

# ***Trova il tuo “posto giusto” nella vita***

di

Roy Eugene Davis

Traduzione, note, adattamento e modernizzazione<sup>1</sup> a cura di Furio Sclano – Agosto 2011

Riproduzione vietata

---

<sup>1</sup> Il testo è del 1966.

Questo libretto è assai datato. Ho deciso comunque di tradurlo – con qualche adattamento – perché l'argomento è sempre attuale e negli anni le opinioni del sig. Davis su questi argomenti non sono cambiate di molto, benché si siano notevolmente raffinate ed evolute.

Credo che le informazioni presentate in questo testo possano essere utili a molti, come lo sono state per me.

Infinite benedizioni

Furio Sclano  
Agosto 2011

--o--

**Questo è il tema più importante che dovrai affrontare.** E' solo grazie alla piena comprensione della questione che arriverai, alla fine, ad un senso di completamento. Quando troverai il tuo posto nella vita, risolverai automaticamente il problema di doverlo trovare eventualmente in futuro. Quando troverai realmente il tuo posto, arriverai al punto che stai cercando da anni e, forse, da incarnazioni. **Esiste realmente un posto per me?** Questa è una domanda che ci si pone spesso. Oppure .... "se esiste realmente un posto per me, perché non l'ho trovato prima?" Quanto bene si conosce il senso di frustrazione che si prova quando non si è sicuri di quale il proprio "posto giusto" possa essere....

Qualche volta la ricerca ha valore, mentre in altri casi è solamente un impulso nevrotico causato dal fatto di non sentirsi degni di avere soddisfazione. Questo trattato è per chiunque stia realmente cercando - e desideri trovare una volta per tutte - il suo "**posto giusto**" nella vita.

## Il senso di separazione è la prima causa del sentimento di mancanza

Gli esseri umani, per la maggior parte, non hanno una grande opinione di loro stessi. Questa opinione errata fa in modo che essi **dicano e facciano a livello subconscio cose che portano loro disagio**, fa sì che pensino cose compatibili con il senso di *mancanza*<sup>2</sup> che li contraddistingue e fa loro chiudere gli occhi riguardo le possibilità positive che hanno di vedere e ottenere. Per prima cosa, quindi, le persone dovrebbero imparare ad avere un'opinione migliore di loro stesse. Dovrebbero imparare a **superare la ragione principale di tutti i problemi**, ossia il senso di separazione dall'infinito che caratterizza l'uomo ordinario.

Il senso di separazione fa sperimentare all'uomo tutti i problemi possibili ed è la *causa di base* dietro qualsiasi altro problema. E' possibile cercare di attribuire le problematiche che si sperimentano all'infanzia sfortunata, alla mancanza di un'istruzione religiosa appropriata o a fallimenti precoci che hanno causato amarezza. Si può anche dare la colpa al "karma", indipendentemente dal significato che questo concetto possa avere per le persone.

La natura umana fa in modo che gli individui diano la colpa al passato per le situazioni presenti, oppure che cerchino di rintracciare le cause antiche degli effetti presenti. Il problema principale che le persone hanno consiste nel fatto che le stesse stanno sognando il sogno dell'esistenza separata e hanno accettato la credenza di essere separate dall'Origine. La soluzione a questo punto è abbastanza ovvia: **bisogna risvegliarsi alla propria vera natura**. L'autore di un libro pubblicato recentemente<sup>3</sup> si recò tempo fa nell'aeroporto di Los Angeles per incontrare

---

<sup>2</sup> Inteso anche come "limitazione".

<sup>3</sup> Questo libro fu pubblicato nel 1966; pertanto il sig. Davis si riferisce ad un qualche testo pubblicato negli anni sessanta.

casualmente alcune persone e chiedere loro varie opinioni sui problemi che avevano. Dalle interviste condotte emersero cinque problemi principali:

- Solitudine
- Sofferenza per la morte di un caro
- Relazioni sentimentali infelici
- Perdita del lavoro
- Malattia incurabile

Si potrebbe sicuramente estendere la lista, ma sembra che più o meno tutti concordino su questi punti. E' possibile osservare che ogni problema è dovuto alla mancanza di realizzazione dell'unità della vita. In ogni caso, puntare semplicemente il dito verso il problema principale non significa risolverlo, anche se è un passo nella direzione giusta.

