



## Centro di Consapevolezza Spirituale ©

### Le fondamenta della crescita spirituale

Di Roy Eugene Davis

Vivere in modo costruttivo, completo, intenso e con uno scopo, getta delle fondamenta solide per la crescita spirituale rapida e autentica.

Per vivere efficacemente e sperimentare la crescita spirituale che meritate, seguite le pratiche di base che vi permettono di raggiungere facilmente i risultati desiderati. Poiché siete esseri spirituali immortali, meritate di ottenere una crescita spirituale soddisfacente e potete riuscire ad ottenerla. Una comprensione corretta dei significati di queste parole chiave vi permetterà di avere dei benefici dalla lettura di questo articolo.

**Completa:** che conduce a salute e benessere totali.

**Costruttiva:** utile. Che promuove e supporta scopi utili o che migliora l'esistenza.

**Intensa:** focalizzata e concentrata.

**Avere uno scopo:** dimostrare volontà e determinazione nel raggiungere degli obiettivi.

**Vivere:** modo di comportarsi o esistere. Il modo ideale di vivere è di integrare armoniosamente i componenti spirituali, mentali, fisici e ambientali della vita.

**Getta** (in questo caso specifico): Ciò che fornisce qualcosa o rende disponibili eventi e circostanze.

**Solido:** Fermo e sicuro. Indica la determinazione di soddisfare desideri e di avere successo.

**Fondamenta:** la base che supporta qualcosa.

**Rapida:** veloce. Che avviene con grande velocità.

**Autentica:** Reale. Che si conforma ai fatti. Degna di fiducia. La crescita spirituale è autentica quando i suoi effetti sono interamente costruttivi e le sue influenze si sperimentano in modo evidente.

**Crescita spirituale:** emergere e svelarsi di qualità spirituali e capacità innate.

Le caratteristiche della crescita spirituale autentica sono: pace costante della mente, stabilità emotiva, assenza di conflitti psicologici e di dipendenze, entusiasmo per vivere e imparare, miglioramento delle capacità mentali e intuitive, buona salute fisica, relazioni personali soddisfacenti, soddisfacimento facile dei desideri, flusso continuo di buona sorte e comprensione migliorata della propria natura in relazione all'infinito e ai suoi processi. Nei vostri sforzi di comprendere le realtà più elevate, ricordate di mantenere delle solide fondamenta per i vostri studi e le pratiche che fate seguendo uno stile di vita completo, costruttivo, intenso e motivato da un chiaro senso di scopo che per voi abbia valore.

- Scegliete solo comportamenti, relazioni personali, circostanze ambientali e attività che contribuiranno a darvi salute e benessere totali.
- Scegliete pensieri, atteggiamenti mentali, emozioni e comportamenti costruttivi.
- Concentratevi solo sulle cose essenziali per il vostro benessere e per la crescita spirituale. Se lo farete, potrete raggiungere più obiettivi di valore in minor tempo.
- Desiderate solo ciò che migliora la vostra vita. E' normale desiderare cose e circostanze che vi possono assicurare conforto e sicurezza, ma si dovrebbero evitare i desideri irrazionali e ossessivi che causano problemi mentali ed emotivi. Per neutralizzarli ed eliminarli coltivate pace mentale, contentezza dell'anima e soddisfazione della costante conoscenza del Sé (riconoscimento e consapevolezza della vostra vera natura spirituale).
- Siate consapevoli di trovarvi in questo mondo per raggiungere qualcosa in modo abile. Lo scopo principale della vostra incarnazione su questa terra è di risvegliarvi completamente alla realizzazione del Sé e di Dio. Potete raggiungere scopi mondani utili mentre attraversate i diversi stadi della crescita spirituale, ma non sprecate tempo, energia e altre risorse personali. Pensate in modo razionale e agite con decisione.

Andando avanti sul sentiero crescerete fino a raggiungere la piena maturità emotiva e sperimenterete la salute psicologica; condizioni necessarie affinché si manifesti la piena crescita spirituale autentica. Meditate giornalmente a livello supercosciente. La pratica regolare della meditazione supercosciente calmerà e illuminerà la vostra mente, chiarirà la vostra consapevolezza, vi permetterà di fare scelte sagge e vi darà la capacità di vivere in modo appropriato ed efficace.

