



известна нечистота, значи животът не е съвършен. Следователно трябва да прогресира, да се развива. И там, дето има повече горещина, отколкото топлина, там Любовта не е съвършена. Това е диагноза, която определя състоянието на ума, сърцето и тялото. Всичко това съставлява хигиена на душата.

мей. Онзи човек, който мисли, че ще живее вечно, той е разумен, гениален човек. Казвам: всички вие сте се родили, за да живеете, затова трябва да се стремите към онези закони, които създават Вечния Живот, а Вечният Живот е разумен, той е само за разумните хора. Например, допуснете, че вие гледате в продължение на 4-5 часа право в Слънцето. Знаете ли какво ще стане с очите ви? (Ще заболяте.) Да, така е. Това значи да не знае човек, как да гледа Слънцето. Сега допуснете другото противоречие. Ако се скриете от Слънцето в някоя тъмна

Да повдигнем жената!

ИЗ БЕСЕДАТА „ОТНОШЕНИЕ НА ДВА ЗАКОНА“, ДЪРЖАНА ОТ УЧИТЕЛЯ НА 18 ОКТОМВРИ 1931 Г. СОФИЯ, ИЗГРЕВ

Човек трябва да приложи в живота си двата Велики закона – Любов към Бога и Любов към ближния. Аз искам да сменя тези закони от Небето на Земята, за да могат да се разберат и приложат. Всеки закон е верен в приложението си. Следователно първият закон – Любов към Бога, представя мъжа; вторият закон – Любов към ближния, представя жената. Мъжът трябва да се занимава с първия закон, а жената с втория. С двата закона пък трябва да се занимава човекът. Който има форма на мъж, ще употреби първия закон; който има форма на жена, ще употреби втория закон; който има съзнанието на човек и нито се жени, нито за мъж отива, той ще употреби и двата закона едновременно. Де е приложението на тези закони днес? Защо мъжът, който се занимава с първия закон и мисли, че е всемогъщ и може да оправи света, не го е оправил до днес? До сега мъжът е употребявал силите си само да завладее жената и да я убеди, че веднъж излязла от него, тя сама не може нищо да направи. Питам: успя ли мъжът

да убеди жената в своята мисъл?

Сега, като следя историята на човешкото развитие, навсякъде виждам неспазване на тия два закона. Обаче, съществува един важен закон, който всеки трябва да има предвид. Той е следният: когато една жена обича един мъж, тя е в сила да го повдигне. Обаче, ако тя намрази някой мъж, той ще свърши фатално. Ред статистики в Америка показват, че всички проповедници, които имат добри жени, са известни като видни проповедници. Защо? – Понеже жените им ги обичат и споделят техните убеждения. И обратно: всички жени на проповедници, които не обичат мъжете си и не споделят техните идеи, са помогнали за падането на мъжете си. Следователно жената е в сила да повдигне и да събори мъжа. Не само това, но вторият закон – Любов към ближния, с който жената се занимава, той създава общественострой. Следователно съвременният строй, както и всичко в него,

продължава на стр. 2

продължава на стр. 2

Чист и светъл!

БЕСЕДА, ДЪРЖАНА ПРЕД МЛАДЕЖИ ОТ УЧИТЕЛЯ НА 5 АПРИЛ, ПОНЕДЕЛНИК, ДЕНЯ НА ЗАЛЕСЯВАНЕТО, 1926 Г.

На кого трябва да се говори: на сития, или на гладния?

На вас, младите, ще кажа: потребна ви е чистота! Чистотата и светостта не са нещо външно, те са вътрешни качества на човека. Те са качества на душата. Ако искате да имате успех в живота си, всякога трябва да бъдете чисти, т.е. да имате чисти мисли, чисти чувства и чисти действия. Тъй разбирам аз чистотата в широк смисъл на ду-

мата.

Вие, като млади, приложете следното правило в живота си: пазете ума си чрез светлината, сърцето и душата си – чрез топлината, а тялото си – чрез чистотата! Чистотата е израз на съвършения живот. Това е закон! Само съвършеният живот може да бъде чист. Само съвършената Любов дава топлина. Само Духът носи пълната светлина.

Там, дето се забелязва

Човек не трябва да се раздвоява в своите мисли, в своите чувства, в своите действия. Това подразбира, че човек не трябва да се раздвоява в своето съзнание. Той трябва да има една свещена идея в живота си!

Човек, който мисли, че се е родил, за да умре, че ще отиде в земята и от него нищо няма да остане, каквото и да е този човек, учен или прост, той е една стара баба, той е един пиг-

изба и прекарате там дълго време, какво ще стане с вас? Какво ще стане с вашите очи? В първия случай има опасност да ослепеете, а във втория случай – да се разболеете.

