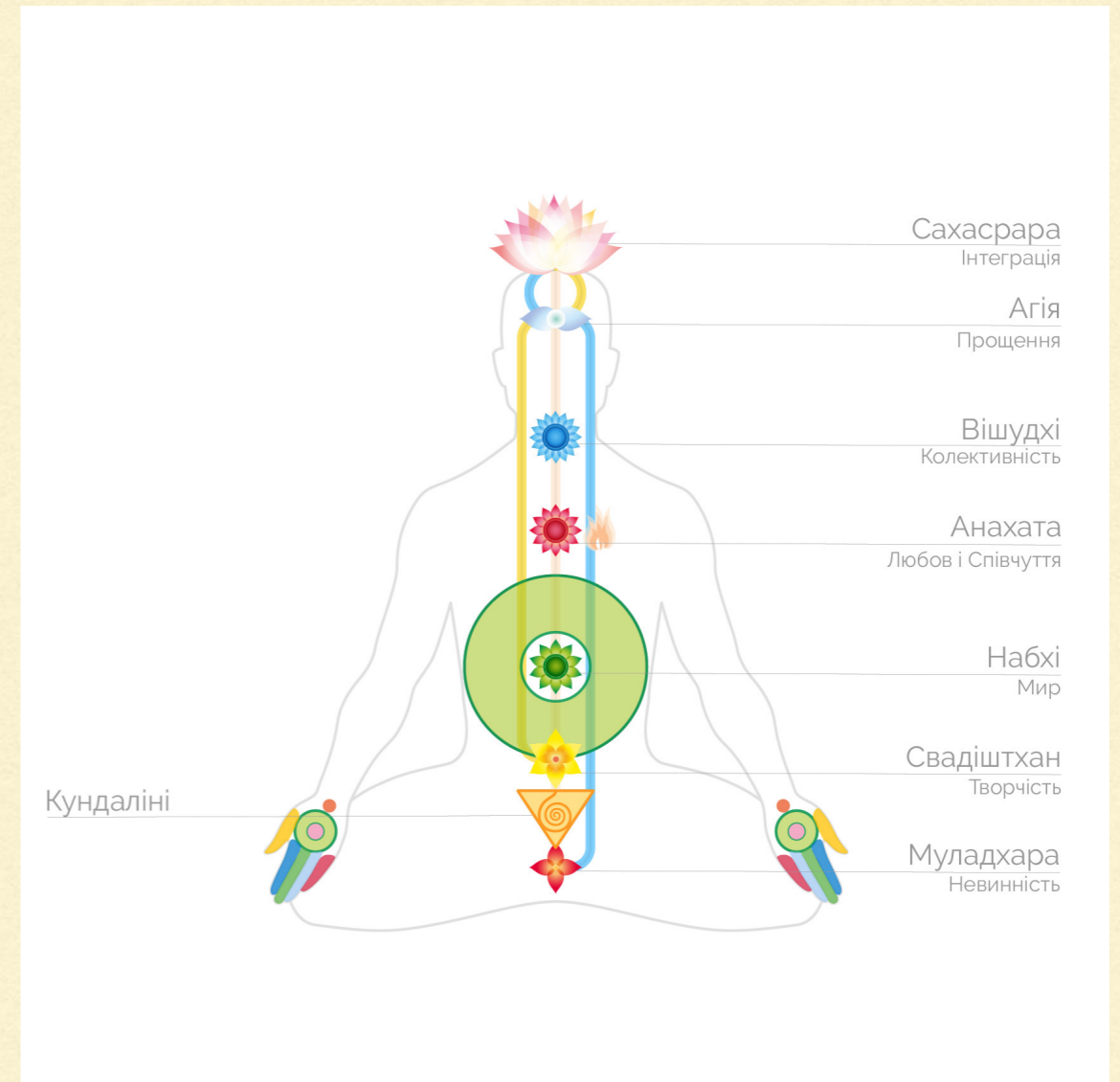

АГІЯ

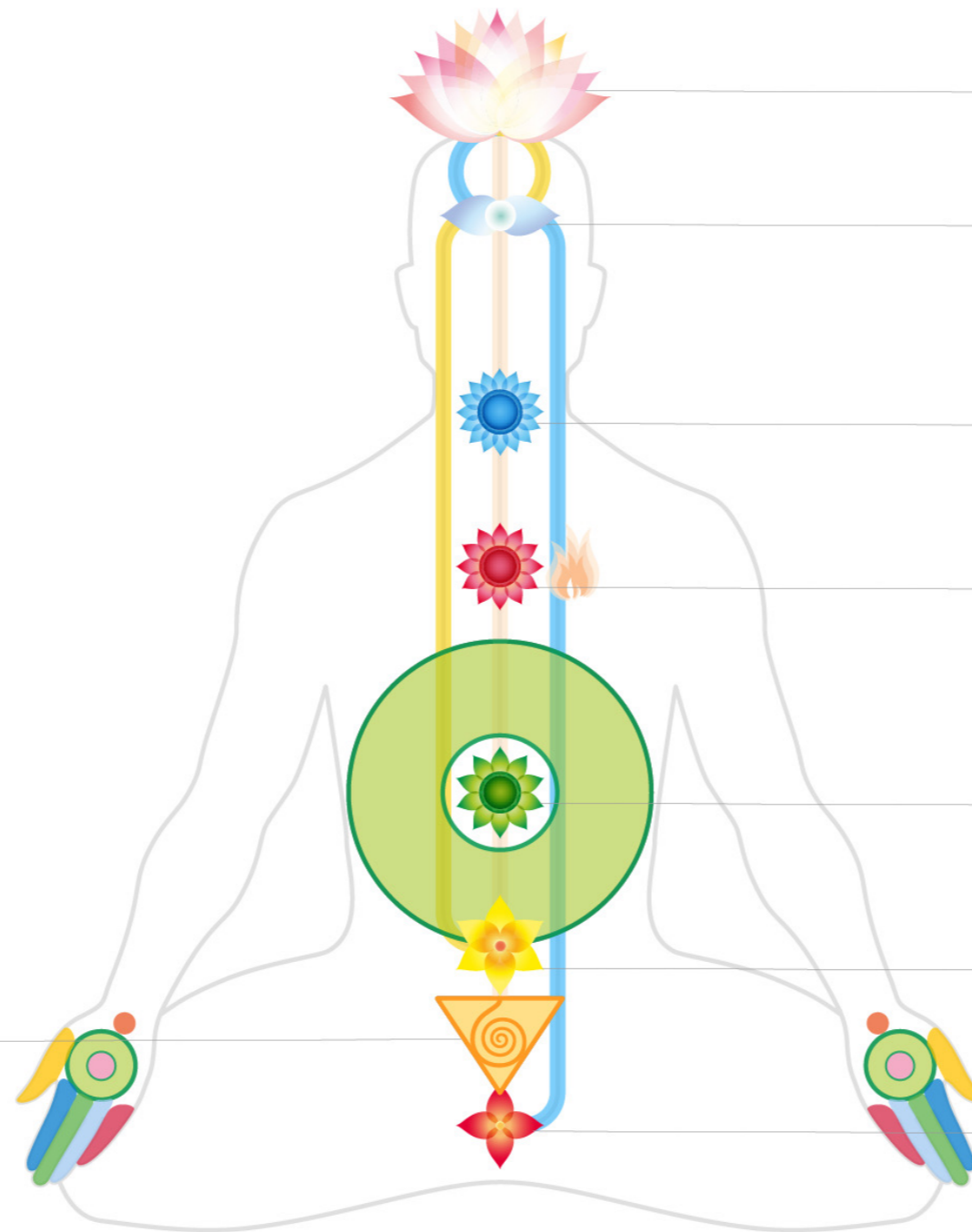
Тиждень 4: Его та Суперего

АГІЯ ЧАКРА

ПРОЩЕННЯ, СМИРЕННЯ ТА СПІВЧУТТЯ



Кундаліні



Сахасрара
Інтеграція

Агія
Прощення

Вішудхі
Колективність

Анахата
Любов і Співчуття

Набхі
Мир

Свадіштхан
Творчість

Муладхара
Невинність

ЯКОСТІ

- Прощення
 - Усвідомлення без думок
 - Смирення
 - Співчуття
-

“Ми завжди бачимо его іншої людини і ніколи – своє власне. Ми ніколи не думаємо, що з нами щось не так. Ми завжди думаємо, що з іншою людиною щось не так. Це перша ознака его: ви ніколи не бачите свого его, що з вами не так, як ви поводитесь, як ставитесь до інших. Що вони думають про вас?”

– Шрі Матаджі



ЕГО

Коллективні та особисті ототожнення:

- національність
 - соціальний клас
 - становище
 - професія
 - власність (або її відсутність)
-

ЯК ПОЗБУТИСЬ ЕГО?

I. Усвідомлюйте його існування, розпізнайте його

Усвідомлення – це сила, яка прихована в теперішньому

Усвідомлення та его є несумісними

Все що вам потрібно...

Це світло свідомості

ВИ І Є ЦЕ СВІТЛО

ЯК ПОЗБУТИСЬ ЕГО?

2. Висміюйте його

3. Прощайте

4. Відкрийте ваше серце

5. Медитуйте

Пам'ятайте: неможливо боротись з его чи придушувати його...

