

# ПИЙС ПИЛГРИМ

BULGARIAN

ЛЪ

КЪМ ВЪТРЕШНИЯ

МММР

Пиѹс Пилгрим

ПЪТ КЪМ  
ВЪТРЕШНИЯ МИР

**ISBN 954 - 555 - 001 - 5**

Пийс Пилгрим



ПЪТ КЪМ  
ВЪТРЕШНИЯ МИР

Основни принципи за  
хармонията в човешкия живот

Превел от английски  
ТОДОР ЗАХАРИЕВ

Издателство  
„ХЕРМЕС - 7“  
София, 1994

**Тази книга е едно ярко послание  
към всички хора да запазят мира на  
Земята и да напреднат по пътя на  
духовното израстване**

*Посвещава се на светлата памет  
на жената, която не се умори да даря-  
ва Любов и да проповядва Разум*

© Пийс Пилгрим, автор

© Издателство „Хермес - 7“, София, 1994



## ПЪТ КЪМ ВЪТРЕШНИЯ МИР

Когато бях млада, открих две важни неща. Първо, видях, че изкарването на пари е лесно. И второ, разбрах, че печеленето на пари и безразсъдното им харчене е абсолютно безсмислено. Знаех, че не съм тук за това, но по онова време (това бе преди много години) не знаех точно заради какво съм тук. Много усилено се стремях да открия как да придам смисъл на живота и след като веднъж вървях цяла нощ през гората, достигнах до една, както сега ясно схващам, психологически много важна повратна точка. Почувствах пълна готовност да отдам живота си без никакви резерви на другите. Повярвайте,

това е такъв момент, след който няма отстъпване назад. След това никога вече не може да се върнете обратно към напълно егоцентричния начин на живот.

Така преминах към втория етап от своя живот. Започнах да живея, за да *давам* това, което мога, вместо да *вземам* онова, което мога. Така навлязох в един нов и прекрасен свят. Животът ми започна да придобива смисъл. Бях благословена с добро здраве. Оттогава не съм имала нито главоболия, нито настинки. (Повечето болести са причинени психологически.) Оттогава досега аз зная, че животът ми ще е посветен на работа за мира и че това ще включва всичко – мира между народите, мира между отделните групи, мира между хората и много, много важния вътрешен мир. Има голяма разлика обаче между желанието да отгадеш живота си и действителното отдаване, а в моя случай между тях имаше петнадесет години подготовка и вътрешно търсене.

През този период се запознах с това, което психолозите наричат *Его* и *Съвест*. Започнах да разбирам, че имаме като че ли два аза, две натури, две воли с два специфични светогледа. Тъй като гледищата бяха до такава степен различни, в живота си почувствах един конфликт между двата аза с характерните им светогледи. Имаше и хълмове, и долини (превратности – *Бел. прев.*) – много хълмове и долини. И тъкмо тогава, в разгара на тази борба дойде едно прекрасно върхово преживяване и за първи път разбрах какво означава вътрешен мир. Почувствах единство – единство с всички хора, единство с цялото творение. Оттогава Всъщност не съм се чувствала отделена. Отново и отново можех да се връщам към този прекрасен връх и оставах все по-дълго време, като само понякога се изплъзвах оттам за малко. И тогава дойде една прекрасна сутрин, в която се събудих и разбрах, че никога отново няма да се наложи да се спус-



кам надолу към долината. Знаех, че за мен борбата бе вече завършила и най-сетне бях успяла да отдам живота си и да постигна вътрешен мир. Това е момент, след който вече няма отстъпване назад. Никога вече няма да се върнете към борбата. Конфликтът е приключил вече, защото сте *склонни* да правите това, което е необходимо, без никой да Ви принуждава.

Движението напред обаче не е приключило. Голямо подобрене настъпи и в този трети етап от живота ми, но това е все едно, че централната фигура от пъзъла (картина-игра, която се нарежда от отделни изрязани парченца – Бел. прев.) на Вашия живот е вече сглобена, ясна и непроменяща се и по краищата останалите парченца попадат на местата си. Винаги има разширение по краищата, но прогресът е хармоничен. Съществува усещането, че винаги сте заобиколени от всички хубави неща, като любов, мир и радост. Това изглежда като едно пред-

пазно обкръжение и Вътре В него има една непоклатимост, която може да Ви помогне да преминете през Всякаква ситуация, В която може да попаднете.

Хората могат да Ви гледат и да смятат, че сте изправени пред големи проблеми, но винаги са налице Вътрешните резерви, с които лесно се преодоляват затрудненията. Нищо не изглежда трудно. Има едно спокойствие, тишина и неприбързаност – вече без напъни и пресилване за каквото и да е. Животът е запълнен и хубав, но никога повече не е претрупан. Това е нещо много важно, което успях да науча: ако животът Ви е В хармония със Схемата на Живота и ако спазвате законите, управляващи тази Вселена, тогава той ще е запълнен, но не е препълнен. А ако е претрупан, значи извършвате повече, отколкото е правилно за Вас, повече, отколкото Ви е отредено В общата схема на нещата.

Това е живот, посветен на даване,

Вместо на получаване. Като се съсредоточите върху даването, откривате, че точно както не можете да получавате, без да давате, по същия начин не може и да давате, без да получавате – дори и най-прекрасните неща, като например здравето, радостта и вътрешният мир. Имате усещане за *безкрайна енергия* – тя просто никога не се изчерпва; изглежда безконечна като въздуха. Като че ли сте се включили към източника на енергия на Вселената.

