

Come rendere la vita qualcosa di valore

Di Roy Eugene Davis

Vita: forza vitale, qualità e caratteristiche che distinguono gli esseri animati funzionali. Le percezioni fisiche, mentali e spirituali che abbiamo.

Di valore: abbastanza importante da giustificare l'utilizzo di tempo, sforzi o risorse.

Non siamo nel mondo fisico per essere trasportati passivamente dalle maree degli eventi che cambiano in continuazione, per sforzarci con passione di soddisfare desideri inutili, per essere impegnati costantemente nella gratificazione sregolata dei sensi, oppure per imitare con la mente vuota i comportamenti di altre persone che vivono una vita senza scopo o mal diretta. Siamo qui per uno scopo più elevato il quale, quando lo si realizza pienamente, dona pace mentale permanente e felicità durevole dell'anima. In questo articolo condivido ciò che ho imparato dall'esperienza personale e da altre persone spiritualmente sveglie.

Utilizza queste informazioni per rendere la tua vita qualcosa di valore. Puoi farlo attraverso il giusto sforzo diligente e la Grazia di Dio.

Esiste un "posto giusto" per te nell'universo

Le azioni non imprigionano una persona che ha rinunciato alle stesse, che ha allontanato i dubbi grazie alla conoscenza e che è stabilizzata permanentemente nella realizzazione del Sé – Bhagavad Gita 4:41

Il "posto giusto" per te è la posizione dove ti trovi in relazione ai ritmi della vita che ti permette di sperimentare facilmente l'integrazione armoniosa degli aspetti fisico, mentale, spirituale e ambientale che compongono la tua esistenza. Saprai di essere lì quando il tuo cuore "canterà con gioia" e tutte le circostanze, le relazioni e gli eventi inaspettati che si manifesteranno miglioreranno la tua esistenza. Molte persone che non hanno un senso chiaro di scopo soffrono di una condizione debilitante denominata *nevrastenia* (una parola generica che copre una varietà di sintomi): debolezza, mancanza di energia, annebbiamento o confusione mentale, senso prevalente di inadeguatezza, inabilità o riluttanza a relazionarsi in modo efficace alle circostanze di tutti i giorni. Si pensava una volta che queste caratteristiche fossero causate da "esaurimento nervoso". Se non esiste uno squilibrio fisico, la causa principale può essere l'egocentrismo, unito al pensiero di essere separati da Dio, dagli altri e dalle circostanze di supporto.

Si può superare normalmente questa condizione elevandosi oltre il senso errato di identità personale e acquisendo conoscenza pratica e abilità funzionali per vivere in modo efficace.

Fai queste cose:

- Studia per apprendere nozioni sulla Realtà di Dio, sulla tua vera natura di creatura spirituale e sulla legge di causa ed effetto.
- Chiediti dal cuore del tuo essere: "Qual è il mio "posto giusto" nella vita? Non chiedere l'opinione di altre persone. La conoscenza che è dentro di te si rivelerà spontaneamente.
- Equilibra la tua vita interiore ed esteriore con la pratica regolare della meditazione supercosciente e con la partecipazione intelligente in attività di valore per te e di beneficio per il prossimo.

Sperimenta gli effetti redentori dell'immaginazione ispirata e delle azioni dirette dalla saggezza

Chiedi e ti sarà dato. Cerca ed troverai. Bussa e ti sarà aperto (Matteo 7:7)

Gli stati mentali possono produrre effetti corrispondenti. Che tipo di pensieri pervade abitualmente la tua mente? Che immagini mentali ed aspettative di eventi vicini e lontani nutri e sostieni? Sei sempre

ottimista? Ti aspetti il meglio da tutte le situazioni? Come ti comporti normalmente? I comportamenti che tieni migliorano la tua vita e sono appropriati, oppure sono spinti dai tuoi condizionamenti subconsci e dalle reazioni emotive che hai?

In qualità di creatura spirituale, ti esprimi attraverso mente e corpo. La tua mente (e quella di ogni persona e creatura) è parte di una mente cosmica onnipresente che risponde a pensieri, concetti mentali, speranze, immaginazioni, intenzioni e desideri. Pensieri deboli o disordinati e intenzioni analoghe sono impotenti. Pensieri ben definiti e stati mentali costruttivi sostenuti, rinforzati dalla fede e – quando necessarie - da azioni efficaci, producono effetti ideali. Il modo nel quale pensiamo e ci comportiamo abitualmente è determinato dal nostro stato di coscienza. Quando siamo spiritualmente consapevoli, siamo propensi a pensare in modo razionale e a compiere azioni che producono i risultati desiderati. Quando non siamo spiritualmente consapevoli, quando siamo propensi a fantasticare o quando non sappiamo la relazione tra causa ed effetto (o facciamo finta di non saperlo), i nostri pensieri possono essere confusi, gli scopi da raggiungere possono essere non chiari, oppure i comportamenti che teniamo possono essere agitati o distruttivi.