СУПЕРЕГО

Умовності:

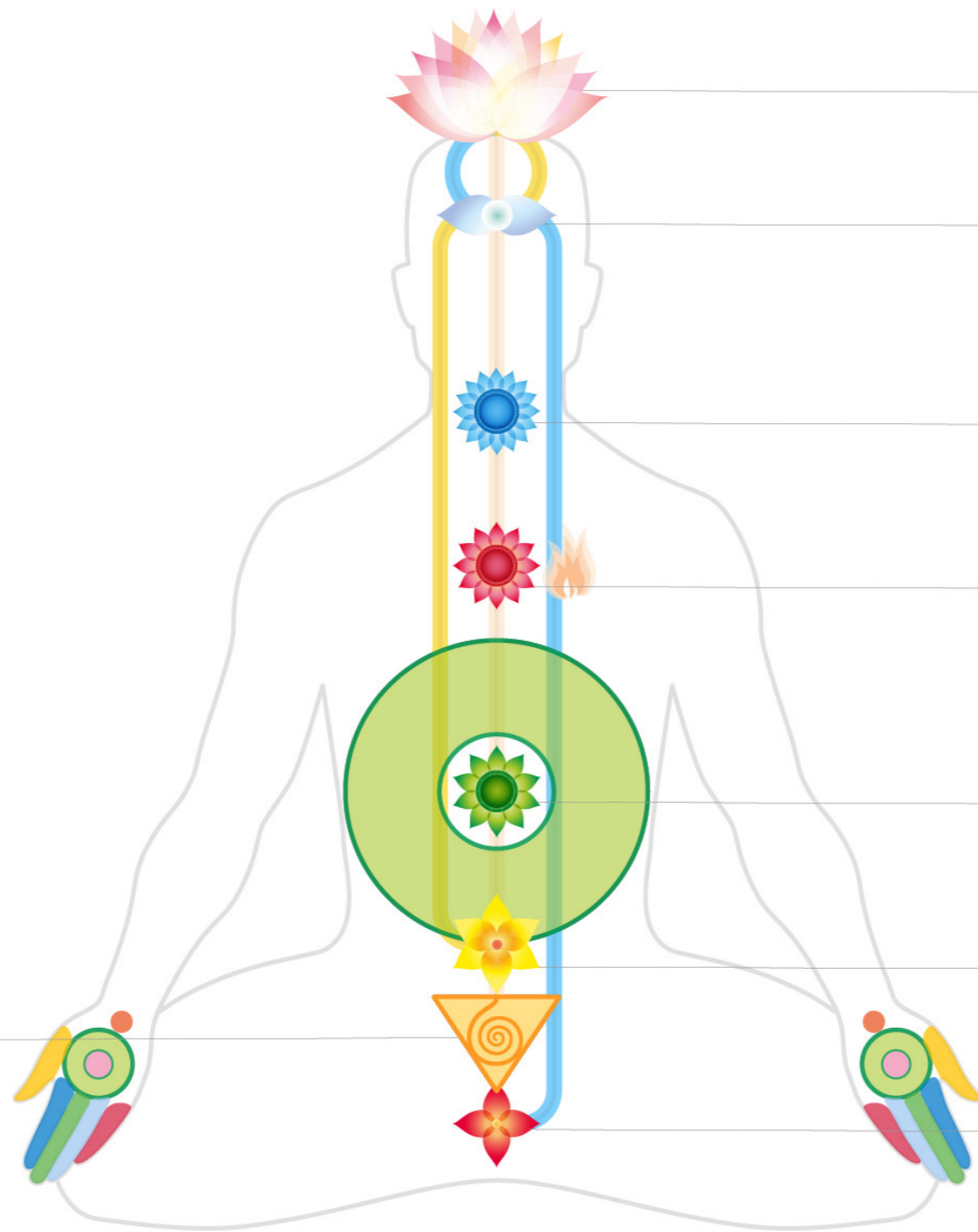
- звички
 - спосіб мислення
 - емоційні моделі
 - ґрунтується на минулому досвіді
-

ЯК ПОЗБУТИСЬ СУПЕРЕГО?

1. Усвідомлюйте його існування
 2. Висміюйте його
 3. Прощайте емоції і дозволяйте їм піти
 4. Будьте свідком, спостерігайте за грою
 5. Не реагуйте (не боріться, не критикуйте)
 6. Для цього нам потрібні усвідомлення без думок, медитація та ...
-



Кундаліні



Сахасрара
Інтеграція

Агія
Прощення

Вішудхі
Колективність

Анахата
Любов і Співчуття

Набхі
Мир

Свадіштхан
Творчість

Муладхара
Невинність

“Вхід до життя істинного лежить тільки через вузькі ворота. Кажу вам це, бо просторими є ті ворота і широкою є та дорога, що веде до загибелі. Багато людей ідуть цим шляхом. Які ж вузькі ворота і тісна дорога, що ведуть до істинного життя! І як мало людей, котрі цей шлях знаходять!”