Вече вие сте този, който контролира живота си. Нали разбирате, егото никога не ръководи. То е управлявано от желанията за удобство и доволство от страна на тялото, изискванията на ума и изблиците на емоциите. Но по-висшата същност контролира тялото, ума и емоциите. Аз мога да нареда на тялото си: „Легни там на циментовия под и заспивай“, и то изпълнява. Мога да кажа на ума си: „Спри всичко останало и се съсредоточи върху работата пред теб“, и той ме

слуша. Мога да заповядам на емоциите си: „Усмирете се, дори и в тази ужасна ситуация“, и те се успокояват. Това е един различен начин на живот. Философът Торо е писал: *„Ако някой не върви в крак с другите, може би той чува друг барабанчик.“* И сега вие следвате друг барабанчик – по-висшата природа, вместо низшата.

Чак тогава, през 1953 г., се почувствах призована или насочена, или може би подтикната да започна поклонението си, посветено на мира в света – едно пътешествие, което се предприема по традиция. Според нея, поклонението е пътуване, което се извършва пеша и с вяра, искрено и като възможност за среща с хора. За тази цел съм облечена с туника, отпред на която пише „Пиѝс Пилгрим“\*.

Чувствам, че това е вече моето име – то

---

\* Пиѝс (Peace - англ.) - мир, покой, спокойствие; Пилгрим (Pilgrim - англ.) - поклонник, пътник

поставя ударението на моята мисия, а не на мен. А на гърба ѝ пише „25 000 мили\* пеша за мир“. Целта на тази туника е да установи контакт с хората. Непрестанно, докато вървя по пътищата и през градовете, те идват при мен и аз имам възможност да им говоря за мира.

Извървяла съм 25 000 мили без нито един цент. Притежавам само това, с което съм облечена и което нося в малките си джобове. Не участвам в никакви организации. Казала съм, че ще вървя, докато не ми се предложи подслон, и ще вървя, докато не ми се даде храна, и ще продължавам да обикалям, докато човечеството не се научи как да живее в мир. И мога да ви кажа съвсем искрено, че без никога да съм поускала каквото и да е, винаги ми е давано всичко необходимо за пътуването ми, което показва колко добри всъщност са хората.

С мен винаги нося своето послание за

---

\* 25 000 мили – около 40 000 километра

мир: *Това е пътят на мира: Преодолей злото с добро, лъжата с истина и омразата с любов.* Няма нищо ново в него освен практиката му. А прилагането му е необходимо не само в международен, а и в личностен план. Аз вярвам, че ситуацията в света е отражение на собствената ни незрялост. Ако бяхме зрели, хармонично развити хора, войната въобще не би била проблем, просто щеше да е невъзможна.

Всички можем да работим за мира. Можем да го правим точно там, където се намираме, вътре в себе си, понеже, колкото повече мир има в собственения ни живот, толкова повече можем да отразяваме навън. Аз всъщност смятам, че желанието ни да оцелеем ще ни тласне към един неспокоен световен мир, който, ако искаме да е траен, ще трябва да подкрепим с едно голямо вътрешно пробуждане. Считам, че с откриването на ядрената енергия навлязохме в нова епоха и тя изис-

ква едно ново Възраждане, което да ни издигне до по-високо ниво на разбиране, така че да съумеем да се справим с проблемите на съвремеността. И така, главният Въпрос, с който се занимавам, е мирът Вътре в нас като крачка към мира в света.

Сега, когато говоря за крачките към Вътрешния мир, говоря за тях обобщено, те не са фиксирани. Те могат да бъдат разширени, могат и да бъдат намалени. Това е просто начин за излагане на Въпроса, а важно е следното: крачките към Вътрешния мир не се предприемат по някакъв установен ред. *Първата крачка* за някой може да е *последна крачка* за друг. Така че направете тези стъпки, които Ви се струват най-лесни за самия Вас, и като изпълните няколко, ще Ви е по-лесно да направите и други. В това отношение наистина можем да си помагаме. Може би

никой от Вас няма да се почувства призван да тръгне да пътешества, а и аз не се опитвам да Ви подтиквам към това, но относно намирането на хармонията в нашия живот считам, че можем да споделяме. И подозирам, че като прочетете кои са стъпките към вътрешния мир, ще откриете, че вече сте направили някои от тях.

Първо бих искала да спомена някои от подготовките, от които се нуждаех. Първата е *правилното отношение към живота*. Това означава – не бягайте от живота! Спрете да бъдете повърхностни същества, които живеят само върху пяната на повърхността. Има милиони такива хора и те никога не откриват нищо, което действително има стойност. Бъдете готови да погледнете живота право в лицето и да се спуснете под повърхността, където се намират основните истини и реалности. Това е, което правим тук сега.



Пред Вас стои Въпросът за правилното отношение към проблемите, които животът поставя пред Вас. Ако можехте само да видите пълната картина, ако знаехте целия развой на нещата, щяхте да осъзнаете, че нито един проблем не идва при Вас, без зад него да има цел, свързана с живота Ви, който да не може да допринесе за вътрешния Ви растеж. Когато разберете това, ще приемете трудностите като прикрити възможности. Ако не посрещате проблемите, просто бихте се движили безцелно в живота и не бихте достигнали до вътрешен растеж. Решаването на затрудненията според най-висшето в нас е пътят за осъществяване. Колективните проблеми трябва да решаваме съвместно и не може да намери вътрешен покой този, който избягва извършването на своя дял при решаването на общите проблеми, като например световния мир и разоръжаването. Нека винаги заедно да премисляме тези въпроси,

заедно да ги обсъждаме и заедно да работим за тяхното разрешаване.

