

Scegli di vivere in maniera olistica

Olistico: che enfatizza l'importanza della totalità e dell'interdipendenza delle sue parti.

Sei un essere spirituale immortale. Vivi saggiamente, con gioia, in modo creativo ed efficace, facendo queste cose:

Inizia ogni giorno con il pensiero di Dio e della tua relazione con la completezza della vita. Medita per almeno venti minuti oppure fino a quando non sei in pace e fermamente stabilizzato nella consapevolezza del Sé.

Compi i tuoi doveri in modo efficiente e abile. Focalizza attenzione e azioni solo sulle questioni importanti. Esercitati regolarmente, mantieni un peso ideale e scegli una dieta di cibi ricchi e nutrienti. La dieta vegetariana è la migliore per la tua salute. Gestisci saggiamente le tue risorse materiali. Paga in tempo i tuoi debiti ed evita quelli a lungo termine. Metti via una parte di ciò che guadagni e investila in modo saggio per la sicurezza finanziaria del tuo futuro e per i bisogni personali che potrai avere.

Coltiva allegria ed ottimismo, aspettati il miglior risultato per ogni situazione emergente. Utilizza la tua immaginazione per creare situazioni ideali ed attirare eventi, circostanze e relazioni personali favorevoli per il bene supremo tuo e degli altri.

Pensa e fai ciò che migliorerà la tua vita e nutrirà la tua crescita spirituale. Riconosci silenziosamente la natura divina innata di ogni persona e relazionati a tutti con gentilezza e rispetto.

Afferma con convinzione

Pienamente consapevole della mia relazione con la completezza della vita,
scelgo di vivere gioiosamente, creativamente ed in modo efficace.
Auguro compassionevolmente a tutti la libertà che ho io.

Con buona volontà e benedizioni costanti



Roy Eugene Davis

Traduzione di Furio Sclano
Maggio 2007

Tratto da: "CSA Newsletter Giugno 2007"