



## Centro di Consapevolezza Spirituale ©

### Risposta a domande sul sentiero spirituale

Di Roy Eugene Davis

D: Secondo ciò che mi è stato detto e ho letto, la pratica dello Yoga espande la consapevolezza del praticante e la chiarisce. Benché io abbia letto libri sullo Yoga e praticato diverse routine per parecchi anni, la mia consapevolezza non si è ancora allargata e non è più chiara di prima.

R: Espandi la tua consapevolezza. Sii consapevole del tuo vero Sé di creatura spirituale che si esprime attraverso una mente ed un corpo nel piano infinito di coscienza. L'unica causa della limitazione della consapevolezza è l'eccessiva identificazione con l'idea di essere un'entità indipendente da quel piano infinito di coscienza. Chiarisci la tua consapevolezza pensando in modo razionale e ordinato e meditando a livello supercosciente. Non è raro che alcuni cercatori della verità si preoccupino così tanto delle teorie metafisiche e della pratica di tecniche al punto di diventare più egocentrici e di mente ristretta invece di espansivi, e introversi invece di essere realizzati nel Sé e coscienti a livello cosmico. Evita di dirigere l'attenzione verso idee e pratiche. Acquisisci la conoscenza proficua e applica le procedure utili, quindi vivi in modo saggio con entusiasmo. Utilizza la comprensione e le abilità migliorate per vivere in modo efficace.



D: Liberazione della Coscienza: che cosa determina se è temporanea o permanente?

R: La liberazione dell'anima è di due tipi:

1) Realizzazione del Sé non ancora stabile a causa dell'esistenza e dell'influenza di tendenze subconscie indebolite che non sono state ancora completamente neutralizzate o eliminate e dell'influenza continua di illusioni e percezioni errate moderate.

2) Realizzazione del Sé permanente, poiché mente e senso dell'ego sono stati purificati così profondamente da non esistere più possibilità di ritorno agli stati ordinari condizionati precedenti. Il primo tipo è lo stato dell'anima libera con condizioni karmiche ancora da risolvere. Il secondo tipo è lo stato supremo di liberazione della Coscienza non qualificata.



D: Man mano che divento vecchio, anche se non ho paura della morte, non comprendo il processo. Qual è il modo migliore per prepararsi per quell'evento?

R: Il modo migliore per prepararti per la transizione dal corpo consiste nel migliorare la comprensione della tua vera natura in relazione alla completezza della vita, compiere in modo appropriato tutti i tuoi doveri e rispettare gli obblighi che ti rimangono, crescere spiritualmente il più possibile mentre sei in questo mondo e meditare regolarmente, fino a quando non sarai fermamente stabilizzato nella supercoscienza. Quando la comprensione che hai della tua vera natura in relazione alla completezza della vita migliorerà, saprai che la transizione dal corpo non è altro che un semplice evento da sperimentare. Saprai che non sarà difficile e che non annebbierà la tua consapevolezza. Compiendo i doveri e rispettando gli obblighi non avrai rimpianti o attaccamenti che legheranno la tua consapevolezza alla dimensione fisica. La crescita spirituale ti preparerà per cosa dovrai sperimentare durante e dopo la transizione. Dimorare nella supercoscienza (Samadhi trascendente) mentre mediti è un modo per "morire coscientemente" nei confronti del mondo. Dopo la meditazione, dirigere l'attenzione verso l'esterno è come reincarnarsi. In

questo modo si possono sperimentare molte incarnazioni in una vita fisica. Alla fine, sia che tu stia meditando oppure no, sarai sempre supercosciente.



D: Per un praticante dedicato del Kriya Yoga che aspira ad una rapida crescita spirituale, che cosa è più importante o influente: lo sforzo personale, l'aiuto del guru o la Grazia di Dio?

R: Ogni cosa che contribuisce al benessere spirituale è importante. I giusti sforzi personali sono necessari. Un discepolo dovrebbe essere emotivamente maturo e disponibile ad assumersi le responsabilità di pensieri, sentimenti e azioni. Deve essere pienamente dedicato a fare ciò che è necessario per subire la trasformazione psicologica che rimuove tutte le limitazioni alla crescita spirituale. Se un discepolo è ricettivo, le istruzioni del guru, la coscienza illuminata di quest'ultimo e la trasmissione della forza spirituale sono utili. Un vero guru non fa altro che suggerire al discepolo ciò che è per il suo bene supremo. Se il discepolo fa resistenza o se non mette in pratica ciò che gli viene suggerito, la crescita spirituale sarà contrastata.

In un'occasione, ad un discepolo che non si comportava in modo appropriato, Paramahansa Yogananda disse: Perché dici agli altri che sei mio discepolo, quando ti rifiuti di fare ciò che ti dico per il tuo bene?