Следователно, когато се засягат великите идеи в света, когато учените хора говорят за смъртта, или за вечния живот, за новораждането, те трябва винаги да подразбират видоизменения в човешкото съзнание.

продължава на стр. 2

Пей и ще паднат Йерихонските стени!

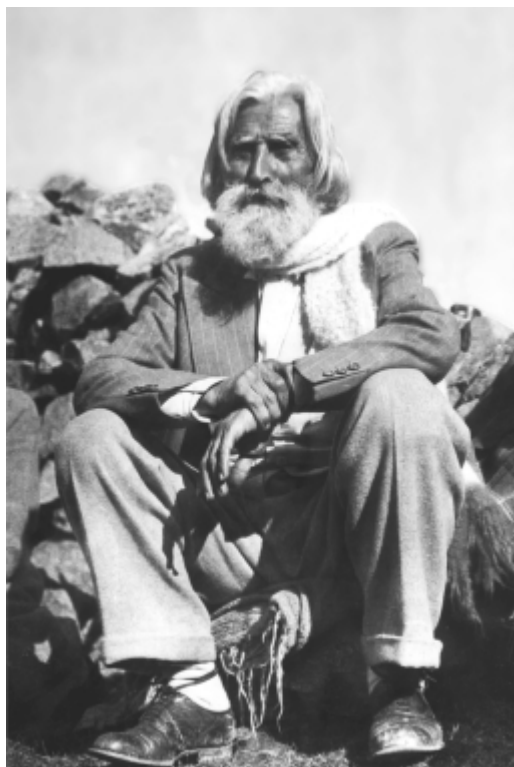
Разговор с Учителя, записан от брат Боян Боев, 27.11.1930 г., Ел Шадай

Човек като изтърпи едно страдание, идва радостта. Казано е: *Аз пак ще ви видя, и ще имате радост, която никой не може да ви отнеме.* Докато мислиш по физически начин, радостта ти всеки може да отнеме, но като се издигнеш до едно по-високо съзнание, ще имаш радост, която никой не може да ти отнеме.

Една сестра попита: Трябва ли да чакаме онзи свят, за да имаме тази радост? Учителя каза: Не! Тук на Земята всеки път можеш да я имаш. Да чакаш онзи свят, това значи да мислиш по физически начин. А докато мислиш така, невъзможно е да я имаш.

По естество човек не трябва да умира. Той трябва

да се измени, но не трябва да умира, защото в умирането има страдание. В Писанието се казва: *заспа, а не умира.* Дето се казва в Писанието *умира*, то има



друго значение. Казано е: *В който ден съгрешиш, ще умреш.*

Сестрата попита: Скоро ли ще бъде матурата?

Учителя каза: Че тя е започнала! Мнозина я държат. Някои са скъсани, някои са минали. Позволява се да се повтори матурата. Лошо е, когато някой не е допуснат. А който е допуснат, то е привилегия, то е царска работа. Вие сте допуснати. Дали ще издържите, то е друг въпрос. Който е допуснат до матура, той ще издържи по който и да е начин. Има възможност и да го скъсат, но пак ще държи. Доста предмети са.

Човек като излезе от една къща, отива в друга, после в трета и пр. и пр., додето намери хубава къща. Също така и човек като излезе от едно тяло, отива в друго, трето, додето най-после намери хубаво тяло. Който не издържи изпита, ще си замине на няколко метра.

Със старото човек трябва да се прости.

продължава на стр. 2

Птица и методи за влизане във връзка с Невидимия свят

(СКАЗКА, ЧЕТЕНА ОТ ВЛАД ПАШОВ НА 4.09.1951 Г., ИЗГРЕВА)

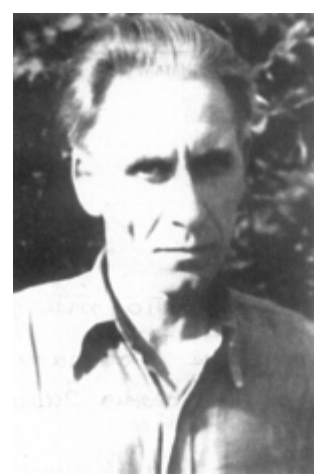
продължение от бр. 8

В Писанието е казано: „Ние живеем и се движим в Бога.“ Ние сме потопени в един свят, който не създаваме и не познаваме. Затворени в телата си като в замъци, изолирани от външния свят и само чрез няколко отвора получаваме известни впечатления от този свят. Но какъв в действителност е той, това ние не знаем. Светът, в който живеем е разумен и всички разумни мислещи същества имат възможност да излизат от своите замъци-затвори и да влизат в обширния Божествен свят, който ги заобикаля. Затова е необходимо човек да знае вратите на своето тяло, през които се излиза в обширния свят, който се открива пред него.

