

## **SRI BHAGAVAN - I PENSIERI NEGATIVI**

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

Traduzione a cura di Paola Eleonora Raschellà

"Tutti i sentimenti sono antichi." 22-06-2013

"La storia tragica dell'Uomo è che si sente responsabile per la sua cattiveria, mentre non lo è." 06-04-2013

*Sri AmmaBhagavan*

### **D) Bhagavan, il tipo di pensieri che ho e il tipo di sentimenti che ho sono tutti progettati da Dio? Dio mette quei pensieri dentro di me? Dio mette il desiderio dentro di me? Dio mette la violenza dentro di me?**

**SRI BHAGAVAN:** Tutti quei pensieri vengono dalla sfera pensiero. La sfera pensiero è antica quanto l'uomo, e ogni singolo pensiero di ogni essere che sia mai stato su questo pianeta è registrato ed è ancora lì. Questi pensieri scorrono dentro e fuori di te.

Quali pensieri scorrono dentro di te e quali pensieri scorrono fuori da te dipende dalla tua condizione di salute, dal luogo in cui ti trovi, dalle persone intorno a te e da molti altri fattori. È come sintonizzarsi su un canale televisivo. Ci sono così tanti canali lì e si può sintonizzarsi con qualsiasi canale. Se ti sintonizzi su un canale chiamato pensieri negativi, avrai sempre molti pensieri negativi. Se ti sintonizzi su un canale chiamato pensieri violenti, avrai sempre quei pensieri.

Una volta giunto a questa comprensione, che non sei i tuoi pensieri e che questi pensieri non sono tuoi, allora stranamente ti accorgerai che ti sintonizzi su un canale che sta trasmettendo il silenzio e riceverai quel silenzio. Altrimenti tu assorbirai quei pensieri ed essi sono antichi quanto l'uomo. Essi non sono i tuoi pensieri. Qualcuno potrebbe aver avuto paura diecimila anni fa mentre veniva inseguito da una tigre. Quel pensiero potrebbe ora entrare in te. Non sarebbe la paura della tigre ma sarebbe la paura del mercato azionario. Ma la stessa paura entra in te così.

Quando ti rendi conto che i tuoi pensieri non sono i tuoi pensieri, potresti effettivamente vedere come stanno arrivando, come scorrono attraverso di te ed allora diventi molto distaccato. È così che puoi essere libero da queste cose.

### **D) Perché la mente va sempre verso pensieri negativi e cose negative?**

**SRI BHAGAVAN:** Vivete in un mondo dove tutto il sistema è strutturato in questo modo. I vostri pensieri negativi non sono vostri. Questo è l'insegnamento fondamentale del Dharma. È come per il televisore, a seconda del canale su cui vi sintonizzate, ricevete certi programmi. In questa sfera del pensiero ci sono sia programmi positivi che negativi. A seconda di come sono allineati i vostri Chakra, comincerete ad attrarre pensieri negativi o pensieri positivi. Se il canale viene cambiato, voi inizierete ad attrarre pensieri positivi.

Quindi non siete veramente responsabili di questo, invece voi tendete ad incolparvi. Come vi ho detto altre volte, siete come dei robot, dei computer. Siete continuamente programmati dalla sfera del pensiero o dal campo magnetico terrestre. Quindi se fate certi tipi di Dhyana (meditazioni), potete riallineare i chakra e, grazie a questo, attirerete automaticamente pensieri positivi.

I media di oggi sono una cosa terribile. Nei quotidiani e nelle riviste si dovrebbero pubblicare anche notizie positive. Invece riportano solo incidenti, omicidi, furti, imbrogli. Tutto questo è negativo. Man mano che questi input entrano in voi, i chakra assumono un certo tipo di allineamento. Da lì in poi cominciate a ricevere dalla sfera del pensiero solo cose negative. Questo è il problema della nostra società. Dovete parlare di più di cose positive. Dovete leggere giornali dove ci sono pagine dedicate solo alle cose positive o seguire canali televisivi dove vengono diffuse solo notizie positive. Se questo continua, i Chakra si riallineano. È per questo che dovete parlare sempre in modo positivo ai

bambini, e non permettere che guardino tutti i tipi di programmi televisivi, di giornali, di riviste. Perché questo è parte del problema.

