

Associazione "Centro Kriya Yoga Stella"

Affiliata ufficialmente al Center for Spiritual Awareness

Fondatore e direttore spirituale: Roy Eugene Davis

Articoli scritti e/o tradotti da Furio Sclano

e-mail: fsyukteswarji@yahoo.com – Tel. 3476472325 (Claudio) - 3498335768 (Furio - ore serali)

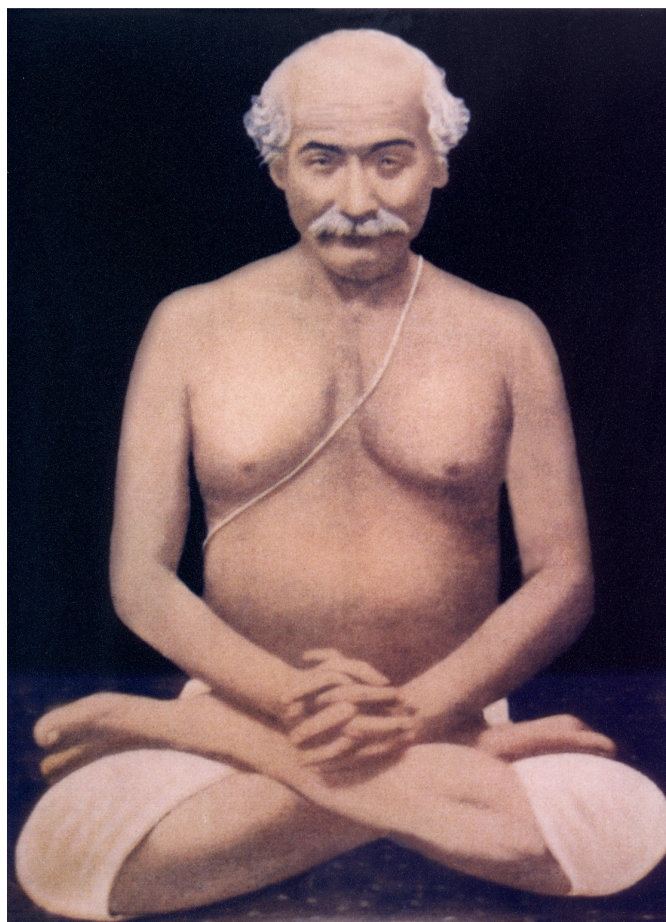
NEWSLETTER

N. 13

Gennaio – Giugno 2009

Contenuti:

- **Risposta a domande sul sentiero spirituale – di Roy Eugene Davis**
- **Lezione tenuta al gruppo di Stella S. Martino il 15.03.09: La base spirituale della vera prosperità.**
- **Come avere pace mentale in un mondo che cambia – di Roy Eugene Davis**
- **La prosperità è una scelta personale – di Roy Eugene Davis**
- **Il valore spirituale durevole di una vita saggia, motivata da uno scopo – di Roy Eugene Davis**
- **Novità e prossimi appuntamenti**



Lahiri Mahasaya (1828 - 1895)

Risposta a domande sul sentiero spirituale

Come posso evitare di essere eccessivamente reattivo nei confronti delle circostanze problematiche che sperimento o che osservo altri sperimentare?

Per te stesso: migliora la comprensione che hai su come e perché queste circostanze problematiche emergono e impara a creare e attirarne altre più desiderabili. Per gli altri: sii compassionevole, senza essere disturbato a livello mentale ed emotivo. Puoi aiutare meglio gli altri quando sei calmo, razionale e la tua vita è ordinata. Non cercare i problemi. Cerca e anticipa solo circostanze che migliorano la vita.

Ho difficoltà nel relazionarmi in modo armonioso con le persone. Benché desideri avere relazioni personali amichevoli e di supporto, mi sembra che caratteristiche della personalità, idee e stile di vita della maggior parte delle persone siano differenti dalle mie.