Ovunque - intorno a noi - si vedono persone che non sanno dove stanno andando. Vagano senza scopo o stanno combattendo nella vita, ma lo stanno facendo in modo cieco, pensando che qualsiasi cambiamento possa essere meglio della condizione attuale. Si vedono persone così fissate con il cambiamento al punto di cercare di cambiare l'ambiente dove vivono o la loro personalità, ma senza un piano o uno scopo generale<sup>4</sup> da seguire. Esistono anche altre persone condizionate a credere che se non sono già coscienti adesso delle questioni sulle quali devono lavorare, non devono saperle e, pertanto, diventano soggetti centrati sui loro problemi e si ritirano dalla vita per concentrarsi su situazioni che si sono creati da soli. Si illudono, pensando che una volta risolti i loro problemi ogni cosa andrà a posto. Senza un piano o una direzione specifica, in ogni caso, **risolvere semplicemente il problema non cambierà molto la situazione**. Senza il problema da risolvere non avranno niente altro del quale occuparsi.

## Cercare all'esterno è un errore

Tutti sanno a livello intuitivo che **la via per risolvere i problemi che hanno consiste nel realizzare il Sé**. Sanno anche che **le situazioni ambientali che vivono sono i risultati dei livelli di consapevolezza e degli stati mentali che mantengono in essere**. Eppure, nonostante tutta questa conoscenza, le persone commettono l'errore di biasimare il mondo esteriore per le condizioni che sperimentano, oppure cercano di trovare la soluzione al loro senso di "mancanza", interagendo solamente con l'esterno. Ammassano denaro, cercano fama o corrono dietro alle esperienze sensoriali; il tutto rendendo il mondo la causa e la loro reazione l'effetto.

Comportandosi in questo modo rimangono schiavizzate. Sono alla mercé del mondo intorno a loro e si mettono in una condizione dove hanno bisogno di questo .... dove "reagiscono". In verità, **ogni cosa di valore viene da dentro**. Con il giusto atteggiamento mentale le persone possono sperimentare prosperità, giuste azioni, giusti affari e relazioni sociali. Queste cose si manifestano tanto quanto gli individui sono in grado di correggere i loro atteggiamenti. Non sono questi fattori a dare stabilità, felicità e soddisfazione ma, d'altro canto, fanno in modo che le condizioni ambientali si manifestino nelle vite delle persone per confermare il loro stato di consapevolezza.

---

<sup>4</sup> Paramahansa Yogananda affermò che "il cambiamento è l'unica costante della vita". E' importante ricordare che qualsiasi processo di trasformazione, spesso necessario, è frutto di uno sforzo ordinato e focalizzato.

Ciò che appare come “il nostro ambiente” è giusto e appropriato e non ci abbandonerà mai, poiché **noi stessi lo abbiamo “chiamato in essere”**. Esiste per le persone e non sono le persone ad esistere per esso. Questa è la grande differenza<sup>5</sup>. **Vivere dalla consapevolezza del successo non è facile, ma si può e si deve fare**. Quando vivi in questo stato e quando pensi, senti e agisci da esso, situazioni e persone nell’ambiente vengono in essere per adeguarsi allo stesso. Ogni cosa diventa giusta automaticamente. Per citare Emerson<sup>6</sup>: “linea per linea e punto per punto” (...). E’ strano che si cerchi di “fare qualcosa” quando c’è bisogno di cambiamento, senza sapere bene che cosa fare. Il segreto consiste nel farlo “attraverso lo Spirito”. Impara a far sì che la consapevolezza che hai della verità ti preceda, apra le porte e renda chiara la via. Imparare a vivere la vita dello Spirito è meraviglioso. Ci si toglie un grande peso e si sperimenta un senso di leggerezza, intuizione e rilascio.

Le persone mi dicono spesso del bisogno che hanno di avere cose e dimostrazioni, invece del senso di completamento. Alcuni “esperti” mi hanno consigliato di dare titoli sensazionali alle mie conferenze e di dimostrare fenomeni per attirare più persone e insegnar loro i principi del giusto vivere. **Non funziona in questo modo**.