От незапомнени времена хората са препоръчвали различни методи за влизане във връзка с Невидимия свят, който ни обкръжава. Не е въпрос човек само да влезе в този свят, той трябва да знае с кои области от него влиза във връзка. Защото той не е така еднороден, но е свят на голямо разнообразие.

В различните области живеят същества на различна степен на развитие, едни от които са добре разположени към човека, а други са враждебно настроени към него. Човек е врата за Невидимия свят. Трябва да минем през човека, за да влезем в разумния необятен свят, в който живеем и се движим. Но как може да стане това? Това е именно предмет на окултното ученичество, което ни дава методите и начините за преминаване през човека, за да влезем в необятния свят. Няма да излагам сега пътя на ученика, но само ще се спра на онзи момент от този път, който ни поставя във връзка с Невидимия свят.

Христос казва: „Аз съм Пътя, Истината и Живота.“ Много Учители са идвали в света, дали са различни методи и начини за влизане в Пътя, но Христос казва: „Аз съм Пътя.“ А Христос е изявената Божия Любов. Когато говорим за Любовта в духа на Учителя, ние не разбираме нашите човешки чувства, но разбираме онази сила, която прави човека безсмър-



тен и внася чистотата в него, и го обединява като едно цяло, т.е. хармонизира всичките сили в него. А единственият път, по който Любовта се проявява в човека и Космоса, това е Мъдростта. Затова Учителя казва: „Само умният човек може да обича.“ Следователно само умният може да влезе във връзка с разумния свят, със света на Любовта. Но тук се натъкваме на едно прилично противоречие. Повечето хора са с убеждението, че днес е царството на ума,

продължава на стр. 4

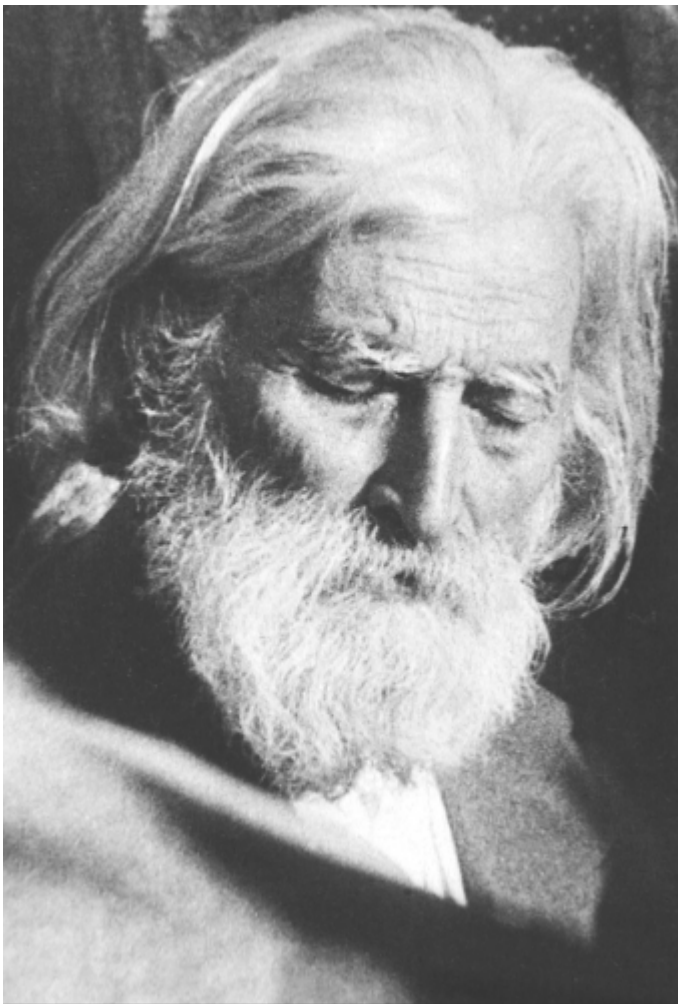
Учителя за дишането

ИЗ „ВЕЧНИЯТ ПОРЯДЪК“ НЪ, ОТ ТОМЧЕТО „ЖИВОТ, СВЕТЛИНА И СВОБОДА“ 1932 Г.

