

# UNENDLICHES LEBEN

Richtlinien für vollkommenes  
Wohlergehen und spirituelle  
Erfüllung



A Center for Spiritual Awareness Publication

ROY EUGENE DAVIS

Center for Spiritual Awareness  
Post Office Box 7  
Lakemont, Georgia 30552 (USA)  
info@csa-davis.org www.csa-davis.org  
Tel: 706-782-4723

Veröffentlichung, Übersetzung, Kopie und Weitergabe des Inhalts in Teilen oder im Ganzen unter Angabe des Verwendungszweckes gestattet. Informieren Sie Center for Spiritual Awareness Lakemont wann und auf welche Weise Sie davon Gebrauch gemacht haben.

Übersetzt von Harald und Marlies Reiske  
www.kriya-yoga.de

Roy Eugene Davis lehrt seit sechs Jahrzehnten in USA, Südamerika, Europa, Westafrika und Indien. Er wurde 1951 von Paramahansa Yogananda ordiniert und zum Lehren beauftragt.

Titelfoto: Bucht von Bengalen, Südindien

Meditationshalle im CSA-Zentrum



## EINLEITUNG

Wenn wir wissen, wie wir spontanen Zugang zu unseren innewohnenden Eigenschaften und dem Wissen unseres Selbst ermöglichen können, ergeben sich auf natürliche und angenehme Weise spirituelles Wachstum, ein sinnvolles und effektives Leben sowie harmonische Beziehungen.

Ein grundsätzliches Hindernis für spirituelles Wachstum ist die Gewohnheit, sich mit den wechselnden mentalen Zuständen und unseren persönlichen (Charakter-)Eigenschaften zu identifizieren. Wenn dieser Irrtum in unserer Wahrnehmung korrigiert wird, verschwinden Täuschungen, und unser Bewusstsein wird in seinen ursprünglichen Zustand der vollkommenen Ganzheit und reinen Klarheit zurückversetzt.

Die in den folgenden Seiten beschriebenen Übungen können dir dabei helfen Einsichten und Erfahrungen zu machen, die deine Lebensumstände verbessern und dein spirituelles Wachstum beschleunigen. In dem Maße wie innewohnende Eigenschaften und Selbst-Erkenntnis erwachen, entwickeln sich außerordentliche geistige und intuitive Fähigkeiten, die uns ermöglichen effektiver zu leben.

Um unser wahres Wesen und unsere ewige Beziehung zum UNENDLICHEN zu verwirklichen (d.h. zu erfahren und vollständig zu erkennen) ist es notwendig, dass wir in dieser gegenwärtigen Inkarnation zu freiem Ausdruck gelangen. Streben wir mit aufrichtigem Bemühen nach spiritueller Erleuchtung bereits in dieser Inkarnation statt nur zu hoffen, dass es irgendwann einmal möglich sein könnte – in ferner Zukunft, zu einer anderen

Zeit oder an einem anderen Ort, wo die Umstände vielleicht günstiger sind.

Vereinfachen wir unser Leben, indem wir uns auf das konzentrieren, was uns ermöglicht mit den Mitmenschen, der Natur und unserer Umwelt in Harmonie zu leben.

Tue dein Bestes um sinnvoll zu leben und fördere dein spirituelles Wachstum, während du zugleich offen bist für die Hilfe, Unterstützung und Versorgung der Schöpfung und dem Einfluss der Gnade, welche sich in dir offenbart und die sich in deinem Leben zeigt.

Fasse den Entschluss schnell zu erwachen und die Stufen des Überbewusstseins, der SELBST- und Gottesverwirklichung, des kosmischen Bewusstseins zu durchschreiten, um vollkommene Befreiung des Bewusstseins zu erfahren.

Lies diese Broschüre mehrmals.

Wende die Richtlinien und Übungen an.

Sprich die empfohlenen Bejahungen mit fester Überzeugung und Vergegenwärtigung.

Versenke dich täglich in die tiefe Stille der Meditation.

Mit den allerbesten Wünschen  
und unaufhörlichem Segen,

Roy Eugene Davis



# EINS

## **Sei dir immer deines unsterblichen wahren Wesens und deiner ewigen Beziehung mit dem UNENDLICHEN bewusst**

Glaube nicht, dass du irgendetwas tun musst um ein unsterbliches spirituelles Wesen zu werden oder um zu einer ewigen Beziehung mit dem UNENDLICHEN zu gelangen.

Du bist bereits ein unsterbliches spirituelles Wesen das in ewiger Beziehung mit dem UNENDLICHEN steht, weil du eine makellose Einheit einer höchsten Wirklichkeit, die man gewöhnlich als Gott bezeichnet, bist.