Per prima cosa sforzati di attirare nella vita persone compatibili con te. Se ti è difficile, esamina le caratteristiche della tua personalità e i comportamenti che tieni, per vedere se il problema è in te, invece di essere causato dalle persone che incontri.

Alcune persone enfatizzano la "decima" come una via per migliorare la propria coscienza della prosperità. E' necessario o utile?

Donare liberamente una decima¹ (il 10%) delle proprie risorse materiali, oppure denaro o cose utili con lo scopo di supportare cause meritevoli è una pratica raccomandata spesso dai rappresentanti di chiese e organizzazioni caritatevoli. Secoli fa, i membri delle comunità organizzate secondo principi religiosi erano sollecitati a donare il 10% dei loro introiti per il bene comune. Oggi si enfatizza la decima come via per finanziare le organizzazioni religiose. Io penso che una richiesta diretta di fondi necessari, accompagnata dalle giuste motivazioni, sia una via più matura per incoraggiare le persone a donare. Ho conosciuto molte persone che hanno donato la decima con lo scopo di migliorare la loro coscienza della prosperità, con pochi risultati o nessuno. Alcuni insegnanti spirituali dicono che se una persona dona la decima, Dio la retribuirà. E' un'idea infantile. Essere generoso nei limiti delle proprie possibilità è di valore pratico e benefico a livello psicologico e spirituale. Gli studi sugli effetti del comportamento umano indicano che le persone generose sono solitamente più felici, poiché hanno un atteggiamento mentale ottimista e si sentono più in connessione con i processi della vita.

Il pensiero della morte mi fa paura.

Il vero *Te* non morirà mai. Come hai sperimentato la vita nel grembo materno e sei cresciuto fino al tuo stadio attuale della vita, così continuerai a crescere ed imparare, fino a quando non sarai spiritualmente illuminato. La miglior preparazione per ciò che devi ancora sperimentare consiste nel nutrire con diligenza la crescita spirituale, quando è presente l'opportunità di farlo.



Lezione del 15 marzo 2009 (di Furio Sclano)

La base spirituale della vera prosperità

Il sig. Davis ha scritto una decina di anni fa un bellissimo libro su questo argomento. E' sicuramente una delle sue opere migliori. Sto traducendo il testo che, probabilmente, sarà pubblicato in Italia verso la fine dell'anno. Parlare di prosperità in ambito spirituale è, ho notato, abbastanza pericoloso. Quando ho comunicato attraverso la lista che stavo traducendo il libro di cui vi ho appena parlato, alcune persone si sono cancellate dalla stessa. Non ho diritto di criticare negativamente questa scelta, ma ho quello di ipotizzare che queste persone avessero in mente un concetto errato della prosperità.

¹ E' un concetto religioso molto in voga negli Stati Uniti che trae origine dalla Bibbia. I membri di molte organizzazioni religiose donano costantemente il 10% dei propri guadagni alla chiesa di appartenenza. In Italia so che lo fanno abitualmente i mormoni e i testimoni di Geova.

Se io vi chiedessi che cosa significa "prosperità", che cosa mi rispondereste? Probabilmente il 90% di voi farebbe l'associazione prosperità/denaro. Avere risorse materiali per vivere in modo soddisfacente è sicuramente una componente della prosperità, ma non c'è solo quello; anzi, oserei dire che, parlando di prosperità, la componente economica forse non è la cosa più importante. Una persona è prospera quando integra in maniera perfetta gli aspetti fisico, emotivo, sociale, spirituale, relazionale, economico e sentimentale della vita; ossia quando:

- E' spiritualmente consapevole.
- Ha salute fisica, mentale ed emotiva.
- Ha relazioni armoniose con le persone con le quali si associa.
- Vive senza paura nel mondo con un perfetto senso di responsabilità e integrazione.
- Vive nel mondo in modo efficiente, raggiungendo scopi di valore.
- Soddisfa facilmente i desideri che migliorano la vita.
- Ha tutto ciò di cui ha bisogno, quando ne ha bisogno.