Chi cerca cose, segnali e dimostrazione di potere mentale sta ancora ricercando all’esterno per avere forza e sicurezza. Vedo spesso gruppi di persone interessarsi ad ipnosi, viaggi astrali, UFO, ecc. Le vedo sviluppare una coscienza di gruppo, ma questi gruppi raramente producono studenti illuminati. Stanno ancora cercando nel mondo del sogno per trovare qualcosa sul quale riporre le loro speranze. E’ normale per le persone voler contemplare i misteri della vita ed è giusto farlo in modo adeguato, ma nessuno dovrebbe interessarsi così tanto a queste cose da perdere l’equilibrio. **E’ curioso osservare come così poche persone mirino realmente a raggiungere il vero obiettivo della vita, ossia la consapevolezza cosciente dell’infinito**. Molti anni fa, quando ero insieme a Paramahansa Yogananda, incontrai uomini e donne provenienti da tutte le parti degli Stati Uniti venire a ricevere istruzione e sedersi per le meditazioni di gruppo. Fino a quando il maestro era ancora incarnato, queste persone erano “eccitate dalla sua presenza” e i suoi insegnamenti erano “fuori dal mondo ... i più elevati e i migliori”. Poco dopo che il maestro ebbe lasciato il corpo, le stesse persone iniziarono a cercare nuovi insegnanti e profeti.

E’ naturale cercare fino a quando non si trova l’insegnante giusto, ossia quello che può dirigere le persone verso la realizzazione del loro vero potenziale, ma **cercare costantemente l’insegnante perfetto significa, alla fine, scoraggiarsi e perdere la strada**. Molte persone che ho conosciuto erano dedicate al percorso della ricerca dell’anima, per poi cercare di comunicare con i “fratelli spaziali”. Hanno cambiato un insegnante con connessioni nelle montagne dell’Himalaya per un altro con “connessioni” nello spazio e questo nonostante nessuno che dichiari di avere contatti con esseri spaziali possa provarlo<sup>7</sup>. Molto spesso, infatti, le caratteristiche della personalità di questi individui indicano chiaramente che i loro “contatti” sono illusioni o storie abilmente costruite

---

<sup>5</sup> Negli anni il sig. Davis non ha cambiato opinione in modo sostanziale su questi argomenti. E’ comunque giusto far notare che esistono meccanismi abbastanza insondabili nei bagagli karmici delle persone. Ognuno di noi crea le sue circostanze e, molto spesso, lo fa in modo del tutto inconsapevole.

<sup>6</sup> Ralph Waldo Emerson (1803 – 1882). Filosofo, scrittore e saggista statunitense. Conosciuto come uno dei rappresentanti più illuminati e autorevoli del New Thought. Gli si attribuivano, tra le altre, capacità di chiaroveggenza.

<sup>7</sup> Ancora oggi esistono insieme di persone interessate a queste cose. All’epoca (anni sessanta e settanta) ci fu un vero “boom” di questi gruppi.

per attirare persone e, allo stesso tempo, compensare il senso di mancanza del supposto "contatto".

E' abbastanza triste trovare persone che dichiarano di essere in contatto con "esseri superiori" senza essere in grado di comprendere anche i più semplici fatti della vita, ma è anche un segno dei tempi osservare moltitudini di individui correre ad ascoltare le loro storie o a comprare i libri che scrivono. Cercare i "fratelli spaziali" che ci salveranno da noi stessi è un'illusione. Non abbiamo bisogno di interventi esterni, né li riceveremo. **Dobbiamo imparare ad affrontare la vita e a vivere con i principi che conosciamo come veri.** Con questo non voglio dire che non esistano forme di vita su altri pianeti o che qualcuno non abbia mai visto un veicolo di origini sconosciute, ma il culto che si è creato su queste cose è nella maggior parte dei casi una diversione adatta a persone che cercano divertimento e che non sono in grado di affrontare le proprie responsabilità.

Le persone dominate dalle qualità attivanti<sup>8</sup> nella natura cercano costantemente stimolazione. Il loro obiettivo non è l'illuminazione, ma la sensazione. Gli psicologi sostengono che quando le persone sono sotto stress, tendono sempre a cercare all'esterno qualche segnale con il quale possono identificarsi. Qualche volta lo fanno realmente, poiché al mondo ci sono tante cose che sembrano stabili, ma che non lo sono. E' risaputo che nei periodi di grande minaccia le masse adottano l'idea di un salvatore, oppure pensano che un aiuto esterno si manifesterà nel corso del tempo. Tutte queste aspettative non arrivano a nulla. **L'unico salvatore dell'uomo è la sua coscienza risvegliata e il salvatore temporaneo delle masse è colui nel quale questa coscienza è attiva.**

E' triste vedere quando devoti sinceri vengono depistati e realizzano nel corso del tempo di aver fallito nella loro ricerca. E' per questo che si afferma che il sentiero spirituale sia la lama di un rasoio ..... perché è difficile seguire il percorso della verità. E' così facile procrastinare, biasimare una cosa o un'altra, oppure cambiare gli obiettivi della vita. Bisognerebbe porsi costantemente la stessa domanda: **Sto andando verso la luce? Sono veritiero nei confronti di me stesso?** E' importante far fluire l'attenzione nella giusta direzione e questa è la chiave ... **mantenere il flusso dell'attenzione nella giusta direzione, indipendentemente da ciò che succede.**

