggiunto la sovra-coscienza”, non la raggiungerete mai. Come in una competizione tra monaci, se uno di loro dicesse “Sono il più umile”, automaticamente non lo sarebbe. È molto interessante definire l'illusione nella competizione. Nella meditazione e nell'amore non si può essere i migliori. Se pensate “Io sono il migliore nel dare amore agli altri”, automaticamente cadete nell'ego. “Io sono il migliore”, punto. Ma quando dite “Io sono”, raggiungete la cima, senza pensare alla cima. Potreste pensare al fondo, ma non c'è fondo e non c'è cima. È come l'infinito: non ha un centro, esso “è”. Non si può misurare l'infinito. Molti scienziati si illudono nel cercare di comprendere le dimensioni dell'universo. “Qual è la dimensione dell'universo?” Ogni anno dicono che è più grande. È infinito. Non si può misurare l'infinito, l'infinito nello spazio e l'infinito nel tempo. Ecco perché tutti voi potete accedere alla vita eterna. “Quanto è lunga l'eternità?” Molto lunga, è infinita.

Noi siamo l'infinito. “Da dove veniamo? Dall'infinito! Che cosa siamo? L'infinito! Dove andiamo? Nell'infinito! E dico: Io sono”. Tutto era già scritto nella mia canzone. Quindi, come per il miele, si tratta di essere, semplicemente di essere (gioco di parole tra *bee/ape* e *be/essere*).

In conclusione, gli scienziati che studiano la fisica quantistica osservano qualcosa che non possono spiegare, che non conoscono, che non spiegheranno mai. Non è possibile spiegare l'infinito, ma è possibile percepirlo. Se cercate di spiegare l'infinito, finirete in un ospedale psichiatrico. Ma se sentite l'infinito, se dite “Io sono”, siete a un livello superiore rispetto a quello dei più grandi scienziati del mondo. Quindi, siate!

## Il messaggio degli Elohim è molto chiaro circa le illusioni

*Maitreya Rael – Incontro del 20 ottobre 79 dH (2024) - Okinawa, Giappone*

Buongiorno! Prima di tutto, grazie Elohim! Siamo insieme grazie agli Elohim. Senza il loro messaggio, non ci conosceremmo. Grazie, Elohim, per il privilegio che ho di conoscere tutti voi. So che pensate di essere fortunati a stare vicino a me, ma sono io fortunato a stare vicino a voi. Grazie agli Elohim.

Quando mi sveglio, ogni mattina, il mio primo pensiero è sempre quello di dire “Grazie, Elohim!” Tutti voi, prima di aprire gli occhi, dovrete ringraziarli. Per prima cosa, dobbiamo essere grati di essere vivi. Possiamo avere molti piaceri, molti beni, molte cose... ma essere vivi, questa è la prima cosa per cui dobbiamo essere grati. “Sono vivo, posso aprire gli occhi, posso vedere la vita, posso muovere le gambe e alzarmi”. È meraviglioso. Non prestiamo ma abbastanza attenzione ai dettagli della vita. Poter vedere, che privilegio! Molte persone sono cieche, ma noi possiamo vedere; con molte illusioni, ma possiamo vedere.

Le illusioni non sono create dagli occhi. Si parla di “illusioni ottiche”, ma in realtà non esistono, esistono le illusioni cerebrali. Conoscete tutti quell'immagine in cui ci sono due linee e una sembra più lunga dell'altra, ma non ne siamo sicuri. Non dipende dalla linea, non dipende dagli occhi, è il cervello che gioca brutti scherzi. Quindi, questa macchina (il cervello) è molto potente nel creare illusioni. L'illusione più antica è l'illusione chiamata “dio”. È un'illusione meravigliosa. Ovunque sulla Terra, che si tratti di civiltà avanzate oppure di tribù primitive, tutti hanno questa illusione di “dio”. L'illusione delle nazionalità; non ci sono confini, ma abbiamo l'illusione che esistano dei confini. La lingua è un'illusione. Tutto è illusione. Cosa non è un'illusione? L'infinito. Questa è l'unica verità assoluta. Tutto il resto, il matrimonio, la riproduzione – mettere al mondo dei figli – le nazionalità, i sistemi politici... sono tutte illusioni. Invece, l'infinito è la verità.

Noi lo conosciamo e lo comprendiamo grazie agli Elohim. Il loro messaggio è molto chiaro e non c'è migliore dimostrazione d'amore se non quella di distruggere le illusioni delle persone. Il messaggio degli Elohim distrugge l'illusione più potente: non esiste alcun dio. È chiaro, non c'è scritto "forse". Non esiste alcun dio. I raeliani sono gli atei più autentici, gli atei più potenti. Una delle missioni dei raeliani è quella di distruggere l'illusione di "dio". Ci sono molti gruppi, attualmente, che cercano di adattare in chiave moderna l'illusione di un dio, una sorta di neo-misticismo. Dicono che "dio" è ovunque, non si parla più di un uomo seduto su una nuvola. Sostengono che dio sia ovunque, che sia dentro di noi. Sbagliato! Queste sono tutte illusioni: dio non è da nessuna parte, non esiste alcun dio e non esiste alcuna anima. È tutto chiaro e limpido: non esiste un dio, non esiste un'anima. Questo è la nostra missione principale: diffondere questa verità, distruggere e tagliare, come dei giardinieri, ogni radice di questa illusione. Dobbiamo insistere, come fossimo un martello, perché le persone, gli stessi raeliani, potrebbero ricadere nella tentazione di affermare che "dio è energia" oppure "Quando si muore, il corpo vola via sotto forma di energia".

Il messaggio degli Elohim – grazie – è molto chiaro riguardo a queste illusioni, non lascia adito a dubbi: non c'è dio, non c'è anima. Punto. Tutti coloro che cercano di rimettere in discussione questo principio vogliono tornare a questa illusione. Cercano di dimostrare il loro punto di vista usando molte tecniche. "Sì, dio non esiste, ma... non esiste un'anima, ma..." La risposta è che non c'è alcun "ma", tranne quello su cui siete seduti (gioco di parole tra *but/ma* e *butt/sedere*).

