

SRI BHAGAVAN – COME ACCETTARE LE COSE - LA QUIETE DELL'ENERGIA È MEDITAZIONE

<http://the-oneness-blessing.blogspot.it/2009/03/bhagavan-and-mind.html>

Traduzione a cura di Paola Eleonora Raschella

“L'immobilità (la quiete) di energia è meditazione.” 02-05-2013

“Dio è immobilità e movimento.” 01-03-2013

“La quiete dell'energia è beatitudine.” 19-08-2012

“La meditazione consiste nel lasciare andare e vedere cosa succede.” 23-12-2012

“Quando smetti di tentare di meditare, la meditazione accade.” 16-03-2012

Sri AmmaBhagavan

03-09 Febbraio 2013

“Il Risvegliato sperimenta la quiete dell'energia.

“Il non risvegliato sperimenta lo spreco di energia.”

Sri AmmaBhagavan

D) Bhagavan, come facciamo ad accettare le cose?

Bhagavan: Vedete, la mente è un ottimo uomo d'affari che ovviamente fa ciò che è vantaggioso per lei. Quello che non è redditizio per lei, non lo fa. Quando non accettate qualcosa, innanzitutto, che questa cosa sia lì è un fatto. Non potete illudervi che non ci sia. Combattendo con essa, state creando un conflitto. Con il conflitto avviene una grande dispersione di energia.

Quando l'energia è perduta diventate infelici e diventate anche un fallimento. Se invece accettate ciò che è lì costantemente, non c'è conflitto. Assenza di conflitto significa che non c'è dispersione di energia. Quando l'energia è in quiete, non c'è movimento di energia come dispersione. Questo diventa gioia e felicità che conducono a maggiore successo.

Se riuscite a vedere quest'intero processo, allora accetterete naturalmente perché è la scelta migliore per voi. Non potete fare cose inutili. In qualche modo voi immaginate che se lottate sia un bene. Quindi lottate. Quando osservate che la lotta non è redditizia, la mente naturalmente crolla. Dovete vedere come tutti i conflitti non sono redditizi per voi, allora è tutto finito.

È molto semplice, però visto che non siete abituati a questa osservazione, la situazione sarà difficile. Una volta imparato, è facile come respirare, ma, fino ad allora, pensate: “Oh! Come farò a riuscirci?”. Ci vuole un po' di sforzo e di comprensione.

Sarà ancora difficile, ma io sono lì! Se sapete come chiedermelo, io posso aiutarvi veramente.

31-01-2013

“L'accettazione è il fondamento della spiritualità.”

Sri AmmaBhagavan

SRI BHAGAVAN – HOW TO ACCEPT THINGS - THE STILLNESS OF ENERGY IS MEDITATION

<http://the-oneness-blessing.blogspot.it/2009/03/bhagavan-and-mind.html>

“The stillness of energy is meditation.” 02-05-2013

“God is stillness and movement.” 01-03-2013

“Stillness of energy is bliss.” 19-08-2012

“Meditation is basically to let go and see what is happening.” 23-12-2012

“When you stop trying to meditate, meditation happens.” 16-03-2012

Sri AmmaBhagavan

03-09 February 2013

“The Awakened One experiences the stillness of energy.

The unawakened one experiences the wastage of energy. “

Sri AmmaBhagavan

Q) Bhagavan, how do we accept things?

Sri Bhagavan: See, the mind is a very good businessman. It naturally does what is profitable to it. What is not profitable to it, it does not do. When you do not accept something, the first thing is, it's a fact that it is there. You cannot wish it away. By fighting with it, you are creating a lot of conflict. By conflict there is a lot of dissipation of energy.

When energy is being lost you become unhappy and also you become a failure. On the other hand, if you accept what ever is there, there is no conflict. No conflict means there is no wastage of energy. When energy is still, there is no movement of energy as wastage. That becomes joy and happiness. It leads to greater success.

If you can see this whole process, then naturally you'll accept because it is a better choice for you. You cannot do unprofitable things. Somehow you are imagining that if you fight with it, it is good. Therefore you fight with it. When you observe that fighting is not profitable, the mind naturally will drop it. You must see how all the fighting is not profitable to you then it's all over.

It is very simple but because you are not used to this observation, the situation is going to be difficult. But once you learn it, it is as easy as breathing but, until then, it looks "Oh! how am I going to do it ?". It takes some effort and understanding.

Still it will be difficult but, I am there! If you know how to ask me, I can make you actually do it.

31-01-2013

“Acceptance is the bedrock of the spirituality.”

Sri AmmaBhagavan