Citazioni per il ritiro



Qual è l'indicazione spirituale più elevata e diretta per il ricercatore? Tenere sotto costante osservazione il senso dell'essere, l'io sono, finché non ci si ritrova oltre, in ciò che è Ineffabile.

~ *Moojibaba*

Quotes by Mooji are copyright © 2026 Mooji Media Ltd

Tutto quello che vedi non è reale.

Colui che vede, non può essere visto.

Soltanto questo osservatore senza forma è reale.

Confermalo.

~ *Moojibaba*



Quello che provo e come mi sento in questo corpo *non* è ciò che sono.

Io sono ciò che ne è consapevole, come di tutto il resto.

Sono consapevolezza assoluta, non nata, senza forma e senza limiti.

~ *Moojibaba*



Quotes by Mooji are copyright © 2026 Mooji Media Ltd

Può l'osservatore ultimo essere riconosciuto visivamente?
Può l'osservatore ultimo, ciò che vede persino l'atto dell'osservare, essere visto?

~ *Moojibaba*



La mia natura è imperitura. Io rimango sempre uguale.
Sono realtà immutabile, immortale, indivisibile; sono la totalità senza tempo, eterna.

~ *Moojibaba*



Quotes by Mooji are copyright © 2026 Mooji Media Ltd

Per brevi periodi, tipo tre minuti alla volta, scegli di distaccarti da ogni attività mentale, rimani e sii soltanto questa vastità silenziosa della consapevolezza priva di parole.

~ *Moojibaba*



Non essere severo con te stesso.
Osserva che tutti i movimenti della mente sono irreali, sono stati e sensazioni mentali transitori e niente di più.
Tu sei la presenza cosciente e stabile, sei lo spazio in cui e attraverso cui tutto ciò che appare viene percepito. Rimani in questa gioia totale.

~ *Moojibaba*



Quotes by Mooji are copyright © 2026 Mooji Media Ltd

La vastità percepita dalla mente non è la vera vastità.

La vastità in cui la mente viene percepita, quella è l'Assoluto.

~ *Moojibaba*



Tu sei ciò in cui l'intera esistenza appare e scompare.

Prima del corpo e della mente, prima ancora dell'anima, cosa sei?

Resta qui, semplicemente cosciente, senza prendere nome o forma.

~ *Moojibaba*



Quotes by Mooji are copyright © 2026 Mooji Media Ltd

Ciò che è reale non può essere visto.
Tutta la manifestazione è percepibile come movimenti momentanei, che appaiono all'interno della vastità immobile e illimitata dell'essere.
Sii questa realtà che non si muove.

~ *Moojibaba*



Io non sono, né sono mai stato, un'entità.
Sono la realtà non creata, onnipervadente e imperitura.

~ *Moojibaba*



Quotes by Mooji are copyright © 2026 Mooji Media Ltd

Se metti qualsiasi cosa davanti a uno specchio, viene riflessa perfettamente. Ma se metti due specchi uno di fronte all'altro, in modo che si tocchino, cosa possono riflettere?
La mente non lo può sapere. Questo è lo specchio della realizzazione del Sé, il riflesso ultimo di ciò che non può essere visto.

~ *Moojibaba*



Io sono ciò che osserva tutti i fenomeni, per quanto possano sembrare sottili.
Persino la coscienza stessa è da Me percepita e riconosciuta.
Io, in quanto Sé, non posso essere percepito dalla mente.
Sappi che questo Io, il tuo vero Sé, è eterno.

~ *Moojibaba*



Quotes by Mooji are copyright © 2026 Mooji Media Ltd

Sii l'osservatore vivo ma non reattivo del teatro della mente e del suo movimento apparentemente incessante.
Sii questa consapevolezza viva e vuota.

~ *Moojibaba*



Se lasci stare i pensieri, rimane solo consapevolezza.
Sebbene invisibile, è intuitivamente riconosciuta.
Questa è la consapevolezza dell'essere e dell'esistenza.
Rimani in questo semplice e naturale senso dell'essere, che è costantemente presente.
Dentro il tuo cuore sappi di essere l'io sono. Dimora qui.

~ *Moojibaba*



Quotes by Mooji are copyright © 2026 Mooji Media Ltd

Possiamo smarrirci solo quando siamo qualcosa.

Non possiamo smarrirci se non siamo nulla.

Questo nulla è il Sé divino.

~ *Moojibaba*



Nulla può toccare te, l'osservatore impersonale.