Qualcuno di voi a questo punto dirà: E' impossibile avere una vita del genere!

Probabilmente è realmente impossibile per una persona di coscienza ordinaria; non lo è per una persona realizzata completamente nel Sé. Non a caso la consapevolezza spirituale è prima nella lista delle voci che ho appena elencato. Lo è perché tutto ciò che viene dopo può essere un suo sottoprodotto. Le persone che sperimentano nella vita dolore o limitazioni pensano spesso che i loro problemi siano la volontà di Dio per loro, mentre chi ha poche risorse a disposizione può tendere ad associare lo stato di povertà con la spiritualità. Non è così. Tutto nella creazione avviene per opera della legge di causa ed effetto; pertanto sia il positivo, sia il negativo che esprimiamo e sperimentiamo nelle nostre vite ha la sua origine nello stato mentale e di coscienza che abbiamo e manteniamo in essere. A volte le persone che sono coscientemente e intenzionalmente su un sentiero spirituale si fanno una domanda e vi assicuro che è una domanda assai comune. Osservando una persona o un gruppo di persone che appaiono essere molto mondane o addirittura disoneste sperimentare circostanze (apparentemente) ideali e, magari, confrontandole con le proprie che non lo sono; ci si chiede: "perché Tizio e Caio hanno una vita stupenda mentre io, che sono migliore di loro (pensare una cosa del genere è un errore, ma molti lo fanno), non ce l'ho? Oppure: Perché Dio dà a loro e nega a me? La risposta a queste domande è la chiave di tutto. Le circostanze della vita di una persona non sono sempre relazionate a pensieri superficiali o azioni casuali che si compiono. Una persona può non essere spirituale, ma può avere molta motivazione, ottimismo, senso pratico, fascino, sicurezza di sé, ecc. e la sua coscienza può essere permeata di queste qualità. Qualità che, a livello di coscienza, possono invece mancare ad una persona spirituale. Tutto è coscienza in manifestazione e il simile attira il simile. Questo è l'insegnamento che ci arriva dai maestri del kriya yoga e dobbiamo imparare a venire patti con il fatto che siamo principalmente noi stessi i fautori del nostro destino. Abbiamo un'importante ancora di salvezza: I maestri del kriya yoga ci hanno insegnato anche che una persona dotata di coscienza spirituale e di alcune conoscenze di base sul funzionamento della mente può lavorare per *cambiare intenzionalmente* il suo stato di coscienza e, da un punto di vista pratico, adesso iniziamo a parlare di questo. Partiamo da un principio ben definito. Gesù disse che se si cercano comprensione e conoscenza di Dio come prima cosa, si riceverà ogni altra cosa in aggiunta. Anche Sri Yukteswar disse qualcosa di simile. Una persona realizzata nel Sé – e possiamo osservare l'esempio vivente del sig. Davis – sperimenta tutto ciò che la coscienza della prosperità prevede, perché la sua coscienza è interamente chiara e purificata. Poiché tendiamo ad attirare nella vita esperienze e circostanze in base ai nostri stati mentali e di coscienza; se quest'ultima è assolutamente chiara, senza blocchi e senza conflitti, non possiamo fare a meno di attirare nelle nostre vite la soddisfazione piena sotto ogni aspetto. La coscienza dell'essere umano comune è distorta e frammentata da illusioni, percezioni errate, traumi e conflitti; ed è per questa ragione che non può percepire la Realtà spirituale dell'universo così com'è. Vorrei sottolineare un punto importante. Non si cerca di realizzare il Sé per avere una vita ideale. E' però certo che, se realizzeremo il Sé, la nostra vita tenderà a manifestare condizioni ideali. Avvicinarci ad una vita ideale durante il percorso è utile. Spesso e volentieri le difficoltà ci fanno crescere. Mi è capitato in molti casi nella vita di riuscire a tirare fuori, durante periodi di difficoltà, energie che realmente non pensavo di avere. Questo però non significa che sofferenza e limitazione debbano essere accettate nella vita come "normali" o "dovute"; anche perché se lo pensiamo sarà realmente così. Se nelle nostre vite sono presenti problemi di qualsiasi genere e limitazioni, abbiamo il dovere di fare del nostro meglio per superarle. Se impareremo ad essere tenaci nel voler superare le difficoltà, lo saremo anche sul sentiero spirituale e avvieremo più velocemente. La tenacia è una qualità positiva; ogni qualità (positiva o negativa) che utilizziamo intenzionalmente ed esercitiamo va ad influenzare il nostro stato di coscienza e diventa parte integrante dello stesso. A livello metafisico Yogananda ci ha insegnato la pratica delle affermazioni per superare le difficoltà. Davis utilizza le stesse affermazioni ed è molto affezionato anche alla pratica dell'immaginazione creativa. Molti di voi già conoscono queste pratiche; ma ci tengo a rispiegarle per due

