

Радка Иванова - Радея

ЕМОЦИОНАЛНАТА ИНТЕЛИГЕНТНОСТ  
И  
СЛОВОТО НА УЧИТЕЛЯ

Настоящата книга разглежда темата емоционална интелигентност в светлината на знанието, което получаваме от Духовното учение на Учителя Петър Дънов; Учението, което Той определя като Новото учение.

*"Ще настане нова култура, когато хората ще слушат своя ум и своето сърце и ще живеят братски. Земята коренно ще се измени. Разумното начало е приготвило нови условия, нов свят. Приложението на Любовта – това е работа. Новото учение изправя погрешките на миналото, изправя и допълва сегашното знание и въвежда човека в истинския, безграничния, творчески живот, който дава всички условия за човешкото развитие."*

Всички цитати в книгата записани с курсив са тематично подбрани извадки от различни лекции на Учителя.

## ОБЩИ СВЕДЕНИЯ

Под емоционална интелигентност се разбира способността или уменията да се възприемат, оценяват и управляват собствените емоции, както и емоциите на човека с когото разговаряме. Това ни помага да постигнем правилна организация на мисленето и поведението си.

Идеята за емоционалната интелигентност се появява за пръв път още в ранните трудове на Чарлз Дарвин във връзка със значението на емоциите в човешкия живот и тяхното правилно изразяване. В последствие все повече изследователи в областта на интелигентността активно работят по темата. В резултат на нарастващото признаване в професионалните среди на значението на емоциите в изследователската дейност, изследванията по темата се увеличават, но терминът е широко популяризиран едва след публикуването на книгата на Даниел Голман *Емоционална интелигентност: защо може да има по-голямо значение от IQ*.

## ВЪВЕДЕНИЕ

Когато през 2015 г. работих за книгата „Физиология на духовната култура“, съвсем естествено се откри необходимостта да се отдели специално внимание и на емоционалната интелигентност. Тя беше представена в книгата дотолкова, доколкото пояснява структурата и същността на духовната култура. Мина доста време от тогава, но тази мисъл не изчезна от съзнанието ми. И се получи нещо ново и интересно за мен. Трайната ми връзка със Словото на Учителя ми помогна да открия там силното и мъдро присъствие на емоционалната интелигентност. Тя присъства в Словото като препоръка и съвети на Учителя за разумно поведение, за начин на общуване, като средство за овладяване на емоциите, дори и като възможност за себепознание. От тук произлиза и моето убеждение, че Знанието вложено в Словото на Учителя заслужава задълбочено изследване и подходящо адаптиране към съвременната педагогика, а защо не и психология. То е Учение, което най-общо може да бъде определено като благородно знание за Живота. Казано по конкретно, това Знание е Наука за Живота.

В настоящата книга темата емоционална интелигентност има за цел да събуди интереса на читателя към емоционалния свят на човека. Текста е организиран в две части: Емоционалната интелигентност – теория и практика, и Емоционалната интелигентност и нравствената основа на живота. Самото заглавие на книгата „Емоционалната интелигентност **И** Словото на Учителя“ подсказва, че на страниците на тази книга не се предлага анализ на темата в Словото на Учителя. Анализът предполага, не само, но изисква много по-широка изследователска работа. Тук са набелязани основните акценти, които характеризират същността на емоционалната интелигентност в един от нейните аспекти: себепознанието, и още нещо: връзката между емоционалния свят на човека и нравствената основа на живота. Цитатите от Словото на Учителя допълват и разширяват изложението, като показват Неговото мъдро отношение към живота. Той е дал изключително ценни напътствия, които могат да помогнат на всеки непредубеден читател да развива и усъвършенства своята духовна култура. Основна част от нея е емоционалната интелигентност.

## ЕМОЦИОНАЛНАТА ИНТЕЛИГЕНТНОСТ – ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА

## ЕМОЦИОНАЛНИЯТ СВЯТ НА ЧОВЕКА

Съвременният човек съхранява в себе си изключително мощната сила на мисълта и чувствата. Той трябва да се научи да управлява тази сила в полза на Доброто. Но, за да постигне тази цел е необходимо да открие възможностите, чрез които може да бъде в услуга на Живота. Да бъдем в услуга на Живота, ще рече да създадем в своето лично пространство най-добрите условия за пълноценно участие в неговото развитие на целия интелектуален потенциал, който притежаваме. Това не можем да постигнем, ако не познаваме добре себе си, ако не умеем да владеем своите мисли и чувства, ако не умеем да ги управляваме и ако нямаме представа за своите умствени способности. Всички тези умения определят съдържанието на понятието емоционална интелигентност.

Емоционалната интелигентност събира в себе си всички възможности, които могат да направят живота ни красив и успешен. Човек, който е запознат с тази истина е полезен за себе си, за своите близки, за колектива, в който работи и за обществото в неговата цялост. Този, който подценява, знанието за емоционалната интелигентност сам осуетява условията, които определят нормалното развитие на живота му.

Има една поговорка, която твърди, че човек се учи докато е жив. С тази книга казваме на всеки, който посегне към нея, че никога не е късно човек да потърси ново знание или да преразгледа собствения си емоционален и умствен багаж, с които е тръгнал по Пътя на Живота. Последователната работа със себе си ни дава възможност да открием своята нова истина и да отключим неподозираните възможности, които несъзнателно са ограничавали нашето развитие.

Емоционалната интелигентност, в своята същност като понятие, обхваща широк спектър от знания, които обясняват емоционалния свят на човека. Познаваме ли го добре? Умеем ли да управляваме емоциите си? Умеем ли да ръководим поведението си когато сме в приповдигнато емоционално състояние? А как в това състояние възприемаме отсрещната страна, т.е. човека с когото общуваме? Можем ли да употребяваме чувствата за положителна промяна в своя живот? В този смисъл е добре да знаем, че чувствата са средство за въздействие върху човешкото съзнание. Те пряко променят човека, а той като следствие от тяхното въздействие, променя действителността. От тук и голямото значение на чувствата за смисъла и съдържанието на човешкия живот. Под влияние на силните чувства можем да направим изключителни промени както за живота си, така и за заобикалящата ни действителност.

Друг е въпросът, че човек винаги се страхува от това, което не познава. И точно затова в голяма степен е склонен да приема своите чувства като опасност, която го подвежда. Всъщност ние сами се подвеждаме, като не познаваме себе си, като отказваме или не сме се потрудили да разберем, че в силно емоционално състояние не бива да вземаме важни решения. Ако спазваме това правило ще си спестим много проблеми. Не защото емоцията непременно е нещо лошо, а защото тя не е поставена на необходимото ниво в йерархията на човешката ценностна

система, и като всяко друго нещо, което не е на мястото си ще допринесе вреда. Проблемът не се състои в това, че човекът е подвластен на чувството. Проблемът е в човешката култура, тази култура, която определя нашата грамотност да живеем разумно. Когато опознаем своята духовна същност, целостта на своя интелектуален потенциал, тогава ще можем да ръководим своите чувства .

Да се научим да ръководим чувствата си не означава да ги контролираме. По-важното е да ги опознаем, да знаем как и доколко те се свързват с човешкият ум, за да можем да различаваме спокойно умствената интелигентност от емоционалната интелигентност и да разбираме същността на връзката между двете. Тогава ще можем да управляваме своите чувства, да ги разпознаваме и да ги свързваме с особеностите на своя характер. Не да се борим със себе си, заблуждавайки се, че превъзможваме своите слабости с различни ограничения и измислени от нас самите строги правила. Защото ние никога не бихме могли да създадем продуктивни правила за самовъзпитание и самоконтрол, ако не познаваме Правилата на Природата и не свързваме този факт с нашата образованост; ако отказваме да разберем и не искаме да приемем, че и човекът е Божие творение, така както всичко останало във Вселената. Учителят съветва:

*„Някой път ние се борим със себе си, но това е най-голямото зло. Човек никога не трябва да се бори със себе си, защото, ако се бори със себе си, ще се унищожи. Победиш ли себе си, ти ще се заличиш. Единственото естествено нещо е да познаваме себе си. Да познаваме себе си, то значи да познаем доброто, което е вложено в нас, и да знаем как да го развиваме.“*

\*\*\*

Да опознаем своя емоционален свят! Това е Идеята, която ще ни помогне да създадем богатството на своя живот. Как? Като открием неговата интелигентност, като съхраним искреността му и отхвърлим наивността му, като потърсим светла и чиста връзка със своя ум. Всичко това изисква от нас умение да познаваме както своите чувства, така и чувствата на хората, с които общуваме.

Как ни помага в това самовъзпитание Учителят? Като работи в своето Слово чрез трите основни направления, които са вложени в Замисъла на Сътворението и които определят смисъла и съдържанието на Живота: Любов, Мъдрост и Истина. Във всяко от тези направления той използва живи примери от човешкия живот и умело ги интерпретира, за да може успешно да представи конкретна мъдрост, съвет и препоръка.

Словото на Учителя е наука за Живота. Изградено е върху твърдото убеждение за живата връзка между физическия свят и Божествения свят. Той обяснява тази връзка като говори за Божествена наука и я определя като критерий и основен източник на знание в човешкия живот. *„Под Божествена наука разбирам науката, която изучава същността на живота. Ето каква дефиниция може да се даде на Божествената наука: тя е наука, която се занимава с разумността на самия Живот, с външните и вътрешните условия на Живота и с органическото развитие. Човек не може да изучава Божествената наука, ако е страхлив. При нея се изисква голямо безстрашие и смелост.“*

В същата беседа – ”Божествената наука” Учителят Петър Дънов казва: *„Съвременната наука е само въведение към истинската наука. С това авторитетът на съвременната наука и на учените не се подценява.“*

*Съвременната наука е дала факти върху, които човек може да мисли, за да развива умът му. Обективният ум трябва да се развие. Без тези факти той не може да се развива.”*

Успешен, градивен път за човешкото умствено развитие е емоционалната интелигентност, стига да я разбираме правилно. Емоционалната интелигентност е проява на осъзнато изградената духовна култура. Със своето развитие тя определя културата на общуване. И още: Емоционалната интелигентност пряко влияе и на развитието на обществения живот. В знанието, което Учителя ни е предал, духовната култура на човешката личност и духовната култура на обществото взаимно се допълват, те са една цялост.

*„Казвате, че светът трябва да стане добър. Светът сте вие. Всеки човек представлява светът в миниатюр. Ако ти приложиш Божественото учение, светът ще се изправи. От човека зависи изправянето на света. Всеки човек е свързан с хиляди хора. Тъй щото от изправянето на едного зависи изправянето на всички, които са свързани с него. Като знаете това, помнете, че носите отговорност освен за себе си, още и за всички ония, с които сте свързани.“*

Чрез Знанието вложено в Словото на Учителя получаваме най-важните, жизнено необходими уроци по култура на общуването, здравна култура, способност за организация и култура на мисловния процес, емоционално-умствена организация на личния ни живот. Всичко това определено се отразява на качеството на обществения живот. Макар и не пряко Учителят проследява тази връзка. Ето защо внимателният прочит на Словото на Учителя открива емоционалната интелигентност като съществена основа на Знанието представено в Неговото Слово.

Чрез емоционалната интелигентност се проявява най-добре духовната култура на човека. А духовната култура събира в себе си всички елементи, които създават неговото емоционално-умствено състояние. С други думи казано, човекът, който притежава духовна култура, притежава във висша степен уменията за здравословен живот проявен в двата му основни аспекта: личен и обществен. Знанието, което получаваме от Словото на Учителя ни подготвя за живот точно в тази посока. Както записахме по-горе, то е изградено върху трите основни направления: Любов, Мъдрост и Истина. Три основни, направления, които определят истинността и стойността на Живота; разгръщат неговото съдържание като определят качеството му.

Езотеричното знание определя Любовта, Мъдростта и Истината като Принципи. В смисъла на своето съдържание те изискват конкретна грамотност, без която строителството на Живота би било паянтова схема; произволно нахвърляни елементарни форми на човешко поведение, което няма основа.

Защо Любовта, Мъдростта и Истината са ПРИНЦИПИ?

Защото в своята същност са Правила, които не само създават Живота, но и определят пътя на неговата еволюция.

Еволюцията на Живота е здраво изградена СИСТЕМА от Правила, които взаимно се допълват, за да представят цялостния му облик. Принципите Любов,



Мъдрост и Истина определят Живота като Процес, чиято логическа последователност е създала потребността от опознаването на причинно-следствената връзка, която изгражда тази последователност.

В книгата „Физиология на духовната култура“ тези три принципа бяха представени като Правилата, които стоят в основата на създаването и развитието на Живота във всички негови аспекти. Откриваме ги и в Словото на Учителя. Там той разглежда Живота в светлината на Христовото Учение. *„Аз ви предадох едно учение на Христа - Учение на живота, не на буквата; Учение не на сектантството, а Учение на Мъдрост и Любов, което може да го обнови целокупния живот.“*

Христовото учение ни напътства в ежедневието като ни предлага добродетелното отношение към човека и живота. То ни учи как чрез любов и добродетелност, можем тук в настоящия си живот да постигнем високо развито съзнание, което пълноценно да общува с Великото Съзнание, те с Бог. В Словото си Учителя доразвива това основно направление на Христовото Учение. Той е докоснал всеки нюанс от проявлението на живота като посочва и пряката връзка между личния и обществения живот, но всичко това непретенциозно е представено като същност на духовната култура. Защото Същността на духовната култура е същност и проявление на духовната връзка на човешкото съзнание с Великото Съзнание. Тази връзка предопределя посоката и качественото развитие на духовната култура, а оттам и на Живота в неговата цялост. Както казва Учителят *„Това значи да се съгласува човек с великите Божии закони като единствено неизменни и вечни.“*

Любовта е Принцип, защото определя Начина на проявление на Творческите (Съзидателните) Сили в Живота и Природата.

Начинът на проявление на Любовта е Добротворството.

Мъдростта е Принцип, защото определя Любовта като основополагащо Правило за организиране на Творческите Сили в Живота и Природата.

Точно като основополагащо Правило за организиране на Творческите Сили в Живота и Природата, Любовта създава Хармонията. Творческите Сили приемат характера на градивни сили, проявяват се като Сили на Съзиданието, които работят в хармонична връзка помежду си.

Истината е Принцип, защото определя Любовта и Мъдростта като критерии за проявлението на Творческите Сили в Живота и Природата.

Любовта и Мъдростта като критерии за Проявлението на Творческите Сили създават Справедливостта – животворящата облагородена Справедливост. Тя е Пътят към Съвършенството.

Всеки от тези три принципа има свое изискване към човешкия ум и всеки от тях дава най-необходимото на ума, за да може той да мисли, да анализира, да разсъждава и да обобщава, тоест те създават умствената интелигентност на човека, но имат също толкова значимо присъствие и в емоционалния свят на човешкия живот.

## СЕБЕПОЗНАНИЕ

*„Ако не знаете как да контролирате вашите сетива страданията ще дойдат. Страданията ви идват от петте сетива. Следователно трябва да станете господари на своите сетива: на пипането – като пипаш, да знаеш защо пипаш; след това на зрението ( начина, по който възприемаш това, което виждаш), вкуса, обонянието и слуха. Трябва да станете господари на своите сетива. Ако това не можете да разберете, няма да можете да разберете и своите мисли, ум, чувства, сърце – те са от по-сложен характер. Трябва да изучавате сетивата си.“*

В лекцията си „Петте сетива“, Учителят ни призовава към по-задълбочено себепознание.

Себепознанието е първият от елементите, които определят смисъла и съдържанието на понятието емоционална интелигентност. Без добро себепознание няма как да се включим успешно в Живота, няма как да опознаем всички аспекти на неговото проявление. Това се получава напълно естествено когато постигнем пълна съвместимост между нашите умения и способности да живеем и еволюцията на Живота. За да бъдем страна от еволюцията на Живота трябва добре да познаваме своите чувства и умствените си способности, което означава да притежаваме необходимото ниво емоционална интелигентност.

Как можем да го създадем?

Една от възможностите е, като се стремим да опознаем себе си.

*„Да познае човек себе си, това значи да хармонизира силите на своя организъм. Какво означава хармонията в човека? Съгласуване на силите му. Както музикантът настройва инструмента си по даден ключ, така и всеки човек трябва да настрои силите и енергиите си по даден ключ. Кой е този ключ? Любовта. Тя е единствената сила, която хармонизира, т.е. настройва нещата.“*

Себепознанието трябва да бъде непрекъснат процес за изучаване на собствения интелектуален потенциал и сега ще обясним защо се налага това. Когато човек изучава собствения си интелектуален потенциал, той изучава онези качества, които Създателят е вложил в него.

Защо е необходимо да изучаваме себе си?

Защото това е изходната позиция, от която градим своето светоусещане. В зависимост от това, как и доколко сме възприели и опознали себе си, ще можем да възприемем и опознаем света. Един човек, който не обича себе си, който не познава себе си, не може да бъде полезен и на света. Тук трябва да знаем, че Умът е средството, чрез което човекът се приобщава към себе си и към средата от физическия свят. Умът има своята Божествена основа, но той се развива и усъвършенства във физическия свят. Неговата уникалност, Божествената му същност можем да открием в способността му да възприема и анализира всичко, до което се докосва. Творецът е вложил тази способност у него, за да може умът, възприемайки и анализирайки нещата от живота, да събира знания. Чрез знанията той се усъвършенства и се превръща в градивен елемент на съзнанието.

## ВЪЗМОЖНОСТИ ЗА СЕБЕПОЗНАНИЕ

Себепознанието е задължително условие за еволюцията на човешкия род. Без него няма пълноценно развитие. Затова всеки човек трябва да е наясно, че първото изискване отправено към него от Живота е себепознанието. Успоредно с опознаването на света, той ще трябва да опознава и собствения си интелектуален потенциал. За тази цел се изисква и съответно разбиране. Без него няма как да се получи развитие, защото ако не сме наясно какво търсим, не бихме могли да се ориентираме в действията си.

За какво разбиране става въпрос?

За необходимостта от знание за човешката духовна същност. Този, който не познава своята духовна същност не може да постигне себепознание и остава без пълноценна реализация на своя личен живот; трудно би могъл да бъде полезен и за обществения живот.

Какво трябва да се разбира когато говорим за духовна същност? Интелигентното, ЖИВО присъствие на съзнанието в човешкия живот.

Духовната същност на човека е изградена от основните елементи на съзнанието: ум и чувство. Двете заедно в процеса на своето развитие определят интелектуалния потенциал на човешкото съзнание. Той има две страни: практическа и познавателна, т.е. знанието, което стои в основата на интелектуалния потенциал е придобито чрез личен опит, постигнат от участие в живота, или заучено от съществуващите възможности, които предлага науката. В първия случай говорим за познание, защото е придобито знание от личното ни участие в живота, т.е. от практиката, а във втория случай, става въпрос за знание получено от различните информационни източници, чрез които работи науката.

Това, което вършим и мислим остава като следа в съзнанието, и служи за по-нататъшното развитие, но с едно уточнение: когато в това, което вършим има емоционално присъствие и умисъл, тоест, имаме замисъл за чиято реализация работим с ум и чувство. Тук няма значение дали замисълът е благороден или непочтен – важно е присъствието на ума и чувството. Този факт определя голямото значение на подбудите, с които работим в ежедневието си. : Учителят съветва: *„Всяка мисъл, всяко чувство, с които човек се занимава, оказват известно влияние върху него. Всеки предмет, който изучава, също оказва влияние върху него. Работете с доброто, без да го делите, за да се намирате под неговото влияние.“*

Само когато имаме благороден замисъл, тогава говорим за опитности – това са трайните знания, които служат на човека, за да се изяви неговата духовна същност. Неволно допуснатите грешки, които определено са усложнили живота ни; трудностите, които сме срещнали, тежките драматични разговори, всичко това също оставя своя отпечатък в съзнанието и когато не успеем да си обясним причината се превръщат в психологическа бариера, която може и да провали стремежите ни. Ето как се преплитат в едно умствената и емоционалната интелигентност – двете най-съществени страни от човешката духовна същност. Тяхното познаване определя нивото на нашето съзнание, а от там и качеството на

нашия живот. Стремжът на всеки човек трябва да бъде пълноценното усвояване на знания и тяхното целесъобразно използване в живота.

Възможността, която дава опознаването на интелектуалния потенциал е съществено важна за развитието на личността, най-вече защото това знание дава по-голяма увереност в собствените сили. Без тази възможност не може да се постигне пълноценно себепознание; губи се връзката с интуицията, с „вътрешния глас“. Когато “говори” интуицията, т.е. “нещото, което подсказва”, човекът трябва да знае, че му говори неговото подсъзнание на базата на опитностите, които има от настоящия си и от миналия си живот. Необходимо е само да има повече вяра в собствените сили.

Себепознанието създава възможност на духовната същност да се прояви – създава основната база за развитие на човешкия ум във физическия свят и определя степента на неговата обвързаност с материалния свят.

## ПРАКТИКА НА СЕБЕПОЗНАНИЕТО

Истинското предназначение на тази Практика е личността да се научи да общува с енергията на мисълта и чувството, или това е живото проявление на духовната сила на човешкия ум – независимо от това дали става въпрос за нашия ум или за този на събеседника ни.

Как се осъществява това общуване? Със стремежа на личността да „чете“ в очите на хората. Всеки поглед е проява на конкретна мисъл и чувство. Тогава когато срещнем погледа на човека е важно да го възприемем, а не само да го докоснем.

Когато поглед с погледа се среща се получават две възможности: едната е да усетим неговата сила, а другата е да останем безразлични.

### **Кога погледа на човека излъчва сила?**

Когато умът е носител на конкретна Идея.

