



## OČISTA EMOCÍ A MYSLI

**Čištění jemnohmotného těla**  
Vybráno ze Satsangu 5.12.2009

---

*Óm Šrí Paramátmane Namaha*

Lidská mysl je skladištěm tolika různých druhů myšlenek! Hledajícím často bez jakékoli příčiny vyvstávají různé negativní myšlenky, například různé formy odporu na duchovní cestě, zášť vůči někomu atd. Duchovní Učitelé často nabádají k tomu, abychom negativní myšlenky neměli. Mají pravdu, ale je to v našich rukách, zda nám negativní myšlenky budou nebo nebudou přicházet? Pokud by si byli lidé schopni určovat, jaké myšlenky by chtěli mít, nevybrali by si negativní myšlenky. Negativní myšlenky však přicházejí.

Je důležité uvědomit si, že pokud vám negativní myšlenky vyvstávají, děje se tak proto, že je záměrem Přírody, abyste se od nich očistili. Jde o součást procesu vašeho vnitřního čištění.

Na duchovní cestě rozlišujeme tři těla: fyzické, jemnohmotné a kauzální. Vnitřní čistící proces se odehrává především na rovině jemnohmotného těla. Během tohoto procesu často vyvstávají různé negativní myšlenky. Jak se k nim postavit? Nezaújatě pozorujte, jak přicházejí a odcházejí. Uvědomte si, že negativní myšlenka, která nyní okupuje vaši mysl, předtím přítomná nebyla, a stejně tak zase za nějakou dobu přítomná nebude. Nechte je prostě samy odejít. I kdybyste chtěli, nemůžete si určitou negativní myšlenku uchovat trvale ve své mysli. Proč se trápit něčím, co je tak přechodné? Pomocí postoje odpoutaného pozorovatele se vaše negativní myšlenky samy zeslabí a budete od svého problému očištěni.

---