(Steve Taylor: *Waking from Sleep. Why Awakening Experiences Occur and How to Make Them Permanent,* 2010 )

Výber z klasických opisov, ktoré zozbieral psychológ, akademik a duchovný autor S. Talyor; ide o bežných ľudí.

„Slnko zapadalo a ja som pozoroval, ako klesá za obzor. Cítil som, že všetko na svete je tu, v tomto okamihu. Slnečné svetlo bolo neuveriteľne jasné, čisté a nádherné. Modrá obloha bola tá najjemnejšia a najčistejšia modrá, akú som kedy videl. Videl som na oblakoch každý detail, aj tie mali zrazu celkom nový rozmer. Všetko sa zdalo také *jednoduché* a také *správne*. Pocítil som, aké ľahké by bolo byť šťastný.“

„Každý predmet v mojom zornom poli nadobudol zvláštny a intenzívny druh vlastnej existencie… všetko sa zdalo mať akési ‚vnútro‘ – existovať tak, ako existujem ja, mať vnútornosť, určitý individuálny život – a každý predmet, vnímaný z tohto hľadiska, sa zdal nesmierne krásny… Všetko jednoducho *bolo*. Akoby som mal nový druh videnia. Obloha a stromy sa zdali byť živé. Stromy pôsobili takmer vedome, akoby to boli inteligentné bytosti, ktoré dohliadajú a pozorujú dianie na ulici. A zdalo sa, že všetko presvetľuje akési svetlo. Autá a domy akoby stratili svoju pevnosť a akoby žiarili.“

„Zrazu sa všetko zastavilo. Všetko zmizlo – moja minulosť, moje meno, moje starosti, dokonca aj pocit, že som oddelená osoba. Zostal len čistý priestor vedomia. Nebola som ‘ja’, ktorá by niečo prežívala. Bola tu len skúsenosť sama o sebe. Všetko bolo dokonalé presne také, aké to bolo. Nebolo čo meniť, čo zlepšovať, čo dosahovať. Bola to úplná sloboda.“

„Mal som pocit, že sa rozplývam do priestoru okolo seba. Hranice môjho tela sa akoby vytratili. Nebol som už vo svete – svet bol vo mne. Stromy, obloha, vzduch – všetko bolo jedným pulzujúcim celkom. Nebol tam žiadny pozorovateľ oddelený od pozorovaného. Bola tu len jednota a hlboký pokoj, ktorý presahoval všetko, čo som dovtedy poznal.“

„Bol to pocit absolútnej lásky, ktorá nemala žiaden objekt. Nebola to láska k niečomu alebo k niekomu. Bola to láska ako samotná podstata reality. Zdalo sa mi, že táto láska drží celý vesmír pohromade. Každá vec bola jej prejavom. V tej chvíli som vedel, že toto je pravda, ktorú som celý život hľadal.“

„Čas sa úplne zastavil. Nebola minulosť ani budúcnosť – len nekonečná prítomnosť. Táto prítomnosť nebola okamihom medzi dvoma bodmi, ale bezhraničným rozmerom, v ktorom sa všetko odohrávalo. Cítil som sa nesmierne živý, a zároveň úplne pokojný. Nebola žiadna túžba, žiadny strach. Len bytie.“

„Zdalo sa mi, že vidím svet taký, aký naozaj je. Každá vec bola presiaknutá významom a živou prítomnosťou. Všetko žiarilo. Dokonca aj obyčajné predmety – chodník, budovy, steny – mali akési vnútorné svetlo. Bolo to, akoby sa závoj oddelil a ja som konečne videl realitu bez filtrov mojej mysle.“

„Pozeral som sa na tváre ľudí okolo seba a zdalo sa mi, že sú presiaknuté jemnou žiarou. V tej chvíli som zažil pocit najhlbšej príbuznosti s každým jedným človekom tam vonku… Stratil som pocit osobnej identity. Títo ľudia už pre mňa neboli cudzí.“

„Tancovali sme vonku počas nádherného dňa, obklopení kopcami. Ako sme tancovali, začal som mať pocit, že to už nie som ja, kto tancuje. Nemusel som myslieť. Tanec sa jednoducho dial cezo mňa a bol to najlepší tanec, aký som kedy tancoval. Cítil som sa ako kanál pre hudbu. Všetko dokonale zapadlo s ostatnými členmi skupiny. Už sme neboli jednotlivci, boli sme jedným telom šiestich ľudí. Medzi nami nebolo žiadne rozdelenie. Cítil som rozšírenie vedomia do priestoru. Tancoval som v priestore uprostred kopcov. Bol som súčasťou tohto všetkého.“

„…Uvidel som, že vesmír nie je zložený z mŕtvej hmoty, ale že je naopak živou Prítomnosťou – je celkom živý; uvedomil som si v sebe nekonečný život… Uvidel som, že všetci ľudia sú nesmrteľní; že kozmický poriadok je taký, že všetky veci s úplnou istotou pôsobia pre dobro každého i všetkých; že základným princípom sveta, všetkých svetov, je to, čo nazývame láska…“

„Vo všetkom, čo som videl, vo všetkom, čo som vnímal a čoho som sa dotýkal, som cítil, že ma Boh obklopuje i preniká… Vedel som, že Boh je dobrý. Že je láska.“