### **Какво определя характера на тази сила?**

Позицията, с която умът участва в разговора.

### **Кога човек усеща силата на отсрещния поглед?**

Когато участва в общуването съзнателно.

### **Кога остава безразличен?**

Когато възприема събеседника си повърхностно, или най-общо казано в зависимост от личното отношение към събеседника. Това е едната причина, другата е резултат от бездушното отношение на човека към живота.

### **Защо е важно да възприемем погледа на човека?**

Защото като възприемем погледа на човека, възприемаме духовната сила на неговия ум. Духовната сила на ума е проява на неговата нравствена същност. Но проявата на нравствената същност е резултат от връзката между човешкия ум и човешкия дух. А вече би трябвало да знаем, че тази връзка определя нивото на съзнанието, тоест, по-високото ниво в развитието на ума. В зависимост от посоката на неговото развитие, този ум ще прояви добронамереност, злонамереност или безразличие. Силата на всяко от тези състояния се излъчва чрез погледаи според нейната проява съдим за нравствената същност на личността..

### **Как можем да открием себе си в очите на хората, с които общуваме?**

Като възприемем спокойно и непреднамерено погледа на човека. Мисълта и чувството, които той влага в това, което казва, е най-точната информация за искреността на думите, които изрича.

За да можем да „четем“ в очите на събеседника си е необходимо да имаме принципно изградена реална представа за живота и човека. Това изисква да притежаваме най-напред безпристрастност за оценката, която правим. Но за да можем да оценим това, което се случва, което виждаме, и в което участваме, се изисква да разсъждаваме с БЛАГОразумие. Тази опитност се постига с времето. Ако сме достатъчно наблюдателни и съобразителни, ще разберем, че животът ни учи на мъдрост и благоразумие.

## **И все пак, какво трябва да знаем когато срещнем погледа на събеседника си?**

Да познаваме две основни правила: първото е да имаме свой добронамерен подход в общуването. Това е Идея, която нашият ум би трябвало да възприеме като принципно правило в общуването с хората. Ако е така, нашият поглед ще бъде ведър, ще бъде и благ. Ако погледът на събеседника ни също е ведър и благ, напълно естествено е да възприемем този човек като добронамерен. Сега идва най-важният момент – второто правило: раздялата след разговора. Това е момента, в който можем да открием себе си в очите на другия.

### **Какво означава това?**

Означава, че ако сме наблюдателни и непреднамерени по отношение на човека и общуването с него, можем да разберем как той ни е възприел. Това ще проличи от неговия поглед, а не толкова от думите на пожеланията, които ще ни каже на раздяла.

1. Ако неговият поглед излъчва светлина и радостно усещане, този човек ни е възприел като приятел;

2. ако излъчва усещане за респект и уважение, за него ние сме фактор, с когото той се съобразява;

3. ако гледа встрани от нас и ни говори, най-вероятно иска да прикрие смущението, което сме предизвикали в него или своята неискреност; може да означава и неуважение.

Така че нашето заключение по отношение на възможностите да открием себе си в очите на събеседника, може да бъде в три различни направления: първото е, че откриваме потвърждение за себе си като за човек, който е способен да създава благотворна среда за общуване – възприемат ни с приятелско чувство, значи притежаваме ценното качество „сговорчивост“; второто се свързва с нашите делови способности и притежание на много необходимото качество „градивност“, а това означава способност да претворяваме в добри дела своите мисли и желания; третото направление подсказва, че сме останали неразбрани – това е създадо у човека смущението, но то може да бъде предизвикано и от респект към личността ни; може да означава още, че този човек изобщо не държи на връзката си с нас, че нашето мнение или присъствие няма никаква стойност за него; може и да се стреми да прикрие стаявано лошо чувство към нас.

### **С какво ни помага умението да откриваме себе си в очите на хората?**

Старанието да си създадем това умение ни помага да постигнем повече познание за самите нас. Заключение, което ще направим, когато анализираме общуването с другите също помага за себепознание, но създава и условия да повишим своята самовзискателност, наблюдателност, съобразителност и сговорчивост – все качества, които променят живота за добро, повишават неговото Качество. Тук е много важно да се направи едно уточнение: тази практика не бива да се свързва със зависимост от мнението на хората – в смисъл на тревожност от това „той или тя какво си мисли за мен“, и така да се създава страх от връзката с другите. Ползата от тази Практика на себепознанието е в

създаването на нова култура в общуването. Говорим за нова култура, защото тя се проявява на две нива: общуване със себе си, и общуване с хората, като нейното предимство е в утвърждаването на способността за безпристрастна и трезва оценка на собственото Аз и на личността на другия. Човекът придобил тези умения създава градивна, творческа атмосфера за своя живот, а така допринася и за положителната промяна на обществото, в което живее.

## САМОСЪЗНАНИЕ И НЕГОВИТЕ ФОРМИ

Когато говорим за самосъзнание, трябва да имаме предвид отношението на ума към собствената ни индивидуалност. Впрочем, за индивидуалност трябва да говорим тогава, когато човешкото съзнание приеме себе си като уникална изява на Божествената творческа същност. По принцип всеки човек като елемент на една обща творческа концепция представлява организъм в развитие. Този организъм има напълно сходни черти с тези на себеподобните и в същото време крие определена уникалност.

Общозначимият фактор за съществуване на личността като биологичен организъм е свързан с обективната, с външната среда, в която живее човекът. Уникалното в човешкия организъм се проявява най-вече във възможностите на рецепторите. От тях зависи в каква степен ще може съответният организъм да възприеме средата, в която живее, за да се осъществи нивото на неговото развитие. В конкретния случай говорим за чисто биологичните форми на живот.

Когато имаме предвид, обаче, ума като водещия фактор за съзнателна работа на собствената ни индивидуалност, трябва да можем да различаваме нивата, на които се проявява съзнанието. Какво ще рече това?

Умът е водещият фактор, когато действа от позицията на изявеното желание. Ако желанието е свързано с определена цел, умът ще търси път, за да я достигне. Точно тук ще се прояви първото и най-ниско ниво на съзнанието – инстинктът за притежание. Това е внедреното във всяка човешка индивидуалност начално привличане към непостигнатото. Винаги непостигнатото остава като дразнител, който активизира работата на ума. Умът винаги иска да притежава. Така че по пътя към целта ни води стремежът към непостигнатото, който в най-примитивната си форма е желание за притежание. Тук съзнанието би трябвало да се включи с въпроса “защо?” – защо искаш, защо се стремиш. Но то ще се включи с подобен въпрос, ако има визия за конкретната човешка индивидуалност, т.е. себепредстава или казано по-точно реалистична представа за собствените умения и способности. Това изисква усещане и още по-добре знание за връзката на душата с духа, за да получи път уникалната изява на Божествената творческа същност, внедрена в духа.

*"Човешкият мозък трябва да има работа, и то разнообразна. Ако вие се занимавате с еднообразна работа, ще се развие само една малка част от вашия мозък, а другата част ще остане атрофирана от безделие. В човешкия живот сега стават много пертурбации, вследствие на което днес ни занимават хиляди и хиляди мисли. Радвай се, че много мисли те занимават днес. Това са Божествени мисли, които искат да събудят ума ти, сърцето ти и волята ти, за да разбереш, че в света има един велик закон, който направлява твоя живот. Сега във всички ни трябва да се роди едно желание – да учим."*

Ако съзнанието не се възприема като елемент на Божествената творческа същност, то работи механично, т.е. чрез ума отчита определени нива на полученото знание. Това е знанието, което развива ума, но оставя в бездействие духа. По пътя към целта, когато основен двигател е стремежът към



непостигнатото, човек ще прояви част от своята емоционална основа или чисто пресметливите си стремежи, но ще остане чужд на съзидателното, на градивната идея за самопознание. Той ще има за отправна точка желанието си и ще търси средствата за достигане на целта вън от себе си. В този случай човек не се ръководи от желанието да прояви творческата си същност и така губи своята уникалност. Без нея няма как да се създаде индивидуалността, не може да се развива самосъзнанието като процес на осъзнаване на самия себе си. Човекът е индивид без индивидуалност, т.е. той има своите особености, но те не са част от неповторимата му творческа същност. Само чрез творческия процес човек може да бъде създател, да бъде уникален. Ако пътят към целта е път за разгръщане на творческите способности, тогава ще получи пълна изява уникалният подход. Така ще се създаде творческото многообразие, а това вече означава напълно осъзната умствена дейност за изграждане на самосъзнание. Проявеният творчески подход показва завършено самосъзнание.

По пътя към целта съществена роля изпълнява устойчивостта или неустойчивостта на стремежа. Устойчивостта се свързва с волята, а волята е изява на творческата подбуда. Тази логическа последователност трябва да подскаже, че е налице ясно изразено самосъзнание. Когато е свързано с творческата активност, то има своя уникален отпечатък. Затова формите на самосъзнание се определят от действащата творческа подбуда. Това е причината самосъзнанието да се проявява в двете основни форми: себеуважение и неуважение.

Себеуважение, защото творческата активност минава през себепознанието и носи удовлетворение и развитие на духа. Другото винаги поражда съмнения и неудовлетвореност.

## Аз-образ ; САМОСЪЗНАНИЕ И СЕБЕПОЗНАНИЕ

Добре организираното самосъзнание приема осъзнаването на психичните процеси и качества като задължително условие. Те са функция на самосъзнанието. Чрез психичните процеси човешката личност работи както за развиване на своето самосъзнание, така и за самопознанието си. Личността се проявява и в двата случая като субект и обект на познанието. В самосъзнанието се формира личностното "Аз", а в самопознанието то се развива и усъвършенства. Самосъзнанието и самопознанието взаимно се допълват. Тяхната уникалност трябва да търсим в изначалната Божествена творческа Идея.

Укрепналото самосъзнание намира израз основно в познанието, както за себе си, така и за света; в благоразумното преживяване на възникналите проблеми; в стремежите към самопознание и духовно развитие; в решенията които вземаме и най-вече по отношение на колебливостта и устойчивата позиция, но преди всичко това трябва да поставим доверието в себе си. То изгражда твърдата реалистична оценка, която трябва да сме способни да си дадем.

Самосъзнанието участва във всички психични функции. В индивидуалното развитие на личността, формирането на самосъзнание се извършва в неразделна връзка с развитието на човека като самостоятелен субект (на дейността) и като личност.

Решаваща роля за създаването на правилно и действено самосъзнание има изграждането на Аз-образа, т.е. създаването на себепредстава. Този факт изисква от всеки човек да се старее да получи максимално най-вярната оценка за себе си. Той трябва да знае какви са неговите способности, умения, да има своя преценка за собственото си поведение в обществото. Така той ще си създаде собствена идентичност в променящите се външни условия. Себепредставата има съществено влияние за възприемането на външната среда.

Без реалистична себепредстава няма и не може да има правилна мотивация за което и да било начинание. Човек без вярна себепредстава не може да се включи адекватно в живота на обществото, не би могъл да се изяви като личност и така няма да бъде полезен и на себе си, защото целият негов интелектуален потенциал ще остане нереализиран. Затова всеки човек още от най-ранна възраст трябва да бъде насочван към формиране на правилна себепредстава. В противен случай той не би създавал адекватни междуличностни контакти. Ако не е постигнато необходимото съответствие между Аз-образа на личността и представата на другите за нея, ако има разминаване между Аз-образа (себепредставата) и желания образ за себе си, ще се появят проблеми с психичното здраве, ще залинее и работоспособността.

Вярната себепредстава, което ще рече правилно изграденият Аз-образ, ще създаде най-необходимите условия за формиране на самосъзнанието. Така индивидът ще може да идентифицира себе си спрямо обективния свят и ще може да изгради своето светоусещане: към средата, в която живее, към себе си като

личности ще има отношение към своите постъпки, действия, мисли и чувства, желания и стремежи.

Най-големият враг на себепознанието е себеотрицанието. То е резултат от липсата дори на най-елементарни положителни чувства спрямо себе си. До себеотрицание стига този, който няма желание за качествен, пълноценен живот. Човекът, който не харесва себе си като външност, който не може да прецени собствените си умения и способности, който няма воля за последователност на мисли и действия – човекът без самочувствие. Такъв човек непрекъснато обсъжда себе си и се приема като неудачник. Учителят съветва:

*„Когато се натъкнете на някоя ваша отрицателна черта, веднага я заместете с добра. Същото правете и с вашите приятели. Спирайте се върху доброто в себе си, както и върху доброто на своите ближни. Гледайте колкото е възможно по-малко да мислите върху своите недостатъци. Вие правите точно обратното – като че съзнателно сте си задали за цел да се занимавате със своите недостатъци. На лошите си черти гледайте като на остатъци от миналото. Доброто ще изпъди злото навън. Няма да ви казвам, че трябва да бъдете добри, разумни, но ви давам методи, според които да постъпвате добре, разумно.“*

## НИВО НА СЪЗНАНИЕТО

Всеки човек притежава съзнание, но съзнанието на всеки е с различно ниво на развитие. Нивото на съзнанието се определя от количеството и качеството на усвоеното знание. В зависимост от разбирането, с което се възприема знанието се създава и съответното ниво. Когато човешкият ум работи спокойно и целеустремено, тогава знанието придобива стойност на познание.

Ние говорим за познание, когато умът така е работил с новото знание, че е постигнал и своя собствена мисъл, чрез която е прибавил опитност, т.е. постигнал е практическо усвояване на знанието. *„Всичко, което правиш вън, събужда аналогичен процес в съзнанието. Когато чистиш извори, поливаш цветя и дървета, ти даваш възможност на изворите и цветята в глъбините на твоето естество да се радват. Когато нареждаш нещата вън, това внася ред в мислите и чувствата ти.“* Чрез такава практика умът добива нови способности, които му позволяват да разсъждава по-задълбочено, да постига нова обобщена по своя характер информация, а тя да му послужи като основа за надграждане на съществуващото ниво на съзнание.

Противоречията между хората в техния съвместен живот възникват основно поради различието във възприемането, усвояването и от там използването на новото знание. Един и същи проблем се интерпретира по различен начин, защото съответното знание се възприема от различни нива съзнание – кой до къде е стигнал; кой каквото е научил и кой доколкото е имал желание да търси новото знание.

Това, което е необходимо на всеки човек за неговия нормален живот е да знае, че нивото на съзнание предопределя условията за живот. И още нещо: Умът създава съзнанието. От неговите способности зависи нивото, което ще постигне съзнанието. То е посредствено, когато умът е ленив или липсва необходимото желание за развитие. Съзнанието е по-развито и с по-висша честота на активност, когато умът, духът и душата работят в синхрон, тоест, в хармонично взаимодействие. Важно е също да се знае, че Съзнанието е съвкупност от добре възприето и обработено от Ума знание, плюс постигнато Разбиране и Убеденост за неговото приложение. Всичко това се създава върху основата на добре проявени умения и способности на Ума, добре съхранени и правилно проявени психични качества. В крайна сметка: Съзнанието е нова, по-висша организация в дейността на Ума.

## ПРАКТИКА НА ОСЪЗНАВАНЕ

При практиката на осъзнаване е необходимо да потърсим връзка – всеки сам за себе си със своето съзнание. Това означава Умът да бъде учител, който ръководи действието напълно безпристрастно за съответната личност.

Освободете се от своите притеснения, страхове и разнопосочни мисли, ако съществуват такива, за да създадете ТИШИНА в съзнанието си. Това изисква от този, който използва Практиката на осъзнаване, да си осигури свободно време. Настанете се удобно и четете спокойно. Важно е да се разсъждава върху прочетеното.

Аз ..... ( казва си името ) СЪМ творение на Висшия Разум. Притежавам необходимите умствени способности и добродетелност за усвояване на знанието, което Висшите Сили на Съзиданието въдворяват в Пространството. Аз зная, че Идеята за Добротворство е изначална Сила на Сътворението и имам желание да работя за нейното развитие в човешкото общество.

АЗ СЪМ ЖИВОТА, АЗ СЪМ ИСТИНАТА, АЗ СЪМ ДОБРОТО, защото съм създаден/ създадена, за да участвам във Великото Сътворение на Идеята за Съзидателност. АЗ СЪМ ТВОРЕЦ, АЗ СЪМ СЪЗДАТЕЛ, АЗ СЪМ СИЛА НА СЪЗИДАНИЕТО!

## АНАЛИЗ НА ТЕКСТА

**Аз Съм Живота** – Да! Ти си живота, защото във всеки миг от своето съществуване създаваш нещо, колкото и незначително да е то. Осъзнаваш или не с енергията на своите мисли и чувства създаваш или разрушаваш нещо във Вселенското енергийно информационно поле.

**Аз Съм Истината** – Да! Ти си Истината, защото в мига, в който направиш стъпка – с мисъл или действие, реално вече си създал нещо. Твоето действие, мисъл или чувство са елементи на Сътворението и чрез тях ти утвърждаваш себе си – създаваш Живот или рушиш Живота.

**Аз Съм Доброто** – Да! Ти си Доброто, защото си създаден с Идеята да развиваш и утвърждаваш Промисъла на Висшия Разум, Промисъла на Бога – Отец за ЖИВОТ ЧРЕЗ ЛЮБОВ!!! Това означава, че в теб е вложена Идеята за Добротворство и ако ти пожелаеш можеш да почувстваш нейното присъствие в собствената си духовна същност.

Когато осъзнаеш всичко това, постигаш идейно съответствие между твоето съзнание и Великото Съзнание – твоето Съзнание е в хармонична връзка с Великото Съзнание. Чрез идейното съответствие Добротворството постига размерите на всеобхватната Идея за ЖИВОТ ЧРЕЗ ЛЮБОВ. Това е така, защото Любовта твори Добро, за да бъде Живот! Когато човешкото съзнание е в хармонична връзка с Великото Съзнание, получава подкрепата на Висшите Сили на Съзиданието. Така градивната енергия на Сътворението участва в създаването и реализирането на всяка добронамерена човешка инициатива.

## **В какво се състои Силата на Практиката на осъзнаването?**

В нейното правилно използване.

### **Какво е необходимо за Целта?**

1. Желание, не любопитство! Ясно изразено, добре почувствано желание за духовно развитие на личността.

2. Умение за работа с Мисълта и Чувството. Това означава да имаш желание и стремеж да работиш с новата Мисъл, да я използваш като източник на информация и да поискаш да оползотвориш новото знание.

3. Да знаеш, че съчетанието между ЗДРАВИЯ ИНТЕРЕС към ново знание и желанието за усъвършенстване на личността, създават най-добрите възможности за духовен напредък.

4. Критерий за твоята правилна работа е постигнатата УБЕДНОСТ! Ако не си убеден в това, което приемаш като знание, то няма да достигне до съзнанието ти. Ще остане на повърхността на информационната вълна, с която умът ти е работил и бързо ще изчезне от там. Затова знай: Най-ценната територия, която можеш да завладееш е кътчето в човешкото съзнание!

5. Вярата във всяка кауза, във всяко начинание, в съществуването и Силата на твоя ум и Добродетелност, в съществуването на Висшия Разум и Благородството на Неговия Промисъл – ВСИЧКО ТОВА ИМА СТОЙНОСТ САМО АКО Е ВЪЗПРИЕТО С УБЕДНОСТ! Без Убеденост няма Вяра! То е само внушение, което не се свързва с просветеност и знание. За да имаш вяра в Бог се изисква просветеност. Просветения говори за Христово Учение, а не за Християнска религия; просветеният притежава ясна и чиста мисъл и е убеден в своите сили и възможности; стремежът на просветения към нови инициативи винаги е свързан с добронамереност. Затова: ТИ СИ ЖИВОТ, ИСТИНА И ДОБРО!

## РЕЗУЛТАТИ ОТ ПРАКТИКАТА

### **Създаване и укрепване на връзката с Енергийно-информационното поле на Вселената!**

Укрепване и развитие на съзнанието!

Увереност в собствените сили и възможности.

Единение на собствената духовна сила със Силата на Съзиданието.

Желание за нови творчески инициативи; ръководещо е чувството за благост и жизнерадост; практикуващият умело борави с трудностите; знае (не просто вярва), а знае, че не е сам в минути на изпитание.

Развива се Човеколюбието!

## ЩО Е САМОЧУВСТВИЕ?

Състоянието, което дава възможност на човешката личност да живее адекватно на условията в които се намира. Самочувствието не е настроение и не трябва да зависи от настроението. Самочувствието е състояние, което гарантира или проваля успеха на всяко начинание. То зависи от осъзнаването на собственото "Аз". Това от своя страна изисква добро познаване на личните умения и способности. Но за да има такова познаване, трябва да е налице желанието за пълноценен живот. Всеки иска да живее, но не всеки си дава сметка за качеството на живота, който има или който иска да има. Само желанието за пълноценен живот може да послужи като отправна точка за създаване на добро самочувствие. Желанието за пълноценен живот прави човека активна творческа личност. То го подтиква да опознава собствените си умения и способности, да ги създава, ако ги няма, и най-важното: дава му незаменимия ключ към успеха – решителност. Решителността пък идва от вярата в собствените сили. Вярата в собствените сили идва от знанието. Знанието дава светлина и сила. Светлина в смисъла на добре осъзнатата истина за нещата от живота и сила в смисъла на решителността да приемеш или отхвърлиш това, което ти предлага животът. Сега вече можем да направим връзката между самочувствието и осъзнаването на собственото Аз. Това е знанието, което носи просветеност. Знаещият, просветеният човек ще си обясни фактите и проблемите, с които се среща правдоподобно, той ще живее с истината и със стремежа винаги да търси истината. А всеизвестно е, че истината прави човека свободен. Много са факторите, които изграждат самочувствието, но основният, който е вътре в нас, е желанието за смислен, пълноценен живот. И сега тръгваме обратно по стълбицата нагоре. Чрез желанието ще придобием знанието; знанието ще ни даде увереност; увереността ще ни направи решителни; чрез решителността ще участваме активно в живота. Това вече показва изградено самочувствие.



