

10. decembra 2022

Meditačný obsah č.168:

Počas ďalšieho týždňa treba ešte znova pestovať ten istý meditačný obsah, ktorý bol sformulovaný v predchádzajúcom liste.

Zdravie si vyžaduje neustále prekonávanie všetkého chorého a všetkých zväzujúcich pripútaností. Guny uvedené vo filozofii sankhja – *tamas* (pohodlnosť, ignorancia) a *radžas* (nevhodné formy žiadostí) musia byť prekonané neustálou snahou o čistotu (*sattva*

) a dokonca ešte viac, o vzrastajúce poznanie (*džňána*

). Z tohto dôvodu si zdravie vyžaduje nepretržitú činnosť vedome orientovanej, zmysluplnej a obsažnej duchovnej práce. Bez tejto pokračujúcej činnosti nemôže anjel v duševnom tele dospieť k tomu, aby tvoril a človek by znovu a znovu prepadával stále sa opakujúcim fyzickým zväzujúcim silám.

Pomocou týchto niekoľkých riadkov možno ešte lepšie pochopiť obsah meditácie:

Zapaľujem v sebe myšlienku, ktorá je duchovne pravdivá, ktorú vyberiem z písomností a urobím ju zmyslom môjho života a mojím životným ideálom. Pomocou tejto nastávajúcej a rastúcej myšlienky sa obohatí nielen moja duša, ale aj životná situácia chorého a usporiada sa okolité prostredie. Kvôli svojmu životnému poslaniu sa zriekam škaredosti pripútaností a z nich vyplývajúcich strachov.

[meditácia č. 167](#) < späť [zoznam meditačných obsahov](#) vpred > [meditácia č. 169](#)