Нито един човек в света не взема достатъчно количество въздух. Съществува една дисхармония в дишането. В Индия йогите са създали цяла школа за дишането. Те търсят ключа на дишането, защото е изгубен. Но и до сега не могат да намерят ритмуса на дишането и на сърцето. Туй дишане, което индуистите правят, не е ритмично. Западните хора умират по единствената причина, че не дишат хармонично и правилно. Заражда се един спор между дихателната и нервната система, зараждат се две противоположни сили, които се отблъскват. Мозъчната система, с която човек мисли, и неговата симпатична нервна система, и двете са положителни. Щом стане сблъскване между тях, човек умира. Ако симпатичната нервна система вземе надмощие, човек има голям корем – като буре, вратът му надбелява; такъв човек може да умре от апоплексия. Ако мозъчната система вземе надмощие, човек изсъхва, остават само мускулите и кожата, един ден може да умре от сухота. Ти ще намериш ритмуса на дишането. Ако се разгневиш на жена си, на дъщеря си, ти ще изгубиш ритмуса на дишането си. На когото и да се разгневиш, ти ще изгубиш дихателната сила и ще нарушиш дейността на дихателната система. На когото и да се разгневиш, ти ще направиш пакост на себе си, защото стрелката на гнева ще те отбие от правия път и твоята кола ще се блъсне някъде. Всеки гняв те отклонява от правия път на разумността на живота. Щом човек не диша правилно, и дъвкането не става правилно, нито храносмилането, кръвообращението, мисленето, чувстването стават правилно. Всичко е в дисхармония. Променен е ритмусът на органическия живот. Тогава ти се усещаш в едно стеснително положение, мъчно ти е, криво ти е, плачеш, въртиш ръцете си, ходиш при този-онзи. Ще ти турят 10, 20, 30 инжекции, но болката не минава. Да не дишаш правилно, то е като да се запушиш съвсем. Може да е един момент. Най-първо, за да от-

пушите дишането, ще се научите да задържате въздуха. Ще дойдете до един момент да задържите въздуха **най-малко две минути**. Ако сега някой от вас би се опитал да задържи въздуха две минути, той ще припадне. Но ще правите опити. Ще дойдете до едно състояние, като че ще се пръснете. После, не изведнъж, но постепенно, бавно ще изпусчате въздуха. Ще дойдете до една вътрешна светлина и ще запазите ритмуса. Тогава, каквато и болест да дойде, ще изчезне всичко. Ще погледнете на света другояче. Ще кажете: "Колко глупав човек съм бил – лекарството ми било безплатно и ефикасно!" Дишането – това е ключът. Като завъртите ключа, ще се отвори вратата и ще излезете навън. Да хвалите Господа – то е законът на дишането. Онзи, който не може да диша, нито Господа хвали, нито себе си, нито добро може да направи, той е стара баба, която иска всичко да ѝ се даде. Който не знае да диша, мислите ли, че към него Господ ще има благоволение? Не. Който не знае да диша, пише лошо писмо на Господа. Вярващ е онзи, който диша правилно. В дишането е всичко! Ако ти можеш да възприемеш въздуха, тогава ще дойде разумният, истинският живот. Ти ще го почувстваш. Това е правилно дишане. Когато човек съгреша против Бога, тогава Господ заключва дишането му. Тогава ти дишаш студен въздух, неприятно ти е, нервен си, всички са лоши и търговията, уроците не вървят, ставаш, късаш, хвърляш, казваш: „Всичко е глупаво в света.“ Положителната наука според мен трябва да започне с децата, с дишането. Първото нещо като станеш сутрин е да знаеш, че трябва да имаш едно правилно дишане, един правилен ритмус. При йогите дишането е цяла доктрина, цяла наука. Най-първо те с години дресират ума си, после чувствата и волята. След това йогата ще се учи да диша правилно. Като се научите да дишате правилно, знаете ли каква мощна сила ще се развие у вас? Природата вече ще ви слуша и каквото желаете, ще го да-

де. Дето и да минавате с този ритмус на дишане, никаква опасност няма да има



за вас. Змиите няма да ви хапят. Ако дишате правилно, вие сте оградени от Божието благословение. Съвременната раса не трябва да върви по пътя на индусите, понеже те вървят по инволюционен път, път на слизане. Когато европейските народи са употребили индуските методи за дишане, всякога са имали пакости. В еволюционното дишане трябва да има дишане нагоре и надолу, докато симпатичната и мозъчната система се приспособят към новите условия на въздуха, защото в него има един нов елемент, който сега навлиза. Той е толкова лек, че навсякъде навлиза и не може да остане. В новото дишане, ние ще възприемем този елемент. Туй научно се нарича **живнена прана или енергия**. Чрез новото дишане алхимистите са търсили начин за постигане на дългия живот. При новото дишане трябва дълго да задържаш въздуха и дълго да издишаш. Ако ти се научиш да дишаш правилно, ще станеш богат и ще задържиш богатството си, но ако не дишаш правилно и да си богат, ще осиромашееш.