## САМОВЪЗПИТАНИЕТО

*„Работете с доброто като метод за самовъзпитание. Така ще се развивате правилно и ще вървите напред.“*

*\*\* \**

*„Работете върху истинското самовъзпитание с методи, каквито разумната природа дава. Един от нейните методи е обновяването. Човек се обновява, когато всеки ден внася в ума си по една нова мисъл и в сърцето си по едно ново чувство, които го повдигат. Нека всеки се запита какво ново може да внесе днес в ума си и в сърцето си.“*

*Както в училището, така и в живота всеки ден си има определена програма, която трябва да се изпълни. Тя внася обновяване в човешкия организъм.“*

Във всички случаи, когато говорим за самовъзпитание, трябва да се разбира воля за целеустременост на личността. Самовъзпитанието може да се развие само там, където има силно желание за самоусъвършенстване. Този, който иска да постигне промяна в своето отношение към себе си трябва да търси средствата и възможностите, които служат на самовъзпитанието.

Но да отговорим първо на въпроса: защо и кому е нужно самовъзпитанието?

Защо е нужно самовъзпитанието?

Защото чрез него човек опознава себе си – опознава своите способности, умения и възможности за усъвършенстване. Чрез самовъзпитание човек постига увереност в собствените сили. Този, който работи за своето самовъзпитание (тогава, когато това е напълно съзнателна дейност), получава подкрепата на Духовния свят. Светлите същества призвани да работят за еволюцията на човешкото съзнание винаги оказват необходимото съдействие. То се проявява чрез активността на ума. Човешкият ум получава необходимите му съвети, както и необходимата му енергия, и той става по пъргав и адекватен на съответните условия.

Кому е нужно самовъзпитанието?

От самовъзпитание има нужда всеки човек. Чрез този метод човек доразвива и усъвършенства всички способности и умения, с които се е родил. Само волевият човек, може да бъде последователен в изпълнението на собствената си програма за самовъзпитание.

Да работиш за своето самовъзпитание означава да моделираш собственото си поведение според своите виждания и разбирания за живота. Ето защо е много важно човекът, който работи за своето самовъзпитание да има критерий и още по важно - свой нравствен идеал. Това означава да знаеш към какво се стремиш и какво искаш да постигнеш. Не воля заради едната амбиция да се видиш такъв какъвто искаш, а воля да постигнеш определения усъвършенстван модел на поведение. И тук никой не бива да се подвежда и да мисли, че неговото поведение е това, което показва пред хората. Твоето поведение има определена стойност тогава, когато вършиш това, за което мислиш. Ето че стигнахме до същността на проблема. Човек е това, което мисли за себе си. Ако ти мислиш, че си слаб и

неуравновесен, ще се проявяваш точно като такъв – слаб и неуравновесен. Ако пък мислиш едно и вършиш друго, това означава, че нямаш изградена способност да координираш мислите и действията си и разминаването между тях може да бъде обяснено по различни начини. Обикновено такъв човек се възприема от останалите като несериозен, на него не може да се разчита, той не става за приятел.

Правилното решение на проблема самовъзпитание идва постепенно. Това не е нещо, което може да се реши от веднъж и то безгрешно. Всеки може да направи пропуски по пътя на своето самовъзпитание, важното е да знае, че това са “грешки на растежа”. С възрастта, с натрупването на опит, човек добива рутина и става по-уверен и способен на по-активни и по-мощни действия.

Да имаш желание да се самовъзпитаваш, означава да имаш желание да се променяш. Кога и как човек постига определени резултати в една такава дейност? Когато знае какъв недостатък, какво несъвършенство от своя характер иска да отстрани. Това е първата причина, която подтиква човешкото съзнание към самовъзпитанието. Втората причина е свързана с по-голямото и напълно осъзнато желание за постигане на качества, които могат да допринесат за изграждането на хармонично развита личност. А третата причина има връзка с духовното усъвършенстване на личността която търси, открива и развива идеята за своя нравствен идеал. Тук не става въпрос за подражание, а за духовна връзка, което ще рече, че нравствения идеал може да послужи като морална опора на този, който работи за своето самовъзпитание. От образа, който му е послужил като нравствен идеал, волевият човек може да почерпи морална сила и вдъхновение, за да пренесе качествата, които му харесват в своя характер. Не да ги копира, а да ги има като пример, който творчески да разработи на своя почва. Ето как нравствения идеал може да събуди интереса към добродетелите и да подтикне човека да ги опознава и използва в своя живот.

Важно е да се знае, че към самовъзпитание се стремят силните и волеви личности. Само такива хора могат да разчитат на успех. И още нещо: задълбоченото самопознание подтиква към самовъзпитание. Този, който може реалистично да разсъждава и да постигне напълно обективна оценка на своя характер – той ще потърси самовъзпитанието като средство за усъвършенстване на личността.

Да запишем сега накратко:

1. Какво е определението за самовъзпитание?

Самовъзпитанието е средство за самопознание и усъвършенстване на личността.

2. Кой има нужда от самовъзпитание?

Всеки човек, който иска да постигне просветление на ума, утвърждаване на волята и духовно извисяване.

3. Какво е необходимо на човека, за да работи за своето самовъзпитание?

Ясно осъзнато желание за самоусъвършенстване, силна воля и конкретно уточнен нравствен идеал.

Нравственият идеал може да бъде определена личност или реалистично изграден модел в съзнанието. Образът, към който се стреми човек, трябва да бъде творчески осмислен и пресъздаден. Никога не бива да се копират определени качества от личности, които ни привличат със своето поведение! Колкото и да си приличаме, всеки от нас е уникален. Затова не бива да се пренася механично определено поведение като вид подражателство. Подражателството е враг на самоусъвършенстването.

4. Кога, в кои случаи се постигат трайни резултати от самовъзпитанието?

Когато самовъзпитанието е ясно осъзнато желание и стремеж за духовно развитие.

Ясно осъзнатото желание предполага добре преценено и смислено изградено поведение, което създава нравствено изградена личност.

Когато самовъзпитанието се осъществява, освен като ясно осъзнато желание за промяна, и като стремеж за духовно развитие, крайният резултат, който се постига е: пълноценно усвояване на принципите и правилата, които ръководят ума и сърцето. В този случай се постига пълен синхрон между мислите и чувствата и човек може да се изявява като нравствено и хармонично изградена личност.

ЧОВЕКЪТ: УМ, МИСЪЛ И ЧУВСТВО

## УМЪТ И ЧУВСТВАТА

*„Когато човешкият ум започне да ръководи живота ви, той ще създаде една отлична култура. Той ще даде методите за живота и възпитанието на децата ще започва още със зачеването в утробата.*

*Днешната култура не е съградена върху човешкия ум, а е резултат на човешкото сърце и затова са всичките тези борби и противоречия. Днес не работи човешкият ум, а работи човешкото сърце, личните чувства. Хората живеят в задната част на главата си, където са локализирани чувствата, а не в предната част, където е локализиран умът.”*

Умът е средството, чрез което човек изгражда своята личност, затова той трябва да бъде използван целесъобразно. Целесъобразното използване на ума изисква желание и неотклонна последователност от страна на човека. Желанието идва тогава, когато човек се запознае с най-важната информация за правилен живот. Какво включва тя?

### 1. Знание за произхода на Живота.

Животът възниква и се развива като еманация на Великото Съзнание, която става реалност в резултат на активността на Съзидателната Сила. Този факт е Великата Истина за Сътворението и за нас е необходимо да опознаваме нейната същност. В стремежа си да се запознае със Законите за Сътворението и тяхното значение за неговия личен живот човешкият ум укрепва и се развива.

2. Човешкият дух е носител на благородни качества, които могат и трябва да служат на човека през целия му живот. Точно с помощта на тези качества може да бъде изградена ценностната система на човека. С тях и чрез тях човешкият ум еволюира, създавайки нивата в организацията на човешкото съзнание. Когато човек е запознат с конкретните правила, които могат да организират неговите умствени способности, той, ако не е ленив, ще започне да използва тези правила. Тяхното последователно, ежедневно участие в живота на човека, придружено от волята и активността му, ще допринесат за промяна в умствените му способности и умът ще постигне развитие.

Под умствено развитие трябва да се разбира онова състояние на човешкото познание, което внася яснота във възприемането на всичко, което създава човешкото ежедневие. За яснотата ще допринесат такива умствени способности, които със своята аналитична и конструктивна работа подреждат по най-правилния начин личностната ценностна система. Това не става изведнъж. Постига се чрез твърдо изградения навик да се оценява в края на деня срещнатото и преживяното. Човек трябва да търси мисълта, която ще му донесе яснота не само за детайлите от неговото ежедневие, но и яснота за цялостната оценка на деня като отрязък от Пътя на неговия Живот. Ще я постигне, когато знае какво иска от своя живот. Когато знае какво иска и има реалистично изграден критерий, върху основата на сравнението между желаното и постигнатото, човек може да добие яснота накъде върви и докъде е стигнал. В рамките на един човешки живот умът еволюира. Чрез своето развитие той създава личността, но в същото време участва и в изграждането на колективния ум на обществото, а това е отговорност за всеки човек. В зависимост от своята ориентация по отношение на нравствените категории Добро и Зло умът се приобщава към конструктивното и деконструктивното, т.е. умът твори и разгражда.

В зависимост от степените на своето развитие умът създава съзнанието. Човешкото съзнание е резултат от най-силно изявената способност на ума да разсъждава и анализира. То е толкова активно, колкото повече умът е успял да открие и въведе в живата действителност вложените в човешкия дух благородни качества. Точно поради тази причина умът трябва бъде активно работещ през целия човешки живот.

### **В какво се изразява работата на ума?**

1. В живо участие в мисловния процес, като се стреми да създава свои мисли и да открива мислите, които идват при него под външно влияние.

2. Да откликва на потребностите на душата да изяви Божественото в себе си. Това означава умът да поощрява поривите, които подтикват човека към доброжелателност и добротворство.

3. Чрез познавателните способности, които притежава, умът да търси, да натрупва и утвърждава нови знания.

Чрез способността си за аналитично мислене умът може да използва тези знания като новите опитности в човешкия живот.

4. Работата на ума може и е необходимо да осигурява ежедневна връзка на съзнанието с добродетелите. По този начин той ще съдейства за изграждането на благородно съзнание във времето на земния човешки живот. Така ще бъде осъществен Замисълът на Създателя за смисъла и предназначението на живота.

5. Умът е лъчът светлина, който осъществява връзката между човешкото и Великото Съзнание. Това никога не трябва да се забравя! Има обаче едно условие: когато самият той създава и търси Светлата Мисъл. Ето защо, когато използваме медитация за нашето духовно развитие, винаги трябва да се стремим да създаваме чрез своя ум Светли Мисли. Ако ние осъзнато възприемаме себе си като Божие творение, тази задача няма да представлява трудност за нас. Нещо повече! Така, чрез излъчените в пространството светли мисли, ще утвърждаваме в живата реалност Идеята на Създателя за Живот чрез Любов.

И още нещо за работата на ума: Той е факторът, който създава възможностите за изява на човешката личност. За да е пълноценна неговата работа той трябва да търси доброто чувство и да му съдейства то да се развива и укрепва. Доброто чувство ще допълва смисъла и съдържанието на мислите, с които човек живее. То ще може да роди и отгледа любовта към себе си и към ближния.

Втора важна задача на ума е да се старее да организира правилно времето, с което разполага. Правилната организация на времето създава условия за проява на благоразумието. Това означава целесъобразна организация на времето, а тя изисква от всеки човек да познава правилата, които определят успешната проява и успешния завършек на човешките начинания. Две са основните правила, които създават условията за добрата организация на времето: никога не бързай и никога не се бави. От своя страна тези две правила говорят твърде много. Те казват, че никога човек не трябва да се поддава на своята ленивост, т.е. никога да не отлага своята работа, никога да не допуска разсеяност по отношение на предвидената програма, винаги да се старее да работи с концентрирана мисъл. Така човек няма да се бави, което ще рече, няма да изостава от собственото си предназначение и от общата програма, от Програмата на Цялото.

Никога не бързай, означава да си уравновесен човек с ясно изградена идея; човек, който не се поддава на припряност и не решава проблемите си прибързано.

Никога не бързай, означава да имаш усет за ритъма на своя живот. Така човек ще бъде в крак с Времето и ще изпълни своето предназначение да бъде градивна частица на Цялото, на Божествения план за Сътворението.

Но има още едно, съществено условие и то е решаващо: самоопределението за духовната принадлежност на човешкото съзнание. Ако човешкото съзнание възприема себе си като част от благородните светли сили, то действително ще бъде градивна частица на Цялото. Като градивна частица, то допълва Великото Съзнание и допринася за Неговото проявление. За да постигне тази възможност човек трябва да живее с увереността, че принадлежи към благородните светли сили. Тази увереност ще приобщи всяка добра човешка мисъл, всяко светло човешко чувство към съзидателните сили на Сътворението.

Ти, който четеш тези редове имаш ли своя позиция? Определил ли си своята духовна принадлежност? Вярваш ли в необходимостта от своето лично участие в Еволюцията на Живота? Отговорът на тези въпроси ще ти покаже на какво ниво е твоята емоционална интелигентност. Защото за да определим своята лична позиция по отношение на Живота, освен умствените способности ни е необходимо и Доброто Чувство, а то се нарича БЛАГОРАЗПОЛОЖЕНИЕ. Умението да работим с Доброто чувство, създава светлите мисли.

\*\*\*

**Как умът създава време и духовно пространство?** Като включи в действие своята способност да разсъждава.

*„Човешката мисъл е най-мощната сила в света. Един умен човек може да посочи пътя на цял народ и да покаже изворите на блага в природата, откъдето да се черпи, защото природата разкрива своите блага само на умните.“*

Със способността си да разсъждава човек създава своя Програма за развитие. Точно тази Програма му създава времето и духовното пространство, в което и чрез което той да живее. В своята същност човекът е творец като своя Създател, затова когато той разсъждава, когато мисли, той твори по подобие на своя Създател. Ето защо има голямо значение с каква мисъл живее човекът и какво чувство влага в нея.

Мисленето е управляем процес. Той се утвърждава и развива чрез волята. Когато нямаме пред себе си определена Цел, не бихме могли да изявим своята способност за мислене и своята воля. В човешкото съзнание винаги трябва да стои една определена, съществено важна Цел – Цел, която да е свързана с живота и да се изявява чрез него. Само така, човек може да концентрира своите усилия и действия и да създаде условия за своето развитие. Целта е стимул за човешкото мислене и за изява на неговата Програма за развитие. Програмата за развитие никога не е цялостно завършена. В нея винаги има следваща точка; винаги има точки за доуточняване и точки, които могат да отпаднат. Важното е да не се подменя главната цел в живота. Главната цел трябва да определя посоката на движение. Човек може да се позабави по пътя си, може да се случи и да се отклони, но важното е винаги да следва основната посока – посоката свързана с Главната

Цел. Това ще рече, че човек като знае каква цел преследва в живота си, ще може да организира така своите действия, че те да не го спъват, а напротив – да подпомагат постигането на Целта.

\* \* \*

Развитието на определена мисъл означава създаване на настояще, което е следствие от миналото, защото се използва богатството на живия опит; в същото време това, което е настояще би трябвало да послужи като причина за бъдещи връзки и прояви. Затова човешката мисъл никога не може да бъде неутрална. Тя винаги е активна и действаща сила, дори и тогава, когато човек си мисли, че е пасивен. Какво означава да си пасивен? Това все пак е заемане на някаква позиция, което означава изразяване на определено становище. Пасивността също е причина, която създава следствия и те могат да бъдат толкова съществени, колкото и при активната мисъл, но вече в негативна посока..

Да създадем проекция за развитието на собствените ни мисли, означава да видим преди това определена възможност за тяхното развитие. Това изисква винаги, при всички обстоятелства, да можем да се съобразяваме със своите собствени умствени и физически способности и възможности и да ги координираме разумно със съществуващите условия. Казано накратко, човек винаги трябва да знае какво иска и защо го иска.

Мислите и чувствата формират силата, посоката и съдържанието на човешката активност. Действителността ще се променя за добро или за лошо, в зависимост от това какъв смисъл влага в своите действия човекът. Характерът на неговите чувства и мисли ще оформи смисъла на неговите действия. Действията му ще го определят като активен или пасивен участник в Живота. Тук вече е необходимо разбирането, че Животът е творчески процес, който изисква осъзната, разумна активност от всеки човек.

Какво трябва да се разбира, когато говорим за творческо начало? В този случай хората трябва да повярват, че тяхната мисъл може да бъде отправна точка за всяко действие, и всеки ден, да търсят различното добро, което носи градивна промяна. Такъв подход носи развитие и усъвършенстване. Сега мисълта много често остава в съзнанието на човека като намерение. Така, като намерение, тя остава понякога с години, без да допринесе никаква полза за човека.

Мисълта е инструмент на творческия потенциал на човека и точно като инструмент трябва да бъде използвана в ежедневието. Хората не разпознават характера на мислите, които създават. Всяка мисъл има свой характер, който се определя от нейното съдържание. Идеята, на която е носител мисълта полага основата на нейното съдържание. От идеята тръгва творческото начало.

Предимство е когато хората разпознават произхода на мислите, с които живеят. Има мисли, които са произлезли от собствените умствени способности на човека, но има и мисли, които витаят в пространството и чиито произход може да бъде различен: от Мисъл създадена от Твореца, до мисъл създадена от добронамерени или злонамерени хора. Тогава, когато в определена мисъл е



внедрена силно активна идея, тази мисъл има способността да владее съзнанието. За да бъде нашата мисъл завладяваща ние трябва да вложим в нея активна идея. Идеята служи като стимул за развитието на човешката мисъл.

Всеки човек трябва добре да разбира, че идеята бързо умира, ако няма мисъл, която да я подхване. Идеята е първична форма на мисълта и тя служи като скелетна структура за човешката мисъл. Тогава, когато мисълта вложи в идеята определено разбиране за конкретна реализация, скелетната форма се превръща във фигура, защото добива плътност, разбирането я изпълва със смисъл, със съдържание итогава можем да говорим за творческо начало в действията на хората. Всъщност, мисленето е творчески процес, точно защото мисълта и идеята създават цялостната форма на завършената мисъл. Само завършената мисъл е готова за действие. Необходимо е винаги да различаваме тези моменти. Не бива лековато да тръгваме след всяка появила се идея. По този начин се получават нецелесъобразни действия и се вземат половинчати решения. Тогава, когато човешкият ум създаде завършена мисъл, се постига връзка със съзнанието и то участва в действията пълноценно. В такива случаи грешки не се допускат, или ако се допуснат те са маловажни. Истинските творчески възможности на хората се проявяват точно тогава, когато участва и съзнанието.

Когато една мисъл е оформена правилно, тя притежава здрава енергийна основа. Енергията, която излъчват мислите изпълва пространството и създава специфична енергийна среда. Тя влияе върху човешкото съзнание и там където липсва личната позиция, когато човек няма собствено мнение, се настанява най-лесно и завладява съзнанието.

Завършената мисъл е оръжие. Злонамерените хора я използват несправедливо. Затова всеки трябва да внимава каква мисъл записва в книга или в интернет пространството. Възможността, която създава енергийния потенциал на завършената мисъл, поставя въпроса за отговорността на хората в областта на мисловната дейност. Сега, когато битката между Доброто и Злото се е изострила особено чувствително, всеки човек трябва да е наясно какво и защо създава в своя умствен свят.

## РАЗЛИКАТА МЕЖДУ ТОВА, КОЕТО ЧОВЕК Е, ТОВА, КОЕТО ИСКА ДА БЪДЕ, И ТОВА, КОЕТО ТРЯБВА ДА БЪДЕ

Всеки човек се ражда с определено ниво на своя интелектуален потенциал. В процеса на формиране на неговото психическо, емоционално и умствено развитие, той постепенно започва да открива своите способности. Те се дължат на две възможности: едната е вложената от Създателя в човешката душа Програма за личностно развитие и другата е съхранените от човешкото съзнание познания от отминали животи. За да могат те да се проявят в действие се включва човешкият ум. Той използва тези качества, с които човек е създаден като творение на Бога. Това са минимума умения и способности вложени като вид програмен продукт, чрез който ще се изявява човешкото съзнание, или казано с други думи, това е Матрицата на познанието. Тя представлява енергийна структура, която съдържа в себе си на определено ниво и в определена позиция качествата, които служат за човешкото умствено съзряване. Нивото и позицията зависят от извършваната по време на човешкия живот съзнателна дейност.

Съзнателна дейност има тогава, когато всичко онова, което върши човек, го извършва с ясна мисъл за стойността на своите действия, т.е. човекът знае в определения момент какво и защо го прави. В тези случаи действията са резултат от пълната координация между умствените способности и емоционалното състояние.

В много от случаите, обаче човекът се изявява не според стабилността на емоционално-умственото си състояние, а според фрагментарно проявени състояния на ума или на чувствата. Това се получава най-вече, когато човек не може да създаде в съзнанието си представата за завършеността на своите действия. В такива случаи човешкият ум взема прибързани решения, които са резултат от моментно емоционално състояние. Тогава човекът не е бил нито себе си, нито това, което е искал да бъде, нито това, което трябва да бъде. Той е незавършена форма на хаотично стекли се обстоятелства. В такива случаи човешкото съзнание реагира с определено несъгласие по отношение на извършеното действие, човек се чувства неуравновесен, и е изцяло под влиянието на осъзнатата истина за своя пропуск. Той се измъчва от съжаление, неудовлетвореност и самокритика. Тези състояния пречат на ума да вземе правилно решение и вместо да поправи грешката си, човек много често я задълбочава.