[...] Non c'è alcun "ma". Non c'è alcun "dio". Siamo circondati da persone che cercano di dare un senso alla loro vita attraverso domande molto filosofiche. "Perché sono vivo? Qual è lo scopo della mia vita? Tutto quello che mi accade è voluto da dio. Se ho un problema, è perché dio vuole farmi crescere". Queste illusioni sono ovunque e gli esseri umani hanno un grande talento nel coltivarle. In passato, le persone credevano nell'illusione più evidente, ovvero che la Terra fosse piatta. Alcuni lo credono ancora. "La Terra è piatta. Guardate, è chiaro, la Terra è piatta". Si servono dell'illusione degli occhi per affermare qualcosa che non è vero. La gente discute, trova spiegazioni. "Se la Terra fosse rotonda, quelli che vivono sotto cadrebbero". Ci sono delle persone molto intelligenti che ci credono. Non è una questione di intelligenza. Le persone intelligenti sono più inclini ad avere illusioni, perché creano spiegazioni su ciò che non è vero, delle spiegazioni logiche, molto logiche. "È logico, se la Terra fosse rotonda, tutti quelli che vivono sotto cadrebbero". È molto logico, non si può discutere con queste persone, non si può dire "No, non cadrebbero". Hanno ragione, ma si sbagliano.

Negli Stati Uniti, un uomo era talmente convinto che la Terra fosse piatta che costruì un razzo spaziale per volare e dimostrare alla gente che lo fosse davvero. Era un genio, ma stupido. Si può essere geniali e stupidi allo stesso tempo. Il mondo ne è pieno. Gli ospedali psichiatrici sono pieni di geni, ma in realtà sono dei malati mentali. La percentuale più alta di persone depresse si trova tra quelle intelligenti, perché spiegano, trovano spiegazioni logiche a tutto, ma queste spiegazioni logiche sono delle illusioni. Prima affermano che la Terra è piatta e subito dopo che si trova al centro dell'universo. Sono affermazioni molto logiche, ma sono stupide, sono delle illusioni. E i migliori scienziati del mondo ci credevano. Le illusioni sono radicate persino nella scienza. Gli atomi, per esempio. La parola stessa "atomo" significa qualcosa che non può essere tagliato o diviso, il che non è assolutamente vero. Ci sono delle illusioni molto semplici che si possono cogliere ogni giorno. "Il sole sorge". Il sole non sorge, eppure lo diciamo anche noi. "Oh, che meraviglioso sorgere del sole". Il sole non sorge.

Mi piace guardare il sorgere del sole ogni mattina, proprio di fronte al mio appartamento, ma sentendo che la Terra sta girando. La Terra sta girando in questo modo, ci stiamo muovendo in questa direzione, e all'improvviso appare il sole. Ma noi diciamo che il sole sorge. Sbagliato! Il sole non sorge. Questo vale per tutto. Il mondo è pieno di illusioni. Gli Elohim, con il loro meraviglioso messaggio, ci aiutano a distruggere quante più illusioni possibili, soprattutto l'illusione che distrugge la nostra felicità: dio.

Sapete, le persone hanno bisogno di un padre. "Mia madre sta morendo, io ho il cancro... dio, proteggimi!" È una bellissima illusione. Mi piace questa immagine che ho visto su Internet, in cui un uomo è disteso sul letto di un ospedale, il chirurgo è di fronte a lui e il paziente dice "Ah, sono vivo... grazie a dio". E il medico, forse è raeliano, risponde "Lei è vivo grazie a dio? Allora, il mio intervento e le mie medicine non funzionano affatto. Allora staccherò tutti i macchinari e d'ora in poi la prego di affidarsi al suo dio per guarire". È incredibile, questa illusione è ovunque.

Per esempio, quando c'è una catastrofe, un tifone, uno tsunami, e migliaia di persone muoiono, chi sopravvive dice "Grazie, dio, per avermi protetto!" Pensano sempre a se stesse. "Gli altri possono morire, tutta la città sta morendo, ma io sono vivo. Grazie, dio!" Ma dove siamo? A volte dico "Che razza di mondo è mai questo?" Ovunque è così, nella storia, nella scienza, nella geografia. Questa settimana ho letto che le Hawaii si stanno avvicinando al Giappone di quasi un metro ogni anno, ma abbiamo l'illusione che nulla si muova. Quest'isola si muove. Tutto si muove.

Come disse Buddha "L'unica cosa che non cambia è il cambiamento". Tutto cambia, noi cambiamo, tutto nella nostra vita cambia. Io adoro il Giappone, ma ci sono delle cose che mi fanno ridere, e ridere fa bene. Cercano di rendere stabili valli e fiumi, mettono del cemento sulle montagne perché non si muovano. Può funzionare per qualche centinaio d'anni, ma la natura, la forza della natura, prevarrà. Nulla è permanente. Questo insegnamento di Buddha vale anche per noi, non siamo permanenti.

Ecco perché pensare alla morte è importante per godersi la vita. Quando si pensa alla morte, non si riesce a smettere di ridere, è la felicità. "Morirò, allora godiamocela!" Perché siamo vivi? Se non fossimo mortali, la vita sarebbe meno interessante, invece in questo modo ci godiamo ogni secondo. Godetevi ogni secondo, compreso questo istante, che non si ripeterà mai più. Questo momento, proprio mentre io sto parlando, mentre sto dicendo "Io", non si ripeterà mai più. Questo battito del cuore, che potete sentire, non si ripeterà mai più. State respirando insieme a me, lo vedo; questo respiro non si ripeterà mai più e voi respirate ogni secondo. Quindi, non potete smettere di ridere e di gioire di ogni secondo. Quando faremo il nostro ultimo respiro? Non lo sappiamo. Forse questa è l'ultima frase della mia vita, è possibile. All'improvviso potrei cadere dalla sedia e... fine. Certo, e mi piace. Mi piace perché rende più prezioso quello che dico. Ogni secondo diventa prezioso. Quindi, niente illusioni. Una delle principali illusioni è che nulla cambia e che vivremo per sempre. "Gli altri muoiono, io no". Sbagliato! Tutti moriamo, ma alcuni si chiedono "C'è vita dopo la morte?" Io mi chiedo "C'è vita prima della morte? Siete vivi prima di morire?" Molte persone che muoiono non hanno mai avuto una vita. Da qui la domanda "Voi siete?". Voi siete? Ditelo tutte le volte che potete. Se questa piccola pompa (il cuore) si fermasse, non potreste più dirlo. Forse potreste dirlo su un altro pianeta, ma noi siamo sicuri solo di questa vita. Nessuno, nemmeno il miglior essere umano può essere sicuro di ottenere la vita eterna con gli Elohim. Nessuno. Ma ciò di cui potete essere certi è di essere "ora". Voi siete? – [Io sono] – Sì, cantate e ballate; cantatelo e ballatelo.