Втората подготовка е свързана с *хармонизирането на живота ни със законите, управляващи тази Вселена*. Сътворението обхваща не само световите и живите същества, но също така и законите, на които те се подчиняват. Приложими и във физическата, и в психологическата сфера, те определят човешкото поведение. Доколко животът ни ще е хармоничен, зависи от това, дали ще успеем да ги разберем и да го приведем в съгласие с тях. А когато не се съобразяваме с тези закони, си създаваме затруднения чрез нашето неподчинение. Самите ние сме най-лошите си врагове. Ако хармонията липсва поради невежество, ще страдаме донякъде; но ако *разбираме нещата* и пак не се съобразяваме с тях, тогава ще страдаме много. Приемам, че тези закони са добре известни и добре се приемат, остава само добре да се спазват.

И така се заех с един интересен план. *Да се придържам в живота си към всичките хубави неща, в които вярвам.* Не се заблудих да се захвана с всичко наведнъж, а вместо това, ако правех нещо, което знаех, че не трябва да правя, спирах и бързо се отказвах от него. Вижте, това е лесният начин. Постепенното отказване е бавно и трудно. И ако не правех нещо, което знаех, че трябва да правя, бързо се захващах с него. Доста време бе необходимо, за да може изпълнението да достигне до убежденията, но разбира се, това е възможно. Сега, ако вярвам в нещо, аз го правя. Иначе би било напълно безсмислено. И като живеех според най-висшата светлина в себе си, открих, че ми се дава и друга светлина и че се отварям за получаване на повече, когато живея според тази, която имах.

Тези закони са еднакви за всички ни и можем заедно да ги изучаваме и обсъждаме. Но има и трета подготовка, свързана

с нещо неповторимо за всеки човек, понеже всеки от нас има *специално място в Схемата на Живота*. Ако все още не ви е ясно кое е то, предлагам ви да се опитате да го откриете чрез възприемащо мълчание. Имах навика да вървя, възприемаща и безмълвна, сред красивата природа и така ми идваха прекрасни прозрения. Започвате да вършите своя дял в Схемата на Живота, като правите онези добри неща, към които сте привлечени, дори и те да са съвсем малки в началото. Даваме им приоритет над всички повърхностни неща, с които обикновено е претрупан човешкият живот.

Има такива, които знаят, но не изпълняват. Помня един ден, както си вървях по магистралата, една много хубава кола спря и човекът ми каза: „Колко е прекрасно, че следвате призванието си!“ „Определено смятам, че всеки трябва да прави това, което смята за правилно“ – му отвърнах аз.

Той започна да ми разказва какво го привлича и то бе хубаво. Много се ентусиазирах и предположих, че той се занимава с това. Казах му: „Това е прекрасно! Как се справяте?“ Той ми отговори: „А, не правя това. За такава работа не се плаща.“ Никога няма да забравя колко ужасно нещастен бе този човек. Но в този материалистичен век имаме толкова погрешни критерии, чрез които измерваме успеха. Оценяваме го посредством доларите и материалните неща. Но щастието и вътрешния мир не са в това направление. Ако вие знаете, но не правите, наистина сте много нещастни.

Има и четвърта подготовка и тя е *опростяването на живота*, за да могат вътрешното и външното благополучие, психическото и материалното благополучие в живота ви да бъдат в хармония. Това бе много лесно за мен. Точно след като посветих живота си на другите,

открих, че не мога да приема *повече* от това, от което се нуждая, докато други по света имат *по-малко*, отколкото им е необходимо. Това ме накара да приведа живота си до нивото на потребностите. Смятах, че това ще е трудно. Считам, че то ще предизвика много страдания, но се оказа, че съвсем не е така. Сега, когато притежавам само това, с което съм облечена и което е в гжобовете ми, не се чувствам лишена от нищо. За мен това, от което имам нужда, и това, което искам, са едно и също и не можете да ми дадете нищо, което не ми е необходимо.

Открих тази велика истина: ненужните притежания са ненужно бреме. С това не искам да кажа, че потребностите на всички ни са еднакви. Вашите може да са много по-големи от моите. Ако имате семейство например, ще ви е необходим семеен център за вашите деца. Но искам да кажа, че всичко над необходимото, а не-

обходимото включва понякога и неща извън физическите потребности, всичко над необходимото има склонност да стане обременяващо.

Има една огромна свобода в опростения живот и след като започнах да я усещам, открих хармонията в живота си между вътрешното и външното благополучие. Много може да се каже за тази хармония, не само за живота на отделния човек, но и за живота на обществото. Понеже като свят така сме се отдалечили от хармонията, толкова сме навлезли в материалното, че когато открием нещо от рода на ядрената енергия, сме способни да я поставим в бомби и да я използваме, за да убиваме хора. Това е, защото вътрешното ни благополучие изостава много от външното. Сериозните изследвания за бъдещето са свързани с *вътрешната* ни страна, с психологическата страна, така че да съумеем да

зи приведем в равновесие, за да знаем как да използваме добре външното благополучие, което вече имаме.

