



Le silence

Extrait du livre « Extraits de Sagesse »

Il y a en chacun de nous, une dimension parfaite et pure, inaltérée par les imperfections du monde environnant. Elle est emplie de qualités divines et se trouve dans un état constant de plénitude et de bien-être. Dépourvue de tout conflit et de toute négativité, cette partie de nous est un lieu de repos, une profonde et enrichissante expérience de silence.

Prenons du temps pour faire cet exercice qui consiste à accéder à ce lieu de silence à l'intérieur de soi. Nous y trouverons un bénéfice extraordinaire. Premièrement il nous permet de mieux contrôler nos pensées. Deuxièmement le pouvoir du silence nous libère de l'emprise de tout conditionnement négatif. L'expérience de la vérité de notre paix intérieure et de notre dignité favorise concentration et efficacité. Troisièmement nous pouvons partager le pouvoir du silence avec les autres. Lorsque nous augmentons notre expérience du silence, notre pouvoir peut aider dans leurs efforts de développement personnel ceux qui n'ont pas de pouvoir et qui cherchent à faire l'expérience de la paix.

Notre stock de silence complété d'un stock de pensées vraies et puissantes aidera les autres à aller au-delà du limité, vers l'illimité et le divin. Il est tellement agréable d'aller ainsi au-delà, de laisser derrière soi les pensées et les discours et de devenir silencieux pendant quelques instants. C'est tellement rafraîchissant et enrichissant ; de plus cela crée une habitude. L'amour de l'introversion spirituelle, de la solitude et du silence apporte tellement de beauté dans notre vie !!!

Renseignements :

06 40 54 36 04

montpellier@rajayogameditation.fr

Visitez nos sites :

espace-silence.fr

meditation-rajayoga.fr

editions-aravali.fr