motivi importanti:

- 1) pochi le fanno ed è sempre utile sentirsi ripetere questi insegnamenti.
- 2) si può sempre imparare qualche nuovo dettaglio che rende la pratica più efficace.

Visualizzazione creativa:

Si utilizzano immagini mentali per "vedere" situazioni ideali; come se si visualizzasse coscientemente un film. Se fatta con convinzione, questa pratica permette di imprimere nel subconscio le immagini visualizzate. Secondo alcuni il subconscio non riconosce la differenza tra un'esperienza reale e un prodotto dell'immaginazione, specialmente se quest'ultima è molto viva. Se l'immagine viene accettata dalla mente totale (e quindi dalla coscienza) del praticante, la Mente Universale (la Mente Cosmica della quale le menti individuali sono unità individualizzate) tenderà a riprodurre nella vita di quest'ultimo circostanze compatibili con l'oggetto della sua immaginazione. Il momento migliore per fare questa pratica è la sera, subito prima di andare a dormire; poiché le resistenze mentali all'accettazione della visualizzazione sono minori.

Affinché la pratica sia più efficace, Davis e molti altri suggeriscono un dettaglio che può essere d'aiuto:

Scrivere su un diario personale obiettivi e progetti

Pare che scrivere su un diario personale obiettivi e progetti rinforzi la propria convinzione. Statistiche effettuate tra i manager di una grande azienda hanno rivelato che chi tra loro scriveva i propri obiettivi, aveva un tasso di successo nel raggiungerli molto maggiore rispetto agli altri.

Affermazioni:

Si sceglie una frase che incorpora l'oggetto del bisogno o del desiderio.

Esempio:

Con l'aiuto della Grazia ho avuto illuminazione, prosperità, salute, chiarezza e soddisfazione piena in tutti gli aspetti della vita.

Si pronuncia con tono chiaro e deciso a volume decrescente per una ventina di volte o più, fino a sussurrarla e pensarla solamente, lasciandola, alla fine, scemare nella propria consapevolezza. Lo scopo di affermazioni e visualizzazioni non è di condizionare il subconscio, ma di far entrare nella mente la consapevolezza di "avere già" ciò che si afferma o visualizza. E' opportuno mettere molta attenzione nell'affermazione; un'affermazione ripetuta come una cantilena, senza consapevolezza, è sostanzialmente una perdita di tempo.

Affinché la pratica sia più efficace, c'è chi suggerisce questo accorgimento:

Nel caso delle affermazioni, affermando qualcosa che è palesemente contrario alla propria situazione attuale, è possibile che a livello cosciente (e non) si patisca una forma di stress. Per evitare che questo succeda, è sufficiente – mentre si afferma – visualizzare nel punto in mezzo alle sopracciglia qualcuno che incarna l'oggetto della propria affermazione. Se utilizziamo l'affermazione sopraccitata, per esempio, sarà sufficiente visualizzare qualcuno che sappiamo essere illuminato, prospero, ecc. Questa pratica in inglese è definita "modelling" e, in questo caso, ha lo scopo di ridurre lo stress a livello conscio e subconscio. Se, non appena pronunciata l'affermazione, visualizziamo qualcuno che la incarna, eviteremo sia alla parte non cosciente della mente, sia a quella cosciente di poter criticare l'affermazione stessa. Ho provato e i risultati si sono rivelati estremamente interessanti.