Тогава разбрах, че трябва да премина през някои пречиствания. Първото бе толкова просто: *пречистване на тялото*. Това е свързано с вашите навици. Храните ли се разумно, за да можете да живеете? Познавам хора, които живеят, за да ядат. И знаете ли кога да спрете да се храните? Това е нещо много важно, което трябва да се знае. Имате ли разумни навици за сън? Аз се старая да си лягам рано и да имам достатъчно време за сън. Получавате ли достатъчно свеж въздух, слънчева светлина, физически упражнения и контакт с природата? Може би ще сметнете, че хората ще започнат първо с работа в тази сфера, но практическият ми опит показва, че често тя е последна, защото това може да означава да отх-



Върлим някои от лошите си навици, а няма нищо, към което да се придържаме поупорито. Второто пречистване, на което трябва да се наблегне много, е *пречистването на мислите*. Ако осъзнавахте колко могъщи са Вашите мисли, никога нямаше да мислите отрицателно. Мислите могат да окажат силно влияние за доброто, ако са положителни, и са в състояние да Ви разболеят физически и настина го правят, когато са отрицателни.

Спомням си един 65-годишен мъж, който проявяваше симптоми на нещо, което изглеждаше като хронично физическо заболяване. Говорих с него и разбрах, че има някаква горчивина в живота му, въпреки че не можах да я открия веднага. Той се разбираше добре с жена си и с порасналите си вече деца, а също и със съседите си, но горчивината оставаше. Открих, че той хранеше лоши чувства към отдавна починалия си баща, защото той бе обра-

зовал брат му, а не него. Щом успя да се отърси от тях, тъй нареченото хронично заболяване започна да затихва и скоро съвсем изчезна.

Ако храните дори и най-лека злоба към някого или каквито и да е лоши чувства, трябва бързо да се освободите от тях. Те не вредят на никой друг, освен на вас самите. Казано е, че омразата наранява мразещия, а не мразения. Не е достатъчно да действате правилно и да говорите правилно, трябва и да *мислите* правилно, за да бъде хармоничен животът ви.

Третото пречистване е *пречистването на желанията*. Какво искате? Желаете ли нови грехи или забавления, или обзавеждане за дома, или нова кола? Можете да достигнете до единство на желанията си просто знаейки и вършейки своя дял в Схемата на Живота. Ако се замислите, има ли друго толкова важно нещо, което да желаете?

Има и още едно пречистване, и то е

*пречистването на подбудите.* Каквото и да правите – каква е подбудата Ви за това? Ако Всъщност е ненаситността или егоизъмът или пък самовъзхвалата, бих Ви казала: „*Не правете това.*“ Не правете нищо, което бихте сторили с такъв подтик. Но това не е лесно, тъй като сме склонни да действаме със смесени подбуди – и добри, и лоши, примесени заедно. Да вземем за пример един човек от света на бизнеса: той може да не е движан от най-висши мотиви, но съчетана с тях е грижата за семейството му и може би мисълта да направи някакво добро на околните. Смесени подбуди!

Вашата подбуда, ако желаете да намерите вътрешния мир, трябва да е насочена навън – да помагате на другите. Трябва да е даване, а не получаване. Познавах един човек, който беше добър архитект. Очевидно изборът му бе правилен, но подтикът му бе погрешен. Подбудата му бе да спечели много пари и да е

по-добре от другите. Така той си докара една болест и скоро след това се срещнахме. Успях да го убедя да започне да помага и на другите по малко. Говорих му за радостта, която човек изпитва, когато служи на другите, и знаех, че след като той направи това, никога повече няма да се върне към егоцентричния живот. Известно време след това си писахме. На третата година от моите обиколки преминах през града, в който той живееше, и едва го познах, когато се отбих да го видя. Той се бе променил толкова много! Но все още бе архитект. В момента работеше върху някакъв проект и започна да ми говори за него: „Виж, замислям го по този начин, за да се вмести във финансовите ми възможности, а след това там, на място, ще го разположа така, че да изглежда хубаво.“ Подбудата му бе да служи на хората, които търсеха неговото съдействие. Той бе лъчезарен и напълно преобразен. Съпругата му ми каза, че кли-

ентите му се били увеличили, защото вече идвали и хора отдалеч за проекти на къщи.

Срещала съм и някои хора, които трябваше да сменят работата си, за да могат да променят живота си, но много повече са онези, които просто трябваше да променят побудите си в посока служене, за да стане промяната.

И сега, последната част. Това са отказите. Щом направите първия отказ, намирате вътрешния мир, защото става дума за *отказа от своеволията*. Може да работите по този въпрос, като се въздържате от извършване на всяко нещо, което не е добро, към което сте потикнати, но същевременно не се потискате! Ако сте побудени да направите или кажете нещо лошо, винаги може да се сетите за нещо добро. Преднамерено се обръщате и използ-

Ваме същата енергия, за да направите или кажете добро. Това дава резултат!

Втори е *отказът от усещането за изолираност*. Ние се чувстваме отделени и преценяваме Всичко според Връзката му с нас, Все едно че сме център на Вселената. Дори след като разбираме добре нещата интелектуално, продължаваме да съдим за тях по този начин. В действителност, разбира се, Всички сме клетки в тялото на човечеството. Не сме изолирани от другите хора. Всичко е една цялост. Но само от по-висшата гледна точка можете да разберете какво означава да обичате съседа си, както обичате себе си. И оттам виждате, че има само един реалистичен начин за работа, и той е за Всеобщото добро. Докато действате само за користното малко аз, вие сте просто една клетка срещу Всичките останали и сте далеч от хармонията. Но щом започнете работа за общото добро, ще откриете, че сте в хармония с Ваши-

те събратя – другите човешки същества. Вижте, това е лесният, хармоничен начин на живот.