## Fermati di tanto in tanto e controlla il tuo punto di vista

Quando le cose non vanno bene, fermati per un momento e controlla il tuo punto di vista. Come stai vedendo la vita? **Lo stai facendo dal punto di vista dell'essere umano limitato, oppure come un'anima libera che opera dal mondo della Realtà?** Nel mondo della Realtà le mancanze e le limitazioni che caratterizzano la vita della persona ordinaria non esistono. Tu puoi metterti a dieta, fare esercizio o cercare di cambiare le tue circostanze, ma ti starai sempre muovendo nel mondo di sogno, lavorando con la legge di causa ed effetto<sup>9</sup>. La sola vera causa è il riconoscimento della verità e i suoi soli effetti sono l'armonia e la giusta azione nel tuo ambiente. Questo, ovviamente, se sei dedicato al proposito di vivere una vera vita spirituale. Vivere in questo modo è importante, perché significa farlo seguendo la tua vera natura.

---

<sup>8</sup> Il sig. Davis si riferisce ai Guna.

<sup>9</sup> Paramahansa Yogananda spesso si riferiva al mondo come "al sogno di Dio". Utilizzava questo modo di dire semplice per far capire alle persone che il mondo nel quale ci troviamo ha una realtà relativa e non è esattamente come appare.

Non vivere al 100% in linea con ciò che segretamente sai essere giusto culmina nei conflitti e nel disturbo emotivo. Fermati un attimo e controlla il tuo punto di vista:

- 1) Riconosci l'Origine: **Sai che tutto si estende dall'interno?** Ricorda di identificarti con l'infinito.
- 2) Controlla le tue emozioni: Hai paura? Se sì, di cosa? Elimina **da te stesso tutte le immagini negative o le stesse si manifesteranno**. La paura è un'azione creativa che si riflette nella Mente Universale. **Quest'ultima reagisce velocemente alle credenze forti e la paura è molto forte**. Se sei pessimista, negativo o morboso .... puoi cambiare se veramente lo desideri, e questo indipendentemente dal periodo del mese, dal cibo che hai o non hai mangiato, oppure dagli atteggiamenti che hai attualmente.
- 3) Come usi ciò che sai? La tua mente è chiara? Le tue motivazioni sono sempre pure? Lavori in modo impersonale come dovresti, oppure **cerchi di usare le persone a tuo vantaggio?** Hai obiettivi? Hai una ragione per vivere? Hai degli scopi? **Se sei stanco della situazione che stai vivendo attualmente smetti di pensarci su e di parlarne ...**
- 4) Controlla le tue abitudini. Tutti ne abbiamo; **formane di costruttive**.
- 5) Che tipo di servizio stai facendo per gli altri? Sei interessato a fare soldi e ottenere status sociale, oppure **cerchi di vivere in armonia con il piano della Vita<sup>10</sup>**? Puoi essere prospero ed essere riconosciuto dagli altri, ma per trovare vera soddisfazione **devi imparare a lavorare in armonia con l'universo**.
- 6) Che cosa mi dici sui tuoi atteggiamenti? Sei critico? Mantieni sentimenti di ostilità? Vedi sempre i difetti e le limitazioni degli altri? Ricorda che puoi sperimentare nella vita qualsiasi cosa che ti aspetti negli altri. Elimina le idee negative, anche quelle in relazione alle altre persone.

## Ciò che tutti cercano

Tutti cercano qualcosa. Questo bisogno interiore si manifesta in modi diversi e, ovviamente, in persone diverse. **In verità le persone stanno cercando la conoscenza del Sé**. Stanno cercando la consapevolezza della natura dell'anima, attualmente ancora offuscata. Sanno intuitivamente di essere destinate alla liberazione, eppure trovano difficile avere l'intuizione che sanno di poter avere. Perché è così? In parte perché sono accecate da falsi concetti che accettano come veri, in parte perché sono interessate alle opinioni di persone che conoscono e si chiedono secondo quali standard queste le giudicheranno. Spesso qualcuno è anche più contento di rimanere com'è, invece di esplorare nuove aree della coscienza.