Wenn du dir dessen noch nicht vollkommen bewusst bist lerne deinen Geist zu beruhigen und dein Bewusstsein zu klären, dann wird sich die Wahrheit in dir offenbaren.

Wenn du vom Schlaf erwachst, sowie während der täglichen Aktivitäten, während des Umganges mit deinem Mitmenschen und während regelmäßiger Momente stiller Reflexion erinnere dich:

**Ich bin ein unsterbliches, spirituelles Wesen  
und auf ewig mit dem UNENDLICHEN verbunden.**

## ZWEI

### Fördere dein spirituelles Wachstum mit positiver mentaler Einstellung und täglicher Meditation

Wenn unsere innewohnenden Eigenschaften erwachen und unsere Fähigkeit Wissen zu erkennen – auch das höhere Wissen über unser SELBST – und wir dies in unserem Leben auch mühelos ausdrücken können, geschieht authentisches spirituelles Wachstum.

Pflege dein spirituelles Wachstum, indem du dich intensiv danach sehnst vollkommen bewusst zu sein, mit der Überzeugung, dass du dies kannst und es auch möglich ist. Halte dich dazu an eine tägliche Meditationspraxis, die dich vorwärts bringt.

Kontempliere über dein wahres Wesen (kontemplieren: etwas mit wacher Erwartung betrachten). Mit Übung wird sich die Betrachtungsweise verändern: anstelle über den Wesenskern deines wahren Wesens zu kontemplieren, erfährst du nun dein wahres Sein.

*Anerkenne mit voller Überzeugung:*

Ich bin eins mit der Höchsten WIRKLICHKEIT.  
Was wahr ist über sie, ist auch wahr über mich:  
Ihr Strahlen erleuchtet meinen Geist,  
Ihre Allwissenheit erleuchtet mein Bewusstsein,  
Ihre Allgegenwart sorgt für mich,  
Ihre Allmacht gibt mir Kraft und Stärke.

# DREI

## Sei freundlich, ehrlich und wahrhaftig

In allen spirituellen Traditionen wird auf moralisches Denken und Verhalten Wert gelegt, denn sie bilden ein festes Fundament für ein ausgeglichenes Leben auf allen Ebenen und für harmonisches Wachstum zu emotionaler und spiritueller Reife.

Moralisches Denken und Verhalten trägt zu Gemütsfrieden und zu harmonischen und förderlichen Beziehungen mit unseren Mitmenschen und unserer Umwelt bei.

Wenn es dir nicht immer leicht fällt freundlich, ehrlich und wahrhaftig zu sein, so übe dich darin in der gewünschten Weise zu denken, zu fühlen und zu handeln, bis du es ganz natürlich findest so zu sein. Du erfährst dadurch Frieden in deinem Gemüt, Zufriedenheit der Seele und die volle Unterstützung der Schöpfung und der Gnade: ungeplante, unerwartete glückliche Umstände.

Tue das, was korrekt und angemessen ist, weil es richtig ist und ohne dafür Anerkennung oder Belohnung zu erwarten.

*Bejahe mit voller Überzeugung:*

Ich denke und handle immer in Übereinstimmung mit dem, was ich als korrekt und angemessen erkenne.

## VIER

### **Lassen wir anderen die Freiheit entsprechend ihrer Fähigkeiten zu emotionaler und spiritueller Reife heranzureifen.**

Menschen haben unterschiedliche psychologische Charaktere, intellektuelle Fähigkeiten und Begabungen. Erlaube aufgrund dieser Einsicht den Mitmenschen zu lernen, zu wachsen und sich kreativ auszudrücken wie es am besten für sie ist, ohne von deiner Seite aus zu bewerten oder dem Gefühl eingreifen zu müssen. Wenn Hilfe erwünscht ist, so unterstütze deinen Mitmenschen auf praktische Weise, wenn du kannst.

Tue nach der Meditation folgendes: Anerkenne das gesamte Leben in unserem Universum. Richte dann deine Aufmerksamkeit auf unseren Planeten mit seinen mehr als sieben Milliarden Menschen und den vielen Millionen Lebensformen. Sende das klare, strahlende Bewusstsein deines wahren Wesens und deinen guten Willen an jeden Menschen und an alle Lebensformen.

*Sprich voller Mitgefühl und Verständnis:*

Selbstlos wünsche ich allen Lebensformen  
und allen, die von meinem Bewusstseinszustand  
und meinem Tun beeinflusst werden, höchstes Wohlergehen.