Spero che ciò che avete imparato oggi vi sarà d'aiuto nella pratica e nella vita. Auguro un buon lavoro interiore a tutti.

Furio Sclano



Come avere pace mentale in un mondo che cambia

di Roy Eugene Davis

(Tratto da Truth Journal – Febbraio/Marzo 2009)

A causa delle circostanze difficili causate dai recenti eventi nazionali e globali, molte persone sono preoccupate, confuse e incerte circa le prossime condizioni del mondo vicine e lontane. Durante la mia infanzia, negli anni trenta, mio padre mi raccontò delle difficoltà sperimentate da molte persone a causa della grande depressione iniziata nel 1929. Durante la prima metà degli anni quaranta ci fu la seconda guerra mondiale, mentre alcuni anni dopo le guerre di Corea e Vietnam dominarono la scena e ci furono grandi preoccupazioni per le fluttuazioni delle borse. Negli anni più recenti si sono visti disastri naturali, parecchie guerre e problemi economici, eppure, nel mezzo delle difficoltà, le persone spiritualmente coscienti che si affidavano alle loro capacità, vivevano in modo libero e produttivo, perché erano in grado di osservare con calma gli eventi transitori e relazionarsi alle circostanze in cambiamento, senza reagire a livello emotivo. Fino a quando la maggior parte degli abitanti del nostro pianeta non saranno più saggi e spiritualmente coscienti, esisteranno i conflitti, ci saranno problemi e avremo opportunità di esprimere le nostre qualità dell'anima e di utilizzare le abilità creative in nostro possesso per prevalere. Mentre ci si affida all'Origine (la Realtà conosciuta comunemente come "Dio") affinché questa provveda per noi, si dovrebbero nutrire consapevolezza spirituale, pensiero razionale, ottimismo e autostima basati sulla conoscenza del Sé e di Dio. Poiché siamo in un ciclo ascendente, durante il quale le capacità intellettuali e spirituali di più persone si stanno ampliando, possiamo pensare che avremo condizioni più armoniose nel futuro vicino e lontano. Ora è il momento per i cercatori sinceri della verità di essere attenti e di fare le pratiche spirituali utili che hanno imparato. E' più facile avere pace mentale e ottimismo, quando le circostanze sono ideali. E' spesso solo nel momento in cui si manifestano eventi inaspettati (apparentemente oltre il nostro controllo o la capacità di comprendere che abbiamo) che possiamo capire quanto siamo competenti e coscienti a livello spirituale.

Per avere sempre pace mentale, fate queste cose:

- Migliorate la conoscenza sulla vostra natura spirituale immutabile e la relazione permanente che avete con l'infinito. Meditate ogni giorno fino al livello della supercoscienza.
- Migliorate le vostre capacità mentali, intellettuali ed intuitive.
- Crescete verso la maturità emotiva.
- Evitate di pensare a (o parlare di) eventi e situazioni che possono disturbare mente ed emozioni.
- Ricordate che la Mente Universale risponde a stati mentali, pensieri, desideri e intenzioni.
- Vivete con un senso chiaro di scopo. Concentratevi solo sulle cose importanti.
- Utilizzate con saggezza le risorse materiali che avete a disposizione, mentre rimanete ricettivi a tutta la buona fortuna non pianificata che l'universo può provvedere (e provvederà) per voi. Ogni cosa di cui avete bisogno per il vostro benessere esiste nella completezza di Dio. Sappiate che le risorse materiali delle quali avete bisogno vi possono essere date con facilità.
- Irradiate pensieri positivi e la vostra coscienza illuminata nella coscienza collettiva di tutti, in ogni luogo.