Quando mi alzo al mattino, come tutti, vado in bagno a fare pipì. Capita a volte che la faccia fuori dal water, ma cerco sempre di farla dentro. Vado in bagno ballando e cantando, perché lo faccio “adesso”. Ecco perché ballare e cantare è così importante. Non vivete la vostra vita, ballate la vostra vita, cantate la vostra vita. Allora, vi sentirete più vivi, lo sentite. Danzare è così importante. Non sto dicendo di imparare a ballare come una ballerina di danza classica, ma solo di muovere le gambe a ritmo di musica, della musica fuori oppure dentro la vostra testa. Non potete immaginare quanto sia potente. Non si tratta solo di muovere le gambe; quando ballate, voi parlate al vostro DNA. È esattamente quello che stavamo spiegando quando abbiamo parlato di epigenetica. Qualsiasi cosa si mangi, si faccia o si pensi, influisce sul DNA.

Ballare è uno dei modi migliori e più semplici per comunicare con il proprio DNA. Lo sentite, anche se dite “Oh, è stupido. Perché dovrei muovere le gambe? Sono intelligente, ho frequentato l'università, sono un genio; muovere le gambe è stupido”. Non muovere le gambe è stupido. Il corpo è una cosa sola con il DNA. Quando vi muovete, qualsiasi movimento facciate – non è necessario che siate belli o eleganti – quando muovete le gambe esprimete il vostro DNA, comunicate con il vostro DNA. Dove si trova il vostro DNA? È ovunque, anche nel sedere. Quando vi muovete [...] vi sentite automaticamente felici. Perché? Danzare è stupido, certamente, ma l'intelligenza è deprimente. Cantare è stupido, ma vi rende felici, vi connette con il vostro DNA, con l'infinito. L'infinito è danzare. La Terra sta danzando, la galassia sta girando. Tutto nell'universo, nello spazio e nel tempo, è movimento. Non restate fermi e seduti, danzate, cantate. Quando danzate, danzate con l'universo. Siamo nati per essere in movimento; grazie agli Elohim, nel Movimento Raeliano.

## Il primo essere umano è ancora vivo attraverso di voi

*Maitreya Rael – Incontro del 10 novembre 79 dH (2024) - Okinawa, Giappone*

Questa mattina, voglio ribadire quanto ognuno di voi sia importante, perché sembra che ci sia della confusione. Alcuni ricordano il mio insegnamento rivolto alle nuove Guide, quando ho detto loro “Appena diventate delle Guide, preparatevi a essere sostituiti, formate uno o due assistenti”. Fatelo nel giusto modo, perché le cattive Guide vogliono avere degli assistenti solo perché li rendano più importanti. È esattamente il contrario. Scegliete degli assistenti e insegnate loro come sostituirvi. Non dovete essere qualcuno che nessuno può sostituire. Un buon leader, e le Guide sono dei leader, si preoccupa soprattutto di rendere più forte il nostro Movimento, anche se lui dovesse morire. In altre parole, un buon leader pensa “Se domani morissi, il Movimento, l'organizzazione, deve diventare più forte”. In che modo? Formando, insegnando ai vostri assistenti a essere in grado di prendere il vostro posto. Questo vale per tutti, anche per me.

La mia preoccupazione principale è sempre quella di pensare “Se domani morissi, vorrei che il Movimento fosse più forte, grazie a voi”. Quando un cattivo leader muore, la sua organizzazione cessa di esistere. Se volete aiutarmi, aiutarmi a servire gli Elohim, cercate di diventare migliori di me. Potete farlo. Confido che siate migliori di me. C'è una bella frase che desidero ricordate, e che recita “Quando l'allievo è pronto, il maestro appare. Quando l'allievo è veramente pronto, il maestro scompare” (Lao Tzu). È per questo che ho bisogno di voi, ho bisogno che mi sostituiate. Ho settantotto anni. A dicembre festeggeremo il 79° anniversario del mio concepimento, tra poco più di un mese. Sono ancora vivo, sono ancora pieno di energia, ma siate pronti. Siate pronti, perché succederà. E quando accadrà, dovrete essere pronti, ognuno di voi; dovrete essere pronti a sostituirmi. Se il Maitreya morisse e il Movimento scomparisse, avrei fallito la mia missione.

Tuttavia, sono sicuro che sarà il contrario. Sono sicuro che, quando morirò, il Movimento diventerà più forte. Molte persone vorrebbero diventare raeliani, ma non sono tra noi. Guardano, sentono, pensano, ma hanno paura della reazione dei loro amici, della loro famiglia. “E se un giorno il Maitreya dicesse che è tutto falso, che non ha mai incontrato gli Elohim?” Molte persone, forse alcuni di voi in passato lo hanno fatto, pensano “Vorrei tanto unirmi ai raeliani, ma sarà vero quello dicono? Se Rael fosse un bugiardo, un truffatore che ruba i soldi dei membri? Se un giorno dicesse che è tutto un inganno, che non è vero niente?” Hanno molta paura che questo accada.

Molti prendono carta e penna, vogliono scrivere la loro lettera per unirsi al Movimento. “Ah, i raeliani sono fantastici, voglio unirmi a loro”. Ma gli amici dicono “Aspetta un attimo, Rael è un bugiardo, non è vero quello che racconta. È un pedofilo. Sta rubando i soldi dei raeliani”. E non scrivono più la loro lettera. Lo fanno per paura, per paura che i loro amici dicano “Vedi, te l'avevo detto” e che facciano la figura degli stupidi.

Voi sapete che ci sono persone, tra i vostri amici e nella vostra famiglia, che vi guardano e pensano “Hum, un giorno si pentirà di essere entrato in questo Movimento”. Ciò crea pressione. Molte persone hanno la penna in mano, vogliono scrivere la loro lettera, ma hanno paura del giudizio degli altri. Voi lo sapete, ci siete passati, ma non gli avete dato retta. Sicuramente avete detto “So che è tutto vero, lo sento”. E siete qui. Ma dovete ricordare la pressione subita da parte dei vostri amici, della vostra famiglia, delle persone di cui vi fidate. “Vuoi unirti ai raeliani? Sei pazzo?” Lo avete sentito dire molte volte, ma avete seguito la vostra coscienza e oggi siete qui.