**D) I pensieri negativi sono uno dei problemi che stiamo affrontando. Come uscirne e come uscire dalla ricerca della mente del piacere dei sensi, e come riuscire a focalizzare la mente?**

**SRI BHAGAVAN:** Dovreste aver notato che spesso non avete alcun controllo sui vostri pensieri. Sembra che i pensieri semplicemente fluiscono in voi e vi controllino. A volte scoprirete fluire in voi pensieri strani, che non vi piacciono. Se indagate, scoprirete che in realtà non sono pensieri vostri. Per questo, uno degli insegnamenti fondamentali del Dharma è "I tuoi pensieri non sono i tuoi pensieri".

Come ispiriamo ed espiriamo aria dall'atmosfera, allo stesso modo ispiriamo ed espiriamo pensieri dalla sfera dei pensieri. Così, noi introduciamo i pensieri attraverso l'Ajna Chakra (terzo occhio) e li trasmettiamo attraverso un punto della nuca, chiamato *bindu*.

Così noi riceviamo e trasmettiamo, e la sfera dei pensieri è vecchia di migliaia di anni. Vi sono immagazzinati tutti i ricordi di tutti gli esseri umani vissuti in migliaia di anni, non milioni di anni ma probabilmente da 11 o 12 mila anni. I pensieri sono immagazzinati lì e quei pensieri fluiscono attraverso di voi.

Non sono esattamente i vostri pensieri, sono i pensieri dell'intera Umanità vissuta negli ultimi 11 o 12 mila anni, ed essi continuano a fluire attraverso di voi e vi influenzano. Il tipo di pensieri che vi attraversa dipende da come sono allineati i vostri chakra. Come per il televisore, se cambiate canale ricevete un programma diverso. Quando i chakra sono allineati in un certo modo formano un'antenna che attira questi pensieri dalla sfera dei pensieri. Se essa è mal sintonizzata, si rischia di avere molti pensieri negativi. Se invece è ben sintonizzata, potreste avere pensieri positivi o una mescolanza di entrambi.

Ad esempio esiste il Vastu (scienza dell'architettura). La casa in cui vivete influirà direttamente sui vostri chakra dai quali inizierete a ricevere un certo tipo di pensieri. Per cui, nel caso abbiate troppi pensieri negativi, dovreste far controllare il Vastu della vostra abitazione. Inoltre dovete fare il Chakra Dhyana per allinearli correttamente.

Dopo di che dalla sfera del pensiero comincerete a ricevere più pensieri positivi, e se entreranno più pensieri positivi la mente diventerà più focalizzata. I pensieri negativi hanno la tendenza a mantenere la mente non focalizzata. I pensieri positivi aiutano la mente ad essere focalizzata e per avere pensieri positivi dovete avere i chakra allineati correttamente. Per cui una delle cose che faremo per voi nelle *yajnas* (rituali) sarà quella di aiutarvi ad avere i chakra allineati correttamente.

## **SRI BHAGAVAN – ON NEGATIVE THOUGHTS**

[http:// the-oneness-blessing.blogspot.it/2009/03/bhagavan-and-mind.html](http://the-oneness-blessing.blogspot.it/2009/03/bhagavan-and-mind.html)

“All feelings are old.” 22-06-2013

“The tragic story of man is, he feels responsible for being bad whereas he is not responsible.” 06-04-2013

*Sri AmmaBhagavan*

**Q) Bhagavan, the kind of thoughts I have, the kind of feelings I have, are they all designed by God? Is God putting those thoughts inside me? Is God putting desire into me? Is God putting violence into me?**

**Sri Bhagavan:** All these thoughts come from the thought sphere. The thought sphere is as old as man and every single thought of every being that has ever been on this planet, is recorded there and it is still there. These thoughts are flowing into and out of you.

What thoughts are flowing inside you and what thoughts are flowing out of you depends on your health condition, the place in which you are staying, the people around you and many other factors. It is like tuning into a television channel. There are so many channels there and you could tune in to any channel. If you tune into a channel called negative thoughts, you will be getting so many negative thoughts. If you tune into a channel called violent thoughts, you will be getting those thoughts.

