

Мой Господь любит чистое сердце Гурумайи Чидвиласананда

Отрывок 28

Дисциплина – это вопрос сосредоточенности, наблюдения за тем, что возникает и что исчезает, свидетельство происходящего, дающее возможность действительно понять самые начала процесса зарождения желаний и гнева. Когда вы сможете фиксировать каждый шаг гнева и неосуществленных желаний, не следуя за ними, куда бы они ни вели, тогда вас можно будет назвать дисциплинированным, то есть тем, кто обрел силу для осознания себя.



© 2022 SYDA Foundation®. Все права защищены.

Гурумайи Чидвиласананда, «Свобода от гнева», Часть 1, глава 5 в *Мой Господь любит чистое сердце: Йога божественных добродетелей* (South Fallsburg, NY: SYDA Foundation, 2004), стр. 61.