На всеки един човек, какъвто организмът има, какъвто мозък той има, такива са и външните блага, които са му дадени. За сегашното поколение се изискват съвсем нови възгледи. Следователно, когато говорим за бъдещото човечество, разбираме, че трябва да се яви нов тип в света, за да вложи Природата в него повече възможности, нови възможности.

Мисли върху медитацията и какво ни учи Учителя за нея

В беседите Учителя често ни казва, че без медитация и молитви ученикът не може да реализира Бога. Защо това е така. Учителя пояснява, че

трактати се нарича *Практияра*. Следващата степен е, когато умът вече облекчен от смущения, породени от сетивата, се насочва към обекта на медитация (форма на Бога, светец или негово качество – Любов, милост и т.н.). Това се нарича концентрация, което транслирано и анализирано значи насочване "сop" към центъра "centration". На санскритски се използва термина *Дхарана*. След като умът се установи върху обекта на медитация, това вече е истинската медитация, което е и преводът на латинската думата "meditation" – сливане с обекта. Медитацията изпитва идентифициране с обекта на медитация. Когато това напълно се осъществи, настъпва "екстазно" състояние на интуитивно прозрение – свръхсъзнателно състояние, което споменахме по-горе, на санскритски се нарича *Самадхи*. То не е логическо знание, а се получава внезапно, като вдъхновение от

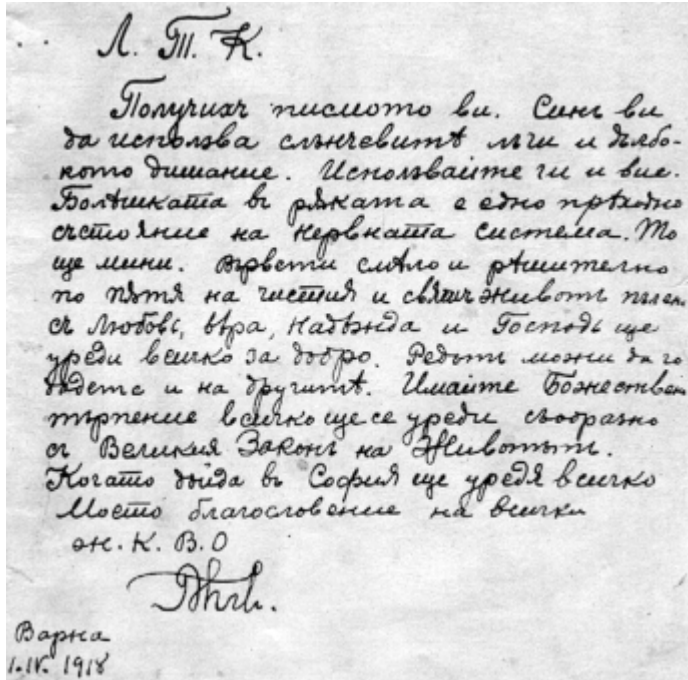
Ако вникнем в библейския израз "Възлюби Бога с всичкия си ум", ще видим, че той ни загатва за контрола на ума – концентрацията. Когато умът ни е пропит изцяло с мисълта за Любов към Бога, то тогава Той ще ни се изяви.

Важно е да споменем и за интимната връзка между медитацията, духовните песни, формулите и молитвите. Братските песни с техните мелодии и текстове акордират ума. Да си припомним: "При всичките условия на живота не губи своя мир". Защо? Защото без мир не може да медитираме върху Бога, нашата крайна цел. Освен това песните ни вдъхновяват. Така ни въздействат и беседите на Учителя. Затова песните, както и четенето на духовна литература преди медитация, укротяват и повдигат ума. В Древния изток това традиционно се прилага и се нарича *Киртан*. Молитвите и формулите въздействат комплексно. От една страна, с тях медитацията, уповавайки на Бога, призовава за Неговата и на Неговите помощници защита, а от друга – за Неговата помощ, както и да измоли за Неговата милост и благословия в медитацията.