Подобни състояния възникват и тогава, когато човекът се изявява според това, което иска да бъде. В такива случаи той действа според предварително изградената в съзнанието му представа за нещото, към което се стреми. Той елиминира условията и възможностите на действителността, и когато се сблъска с тях не знае как да постъпи. Възникналите трудности обикновено са много сложно препятствие или почти неразрешим проблем, защото не са били предвидени. Затова когато започваме някаква работа би трябвало да допускаме и възможността за насрещни проблеми. Това не означава да подхождаме със съмнения. Напротив това изгражда една реалистична представа за живота,

защото наред с вярата в успеха, човек е предвидил, че този успех не може да дойде така лесно при него както това става в приказките. Да предвидим трудности по своя път, означава да знаем, че ще имаме изпитания, които ще изискват от нас да докажем своята увереност в правилността на избора, който сме направили. Това изисква от човешкия ум да бъде буден и пъргав, за да прояви максимална съобразителност за възникналите конкретни условия. Точно тогава е необходима и най-вече вярата в успеха. Когато при разрешаването на проблема се проявяват бързината на мисълта, нейната яснота и вярата в успеха, се създават в най-голяма степен възможности човек да бъде това, което трябва да бъде. Защо? Защото тогава се включват в действие онези умения и способности, които изграждат Матрицата на познанието. Човешкият ум взема от там качествата, които са му необходими и работи с тях. Така се постига възможността се прояви Божия промисъл за сътворението и изявата на човешката личност. Тогава човек е това, което трябва да бъде, защото той е дал живот на Божественото у себе си.

Най-добри резултати се получават когато това, което човек иска да бъде, съвпадне с това, което трябва да бъде. Човек се подвежда понякога и иска да бъде нещо, което се постига с по-малко усилия. Примамливата представа за по-лесен и щастлив живот създава представата за това, което човек иска да бъде. Желанието бързо и безболезнено да постигнем определен резултат ни отклонява от истинския път. В такива случаи се допускат много сериозни противоречия, защото човек изневерява на своята духовна същност. Той не се развива според Програмата за Личностно развитие, а според хитруването на ума за леки и бързи успехи. Програмата за личностно развитие е създадена в периода на обучение на човешката душа тогава, когато тя е била в Идейнния свят, и под ръководството на Висши Учители е трябвало да изгради пътя на своето бъдещо развитие. Така че Божият промисъл е едната страна от човешкият духовен потенциал, а личното участие на човешкото съзнание е другата страна. Дори и там, в света на Творческото формиране на бъдещата личност е запазено правото на свободната воля. Затова след своето въплъщение, вече във физическия свят, човешкият ум трябва да направи връзка със съзнанието, за да може да работи в правилната посока. Да работи в правилната посока означава да съумее да се освободи от външни мисли и влияния, и да се постарее да чуе гласа на своята душа. Точно той, гласът на душата ще подскаже правилния избор, за да не се получи разминаването между това което човек иска да бъде и това което трябва да бъде. Впрочем, точно така човек ще бъде себе си. Необходима е, обаче вяра в Божествената сила на човешката душа, и просветено разбиране по отношение на личното участие на всеки индивид в Живота на Цялото. Ролята и значението на Програмата за личностно развитие се заключава точно в това: да запази в човешкото съзнание Идеята за духовното формиране и развитие на личността, за да може да се прояви в действителния живот творческият подход на Създателя за разнообразието и богатството на Неговите Идеи. Неговият Промисъл е богата и цялостна Програма за Еволюцията на Сътворението. Като проявяваме способност да слушаме гласа на душата си, ние изпълняваме своята част от тази програма.

## ДА ТРЪГНЕШ ОТ СЕБЕ СИ

Какво означава да усъвършенстваме себе си? Кога човек разбира, че знанията, с които той живее са му недостатъчни? Обикновено хората търсят новото знание извън себе си, извън обкръжаващата ги среда. И това е правилен подход, но той не е единствения. Същественото, което в случая трябва да се знае е свързано с човешката духовна същност. Тя е силата, която може да помогне на всеки, който пожелае да усъвършенства себе си. Важното е човекът да разбира, че трябва да тръгне от себе си. За целта е необходимо да се знае, че да тръгнем от себе си означава да можем да се възприемем като наследници на голям духовен потенциал. С такава мисъл е добре да живее човек – да знае, че е наследник на огромен духовен потенциал, и че може да черпи от него, за да се усъвършенства.

Основните качества, които определят стойността на духовния потенциал се свързват с наличието на волеизява. Без воля не може да се прояви нито едно от качествата, които човек притежава. Волята ще помогне за организирането на целеустременост и съзнателна работа за самоусъвършенстване.

Кога човек разбира, че знанията, с които живее са му недостатъчни? Когато у него се събуди желанието за промяна в начина на живот. В зависимост от желаната промяна съзнанието подсказва определената потребност. За да се прояви желанието е необходимо човек да си осигури спокоен и разумно организиран живот. Какво означава това? Това означава да имаме един основен модел на поведение, който да изгражда контурите на нашия начин на живот. Ето кое определя основния модел на поведение:

1. Способността да възприемем себе си като благоразумен човек.
2. Вярата в собственото благоразумие.
3. Умението да организираме правилно времето, с което разполагаме.
4. Способността да общуваме със себе си и с другите хора.
5. Силна увереност в своята принадлежност към благородните светли сили.

Да се спрем първо на способността да възприемем себе си като благоразумен човек. Тази способност се изгражда, тя се създава като модел на поведение в резултат на знанието, което идва от нивата на Висшите Учители. Те съобщават на хората нещо, което самите хора интуитивно усещат, но нямат пълната увереност да го възприемат като факт. Става въпрос за прераждането, което не означава нищо друго освен живот на съзнанието във Времето и Пространството. Човешкото съзнание се проявява за живот във всяко въплъщение на Духа във физическия свят. То е носител на всички качества, които имат основополагаща роля за поведението и развитието на човешката личност. Когато човек живее с вяра в собственото си благоразумие, той ще даде възможност на тези качества да се проявят. Вярата в собственото благоразумие изисква уравновесени и спокойни мисли и чувства, за да може да се прояви способността на съзнанието да работи с най-подходящите качества в най-подходящото време. Уравновесените и спокойни чувства ще се проявят тогава когато човек правилно организира своето време. Това означава да знаем във всеки момент от деня какво правим и защо го правим.

Този подход изисква построена минимум програма, която да очертава контурите на деня.

Винаги когато човек създава своя програма за действие, трябва да потърси в съзнанието си и Божията благословия. Това означава да се постараете да постигнете синхрон на своите мисли и намерения с условията, в които живее. Или още по-точно казано, да съчетае своята микропрограма с макропрограмата на Сътворението. За тази цел е необходимо всеки човек да знае, че неговите мисли и чувства, неговите действия са част от общата Програма, част от Божествения план за Еволюция на Сътворението. Нито едно човешко действие, нито една човешка мисъл или чувство, не са без значение за Цялото. Те се включват в Неговото развитие или пък го осуетяват в зависимост от съдържанието, което носят. От тук излиза на преден план уменията на човека да общува със себе си и с другите хора. За да общува човек със себе си се изисква благоразположение на самия човек към собственото му Аз. Човек се проявява като съзнателно същество чрез ума си.

## ФИЗИОЛОГИЯ НА ЖЕЛАНИЕТО

Винаги трябва да си даваме сметка колко голямо значение за духовния напредък на човечеството има умението на всеки човек да разбира своето желание.

Множество са желанията, които изпълват човешкия живот. Те са израз предимно на потребностите на човека да живее добре и да се чувства комфортно в условията на земния свят. Но най-общо желанията се свързват със състоянието на организма. Физическото тяло има свои потребности, които произтичат от физиологията на организма, но ние трябва да бъдем достатъчно будни, за да различаваме тези потребности от потребностите на душата.

Не можем да говорим за желанието без да употребим думата потребност. От само себе си идва и обяснението, че желанието е израз на потребност – потребност на организма, на ума, на душата и на сърцето. Затова желанията са и толкова много и разнообразни.

Когато имаме потребност на организма трябва да знаем, че става въпрос за желанията, които са свързани с живота и функциите на клетката. Всичко тръгва от там, защото в една клетка като във фокус е събрано всичко, от което произлиза живота и чрез което се проявява живота. Функцията на една клетка принципно обяснява функциите на целият организъм. Тук е съсредоточен голям обем информация и е необходимо да си даваме сметка, че в човешкия организъм има различни видове тъкани и всяка тъкан има своите особености, което означава, че клетката на всяка от тъканите има различен строеж и функция. И все пак, има нещо общо в основата на състава и строежа на клетките като образ и проявление на микрокосмоса на Сътворението. Това е тяхната способност да обединяват в себе си функцията на създател и творец на Живота. Всяка клетка създава живот и работи творчески за неговото проявление. Целите на творческата работа пораждаят потребностите. За да бъдат удовлетворени те, възникват желанията. Ето така като тръгнем, от изначалната позиция на Съществуващото, можем да обясним и всичко останало свързано с ЖЕЛНИЕТО. Желанието е израз на потребностите. То възниква там където има творческа инициатива.

Творческата инициатива е изява на закодираната в клетката информация, вложена там от Създателя, за да има Живот. Закодираната информация на която е носител клетката, представлява конкретна и пълна Програма за развитие на съответния организъм, бил той от животинския или от растителния свят. В процеса на реализацията на тази Програма се разгръща творческата инициатива, и така в действие влиза Силата чрез която се проявява Духът във физическия свят. Точно в процеса на неговото проявление се създават потребностите, и когато конкретната потребност срещне Разум, и той я възприеме, възниква желанието.

За да бъде човек адекватен на условията възникнали и възникващи в хода на Еволюцията на Сътворението, човешкият разум трябва да познава потребностите, чрез които се проявява и утвърждава Живота и да стои над всички тях; защото Той и само Той може правилно да определи наличието на творческа инициатива и формите на нейната проява. Всъщност творческа инициатива е внедрена във всеки жизнен импулс, въпросът е доколко Разумът ще долови сигналите на импулса и как ще ги подреди в съзнанието. Едва тогава можем да говорим за Желанията като за осъзната проява на човешката дейност, което означава да разпознае човекът като разумно мислещо същество, желанието на душата от това на сърцето, на ума или на организма. В този случай е много важно

да внимаваме с какво чувство работи нашият ум, за да не се подвеждаме.”*Вярвайте само в това, което вашият ум може да разбере, и в това, което вашето сърце и вашата воля могат да приемат. Това, което е достъпно за вашето съзнание, в него вярвайте и него приемайте.*”

Божествената наука разглежда човешкото желание като основен фактор за духовния напредък на човечеството. Необходимо е обаче, всеки човек да се отнася с разбиране към своите желания. А да имаш разбиране за своите желания означава да бъдеш не само просветен за физиологията на своя организъм, но и за потребностите на своята душа, на своето сърце и своя ум. Тези потребности могат да бъдат дефинирани най-кратко по следния начин:

Потребностите на душата възникват и се проявяват единствено и винаги във връзка с изначалната необходимост на Сътворението за възприемане на Любовта като основна Сила за Живот.

Потребностите на сърцето произтичат от необходимостта за възприемане на Любовта като Правило за създаване на градивни човешки взаимоотношения.

Потребностите на ума се свързват с Любовта като Принцип за възникване и развитие на творческата инициатива в човешкия живот.

И какво излиза на края? Разбираме, че Божията Любов създава и разгръща Живота, като активната творческа изява на Божията Мъдрост. Човекът е пряк участник – носител и изпълнител на волята на Създателя за Живот на планетата. Но само при едно условие: ако осъзнае силата и значимостта на своето желание.

Защо? Защото То е изходната позиция, от която нататък тръгват действията. Когато желанието е свързано с идеята за духовно развитие, човешкият ум започва да създава личността. Човешкият ум формира нивата на съзнанието, а то според постигнатото разбиране твори.

Трябва да сме наясно, че бързопреходните желания нямат стойност. Не бива да бързаме веднага, когато у нас се появи желание, да го удовлетворяваме. Ще бързаме да изпълним само това желание, което иска от нас с любов да работим за него. Там където върху нас въздействат външни сили със своето влияние, неминуемо ще сгрешим. Затова тогава когато у нас възникне желание да направим нещо, каквото и да било, ще трябва да спрем за минута поне и да се попитаме:”Накъде ме води моето желание?” Тогава когато отговорът дойде уверено,а този отговор не ни създава усещането за тревога и безпокойство, ще знаем, че това е наше желание, вътрешна потребност на нашия организъм, ум, душа или сърце.

## ЧУВСТВОТО – НЕВИДИМАТА СИЛА

Чувствата са онази невидима сила, която може както да създаде така и да унищожи един живот. Те имат изключително влияние върху човешкия организъм. В зависимост от настроението, което носят, имат съграждащо или разрушаващо въздействие; оказват пряко влияние върху здравето и енергийните взаимодействия между човека и заобикалящата го среда.

Чувството има своето съграждащо влияние, когато се изживява, а не преживява съответното състояние.

Каква е разликата ?

Когато се изживява или преживява едно чувство, то засяга предимно нервната система, в нейния симпатиков дял. Това води до резултат, който може да се нарече активиращ по отношение на емоционалната дейност.

Изживяваното чувство тонизира, то зарежда с жизненост, бодрост и радостно усещане. Тогава има лекота в действията и мисленето. Има го и съзидателното, подбуждащо към творчество действие.

Изживяванията имат импулсивен характер. Те са като просветлението: блясват мигновено, но оставят след себе си магнетизма и силата на чувството, което ги е породило.

Преживяванията носят тежестта на обсебващото, на превземащото чувство, което те кара да забравиш собствения си свят и да бъдеш там, вътре в онзи свят, който те покорява. Той може да бъде свят на Светлината или на Мрака в зависимост от настроението, което носи съответното чувство. Никога не бива да забравяме, че настроението, което идва от чувствата, силата на тяхното проявление, са следствие от нашите желания и мислите, с които работи умът. А това ще определи разрушителната или съграждащата сила на Преживяването. Човешката грамотност за тяхното разбиране и възприемане, начина, по който си обясняваме случващото се, имат определящото, решаващо въздействие.

Някои преживявания имат характера на проникновения. Чрез тях интуицията и умът се докосват, за да стигнат до съзнанието. Това е истински пълноценният резултат, който се превръща в основа на опитностите. Този резултат е изходна точка за бъдещи дейности, необходими за изпълнението на еволюционната програма на Духа.

Проникновенията са сравнително редки състояния, но те правят човешкия живот изключително богат. Чрез тях формата на вече познатото се изпълва с ново съдържание. Постига се пълноценно преосмисляне на настоящето с възможност за градивно проектиране в бъдещето. Това вече изисква, макар и много кратко да проследим.



## ВРЪЗКАТА МЕЖДУ ЧУВСТВОТО И СУБЕКТИВНИЯ СВЯТ НА ЧОВЕКА.

Чувствата са първичната сила, която съгражда субективния свят на човешкия живот. Способността ни да общуваме с тях, да разбираме кога и как ни говорят те и умело да ги управляваме има решаваща роля. Учителят казва:

*„Сегашният живот изисква от всички хора дълбока вътрешна мисъл, която да служи като филтър на обикновените им мисли. Без филтър на мисълта и на чувствата животът е пълен с опасности. Като живее, човек постоянно трябва да филтрира мислите и чувствата си, да знае кое е ценно и кое не е ценно. Човекът на любовта се отличава от обикновените хора именно по това, че той филтрира нещата. Тази е причината, поради която той никога не се разочарова.“*

За да можем да филтрираме своите чувства, за да можем да откриваме ценното в живота, е необходимо да познаваме връзката между нашите лични желания и произхождащите от тях чувства, а това означава да познаваме по-добре себе си, находчиво и успешно да развиваме своята способност за самоконтрол.

Чувствата идват в живота ни от конкретния свят на желанието. Той е стимулт, който определя тяхната сила, степен и проява. Нищо не би могло да бъде сътворено, ако не го предхожда желанието и всяко нещо проявява себе си, своята същност в зависимост от силата на вложеното в него чувство. То се внедрява във всяка от формите на съществуване на човешката същност. Силата на чувствата има характера на електромагнитна енергия, която привлича или отблъсква. Зависимостта на човека от тази сила е повече от очевидна. Съвременната наука вече недвусмислено доказва прякото влияние на чувството, което преживяваме върху биохимичните процеси в нашия организъм.

Желанието е стимул, който подтиква човешкото развитие, но то винаги трябва да бъде ръководено. Какво ще бъде развитието, зависи от умствените способности и изграденият интелект. Неовладяното желание се превръща в разрушител. Под негово въздействие личността деградира. Така се формират двата вида най-общо определена психоенергия: положителна и отрицателна – съграждаща, когато желанието е стимул, и разрушаваща, когато желанието е амбиция. При тази активност, чувството променя хормоналната среда в организма. И в двата случая – и при положителната и при отрицателната енергия – работят сетивата, за да дойде усещането. Процесът има следната последователност: Желанието променя биохимичната среда в организма и създава усещането. Усещането предизвиква чувството. То създава настроението, а настроението поражда действието. Всичко това съгражда емоционалния свят на човека. И тук е добре да имаме предвид, че чувството е вътрешното усещане, което създава комфорт или дискомфорт, а емоцията е външният израз, реакцията или поведението, свързани с това усещане, резултатът от него.

\*\*\*

Кои са факторите, определящи емоционалното състояние на човешката личност? Те са предимно субективни. На първо място, това е неумението на човека да контролира своето желание. Вече казахме, че то е в основата на всички наши преживявания. Ако човек знае кога какво да иска, той няма да влиза в

противоречие нито със заобикалящата го среда, нито със самия себе си. Всеки би могъл да прецени, че оттук идват най-силните преживявания.

Неосъществените желания пораждат разочарованието, самоунижението, дестабилизацията на собствения емоционален свят; създават чувство за малоценност и превръщат човека в страхливец по отношение на бъдещите му действия. Всичко това определя качеството на човешкия живот. Основната причина трябва да търсим в неспособността да контролираме своите желания. Учителят съветва: *"В чувствата на човека трябва да станат дълбоки промени. От дълбочината на чувствата зависят и преобразуванията, които могат да станат с човека."* Тук вече трябва да оценим съществената роля на човешкия ум. Той работи чрез мисълта, а това което никога не трябва да забравяме е, че мисъл и чувство са дълбоко свързани. Взаимността е толкова голяма, че едното не може да съществува без другото. Всяка мисъл е обогрена от чувство и всяко чувство е подплатено с мисъл. Умът и сърцето работят взаимно, за да може човекът да създаде своя жизнен опит, т.е., за да се учи да живее и за да може успешно да гради своята личност.

Личности са ония хора, които имат уменията да контролират своите желания. Това ще рече, че такъв човек има свой емоционален живот, който на базата на опитностите превръща всяко преживяване в изпитание за ума. Когато откликнем на чувствата със зряла, красива мисъл ще им дадем простор. Умът дава цвета, създава багрите и красотата на чувствата.

Умът е фината нишка, по която чувството, като премине, я превръща в струна, която може да звъни с Божествен звук, а може и просто да дрънка. Ето защо ни е необходимо да познаваме емоционалната интелигентност и да умеем както да я отличаваме от интелигентността на ума, така и да разпознаваме благотворната връзка между тях. Трябва обаче да се роди искреното истинско желание. Учителят казва: *"Всяка идея, която не разтърсва човека дълбоко – не да го отчае, но да проникне дълбоко в душата му, не може да се реализира."*

## СИЛАТА НА МИСЪЛТА И ЧУВСТВАТА

За да постигнем успех в развитието на своя ум е необходимо да изградим последователност на своите мисли , чувства и действия. *„Колкото повече се развива вашият ум толкова по-благородни стават чувствата ви, и обратно важи.“*, съветва Учителят. Затова е добре да отговорим на въпроса: Кой човек е последователен? И още: Кога човек е последователен?

Най-общо на първия въпрос може да се отговори с едно изречение. Последователен в своите мисли, чувства и действия е уравновесеният човек. Добре, но това не е пълният отговор. Той е само част от истината. Сега е необходимо да потърсим отговор и на въпроса: Кого наричаме уравновесен човек и кога се проявява това качество? Уравновесен човек е този, който умее да работи правилно както с мислите, така и с чувствата. Това умение от своя страна изисква човек да осъзнава силата на мисълта и на чувството.

Силата на мисълта се проявява чрез нейната лаконичност, а силата на чувството – чрез неговата активност.

### **Кога една мисъл е лаконична?**

Когато е кратка и изразителна, а това говори за умението да се използват най-точните думи. Този, който добре познава смисъла и съдържанието на думите, които използва, той успява да изгради лаконична мисъл, т.е. кратка мисъл с богато съдържание.

### **Кога едно чувство е активно?**

Когато ангажира мисълта на човека.

Чувството има свой профил, но той може да бъде забелязан само чрез мисълта. Какво ще рече това? Ако наблюдаваме внимателно себе си ще открием чувство в мисълта си и мисъл в чувството. И тук ще кажем още нещо за лаконичната мисъл. Когато чувството, с което тя се проявява, е ясно осъзнато. Когато мисълта се проявява под влияние на неосъзнато чувство, вихърът, породен от силата на това чувство, може много лесно да я отнесе. Това означава, че за да е силна една мисъл, освен, че съдържателна, тя трябва да е лаконична, тоест да е кратка и ясна, а краткостта и яснотата зависят от умереното чувство, което влага човек в своята мисъл. *„ Умът е опора на сърцето отвън, а сърцето е опора на ума отвътре.“* е казал Учителят.