Once you get this insight that you are not your thoughts, and these thoughts are not yours, then strangely you will find that you tune into a channel which is broadcasting silence and you receive that silence.

Otherwise you would be getting these thoughts and they are as old as man. They are not your thoughts. Some body could have had fear ten thousand years ago as he was being chased by a tiger. That thought could now enter you. It would not be fear of the tiger but it would be fear of the share market. But the same fear comes into you like that. Once you realize that your thoughts are not your thoughts, you could actually see how they are coming, how they are flowing through you and then you become very detached. That is how you could be free of these things.

**Q) Why does the mind always go towards negative thoughts and negative things?**

**Sri Bhagavan:** You live in a world where the whole system is so structured. See, your negative thoughts are not your thoughts. That's the fundamental teaching of the Dharma. So, like in TV depending on the channel you are switching on, you attract certain programmes. In this thought sphere there are also both negative and positive programmes.

Depending on the way your chakras are aligned, you start attracting negative thoughts. If the channel is changed, you start attracting positive thoughts. So, you are not really responsible for that as you tend to blame your self. As I told you, you are like a robot, a computer. You are being programmed continuously from the thought sphere or the earth's magnetic field. So, if you do certain kind of Dhyanas, we can realign the chakras, whereby it will automatically turn into positive thoughts.

One terrible thing is the media of today. In the newspaper and magazines they must also publish positive things. But everywhere they talk only about accidents, murder, looting, cheating. The whole thing is negative. As these inputs are going into you, the chakras acquire a specific kind of alignment. Thereafter you start turning only to the negative things in the thought sphere. That is the problem with our society. You must talk more positive things. You must have newspapers where there will be separate pages only for positive things or TV channels where they will be allotted only for positive news. If that goes on, the chakras will be realigned. That's why you must speak positively to children and not allow them to see all kinds of TV programmes, newspapers and magazines. Because that is a part of the problem.

**Q) Negative thoughts are one of the problems we are facing. How to come out of it and how to come out of the sensual pleasures seeking of the mind and how to focus the mind?**

**Sri Bhagavan:** You should have noticed very often that you have no control over your thoughts. Thoughts seem to be simply flowing into you and taking control of you. You'll sometimes find strange thoughts, which you do not like, flowing into you. If you would investigate, you will see that they are actually not your thoughts. That's why, one of the fundamental teachings of the Dharma is "Your thoughts are not your thoughts".

Just as you breathe in and breathe out air, from the atmosphere, similarly we breathe in thoughts and breathe out thoughts from what could be called the "thoughts sphere". So, we generally take in thoughts through the Ajneya chakra and then we also broadcast thoughts from the back of your head from a spot called the bindu. So we receive as well as we transmit and the thoughts sphere is thousands of years old where all the memories of all human beings who have lived for the past several thousands of years, not millions of years but probably eleven to twelve thousand years. The thoughts are stored there and these thoughts flow through you.

They are not exactly your thoughts, they are the thoughts of the whole of humanity that has lived from the past 11 or 12 thousand years and they continue to flow through you and that influences you. Now what kind of thoughts flow through you depends upon how your chakras are aligned. Like if you have a TV set, if you change the channel, you get a different programme.

So, these chakras when aligned in a particular way they form an antenna, which sucks in these thought from the thought sphere. Now, if it is wrongly tuned in, you are likely to get a lot of negative thoughts. If it is properly tuned you might get positive thoughts or you could get a mixture of both.

Vastu for example, the house in which you live will directly affect your chakras from which you start receiving certain kinds of thoughts. So, in case you are getting too many negative thoughts, you might have to check the Vastu of your house and then you have to do chakra Dhyana and get them properly aligned. Then, from the thought sphere you will get more positive thoughts and if more positive thoughts come in, the mind will become more focussed. Negative thoughts have a tendency of keeping the mind unfocussed. Positive thoughts help the mind to be focussed and to get these positive thoughts you must have your chakras properly aligned. So, one of the things we will be doing for you in the yajnas is to help you to have your chakras aligned properly.