В края е редно да анализираме и съпоставим различната терминология за медитацията като по-широко понятие, за да разгадаем аналогията в нея и да не се смущаваме от съмнения и спекулации на хора, повечето от които без необходимия практическ опит "философстват" некомпетентно в сферата на психологията, в чиято област е медитацията. В българския език се използват термини като вглъбяване и съзерцаване. Нека ги анализираме. Вглъбяването означава насочване на ума към "дъното", съзнателно на обекта. Следователно то е процес на движение навътре и съответства на фазата *концентрация*. Съзерцаването може да се тълкува двояко. От една страна, като наблюдение на обект, при което ние се откъсваме от смущения от други сетива (фазата на изключване на телефоните от сетивата *Практияра*) и "притъпяваме" мисли извън тези, свързани с този обект. От друга страна, разглеждайки го като процес на идентификация с обекта – "съ" и "зерцане" (като архаизъм в българския език) на виждане във вътрешността, или идентифициране с обекта, съзиран в "огледалото" (зеркало) на душата ни – откъдето идва интуитивното ни (про)зрение, би могло да се използва като синоним на фазата медитация (*Дхияна*). Но това е външната страна, спорна за непрактикуващия. Ученикът не спори. Той практикува - работи духовно. Така той реализира стъпка след стъпка напредъка си по пътя към истинския си дом – дома на Отец ни.

Няма да е пълно това обсъждане на медитацията, ако не споменем мястото на Любовта. Тя изключително помага на медитацията. Който е изпълнен с Божествена Любов, неговият ум е спокоен, не се отвлича от повейата на материалните мисли, които медитацията се опитва да прогони, за да се установи здраво медитативното състояние. Не случайно умът се сравнява с езеро, а мислите ни – като вълни. Когато съумеем да укротим вълните, тогава може да видим "дъното" на езерото – Божествената същност, скрита дълбоко.

проф. д-р Огнян Колев д.м.н.



Д-р Миркович като член на Академията на науките

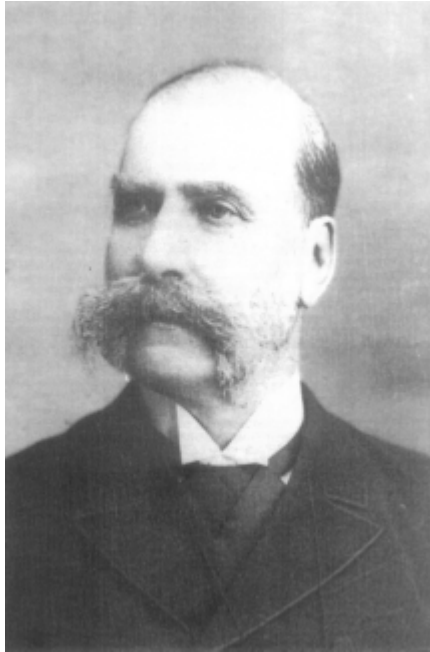
Нови сведения за първия ученик на Учителя

Във в-к "Братски живот", бр. 4 от септември 2005 г., е поместена интересната статия "Д-р Миркович - възрожденецът, лечителят, ученикът" от Соня Митева по случай 180 години от рождението му и 100 години от заминаването му. Тук ще дадем още някои факти за живота на д-р Миркович. Малцина знаят, че той е бил избран в най-високия храм на българската наука - Българската Академия на науките (БАН), основана през 1869 г. под името Българско книжовно дружество. БАН е най-старата ни и жива национална институция, най-старата ни и славна културна общност. Под всички документи за създаването на Българското книжовно дружество стоят подписите на най-големите дейци на нашето революционно-освободително движение: Васил Левски, Любен Каравелов, Димитър Ценович и много други членове на Българския централен революционен комитет, както и подписите на най-известните ни представители на предосвобожденската ни интелигенция. За своите големи заслуги, изтъкнати в гореспоменатата статия, д-р Миркович е избран за член-кореспондент на БАН през 1881 г. Тогава за член-кореспонденти са избрани още: Найдено Геров, Димитър Греков (министър-председател 1899 и председател на III Обикновено Народно събрание 1883), Тодор Икономов (председател на II Велико Народно събрание, 1881), Иоаким Груев, Иван Гешов (министър-председател 1911-1913 г., председател на XI и XV Обикновено Народно събрание 1901 и 1913; председател на БАН 1898-1924), Константин

Стоилов (министър-председател 1887 и 1894 - 1899) и др.

Пак през същата 1881 г. за академик е избран народният поет и писател Иван Вазов (министър на образованието 1897-1899).

