

Una strofa della *Chandogyopanishad*

Come un uccello legato con una corda, dopo aver volato in varie direzioni senza trovare da nessuna parte un luogo di riposo, si accomoda nel luogo dove è tenuto legato, così anche la mente, dopo aver volato in varie direzioni senza trovare da nessuna parte un luogo di riposo, si accomoda nel respiro, perché la mente è legata al respiro.

Chandogyopanishad 6.8.2; traduzione inglese © 2017 SYDA Foundation.

© 2017 SYDA Foundation. Tutti i diritti riservati.