

# **Rozlišovanie tela, duše a ducha**

**Zamyslenie, otázka:**

**Ako človek dokáže vytvoriť predstavu?**

**Dnes je situácia taká, že v existenciu ducha človeka a duchovného sveta veríme, nie že by sme ho poznali. Ale my musíme ducha poznať.**

**Duch chce podporiť vývoj človeka. Duch je sloboda.**

**Táto joga je preto tak náročná, lebo nie je založená na tom, čo človek dobre pozná, ale začíname práve tým, čo ešte nepoznáme a čo musíme rozvinúť a takto pripojiť k tomu známemu a už existujúcemu niečo nové.**

**Telo má žiadosti, duša sa chce rozpínať a duch by chcel v živote niečo vytvoriť.**

**Telo konzumuje, duša vstupuje do vzťahov a duch ostáva neprestajne prítomný, nikdy nemôže zomrieť, duchovný princíp ostáva aj po smrti.**

**Pre meditáciu si každý z nás vytvorí obraz o význame tela, duše a ducha.**