Има и трети отказ и той е *отказът от всички привързаности*. Материалните неща трябва да бъдат поставени на съответното им място. Те са направени, за да бъдат използвани. Няма нищо лошо в употребата им; нали са за това. Но когато вече са надживели ползата си, бъдете готови да ги оставите и може би, да ги предадете на някой, който има нужда от тях. Всяко нещо, от което не можете да се откажете, когато му е минало времето, ви завладява и в тази материалистична епоха притежанията ни всъщност притежават много от нас. Не сме свободни.

Има и друг тип чувство за собственост. *Не притежавате никое друго човешко същество*, без значение колко близка е връзката ви с него. Никой съпруг не притежава съпругата си; никоя съпруга

не притежава съпруга си; никои родители не притежават децата си. Когато смятаме, че те са наши, сме склонни да командваме живота им вместо тях и от това произлиза крайно нехармонична ситуация. Само когато осъзнаем, че не ги притежаваме, че те трябва да живеят според собствените си вътрешни побуди, спираме с опитите да направляваме живота им и откриваме, че можем да живеем в хармония с тях.

И последно: *отказ от всички отрицателни чувства*. Искам да се спра само на едно от тях, което засяга и най-добрите хора, и то е *тревогата*. Не става дума за *грижите*, които биха ви накарали да направите всичко възможно в дадени ситуации. Тревогата е безсмисленото премисляне отново и отново на неща, които не можем да променим. Ще споделя с вас един похват. Рядко се тревожим за настоящия момент; обикновено всичко е наред. Ако се безпокоите, агониите ви са свързани



с миналото, което е трябвало отдавна да забравите, или се притеснявате за бъдещето, което все още не е дошло. Склонни сме да се плъзгаме по повърхността и да отминаваме настоящето. Тъй като то е единственият момент, в който живеем, и ако не го изживеем, въобще няма да достигнем до живота. А ако успеете да бъдете в настоящето, няма да имате склонност към тревоги. За мен всеки момент е нова възможност да помагам на някой.

Ето и една последна бележка относно отрицателните чувства, която Веднъж ми помогна много и е помагала и на други. Нищо и никой отвън не може да ме нарани вътрешно, психологически. Разбрах, че мога да бъда наранена психически само от собствените си неправилни действия, които мога да контролирам; от погрешните си реакции – те са малко по-сложни, но и тях владеея; или от бездействието си в някои ситуации, като например се-

гашното положение в света, което изисква действия от моя страна. Когато разбрах това, се почувствах толкова свободна! И спрях да вредя сама на себе си. Сега някой може да се държи по най-лошия възможен начин с мен и аз ще чувствам дълбоко състрадание към този нехармоничен човек, този психически болен човек, който е способен да постъпва така. Със сигурност няма да нараня себе си, като реагирам погрешно и дам път на гнева и злобата. Имате пълен контрол над това, дали ще бъдете наранен психически, или не, и когато поискате, можете да спрете да си причинявате болка.

Това са стъпките към вътрешния мир, които исках да споделя с вас. В тях няма нищо ново. Това е универсална истина. Просто говорих за тях със собствените си обикновени думи, според личния си опит с тях. Законите, които управляват Вселената, действат за доброто, щом им се подчиняваме, а всичко, което им проти-

Воречи, не се задържа за дълго. В самото себе си то съдържа семената на своето разрушение. Доброто във всеки човешки живот винаги ни дава възможност да се съобразяваме с тези закони. Притежаваме свободна воля в това отношение и затова, кога ще се подчиним и ще намерим хармонията и вътре в себе си, и в света около нас, зависи от самите нас.

(От разговор по радио „КПФК“ в Лос Анжелис)



## ОБОБЩЕНИЕ

### – ЧЕТИРИ ПОДГОТОВКИ –

*1. Имайте правилно отношение към живота.*

Спрете да бягате от живота или да живеете на повърхността му, тъй като това може само да причини дисхармония във вас. Посрещнете го прямо и се спуснете под пяната на повърхността, за да откриете основните истини и реалности. Разрешете трудностите, които Той поставя пред вас, и ще разберете, че това допринася за вътрешния ви растеж. Помагането при решаването на колектив-

ните проблеми също спомага за развитието Ви и те не бива да се отбягват.

*2. Живейте според доброто, в което вярвате.*

Законите, определящи поведението на хората, важат толкова непоклонимо, колкото законът за гравитацията. Спазването на тези закони Ви доближава до хармонията; незачитането им – към дисхармонията. Понеже много от тях са общоизвестни, можете да започнете с прилагането на добрите неща, в които вярвате. Никой живот не би могъл да е в хармония, освен ако убежденията и делата не са в съгласие.

*3. Намерете мястото си в Схемата на Живота.*

Вие имате място в общия план. Какво е то, можете да откриете само вътре в себе си. Можете да го потърсите чрез

Възприемащо мълчание. Може да започнете, като правите Всички добри неща, към които чувствате Влечение, и им давате приоритет над Всички повърхностни неща, които обикновено запълват човешкия живот.