# FÜNF

## **Erweisen wir jedem Ehre, der uns Wissen vermittelt und uns Gelegenheit zum Lernen und zum Wachsen gegeben hat.**

Schließen wir dabei alle Vorfahren, Eltern, Freunde und Bekannte mit ein und auch Leute, die wir nicht kennen oder niemals kennenlernen werden, die aufgrund ihrer Worte, Taten oder anderer positiver Einflüsse unser Leben besser gemacht haben.

Sei dankbar für das Glück, das du hattest und weiterhin haben wirst – und auch für die manchmal schwierigen Situationen und Zeiten, die dazu beigetragen haben deine innewohnenden Kräfte herauszufordern, und die dir geholfen haben zu lernen und zu wachsen.

Alle Seelen sind Einheiten der einen Quelle des Lebens. Schau hinter die äußere Erscheinung auf den Wesenskern eines jeden Menschen – und erweise ihm respektvoll die Ehre.

*Anerkenne voller Mitgefühl:*

Mir fällt es leicht, durch äußere Erscheinungen, persönliche Eigenschaften, Worte und Verhaltensweisen hindurchzuschauen und das wahre Seelenwesen jedes Menschen zu sehen und ihm Achtung zu erweisen.

## SECHS

### Steigere deine geistigen und intellektuellen Fähigkeiten

Unser menschlicher Geist speichert Eindrücke (Erinnerungen) von Wahrnehmungen und befähigt uns zu denken. Er ist ein Teil des kosmischen Geistes, welcher auf unsere Gedanken, Wünsche, Vorstellungen, Erwartungen und Absichten reagiert. Steigere deine Fähigkeiten des Gedächtnisses und des vernunftgeleiteten Denkens, imaginiere auf kreative Weise und erzeuge und ziehe damit ideale Umstände und Erfahrungen an.

Das Unterscheidungsvermögen unserer Intelligenz befähigt uns die Wahrheit über das, was wir untersuchen und überprüfen, zu erkennen. Nutze diese Unterscheidungskraft, um Probleme zu lösen, Wissen zu erwerben und um mit ihrer Hilfe zu erkennen, dass wir nicht Gedanken und Stimmungen sind; verfallen wir nicht in das fälschliche Gefühl einer Eigenidentität, sondern erkennen wir, dass unser wahres Wesen der Beobachter und Wissende ist.

Mentale, geistige und intellektuelle Kräfte und Fähigkeiten des Gehirns steigern sich, wenn sie genutzt werden.

*Bejahe voller Überzeugung:*

Ich denke vernunftgeleitet und konstruktiv und erkenne klar und deutlich die Wahrheit dessen, was ich wahrnehme.

# SIEBEN

## Sorge für Dein vollkommenes Wohlergehen

- Sorge für regelmäßige Bewegung, um den Muskeltonus und die Leistungsfähigkeit des Körpers aufrecht zu erhalten, damit Herz, Gefäße und Atmung gesund funktionieren und die Knochendichte und ein hohes Energieniveau erhalten bleiben.
- Achte auf genügend Schlaf. Schlafmangel kann zu geistiger Verwirrtheit, Bewusstseinsstörungen, verminderter Leistungsfähigkeit, mangelnder Konzentration und zu vermehrter Unfallanfälligkeit führen.
- Wähle vollwertige natürliche Nahrungsmittel, die am besten für deine Konstitution geeignet sind.
- Pflege Lebensfreude und Optimismus. Sie stärken das Immunsystem und inspirieren dich zu einem Leben, das auf höhere Ziele ausgerichtet ist.
- Ein vermehrtes spirituelles Gewahrsein wird dein Nervensystem verfeinern, deinen Körper vitalisieren und dein Bewusstsein klären und erweitern.

*Bejahe mit voller Überzeugung:*

Ich tue alles was notwendig ist, damit ich spirituell bewusst,  
geistig wach,  
physisch gesund und voller Energie bin.

# ACHT

## Nutze Wissen und Fähigkeiten weise und effektiv

Wissen ist nutzlos, wenn es nicht weise und effektiv angewendet wird. Wenn du weißt, was du für dein höchstes Wohl tun sollst, dann tue es.

Zu deinem höchsten Wohl gehören alle Umstände, Beziehungen, Handlungsweisen und Erfahrungen, die dich befähigen Ziele zu erreichen, die von echtem Wert für dich und andere sind, und die deine innewohnenden göttlichen Eigenschaften, Fähigkeiten und Kenntnisse erwecken und zum Ausdruck bringen.

Sei neugierig. Experimentiere auf weise Art. Lerne, und entdecke wie leicht es sei kann sich lebensverbessernde Wünsche und wahre Bedürfnisse zu erfüllen und wie man spirituelles Wachstum fördert bis man SELBST- und Gottverwirklicht ist.