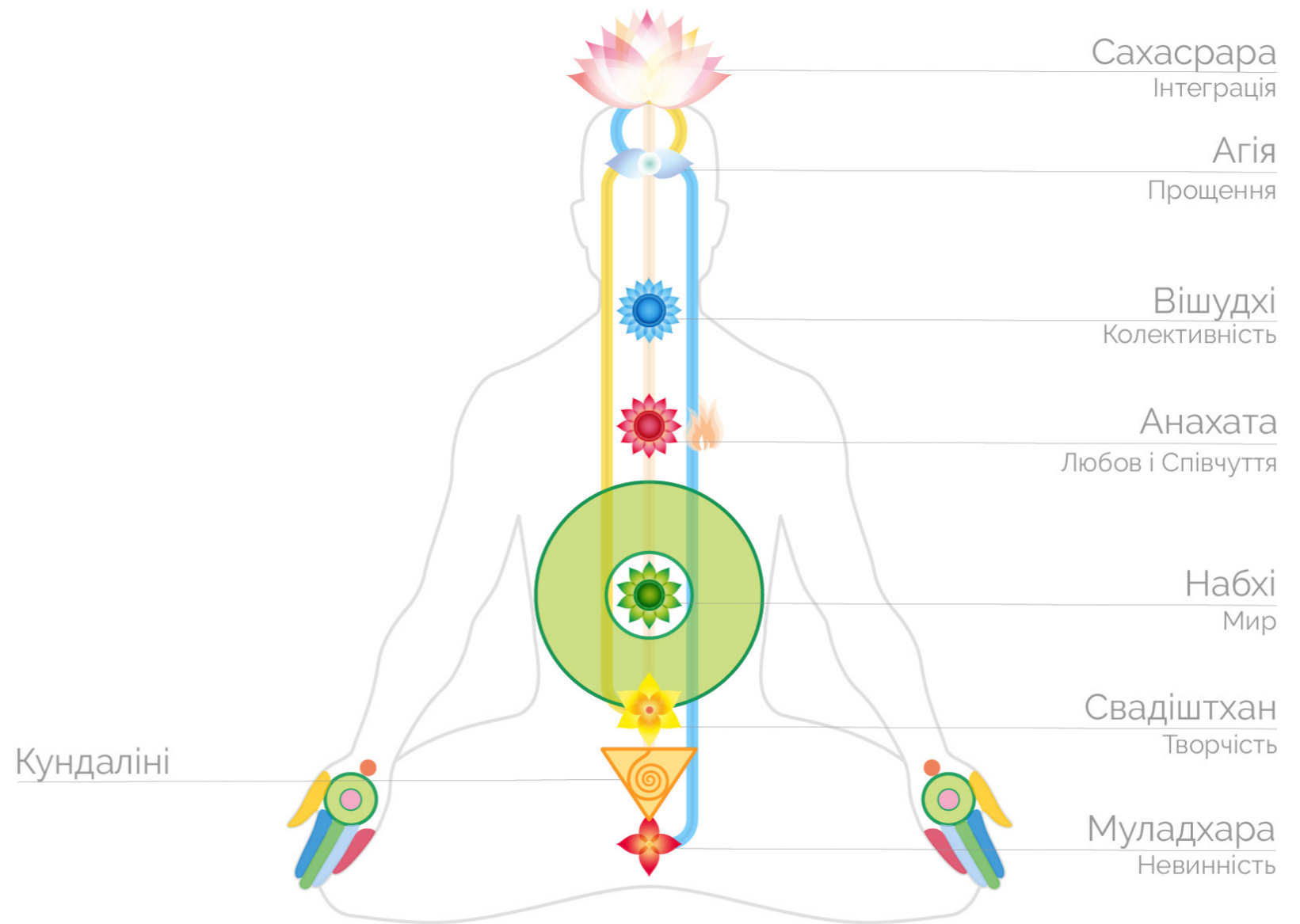
– *Віг Матвія 7:13*





Що ж це насправді?


ВУЗЬКІ ВОРОТА



ПРОЩЕННЯ

ЯК ПРОЩАТИ?

*ПРОШЕННЯ – ЦЕ СИЛА ВІДПУСТИТИ ГНІВ, НЕНАВИСТЬ,
ПОМСТУ
ТА ВІДКРИТИ, В СМИРЕННІ,
БЛАГОРОДСТВО І ЩЕДРІСТЬ ДУХУ.*



Я би сказала, що ваша увага стає просвітленою.