*4. Опростете живота си, за да бъдат Вътрешното и Външното благополучие В хармония.*

Ненужните притежания са ненужен товар. Много често животът е претрупан не само от ненужни Вещи, но също и с безсмислени дейности. Претовареният живот е нехармоничен и изисква опростяване. Желанията и потребностите могат да бъдат еднакви и когато това се постигне, има усещане за хармония между Вътрешното и Външното благополучие. Тя е необходима не само в индивидуалния живот, но също така и в колективния.

## – ЧЕТИРИ ПРЕЧИСТВАНИЯ –

### *1. Пречистване на телесния храм.*

Освободили ли сте се от лошите навици? В храненето наблягате ли на животворните храни – плодовете, пълноценните зърнени храни, зеленчуците и ядките? Получавате ли достатъчно свеж въздух, слънчева светлина, упражнения и съприкосновения с природата? Ако отговорите Ви на тези въпроси са „да“, сте направили доста за пречистването на телесния храм.

### *2. Пречистване на мислите.*

Не е достатъчно само да действате правилно и да говорите правилно. Необходимо е също и да мислите правилно. Положителните мисли могат да оказват силно влияние за доброто. Отрицателните мисли са в състояние да Ви разболеят физически. Направете така, че отноше-

нията между Вас и който да е друг човек да не са неспокойни, защото само когато спрете да таите в себе си лоши мисли, ще можете да постигнете вътрешна хармония.

### *3. Пречистване на желанията.*

Тъй като вие сте тук, за да влезете в хармония със законите, които определят човешкото поведение, и с Вашия дял в общия план, желанията ви трябва да се съсредоточат в тази насока.

### *4. Пречистване на побудите.*

Явно е, че побудата ви не трябва да е ненаситността или егоизмът, или пък самовъзхвалата. Дори не бива да имате и користния подтик да постигнете вътрешно спокойствие за себе си. Да служите на другите хора, трябва да е побудата ви, за да може да бъде животът ви в хармония.



## – ЧЕТИРИ ОТКАЗА –

### *1. Отказ от своеволията.*

Вие имате, или по-скоро изглежда, че имате, *два аза*: по-низшият аз, който обикновено ви ръководи користно, и по-висшият аз, който е готов да ви използва божествено. Трябва да подчините по-низшата си страна, като се въздържате от недобрите действия, към които сте подтикнати, но не като ги потискате, а трансформирайки ги така, че по-висшият аз да може да поеме ръководството на живота ви.

### *2. Отказ от усещането за изолираност.*

Всички ние, разпръснати из целия свят, сме клетки в тялото на човечеството. Не сте отделени от другите хора, които са ваши събратя, и не можете да намерите хармония само за себе си. До нея

може да достигнете, когато осъзнаете единството на Всичко и заработите за доброто на Всички.

### *3. Отказ от привързаностите.*

Само когато се освободите от привързаностите, можете да станете наистина свободен. Материалните Вещи са тук, за да бъдат използвани, и ако не можете да се освободите от нещо, което вече е надживяло полезността си, то започва да Ви притежава. Можете да живеете в хармония с другите само когато не смятате, че ги притежавате, и не се опитвате да командвате живота им.

### *4. Отказ от Всички отрицателни чувства.*

Работете върху изоставянето на отрицателните чувства. Ако живеете в настоящето, което Всъщност е единственият момент, с който разполагате, ще

откриете, че не сте толкова податливи на тревогите. Ако осъзнаете, че онези, които извършват лоши дела, са психически болни, чувството ви на гняв ще се превърне в чувство на състрадание. Ако разберете, че всичките ви вътрешни наранявания са причинени от собствените ви неправилни действия или от собствените ви погрешни реакции, или от неподходящото ви бездействие, тогава вече ще спрете да си причинявате страдания.



## МИСЛИ

† Всички можем да прекараме живота си, вършейки добро. Всеки път, когато срещнете някой, кажете му нещо насърчително – добра дума, полезен съвет, израз на възхищение. Всеки път, когато отивате някъде, помислете за нещо хубаво, което да занесете там – уместен подарък, внимателно отношение, предложение за помощ.

† Има критерий, използвайки който, можете да прецените дали това, което вършите, и това, което мислите, е правилно за Вас. Той е: *Донесло ли Ви е то Вътрешен мир?* Ако не е, нещо не е наред – така

че продължавайте да търсите.

† Ако обичате хората достатъчно, и те ще откликнат любящо. Ако обидя някого, укорявам себе си, тъй като зная, че ако моето поведение бе подходящо, той нямаше да се засегне, въпреки че не е бил съгласен с мен. „Преди езикът да има право да говори, трябва първо за загуби способността си да наранява.“

† На тези, които се чувстват потиснати, бих казала: Опитайте се да се заобиколите с хубава музика и с прекрасни цветя. Постарайте се да прочетете и запомните вдъхновяващи мисли. Направете списък с Всички неща, за които трябва да сте благодарни. Ако има нещо добро, което винаги сте искали да направите, започнете го. Създайте си един съдържателен режим и го спазвайте.

† Въпреки че другите може да ви съжаля-

Вам, никога не съжалявайте самите себе си – това има пагубно въздействие върху духовното здраве. Приемете Всичките си проблеми, без значение колко трудни са те, като Възможности за духовен растеж и ги използвайте максимално.

