

Mon Seigneur aime les cœurs purs par Gurumayi Chidvilasananda

Extrait 28

La discipline est une question de concentration : il s'agit de surveiller tout ce qui s'élève dans votre esprit, d'en être témoin et d'acquérir la capacité effective de comprendre le point de départ du processus, de détecter les germes du désir et de la colère. Lorsque vous pouvez suivre la colère et le désir insatisfait à la trace sans être entraîné par eux, l'on peut dire de vous que vous êtes vraiment discipliné et que vous avez acquis la faculté de vous comprendre vous-même.



© 2022 SYDA Foundation®. Tous droits réservés.

Swami Chidvilasananda, « L'absence de colère », 1^{re} partie, chap. 5 de *Mon Seigneur aime les cœurs purs. Le yoga des vertus divines*. (South Fallsburg, NY : SYDA Foundation, 1995), p. 71.