През 1884 г. д-р Миркович е избран за академик на БАН заедно с Тодор Бурмов (министър-председател 1879 и министър на образованието 1886, 1894-1897), Константин Иречек (професор, историк и славист, автор на първата модерна история на България и министър на образованието 1881), Петко Каравелов (министър-председател 1880-1881, 1884-1886 и 1901; председател на I Обикновено Народно събрание 1879), Васил Радославов (министър-председател 1886-1887 и 1913-1918), Стефан Стамболов (министър-председател 1887-1894 и председател на IV Обикновено Народно събрание 1884-1886) и др. През 1898 г. за академици са избрани големите поети Стоян Михайловски и Пенчо Славейков. Последният е издигнат през 1912 г. и за кандидат на Нобеловата премия, но преждевременното му заминаване през пролетта на 1912 г. на 46-годишна възраст попречва за тази номинация. Избирането в БАН е би-



ла трудна процедура. Например, известният поет и общественик Петко Славейков (председател на II Обикновено Народно събрание 1880 и министър на образованието 1880) е бил избран за член-кореспондент (1875), но не е станал академик - въпреки големите си заслуги, въпреки преведането и издаването на първата българска Библия, която е използвана и от Учителя. Обаче неговият сътрудник за Библията, американският богослов-мисионер д-р Албърт Лонг, е избран за чуждестранен член на БАН през 1884 г.

Интересно е, че д-р Миркович е живял 80 години и около 6 месеца, колкото и Учителя. Той е роден на 10 март 1825 г., а е заминал на 29 септември 1905 г. Тези дати са по стария Юлиански календар. Ако те се преведат на новия Григориански календар се получава, че д-р Миркович е роден на космическата дата 22 март - началото

на Духовната нова година! А е заминал на 12 октомври, когато е денят на образуването на Българската Академия на науките през 1869 г.! Във всичко това има дълбоко символично и мистично значение. Д-р Миркович идва с Бялото Братство в деня на неговия пролетен празник, като първи ученик на Всемировия Учител. По този начин д-р Миркович се явява като първи двупосочен мост между духовните науки от една страна и просветата, науката от друга страна. Не случайно Учителя е обръщал голямо внимание на д-р Миркович, за което свидетелстват многобройните писма, публикувани в специалното издание "Писма на Учителя до д-р Миркович" по документи на Националната библиотека "Св. св. Кирил и Методий".

Учителя казва: "Моето учение е наука и вяра." Тази мисъл е цитирана и анализирана многократно във фундаменталната монографична студия на доц. д-р Илиан Стратев "Божественото учение или философията на Живота на Учителя Петър Дънов (Бейнса Дуно), ИК "Виделина", София, 1998.

Членовете на БАН имат многобройни периодични - ежемесечни и други събирания и заседания, на които се обсъждат най-актуалните и важни проблеми на съвременността. В тези събирания несъмнено е взимал участие и д-р Миркович. Така че той е бил в елита на българските научни, културни, духовни и политически среди. По този начин Учителя е въздействал върху духовното ръководство на българския народ, за да осъществи своята велика Мисия.

Петьо Йорданов, София

Практични правила за дишането от Учителя

Когато човек желае да почне систематически упражнения за дълбоко ритмично дишане, хубаво е да направи някои предварителни дихателни упражнения. Например може да направи следното предварително упражнение: да се направи дълбока вдишка и след това при издишване да се изговорят някои формули (вж. Молитвеник). Изпърво тия последните могат да бъдат по-къси, но след известно време човек може след дълбоко вдишване да изговори доста дълъг откъслек, без да поеме наново въздух. Тия изречения могат да бъдат от по-възвишен характер, за да ползват човека и със своето съдържание. Такива предварителни дихателни упражнения са една добра подготовка за упражненията по дълбоко ритмично дишане.

Добре е да се спазва следното правило: преди почване на дихателните упражнения човек да направи дълбоко издишване и през това време да отпусне всичките си органи от главата до нозете. Това улеснява дихателните упражнения човек да направи дълбоко издишване и през това време да отпусне всичките си органи от главата до нозете. Това улеснява дихателните упражнения човек да направи дълбоко издишване и през това време да отпусне всичките си органи от главата до нозете. Това улеснява дихателните упражнения човек да направи дълбоко издишване и през това време да отпусне всичките си органи от главата до нозете. Това улеснява дихателните упражнения човек да направи дълбоко издишване и през това време да отпусне всичките си органи от главата до нозете.

Пълно изпразване на

белия дроб не е възможно, но човек да се стреми да го изпразни колкото се може повече. Това улеснява влизане на по-голямо количество чист въздух в белия дроб - значи обмяната на въздуха става по-пълна. Специалните дихателни упражнения се правят обикновено три пъти на ден - сутрин, на обед и вечер. Но освен тях, хубаво е човек в течение на деня, от време на време, да се спира и да прави по една дълбока вдишка и после пак да продължи естественото си дишане. По този начин и естественото дишане постепенно ще става все по-правилно - по-дълбоко и по-ритмично.

