

# 神は純粋な心を愛する

グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダ

## 抜粋28

規律とは集中の問題であり、湧き上がってくるものと静まっていくものを見ることです。観察者になり、欲望と怒りの種子、まさにそのプロセスの始まりを実際に理解する力を得ることなのです。怒りや満たされない欲望が指し示す方向へ押し流されることなく、それらの足跡をたどることができた時、あなたは規律ある者、自分自身を理解する力を得た人と呼ばれるのです。



© 2022 SYDA Foundation®. 著作権所有。

グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダ著『神は純粋な心を愛する』第5章「怒りから自由になる(第1部)」(SYDA Foundation 2005) 64 ページ