

# La Vida Infinita

Guías para el Bienestar  
Completo y la Realización  
Espiritual

A Center for Spiritual Awareness Publication



ROY EUGENE DAVIS

*Copyright 2013 por Roy Eugene Davis*

Por Roy Eugene Davis - Director Espiritual de CSA  
[www.csa-davis.org](http://www.csa-davis.org)

Traducción y Correcciones  
Gloria J. Donohue-Little, Ministra de CSA,  
Guía Espiritual en la Tradición de Kriya Yoga  
[www.gloriasyogacenter.com](http://www.gloriasyogacenter.com)

CSA Press  
PO Box 7  
Lakemont, Georgia 30552-0001

Teléfono No. 706-782-4723  
Fax No. 706-782-4560  
Email: [csainc@csa-davis.org](mailto:csainc@csa-davis.org)  
Sitio en la red: [www.csa-davis.org](http://www.csa-davis.org)

CSA Press es el departamento publicitario  
del Center for Spiritual Awareness

Meditation Hall at CSA Headquarters



## INTRODUCCIÓN

Nutrir el crecimiento espiritual, vivir eficazmente y tener relaciones armoniosas pueden ser naturales y agradables, cuando permitimos que emerjan espontáneamente, nuestras cualidades naturales (innatas) y el Auto-conocimiento.

Un gran obstáculo hacia el crecimiento espiritual es el hábito de identificarse con los estados modificados mentales y las características de la personalidad. Cuando se corrige este error, se eliminan las fantasías y nuestra conciencia se restaura a su entereza original y pura.

Las practicas descritas en las siguientes paginas, te facilitarán conocimientos y experiencias que mejorarán tus circunstancias y posibilitarán tu crecimiento espiritual. A medida que tus cualidades innatas y el Auto-conocimiento emergen, tendrás poderes mentales e intuitivos extraordinarios y así podrás vivir más eficazmente.

Realizar (experimentar y conocer completamente) nuestra verdadera naturaleza y nuestra relación Eterna con el Infinito, significa expresarse libremente en esta encarnación. Aspira sinceramente a ser espiritualmente

iluminado ahora, en vez de esperar hacerlo en un futuro lejano, en otro tiempo o lugar y cuando las condiciones sean más favorables.

Simplifica tu vida, concentrándote en hacer aquello que facilite que vivas armoniosamente con los demás, la naturaleza y el medioambiente.

Haz lo mejor que puedas para vivir correcta y eficazmente y así nutrir el crecimiento espiritual, mientras te abres hacia el bien, apoyo y provisiones de la naturaleza y las influencias de gracia que emergen desde lo profundo de tu ser y se expresan alrededor de ti.

Decide despertar rápidamente a través de las etapas de super-conciencia, Auto-realización y Realización en Dios, Conciencia Cósmica y la completa liberación de la conciencia.

Lee este pequeño libro varias veces.

Adopta sus guías y practicas.

Repite las afirmaciones con convicción y realización.

Medita diariamente en el silencio profundo.

Con continuas bendiciones,

Roy Eugene Davis y  
Gloria J. Donohue-Little



# UNO

## **Sé Siempre Consciente de Tu Esencia Inmortal y tu Eterna Relación con el Infinito**

No pienses que tienes que hacer algo para ser un ser inmortal y espiritual o para tener una relación eterna con el Infinito.

Tu ya eres un ser inmortal y espiritual y tienes una relación con el Infinito, porque eres una unidad perfecta de aquella Realidad Única, que comúnmente llamamos Dios.

Si no estás todavía completamente consciente de lo que eres y de la Realidad Única, a medida que aprendas a aquietar tu mente y aclarar tu conciencia, esa verdad se te revelará interiormente.

Cuando despiertes de tu sueño, durante el día y en todo momento, mientras estás activo y relacionándote con los demás, durante los momentos tranquilos de reflexión, recuerda y afirma:

Soy un ser inmortal y espiritual.  
Tengo una relación eterna con el Infinito.

## DOS

### **Nutre Tu Crecimiento Espiritual con una Actitud Mental Positiva y Meditando Diariamente**

El crecimiento espiritual auténtico ocurre cuando emerge naturalmente el Auto-conocimiento y el conocimiento Superior, gracias a nuestras cualidades innatas y la capacidad de saber y de poder expresarnos.

Nutre tu crecimiento espiritual aspirando fervientemente ser completamente consciente, creyendo que lo puedes hacer y adoptando un régimen de practica de meditación diaria.