Armato della conoscenza sulla tua vera natura in relazione alla completezza della vita, disciplinati a pensare in modo razionale, utilizza creativamente le tue capacità immaginative per scopi costruttivi e agisci in modo saggio e deciso. Hai lo stesso potenziale di essere realizzato nel Sé ed efficacemente funzionale che ha ogni altra anima. Le leggi naturali di causa ed effetto sono universali ed impersonali. Invece di sforzarti di utilizzarle in modo forzato, adatta pensieri e comportamenti ad esse. Se hai bisogni specifici (esempio: guarigione, pace della mente, stabilità emotiva, relazioni migliorate, prosperità o altro), coltiva per prima la consapevolezza spirituale. Quando sei spiritualmente consapevole e pensi in maniera razionale, sai come aiutare te stesso e tutte le condizioni che consideri ideali si sviluppano spontaneamente. E' utile, ovviamente, pensare in modo costruttivo e utilizzare le capacità immaginative già prima di essere spiritualmente sveglio.

Immagina ciò che è vero su di te in qualità di creatura spirituale. *Vediti* e *sentiti* nella consapevolezza dell'oceano infinito dell'unica Realtà nella quale esisti insieme ad ogni altra cosa. Quando sei fermamente stabilizzato nella consapevolezza di ciò che è vero, non possono esistere sentimenti o pensieri di mancanza e limitazione.

Quando immagini circostanze ideali (crescita spirituale, benessere generale, raggiungimento di obiettivi, soddisfacimento di desideri, ecc.), *adotta atteggiamenti mentali, punti di vista, stati di consapevolezza e sentimenti che avrai quando ciò che stai immaginando sarà reale*. Se non lo farai, ci sarà uno spazio (separazione) tra le circostanze che sperimenterai e il risultato sperato. Senza questo stato mentale e di consapevolezza, oppure senza la sensazione del successo, i tuoi sforzi di utilizzare pensiero positivo, visualizzazioni, affermazioni, preghiere o altri metodi per raggiungere gli obiettivi o soddisfare i desideri saranno vani o produrranno risultati incompleti e insoddisfacenti. E' per questo che molti cercatori della verità non sono in grado di avere risultati positivi. Cercano di "far succedere qualcosa", ma non sono in grado di sperimentare il cambiamento necessario in punto di vista e consapevolezza (o non vogliono farlo) che permetterebbe ai risultati desiderati di manifestarsi velocemente. Essi sono stabilizzati o bloccati nei loro pensieri e sentimenti di limitazione, mentre sperano che le circostanze cambino o migliorino.

Scopri nuovamente l'influenza nutriente della compassione

*Praticare queste cinque cose in ogni luogo costituisce la virtù perfetta:
Condotta dignitosa basata sul buon carattere, generosità dell'anima, sincerità,
intenzione con scopo e gentilezza
(attribuita a Confucio)*

Non coltiviamo le qualità innate solo per noi stessi, né ci dedichiamo a rendere di valore le nostre vite unicamente per la stessa ragione. Mentre diventiamo più coscienti e capaci, i nostri stati chiari di consapevolezza e i comportamenti costruttivi che teniamo saranno di beneficio per tutti coloro con i quali condividiamo un'origine e un destino comuni.

Benché non possiamo controllare ciò che fanno gli altri, possiamo amarli e benedirli silenziosamente, pregare per il loro benessere e crescita spirituale, incoraggiarli ed assisterli quando possiamo e ispirarli con il nostro comportamento appropriato centrato in Dio. L'influenza nutriente della compassione benedice noi stessi e tutti coloro per i quali ci occupiamo amorevolmente.

La conoscenza che libera

Focalizza la tua attenzione all'interno. Sperimenterai nuovo potere, nuova forza e nuova pace di corpo, mente e spirito. Tutte le limitazioni che ti imprigionavano saranno rimosse
(Paramahansa Yogananda)

Questi tipi di conoscenza rimuovono tutte le limitazioni:

- 1) *Realizzazione del Sé: la vera esperienza dell'essenza pura dell'essere.* Il risultato finale dell'analisi intellettuale ed intuitiva del Sé e della meditazione supercosciente regolare, supportata dal vivere completo con uno scopo.
- 2) *Realizzazione di Dio.* Esperienza reale della Coscienza infinita, della quale sei un'unità individualizzata. Si manifesta spontaneamente quando la realizzazione del Sé è completa.
- 3) *Conoscenza dei processi cosmici e dell'origine degli universi.* A quel punto si sa che gli universi sono emanati da un piano primordiale (creato per primo) della natura.
- 4) *Conoscenza delle leggi fisiche e mentali di causa ed effetto.* Perché eventi e circostanze sono come sono.

Nei primi stadi della ricerca, è possibile non comprendere pienamente le informazioni acquisite. Quando la comprensione emerge pienamente, si ha conoscenza accurata. Quando quella conoscenza sostituisce tutti i falsi concetti ed illusioni, si ottiene la saggezza.

Affermazione

Costantemente ispirato e motivato dal Sé, utilizzo saggiamente conoscenze e abilità per dare valore alla mia vita ed essere di beneficio al prossimo

Traduzione di Furio Sclano
Giugno 2011