\*\*\*

Съществува мнение, че чувствата не подлежат на контрол. Това не е точно така. Добре е да знаем, а още по-добре е да сме убедени, че чувствата могат да бъдат ръководени – не контролирани, а ръководени. Проблемът е кога и как мисълта трябва да ръководи чувството. Защото има случаи, които изискват чувството да се изживее като чистото, светло състояние на сърцето и душата, в което едното е музика, а другото нежно Слово. Музиката идва от песента на душата, а нежното Слово – от шепота на сърцето. Тогава умът трябва да стои настрана – да не се меси. Едно такова състояние винаги създава впоследствие добра и ясна мисъл. Затова е важно да се научим да различаваме източника на

нашите чувства и да се стремим да контролираме онези от тях, които идват при нас от материалния свят. Учителят има една много хубава мисъл, в която казва: *„Ако ти туриш едно чувство в ума си, а една мисъл в сърцето си, ти си направил голяма грешка. Дойде ли ти едно радостно чувство сложете го в сърцето на топло, вместо в ума, който ще го охлади.“*

Материалният свят е създател на чувствата, свързани с власт и богатство. Тогава, когато желанието за власт и богатство поражда агресивност у човека, неговите чувства ще бъдат заробващи със своята сила. В тези случаи се раждат алчността, завистта, злобата... Като говорим за власт и богатство, би трябвало да имаме предвид проявата на тези желания най-вече в семейството и колектива, в който работим. Страшно е, когато в ежедневието бурни и мътни чувства обсебят човешката мисъл. Необходимо е тя да бъде силна дотолкова, че да може да ръководи тези чувства – достатъчно силна, за да може да заповяда на чувството да се смири, да бъде кротко, за да не пострада личността чрез неговата необузданост.

*„Всякога когато трябва да мислите, трябва да имате достатъчно количество светлина, нито много силна, нито много слаба, този принцип важи и за чувствата и за постъпките.“*

Тук Учителят ни напомня, че когато обмисляме, когато се стремим да разсъждаваме, за да стигнем до истината, която ни интересува, не бива да идеализираме, както и не бива и да привнасяме своите съмнения върху това което занимава нашият ум. Да имаме „достатъчно количество светлина, нито много силна, нито много слаба“ означава да се освободим от пристрастието, от преднамереното отношение към проблема, както и от външно влияние; внимателно да работим с чувствата, за да постигне умът ни правилното решение.

Никога не бива да забравяме, че нашето поведение се влияе от емоционалното състояние, в което се намираме към дадения момент. Когато не сме в настроение, независимо поради каква причина, много лесно нагрубяваме, готови сме да се скараме, да обидим. Защо е така? Защото нямаме вътрешния мир – мир в душата. За да го постигнем ни е необходимо да си изградим умение за спокойна работа с Ума и Чувството. Това означава: умение да разсъждаваме; умение да правим заключения, като извличаме най-същественото от своето ежедневие; умение да търсим чрез мисълта най-подходящото чувство за нейното облагородяване. Ето тук е пряката връзка между ума и сърцето: умът създава мисълта, но чувството помага за нейното облагородяване, като я направлява в най-подходящата посока за действие. За това постижение е необходима последователна и задълбочена работа за себепознание и самоконтрол. Тогава умът ще бъде най-добрият приятел на чувството, който може да го приласкае, но и да го смъмри когато това е необходимо. А кога е необходимо да го смъмри? Когато чувството е агресивно и внася смут и напрежение в работата на ума; когато превръща мислите в тежък, мрачен товар за съзнанието.

*„За да се създаде човешкият организъм, нужно е, освен топлина, още и чувства. За да се създаде Духовно тяло, нужно е съзнание. За да се създаде Умствено тяло, нужно е участието на мисълта.“*

*„Човек се обновява, когато всеки ден внася в ума си по една нова мисъл и в сърцето си по едно ново чувство, които го повдигат.“*

Сърдечните чувства са много скъп дар на човека. Те са съкровище, дарено ни от Твореца, което трябва да бъде използвано изключително разумно. Чувствата не бива да се пилеят безцелно и безразборно. Точно те са съкровената Сила, която придава смисъл на всяко наше действие. За да ги използваме правилно, обаче, трябва да развиваме своя ум.

Когато умът разсъждава сам, без да се влияе от чувствата, постига един резултат, и обратно – когато е под тяхно влияние, резултатът е различен. Тази взаимозависимост налага задължителното изискване: никога да не вземаме решение в силно емоционално състояние. Всичко това потвърждава още веднъж голямата необходимост от доброто познаване на чувствата, за да можем да ги използваме правилно. Умът на човека все още не е достигнал онова необходимо ниво на своето развитие, когато ще може бързо и безинцидентно да влиза във взаимодействие с чувствата. Това е и основната причина за нарушения душевен мир.

Мир в човешката душа ще настъпи тогава, когато човешкият ум успее да възприеме чувството като другата страна на своята активност. Другата страна на умствената активност е живо проявеното действие. То ще бъде добро, полезно и градивно; или ще бъде разрушително, вероятно и потискащо развитието на хората или обществото в зависимост от взаимното проникване на ума и чувството. И още нещо съществено важно: в зависимост от способността на ума правилно да разбира чувството. Тяхната съвместна проява създава Живота в неговата многопластовост, разнообразие и достолепност. Умът решава кое как ще се прояви чрез своята способност да разсъждава.

Благородният ум знае, че не всяко чувство трябва да получи достъп до конкретно действие. Деструктивната сила на чувствата може само да задържа развитието на Живота. Обратното – градивната, съзидателната сила на чувствата създава ползотворното, светло развитие на Живота. Неотменна задача на човешкия ум е да опознае Силата на чувството; да знае какъв е нейният произход и да умее да я направлява! Без това постижение на ума губим душевния си мир и лишаваме от правилно развитие Живота. Учителят ни съветва:

*"Работете за развиването на ума си. Остане ли умът ви необработен, каквато идея попадне в него, непременно ще заглъхне. Възвишените идеи трябва да попаднат на добра почва, в добре подготвени умове, иначе те ще дадат обратни резултати – идеи, попаднали в необработени умове, създават култура като сегашната. Всичко старо, несигурно и лъжливо трябва да изчезне; ще дойде смъртта и ще го отнесе. Иде вече нова епоха в живота – епохата на онова семе, което е паднало на добра почва."*

## УМЕНИЕТО ДА УПРАВЛЯВАМЕ ЧУВСТВОТА СИ

*„Каквито са законите за музиката, такива са и за мисълта. За да бъде мисълта правилна, хармонична, човек трябва да се упражнява, да мисли право. Мисълта трябва да се излива гладко, плавно, без напрежение. Някой се мъчи, напъга, не може да реши известен въпрос. Няма защо да се напъга човек. Достатъчно е да запее, да отклони мисълта си от своята мъчнотия и разрешението на въпроса ще дойде. Който има музика в себе си, той лесно разрешава въпросите си. Новото възпитание и самовъзпитание трябва да започне с музика.“*

Всеки човек е подвластен на определени настроения, чувства и емоции. Въпросът опира до умението да владеем себе си. И точно тук е много важно да знаем, че чувството и емоцията не са едно и също нещо. Чувството има отношение към нашия душевен живот. То може да го направи по-пъстър и богат или да го хвърли в бездната на страстите и терзанията. Всичко зависи от начина, по който възприемаме себе си и Живота. Едно чувство може да ни докосне или пък да ни завладее, когато ние имаме нагласата да го приемем в съзнанието си. Това означава, че със своите разсъждения ние сме направили място за съответното чувство в ума си. Така например, ако нашето разбиране за учтивост се свързва с представата ни за благ тон по време на разговор и вместо с благия тон с нас разговарят по-грубо, по-нервно или пък по време на разговора събеседникът ни гледа встрани, вместо приветливо да ни погледне – всичко това може да създаде у нас чувство на тъга, ако сме разговаряли с любимия човек; чувство за вина, ако сме разговаряли с колега или началник, и още много примери могат да бъдат посочени. Всъщност причината за това отношение може да бъде в неразположението на съответния човек, здравословен проблем или просто проявление на неговия по-грубоват характер. Ние, обаче, не можем да вземем предвид подобна възможност, защото нашето разбиране за учтивост си има точно определена визия и ако срещнем нещо различно от своите очаквания, в съзнанието ни се настанява чувството на тъга, вина, разочарование или каквото друго роди умът ни. Защо? Защото приемаме случилото се съвсем лично. Този пример трябва да ни подсказва, че върху нас може да окаже влияние само това чувство, което се свързва с нашето разбиране за нещата от живота. Ако възприемем случилото се с ума си, чувството ще ни натъжи, но няма да ни завладее, ако, обаче, го допуснем в съзнанието си, това вече означава че то дълго ще оказва влияние върху нашето душевно състояние, може да повлияе върху работоспособността ни, да се отрази върху състоянието на нервната ни система – могат да бъдат посочени още примери, но в конкретния случай това не е необходимо. Важното е да се разбере, че чувството е преживяване, чиято сила на проявление зависи от нашето разбиране за случващото се. Тогава какво е емоцията? Тя е външният израз на нашето чувство – неговият изказ, „онагледен“ с жестове, мимика, интонация и адекватно или твърде често неадекватно действие. Емоцията е бързопреходно, бурно състояние на човешката психика, докато чувството е трайно, спотаявано вътрешно преживяване. Учителят казва:

*„Да мислим добре е първото изкуство; да чувстваме добре – второто изкуство; да постъпваме добре – третото изкуство.“*

*Като придобием трите изкуства ще разберем стиха:” Бъдете свършени, както е свършен Отец ваш Небесен.” Свършен е, който мисли, чувства и постъпва правилно.“*

## ЗАВЛАДЯВАЩИ И ОБСЕБВАЩИ ЧУВСТВА

Силата на човешките чувства заслужава специално внимание. Има съществено значение кога и при какви условия се проявява активността на чувствата. По принцип всяко чувство е активно. Такава е неговата природа. Чувствата действат като завладяват. Няма пасивни чувства. Има такива, които завладяват и други, които обсебват.

Завладяващите чувства идват от сърцето. Те са резултат от желанията на хората и в голяма степен се опират точно на силата на желанието. Силата на желанието се проявява като обич, като злоба, като благост, изобщо има различни проявления в зависимост от вида на желанието. Онези хора, които знаят какво е сила на желанието могат най-добре да разберат следната мисъл: чувствата са стихия, която може да унищожи разума.

Чувствата свързани с потребността от едно или друго нещо, са реалните чувства на човешкия живот. Трябва едно да помним: няма чувства произлезли от само себе си. Чувствата винаги са свързани с нещо конкретно в човешкия живот. Тази конкретност се формира на базата на интелектуалния потенциал, който притежава човек, или иначе казано от разбирането на човека за живота. Сега ще отидем още по-далеч и ще кажем, че разбирането за живота се оформя в резултат на опитностите, т.е. на придобитият от живата практика опит, а те пък от своя страна оформят интелектуалния потенциал. Учителят е казал: *„Човешкото чувство не може да бъде оценено докато няма постъпки, то трябва да има отражение.“* Ето, това е кръга, в който се пораждат и развиват чувствата. Излиза, че човешкото разбиране за организацията на живота и неговото развитие са съществения фактор, от който зависи проявата на чувствата. Богатството на интелектуалния потенциал, неговата стойност, зависят от количеството и качеството на живия опит. Колкото повече човек се стреми да създава нещо ново и да организира известната му, вече натрупана информация, толкова повече неговите чувства укрепват. Връзката идва от живия опит и отива да подкрепя ума. *„Мисълта не може да се роди, ако нямаш в себе си чувство. Постъпката е подкрепа на чувството; чувствата са подкрепа на мисълта; мисълта е подкрепа на душата. За да познаеш душата си, трябва да мислиш, трябва да чувстваш, трябва да си постъпвал.“*, отбелязва Учителят. Умът мисли, разсъждава, във всяко време, когато му е потребно търси да се опре на опита, за да формира разум. Защото така получава най-достоверната информация за нещата от живота. Затова човек не трябва да се страхува да опитва, т.е. да посяга към новото и неизвестното. Винаги трябва с увереност и здраво любопитство да се впускаме към новите идеи, да се стремим да ги усвояваме правилно и да ги използваме правилно. Така ще имаме зад гърба си след всяка нова идея и нова опитност. Наличието на опитност променя характера на желанията, изменя се и тяхната сила. В такъв случай се създава и проявява мъдростта в човешкия живот. Тя може най-добре да каже какво е потребно на човека и какво не. И тогава когато според потребността се прояви желание, то ще създаде благородни чувства. Изглежда сложно, това обяснение, но

всъщност то ни казва, че както сития човек не се измъчва от глад, така и мъдрият човек не се измъчва от глупостта.

Сега да обобщим. Чувствата се пораждат от силата на желанията. Желанията зависят от способността да разбираме живота, а разбирането на живота зависи от количеството и качеството на живия опит, на опитностите. Всичко това оформя интелектуалния потенциал на човека и създава условията за неговата житейска мъдрост. Върху основата на мъдростта идват разумните желания, а те пораждат благородни чувства. Когато завладяват човека, те облагородяват неговия живот. Проявената активност на такива чувства е желана и необходима за разумния живот на личността. Толкова за чувствата, които завладяват.

Няколко думи за чувствата, които обсебват. Да видим първо къде е разликата между двете, между чувствата, които завладяват и тези, които обсебват.

Пак ще повторим: всичко зависи от характера на желанието. Ако чувството, което завладява е породено от добро желание и самото чувство ще има благотворен резултат върху човека. Но ако желанието е свързано с амбиция, която иска на всяка цена, която не се интересува дори и от средствата за постигане на желанието, чувството ще е агресивно и тогава ще има негативен резултат. Същото е валидно и за чувството, което обсебва. То е подчинено само и единствено на амбицията. Свързано е с изключително силно желание, чиято активност не е обуздана от ума. Но докато при чувствата, които завладяват има добри и лоши страни, то при чувствата, които обсебват има само лоши страни. Това е така, защото чувството, което обсебва измества ролята на разума като съветник на съзнанието. *„Ако изпратиш една твоя мисъл чрез моралните си чувства тя има друга сила. Ако изпратиш една мисъл чрез своите лични чувства тя има друго влияние.”* твърди Учителят.

Чувството, което обсебва лишава човешкият ум от способността да разсъждава. Следователно, разликата между двете се проявява като положителни, съграждащи чувства и отрицателни, разрушаващи чувства. Но нека обърнем внимание и на един друг, конкретен момент от развитието на чувствата: очакването, което ни зарежда с напрежение, силно вътрешно напрежение от очакването да се осъществи нашето конкретно желание. Когато в човешкото съзнание заживее мисълта за определено нещо, желанието за реализацията на това нещо поражда чувствата, с които е съпроводено очакването за неговото осъществяване. Особено тревожно, дори силно затормозено състояние се получава когато в основата на случващото се стои неразумно желание. Неразумното желание поражда и неразумни, обсебващи чувства, които изместват ума. Душата остава сама срещу агресивното обсебващо чувство. Тя става негова пленница и в този случай в медицината вече се говори за психично разстройство. Във всички случаи когато говорим за обсебващо чувство, трябва да знаем, че то е свързано с разрушаващи човешката психика преживявания. Дори и тогава, когато едно толкова красиво и благородно чувство като любовта се прояви като обсебващо чувство, то се превръща в разрушаващ, разграждащ фактор. *„Злото не стои в любовта, но седи в безлюбието, което минава за любов.”* И какво излиза



сега. Едно чувство може да има различни проявления. То може да бъде завладяващо, може да бъде и обсебващо, зависи от силата на желанието, което го поражда и от способността на ума да го възприеме и осъзнае.. Затова е добре всеки да знае, че желанието идва от ума и отива при разума. Ако той го остави без контрол, то се превръща в чувство опустошаващо човешката душа. Чувството е богатство за човешката душа, само когато прониква в нея нежно, като полъх.

## ЕМОЦИОНАЛНОТО СЪСТОЯНИЕ И ЧОВЕШКОТО ЗДРАВЕ

*„Здравето се възстановява чрез човешката мисъл, а се поддържа чрез човешките чувства.“*

*" Болести не съществуват. В света съществуват болезнени състояния, но не и болести. Болезнените състояния са резултат на специфични отрицателни психически състояния, през които човек минава."*

Генетиката е интересна наука, която придоби по-широка популярност през последните години. С нейното напредване се създадоха очаквания, че човекът ще разкрие тайната на своето сътворение. Вече е известно, че на този етап това няма как да стане. Гените са важен, много важен източник на информация, но само толкова. За да може тази информация, която те съхраняват, да повлияе върху човешкото здраве е необходимо НЕЩО да я „отключи“, тоест, да я активира. И не само това, но и да ѝ създаде условия и възможности тя да се разгърне. Ето, това е най-важното знание, което ще трябва човешкият ум да разработи. Защото сега се приема, че щом едно заболяване е съществувало у предците, то задължително ще се прояви и в настоящото младо поколение. Така хората живеят в страх пред заплахата от тежки, нелечими заболявания.

Успоредно с конвенционалната медицина, се появили и появяват още, най-различни практики, които предлагат изцеляване на така наречените генетично обусловени заболявания.

Това, което е важно да се знае от всеки човек, който няма никакви познания в областта на медицината е свързано с абсолютната необходимост от придобиване на повече знание по конкретния проблем.

### **Какво трябва да се знае?**

Че генетичния код чрез структурата си съхранява информация за съответния вид. Тя служи за формиране на функциите на клетката. Но тук все още съществува Проблем.

### **Какъв е Проблемът?**

Неопознатата и неосъзната Сила на Информацията! Тя е потенциална. Потенциалната Сила на информацията е скритият, таен Агент на Неизвестното. Това е принципно обусловено. Винаги, навсякъде и във ВСИЧКО, както в Природата, така и в човека е внедрена и се внедрява Информация. Всяка информация притежава Сила, защото е Фактор на Сътворението. Силата е Източник на развитието! В каква посока – градираща или деградираща е друг въпрос. Защо? Защото за развитието на посоката съдействат УСЛОВИЯТА, при които се намира съответната информация.

В нашия случай, тъй като говорим за гените, е необходимо да се знае, че информацията внедрена в тях, притежава Сила, като всяка друга Сила в Пространството. Но генетичният код, който съхранява Информацията в човешкия организъм притежава твърде своеобразна ОСОБЕНОСТ и тя се нарича ЕМОЦИОНАЛНА УЯЗВИМОСТ!!!

### **За какво става въпрос?**

За способността на Чувствата да проникват в съзнанието, да обсебват, да владеят и да създават усещането, че летим в небесата, или че се намираме в благодатта на Живота.

### **Какво е много важно да се знае?**

В човешкият живот съществуват САМО ДВЕ ЖИЗНЕНО ВАЖНИ ЗА НАС ЧУВСТВА, САМО ДВЕ СИЛИ, които могат да възродят или да убият човека! Те се наричат ЛЮБОВ и ОМРАЗА!!! Те създават условията, които оказват пряко въздействие върху човешкото здраве. ТОВА Е! ДРУГО НЯМА! Колкото и да го търсим, както и да го наричаме, каквито и нови разклонения да създаваме на биологията, психологията или някакъв друг род знания от медицината – няма друго. И сега ще уточним защо е така. Защото Любовта е Сила на Съзиданието. Тя ражда новият живот и възражда залинелия, загиващия живот! Омразата е Сила на разрушението. Тя дори не е деструктивна сила, защото при деструкцията се променя формата, но изначалния дух, духът на Живота се запазва, чрез неговата Идейна същност. При Омразата най-страшното е, че унищожават Идейната същност, тя опустошава, изпепелява и разпилява структурата дори на фино енергийно ниво.

Тези две Сили създават условията за нормалното човешко здраве, за нормалния човешки Живот, или за неговото унищожаване.

Всяко Чувство оказва пряко влияние върху човешкото здраве и всички ние знаем това, но го приемаме повърхностно и не го свързваме с нашата Обща здравна култура. А всъщност това е камъчето, което подритваме по пътя си без да си даваме сметка, че точно то може да обърне колата ни.

### **За какво става въпрос?**

За условията, които определят качеството на нашия живот. Точно те отключват Информацията съхранена в нашите гени: Любовта създава здравословната среда за Живот; Омразата създава болестотворната среда за живот.

В първия случай, дори да съществува предпоставка за заболяване, в зависимост от съхранената в генетичния код информация, това заболяване няма да се развие, а ако в някаква степен поради моментни депресивни състояния все пак се отключи заболяването, то ще може да бъде преодоляно своевременно, защото изначалната Сила, Силата на Любовта, която не е унищожена ще съдейства възвращащо.

В другия случай, когато човешкият живот преминава под влиянието на скептицизма, недоверието, завистта, отчуждеността и ненавистта, се създават Условия за обезсилване на организма. Човекът остава в сянката на болестотворната среда за живот.

*„Преди години аз изследвах причините за болестите. По едно време при мене дойде един господин, разправи ми болестта си, но аз не можах да намеря причината на неговата болест. Един ден той върви на разстояние от сто-двеста метра от мене, аз чух той да каже една дума. Тази дума веднага хвърли светлина върху мене и разбрах, на какво се дължи болестта му. От тази дума аз разбрах, че*

*болестта му се дължи на някаква анормалност в чувствата му. Също така, тази болест се дължи и на неиздържливост в неговите чувства. Тогава аз му казах: „Ако ти измениш своите чувства, в една година отгоре ще има един преврат в чувствата ти, а това ще донесе едно подобрене в здравето ти.“ Дадох му известни правила за регулиране на чувствата и състоянието му се подобри. Повече той няма какво да мисли. „*

Когато в обезсиления организъм избуи Омразата при съществуваща предпоставка за генетично разстройство, или са се появили условия, макар и поради външни фактори, за възникване на патологични процеси, тогава се появяват трудно преодолими увреждания на клетъчно ниво, развиват се условия, които могат да станат причина за неспасяемо увреждане на човешкото здраве.