L'aspirazione a raggiungere la realizzazione del Sé e di Dio sarà soddisfatta in modo più facile e veloce quando penserete in modo razionale, sarete emotivamente più stabili e i vostri comportamenti non interferiranno con il bisogno innato di avere la consapevolezza ristabilita nella purezza e completezza originali. Dovreste evitare pensieri, sentimenti, comportamenti e circostanze che causano problemi e vi complicano la vita. Dovreste invece sceglierne e nutrirne altri in grado di migliorarla e di permettere alla crescita spirituale autentica di manifestarsi.

Pensate al vostro soggiorno nel tempo e nello spazio come ad un'avventura dell'imparare e del crescere. Quanta conoscenza utile potete acquisire? Come potete relazionarvi più efficacemente (e interagire) con la completezza della vita e i suoi processi? Quanto potete essere svegli a livello spirituale? Contemplate le possibilità che avete di scoprire ed esprimere il vostro pieno potenziale di sapere e di essere tutto ciò che potete.

Con i migliori auguri e costanti benedizioni

Roy Eugene Davis

Traduzione di Furio Sclano  
Centro di Consapevolezza Spirituale  
[www.kriyayoga.it](http://www.kriyayoga.it)

Nota del traduttore

Gli scritti di Roy Eugene Davis richiedono spesso una lettura attenta, ma la saggezza e gli insegnamenti che trasmettono non sono banali. Se vuoi fare un servizio utile per te stesso e per gli altri, stampa questi articoli e conservali con cura. Di tanto in tanto rileggili, anche perché alcuni di essi per essere compresi devono essere letti più volte. Tutto ciò che si conserva solo virtualmente si può perdere facilmente. Il materiale stampato è in grado di resistere maggiormente al tempo. Forse un giorno anche qualcun altro potrà leggere questi articoli e avere delle comprensioni spirituali importanti grazie a te.

Furio Sclano

\*\*\*

Visita il nostro gruppo su Facebook:

**"Newsletter Centro di Consapevolezza Spirituale"**

Pubblichiamo ogni giorno articoli di insegnamento e ispirazione.

\*\*\*

Roy Eugene Davis (1931 - 2019) iniziò il suo addestramento da discepolo con Paramahansa Yogananda a Los Angeles, in California, nel 1949 all'età di 18 anni. Dopo essere stato ordinato dal suo guru nel 1951, servì come ministro della Self-Realization Fellowship a Phoenix, in Arizona, dal 1952 al 1953. Dopo aver trascorso due anni nel corpo medico dell'esercito americano, il signor Davis iniziò ad insegnare e a scrivere. Presentò conferenze e seminari di meditazione in più di cento città americane e in Giappone, Brasile, Europa, Africa occidentale e India. Alcuni dei suoi libri sono stati pubblicati in nove lingue in undici paesi.

Furio Sclano è stato il primo ministro ordinato in Italia da Roy Eugene Davis nel 2005. Le attività di Roy Eugene Davis e della sua organizzazione in Italia sono partite dalla sua opera iniziale. È discepolo di Roy Eugene Davis dal 1996 e diffonde la sua eredità spirituale in Italia insieme a Manuela La Iacona, anch'essa discepola del Sig. Davis. Le attività del Centro di Consapevolezza Spirituale sono dettagliate sul sito [www.kriyayoga.it](http://www.kriyayoga.it) e sul gruppo Facebook "Newsletter Centro di Consapevolezza Spirituale". Furio Sclano detiene i diritti sugli scritti di Roy Eugene Davis in Europa. Puoi pubblicare su internet questo articolo citando la fonte al fondo dell'articolo in questo modo: (Fonte:

Furio Sclano – [www.kriyayoga.it](http://www.kriyayoga.it)). Per pubblicazioni su riviste e giornali contatta Furio Sclano ai recapiti indicati a fondo pagina.

L'intera bibliografia di Roy Eugene Davis si può trovare sul sito dell'editore Marco Valerio: [www.marcovalerio.it](http://www.marcovalerio.it)



## Centro di Consapevolezza Spirituale

[www.kriyayoga.it](http://www.kriyayoga.it) – [furio.sclano@mail.com](mailto:furio.sclano@mail.com) / [fsyukteswarji@yahoo.com](mailto:fsyukteswarji@yahoo.com)

Tel. 3498335768