Le persone stanno cercando la piena realizzazione della Vita. Stanno cercando la coscienza cosmica. E' impossibile sapere che cosa c'è a disposizione e non avere il desiderio di sperimentarlo. Questa è la legge della vita; **gli esseri umani cercano completamente e soddisfazione**. Che cosa significano "completamento e soddisfazione"? Sono state accettate troppo spesso definizioni attraenti offerte da tanti. Le persone pensano di trasformarsi in creature celesti o esseri umani glorificati. Questa è la tendenza che si ha .... Si tende a pensare in modi influenzati dal proprio punto di vista. Si immagina che l'infinito sia un'estensione dello spazio, che l'eternità sia un'estensione del tempo e che lo stato divino sia una condizione umana magnificata. Tutto questo è naturale, quando si lavora con le informazioni che si hanno a disposizione dal livello cosciente dei sensi.

---

<sup>10</sup> Vita con la V maiuscola si può considerare un sinonimo di "Volontà di Dio".

Hai quindi bisogno di calmare la mente ed elevarti fino a raggiungere un punto di vista superiore ai pensieri. **Calmando la mente, tutta la verità ti sarà rivelata.** Quando sarai stabilizzato nello Spirito, vedrai la manifestazione perfetta dell'infinito, sarai buono senza cercare di esserlo e sarai una benedizione per gli altri senza cercare di aiutarli nel senso umano del termine. Ogni cosa andrà come dovrà andare secondo il piano perfetto attualmente in esistenza, benché forse lo stesso non sia stato ancora attivato. Sarai a quel punto in un "nuovo giorno" dove tendenze, idee, opinioni e dottrine avverse non potranno essere sostenute in tua presenza, poiché la tua realizzazione sarà un fuoco che consumerà ogni cosa e purificherà il mondo intorno a te. Stai cercando completamento e soddisfazione<sup>11</sup> e **quando avrai entrambi significherà che avrai un senso dell'Unità.** A quel punto la fatica finirà, come cesserà anche la ricerca della dimostrazione. Cesserà lo sforzo di far accadere le cose e sarai in pace. Non è una condizione di mancanza o uno stato neutrale; **è la completezza.**

Tutto diventa disponibile in quel momento. E' sempre stato lì, ma forse non eri in grado di vederlo. In quel momento potrai farlo. In quello stato di realizzazione sarai consapevole del qui e adesso della Vita, dello Spirito e della Realtà. Ogni cosa che potrai percepire sarà una manifestazione dello Spirito. La Realtà senza forma ha preso la forma di questo mondo. **Come fai a trovare la Realtà, scappando da questo mondo di forme?** Puoi chiudere gli occhi, ma avrai ancora la tua immaginazione mentale e concetti errati riguardo la vita. Essere portato via da questo mondo, quindi, non risolverà i tuoi problemi. Ciò che devi fare è cambiare il tuo punto di vista, ossia vedere l'unità invece della dualità e avere la visione della verità invece della dipendenza dalle opinioni. Puoi farlo se decidi in questo senso.

Lo Spirito, ricorda, è senza forma e anche con una forma. Quando appare con la forma lo fa come il mondo che osservi, il tuo corpo e tutta la creazione che potresti immaginare. Un pesce vive nell'acqua e commetterebbe un errore a lasciarla; un uomo vive nell'oceano dello Spirito per sempre e commette un errore cercando in un posto diverso da quello nel quale si trova. Commette questo errore cercando "dimensioni più elevate", insegnamenti "superiori" o qualsiasi altra cosa. Tutto ciò che bisogna fare consiste nel vedere con chiarezza le cose. Due persone possono contemplare il mistero della vita; una può vederlo e l'altra no. Tempo e punto nello spazio non hanno nulla a che fare con ciò. Nello stesso modo, i nostri sforzi in preghiera e meditazione sono efficaci solo fino al punto di chiarire la mente da concetti errati e far vedere con chiarezza. La preghiera non rende spirituali. Le tecniche di meditazione aiutano a fare solo ciò che devono, ossia chiarire la mente dai fattori che la ostruiscono. **E' per questo che si medita nel silenzio e si lascia che i pensieri si calmino, perché quando questo succede è possibile percepire a livello intuitivo.** Arriviamo quindi alla grande verità ... nulla può essere dato e nulla può essere tolto. Contempla questa verità se vuoi. Quando sarai stabilizzato nella verità, ossia nella piena realizzazione di che cosa realmente è tutto ciò che ti circonda, conoscerai il senso dell'unità. E' tutto qui. A quel punto lotta e fatica saranno terminate e potrai riposare.