Човек може да прави дихателните упражнения при три вида положения на тялото си: легнал, седнал и прав. Когато човек при дишане е легнал, той е повече във връзка със земните сили; когато е седнал, повече се засяга симпатичната нервна система, а когато при дишане е прав, повече се засяга главният мозък.

Дихателните упражнения трябва да се правят на чист въздух. Лятно време могат да се правят на открито, а зимно време - в отоплена стая, но добре проветрена - при отворени или полуотворени странични прозорци.



Аз ви слушам как четете молитвите - бързате по-скоро да свършите. Когато аз се моля, Добрата молитва ми отнема 15 минути, 91 псалом - 20 минути, Пътят на живота - 20 минути, а като чета Отче наш минава половин час и като дойда до Молитвата на Царството още половин час. Обаче с бързане нищо не се постига. Тези 15 минути представят закон, чрез който се разтопяват всички заблуждения, 20 минути е закон на творчеството, на работа, 30 минути е закон на равновесието. Който не разбира тези закони, ще се обезсърчи, който ги разбира, ще приложи и 15-те, и 20-те, и 30-те минути и при молитва, и при четене на Библията.



(следва продължение)

Пътица и методи за влизане във връзка с Невидимия свят

от стр. 1

от който са родени всичките противоречия. Това е едно заблуждение, внесено от черната ложа в света, за да отклони човешката душа от правия път. На много места Учителя дебело подчертава, че злото в човешкия живот се корени в човешкото сърце, което трябва да бъде прободено, за да изтече злото от него. Затова са страданията в живота. Четете внимателно беседите и лекциите и ще се убедите в това. Защото под думата ум, според Учителя, разбираме съвкупността на всички добродетели и сили, които са като възможности на човешката душа. Умът, това е свещеното, разум, това е пътят, който води към вечния живот, към разумния безсмъртен живот, а човешкият мозък е само една антена, чрез която се проявяват силите на човешкия ум. И колкото по-организиран е човешкият мозък, толкова по-

добре се проявява умът. Човек е затворен в своята глава и трябва да намери вратата, за да излезе оттам и да направи връзка с обкръжаващия свят.

Религията дава молитвата като метод за влизане във връзка с разумния свят, с възвишените същества, с Бога. Това е един правилен път, но той е профанизиран, защото днес молитвата е превърната в механически акт, а молитвата има сила, когато не е един механически акт, а съзнателно отношение към разумния, възвишен свят. Само ученикът знае в истинския смисъл на думата какво представлява молитвата и знае как да се моли, и знае нейната сила и нейния ефект. Но той знае, когато се моли да влиза в тайната си стаячка, знае да издигне съзнанието си към възвишения свят и така с подигнато съзнание той влиза във връзка и общение с разумните, възвишени същества и с Бога, и се ползва от техни-

те енергии, сили и знание. За ученика молитвата не е просяка, но акт на благодарност, в който човек се съсредоточава в себе си и чрез себе си влиза в необятния свят, където живеят разумните същества. Молитвата е един от най-безопасните методи. За ученика тя се превръща в медитация, при която съзнанието му се повдига във възвишения свят и той съзерцава Божествената красота и хармония и преживява блаженството от сърцанието на хармонията на сферите. При това състояние ученикът отваря в себе си вратата, за да влезат в него възвишените енергии на Божествения свят и той да влезе в общение с разумните същества.

При влизане в контакт с Невидимия свят, човек преди всичко трябва да е станал господар на себе си, на всички сили, които функционират в неговото тяло, за да може да се справи след това с космичните течения.

Това подразбира човек да е развил в себе си възвишените Божествени добродетели и да е подчинил всичките отрицателни сили в себе си на разумната воля. Онзи, който не е направил това, той е играчка на тъмните сили и не е техен господар. Чистотата е качество на всички добродетели. Затова първата задача на онзи, който иска да има опитността на истинския ученик, да може да влезе във връзка с Учителя, е чрез разумна работа да трансформира всичките си нисши страсти и енергии, да се освободи от всички недъзи и да придобие първичната чистота и святост, които са качества на човешката душа. При това състояние, като проникне в Невидимия свят, той ще свети като Слънце, всички тъмни сили ще отстъпят пред него и ще му отворят път. Защото човек неизбежно ще мине през тяхното царство, преди да влезе във Възвишения свят.