Contempla (observa con alerta expectativa de descubrimiento) tu esencia pura de ser. Con la practica, tendrás cambios de punto de vista: desde la contemplación de tu ser puro también experimentarás lo que realmente eres.

#### *Reconoce esta Realización*

Soy Uno con la Única Realidad.

Su verdad es mi verdad.

Su luz ilumina mi mente.

Su Omnisciencia ilumina mi conciencia.

Su Omnipresencia me proporciona todo.

Su Omnipotencia me da poder.

## TRES

### **Sé Amable, Honesto y Dí Siempre la Verdad**

Las acciones y actitudes mentales proporcionan una fundación firme para una vida sana y para crecer hacia la madurez emocional y espiritual; es por esta razón que se enfatizan en todas las tradiciones espirituales.

Las acciones y pensamientos morales contribuyen a la paz mental, a relaciones armoniosas y sanas con los demás y condiciones medioambientales benéficas. Si no te es siempre fácil ser amable y honesto, entrénate a pensar, sentir y actuar correctamente, hasta que te sea natural. Tendrás paz mental, satisfacción espiritual y el completo apoyo de los procesos de la naturaleza y la gracia: la buena e inesperada fortuna, otorgada libremente.

Siempre haz lo que es correcto y apropiado, porque es lo correcto, sin esperar (desear) ningún reconocimiento o beneficio.

*Afirma con Convicción*

Siempre pienso y actúo de acuerdo con  
lo que sé que es  
correcto y apropiado.

## CUATRO

### **Permite en los Demás su Crecimiento, Su Madurez Emocional y Espiritual y de Acuerdo a Su Capacidad**

Las personas tienen características psicológicas, capacidades intelectuales y habilidades diferentes. Sabiendo esto y sin juzgar o esforzar nada, permite que los demás aprendan, crezcan y se expresen con creatividad y de su mejor manera. Ayúdalos cuando puedas de un modo practico siempre y cuando necesiten tu ayuda.

Después de meditar, reconoce la vida en nuestro universo, enfoca tu atención en nuestro planeta con más de siete billones de personas y millones de formas de vida. Expande la pureza de tu esencia de ser y tu buena voluntad hacia todos y todas las formas de vida.

#### *Declara con Convicción*

Sin egoísmo, deseo el bien superior  
para todas las formas de vida  
y para todos aquellos que se benefician  
de mis estados de conciencia,  
acciones y estados mentales.



## CINCO

### **Agradece y Reconoce a Todo Aquel que Te Ha Inculcado Conocimientos y Oportunidades de Aprendizaje y Crecimiento**

Incluye a todos tus antepasados, tus padres y familia, amistades, asociados y personas que no conoces y que tal vez nunca conocerás, que han mejorado tu vida por medio de sus palabras y/o acciones influyentes positivas en tu vida. Agradece toda la buena fortuna que has tenido y que continuarás teniendo, y también por aquellas situaciones dificultosas y experiencias que despertaron tus poderes innatos y que te ayudaron aprender y crecer.

Todas las almas son unidades de una Fuente de Vida. Mira más allá de las apariencias hacia el centro (el Ser) de cada persona; respetuosamente reconócelo.

#### *Reconoce con Compasión*

Fácilmente miro más allá de las apariencias exteriores, las características personales, las palabras y acciones. Respetuosamente reconozco la esencia de Ser de cada persona.

# SEIS

## Mejora Tus Habilidades Mentales e Intelectuales

Nuestra mente retiene impresiones (recuerdos) de todas las percepciones y nos posibilita el pensamiento. Es una unidad de la mente cósmica que responde a nuestros pensamientos, deseos, imaginación, expectativas e intenciones. Mejora tus habilidades para recordar, pensar racionalmente, imaginar con creatividad, producir y atraer circunstancias y experiencias ideales.

Nuestra inteligencia discriminadora nos posibilita discernir la verdad de lo que se examina. Úsala para resolver problemas, adquirir conocimientos y discernir la diferencia entre los pensamientos, estados anímicos, el sentido erróneo de identidad y tu verdadera naturaleza como el observador y el conocedor.

Los poderes mentales e intelectuales y las capacidades de procesar del cerebro, mejoran cuando se los usa.

*Afirma con Intención*

Pienso racional y constructivamente y veo correctamente la verdad de lo que observo.