Ho una brutta notizia per voi, non dirò mai “Non è vero”. Mai! Circa venti o trent'anni fa, i giornalisti francesi dicevano “Rael è un uomo malvagio, un truffatore, quello che dice non è vero. Un giorno prenderà tutti i soldi del Movimento e si ritirerà su un'isola del Pacifico”. Effettivamente, sono su un'isola del Pacifico, avevano ragione. Mi trovo su un'isola del Pacifico che si chiama Okinawa, ma stiamo diffondendo il messaggio degli Elohim e non ho preso un centesimo, non uno yen, dal conto del Movimento Raeliano Internazionale. Ci sono sempre più soldi per la costruzione dell'ambasciata e ormai ne abbiamo a sufficienza, forse ci sono più di dieci milioni di dollari. Sono depositati sul conto del Movimento Raeliano Internazionale e, ogni anno, alcune Guide si riuniscono per esaminare la situazione contabile. In questi cinquant'anni, non ho mai ricevuto alcuno stipendio dal Movimento Raeliano Internazionale, nemmeno un dollaro, niente. Allora, alcuni giornalisti dicono “Sta aspettando che ci siano più soldi”. Ho settantotto anni, se aspetto fino a quando ne avrò cento, cosa potrei fare con questi soldi?

Un'altra cosa divertente, di cui ho già parlato in passato, è quando dicono “Rael, l'autoproclamato profeta degli Elohim”. Mi piace questa espressione, “autoproclamato”. Cosa significa? Quando qualcuno dice “Io sono il profeta degli Elohim”. In realtà, ogni profeta si autoproclama tale. Quando Gesù era sulla Terra, Yahweh non venne a dire “Ehi, lui è il mio profeta!” Mosè tornò dal Monte Sinai e disse “Io sono il messaggero di Yahweh”. Ma Yahweh non venne a dire “Ehi, lui è il mio profeta!” Tutti i profeti, tutti noi ci siamo autoproclamati tali, almeno fino a quando non sarà costruita l'ambasciata degli Elohim. Quando l'ambasciata sarà costruita, Yahweh verrà a dire “Questi sono i miei profeti”. Fino ad allora, tutti i profeti si sono autoproclamati. Tuttavia, ci sono molti falsi profeti. Come riconoscere i falsi profeti dai veri profeti? Non è importante il titolo, non sono importanti le parole, ma quello che fanno.

Sono trascorsi cinquant'anni e voi siete qui. Un albero si riconosce dai suoi frutti. Se guardate un albero e sui rami ci sono delle mele, quello è un melo; se ci sono delle arance, quello è un arancio. Questo è il significato della frase “Un albero si riconosce dai suoi frutti”. Io sono l'albero, voi siete i miei frutti. Ecco perché dovete essere pronti. Quando l'albero muore, la mela ne genera uno nuovo. Quando il Maitreya morirà, voi sarete i nuovi alberi. Sentitelo. Questo significa che dovete essere facilmente sostituibili, che dovete preparare i vostri assistenti a sostituirvi, ed è quello che sto facendo adesso. Fatelo anche voi. Questo non implica il fatto che tutti possano sostituirvi. Nessuno può farlo. Su otto miliardi di persone, come voi ci siete solo voi. Mostrate il vostro DNA. “Questo sono io!”

Non ci sono altri Maitreya, fortunatamente per voi. Sarebbe terribile un pianeta popolato da centinaia di Maitreya, sarebbe un inferno. Immaginate di arrivare su un pianeta dove ci sono un milione di persone che sono esattamente come voi. Io non vorrei andarci. Qual è la ricchezza dell'umanità? È che nessuno è come voi. Come voi ci siete solo voi. Per questo siamo così preziosi. Dobbiamo essere pronti a essere sostituiti nella nostra funzione, nella nostra responsabilità. Voglio che siate pronti a sostituire la Guida delle Guide. Quando morirò, ci sarà una nuova Guida delle Guide. Succederà presto. Chi sarà? Forse voi. Non potete saperlo. Ci sarà una votazione da parte delle Guide di livello 5, che eleggeranno una nuova Guida delle Guide. Chi sarà? Non ne ho idea. Non dico, come fossi un re, “Questa persona mi sostituirà”. No, sarete voi a decidere, e questo è bellissimo.



“ Our life must be a constant, a permanent:  
“Thank you Elohim!”

A handwritten signature in black ink, consisting of a stylized 'O' followed by a flourish and the initials 'ce'.

Ognuno deve preparare il suo sostituto, ma voi siete unici. Questa è la cosa più bella. Migliaia di anni fa, gli Elohim crearono la vita sulla Terra. Dal terreno, dal suolo, hanno preso della polvere e l'hanno resa cosciente. Si sono succedute milioni di persone, molte generazioni, e adesso ci siete voi. I primi esseri umani creati dagli Elohim sono nell'oceano, sono polvere. "Dalla polvere alla polvere". Dov'è la creazione degli Elohim? Siete voi! Sentite quanto siete importanti. Mi piace, in Giappone e in Asia, la pratica di rispettare gli antenati. Soprattutto in Giappone, c'è grande rispetto per gli antenati. Lo shintoismo insegna il rispetto per gli antenati. Pensate a tutti gli antenati che avete avuto, a tutte quelle centinaia di persone che hanno avuto figli, figli e ancora figli. E voi siete qui. Siete qui, consapevolmente o meno, grazie a vostra madre e a vostro padre. Siete qui e la vostra unicità, il fatto che come voi ci siate solo voi, in questo corpo, li rende vivi. Tutti i vostri antenati sono vivi dentro di voi. Sentitelo, è incredibile. Mi piace vedere i giapponesi andare davanti a una pietra e bruciare dell'incenso. Non vanno davanti a una croce cristiana, non vanno davanti a nessun simbolo religioso, vanno davanti a una pietra che rappresenta i loro antenati, coloro che hanno reso possibile la vostra esistenza, oggi. È incredibile.

Gli Elohim vengono, danno un messaggio ai loro profeti, un messaggio per tutta l'umanità, per tutta l'umanità viva o morta. Quando vi guardate allo specchio, guardatevi attentamente. Di solito diciamo "Ah, somigli a tua madre. Oh, somigli a tuo padre". Somigliate ai vostri antenati. Questo è il dono degli Elohim. Portano un messaggio all'umanità, ma l'umanità non è solo quella oggi in vita, bensì tutti quei miliardi di persone che sono vissute sulla Terra prima di noi. Quando diciamo "Grazie, Elohim", ringraziamo anche tutti gli esseri umani che ci hanno permesso di essere vivi, oggi.

