

Riassunto: Il brano riflette sulla pratica della Preghiera del cuore e sul suo significato profondo. Si parla di consapevolezza esterna e interna, del vedere come esperienza, e della ricerca del Regno dei cieli sia dentro che fuori di noi. Si evidenzia l'importanza della triplice consapevolezza e della memoria del passato e del futuro, oltre alla connessione con il Divino che risiede dentro di noi.