† От Всичко, което четете, и от Всеки, с когото се срещате, вземете това, което е добро – което Вашият „Вътрешен Водач“ Ви казва, че е подходящо за Вас – и оставете останалото. Когато търсите напътствия или истината, много по-добре е да се обърнете към Извора, чрез собствения Ви „Вътрешен Водач“ отколкото към хора и към книги. Книгите и хората могат само да Ви вдъхновят. Но ако те не събудят нещо във Вас, нищо ценно няма да е постигнато.

† Никой, който все още е привързан към материалните неща, към местата или към хората, не е истински свободен. Трябва

да можем да използваме вещите, когато имаме нужда от тях, и след това да ги оставим, без да съжаляваме, когато те вече надживеят полезността си. Трябва да ценим и да се радваме на местата, където пребиваваме, но да продължим пътя си без съжаление, когато сме повикани другаде. Трябва да можем за живеем в добри отношения с хората, без да си мислим, че ги притежаваме и че трябва да направляваме живота им. Всичко, което се стремите да задържите в плен, ще държи вас в плен, а ако желаете свобода, трябва да давате свобода.

† Всички хора могат да работят за мира. Всеки път, когато внесете хармония в някоя размирна ситуация, вие допринасяте за Всеобщия мир. Доколкото носите мир в себе си, вие ще го излъчвате около себе си и в света около вас.

† Полученото отвън може да се сравни с

познанието. То води до Вярване, което рядко е достатъчно силно, за да побуди към действие. Това, което е потвърдено *Вътрешно*, след като е получено отвън, или това, което пряко се усеща *Вътрешно* (това е моят начин), може да се сравни с мъдростта. То води до *знание* и действието винаги го съпровожда.

† За духовното ни развитие често се изисква от нас да се преместваме на ново място и да приключваме с периоди от живота си, докато вече не сме привързани към нищо материално и можем да общуваме Всички хора, без да се привързваме към тях.

† Не можете да напуснете която и да е ситуация без духовно нараняване, освен ако не си отидете с любов.

† Ако желаете да учите хората, млади или стари, трябва да започнете оттам, къ-



дето те се намират – от тяхното ниво на разбиране. Ако Виждате, че те вече са Ви изпреварили, нека те Ви учат. Тъй както стъпките към духовното развитие се правят по толкова разнообразни начини, повечето от нас можем взаимно да се обучаваме.

† Може да се сложи край на физическото насилие и преди да се научим да обичаме, но психологическото насилие не може да приключи, преди да сторим това. Чрез юридическите закони може да се достигне само до външен мир. А пътят към вътрешния мир е чрез любовта.

† Съсредоточете се върху даването, за да успеете да се отворите за получаването. Съсредоточете се върху живеене според наличната във Вас светлина, така че да можете да се отворите за повече светлина.

† Понякога проблемите с тялото идват, за да ви покажат, че то е просто една временна греха – действителна е неразрушимата същност, която активира тялото.

† След като откриете вътрешния мир, духовният растеж ще бъде хармоничен, понеже вие, вече направлявани от по-висшия аз, ще изпълнявате Божията Воля и няма да е необходимо да ви карат да сторите това.

† Нищо не заплашва онези, които извършват Божията Воля, а тя е мир и Вяра. А онези, които чувстват омраза и страх, не са в хармония с нея и е вероятно да имат затруднения.

† Всички трудности в живота ви са с някаква цел. Те ви направляват към Божията Воля.

† Винаги има път към доброто!

† Това, от което страдаме, е *незрялост*. Ако бяхме зрели хора, Войната не би била проблем – тогава тя би била невъзможна.

† Разбира се, че имам доверие в Закона на Любовта! Тъй като Вселената действа според този закон, как бих могла да се доверя на нещо друго?

† За Светлина отивам директно при Източника на Светлина, а не при някое от отраженията. И живеейки съобразно най-висшата Светлина в себе си, правя възможно идването на още Светлина. Не можете да объркате Светлината, идваща от Източника. Защото тя идва, придружена от *пълно разбиране*, така че можете да си я обясните и да я обсъждате.

† Осъждането на други хора няма да ви донесе никаква полза, а ще ви навреди

духовно. Ще постигнете нещо, което наистина си заслужава, само ако успеете да насърчите хората сами да се преценят.

† Никога не смятайте, че някое правилно вложено усилие е безполезно – *Всички* усилия в добра насока носят добри плодове, без значение дали забелязваме резултатите, или не. Просто се съсредоточете върху мислене, действие и живеене за мира и вдъхновяване на другите да правят това, като оставяте резултатите в Божиите ръце.

† Не можете да промените никой освен самия себе си. След като станете пример, може да вдъхновявате и другите да се променят.

† При конфликтни ситуации трябва да се стремите да измислите справедливо за всички засегнати разрешение, а не такова, което е изгодно само за вас. Само ре-

шението, задоволяващо всички, ще се окаже годно в последна сметка.

† Подбудите ви трябва да са добри, ако искате работата ви да е с добро въздействие.