C'è una cosa che mi piace fare e che alcuni ritengono scioccante, come molte altre cose che faccio. Io adoro i cimiteri. Non perché sto invecchiando; amo i cimiteri, soprattutto in Asia, perché sono aperti al pubblico. In Francia, i cimiteri sono chiusi, ci sono dei muri tutt'intorno, c'è un cancello chiuso a chiave. Hanno paura che i morti possano scappare. Qui è tutto aperto, ovunque si vedono delle piccole tombe, i morti vivono tra le persone vive. Il rispetto per gli antenati è così bello. Quando inviate amore ai vostri antenati, vi collegate agli Elohim. Quando dite "Grazie, Elohim" voi pensate allo stesso tempo ai vostri antenati. Il primo dei vostri antenati, molto tempo fa, fu creato dagli Elohim, è vivo dentro di voi.

Siete unici, come voi ci siete solo voi. Ecco perché è così importante dire "Io sono". Sì, insieme! – [Io sono] – Sentitelo. Quando dite "Io sono", lo sentono anche i vostri antenati. A volte vi guardano. Alcuni dei vostri antenati sono vivi sul pianeta della vita eterna, e vi guardano, vi ascoltano. "I miei discendenti, i miei bis-bis-bis-bis-nipoti, loro sono". Voi siete? – [Io sono] – Di nuovo! – [Io sono] – Loro possono sentirvi. Quindi, non siete solo voi, siete una catena di esseri umani, è fantastico. Il primo essere umano, che era il vostro antenato, è ancora vivo attraverso di voi. È incredibile. Sentitelo! Questo è un potere enorme, possiamo solo dire "Grazie, Elohim", costantemente, costantemente. La nostra vita deve essere un costante, un permanente "Grazie, Elohim!"

Grazie, Elohim!

Io "ci" amo.

## Respirate e basta

*Maitreya Rael – Incontro del 17 novembre 79 dH (2024) - Okinawa, Giappone*

Faremo adesso una piccola meditazione. Non una piccola, una grande meditazione, la più grande. È molto complicata, molto difficile: dovete solo respirare. Faremo insieme un respiro, il respiro più consapevole della vostra vita, sentendo quanto siamo fortunati a poter respirare. Dovreste farlo ogni mattina quando vi svegliate. Quanto siamo fortunati, quando ci svegliamo, a poter respirare. Ogni secondo, quattro persone nel mondo esalano l'ultimo respiro. In questo preciso momento, costantemente. Uno, due, tre... ogni secondo, quattro persone muoiono. Non ci pensiamo. Per tutti noi, ogni respiro può essere l'ultimo. Non ci sarà nessun avvertimento, nessun segnale, nessuno che dica "Fate attenzione, questo è il vostro ultimo respiro". Sarebbe bello, forse.

Un giorno, tutti noi esaleremo l'ultimo respiro, senza alcun preavviso, nel momento in cui meno ce lo aspettiamo. Quattro persone muoiono ogni secondo, tic tac, esalano l'ultimo respiro, non respirano più, senza alcun preavviso. È molto importante esserne consapevoli, perché procrastiniamo sempre. "Ah, lo farò domani. Oh, lo farò la prossima settimana". Rimandiamo al futuro le cose che vorremmo fare, qualsiasi cosa.

Vi faccio un esempio, un esempio molto doloroso. Avevamo una Guida, in Canada, di nome Réal Thériault, che aveva il cancro. Era molto, molto amico di Marc Rivard e ogni settimana andavano al ristorante insieme, andavano ovunque. Con il passare del tempo, il cancro divenne sempre più grave. Ebbi il privilegio di essere un suo intimo amico. Veniva a casa mia, in Quebec, ogni settimana. Mangiavamo, naturalmente, del buon cibo. Mi piaceva cucinare per lui e per altre Guide, bevendo i migliori vini francesi.

Réal amava l'alcol. Ho sempre cercato di farlo bere di meno, senza riuscirci. È l'unica Guida che, quando lo conobbi, mi invitò a pranzo in un buon ristorante. Mangiammo bene e alla fine, ho questo splendido ricordo, aveva sempre l'abitudine di bere un bicchierino di brandy. Il brandy ha il 40% di alcol. In quell'occasione, mi chiese se volessi un bicchiere di brandy. È l'unica Guida che mi abbia mai offerto del brandy alla fine di un pasto. Rideva così tanto. Risposi che preferivo di no. Mi ricordo con piacere che, pur conoscendo il messaggio degli Elohim e la nostra filosofia, mi offrì un bicchiere di brandy. Era pieno di amore.

Veniva ogni settimana a casa mia, la domenica, e passavamo insieme dei bei momenti. Avevo un tavolo da biliardo e giocavamo spesso. Chiedeva "Posso avere una birra?" Naturalmente, gliela offrivo. Continuavamo poi con il gustare un buon pranzo. Una domenica, venne a casa mia, ma non mi chiese una birra. Gli domandai se voleva una birra piccola, ma rispose di no. Era la prima volta che lo fece. Mi dissi "Wow! Sta davvero cercando di smettere di bere troppo alcol".

Poi, ci sedemmo a tavola. Avevo preparato un bel pranzo e, naturalmente, avevo aperto una delle migliori bottiglie di vino francese. Ne versai a tutte le Guide, ma Réal non ne volle. Ero così sorpreso. Avevo due diverse bottiglie di vino, ma lui le rifiutò entrambe. Al tavolo c'era anche il mio medico, molto bravo, Marc Rivard, a cui parve strano questo suo comportamento. Egli disse "Réal, potresti venire nel mio studio in settimana?" Marc Rivard sapeva bene che, quando una persona ha un cancro al fegato, improvvisamente non può più bere alcol, basta solo guardarlo perché gli venga da vomitare. Il corpo vi parla.

Così, la settimana successiva, Réal andò da Marc, fece alcuni esami e in quel momento seppe di avere un cancro. Lo scoprì grazie al mio buon vino. La cosa interessante è che riuscì a sopravvivere per qualche anno. Conservo molti bei ricordi insieme a lui. Un giorno, stavamo giocando a bocce e lui aveva con sé una bottiglia con delle medicine, della chemioterapia. Giocavamo a bocce e aveva la sua bottiglia, ma all'improvviso, durante il pomeriggio – questo è un ricordo divertente – nel cielo apparvero due avvoltoi. Conoscete gli avvoltoi? Sono grandi come le aquile, ma si nutrono di animali morti. Guardai Réal e dissi “Sono qui per te!” Ridemmo tanto e passammo un bel pomeriggio. Era un ottimo giocatore. Ogni settimana, Marc andava a trovarlo, e un giorno Réal disse “La prossima settimana andremo in questo ristorante”. Era così magro, aveva perso quasi il 90% del suo peso. Marc sapeva che si stava avvicinando il giorno della sua morte, ma Réal continuava a vivere come se non dovesse morire. Marc gli disse “La prossima settimana, Réal, sarai morto”. È qualcosa di importante. Aveva ricevuto un preavviso e stava accadendo davvero.