Само Омразата ли е най-важната причина, за да се събуди негативната информация в организма?

Омразата създава най-силния тласък. Тя е страст, която блокира способността на човека да разсъждава. Той е подвластен на нейната Сила и действа слепешката.

Омразата изчерпва жизнената енергия от човешкия организъм, замъглява съзнанието и става причина за пълен упадък на човешкия живот. Тя и всички негативни мисли и чувства, които я съпътстват и които тя поражда, безпрепятствено достигат до клетъчната памет, до съхранената от гените информация, и чрез Силата, която притежават създават условия да се развие заболяване, което съответства на негативния характер на съхранената информация. Затова Науката за Живота твърди, че всеки проблем трябва да намери своето разрешение, и че никога не бива да стаяваме в душите си огорчение, обида, завист или злоба. *„Иска ли да бъде здрав, човек трябва да поддържа физическа, сърдечна и умствена чистота в живота си.“*

Всяко чувство, което изисква насилие над човешкия дух, става причина за увреждане на човешкото здраве. Такова чувство уврежда веднъж този, който го създава и втори път този, който го приема. Затова е добре да знаем, че генетичния проблем, който уврежда поколения наследници на алчни, завистливи и човеконенавистни хора; генетичния проблем, който уврежда наследници на малодушни, депресирани и апатични хора се нарича ЕМОЦИОНАЛНА УЯЗВИМОСТ.

Чрез своята енергия тежката, негативна емоция има дълъг живот. Тя е структурна единица на генетичния код, точно толкова, колкото и всеки друг негов елемент. Когато към негативната емоция се прибъщи сродна по своето съдържание и сила енергия, тя се активира – събужда се, за да се развие според характера на внедрената в нея информация. Трябва да се знае, че енергията на всяко конкретно определено чувство предизвиква съответстващо на неговите вибрации заболяване.

Най-тежкото генетично наследство за човека е наследената от предците му негативна енергия. Когато в настоящия си живот човек продължи да използва тази енергия създава условия както за себе си, така и за своите деца да пострадат от нейната Сила. Но тук опасността става по-голяма, защото към наследената и събудила се негативна енергия се прибавя нова – енергията от настоящия живот

на духовно необразования човек. Това поражда необходимостта от знанието, което човешкият ум трябва да разработи – да създаде кратка, ясна и напълно достъпна наука за проблемите на човешката душа. Духовно изградената личност общува грамотно с енергиите в своя организъм.

## ПСИХИКА И ЗДРАВЕ

*"Когато човек преживява тежко психическо състояние, то се отразява върху известен уд ( част - старославянски), вън или вътре, на организъма му. Този орган изгубва връзка със съзнанието на човека, вследствие на което ние казваме, че той заболява. Цялото тяло на човека, отвън и отвътре, е обвито с особена материя, наречена матрикс. Когато матриксът е здрав, човек се чувства добре разположен, здрав и силен. Щом стане някакво пропукване на матрикса, в организъма на човека се извършват ред химически процеси, които се отразяват болезнено върху него. Докато човек поддържа в живота си неестествени мисли, чувства и постъпки, неговият матрикс всякога може да се пропука. Искате ли да бъдете здрав, човек трябва да поддържа физическа, сърдечна и умствена чистота в живота си."*

Едно внимателно разглеждане на проблема „Психика и здраве“ казва, че в основата на психичните процеси стои Причинно-следствената връзка. Чрез нея се проявява менталната същност на Твореца и емоционално-умствената стабилност и активност на човека. Проявява се като осъществена взаимозависимост между физическия ефир и човешкият ум.

Физическият ефир е Това, което най-общо определяме като Жизнената Енергия, която владее Пространството, а възможността на човешкият ум да общува с тази енергия определя доброто, стабилното или нестабилно състояние на човешката нервна система. Тя създава условията и възможностите за формирането и проявата на емоционално-умствената същност на човешкия душевен живот. Смисълът, съдържанието и качеството на душевния живот създават основата както за нашето здраве, така и за нашето духовно развитие, определят градивната или деструктивната дейтелност на личността. И тук е добре да дадем отговор на два въпроса:

### **1.Как човекът може правилно да работи със своята психика?**

### **2.Как може правилно да я съхрани?**

1. Правилно работи със своята психика този човек, който знае, че неговият ум ръководи чувствата му, и този човек, който е създал условия на своя организъм за пълноценно усвояване на жизнената енергия от физическия ефир. Тази връзка ще гарантира изправна нервна система; изправната нервна система ще гарантира правилно организирания процес за мисловната дейност на ума; правилно организираната мисловна дейност ще създаде възможност за ясно и конкретно Разбиране на Живота. Яснотата на Разбирането ще допринесе за добрата ориентация на умствената активност – посоката, която определя морално-нравствения аспект в човешкия живот; този резултат ще създаде възможностите за участие на личността в Живота. От там нататък човекът ще е постигнал своето развитие в желаната от него посока.

Всичко това е възможно, защото енергията на човешката психика взема пряко участие във всички биохимични и биофизични процеси в човешкия организъм. Психичната енергия е невидимият СТРОИТЕЛ НА ЖИВОТА. Тя създава емоционално-умствения Свят на личността; тя определя неговото участие в Живота; тя е сигурен ГАРАНТ ЗА ЧОВЕШКОТО ЗДРАВЕ.

2. За отговора на втория въпрос са необходими няколко уточнения:

а) Ако по Пътя на своя Живот, човекът знае накъде върви, движи се уверено и не съжالياва за избраната посока, ще съхрани своята психика.

б) Ако по Пътя на своето развитие личността не се измъчва от противоречия, съмнение и колебания след вече взето решение, ще съхрани добре своята психика.

в) Ако човек умее да неутрализира неприятното чувство възникнало при общуване или като неудовлетворение от собствена постъпка, ще съхрани своята психика. По-добре е да използва създадалото се положение като стимул за създаване на нещо ново и градивно.

г) Ако човекът възприема себе си като част от Природата и поддържа непрекъснатата връзка с жизнената енергия на физическия ефир, ще съхрани своята психика.

д) Ако човек обича себе си, хората и Живота, ще съхрани своята психика.

Научно е доказано, че нашите вътрешни преживявания, проблеми и чувства водят до физически заболявания.

Психосоматиката е направление и дисциплина в медицината. Тя има своя територия и в психологията, защото изучава влиянието на психологическите фактори върху човешкото здраве. Преди много години, Учителят е забелязал силната взаимозависимост между човешката психика и здравето и затова можем да открием в неговото слово много съвети, които да ни послужат като превантивно средство. Във втората част на тази книга е включен интересен пример от Неговата практика. В конкретния случай, обаче, за нас е важно да знаем, че в основата на психосоматичните заболявания, стои не толкова стресът, колкото начинът, по който реагираме на проблемите от живота. Той е следствие от разбирането, с което възприемаме себе си, средата, в която живеем и всичко случващо се – било с нас, с наши близки или в обществения живот.

*„Когато човек проучи тялото си и енергиите, които функционират в него, когато схване отношението си към природата, той ще може да предчувства онова, което има да му се случи. Някога те заболи пръст или друг орган без видима причина – това е белег за нещо, което ще стане. Заболяването е свързано с нещо, което ще се случи в твоя живот и ти трябва да вземеш мерки не само да излекуваш болестта, но и да отстраниш или да предотвратиш онзи психически процес, свързан с тази физическа болка.“*

Всеки човек е подвластен на различните атмосферни промени. Не всеки обаче осъзнава влиянието на атмосферата върху своя организъм. А всъщност, чрез това влияние се осъществява най-пряката връзка между енергията в нашия организъм и енергията в Природата. Това, което ни интересува нас в случая е универсалната жизнена енергия и нейната пряка връзка с човешкото здраве. Но общуването с Природата също е предмет на емоционалната интелигентност. Да общуваме с Природата това означава да развием във висша степен своята сетивност за огромната полза, която можем да постигнем от начина, по който възприемаме универсалната жизнена енергия, с която тя е изпълнена.

**С какво е по-различна универсалната жизнена енергия, и какво означава определението жизнена ?**

Това определение обяснява, че жизнената енергия притежава градивна, съзидателна сила, която работи еднакво успешно както в Природата, така и в човешкия организъм. Затова я определяме като универсална. Понятието жизнена, пояснява нейния характер. Тя създава позитивното, положителното в Живота, защото укрепва човешкото здраве.

Електро-магнитната сила, която определя състава и характеристиката на универсалната жизнена енергия оказва влияние върху всички организми населяващи планетата. Електричеството е активната сила, която създава динамиката както на въздушните маси, така и на всички биологични процеси в организма.

### **Защо трябва да познаваме тази информация?**

Защото човешкото здраве е зависимо от наличното в организма и в Пространството електричество. Така например, за всеки човек е много важно да знае, че неговият мозък и сърцето му работят правилно или неправилно в зависимост от количеството електричество в неговия организъм. То може да е достатъчно, недостатъчно или предозориано, и това се определя от изправността на вегетативната нервна система в човешкия организъм.

### **Какво е вегетативна нервна система?**

Нашият отговор е: Съчетанието от проявената обща дейност на всички нервни импулси в организма. Но това е Нашето определение. То не съществува в учебниците по анатомия и физиология, но отразява правилно физиологичния процес за активност на вегетативната нервна система. Тя е представена в организма основно от два дяла: симпатиков и парасимпатиков. Управлява работата на вътрешните органи, включително и на сърцето.

Казва се, че вегетативната нервна система е автономна, защото – така твърди медицината - тя не се влияе от човешките желания. Действително, тя управлява такива процеси в организма като кръвообращението, дишането, храносмилането, за които умът не се грижи. Но тук вече трябва да имаме пред вид, че чувството притежава огромна сила; както вече записахме, то може да създава, може и да руши. Същото се отнася и за мисълта. Мисълта има огромно влияние върху човешкото здраве. И тук ще допълним към вече казаното за мисълта, че тя влияе върху здравето, защото може да управлява чувството. Мисълта и чувството са две сили, които имат пряко отношение към вегетативната нервна система. Този факт се изучава много внимателно от напредничавите умове в медицината и вече съществува квантовото лечение.

### **Какво означава квантово лечение?**

В прав текст казано, това е умелото използване на човешкото съзнание за здравословен живот. За целта е важно да се знае, че знанието по анатомия ни е необходимо, за да можем да свързваме наученото от енергийната медицина с най-необходимото от психологията, биологията и квантовата физика. Нека да не звучи твърде сложно или пък абстрактно това, което казваме тук. Квантовата физика ни е необходима до толкова, доколкото е важно да знаем, че фината енергия, която притежават мислите и чувствата, чрез своята активност управлява



нашият организъм. Тоест, невидимото присъствие на енергията на Мисълта и Чувството, е най-важният фактор за правилната работа на електричеството в човешкия организъм. И тук, трябва да знаем, че характера на енергията, тоест насочеността на нейното влияние, зависи от съдържанието, което ще рече от смисъла, който влагаме в нашите мисли и чувства. Това знание, неговото осъзнаване и грамотно използване ще създадат условията за правилното функциониране на вегетативната нервна система в човешкия организъм. Тя създава основата – здрава или нестабилна – на човешкото здраве.

### **А къде остана връзката с Природата?**

Тя е на преден план, защото човешкият организъм си набавя необходимото електричество чрез способността си да диша и да възприема чрез погледа и съзнанието си Пространството. Разумното общуване с Природата, зарежда човешкият организъм с универсалната жизнена енергия. Затова когато сме били на разходка в планина, край река, езеро или море се чувстваме ободрени и отпочинали. Електричеството и Светлината са основни градивни сили на Сътворението, и в интерес на нашето здраве е да познаваме тяхното влияние върху човешкия организъм.

# ЕМОЦИОНАЛНАТА ИНТЕЛИГЕНТНОСТ И НРАВСТВЕНАТА ОСНОВА НА ЖИВОТА

## ЧОВЕКЪТ И ЖИВОТА

*„Като се вглеждате в живота, виждате, че една велика Разумност определя движенията на частите и отношенията им към себе си и към Цялото. Тези движения и отношения наричаме с общо име „обхода“. Следователно, когато казваме, че човек трябва да има правилна обхода, разбираме правилно отношение към частите на Цялото и към самото Цяло. Дето има правилна обхода, там съществува разумност в отношенията или съгласуване на частите с Великата Разумност на живота.“*

„Като се вглеждате в живота...“, а вглеждаме ли се внимателно в живота, ние – съвременните хора? Осъзнаваме ли Силата на неговата Велика Разумност? Как да го разбираме? Едни твърдят, че той има предопределеност, а други, че е груб, жесток и безсмислен. Малко са тези, които му се радват истински. За да си отговорим правилно на въпроса, „Как да разбираме Живота?“, трябва да знаем какво сме ние за него. И да си даваме сметка, че Животът има нужда от нас. Той се проявява чрез нас, чрез нивото на нашата умствена и емоционална интелигентност, чрез нашето активно участие в различните форми на неговото съществуване. И макар, че ние сме негови строители се оказва, че не познаваме добре нито него, нито себе си. Трудно ни е да го възприемем като творчески процес, нямаме и самочувствието на творчески личности. А би трябвало, вглеждайки се в Живота и в себе си да осъзнаем стойността на своето лично участие в творческия процес наречен Живот. Той е толкова многообразен, толкова богат и наситен с тревоги и радости! Организиран е като средството, чрез което човешката душа опознава себе си и дава възможност на Духа да се развие. В този смисъл животът е процес. Винаги трябва да го възприемаме като процеса на себепознанието и духовното развитие. Първото и най-съществено нещо, което е крайно необходимо да знае човек, е свързано с неговото лично отношение към самия себе си. Затова всеки трябва да има отговор на следните два въпроса: Обичам ли себе си? Какво искам за себе си и за другите от живота? Когато си отговорим на тези въпроси, ще сме постигнали минималното изискване за своето самоопределение. То е първото и задължително условие, за да можем да вървим в най-подходящата за нас посока, то е и доказателството, че вече имаме напредък в себепознанието. Да обичаме себе си, да знаем какво искаме от другите хора и какво търсим в своя живот, означава, че имаме необходимото уважение към себе си, че имаме изграден подход в общуването, и че сме наясно със своята основна цел в живота си. Постигане е да можем да се самоопределим като личност, което ще рече да направим своя нравствен избор и да се приобщим към определена морално-етическа категория. Обикновено това са Доброто и Злото. И тъй като добродетелите са основна, изначална форма за живот и развитие на човешката душа, за изграждане и стабилизиране на нашия емоционалноумствен свят, те трябва да бъдат потърсени и използвани, за да послужат като основа на добродетелния живот. В този смисъл следните думи на Учителя могат много да ни помогнат: *„Надеждата и вярата съществуват в света, но хората не са ги възприели и приложили. Вярата развива ума, а надеждата – сърцето. Радвайте се, че водата тече, а въздухът се движи и образува ветровете, защото подтикват хората към мисъл и чувство. Защо идват изпитанията и страданията? За да се усилят*

*вярата, надеждата и любовта на хората. Каквото е отношението между водата, въздуха и светлината, такова е отношението между вярата, надеждата и любовта. Който иска да усилва вярата си, надеждата си и любовта си, трябва да работи съзнателно върху себе си. "*

\* \* \*

Чрез прякото си присъствие в нашето ежедневие, емоционалната интелигентност създава нравствената основа на Живота. Особено ползотворна е нейната проява чрез добродетелите с които живеем. Да вземем предвид конкретно човеколюбието и вярата. Двете заедно – човеколюбие и вяра - определят качеството на живота, придават му непреходната стойност на нравствено извисена същност на Сътворението. Защо? Защото емоционалната интелигентност със своето изискване към човешкия ум осъзнато създава възможността за правилно общуване между мисъл и чувство. А точно тук, когато трябва да се прояви човеколюбието, правилното общуване между мисъл и чувство е най-необходимо. Ето защо, когато говорим за добродетелите, трябва да си обясним тяхната пряка връзка с културата на общуване, която притежаваме. Знанието вложено в тях помага на човешкия ум да създава както култура на общуването, така и съответното ниво на емоционална интелигентност. Емоционалната интелигентност е следствие от културата на общуване. Те взаимно се допълват, но само когато човешкия ум работи с добродетелта благоразумие. Благоразумието ни подсказва, че смирението, кротостта и търпението са добродетели, които служат на човека в неговия стремеж към духовно развитие. „Търпението е само за силните, не е за слабите. За слабите е неволята. За да накараш човека да търпи, трябва да му изясниш закона. „ За кой закон става въпрос? За основния – Закона за причината и следствието. Наричат го още кармичен закон. Винаги когато сме в затруднено положение трябва да търсим причината, за да можем да си обясним това, което се случва. Следствието, което се проявява като проблеми и трудности може да бъде разрешено с помощта на благоразумието, защото то ще ни научи как да открием истинската причина за съществуващите затруднения. Но то ще може да ни помогне само, ако умеем да владеем своите чувства.

*„Знаете ли какъв ще бъде вашият живот, ако можехте да се самовладеете, ако можехте да владеете мислите си, ако човек може да владее своите чувства, не с усилие. Отдето минете, ще бъдете добре дошли. Хората ще ви чакат, като някой ангел. Спасителят дето мине, ще го чакат. Като го видите, ще ви бъде приятно. Ако искате да дадете магнетична сила, то ще зависи от владеенето на вашите мисли, не тъй да мислите, вие сами да се радвате на вашите мисли и на вашите чувства. От вас ще лъха една хубава атмосфера, както лъха от едно цвете или такава атмосфера, която излиза от един извор, или от чистия въздух, който дишате, или от слънцето, което изгрява от ясното небе.”*

Не е възможно да се гради чиста нравствена основа на човешкия живот без да се познават добродетелите; не е възможно да се прояви Божествената същност на човешката душа, ако Умът на човека не възприеме тяхната мъдрост. Тя идва от Истината за Божествения произход на Живота. Съвременната наука вече се докосва до тази истина. Ако човешкият ум възприеме Божието присъствие в човешката душа, с респект и преклонение ще се отнася към Природата, а човеколюбието ще определя поведението му в обществото. Голямата беда за човечеството с всичките ѝ проявления на човеконенавист, идва от пълното

разминаване между Знанието за Живота, което ни дава Божествената наука и отсъствието на Морал. Точно тук добродетелите могат да ни помогнат най-много. Те са естественият източник на знание и възможности за придобиване на необходимите за човека качества, чрез които той постига емоционална интелигентност в своето поведение.

Две са основните направления в Божествената наука, които човекът трябва да познава: възприемане и осъзнаване на Истината за Божественият произход на Живота, и възприемане на човека и природата като неделима част от Сътворението. Ако човешкият ум осъзнае тази истина, ще може да прояви цялата сила на Добродетелите вложена в собствената му духовна същност. Това е и целта на Сътворението на Живота: човекът бидейки създаден като добродетелна същност да я проявява в Живота, за да просъществува като Творец по образ и подобие на своя Създател. Ако всички разбираме тази истина човеколюбието ще бъде основният нравствен идеал, който ще определя качеството на Живота – неговата същност и проявление. А колкото до вярата, тя не е религия. Вярата е израз на осъзнато приетата истина за Сътворението и тогава говорим за присъствие на Божия Дух в човешкото съзнание! Тогава нравствеността се превръща в здрава основа на Живота. Чрез добродетелите получаваме знанието което определя „количеството светлина“ когато мислим - светлината, която трябва да е „ нито много силна, нито много слаба.“ И тъй като това важи и за чувствата и за постъпките, които създаваме чрез осъзнатата употреба на добродетелите, ще рече, че в този случай ние постигаме в своя живот необходимото ниво емоционална интелигентност.

*„Рекох, няма по-хубаво нещо човек да владее своите мисли. Или аз наричам: твоята мисъл да те обича и твоите чувства да те обичат и твоите постъпки да те обичат. Още като се роди мисълта, ще каже най-сладките думи, после като се роди хубавото чувство и то ще каже най-сладките думи и една постъпка като направиш, ще чуеш нейния глас. Няма в света по-хубаво състояние да слушаш отзвука на своите добри мисли; да слушаш отзвука на своите добри чувства и да слушаш отзвука на своите добри постъпки. То е гласа на Бога. Господ казва: “Много добре мислиш, много добре чувстваш, много добре постъпваш.” Няма по-хубаво състояние на земята, оттова да слуша човек в своето съзнание одобренето, че той постъпва съобразно с великия Божий закон в света.”*

Присъствието на Създателя, на Бога в човешката душа означава осъзнато усещане за духовна връзка на човек с човека, духовна връзка на човека с Природата и цялото Сътворение. *„Хората искат да дадат някаква форма на Бога, но питам каква форма може да се даде на светлината? Светлината сама създава формите. Бог е Същина, която не се доказва.”*

\*\*\*

В своето Слово Учителят ни е оставил напътствия и по отношение на нашето правилно поведение в обществото, което ще рече – необходимост от повече възискателност към собствената ни култура на общуване. Това е първата и неотменна потребност, която определя нашата значимост в обществения живот. ” *Няма по-хубаво нещо на света от една добра обхода. Обхода, това значи да желаеш*

*на всички доброто, всичките да започват с „О“. Обхода, това са условията, външните условия. При една добра обхода от човека излиза една разумна сила и ако ний не се владеем добре, като влезем в едно общество, можем да причиним раздор. А пък ако се владеем, като влезем в едно общество, може да причиним помирение.”*

Когато търсим възможности за собственото си духовно развитие, а това ще рече и по-добри възможности за собственото ни участие в живота, е необходимо да се запознаем по-отблизо поне с четири от добродетелите. Те съдържат в себе си многопластово знание, което създава условия за човешкия ум, душа и сърце, да получат най-правилната посока за своето проявление във времето на един човешки живот.