## Riconoscimento

A causa delle idee errate che contraddistinguono le persone, molte di esse credono che quando la piena realizzazione "le colpirà", sarà un evento veramente sconcertante. Un esame degli atteggiamenti mentali di molti rivela che nessuno si immagina cambiamenti drastici in nessuna direzione. Molte discussioni sulla realizzazione dell'obiettivo principale della vita sono, appunto, solo discussioni che occupano il posto del bruciante desiderio in grado di portare le persone sul margine dell'esperienza che cercano. Anche quando hanno buone intenzioni, spesso **le persone**

---

<sup>11</sup> Con quest'affermazione non si intende la soddisfazione egocentrica, ma il completamento nella realizzazione del Sé.



tendono a rimanere intrappolate in schemi di routine. E' un'abitudine generale non facile da modificare. E' per questo che, spesso, solo una forte crisi emotiva o un'esperienza dolorosa sono in grado di dare uno scossone che permette alla persona di distaccarsi dallo schema di routine e iniziare a contemplare l'obiettivo della vita. Quando c'è un vero bisogno, ci si impegna per soddisfarlo. Quando si ha un forte desiderio di conoscere la verità, si fanno esperienze tali che spingono verso la sua realizzazione: arrivano inaspettatamente libri da leggere, amici dicono cose che aiutano a raggiungere gli obiettivi, oppure le situazioni si evolvono in modo tale da costringere la persona a prendere una posizione. Qualche volta queste situazioni non sono piacevoli, ma servono uno scopo, perché per risolverle è necessario che chiunque ne è coinvolto si risvegli almeno un po' alla realizzazione della sua natura vera ed eterna.

Quando si manifestano problemi, non hai i soldi per pagare le bollette, qualcuno ti respinge o non riesci a raggiungere i tuoi scopi, fermati un momento e correggi i tuoi atteggiamenti mentali. Vedi attraverso la situazione, cerca di capire quale potrebbe essere la soluzione e ..... portala in manifestazione. Puoi imparare ad essere un maestro, se correggi i tuoi atteggiamenti mentali e "muovi" la tua coscienza. Succede talvolta che molti studenti sono stati così centrati nei loro problemi per anni, da non sapere che cosa fare se non ne avessero. Hanno un bisogno nevrotico di soffrire e mostrare limitazione e per questo sono riluttanti ad affrontare la verità della vita. Sono le persone non pronte per l'illuminazione. La condizione del non essere pronti non viene loro imposta dall'esterno, ma dall'interno. Non si sentono pronte per la luce. Sono stati cercatori per così tanto tempo da non essere ancora pronti di accettare la verità qui e adesso. E' per questa ragione che i saggi dicono che l'uomo deve rinunciare al desiderio della liberazione ad un certo punto nella vita. Ovviamente questa rinuncia può manifestarsi solo quando una persona è molto vicina all'esperienza e questa può manifestarsi in qualsiasi momento. Non rinunciare a questo desiderio, comunque, impedirà il suo realizzarsi, perché il desiderio di qualcosa è la prova della mancanza di fede nel fatto che quello stesso qualcosa è già disponibile.

Il mio guru Paramahansa Yogananda raccontava la storia di quando, giovane uomo in India, sperimentò un certo grado di beatitudine interiore e di espansione della consapevolezza. Dopo aver avuto quotidianamente quest'esperienza nella meditazione per alcune settimane, andò dal suo guru Sri Yukteswar e gli chiese: "Troverò Dio?" Sri Yukteswar gli disse: "dimmi, dove pensi che sia?" Yogananda rispose, come fanno molti, che Dio è ovunque. "Non vedi che l'hai già trovato?" disse Sri Yukteswar e aggiunse poi: "Quando sperimenti la beatitudine della meditazione profonda, sei guidato automaticamente in ogni cosa che fai?" Yogananda a quel punto realizzò di aver pensato che la realizzazione dell'infinito fosse qualcosa di diverso da ciò che aveva già sperimentato fino a quel momento. E' spesso così. Si tende a pensare che ciò che si ha va bene, ma che non è ciò che si sta cercando.

E' possibile cercare pace della mente in questo mondo, se si vuole farlo. Tutto ciò che si spera di poter raggiungere, si può raggiungere qui. Questo è il segreto: imparando le regole del vivere con successo in questo mondo, si può operare liberamente anche in qualsiasi altro. Capire la natura della Coscienza così com'è libera dalla dipendenza nei confronti delle cose. Non si ha più bisogno di nulla e si conosce il completamento.