Verwirklichung bedeutet eine tatsächliche Erfahrung in Verbindung mit vollständigem Wissen.

*Bejahe mit Entschlossenheit:*

Ich nutze mein Wissen und meine Fähigkeiten weise und effektiv, und strebe weiterhin danach noch mehr nützliches Wissen und Fähigkeiten zu erwerben.

## NEUN

**Lass deine Mitmenschen an deinem Wissen und deinen Fähigkeiten teilhaben, teile mit ihnen großzügig dein erleuchtetes Bewusstsein und gib von deinem materiellen Wohlstand.**

Das größte Geschenk, das du anderen machen kannst, ist ein beständiges Verankertsein im Gewahrsein der SELBST- und Gotterkenntnis. Das strahlende Bewusstsein deines wahren Wesens durchdringt das kollektive Bewusstsein allen Lebens im Universum und ist für alle von Nutzen.

Wenn es dir möglich ist, so hilf auf praktische Weise. Spende Geld an gut organisierte Unternehmen, die eine echte Hilfe und Stütze für Menschen in Not bewirken. Unterstütze kulturelle Ereignisse und Aktivitäten.

Wenn du dein Wissen und deine Fähigkeiten Einzelnen oder Gruppen anbietest, vergewissere dich, ob sie dafür offen sind. Unterstütze Aktivitäten, die der spirituellen Erziehung dienen und die den Menschen Gelegenheit geben die Tatsachen des Lebens zu erlernen und spirituell bewusster zu werden.

Sprich mit voller Überzeugung:

Mein guter Wille strahlt aus an alles Leben.  
Ich bin in meinem Tun und Handeln stets eine Inspiration für  
den Mitmenschen.

## ZEHN

### Inspiriere andere, damit auch sie das Beste auf allen Ebenen in ihrem Leben erfahren und ausdrücken

Was ist das Beste? Es sind Bewusstseinszustände, intellektuelle Fähigkeiten, körperliche Bedingungen, Verhaltensweisen, Umstände und Erfahrungen von höchster Qualität und wahren persönlichem Wert.

Geistige Einstellungen und Gemütszustände sind ansteckend: sie werden oft sehr schnell von einem zum anderen übertragen.

Sei für andere durch eine frohgestimmte, selbstsichere geistige Einstellung und durch weises entschlossenes Handeln eine inspirierende und positive Motivation, die sie zur Nachahmung anspricht.

#### *Sprich voller Selbstvertrauen:*

In dem Wissen, dass ich ein unsterbliches spirituelles Wesen bin,  
denke und handle ich immer auf eine Weise, die bewirkt,  
dass ich mein grenzenloses Leben stets auf kreative Art und  
Weise lebe.

Diese Freiheit, sowie geistigen und emotionalen Frieden und  
spirituelles Gewahrsein,  
das ich beständig erfahre, wünsche ich aufrichtig jedem Menschen.

Verteile diese Broschüre an Menschen,  
die aufrichtig an vollkommenem Wohlergehen  
und an Spiritualität interessiert sind.

Englische Ausgabe: bis zu 100 Stück je 25 Cent

100 Stück oder mehr: 20 \$ für jeweils 100 Stück

Bestellung per Post:  
Center for Spiritual Awareness  
Post Office Box 7  
Lakemont, Georgia 30552 (U.S.A.)

oder

[info@csa-davis.org](mailto:info@csa-davis.org)  
Telefon: 1-706-782-4723  
MO – FR 08.00 Uhr – 15.00 Uhr (Zeitzone der Ostküste)

Besuche öfters unsere website  
[www.csa-davis.org](http://www.csa-davis.org)

Lies diese Broschüre oder downloade sie dir kostenfrei.  
Auch das Truth Journal Magazine und andere Schriften, sowie  
Video- und Audioaufnahmen von Roy Eugene Davis sind hier  
erhältlich. Ebenso kannst du hier Termine für Meditation-  
sseminare und Veranstaltungen im CSA Zentrum entnehmen.  
Buch-, DVD- und CD-Bestellung online möglich

*Bejahe mit tiefer Überzeugung*

**Die strahlende Klarheit meines wahren Wesens  
erleuchtet beständig meinen Geist und mein  
Bewusstsein. Ich wünsche jedem, wo immer er sich  
auch befindet, die grenzenlose, mit Freude erfüllte  
Freiheit, die ich beständig erfahre.**



**Center for Spiritual Awareness  
Lakemont, Georgia (U.S.A.)  
[www.csa-davis.org](http://www.csa-davis.org)**