

BOLETIN INFORMATIVO

¡Hoy la meditación es más necesaria que nunca!



SINANK'AY
VIDA EN ARMONÍA

Servicios:

- * Consulta médica geriátrica
- * Guardería
- * Estancia de fin de semana o periodos vacacionales
- * Rehabilitación
- * Cuidados paliativos
- * Estancia las 24 hrs. del día
- * Tratamiento del Alzheimer

Lada sin Costo
01 800 823 5030

www.sinankay.net

En el pasado, el hombre vivía en un mundo prácticamente estático. Cada uno debía dejar el mundo tal como su padre se lo había dejado a uno, sin modificarlo en absoluto. Como nada cambiaba, no era necesario aprender demasiado. Entonces quedaban muchos espacios en la mente de cada uno, espacios vacíos que ayudaban a la gente a mantener la cordura. Ahora ya no hay espacios vacíos, salvo que uno los cree en forma deliberada.

Cada día la vida es diferente, y tenemos que volver a aprender. Hay que aprender y volver a aprender una y otra vez. Ahora, no se puede dejar de aprender; el proceso de aprendizaje dura toda la vida. Hasta el momento mismo de morir, hay que seguir aprendiendo, pues es la única forma de mantener la cordura, evitando la neurosis. Y la presión es grande: cuarenta veces más grande. ¿Cómo aflojar esta presión? Es necesario entrar deliberadamente en meditación. Si una persona no medita al menos una hora por día, su neurosis no será accidental, sino generada por ella misma.

Durante una hora, quien practique la meditación debe desaparecer del mundo y meterse en su propio ser. Durante una hora, debe estar tan aislado que nada llegue a él: ni recuerdos, ni pensamientos, ni fantasías. Durante una hora, no debe haber contenido alguno en su consciencia. Esto lo rejuvenecerá y lo refrescará, liberará nuevas fuentes de energía en su interior.

Y el hombre volverá a estar en el mundo, más juvenil, más fresco, con mayor capacidad de aprendizaje, con más asombro en sus ojos y con más respeto en su interior. Nuevamente niño.

Osho,
El secreto de los secretos.

CENTRO GERIÁTRICO SINANK'AY

11 años
nos respaldan

