

CE QUE JE PENSE DE LA MÉDITATION



La méditation sert à contrôler notre esprit au mieux de ses capacités.

Elle permet de contrôler toutes les émotions positives comme négatives.

Inutile de ne vouloir aucune émotion tel un psychopathe qui n'en ressent pas.

Vous contrôlez vos émotions, donc vous réagissez de manière proportionnée en toute circonstance, en toute situation ; ce qui permet de ne pas être embarqué par une émotion et donc de ne pas vouloir faire de mal.

Vous ne pensez plus à de mauvaises choses, vous gagnez une capacité à ressentir les émotions comme des phénomènes, elles ne sont qu'une INFORMATION.

Si vous ressentez une forme de haine ou de rage, vous allez gravement blesser autrui.

Mais dans notre société, blesser quelqu'un sera retenu contre vous et vous ne pourrez pas vivre en paix.

Dans notre monde actuel, il y aura beaucoup trop d'effets négatifs à se laisser emporter par la haine.

Pourquoi ne pas jouir pleinement de la vie ? Vous ne pouvez le faire que lorsque vous donnez le meilleur de vous en temps, en paroles et en actes.

Louis WAN DER HEYOTEN

Vendredi 4 octobre 2019 à 17h20

Je n'arrête pas de palabrer.

Désolé, il va vous falloir me supporter encore LONGTEMPS.