Най-често пренебрегваните добродетели, особено в условията на съвременния живот, са Смирение, Търпение и Кротост. До ден днешен те остават в сянката на религиозното възпитание и се възприемат като остарели, ненужни понятия. Нещо повече: счита се, че те обезличават човека, като го лишават от инициативност, собствено мнение и собствена позиция. В действителност това няма нищо общо с тяхното истинско предназначение. Тяхното предназначение определя пряката им връзка с Принципите, чрез които се проявява Животът, затова би трябвало да бъдат разглеждани и възприемани като неотменна част от духовното развитие на човешкото съзнание. Това, което записваме тук е малка, дори нищожна част от широкия обхват на знанието, което можем да получим от тези добродетели.

**Какво трябва да разбираме, когато произнасяме думите смирение, търпение, кротост и благоразумие?**

Когато говорим за Смирението, трябва да знаем, че то ни помага да възприемем знанието, което получаваме чрез Благоразумието.

Търпението ни учи как да усвояваме знанието, което ни дава Благоразумието. И тук има един много съществен момент, който трябва да познаваме.

Отличителна черта на Търпението е Устойчивостта, а на Смирението е Благостта. Двете взаимно се допълват, за да постигнем Благоразумие. И двете добродетели работят чрез Благоразумието за вдвояване на Любовта, Мъдростта и Истината в Живота.

Кротостта е проявление на тяхната взаимност. Там имаме знанието и опита както на смирението, така и на търпението. Но ... винаги трябва да помним, че Благоразумието стои в основата на всички добродетели. То е фундамента върху, който човешкият ум стъпва, за да възприеме хоризонта, който очертават трите основни принципа за еволюцията на живота: Любов, Мъдрост и Истина.

Защо е така? Защото Благоразумието като понятие включва в себе си енергиите на Ума, Душата и Сърцето, за да може да се прояви в живота чрез смирението, търпението и кротостта.

Умът определя връзката с Мъдростта;

Душата определя връзката с Истината;

Сърцето определя връзката с Любовта.

Тук е важно да отчитаме живата реалност, която многократно показва на всеки човек, че когато приемем нещо с ума си, но то остане чуждо на сърцето и душата ни, не можем да го осъществим успешно. Защо? Защото губим Любовта. Тя няма как да се прояви в отсъствието на Истината, нали вече казахме, че душата осъществява връзката с Истината, а сърцето с Любовта.

Много важно е за всички нас да разбираме с ума, душата и сърцето си, че Истината, Мъдростта и Любовта са основните Принципи чрез, които се проявява Животът. Неговата еволюция, пълноценното му развитие се осъществява чрез тях. Те не могат да съществуват независимо един от друг - взаимно се допълват, за да се постигне съзидателния процес в развитието както на Живота, така и на Сътворението в неговата цялост.

Думите, които разглеждаме тук чрез техните понятия като добродетели и като принципи са носители на силна градивна енергия. Ако разбираме правилно отношенията между енергиите на Словото и човешкия духовен потенциал, за всяка наша Идея ще имаме посока, яснота и всеотдайност за нейното правилно реализиране.

\* \* \*

*„Да бъде един човек разположен към друг, това значи да бъде в хармония с него. Между мислите, чувствата и постъпките на тия двама души трябва да има съответствие и съгласие. Само такива хора могат да се приближават един към друг. Всяко приближаване между двама души представлява приятно съзвучие между два тона.“*

Умеем ли да общуваме на това ниво – толкова спокойно и интелигентно, та да постигаме „съзвучие между два тона“? Учителят ни е оставил и тази препоръка. Ние, обаче, нямаме стремеж за постигане на такава висота в общуването. Културата на нашият говор не се разбира като стремеж за самоусъвършенстване. Това е последната ни грижа, защото „животът е труден“, „изпълнен е с проблеми“, „хората са груби“, пък и едва ли някой чак толкова се интересува от такива „подробности“. Когато разговаряме със своите колеги, с приятелите, дори и в семейството забравяме колко важни са погледа, жестовете, интонацията. По отношение на интонацията Учителя е посочил следния пример:

*„По-някой път и интонацията на гласа решава въпроса. Един български селянин, който пратил сина си в странство да следва, бащата искал синът да стане учен, един ден получава писмо от сина си. Той отива при един касапин и казва: „Получих писмо от сина ми, прочети ми го.“ Той започва да чете с един груб глас: „Татко мен ми трябва четири хиляди лева през този месец.“ - „Видиш ли това магаре, така ли се говори, нищо не му пращам. Виж, не го срам, така ли се пише, да ми заповядва.“ Отива при хлебаря и му казва: „Виж синът ми какво пише.“ Той чете: „Любезни татко, моля ти се прати ми пари“ и т.н. Чете писмото с един мек тон. - „Ха, разбирам, любезни татко, моли се.“ Онзи касапин на друго място туря ударението, с друга интонация чете. Като прочита писмото хлебаря, казва: „Ще му пратя пари, туй дете станало човек.“ Оказва се, че в конкретния случай интонацията определя решението. Остава да си направим заключението, че*

начина, по който разговаряме винаги е причина, която определя следствието – конкретният резултат.

## ЕМОЦИОНАЛНАТА ИНТЕЛИГЕНТНОСТ И БЛАГОДАРНОСТТА

*„Един човек, който не благодари с ума си, един човек, който не благодари със сърцето си, един човек, който не благодари с душата си, той не може да бъде във връзка с Вселената – обновяване не може да стане и мисълта не може да расте. С благодарността в ума, с благодарността в сърцето и с благодарността в душата започва умственото развитие, душевното развитие и сърдечното развитие на човека, или духовното му развитие. “*

Благодарността е висша форма за проявление на емоционалната интелигентност. Защо? Защото събира в себе си силата и проявлението на разума и чувствата. Казано с други думи, в човешката благодарност откриваме заедно добрата воля на ум, дух и сърце. Тук срещаме емоционалната интелигентност в качеството ѝ на благородно чувство. Но преди да се прояви благородното чувство е работил разума. Говорим за разума, а не за ума. Умът е свършил своята работа като е забелязал фактите и ги е маркирал като нещото, което е привлякло вниманието му. От там нататък новата информация е отишла при разума, а той разсъждава. По своето същество разсъждението е аналитично мислене, което съпоставя фактите и ги разглежда в тяхната взаимоотноообвързаност. Когато разумът оцени съответния случай като нещо полезно за личността, когато духът усети добрата воля на отсрещната страна, и когато сърцето трепне от докосналото го добро чувство, ето тогава възниква признателността. Чувството на признателност е най-висшата форма на благодарността. В неговата проява виждаме как заедно работят умствената и емоционалната интелигентност. В тази връзка откриваме градивната сила на Любовта. Тук тя слага начало на творческия процес наречен Живот. Любовта живее чрез силата на своята творческа активност. Благодарността е една от възможностите, чрез които тя съгражда и тук вече тя е страна на духовната култура. Без емоционалната интелигентност, духовната култура губи своята стойност, остава без съдържание. Всичко това може да се развие и прояви само върху основата на Любовта. Затова благодарността е благородно чувство, в което взаимно се допълват ум, дух и сърце.

\* \* \*

В лекцията „Страдание и учение“, изнесена на 9 февруари 1938 г., Учителят е поставил следната задача: „Пишете върху темата: „Отличителните черти на човека.“ Ако потърсим опорни точки по тази тема в същата лекция, можем да открием ценни мисли, които имат непреходната стойност на мъдри съвети. „Човешките мисли, това са ценностите, които поддържат живота на човека“, е казал Учителят.

Основната отличителна черта на човека е неговата способност да МИСЛИ. По този начин човек участва в живота. Нещо повече, чрез способността си да разсъждава той определя критериите за своето лично развитие, за развитието на обществото и еволюцията на живота. Но за да осъзнаем това правилно ще трябва да имаме предвид пряката връзка между духа, душата и ума.

Човешкият ум е уникално приспособление за работа на духа в условията на физическия свят. Своята функция той изпълнява най-добре чрез способностите си да възприема, да анализира и да възпроизвежда. Но трябва да се има предвид и още нещо.

Човек възприема по-добре, когато е добронамерен; анализира по-правилно, когато е безкористен, и възпроизвежда по-пълноценно, когато не е предубеден. Всичко това е валидно само при едно условие: когато нашият критерий за възприетата информация е БЛАГОРАЗУМИЕТО. Тук отново откриваме градивната роля на добродетелите, вече чрез способността на човека да създава мисли и да формира поведение. След като отчетем този факт можем да кажем, че: – ако сме добронамерени, ще постигнем по-добро възприемане на информацията, на средата, в която живеем, на приятелите и колегите; – всичко това ще ни създава по-добри възможности за участие в живота;

– ако сме безкористни по отношение на възприетата информация, ще можем да анализираме по-правилно връзките, които създаваме, междуличностните си отношения, а това ще ни осигурява по-добра яснота на разбирането за живота; – ако не сме предубедени по отношение на това, което възприемаме, ще можем по-истинно, по-правилно да възпроизведем в съзнанието си преживяното, а това ще ни дава предимството да живеем с истината за себе си и за живота. Във връзка с новите знания и възможността човек да се учи и развива своя ум в духовна школа Учителят в същата лекция казва: *„Учението е регулиране на мислите“*. От тук може да си направим извода, че с укрепване на способността ни да разсъждаваме, ние опознаваме живота по-смело и така страхът от това, което не разбираме и непознаваме може да бъде победен. Ето какво е казал Учителят по този повод: *„Неприятното в живота е неразбирането. Това, което разбираш е приятно. Това, което не разбираш, е всякога неприятно. От това, което разбираш и познаваш, не те е страх.“* И още един цитат от Учителя в подкрепа на потребността да се стремим да мислим и разсъждаваме: *„Животът на човека трябва да се хармонизира с общия живот на Битието, с общия живот на Природата и с живота на всички обкръжаващи същества.“* Последният цитат ме подсеца за една друга изключително стойностна и непреходна по своята определеност връзка. Това е благотворната връзка между Човешкият Ум и Висшият Разум. Вторият херметически принцип казва: *„Каквото горе, това и долу; каквото долу това и горе“*. *„Учението е регулиране на мислите“*, казва Учителя. Ако човешкият ум използва правилно и съзнателно Знанието, което му дава Божествената наука, а тя е Наука за Живота, ще бъде трайна и плодотворна връзката между човешкият ум и Висшият Разум; ще бъде постигнато идейното съответствие в основните градивни мисли, чрез които се развива живота във физическия свят. Да не забравяме, че основната ИДЕЯ, която Създателя влага в Своето Творение е ЛЮБОВТА. И точно тук човешкият ум трябва да поддържа идейното съответствие.

\*\*\*

*„Вземате една дума от един стих и казвате: „Няма отношение“. Но отношението не е проста работа, то е цял принцип. Ти ако разбираш отношението, цяла философия има там. Пък тъй както ти го смяташ, казваш „Отношение няма“. Трябва да разбираш едно – там вътре се крие една тайна. Отношението – това е вторият принцип от философията на Хермес.“* По-нататък в лекцията си *„Отношение на нещата“*, изнесена на 9 юни 1937 г., Учителят прави връзка между умението да разбираме отношението и съществуването на трите свята: физическият и физическото поле; умственият свят и умственото поле; духовният свят и духовното поле. Какво трябва да имаме предвид когато говорим за Отношението? Най-напред, че



чрез него изразяваме нашата нагласа за живот, т.е. то е израз, живо проявление на нашият начин за възприемане на живота.

Най-общо, Отношението може да бъде определено като радушно, скептично или апатично. И в тази връзка е добре да знаем, че Отношението, което имаме към това, за което мислим, и това, което чувстваме, създава силата или безсилието на нашите мисли и чувства. И тъй като те са в основата на съзнателния ни живот, става ясно, че отношението, което имаме към Живота определя качеството на нашия личен живот.

Ако разсъждаваме спокойно и безпристрастно, ще забележим, че отношението не идва самò при нас. То е резултат от разбирането, с което възприемаме нещата от Живота и самия Живот. А какво е разбирането? Яснотата, с която си обясняваме всичко, до което се докосваме, всичко, с което се срещаме. Така постигаме във висша степен уменията да управляваме своите чувства.

*... „За да станат нещата още по-ясни, за да се изяснят, физическият свят представя формата на нещата. Физическият свят и физическото поле са мястото където формите се опитват. Умствения свят съставя съдържанието на нещата – той е там където е съдържанието; а Божествения свят е смисълът на нещата.“*

В тези няколко изречения Учителят е вложил чисто, градивно знание, което ни помага да разберем същността на човешкия живот, или по-точно потребността да го има, да е създаден и да съществува човекът. В своя съзнателен живот човешкият ум е призван да открива информация, да я събира и да я оползотворява. Това е смисълът на човешкото сътворение. Когато човек разумно работи с информацията създава знание и постига нови нива на своето съзнание. По този начин той променя себе си, Живота и Вселената. И това никак не е казано пресилено. Квантовата физика в своите нови проучвания доказва тези възможности.

Знанието, което помага за развитието на човешкия ум е вложено от Създателя във физическото поле, което съхранява огромно количество информация. За нас това е невидимата Сила на Разумната Природа, за която Учителят твърде често говори в своите беседи. От там умът черпи информация и знание, което му е необходимо за живот в условията на физическия свят. С невидимите сили той може да работи, само, ако спокойно умее да разсъждава и да използва своята подсъзнателна, наречена интуитивна способност, да открива и обработва информацията. Тази духовна работа умът може да върши ако е достатъчно наблюдателен, съобразителен и – най-важното: ако има желание да разсъждава – да се учи да мисли и да разсъждава. Умът осъществява тази възможност, когато придобие опитност и постигне по-добро ниво в своето развитие. Тогава той се докосва до Света на Идеите, а това е Божествения свят. Той е изключително щедър към всеки Ум, който има стремеж и желание да се развива. Подчертано изявената потребност на човешкия ум да излезе вън от рамките на делничния живот го свързва с Духовния свят. Там той търси знанието, анализира и интерпретира фактите и информацията до която е достигнал или кратко казано, в Духовният свят умът използва и развива способността си за аналитично мислене, за да открие Смисълът на Нещата. Когато успее човек да си създаде интересен духовен живот, Божествения свят му разкрива възможностите вложени във всяка от съществуващите там ИДЕИ. Те не могат да се разгърнат, ако умът не ги открие и не започне да работи с тях, а може би по правилно е да се каже, да работи чрез тях.

Божественият свят е светът на идеите. Те възникват като Замисъл. За да се разгърне Замисълът, е необходимо той да постъпи в умствения свят. Но за целта, трябва да бъде привлечен, което означава да бъде потърсен. „Хлопайте и ще ви се отвори“ – съветва ни Христос.

Умът работи със Замисъла и в процеса на работата създава съдържанието. Което означава какво? Че умът е разсъждавал като е анализирал и съпоставял фактите като част от конкретната реалност; осмислил е получената информация и така е създал Съдържанието. Когато имаме Съдържание, тогава можем да създадем Форма – тогава обработеният материал служи за създаване на форма. Формата е толкова по-съвършена колкото е по-близо до идеята. Това означава умът правилно да е възприел, осъзнал и възпроизвел вложената в замисъла идея. И Учителят казва по-нататък, че ако разгледаме отношението към физическия свят ще разрешим какви са формите на нещата; разгледаме ли умствения свят, ще разрешим съдържанието на нещата, а в духовния свят ще разрешим смисъла на нещата.

Формата съдържанието и смисъла са ни необходими, за да можем да разбираме себе си, реалната действителност и чрез двете да опознаваме Живота. Как? Като участваме в него със своите действия. Действията – това е Формата чрез, която във физическия свят ние проявяваме себе си, даваме живот на своята духовна същност, но само ако сме достигнали до съдържанието, а това означава да сме работили правилно в умствения свят и ако сме осъзнали смисъла, което изисква да сме работили правилно и в духовния свят.

В своя първичен вид идеята е образ, а в завършения си вид, вече чрез формата във физическия свят образът получава живот. Това означава че съдържанието и смисълът са се проявили чрез формата. Затова Учителят пояснява: *„Отношението има три страни: Отношение по форма; по съдържание и по смисъл.“* И по-нататък в беседата четем: *„На Земята ще вземете книгата, а в Божествения свят ще я четете. Ако тук не си взел нещо от книгата, в невидимия свят няма какво да четеш.“* След тези думи на Учителя можем да направим заключението, че Животът е една книга, която всеки чете, но малцина разбират правилно вложеното в нея съдържание и затова много често губят смисъла на своя живот. Като вземем книгата от Земята, тоест, като придобием знание и опитности в земния си живот, в Божествения свят можем да осъществим връзката между Физическия свят и Божествения – *„Духовният свят е съединителната нишка между двата свята.“* - казва Учителят.

*„В невидимия свят няма какво да четеш“*, означава, че ти липсва необходимата опитност за анализиране и осмисляне на това, което ще срещнеш в Духовния свят. Това е светът за усъвършенстване на съзнанието. От тук можем да стигнем до извода, колко важно, колко съществено необходимо е в настоящия си живот да се учим да мислим, да разсъждаваме и да създаваме своето съзнание. Нивото на съзнание зависи от положения, от смислено употребения труд в умствения свят. В този свят Умът събира информацията, а Разумът я обработва, за да може да създаде съответното ниво на Съзнание. Съзнанието е най-продуктивната форма създадена от човешкия ум в условията на неговия земен живот. От тук и голямата отговорност с какво съзнание си тръгваме от този свят.

\*\*\*

В лекцията „Обичай и освобождавай“, изнесена на 26 .01. 1938 г., Учителят е поставил твърде интересна задача на своите ученици и последователи. Той е казал: *„Има някои въпроси: кое е това, което не се изкривява, и кое е това което не*

*се огъва, и кое е това, което не се окалва? Пишете върху това, което не се изкривява, върху това, което не се огъва.* В действителност това е предизвикателство за размисъл, може да се определи и като препоръка на Учителя за задълбочена духовна работа.

Кое е това, което не се огъва и което не се изкривява? Ще кажа веднага, че това, което не се огъва е нещото, което НЕ СЕ ОКАЛВА. Защото това, което се окалва е нестабилно, то носи със себе си недоразумение, смущаващи теории за истинността на живота и силното влияние на мрачни мисли и злорадство. Това е то огъването и изкривяването. От там нататък много бързо, дори неусетно се стига до окалването. Моят категоричен отговор на въпросите на Учителя „Кое е това, което не се огъва, и което не се изкривява” е БЛАГОРОДСТВОТО. То никога не се огъва и никога не се изкривява, защото в неговата основа е вложена силата на любовта, силата на разума и силата на волята. Точно затова Благородството няма две лица. То винаги се проявява със своята категоричност – изисква много, защото и дава много.

Благородството е качество на душата, което ще рече, че за да се прояви то, участие трябва да вземе изначалната човешка същност. Благородният човек притежава силата на ума, нежността на душата и любовта на сърцето. Съчетани в едно, те постигат чистотата на човешките отношения, които са подчинени на справедливостта и мъдростта. Благородният човек служи на истината и на любовта еднакво отговорно. Той никога не се подвежда от пристрастия и компромиси.

Благородството е качество, което работи изключително на ниво съзнание. То е Божествен принцип. Тук, на енергийно ниво, работи Божествената Любов. Тя се различава от човешката по дълбочината на проявеното чувство. То завладява не само сърцето, но и ума. Благородството никога не се проявява като емоционално състояние. При него винаги има и разумност.

Понятието, вложено в тази добродетел, е „Божественост”. Нейното свойство е да подхранва връзката с Божествения свят, а правилото, което действа в живота чрез благородството, изисква създаването на нравствен идеал. Затова, за да можем да усвоим знанието, което носи тази добродетел, трябва да имаме вяра в Доброто. Не наивната, сляпа вяра, която позволява на недобросъвестни хора да използват нашето добродушие, а вярата, която се крепи на познанието от живота. Познанието е резултат от разумните изводи, извлечени от живия опит. За да не достигнем един ден до окалването, нищо не трябва да правим механично или просто защото някой е поискал от нас това. Всичко, което вършим, и начинът, по който общуваме с другите, трябва да бъдат за нас средството, чрез което да изявяваме благородната сила на своя характер. Когато чрез наблюдателност, съобразителност и способност сравняваме фактите, можем да се научим да анализираме условията, в които живеем, а това ще ни помогне да събираме познание. Знанието е сила, а познанието – увереност. На тази основа благородството работи най-добре.

\*\*\*

*„В какво седи знанието?”*, пита учителят в лекцията „Разумният път на живота” и продължава: *„За да знае човек как да постъпва, трябва му светлина. Та влезте в една тъмна стая... В тъмнината ако пипате ще имате едно разбиране, а ако сте в светлина, ще имате друго разбиране.”* Чрез този пример, Учителят приобщава дори и неграмотния човек, към една голяма Истина. Истината за

изчистеното от съмнения и прекомерна емоционалност, реалистично Разбиране на живота.

„В какво седи знанието?”