Il Potere intelligentemente diretto che dà vita all'universo sta fluendo continuamente attraverso e intorno a voi. Mantenendo mente ed Essere ricettivi alle sue influenze nutrienti, sarete sempre felici, prosperi e in pace.

Affermate con sicurezza:

Stabilizzato fermamente nella realizzazione del Sé e di Dio, vivo saggiamente con intenzionalità. Godo nel vedere e sperimentare costantemente solo ciò che è per il mio bene supremo e per quello degli altri.



La prosperità è una scelta personale

di Roy Eugene Davis

(tratto dal libro: La base spirituale della vera prosperità – di prossima pubblicazione)

Se non è necessario che la vita sia difficile, dolorosa o limitante, perché molte persone continuano a sperimentare difficoltà, sofferenza e limitazione? Alcune cause possono essere:

- Mancanza di conoscenza su come vivere in modo efficace.
- Incapacità di compiere azioni efficaci per mancanza di esperienza.
- Resistenza all'apprendimento.
- Riluttanza a modificare atteggiamenti mentali, stati emotivi e comportamenti personali.
- Riluttanza a crescere verso la maturità emotiva.
- Mancanza del desiderio di vivere in modo efficace.

La conoscenza si può ottenere e applicare. La capacità di fare qualcosa si può acquisire, migliorare e perfezionare. Resistenza all'apprendimento, riluttanza a modificare stati mentali ed emotivi (e a crescere verso la maturità emotiva) e mancanza del desiderio di vivere in modo efficace possono essere rinforzati da:

- Assenza di un senso chiaro di scopo.
- Paura del cambiamento.
- Attaccamento alle circostanze esistenti.
- Apatia (indifferenza e/o passività).
- Egotismo: arroganza e senso esagerato (e non realista) di importanza personale, conoscenza o abilità.
- Perversità mentale: volontà egocentrica che può portare una persona all'ostinazione, ossia ad opporsi sistematicamente a idee costruttive o a persistere in comportamenti distruttivi e inutili.

Una vita senza scopo è sprecata. Ciò che ha valore per noi è di valore e beneficio reali. Ciò che pensiamo, sentiamo o facciamo che migliora le nostre vite, quelle degli altri e l'ambiente è utile. Pensieri, umori e azioni che peggiorano le nostre vite o che non sono di beneficio per gli altri e l'ambiente sono, invece, senza senso.

Per prosperare e compiere il destino della tua anima:

- Impegnati solo in sforzi costruttivi. Fai ogni cosa in modo allegro e abile, in accordo con ciò che sei meglio qualificato a fare grazie alle conoscenze e abilità che possiedi e ai doveri che devi compiere. Se lo farai, le tue azioni saranno sempre interamente costruttive, supporteranno gli altri e coopereranno con le tendenze dell'evoluzione. La tua mente sarà in pace e i processi della natura ti supporteranno sempre.
- Impara a soddisfare facilmente i desideri che ti migliorano la vita e la supportano. Quando nasce l'impulso di fare qualcosa di valore, di avere un'esperienza migliorativa, oppure quando senti un bisogno, i desideri affiorano naturalmente nella mente, insieme all'impulso di soddisfarli. Utilizza le tue capacità di discernimento intellettuale e d'intuizione. Impara a capire la differenza tra i desideri che migliorano la vita e quelli non necessari, oppure che, se soddisfatti, disturberebbero la tua pace mentale o contribuirebbero a far sorgere problemi.
- Impara a *permettere* all'universo di soddisfare i tuoi bisogni. L'universo è completo; non manca nulla. Qualsiasi cosa di cui tu abbia bisogno per il tuo benessere (desideri da soddisfare o scopi di valore da raggiungere) è già disponibile, può essere attirato (se necessario), oppure può essere manifestato dall'universo.
- Fai le giuste pratiche che ti faciliteranno la crescita spirituale. L'impulso innato del tuo Essere è di realizzarsi nel Sé e in Dio, ossia conoscere e sperimentare la verità dell'Essere e la completezza della Coscienza. Fino a quando la tua consapevolezza non sarà pienamente ristabilita nella completezza e non vivrai in modo efficace, potrai sempre sperimentare dolore, difficoltà e limitazione.

