

*Peter Deunov*

# **ESENȚE ALE MEDITAȚIEI**

## **ȘTIINȚA OCULTĂ**

### **Sensul vieții**

Unii cred că viața nu are sens, dar, dimpotrivă, au dreptate cei care descoperă în fiecare clipă sensul sacru al existenței.

Noua învățătură nu admite neliniștea sau angoasa.

Frumusețea vieții constă tocmai în faptul că omul își păstrează liniștea interioară chiar atunci când toate împrejurările par că ți sunt contrare.

### **Bogăția interioară**

Ca discipoli, trebuie să vă păstrați bogăția interioară. Fiecare om este expus tentațiilor, încercărilor al căror singur țel este să-l epuizeze, să-l sărăcească. Pentru a-și menține bogăția interioară, omul duce numeroase lupte interioare.

Simțim cu toții că ne pândește ceva! Acest tip de spionaj există pretutindeni în natură; vulpea pândește găina, lupul – oaia, hoțul, pe cel bogat, judecătorul, pe răufăcător...

Știind aceasta, treziți-vă conștiința; această calitate este numai a celui care păstrează cu sfințenie legătura cu Sursa Primară a tuturor lucrurilor.

Acesta are mereu încredere în latura divină din el, căreia îi deschide calea pentru a se putea manifesta.

### **Lupta regală și puterea iubirii**

Omul are datoria de a se întări pentru a rezista atacurilor forțelor obscure.

Ființa spirituală se servește de iubire ca metodă de luptă.

Dragostea este o forță foarte puternică. Este suficient să încercuiască pe cineva pentru a-l învinge.

Dacă este încercuit de dragoste, până și cel mai mare răufăcător bate în retragere, își predă armele și îl urmează pe învingător. Dar chiar și în această situație trebuie să rămânem vigilenți pentru a ne feri de perfidiile forțelor obscure.

## **Viața morală, sursă a frumuseții**

Sarcina discipolului este să fie frumos. Lucrând în mod conștient asupra lui însuși, dobândește o frumusețe interioară care atrage atenția, la fel cum o femeie tânără și frumoasă trezește interesul bărbaților.

Ce determină apariția frumuseții interioare? Viața morală. Prin cuvintele „viață morală” înțelegem viața adevărată, pozitivă, în care Principiul Divin dobândește supremația asupra celui omenesc. Natura este generoasă cu ființele frumoase și morale; le primește în sălașurile sale și le răsplătește din belșug. Persoanelor urâte și amurale le închide porțile și nu le dă decât puține lucruri.

## **Forța binelui**

Râdeți din toată inima! Râsul îmblânzește trăsăturile. Fiți călăuzitorii binecuvântării divine; dacă nu îi deschideți porțile sufletului, veți fi răspunzători. Spuneți-i o vorbă bună celui pe care-l întâlniți; asigurați-vă că problemele lui se rezolvă și atunci și ale voastre se vor rezolva de la sine. În momentul în care îi dorim cuiva binele, acesta ne este dat și nouă; este o lege care nu cunoaște excepții, căci în binecuvântarea pe care o primește celălalt există o parte care ne va reveni.

## **Misiunea omului pe pământ**

Misiunea omului pe pământ nu constă în strângerea banilor, ci în aplicarea adevărului, dreptății, virtuților. Dumnezeu nu v-a trimis aici pentru a acumula bogății. A

gândi că fericirea constă în posesia bunurilor materiale este o iluzie de care trebuie să vă eliberați.

## **Odihna și regăsirea rădăcinilor**

În fiecare zi rezervați câteva minute meditației și odihnei trupului. Îndreptați-vă gândurile spre persoanele înțelepte care duc o viață cu adevărat echilibrată și spre ființele superioare. Eliberați-vă de orice grijă și neliniște și spuneți-vă: „Îi mulțumesc lui Dumnezeu pentru tot ce mi-a dat.”

Ființa omenească trebuie să se concentreze asupra ei înșiși pentru a se putea ridica deasupra aspectelor obișnuite ale vieții.

## **Cinstea**

Cinstul își plătește datoriile și își îndeplinește obligațiile. Există o lege în lumea spirituală conform căreia dacă datorezi zece milioane de franci, lumea invizibilă este gata să îți plătească datoria, dar dacă aceasta este în valoare de cincizeci de franci, trebuie să ți-o plătești singur. Lumea invizibilă iartă greșelile mari, dar niciodată pe cele mărunte!