Il mio guru corresse il mio comportamento tre volte. Sei mesi dopo averlo incontrato, il mio entusiasmo iniziale per le pratiche spirituali si affievolì un po', perché mi ero reso conto di avere ancora bisogno di molta trasformazione interiore. Paramahansaji mi mise di nuovo sul binario giusto scrivendomi una breve nota nella quale mi comunicò: *Roy, ti stai rendendo infelice facendo girare sempre lo stesso disco negativo* (le preoccupazioni che avevo sui miei pensieri) *nella tua mente ancora e ancora. Perché semplicemente non rompi il disco?* (in quell'epoca venivano ancora usati dischi che si potevano rompere facilmente). Più avanti, nonostante Yogananda mi avesse istruito specificatamente di leggere solamente i suoi libri e pochi altri raccomandati da lui durante il primo anno e di dedicare la maggior parte del mio tempo alla pratica spirituale e alla rimembranza di Dio, lessi un libro di un altro santo indiano che il mio guru teneva in alta considerazione. Notai presto che i miei pensieri erano diretti su quel santo su, su ciò che aveva detto e fatto e le mie meditazioni non erano profonde e soddisfacenti come, invece, avveniva in precedenza. Quando visitai il mio guru la volta successiva, mi guardò negli occhi direttamente e mi disse: *C'è una ragione per la quale ti ho detto di leggere solo alcuni libri. Fra un anno o due, quando il tuo discernimento sarà sviluppato, potrai leggere qualsiasi cosa senza diventare confuso.* Nel 1951, mentre ero nel centro della SRF a Phoenix, in Arizona, Herbert Freed, un fratello discepolo e ministro del centro mi informò del fatto che una stanza nell'edificio doveva essere pitturata e che avrebbe chiesto ad uno dei membri di donare una modesta somma di denaro da utilizzare per quello scopo. Quando, dopo due o tre settimane, chiesi quando avremmo potuto comprare la pittura, Herbert disse che stava aspettando il momento giusto per approcciare il membro con la sua richiesta. Pochi giorni dopo andò in California per parlare con il maestro di questioni organizzative. In sua assenza utilizzai le mie risorse finanziarie limitate per comprare la pittura e completare il progetto. Quando ritornò, Herbert non fu contento. Dopo alcune settimane, andai a trovare Paramahansaji nella sua casa a Twentynine Palms, in California. Dopo aver parlato con me per un'ora, si calmò e molto gentilmente mi disse: *Herbert mi ha parlato della questione della pittura. Quando lascerai andare la tua volontà egoica?*

Attraverso la sintonia con lo stato di coscienza illuminato del guru, la mente del discepolo può essere purificata e la sua consapevolezza chiarita. Quando il discepolo è ricettivo alla forza spirituale che fluisce attraverso il guru, quella forza può essere trasmessa. A quel punto le forze spirituali del discepolo vengono accelerate e iniziano a circolare più liberamente. Sperimentai una trasmissione di forza spirituale da Paramahansaji dopo essere stato con lui per alcune settimane. Il fatto avvenne spontaneamente. Potrei dire, dal modo in cui mi osservava e mi dava suggerimenti sulle mie pratiche meditative, che fosse pienamente consapevole di ciò che era successo. A volte diceva ai discepoli: *Ti sto dando ogni cosa. Devi essere preparato per riceverla.* La Grazia di Dio (l'impulso rinvigorente sempre espressivo nel piano onnipresente di Coscienza e in noi) supporta noi e i nostri sforzi costruttivi anche quando non siamo consapevoli delle sue azioni. Essa è la causa del nostro risveglio spirituale e rende possibile la liberazione della Coscienza. Quando abbiamo fatto tutto ciò che potevamo per crescere spiritualmente e abbiamo realizzato gli stati più raffinati di supercoscienza, dobbiamo solo abbandonare qualsiasi senso rimanente di identità illusoria in modo che la Grazia possa ristabilire la nostra consapevolezza nella completezza cosciente perfetta.



D: Sono sempre stato parzialmente introverso. Non mi relaziono facilmente agli altri e non ho mai avuto molto successo nel raggiungere obiettivi materiali. I miei bisogni personali sono pochi e il mio interesse nelle questioni materiali è minimo. Sono propenso ad essere introspettivo e contemplativo, invece di estroverso.

R: La cosa importante è conoscere il tuo percorso nella vita (Dharma) e seguirlo. Anche se ti sarà utile essere in grado di comunicare in modo efficiente con gli altri, non è necessario conformare la tua vita alle loro opinioni e ai comportamenti che tengono, se il loro percorso di vita è diverso dal tuo. Ti sarà anche utile migliorare le tue capacità di vivere in modo confortevole e di raggiungere scopi di valore. Contempla e scopri il vero scopo della tua vita. Coltiva ed esprimi le qualità innate dell'anima. Nutri la tua crescita spirituale. Sii felice.

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