

मन व ध्यान के विषय पर शास्त्रों से लिए गए श्लोक

शास्त्रों से लिए गए ये श्लोक, मन को स्थिर करने व बुद्धि को शुद्ध करने की ध्यान की शक्ति को समझाते हैं और वे इस बात का वर्णन करते हैं कि किस प्रकार परिष्कृत बुद्धि एक साधन बन जाती है जिसके माध्यम से आप आत्मा के प्रकाश की अनुभूति कर सकते हैं। ये श्लोक, भारत की दो महान दार्शनिक परम्पराओं के ग्रन्थों से लिए गए हैं।



© २०२३ एस.वाय.डी.ए. फ़ाउन्डेशन®। सर्वाधिकार सुरक्षित।