## Relazionarsi al mondo che ci circonda

Questa è la vera sfida. Come relazionare al mondo in cui si vive ciò che si realizza nel silenzio creativo quando, sempre nel mondo, si osservano così tanti punti di vista diversi. La comprensione delle leggi della vita può aiutare a comprendere che cosa succede nel mondo. Tutti



capiscono che dovrebbero sempre essere impegnati in modo costruttivo per elevare la coscienza di massa. Nella società di oggi si vede la prova di un certo grado di risveglio. Ci troviamo infatti nel bel mezzo di una specie di rivoluzione mondiale. Masse di persone che erano addormentate si stanno lentamente risvegliando e stanno diventando attive. Alcune persone tendono a voler lasciare le cose come sono per evitare il risveglio e non disturbare il sistema esistente, ma **il risveglio non può essere represso**. Deve essere canalizzato per mostrare alle masse come essere coinvolte dalla vita in modo intelligente. Le persone dovrebbero imparare ad affrontare i problemi della vita, invece di cercare di trarre vantaggio le une dalle altre. Le qualità dell'inerzia nella natura<sup>12</sup> mantengono ogni cosa pesante e "terrena". Lo stadio successivo è il livello attivo che diventa evidente adesso che le masse iniziano a risvegliarsi. Lo stadio ancora successivo è quello dell'espressione creativa illuminata, ed è quello posseduto dalle persone che hanno almeno un certo grado di illuminazione e sono in grado di ispirare le masse. I contrari sono la rivoluzione e l'azione senza scopo.

C'è anche un'altra cosa importante da ricordare in relazione alla vita interiore. Quando ci si risveglia, come sta effettivamente succedendo, bisognerebbe cercare di dirigere energie e talenti in modo costruttivo, così da lavorare in armonia con la Vita. Essere semplicemente attivi senza scopo, dopo essersi risvegliati, non è abbastanza. Quando ti sei risvegliato almeno parzialmente, hai una responsabilità verso te stesso e il mondo che ti circonda. Se vuoi continuare ad avanzare, devi estenderti e usare ciò che conosci in modo costruttivo. Così facendo avrai accesso a più conoscenze e abilità. **E' ciò che fai con ciò che conosci ad essere importante.**

## Iniziare adesso

E' importante ricordare che il mondo che ti circonda, come si struttura davanti a te, è preceduto dai contenuti della tua consapevolezza. Alzati velocemente, costruisci il giusto percorso per te e assumi il punto di vista corretto. E' possibile farlo rinunciando a idee e sentimenti (tutti) non consistenti con ciò che è giusto e appropriato in relazione allo stato desiderato. A quel punto **ti sarà possibile formare il sentimento di "essere adesso" ciò che hai sempre saputo di poter essere.** Bisogna stabilire adesso il giusto punto di vista sulla vita che sai essere consistente con i principi di base della vita stessa e, anche se le tue circostanze non cambieranno immediatamente, sarai fermamente in piedi, sapendo che le cose cambieranno non appena sarai ancorato nella giusta realizzazione.

Afferma **"Sono adesso nel mio posto giusto nella vita"** e credi che sia così. A quel punto permetti a circostanze e condizioni di cambiare. Medita ogni giorno e mantieniti in sintonia con l'infinito. Opera sempre come un'anima libera .... Muoviti liberamente nel mondo della Realtà e permetti a questo mondo di modificarsi in base all'immagine che hai di esso. Se lo farai, **nulla ti toccherà e sarai libero.**

Questo è lo stato ideale: La piena realizzazione dello Spirito **che è ciò che è in ogni momento.** Per te, persona realizzata, è sempre lo stesso, sia che tu dorma, mediti, lavori o viva la vita di tutti i giorni.



---

<sup>12</sup> Il Tamas Guna

## Addendum

Tratto da "Truth Journal" – Giugno/Luglio 2011

### Guide per vivere in modo proficuo

In questo momento ti trovi nel tuo "posto giusto" nella vita? Se la risposta è sì, significa che stai facendo in modo diligente ciò che devi con le conoscenze e abilità che possiedi e ti stai risvegliando velocemente attraverso gli stadi della crescita spirituale. Se non ci sei ancora, **puoi arrivarci**. Dopo aver meditato in pace per un po', chiediti: "Qual è il mio "posto giusto" nella vita? Evita di essere impaziente. Prima o poi la risposta emergerà da dentro di te e si definirà in modo chiaro nella tua mente. Si manifesteranno eventi di supporto che ti daranno ispirazione e coraggio.

