

# Избавление от низких склонностей

Чтобы достичь освобождения, человеку нужно избавиться от следующих качеств: вожделения, гнева, недозволенных желаний, алчности и иллюзии. Чтобы избавиться от гнева, необходимо научиться прощать. Чтобы избавиться от недозволенных желаний, не следует строить планов. С помощью духовной культуры можно одолеть сон. Желания и жадность можно победить только терпимостью. Правильно питаясь, можно избежать беспокойств, причиняемых различными болезнями. Овладев собой, можно избавиться от неоправданных надежд, а деньги можно сберечь, избегая нежелательного общения. Практикуя йогу, можно избавиться от голода, а мирскую суетность можно победить, развивая знание о бренности жизни. Головокружение можно преодолеть, если подняться, а ложные аргументы можно опровергнуть, установив истину. От болтливости можно избавиться серьёзностью и молчанием, а храбростью можно победить страх. Совершенное знание можно обрести благодаря самосовершенствованию. Чтобы действительно встать на путь освобождения, человек должен избавиться от вожделения, жадности, гнева, сонливости и т. д.

*Из комментария Шрилы Прабхупады к «Шримад-Бхагаватам», 1.9.27*