

Pensieri

Tratti dagli scritti di Roy Eugene Davis

"Il primo grande passo da fare per la persona comune consiste nell'elevarsi oltre le limitazioni della mente subconscia. La via per riuscirci consiste nel meditare e cercare di ricevere guida interiore. Con il tempo si utilizzano le facoltà più elevate della mente e si inizia a vivere in modo supercosciente, anziché subcosciente".

"La meditazione è più semplice da praticare - ed è più probabile che produca ottimi risultati - quando l'intenzione di praticarla è ferma, la procedura da seguire è chiaramente definita e si mantiene una routine regolare. Quando mediti ogni giorno nello stesso momento, non vedrai l'ora di farlo e sarai probabilmente molto motivato a dedicare tempo alla contemplazione".

"Spesso, benché non sempre, la relazione guru-discepolo è un rinnovo di associazioni di vite passate. I due si incontrano ancora e ancora, fino a quando il discepolo si libera e può iniziare a svolgere la sua missione di guru nei confronti di altri".

"Immaginati deciso, competente, funzionalmente espressivo e spiritualmente illuminato. I modi di pensare debilitanti che avevi precedentemente saranno presto sostituiti da buone abitudini e comportamenti migliorativi".

"Quando siamo illuminati, facciamo ogni cosa in modo naturalmente corretto, poiché le nostre azioni sono dirette da un'intelligenza più profonda. Fino a quel momento abbiamo bisogno di autodisciplina per resistere alle tendenze distruttive e per canalizzare energie e comportamenti, al fine di raggiungere fini costruttivi".

"*Superare* qualcosa significa *prevalere* sulla stessa, cambiando atteggiamenti mentali e comportamenti, migliorando la propria capacità intellettuale, utilizzando il potere della volontà, oppure avendo intuizioni e realizzazioni".

"Leggi libri scritti da persone illuminate e studia le scritture. Esamina ogni cosa che leggi alla luce di intelligenza ed intuizione, ossia contempla ciò che stai studiando, fino a quando la verità sullo stesso si rivelerà nella tua mente".

"Atteggiamenti mentali, sentimenti e comportamenti non solo ti impressionano e condizionano la mente, ma producono anche cambiamenti nel tuo cervello. Gli effetti dannosi di atteggiamenti mentali passati, pensieri e comportamenti si possono neutralizzare pensando in modo intenzionale e comportandosi in maniera costruttiva".

"Non portare con te problemi o preoccupazioni quotidiane nella meditazione. Pratica solo per sperimentare in modo vivo la tua vera natura e per scoprire più pienamente la relazione che hai con l'infinito".

Non pensare troppo ai tuoi errori. Ricorda le cose positive che hai fatto e il buono che esiste nel mondo. Convinciti della tua perfezione innata. A quel punto sarai più propenso a ricordare la tua natura eterna di unità di Dio. (Paramahansa Yogananda)



Traduzione a cura di Furio Sclano – Aprile 2010

Fsyukteswarji@yahoo.com

Riproduzione soggetta ad autorizzazione