Invece, noi non abbiamo preavvisi. Fu meraviglioso, triste e meraviglioso allo stesso tempo. I miracoli sono sempre possibili, ma non conosciamo nessuno che possa dirci che la prossima settimana moriremo. Ecco perché voglio che vi concentrate sulla meditazione del respiro. Quando esaleremo il nostro ultimo respiro? Nessuno lo sa. Potrebbe essere domenica, mentre vi parlo; potrebbe accadere in qualsiasi momento. Io cerco sempre di respirare pensando che sia il mio ultimo respiro. Cerco di non procrastinare mai, di non dire mai che lo farò la prossima settimana, oppure domani, il prossimo mese. La mia meravigliosa assistente, che è un'ottima organizzatrice, spesso mi dice “La prossima settimana faremo questo evento. Dove vuoi che metta il tavolo?” È un'ottima organizzatrice, ma io le dico “Non chiedermelo, non so se sarò ancora vivo la prossima settimana. Chiedimelo il giorno prima”. Perché dovrei usare il mio cervello per preparare qualcosa per la prossima settimana o per il prossimo mese, quando non so se sarò ancora in vita? Vi ho già detto che amo i cimiteri. Sono pieni di persone che volevano fare qualcosa domani. Tutte le persone sepolte nei cimiteri volevano fare qualcosa il giorno dopo. Sbagliato! Per loro non c'è stato un domani. Il fatto che non sappiamo quando moriremo rende la vita ancora più bella. La vita è più bella quando sappiamo che potremmo morire in ogni istante.

In questo preciso momento, proprio adesso, noi siamo insieme, ma potrebbe essere l'ultima volta, è possibile. Non pensate “Oh, è uno scherzo, il Maitreya sta scherzando”. No, non sto scherzando. Lo dico quasi tutte le domeniche e un giorno sarà vero: verrete per effettuare l'incontro della domenica e questo posto sarà vuoto.

Sono assolutamente pronto. Voi siete pronti? È interessante. Questo rende ogni incontro della domenica, ogni minuto, più prezioso.

Quando vi guardo negli occhi, penso sempre che questa potrebbe essere l'ultima volta. Non mi rattrista, anzi, mi rende più felice, perché posso farlo adesso. Domani non lo so, la prossima settimana non lo so, ma adesso posso guardarvi negli occhi, sentire il vostro amore, mandarvi amore; adesso posso. Non mi importa se morirò stanotte, l'istante presente è così prezioso.



Allora, facciamo questa meditazione, molto semplice e molto complicata allo stesso tempo. Respiriamo insieme, immaginando che lo facciamo per l'ultima volta. Dovete allenarvi, e successivamente tutti i vostri respiri saranno come se fossero gli ultimi, ogni giorno, ogni minuto. Siete pronti? Uno, due, tre... (respiro). Siete ancora tutti vivi? Siamo fortunati, poteva essere davvero l'ultimo. Ci riproviamo? Speriamo che anche stavolta saremo ancora vivi. Non ne siamo sicuri, non possiamo esserlo. Uno, due, tre, ispirate... espirate. Ci siete tutti? È interessante, vero? Fatelo sempre, perché prima o poi le persone smettono di respirare, è possibile. Sapete, ho settantotto anni. Tutti pensano "Oh, il Maitreya morirà

prima di me". Non ne sono sicuro, nessuno può esserlo. Quindi, ogni mattina, quando mi sveglio, dico "Ancora un giorno!" Stupitevi nel vedere i vostri amici, fratelli e sorelle ancora vivi... la vostra famiglia, vostra madre, vostro padre, tutti quelli che amate, il vostro profeta. Ho un amico che vive in Francia, e qualche volta ci contattiamo per giocare insieme al computer. Lo saluto e gli chiedo "Sei ancora vivo?" Lui rimane sempre sorpreso. Di solito, nessuno lo dice. È così importante essere sorpresi di vedere i nostri amici ancora vivi. Non pensate che sia il più vecchio a morire prima degli altri; il più giovane può morire prima di noi, gli incidenti accadono ogni giorno.

Quindi, avete sentito questo respiro unico. L'idea della morte, la consapevolezza della morte, rende la vita più bella, più piacevole. Tutti noi marciremo, dalla polvere torneremo alla polvere. Per un breve periodo, respiriamo. approfittatene! È così prezioso. Questo respiro è così prezioso. Solo allora possiamo dire "Io sono vivo". Non c'è bisogno di dire "vivo", ma solo "Io sono". Quando morirete, non potrete dire "Io sono", almeno non sulla Terra. Ma adesso possiamo ancora farlo, e mi piace molto respirare insieme a voi. Un altro vantaggio della respirazione consapevole è che alcune particelle del nostro corpo vengono inalate da altre persone. Io espiro e alcune particelle si diffondono in questa stanza. E quando voi ispirate, penetrano in voi; e viceversa. Siamo una cosa sola. Quindi, siate sempre consapevoli della vostra respirazione.

Che cos'è la vita? Respirare. Come fanno i medici a verificare se una persona è ancora viva? Quest'ultima si reca in ospedale, è molto malata, e il medico controlla se respira ancora. Respirare è vita. Quindi, gioitene.

## Parte della missione raeliana consiste nel proteggere la vita sulla Terra

*Maitreya Rael – Incontro del 10 novembre 79 dH (2024) - Okinawa, Giappone*

Alcune persone si stupiscono del fatto che io festeggi sempre i compleanni. La nascita di ognuno di noi è qualcosa di fantastico, c'è un legame con gli Elohim. Pensate ai vostri antenati che vissero cento o cinquecento anni fa. La stessa cosa vale per voi. Chi sarà il vostro discendente tra cento o duecento anni? Non lo sappiamo. Alcune culture praticano il culto degli antenati, io propongo il culto dei discendenti. Perché mandare amore ai nostri antenati e non ai nostri discendenti? Anche loro meritano amore, anzi, ne meritano ancora di più, perché sono il futuro.