Non hai un passato, non sei mai nato, non morirai mai.

Tu sei unicamente questa consapevolezza non nata, senza tempo, immortale.

~ *Moojibaba*



Quotes by Mooji are copyright © 2026 Mooji Media Ltd

Qualsiasi cosa possa essere percepita, o di cui si possa fare esperienza, non può essere ciò che sei veramente. Ciò che realmente sei è costante e senza forma, è ciò che osserva la mente e il suo mondo di proiezioni. Semplicemente dimora qui, nello spazio naturale della percezione, spontanea e priva di rappresentazioni e osserva come il mondo scorre nella sua armonia naturale.

~ Moojibaba



La coscienza stessa emerge, e se emerge deve emergere da qualcosa che è già presente. Questo è inconcepibile per la mente. Possiamo chiamarlo Essere Supremo, Assoluto, Parabrahman: è l'essenza del nostro essere.

~ Moojibaba



Quotes by Mooji are copyright © 2026 Mooji Media Ltd

L'essere è la posizione più stabile, è ciò che osserva la persona e il suo mondo. Può questo osservatore essere a sua volta osservato?
Ricorda: l'atto stesso di osservare viene percepito. Oltre il personale o l'impersonale, chi o cosa è ciò che percepisce o conosce?
Dove puoi essere trovato? E da chi? Rifletti.

~ *Moojibaba*



Tutto è osservabile: ogni movimento della mente appare sullo schermo della coscienza, percepito all'interno della sua immota sorgente.
Questa sorgente non è un mero concetto, è il fondamento immutabile del percepire.
La realtà non può essere vista, in quanto è ciò che percepisce.

~ *Moojibaba*

Quotes by Mooji are copyright © 2026 Mooji Media Ltd



Né i pensieri, né la "persona" che ne è coinvolta, sono reali.
Ciò che rimane, che li osserva ma non è influenzato né alterato dall'atto della percezione o dell'esperienza, questo è il vero Sé.

~ *Moojibaba*



Più profonda della quiete è l'essenza immota.
Quando persino il senso di quiete viene osservato in ciò che esiste prima del caos e della quiete, cos'altro deve essere realizzato?
Sappi che è questo che sei: la realtà, indescrivibile e immateriale.

~ *Moojibaba*



Quotes by Mooji are copyright © 2026 Mooji Media Ltd

Quando realizzi che sebbene tu appaia sullo schermo come persona, ma che al contempo non sei sullo schermo perché osservi tutto, inclusa la persona, allora hai davvero realizzato il valore della vita umana e la grande opportunità che offre.

~ *Moojibaba*



Tu sei puro Parabrahman.
Oltre nomi e forme, più sottile di qualsiasi cosa manifesta e percepita.
Io sono Quello. Tu sei Quello. Quello è QUELLO. Non è personale.

~ *Moojibaba*



Quotes by Mooji are copyright © 2026 Mooji Media Ltd

Credi di essere il corpo-mente, con il suo agire.
Ma dentro di te, intuitivamente, sai di non poter essere questo stato caotico, perché lo osservi. Riconosci e conferma che questo osservatore è costante, immobile, e pertanto reale.

~ *Moojibaba*



Io sono l'essenza, l'essenza che tutto pervade.
Non ho una forma propria.
Sono al di là della divisione tra soggetto e oggetto.
Come potrei essere un oggetto per me stesso?

~ *Avadhuta Gita* *



* Translation of original English quotation from *Dattatreya's Song of the Avadhut: An English Translation of the Avadhuta Gita*, translated by S. Abhayananda (© 1992, 2000 S. Abhayananda)

Quotes by Mooji are copyright © 2026 Mooji Media Ltd

Al di là di ogni parola, al di là di ogni nome,
al di là della più sottile tra tutte le cose sottili,
al di là della mente, dell'intelletto e dei cinque sensi,
il Signore immacolato dell'universo rimane per sempre uno.

~ *Avadhuta Gita* *



Sono oltre l'osservare e non sono osservabile, il vedere non mi può cogliere.
Sono il nettare della conoscenza, beatitudine immutabile;
sono ovunque, come lo spazio.

~ *Avadhuta Gita* *



* Translation of original English quotation from *Dattatreya's Song of the Avadhut: An English Translation of the Avadhuta Gita*, translated by S. Abhayananda (© 1992, 2000 S. Abhayananda)

Quotes by Mooji are copyright © 2026 Mooji Media Ltd