## **Puterea cuvântului**

Ați gândit poate că nu are importanță maniera în care roștiți un cuvânt. Ucenicul care a luat-o cu bună știință pe calea evoluției trebuie să se străduiască să pronunțe cuvintele în așa fel încât să producă asupra celui care ascultă senzația unui ordin superior. Puteți provoca suferință sau bucurie, bună sau proastă dispoziției persoanei căreia îi vorbiți nu numai prin sensul cuvântului, dar și prin sentimentul care îl însoțește. Și chiar prin calitatea sentimentului cu care vorbiți. Oamenii se pot îmbolnăvi sau se pot vindeca în urma unei discuții.

## **Boli și remedii**

Somnul sub cerul liber ameliorează sănătatea, aceasta, bineînțeles, atunci când este cald.

Când sunteți triști sau prost dispuși, ieșiți la aer în loc să stați închiși în cameră. Nu rezolvați nimic dacă vă închideți în casă zile de-a rândul. Numai când vă rugați puteți sta în casă.

Să nu vă temeți de boli și de suferințe; ele apar pentru a vă învăța ceva, pentru a vă îmbogăți cu anumite experiențe, pentru a vă căli și a vă întări. După ce le veți depăși veți fi mai puternici. Oamenii consideră boala o calamitate, dar ea, dimpotrivă, este un privilegiu pentru cel treaz.

Mulți se plâng de reumatism sau de alte infirmități. Acestea sunt rezultatul substanțelor străine acumulate în organism.

Vasele sanguine își pierd elasticitatea și se instalează ateroscleroza, care apare mai ales la persoanele în vârstă. Depozitele dăunătoare trebuie eliminate și pentru aceasta nu trebuie să mâncăm peste măsură de mult. Apa caldă, după ce a fost fiartă, băută dimineața pe nemâncate și în cursul zilei, ajută la dizolvarea depozitelor acumulate și la eliminarea lor;

mai mult, apa caldă provoacă transpirația care contribuie la eliminarea toxinelor.

După fiecare boală impulsul vital pătrunde din nou în organism și îl reînnoiește.

Căldura vieții curge din exterior spre interior.

Dacă cineva vă transmite un gând negativ, descurajant, și vă lăsați influențat de el, imediat se produce o întrerupere a curenților de căldură ce emană din viață. Dar dacă un gând încurajator vă pătrunde în suflet, râurile vieții încep să curgă din nou în voi.

Bolile îl îmblânzesc pe om. Persoanele care au fost de mai multe ori bolnave devin mai delicate și mai nobile. Nu mă refer la bolile nervoase, psihice, care sunt de altă natură și nu au o origine organică. Acestea, în loc să-l înnobileze pe om, îl fac crud. Fiecare gând sau sentiment negativ provoacă zdruncinături, explozii de un tip aparte în celule, care se repercutează asupra întregului organism. Un anumit gând negativ va exploda mai devreme sau mai

târziu, iar noi ne vom întreba care este cauza acestei explozii. Aceasta înseamnă că respectivul gând a acționat vreme îndelungată în interiorul persoanei respective; a călătorit până a găsit o ieșire, dar, ieșind, a provocat ruptura unui anumit nerv sau a unui vas de sânge. Ignorând forța gândurilor negative, omul nu încearcă să afle care este cauza bolilor. Fiecare gând negativ este o otravă, o bombă pentru organism, în timp ce gândul limpede, pozitiv, este binefăcător și creator.

Știind acestea, trebuie să ne ferim de tot ceea ce este deprimant și negativ.

Câteodată puteți simți o indispoziție prin contaminare, după ce i-ați făcut o vizită unui bolnav care se gândește intens la starea sa. Dacă sunteți sensibil și nu ați luat măsuri să vă protejați din punct de vedere mental, riscați să resimțiți aceeași suferință cu a celui în preajma căruia v-ați aflat.

Pentru a vă elibera de această senzație trebuie să vă spuneți: „N-am nimic, nu sunt decât gândurile bolnavului care se reflectă asupra mea!” De asemenea puteți să resimțiți dispoziția cuiva cu care v-ați aflat în contact o vreme.

Oamenii societății viitoare vor avea trupuri mai frumoase, mai bine proporționate și mai rezistente, fiind în același timp mai sensibili.