

Practica spirituala si beneficiile ei!



Spiritualitatea este interiorul recunoscand exteriorul.

Un cal nu poate sti de om, cum nici o usa de cadrul ei.

Insa omul poate **sti** despre toate, de tot ce e sub si de tot ce e deasupra.

La un moment dat in viata ta vei primi o anumita intelegere, semne, simboluri sau trairi care te vor lega de o anumita practica spirituala.

Ori ca e meditatie, yoga, rugaciune, mantre, mudre, tai chi si toate celelalte imprumutate din orientul indepartat.

Era sintetica in care ne aflam, ne-a adus prin rapiditatea ei toate sub ochiul unor [ochelari](#) care stie tot. Acum informatia se transmite si se pastreaza pe aceasta era digitalizată.

Practica spirituala, despre care mai scriu si [aici in cautarile mele](#), vine ca urmare a unei lipse de satisfactie interioara. Ca si cum eu, ca bucatar, vreau sa stiu mai multe retete, sa gust si sa miros, astfel experimentez si incep sa le traiesc.

Totusi, orice practica spirituala aduce [cultivarea armoniei in om](#), caci fara ea, am fi dezechilibrati. Daca un om se roaga si dupa injura - e dezechilibrare, daca se insoara si dupa inseala - e dezechilibrare, daca spune ca vrea sa faca un lucru si devine lenes - e dezechilibrare. **Astfel armonia face ca noi sa fim bine pentru a fi capabili sa facem.**

In fiecare dintre practicile propuse de occident, suntem in masura sa vedem rapid beneficiile.

Ganduri mai organizate, emotii mai inalte, concentrare mai buna, trairi mai empaticе si tot asa.

Insa in natura ei, spiritualitatea nu se refera la aceste functii.

Ea vrea si se ocupa de studiul sufletului si natura lui in om.

Sufletul si natura lui este un subiect caruia o carte pe zi ii poate fi dedicata.

El este expus in toata arta, muzica, iubirea, proza, drama, sacrificiile si toate celelalte lucruri MARI facute de oameni pentru alti oameni.

Singurul beneficiu adevarat al practicilor spirituale este descoperirea si folosirea sufletului in toate actiunile.

Din acest motiv, mestesugarii ciopleau in lemn pentru biserica sau moschee, pictorii pictau scene religioase, sculptorii formau forme divine, muzicienii compuneau muzica pentru suflet, artistii dansau balet pentru emotii inalte. **Acestea si multe altele sunt doar forme exterioare pentru ca altii sa se hraneasca. E ca si cum un suflet ofera altui suflet.**

Sunt multe momente in care sufletul, adica practica spirituala, oricare ar fi ea, **nu se vede** si le voi enumera aici:

- Lipsa capacitatilor de control emotional
- Judecata pentru alt om
- Rapiditatea actiunilor prin neconstientizarea lor
- Uitarea si lipsa directiei gandurilor
- Gandurile de rautate pentru altii

- Atractia de un lucru si repulsia fata de altul
- Dorinta de a fi adorat
- Dorinta de a NU vedea ce este in fata ta

Antrenament Mental = Viață Fericită = Putere și Voință

Împarte aceste rânduri și vei ajuta să transformi pe cei dragi.
Comunitatea celor cu mintea limpede și liniștită, te salută!