Come possiamo amare i nostri discendenti? Proteggendo la vita sulla Terra, invece di distruggere ogni essere vivente, per esempio gettando la plastica nell'oceano. In questo modo, non rispettiamo i nostri bis-bis-bis-bis-nipoti. Pensateci. Quando gettate una bottiglia di plastica nel fiume, non si tratta del vostro fiume, ma di quello dei vostri bis-bis-bis-bis nipoti. Sulla Terra ci sono cinque continenti. Non più, ora ce ne sono sei. Nel mezzo di questo bellissimo Oceano Pacifico c'è un nuovo continente, grande quasi quanto l'isola di Okinawa, fatto completamente di plastica. E diventa ogni giorno più grande.

Questa fu una delle cose che più mi sorprese quando arrivai in Giappone. Alcuni raeliani mi offrirono, all'epoca, una vacanza a Miyakojima e rimasi molto stupito. Tutto era bellissimo, ma la spiaggia era piena di plastica. Parliamo di venticinque, trent'anni fa. Quando camminavo, dovevo fare attenzione a dove mettere i piedi per non calpestare la plastica. Non importava a nessuno.

Mi piace camminare sulle spiagge di Okinawa. Alcune sono molto pulite, perché le persone vengono regolarmente a pulirle. Personalmente, amo le spiagge selvagge, quindi vado a camminare dove generalmente non va mai nessuno, e sono comunque piene di plastica. Proprio qui, a Okinawa. Si vedono bottiglie provenienti dalla Cina, dal Giappone, dalla Corea... si vede di tutto. Adesso. Immaginate cosa lasceremo ai nostri bis-bis-bis-bis-nipoti.

Quindi, quando gettate una bottiglia, fatelo avendo lo stesso rispetto che avete per i vostri antenati. Non potete cambiare nulla nella loro vita, ma questo pianeta non appartiene a voi, appartiene ai vostri discendenti, ai vostri bis-bis-bis-bis-nipoti. Ogni volta che usate una bottiglia di plastica, pensate a loro. Questo è il pianeta dell'umanità passata, presente e futura, e noi abbiamo la responsabilità di proteggerlo. Gli Elohim scelsero questo pianeta per creare la vita. Quando vennero sulla Terra, non c'era nemmeno una bottiglia di plastica, nemmeno una. Appartengono tutte a noi. Pensateci.

Mi piace camminare sulla spiaggia e mi capita di vedere alcune coppie, delle coppie anziane, che raccolgono la plastica e la gettano in dei grossi sacchi. Ogni volta che li incontro, li applaudo. Questo è il pianeta che gli Elohim scelsero per creare la vita e ricordate che, quando lo fecero, non c'era una sola bottiglia di plastica. Se oggi trascorrete il pomeriggio passeggiando sulla spiaggia, approfittatene per guardarvi intorno, si tratta del nostro pianeta; e non solamente del nostro, ma di quello dell'umanità passata, presente e futura.

Il messaggio degli Elohim ci permette di amare ancora di più questo pianeta. Ogni pianta e ogni animale è così bello. So che a Okinawa amate le orchidee, ce ne sono state milioni di generazioni dalla loro prima creazione. Quando vado in spiaggia, a volte vedo un lombrico che attraversa la strada; non a volte, praticamente sempre. Mi fermo, lo prendo e lo metto nell'erba, perché le auto schiacciano tutto. Da dove proviene il primo lombrico? Dall'evoluzione? No, dagli Elohim! La stessa cosa se vedo una lumaca; la prendo e penso alla prima lumaca, al suo antenato che fu creato dagli Elohim. Quando guardate una farfalla, non è comparsa per la prima volta la settimana scorsa. C'è stato un primo essere umano, una prima farfalla, una prima orchidea; tutto ci collega agli Elohim.

Quindi, fa parte della missione dei raeliani proteggere la vita sulla Terra. Ogni giorno, più di venti specie di animali e piante vengono distrutte dall'essere umano, ogni giorno. Sono state tutte create dagli Elohim. Siamo fortunati, perché stiamo lentamente raggiungendo un livello di scienza che, attraverso la clonazione, ci permetterà di ricrearle. Pensateci. Ogni volta che guardate gli insetti o le piante, sono stati tutti creati dagli Elohim. Questa palma è frutto della creazione degli Elohim. Ovunque vedo gli Elohim. Quando vedo uno scarafaggio, anch'esso è frutto della creazione degli Elohim; quando c'è un ragno, lo prendo e lo porto all'esterno. Tutto ci collega agli Elohim. Quando pensate e sentite questo, la nostra missione diventa meravigliosa.

Manteniamo viva la creazione degli Elohim. È bello avere il culto degli antenati, ma avere il culto dei discendenti è ancora più importante. Non potete cambiare la vita dei vostri antenati, ma potete cambiare la vita dei vostri figli, dei vostri bis-bis-bis-bis-nipoti, all'infinito. Facciamolo insieme. Grazie, Elohim!

## Inviare il vostro amore agli Elohim danzando

*Maitreya Rael – Parte 1-2 dell'incontro del 24 novembre 79 dH (2024) - Okinawa, Giappone*

Vorrei che esprimeste il vostro amore agli Elohim non con le parole, ma con la posizione del vostro corpo.

Quale posizione volete assumere per inviare amore agli Elohim? Scegliete. Può essere questa, può essere questa, può essere questa. Tutto è possibile, ma parlate agli Elohim con il corpo, non con la lingua. Qual è la posizione che vi aiuta a trasmettere più amore, più gratitudine, più rispetto? Quale posizione? Scegliete voi. Non cercate di copiare gli altri. Sentite l'amore in qualunque cosa che provenga da voi. Quale posizione trasmette più amore? Potete guardare in basso oppure in alto. Ognuno è diverso e ogni giorno è diverso, ma adesso, cosa sentite? Vi lascio fare.

Parlate agli Elohim senza parlare, oppure con il vostro corpo, con tutte le vostre cellule, con tutto il vostro DNA. Usate i vostri pensieri, le vostre parole; dentro di voi, senza rumore.

È una domanda che ci poniamo tutti. “Come posso parlare con gli Elohim? Come oso parlare con loro? Che tipo di parole usare per essere abbastanza rispettoso, abbastanza amorevole?” È molto difficile, ma quando lo fate in silenzio, siete sicuri di essere perfetti.

È come stare con il proprio partner. Quando avete un partner, qualcuno che amate, un fidanzato, una fidanzata, potete parlare molto, oppure potete semplicemente guardarlo negli occhi ed esprimere il vostro amore. Non c'è bisogno di parlare, non è necessario.

Il potere del vostro amore è molto più forte senza parlare, e molto più profondo. Siete in grado di farlo? Riuscite a guardare la persona che amate negli occhi e a rimanere in silenzio? Non è facile.

