

Controllare i sensi

Scritto da Rosario Castello

Giovedì 15 Maggio 2014 00:00 -

“Lo Yoga della meditazione è possibile solo se si agisce senza desiderare i frutti delle azioni. Se la mente non è tenuta sotto controllo e non è ben disposta verso gli ordini che riceve, può divenire la più grande nemica; pertanto vivi in solitudine in modo da poter controllare i sensi. Un cavallo senza redini, un toro non allenato al giogo, ed un aspirante i cui sensi non siano dominati, sono come un fiume senza acqua; in tali condizioni la pratica spirituale è davvero tempo sprecato!”.

Sri Sathya Sai Baba