Scegli di essere prospero, ossia di vivere consapevolmente a livello spirituale e di essere emotivamente maturo, fisicamente vitale, funzionalmente efficace, di mente sana e nel flusso continuo di risorse, circostanze ed eventi di supporto. Non è una scelta egoista. Non possiamo assistere gli altri a scoprire e realizzare il loro pieno potenziale, se non siamo noi per primi competenti, completi e funzionali. Si può eliminare facilmente la paura del cambiamento, nutrendo un atteggiamento di sana curiosità e

sperimentando con procedure che daranno esperienze complete e soddisfacenti. Le nostre circostanze sono gli effetti evidenti delle nostre azioni presenti e passate; abbiamo fatto qualcosa, affinché queste si siano manifestate. Abbiamo compiuto un'azione, espresso un desiderio, formato un'intenzione, pensato in modo possibilista a eventi e circostanze, oppure accettato a livello cosciente o inconscio le opinioni degli altri o i risultati delle loro azioni. Se stanno prevalendo nelle nostre vite circostanze indesiderate, stiamo scegliendo di permettere alle stesse di esistere. Se desideriamo sinceramente migliorarle o sostituirle, possiamo farlo con scelta, intenzione e azioni appropriate (...).



Il valore spirituale durevole di una vita saggia, motivata dal raggiungimento di uno scopo

di Roy Eugene Davis

Scrivi una lista dei cinque scopi più importanti che intendi raggiungere nella tua incarnazione attuale:

Tenere questa lista dove la vedrai frequentemente, ti aiuterà a rimanere focalizzato sui tuoi progetti.

L'importanza del vivere in modo attento e intenzionale

Esiste uno scopo fondamentale per le nostre vite. Per scoprirlo dobbiamo sapere da dove viene la vita e dove questa si sta dirigendo....guardare oltre gli obiettivi a breve termine verso ciò che desideriamo alla fine raggiungere e considerare il potenziale di sviluppo più alto della vita. (Paramahansa Yogananda)

Quando hai scritto i tuoi scopi principali, che cosa hai scritto nella prima riga? Hai scritto "essere realizzato e conoscere la Realtà di Dio" o altre parole che indicano la tua intenzione di essere spiritualmente sveglio? Se l'hai fatto sei un'eccezione. Solo alcune tra le molte persone che affermano di essere "cercatori seri della verità" hanno l'illuminazione spirituale come primo obiettivo. A causa delle loro preoccupazioni riguardo gli eventi transitori della vita, degli sforzi che fanno per soddisfare i loro bisogni personali o per affrontare le situazioni che vivono come problemi di lavoro, routine giornaliere e, forse, relazioni personali e familiari, le persone tendono ad abbandonare le loro pratiche spirituali. Benché esse desiderino essere spiritualmente sveglie, l'aspirazione ad essere realizzate nel Sé che hanno non è ancora abbastanza forte da spingerle e dar loro la forza di fare ciò che è necessario per nutrire la loro crescita spirituale.

La crescita spirituale autentica dà pace mentale, intuizione sulla legge di causa ed effetto e la capacità di vivere in modo più efficace. Sapere che la realtà di Dio è presente ovunque, permette ad un uomo di essere consapevole di quella stessa Realtà nell'isolamento di una stanza utilizzata per la meditazione e nel mezzo di tutte le attività che compie. Hai obiettivi concreti e agisci con un senso? Vuoi fare, cioè, qualcosa di valore reale per te e per gli altri che saranno influenzati dal tuo operato? Se ancora non hai un obiettivo principale da raggiungere in questo mondo, prega per avere comprensione e questa emergerà da dentro di te. Quando sai che cosa vale la pena fare, fallo con sicurezza. Acquisirai la conoscenza e le abilità delle quali avrai bisogno e ti si presenteranno opportunità fortunate. Scoprirai che un'Intelligenza superiore pervade la tua consapevolezza e si esprime in - e attraverso di - te. Posso affermare che ciò che sto scrivendo è vero grazie alla mia esperienza personale di molti anni.

