



### МЕДИТАЦИЯ | ВЛЮБИТЕСЬ В СЕБЯ

...Проведите с этим небольшой эксперимент... просто сядьте под деревом и в первый раз влюбитеесь в собственное существо. Забудьте мир, просто влюбитеесь в себя. Духовный поиск — это, фактически, поиск того, как влюбиться в самого себя. Мир — это путешествие, в котором человек влюбляется в других; духовность — это путешествие, в котором человек влюбляется в самого себя.

Духовность очень самовлюблённа — это поиски самого себя, поиски собственного смысла. Это значит: черпать радость в себе, чувствовать собственный вкус. И когда этот вкус начинает исходить изнутри... обождите немного, поищите немного. Ощутите собственную уникальность, найдите радость в собственном существовании: «Что я сделал, если бы не родился? Как бы я смог пожаловаться, и кому, если бы меня не было?»

Вы — в этом существовании! Самому этому факту, даже этой небольшой осознанности, сознанию: «Я есть», самой возможности проблеска в блаженство — просто немного порадайтесь всему этому.

Пусть вкус этого впитается в каждую вашу пору. Пусть вас охватит и смоеет волна этого

## Медитация | ВЛЮБИТЕСЬ В СЕБЯ

Автор: Центр "СемиЗнание"

26.04.2013 17:18 - Обновлено 13.08.2020 09:09

---

трепета. Начните танцевать, если вам хочется танцевать, начните смеяться, если вам хочется смеяться, или начните петь, если вам хочется спеть песню. Но не забывайте, что источник всего этого — вы сами, и пусть ручьи счастья текут изнутри вас, не извне.

Ошо "Оранжевая книга"