Le persone normali dicono “Mi ami? Ti prego, dimmi che mi ami”. Lo chiedono perché non sono sicure. Quando si raggiunge la sovra-coscienza, si dice “Non dirmi che mi ami. Mostramelo con i tuoi occhi, con il tuo sorriso, con il tuo essere”. Mi ami? Lo stai facendo? Mi stai amando? Voglio sentire, senza parlare. L'amore vero si sente con tutto il corpo, non solo con gli occhi. Le vostre mani diventano una cosa sola con la persona che amate; il vostro ventre diventa una cosa sola; le vostre labbra diventano una cosa sola; tutto il vostro essere, senza parlare. Le parole sono del rumore, una specie di rumore parassitario. Si nasconde l'amore dietro le parole, a volte perché si è timidi, a volte perché non si ama veramente. Di solito, il livello di amore delle persone che dicono più spesso “Ti amo” è inferiore a quello di chi tace.

Il vero amore non ha bisogno di parole, basta guardarsi per diventare una cosa sola, e si sente. Se l'amore è reciproco, automaticamente si diventa una cosa sola. È la stessa cosa per ogni livello di amore, anche per l'amore sessuale. Molte persone pensano di dover urlare quando hanno un orgasmo. È possibile, ma non è necessario. Quando hanno un orgasmo, alcune persone fanno un semplice sospiro, senza bisogno di urlare. Se vi piace urlare, urlate. Ciò che è molto interessante è che molte ragazze simulano di avere un orgasmo per far smettere il proprio partner, perché gli uomini vogliono così tanto essere dei bravi amanti, lo vogliono così tanto che fanno molti sforzi, e si aspettano – quindi hanno delle aspettative – che le ragazze urlino e si arrampichino sul muro. E se non lo fanno, si sentono così insicuri che chiedono “È stato bello? In una scala da uno a dieci, quanto è stato bello?” Ecco l'ansia. “Sono stato un buon amante? È stato meglio con altri partner?” Come se fosse una gara. E le ragazze sono intelligenti, urlano solo per rendere l'uomo più sicuro, oppure per farlo smettere, perché a volte gli uomini ci mettono troppo tempo e, se la ragazza non urla, loro continuano, a volte fino a farle provare dolore, a volte fino allo sfinimento. Così, le ragazze intelligenti urlano e l'uomo si ferma. Questo non è amore, è competizione, è un viaggio nell'ego. “Non voglio fare l'amore, voglio essere il miglior amante che tu abbia mai avuto”. È una mente competitiva, non può essere amore.

Il vero amore è completamente privo di ego, nessun ego. “Io non esisto, mi concentro unicamente sul dare amore a qualcuno, senza aspettarmi nulla, senza aspettarmi alcun applauso”. Alcuni uomini vorrebbero che le ragazze applaudissero dopo aver fatto l'amore con loro.

Non lo dicono, ma dentro di loro sarebbero soddisfatti, vorrebbero che le ragazze dicessero “Sei il miglior amante che abbia mai avuto”. È una competizione. “Era meglio con il tuo ex partner?” Quando, a volte, si diventa dei veri raeliani e si hanno dei rapporti con altri partner, ecco che spesso l'uomo dice “È migliore di me?” La competizione! Siamo tutti diversi, siamo persone diverse, abbiamo reazioni diverse. Alcuni orgasmi fanno urlare la donna come se fosse una cantante d'opera. Conosco alcune ragazze che hanno degli orgasmi molto intensi ed emettono solo un piccolo gemito, tutto qui. Se siete veramente voi stessi, non rimarrete mai delusi. Se siete delusi perché non sentite la vostra partner cantare l'opera, allora siete nell'aspettativa; non siete nella sovra-coscienza, non siete innamorati. La sovra-coscienza è amore. L'amore è la sovra-coscienza, nessuna aspettativa, nessuna competizione, solo “essere”, voi “siete”.

Vi svelo un segreto. Alcune donne con le quali ho avuto dei rapporti sono rimaste molto sorprese, perché sono me stesso, non mi interessa quello che pensano gli altri, io “sono”. Quando ho un orgasmo molto intenso, io rido come un pazzo. Non lo faccio per gli altri, io rido. Quando ridete davvero, lo fate per voi stessi. Alcune ragazze



rimangono molto sorprese, perché si aspettano che vi comportiate in un certo modo, che non è amore. Quindi, siate voi stessi. Amare gli Elohim è esattamente la stessa cosa. Non avete bisogno di urlare, l'orgasmo può essere un semplice sospiro, così come un grido. Tutto è possibile, ma sentitelo. Adesso, faremo un piccolo esercizio. Qual è il modo migliore per esprimere il nostro amore agli Elohim? Il modo più semplice è quello di cantare. Ecco perché, in tutte le religioni, i fedeli cantano quando inviano il proprio amore al loro dio. Ma potete anche ballare. Non c'è bisogno di parole, siate voi stessi! Vi chiedo quindi di alzarvi in piedi, insieme a me, e di inviare il vostro amore agli Elohim danzando, senza musica. Non colpite il viso delle persone che vi sono accanto, fate solo un piccolo movimento per esprimere il vostro amore agli Elohim. Sentitelo. Potete guardare

gli altri, potete fare anche qualche ispirazione, ma siate voi stessi. Danzate, esprimetevi con il vostro corpo. In quale posizione? Qualsiasi posizione, qualsiasi cosa sentiate. Sì, le persone iniziano a ridere, spontaneamente. Immaginate che un UFO arrivi proprio adesso, sul balcone, che Yahweh entri e ci veda ballare in questo modo. Qual è la posizione del vostro corpo? Sentitela. Date amore con la vostra danza, fate della vostra vita una danza.

La mattina, mi alzo dal letto e vado a fare pipì danzando. Danzate. Fate della vostra vita una danza. Fate della vostra vita una danza, prima di essere sepolti. Quando sarete sottoterra, oppure dentro un'urna funeraria, non potrete più ballare. Vi do un piccolo consiglio nel caso soffrite di stitichezza, perché molte persone ne soffrono: ballate sul water. Le persone sono rigide e si sforzano. Rilassatevi. Non bisogna mai sforzarsi, le feci vengono espulse in modo naturale. Quando evacuate, non siete voi, ma il vostro corpo. È l'intestino, un intestino molto lungo, che spinge le feci; non c'è bisogno di sforzarsi, basta lasciare che sia, lasciare che accada. Le feci e l'amore sono la stessa cosa. "Let it be, let it be..." (cantando la famosa canzone). È molto importante lasciare che tutto fuoriesca in modo naturale.