# SIETE

## Nutre Tu Bienestar Total

- Haz ejercicios con regularidad para mantener la salud de los músculos, el corazón, aparato respiratorio y vascular, la densidad normal de los huesos y niveles de energía altos.
- Obtiene el sueño y descanso suficientes. La falta de sueño puede resultar en la confusión mental, concentración dificultosa, conciencia confusa y la habilidad reducida de funcionar eficazmente y así estar abierto a accidentes.
- Escoge una dieta con alimentos sanos y naturales que sean apropiados para tu constitución física.
- Cultiva la alegría y optimismo, te ayudarán mantener tu sistema de inmunidad fuerte y sano e inspirarán propósitos válidos.
- Tu conciencia espiritual activa, afinará tu sistema nervioso, dará vitalidad a tu cuerpo, aclarará y expandirá tu conciencia.

*Declara con Convicción*

Hago todo lo que debo hacer para ser espiritualmente consciente, mentalmente alerta, físicamente saludable y lleno de energía.

## OCHO

### Usa Tus Conocimientos y Experiencia, Sabia y Eficientemente

Los conocimientos son inútiles si no se usan experta y eficientemente. Cuando sabes lo que debes hacer para tu máximo bien, hazlo.

Tu máximo bien incluye todas las condiciones, relaciones, acciones y experiencias que te posibilitan realizar tus propósitos, los cuales son de verdadero valor para ti y los demás; y así también para despertar y realizar tus capacidades, cualidades y conocimientos innatos y divinos.

Sé curioso. Experimenta sabiamente. Aprende y aplícate al descubrimiento de cuan fácilmente los deseos alentadores se realizan, satisfacen las necesidades reales, y nutren el crecimiento espiritual, continua así, hasta que seas Auto-realizado y realizado en Dios.

La Realización es una experiencia actual junto con el conocimiento realizado.

*Afirma Decisivamente*

Sabia y eficientemente uso los conocimientos y experiencias que poseo, mientras adquiero habilidades y conocimientos nuevos y útiles.

## NUEVE

### **Libremente Comparte con los Demás Tu Conciencia Iluminada, Experiencia, Conocimientos y Recursos Materiales**

El mejor regalo que puedes ofrecer a los demás es de ser constantemente Auto-realizado y Realizado en Dios. Que la luz radiante de tu esencia de ser prevalezca en la conciencia colectiva de toda la vida en el universo y sea de beneficio para todos.

Haz todo lo que sea practico. Dona dinero a organizaciones cuyos fines proporcionan servicios y ayudan a los necesitados. Ayuda en las actividades y hechos culturales.

Si puedes ofrecer tus conocimientos y experiencias a individuos o grupos, contáctalos y averigua si están interesados.

Ayuda a los demás en su busca de oportunidades de aprendizaje sobre los hechos de la vida y a ser más espiritualmente conscientes.

#### *Declara con Convicción*

Constantemente expando la buena voluntad a toda la vida y hago todo lo practico para inspirar a los demás.

## DIEZ

### Inspira a los Demás a Experimentar y Expresar Excelencia en Todos los Aspectos de Sus Vidas

Algunas de las características de Excelencia comprenden los estados de conciencia, actitudes mentales, habilidades intelectuales, condiciones físicas, acciones, conductas, y experiencias de óptima calidad y valor personal.

Las actitudes mentales y los estados emocionales son contagiosos: muy a menudo, se transmiten fácil y rápidamente de una persona a otra.

Inspira y constructivamente motiva a los demás de manera que se inspiren, con actitudes mentales positivas y alegres, la autoconfianza y acciones decisivas sabias.

#### *Declara con Confianza*

Sabiendo que soy un Ser Inmortal Espiritual,  
siempre pienso y actúo como un ser fuerte;  
constantemente experimento y con creatividad expreso mi Vida Infinita.

La libertad, paz mental y emocional y la conciencia espiritual que constantemente experimento, la deseo para todos.

## Acerca del Autor

Roy Eugene Davis, discípulo directo de Paramahansa Yogananda, es un profesor internacionalmente aclamado de meditación y los procesos del crecimiento espiritual. Es el autor de varios libros que han sido publicados en más de diez idiomas, y el fundador del Center for Spiritual Awareness con sus oficinas principales en el noreste de Georgia.

Center for Spiritual Awareness  
Post Office Box 7

Lakemont, Georgia 30552 (U.S.A.)

or

[info@csa-davis.org](mailto:info@csa-davis.org)

Telephone: 1-706-782-4723

Weekdays 8 a.m. – 3 p.m. East Coast Time

[www.csa-davis.org](http://www.csa-davis.org)

*Declara con Convicción*

**La pureza radiante de mi Esencia de Ser  
continuamente ilumina mi mente y  
conciencia.**

**La libertad ilimitada y  
el gozo que siempre tengo,  
lo deseo para todos en todo lugar.**



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