В живия опит! Когато участваме лично в живота, когато общуваме без предубеденост, искрено и добронамерено, ние ще работим „в светлина”. В другия случай, когато черпим знание за живота, от случайно попаднала ни информация, вземаме предвид мнението на различни хора, само защото те са по гръмогласни и говорят разпалено; доверяваме се на „съветите” на всезнаещи личности – ето в този вариант ние сме сигурните губещи. Губещи, защото нямаме личен опит. Но работата не стои само в това да си много трудолюбив. Може да се трудим от сутрин до вечер, но ако не се стремим да разсъждаваме, нищо няма да научим от живота. Точно тук, примера на Учителя с тъмната стая е много удачен. *”В тъмнината, ако пипате ще имате едно разбиране, а ако сте в светлина, ще имате друго разбиране.”* За да сме в светлина, трябва да знаем защо, как и кога да бъдем на определеното място; да знаем защо и как работим точно там; да знаем още кога, как и защо, трябва да си тръгнем от там, и да сме наясно със себе си: с мисълта, която ни ръководи и с чувството, което ни прави бодри, тъжни, добронамерени или зловни. Светлата мисъл и ведрото чувство определят смисъла и съдържанието на нашия живот. Чрез тях постигаме своето ниво на умствена и емоционална интелигентност.

*„Какво значи да живееш по Бога? Да живееш по Бога, това е едно динамично състояние. Ако живееш по Бога, ще бъдеш в друг свят, няма да бъдеш такъв стар като сега. Някой казва: „Стремим се към това”. Стремежът е едно нещо, постижението е друго.”*

Стремежът е Път за развитие, Път към усъвършенстване на духовния живот на личността; постижението е резултат от стремежа; то винаги служи за основа на нов стремеж или постижение. Без стремеж няма развитие, без постижения няма усъвършенстване, но за да има стремеж е необходима Цел. Какво е целта? Целта е двигател на умствената енергия. Тя служи за активирането на ума за неговата естествена проява на работоспособност. Начинът и средството за постигане на целта показват нивото на умствената интелигентност. Умението да владеем чувствата си по време на умствената активност, т.е. когато работи умът, определя нивото на емоционалната ни интелигентност.

Когато мислим откриваме целта, а когато разсъждаваме имаме постижение. В този случай трябва да знаем, че мисълта търси средството, а разсъждението определя възможностите. Защото не е важно само да имаш набелязана цел, по-същественото е да знаеш пътя, последователността и цената на възможностите. Това можем да постигнем единствено със спокойно и разумно разсъждение.

Целта ни помага да създадем стремежа, тогава идва разсъждението, за да стигнем до постижението. Това е Пътят за усъвършенстване на човешката духовна същност и естествената възможност за проява на нашата умствена и емоционална интелигентност.

*”Разумното се задоволява от най-малките условия.”* Защо? Защото умее да владее както мисълта, така и чувството. Това дава възможност на човешкият ум да разсъждава спокойно, да създава в условията на активен живот, такива качества като съобразителност, находчивост, хладнокръвие. Всичко това му помага да съпоставя фактите да ги оглежда внимателно и да постави всяко нещо на най-подходящото място. За да имаме живот, при който се задоволяваме от най-малките условия, означава че сме постигнали пестеливо използване на време, енергия и сила. Това е ефективния резултат, на който можем да се радваме ако се движим по „Разумния път в живота”. И още нещо твърди Учителя:

*„Ти не можеш да мислиш правилно, ако нямаш Любовта; ти не можеш да мислиш правилно, ако нямаш Мъдрост; не можеш да мислиш правилно и ако нямаш Истината в себе си. Другото положение е това: ти не можеш да мислиш правилно, ако нямаш живота в себе си; не можеш да мислиш правилно, ако нямаш знание и светлина в себе си. Ти не можеш да мислиш правилно, ако не си свободен. Щом не съм свободен, моята мисъл не може да бъде правилна. И третото положение на Земята е – ти не можеш да мислиш правилно, ако нямаш добродетели. Добродетелта е за физическия свят. Без добродетели във физическия живот ти не можеш да мислиш правилно.”*

Съвременният живот показва колко точни, колко, истинни са тези мисли на Учителя. Отсъствието на Добродетелта от живота поставя човечеството на постоянно изпитание. Лишен от нравствена основа съвременният живот е изпълнен с непрекъснато напрежение, локални военни конфликти, възникващи един след друг, кризи от всякакво естество: икономически, финансови, социални... Не по-малка заплаха за живота са и екологичните проблеми. Все по видно е, че човекът стремглаво се превръща в най-големият враг на самия себе си.

Когато говорим за умствена и емоционална интелигентност предимно изтъкваме уменията да владеем мислите си, да управляваме чувствата си, но има и още нещо свързано с тях, което се обяснява в голяма степен със нивото на себепознание и със самочувствието, с което живеем . Става въпрос за едно друго умение – уменията да оценяваме правилно своите мисли и чувства, а това ще рече да живеем с Любов и Мъдрост в света на Истината. Ето какво е казал по този въпрос Учителят:

*„Всяка мисъл е един зародиш, едно семе – аз разбирам така мисълта. Всяка една мисъл трябва да се посее на своята почва, за да израсте. Всяко едно чувство пак е семенце, което трябва да се посее; и всяка постъпка също е едно семе, което трябва да се посее.*

*Следователно от три неща има да се учим: от посетите мисли, от посетите чувства и от посетите постъпки. От плодовете, които те могат да дадат и които ние ще възприемем, ще се определи какво ще бъде нашето разбиране за онзи велик Божествен свят, за това положение, в което живеем. В друго отношение човек, без да е посадил тези семена, ще има нужда от окръжаващите – да му дават подаяние, да ходи да проси. Търсете от Бога- и тогава хубавите мисли ги посейте в себе си.”*

За да можем да си обясним по-добре нравствената основа на живота, трябва да познаваме отблизо живота на Исус Христос . От лекциите на Учителя можем да получим много полезна информация, която ще ни помогне да се запознаем с Неговото Учение. Една от тези лекции е „Вечното подмладяване”

*„Не зная дали вярата може да оправи света. Съмнявам се, защото, ако вярата можеше да оправи света, той трябваше да бъде оправен. Всички вярват в Христа, но и до сега светът не се е оправил...Намирам, че вярата е съществено нещо, но не е нещо, което ще оправи света. Вие досега сте вярвали в Христа – това е външната страна, но обичали ли сте вие Христа? Обичали ли сте Го така, че заради Него да бъдете готови да направите всичко?”* За да навлезем в дълбокия смисъл на това твърдение на Учителя ще трябва да си обясним най-напред значението на думата „вяра”. Най-краткото обяснение за смисъла на думата „вяра” може да бъде: убеденост в съществуването на нещо, убеденост във възможностите за проявление на нещо; за промяна в нещо или за нещо. Това „нещо” може да бъде Идея, Стремеж, собствените ни способности и умения или пък тези на близките ни или на приятелите ни. Но това е само едната страна на въпроса. Другата свързваме с конкретното знание, което притежаваме по дадения въпрос, защото то ни помага да изградим вярата си. Така стигаме до реалистичното разбиране, че вярата произлиза от знанието в единия случай, или във втория случай, от интуитивното усещане на нашата убеденост за съществуването на Разумна Духовна Сила.. Някои определят тази убеденост като „сляпа вяра”, а всъщност става въпрос за подсъзнателното домогване на нашите сетива до същността на Изначалната Истина. Най-живият, истински пример е вярата в Христос или вярата в Бога. Ние не сме виждали нито единия, нито другия, но въпреки това имаме усещането за тяхното живо проявление. И ето я тук изначалната Истина. Нейната духовна същност, с вездесъщата си съзидателна енергия, изпълва енергийно-информационното пространство на Сътворението, и когато човешкият ум отхвърли своята мнителност, своите предубеждения, може да постигне интуитивното усещане за връзка с Духовната Сила на Христос или на Бога – Силата на Любовта. Затова Учителят говори за външната страна на вярата в Христа и ни подсеща за възможността духовно да се приобщим към Него с въпроса „Вие обичали ли сте Христа?” Какво означава да обичаш Христа? Правилният отговор на този въпрос може да дойде само ако преди това сме работили съзнателно с Неговото Слово. Това ще рече, че ние сме потърсили знанието за изначалната Истина за Сътворението на Живота. Чрез Словото и живият пример от земния Живот на Христос можем да се запознаем с Нравствената основа на Живота. Съвременното човечество не познава нравствената основа на живота, не я търси, не я оценява като фундаментална Сила на Сътворението. Знанието по този въпрос е вплътено в думите и делата на Богочовешката Личност Христос. Да обичаме Христос означава да бъдем добродетелни хора. Само така можем да припознаем човека в себе си и до себе си като Божие творение. В този случай Знанието ни помага да постигнем вяра в разумната мъдра Сила на Сътворението и да я възприемем като морален принцип

в своя живот. Две хиляди години след Христа се оказаха недостатъчни за човешкият ум да опознае и възприеме тази Истина. Но съществува и друга възможност. Тя е за този, който е успял с Разума си да събуди активността на подсъзнателното си, интуитивно усещане. Тази способност създава връзка с Духовната Сила на Христос. И тогава идва усещането за ОБИЧ и казваме, че обичаме Христос, а това всъщност е постигнатото естествено приобщаване на нашият духовен потенциал към изначалната Сила на Съзиданието, чрез която Христос постига своето живо проявление. Всеки, който е доловил частица от тази Сила притежава неотклонна, свежа и жизнена, творящия живот ВЯРА. Това е вярата, която може да промени света, или според думите на Учителя „същественото нещо, което може да оправи света“. Тя е толкова силна и истинска, колкото силна и истинска е нашата духовна връзка с Христа или с Бога. Човечеството, като колективно съзнание, все още не е постигнало необходимото ниво в своето развитие, за да възприеме тази Истина.

Какво трябва да открием тук като решаващ фактор за осъществяването на духовната връзка с Христа? На пръв поглед изглежда, че Решаващият фактор в случая е Разумът. Но само на пръв поглед, защото това е едната страна на Истината. Всъщност, Разумът е подтикнат от желанието, от подсъзнателната интуитивна потребност на човешкият дух да се приобщи към Божия Дух, към изначалната Сила на Сътворението – Словото. То идва в човешкият живот чрез Христа.

*„Човек в мъдростта работи честно, съзнава, че е дошъл да се учи, не само да прекара някак живота си. От всеки един човек, до когото се докосваме, ние придобиваме нещо или положително, или отрицателно. Привличаш се към един музикант, той ти предава нещо от себе си. Дойде един любящ човек при тебе, предава ти нещо от себе си. Дойде един разумен човек, предава ти нещо от себе си. Всеки човек ти предава от онова, което има. Едно растение ти предава от онова, което има. Всичко в природата е проводник на Божествените благословения. Който знае да приема, ще се ползва; който не знае да приема, няма да се ползва.“*

## ПОСЛЕСЛОВ

Емоционалната интелигентност не е самостоятелно изграден, автономно съществуващ профил в човешката духовна същност. Така както клетките на мускулите, на костите и на кръвта, изграждат единното цяло на човешкият организъм, по същият начин умствената и емоционалната интелигентност със своята взаимна обвързаност, създават единното цяло наречено Духовна култура. Нейната силна творческа енергия е резултат от активността на въплътеното Знание съществуващо в духовното пространство под наименованието Добродетели.

Всички известни на човечеството добродетели имат своята непреходна стойност и значимост за съществуването и развитието на Живота. Сега, обаче в духовното пространство на нашето съвремие е отворена голяма пропаст поради липсващите в човешкото общуване основополагащи добродетели: Любов, Мъдрост и Човеколюбие. Последната добродетел, Човеколюбието събира в своята семантична стойност интелигентността и знанието на предходните две: Любов и Мъдрост. Човеколюбието не може да съществува, то няма как да изгради, няма как да прояви своята същност без Любов и Мъдрост.

Какво трябва да проумее съвременният човек? Една голяма Истина: Човеколюбието е призвано да създава и утвърждава Новата култура на Живота. Новосъздадените човешки взаимоотношения, ако действително са изградени върху основата на човеколюбието, би трябвало да създадат Новата планетарна култура. Без нея няма развитие за Живота и за Сътворението в неговата цялост.

Как да се разбира, или как да се възприема понятието „планетарна култура“?

Тук вече трябва да приемем с пълна убеденост изключителната роля на психическата енергия. Това е енергията, която излъчват в Пространството човешките мисли и чувства. Тя е много активна и в зависимост от информацията, на която е носител, тази енергия приема конкретна енергийно-информационна стойност. Стойността се определя от идейното съдържание на съществуващата в пространството информация. Идейното съдържание създава енергийните пояси, които опасват планетата. Те участват в строежа на ноосферата. Различието в идейното им съдържание е причина те да заемат една или друга позиция в активността на Космическата енергия.

Психическата енергия, излъчена от човешките мисли и чувства, поради фината структура на своя строеж, търси възможност за приобщаване към енергията на Вселенското енергийно-информационно поле. Но там активно работи съзидателната творческа енергия на Любовта на Твореца – Създател на Сътворението. Когато идейното съдържание на психическата енергия създадена от човешката емоционално-умствена активност се различава от тази на Твореца, тя не може да се приобщи към творческите сили на Сътворението. Така се стига до наслояване на „тъмна“, разрушителна по своето съдържание енергийна обвивка на планетата. Тоест, човешката умствена дейност, силната емоционална проява на гняв, ярост и злоба стават причина за замърсяване на ноосферата. Липсата на благородни човешки взаимоотношения, лишава пространството от нова съзидателна енергия – Енергията на Любовта. Всичко това има връзка със създаването и развитието на планетарната култура.



В своята лекция „Физически, духовни и умствени нужди”, Учителят по най-достъпен начин е обяснил сложността на мисловния процес и благородната сила на връзката между човешкият ум и Висшият Разум.

*” Сега да направя една аналогия. Главата – това е слънцето; сърцето – това е земята; тялото е месечината. Това са аналогии сега. Значи ако ти не мислиш добре в себе си, ако твоята глава не изпраща тази енергия към земята ти, към твоето сърце, тогава ще се намериш в противоречие със себе си, ще имаш някъде недоимък.*

*Сега ще преведем фактите. Бог е слънцето в живота и ти по отношение на Бога си една земя – очакваш да възприемеш Божествената сила. Ако в тебе се зародят лоши мисли и желания, знаете ли какво ще стане? От лошите мисли и желания ще се повдигнат тия изпарения, ще затворят твоето слънце и ти няма да възприемаш онази светлина, която е potrebна за възпроизвеждане на растителното царство и за животните. Ще се намериш или в голяма влага, или в голяма сухота, или в облачност – и никога няма да виждаш това слънце.”*

За всеки непреднамерен читател, този пример би трябвало да хвърли светлина по отношение на нивото на неговата лична емоционална интелигентност. С какво ни помага Учителят в случая? С примера за нашата емоционална нестабилност и последствията от този факт. „Лошите мисли”, които създават „изпаренията” са резултат от нашето неразбиране на живота или от липсата на себепознание. Когато не познаваме себе си, т.е. когато нямаме своята лична оценка за собствения си интелектуален потенциал или за способностите на своя ум, ние допускаме грешки като подценяваме себе си и със своята неадекватност ограничаваме възможностите си за ползотворно активно участие в Живота. Лишаваме се от Божията сила, затваряме своето слънце, както казва Учителя. Така или губим нашата връзка с универсалната жизнена енергия в Пространството, или нанасяме вреда на енергийно-информационното поле на Вселената – най-сигурният източник на Живот и Знание.

*Ако се ръководим в живота си от разбирането за напълно естествената връзка между човешкият ум и Висшият разум, ще работим без проблем в чистата енергийна среда, която постига всеки добронамерен човек. Самият факт, че човешкият ум е спокоен и уверен, че може винаги да общува с Висшите Сили на Съзиданието, му дава предимството да черпи знание и енергия от това общуване. „Казвам: когато вашите желания са чрезмерни, образуват се големи изпарения. Всичките хора, които са недоволни, имат големи изпарения. Недоволен си от живота – големи изпарения имаш. Следователно част от тази влага в твой духовен свят трябва да се превърне на дъжд, непременно да се очисти небето. Нужно е да имаш чисти очи на сърцето, т.е. една мисъл, която трябва да ти покаже пътя, по който трябва да вървиш.”*

Какво следва от тук нататък? В Мъдростта си тази заръка е ценно напътствие за добродетелен, нравствен в своята същност живот. Не може това да се постигне без участието на разум, дух и сърце! Няма как да се получи! Затова основният стремеж на всеки човек, независимо от неговата възраст и пол, би трябвало да стои в желанието за добродетелен живот. Нравствената основа на живота може да бъде създадена само с помощта на добродетелите. Знанието, което е вложено в тях дава първите напътствия и стабилната подкрепа в развитието и утвърждаването на умствената и емоционалната интелигентност, или както казва Учителя в една от своите лекции: „Щом чувстваш както трябва,

*щом любиш както трябва, в духовния свят всички светии се вслушват в песента на човешкото сърце.”*

## ПРИЛОЖЕНИЕ

( из „Физиология на духовната култура”)

Емоционалната интелигентност не е само външно проявената сдържаност – външното поведение, което оставя добро впечатление у събеседника или в обществото. Емоционалната интелигентност е резултат от съхраненото знание, придобито чрез участието на човешката психика в разрешаването на жизнено важни проблеми от ежедневието. И не само: културата на умствената дейност и на мисловния процес създават емоционалната интелигентност. Трябва, обаче, да се знае, че до тази култура можем да стигнем, само ако стъпим върху добре организирана нравствена основа.

Кога говорим за култура на мисловния процес? За да си отговорим правилно на въпроса, трябва да знаем как възниква мисловният процес. Той се свързва съвсем пряко със състоянието на психиката и чистотата на ума. Състоянието на психиката е важно за нас, защото определя нивото и качеството на емоционалния статус на личността.

Емоционалният статус на личността се формира в резултат на способността на човешкия ум да възприема и обработва информацията, която произвежда или която създава човешката психика.

Човешката психика произвежда информация непрекъснато, защото всяка секунда тя възприема усещания, които създават условия за различни възприятия, а те стават причина за желаниа, които поражда чувства. Чувството е език на психиката. Чрез него тя говори. Това, което психиката казва, се възприема от ума. В зависимост от това доколко и как той е възприел чувството, доколко го е задържал и как го е употребил, говорим за емоционален статус на личността. Емоционалният статус не е просто състояние и не бива да го възприемаме като определеното количество емоционален багаж, съхранено в ума. Трябва винаги да се има предвид и нещо друго. Няма, не съществува абсолютно чиста мисъл – мисъл, лишена макар и от минимално присъствие на някакво чувство. Пораждането на мисъл тръгва от потребността за участие на ума в жизнената дейност на човека, но импулсът винаги идва от чувството. И ето как се оформя мисловният процес: първо възниква желанието; то създава потребност от действия, с което поражда чувство; умът възприема чувството, за да създаде действията.

Действията съществуват на три нива: виртуално, духовно и ниво на живото проявление, което ние познаваме като действие. То може да бъде емоционално или рационално проявено в зависимост от способността на ума да възприема и обработва създадената от психиката информация.

На виртуално ниво се заражда Идеята за действие и в този смисъл казваме, че действието съществува като вероятност или като допустима възможност.

На духовно ниво Идеята добива потенциалната сила на действието. Умът я забелязва и се запознава с нея. Във времето на запознанството се извършват онези взаимодействия между психиката и ума, които служат за трансформацията на желанията и ги превръщат в стремеж за действие.

Нивото на живото проявление е нивото на реалните действия. На това ниво Идеята е получила своето пълно проявление. От възможност тя се е превърнала в стремеж, за да получи живот чрез конкретно действие.

Да обобщим: на виртуално ниво имаме вероятност или допустима възможност за действие; на духовно ниво имаме стремеж за действие, а в реалния свят, където е нивото на живото проявление, стремежът вече се е превърнал в конкретно действие.

Културата на мисловния процес се проявява в последователността на тези три нива на съществуване на действията.

Културата на умствената дейност се проявява във времето, когато умът възприема, обработва чувството и предприема конкретно действие.

Умствената дейност и мисловният процес са проявления на един и същи субект – ума. Умствената дейност не може да съществува без мисловния процес. Той е форма на умствена дейност, но тя отразява само движението на мисълта. Все още нямаме реализация на конкретно действие.

Когато се постигне пълна реализация на действието, вече говорим за умствена активност. Защо? Защото умът е осъществил пълната организация, необходима за проявлението на Идеята. Когато е налице конкретно действие, ние ще знаем, че определена Идея вече е факт, тя е реално Съществуващо. Идеята е първична форма за проявление на Съществуващото. Съществуващо е всичко видимо или невидимо, добило своята реалност в резултат на конкретна работа на ума. И тук трябва да уточним, че за проявление на Съществуващото работи най-напред Висшият Разум и след него човешкият ум. Последователността в организацията на проявлението винаги е една и съща. Разликата идва от качеството на умствената дейност и от степента на проявление на съответните умствени способности.

За нас е важно да знаем, че проекцията за всяка градивна Идея съществува в Божествения свят; нейното усвояване става в Духовния свят, а проявлението се извършва във Физическия свят. В рамките на човешкия живот Божественият свят съответства на виртуалното ниво за проявление на Идеята; Духовният свят е духовното ниво, до което е достигнал човешкият ум в своето развитие, а нивото на живото проявление се определя от условията във Физическия свят.

Според начина, по който в човешкия живот се реализира действието, определяме вече нивото на емоционалната интелигентност на личността. Не можем да говорим правилно за духовна култура, ако не вземем предвид процесите, чрез които се създава емоционалната интелигентност.

Красивият и благороден емоционален свят стои в основата на Духовната култура.

*"Всеки човек има инструмент – сърцето, на което свири. Сърцето е Божествен инструмент на човека. Струните са мислите. Нагласете струните, нагласете мислите си добре с разумната воля – свирете и пейте. Музиката е необходима за съзнанието и за душата на човека. Тя разширява съзнанието, повдига духа, облагородява душата и помага на мисълта."*