Negli anni della mia giovinezza, desiderando conoscere la mia vera natura, la Realtà di Dio e il ruolo che avevo nell'universo, mi feci prestare libri dalla biblioteca pubblica e lessi avidamente sulle grandi religioni del mondo e gli scritti di persone considerate illuminate a livello spirituale. Leggendo un testo dove si descrivevano principi filosofici e pratiche dello yoga, ne fui molto attirato. Pochi mesi dopo il mio diciottesimo compleanno, lessi il libro di Paramahansa Yogananda "Autobiografia di uno yogi" e seppi di aver trovato il percorso spirituale giusto per me. Sei mesi dopo viaggiai verso Los Angeles, incontrai Paramahansa Yogananda, parlai con lui, iniziai un periodo di quattro anni di pratica spirituale intensa sotto la sua guida e

fui ordinato da lui nell'autunno del 1951. Dal 1956 mi sono dedicato interamente a scrivere e insegnare.

Mentre utilizzavo conoscenza, intelligenza, abilità, intuizione, immaginazione e capacità dirigenziali al meglio delle mie possibilità, molti degli eventi che hanno reso di valore i miei sforzi, per me e per gli altri, si sono manifestati spontaneamente. Durante gli ultimi sessant'anni ho imparato ad essere disciplinato e focalizzato sulle cose essenziali, mentre sono stato sempre ricettivo e rispondente alla buona fortuna che la Grazia di Dio può donare e dona, spesso in modi sorprendenti.

Puoi sapere quando sei "nel tuo posto giusto" nello spettacolo in movimento della vita relativa in base a come pensi e senti e secondo le circostanze che sperimenti. Quando sei sempre felice, entusiasta, ottimista e in un flusso continuo di circostanze, relazioni ed eventi armoniosi, puoi essere certo di stare facendo ciò per il quale sei più qualificato. Poiché l'unica Realtà è onnipresente, la dimensione fisica è *spirituale* come qualsiasi altra. Ignora qualsiasi altra opinione non vera offerta da altri. Poiché sei un'unità individualizzata di un'unica Realtà, la stessa si esprime sempre in – e attraverso di – te. Poiché sei una creatura spirituale, sei superiore a mente, intelletto, corpo e condizioni ambientali. Poiché, mentre ti risvegli alla conoscenza del Sé, puoi avere capacità eccezionali di percezione e abilità funzionali straordinarie, le possibilità che hai di sperimentare ed esprimere eccellenza in tutti gli aspetti della vita sono illimitate.

Affermazione

Sono sempre attento e intenzionale, mentre raggiungo con successo i miei scopi di valore.



Novità e appuntamenti

Dopo il seminario di aprile del sig. Davis, il nostro gruppo si incontrerà ancora una volta a maggio o giugno e riprenderà le attività dopo l'estate a fine settembre.

Sabato 16 maggio 2009 terrò un seminario della durata di un pomeriggio a Ronciglione, vicino Roma. Consiglio la partecipazione sia a chi si avvicina al kriya yoga per la prima volta, sia a chi è già stato iniziato (specialmente durante il seminario di aprile), per poter rivedere la sua pratica. Poiché ci troveremo in un'abitazione privata, la partecipazione è limitata ad una ventina di persone.

E' possibile che riesca ad organizzare un secondo seminario nel Nord Italia a fine maggio. Se la cosa dovesse andare in porto vi aggiornerò tramite la mailing list.

