ATITUDE KARMA YOGA - A causa de minha Atitude Negativa é porque eu não estou feliz com o que a vida me apresenta.... Quantas vezes nos ouvimos isso de nos mesmos e dos outros? Mas que tal fazermos uma inversão de sentido nessa frase; Eu não sou feliz com a vida porque eu cultivei e desenvolvi atitudes negativas para com ela? A nossa atitude mental é tudo!

As nossa experiencias são moldadas, desenhadas, coloridas e perfumadas por nossas atitudes. As nossas experiencias são simplesmente as nossas projecoes/interpretações que ocorrem naturalmente toda vez que contatamos e processamos objetos de experiencia em nosso meio ambiente.

E o que são as nossas atitudes? São grupos de registrações/memorias de experiencias passadas que constituem um tipo de espelho mental que reflete de modo distorcida essa belíssima experiencia de vida como seres humanos que nos foi propiciada. Então a nossa próxima questão logica é; como cultivar e desenvolver atitudes positivas?

Somente uma mente sattivica sera realmente capaz de desenvolver uma atitude positiva para com a vida. Uma mente sattivica significa um mente calma, estável, focada - e um coração tranquilo, livre de agitações e aflições emocionais - uma mente com a capacidade de refletir o meio ambiente sem distorções e ofuscações. Dessa forma, o objetivo de todo buscador espiritual é o cultivar e desenvolver uma mente sattivica.

Quando a mente é purificada e consequentemente sattivica o individuo reconhece o grande privilegio pela oportunidade que nos foi dada; um ser-humano dotado de um intelecto capaz de enxegar a divindade em tudo! Essa atitude se chama; Karma Yoga Atitude, e’ uma atitude de profunda gratidão e dedicacão a Isvara, uma compreensão cristalina de que todos, em nossa realidade aparente, somos operados e guiados por Isvara.

A estudo, assimilação e aplicação do Karma Yoga gradualmente transforma nossas emoções em Devoção e Gratidão, acelerando assim o processo de purificação da mente do individuo. Nagarjuna