Se già sai che cosa dovresti fare, fallo. **Sii possibilista, ispirato e razionale**. Scrivi alcuni degli obiettivi importanti che hai o eventuali scopi che desideri perseguire:

---

---

---

**Usa l'immaginazione** per creare e sostenere immagini mentali di circostanze ideali. Assumi stati di consapevolezza e sentimenti che corrispondono al desiderio del tuo cuore (l'essenza del tuo essere).

**Acquisisci conoscenza utile** e migliora le capacità che hai di vivere in modo efficace ed essere in salute, felice e prospero.

**Medita giornalmente** fino a raggiungere rilassamento profondo, pace mentale e chiarezza della consapevolezza. Dimori in Dio; diventa più cosciente della Sua Realtà.

Nutri ed **esprimi compassione**. Sii gentile e **utile** verso gli altri e tutte le creature viventi.

--o--

Possiamo rendere di valore le nostre vite perché in qualità di creature spirituali **siamo superiori a mente, corpo e circostanze esterne**. Benché per alcune persone sia più facile che per altre, **tutte hanno la capacità di essere pienamente coscienti e abilmente funzionali**. Esamina stati mentali ed emotivi abituali, stati di coscienza, comportamenti, relazioni personali e tendenze di eventi e circostanze che sperimenti abitualmente. Vedi come stati soggettivi e comportamenti intenzionali - o non - producono (o attirano nella tua vita) esperienze e circostanze. A quel punto, sapendo come rendere proficua la tua vita, fai scelte sagge e compi azioni efficaci. Associati con persone ottimiste e altamente motivate. Non permettere ad idee negative di avvelenarti la mente o indebolire la tua risoluzione di raggiungere scopi che hanno un valore reale per te e per gli altri.



"Associazione Centro Kriya Yoga Stella"

Loc. Mezzano 51

17044 Stella San Martino (Sv)

[www.kriyayoga.it](http://www.kriyayoga.it) – [www.kriyayogastella.org](http://www.kriyayogastella.org)

E-mail: [fsyukteswarji@yahoo.com](mailto:fsyukteswarji@yahoo.com)

Tel. 3498335768 – 3476472325

Siamo il gruppo di meditazione italiano affiliato al "Center for Spiritual Awareness", l'organizzazione fondata da Roy Eugene Davis negli Stati Uniti all'inizio degli anni settanta. Organizziamo incontri mensili **gratuiti** di insegnamento e meditazione nella nostra sede a Stella San Martino, in provincia di **Savona** e ritiri-seminari della durata di tre giorni due volte l'anno. **Roy Eugene Davis è un discepolo diretto di Paramahansa Yogananda**, autore quest'ultimo del famosissimo long-seller "Autobiografia di uno yogi". Offriamo il servizio d'**iniziazione al Kriya Yoga** alle persone preparate in occasione dei ritiri che organizziamo. La nostra attività è senza fine di lucro alcuno.



[www.kriyayoga.it](http://www.kriyayoga.it) – [www.kriyayogastella.org](http://www.kriyayogastella.org) – [www.csa-davis.org](http://www.csa-davis.org)

## Bibliografia consigliata:

- Autobiografia di uno Yogi – di Paramahansa Yogananda (Ed. Astrolabio)
- Paramahansa Yogananda così come l'ho conosciuto – di Roy Eugene Davis (Ed. Marco Valerio S.r.l. - [www.boxerlibri.it](http://www.boxerlibri.it))
- Srimad Bhagavad Gita – La via Eterna – di Roy Eugene Davis (Ed. Marco Valerio S.r.l.)
- Insegnamenti sul percorso spirituale del Kriya Yoga – di Roy Eugene Davis (Ed. Marco Valerio S.r.l.)
- La base spirituale della vera prosperità – di Roy Eugene Davis (Ed. Marco Valerio S.r.l.)
- Guida all'ayurveda – di Roy Eugene Davis (Ed. Marco Valerio S.r.l.)
- Immortalità cosciente, la via dell'iniziato – di Roy Eugene Davis (Ed. Marco Valerio S.r.l.)
- Libertà e consapevolezza, la conoscenza dell'assoluto – di Roy Eugene Davis (Ed. Marco Valerio S.r.l.)
- La scienza della realizzazione del Sé – di Roy Eugene Davis (Ed. Marco Valerio S.r.l.)
- Strada maestra per la meditazione e la crescita spirituale – di Roy Eugene Davis (Ed. Marco Valerio S.r.l.)



Insieme al sig. Davis (Settembre 2009)