## ОТ МОЯТА КОРЕСПОНДЕНЦИЯ

*Въпрос: Работите ли за прехраната си?*

*Отговор: Изкарвам прехраната си по необикновен начин. Давам онова, на което съм способна, чрез мисли, думи и дела на онези, до чийто живот се докосвам, и на цялото човечество. В замяна приемам онова, което те пожелаят да ми дадат, но не поисквам. Те са благословени от тяхното даване, а аз от моето.*

*В: Защо не приемате пари?*

*О: Защото говоря за духовната истина, а тя никога не бива да се продава. Тези, които я продават, навреждат на*

себе си духовно. Парите, които получавам по пощата, без да съм ги искала, не използвам за себе си; използвам ги за покриване на печатарските и пощенските разноски. Тези, които се опитват да си купят духовната истина, се стараят да я получат, преди да са достатъчно подготвени. В тази прекрасна и добре подредена Вселена те ще си я получат, когато им дойде Времето.

*В: Понякога не се ли чувствате самотна или обезсърчена, или уморена?*

О: Не. Когато живеете в непрестанно общение с Бог, не може да сте самотни. Когато виждате изпълнението на прекрасния Божии план и знаете, че всички добри усилия дават добри резултати, не може да се обезкуражите. Когато намерите вътрешния мир, се свързвате с извора на енергията на Вселената и не може да се уморите.

*В: Какво ще кажете за пенсионерите?*

О: При пенсиониране не трябва да слагаме точка на активността, а да променим заниманията, като по-пълно отдаваме живота си на служене. Следователно, това би трябвало да е най-прекрасният период от Вашия живот – когато сте пълноценно ангажирани и това Ви прави щастливи.

*В: Как мога да се почувствам по-близо до Бог?*

О: Бог е Любов и когато протягате ръка с любяща доброжелателност, Вие изразявате Бога. Бог е Истина и когато търсите истината, Вие търсите Бога. Бог е Красота и когато се докосвате до красотата на някое цвете или до залеза, Вие докосвате Бога. Бог е Разумът, който сътворява Всичко, поддържа го, свързва го заедно и му вдъхва живот. Да, бог е същността на Всичко. Така Бог е във Вас



и Вие сте в Бога – не можете да бъдете там, където Бог го няма. Той прониква навсякъде, това е законът му – и физически, и духовен. Ако не се съобразявате с него, ще бъдете нещастни, ще се чувствате отделни от Него. Подчинявайте му се и ще чувствате хармонията – ще усещате Неговата близост.

*В: Кои са добрите неща и как да запълня живота си с тях?*

О: Добрите неща са тези, които са полезни за вас и за другите. Можете да получите някакво вдъхновение отвън, но в края на краищата трябва вътрешно да разберете с кои добри неща желаете да запълните живота си. Тогава може да си направите програма за добър живот, такъв, какъвто смятате, че той би трябвало да бъде, и да живеете според нея. Тя може да включва нещо от полза за тялото, като разходки или упражнения. Или нещо стимулиращо интелекта – пример-

но някое съдържателно четиво. И нещо извисяващо емоциите, като хубавата музика. Но най-важно е да включите служене на другите, ако искате тази програма да Ви бъде полезна духовно.

*В: Когато пред мен се изпречи някакъв проблем, мога ли някак да си помогна интелектуално?*

О: Ако проблемът е свързан със здравето, задайте си въпроса: „Злоупотребявал ли съм с тялото си?“ Ако е психологически, запитайте се: „Бил ли съм толкова любящ, колкото Бог би искал да съм?“ А ако е от финансов характер: „Живял ли съм според гжоба си?“ Това, което правите в настоящето, създава Вашето бъдеще. Непрестанно, чрез мисълта си, вие сътворявате вътрешното си състояние и помагате в създаването на околната обстановка. Следователно, поддържайте мислите си положителни, мислете си за най-хубавото, което може да се случи, и

за хубавите неща, които искате да се сбъднат – мислете си за Бог!

*В: Как мога да започна да живея истински?*

О: Аз започнах да живея истински, когато започнах да разглеждам внимателно всяка ситуация и да мисля с какво бих могла да бъда полезна. Научих, че не трябва да натрапвам помощта си, но да съм готова и да имам желание за това. Често дори една нежна усмивка или ободряваща дума помага. Научих, че чрез даването получаваме истински ценните неща в живота си.

*В: Как може една обикновена домакиня и майка да намери това, което вие, изглежда, притежавате?*

О: Семейният човек (каквито са повечето хора) намира вътрешния мир по същия начин като мен, придържайте се към

Божиите закони, които са еднакви за всички ни – не само валидните в света на материята, но и духовните, които обуславят човешкото поведение. Можете да започнете, като прилагате всички добри неща, в които вярвате, както направих и аз самата. Открийте предвиденото за Вас място в божествения план, което е неповторимо за всяка човешка душа. Може да опитате да търсите във възприемащо мълчание, както сторих и аз. Семейството не е прерада за духовното израстване, а в някои случаи е предимство. Израстваме, като разрешаваме проблемите си, а животът в семейството ни дава много такива възможности. Когато навлезем в него, започва преходът ни от егоцентризма към мисълта за семейството. Чистата любов е готовността да даваме, без да мислим какво ще получим в замяна, и семейството ни предоставя възможност да изпитаме чиста любов – майчината и бащината към децата.

*В: Винаги ли ще има болка, когато човек става по-красив?*

О: Духовното ви израстване ще е съпроводено от болка, докато липсва желанието да изпълнявате Божията Воля и се нуждаете от нещо, което да ви принуждава да правите това. Когато не сте в хармония с Божията Воля, възникват проблеми и тяхната цел е да ви насочат към хармонията. Ако я изпълнявате с готовност, бихте могли да ги избегнете.

*В: Ще бъде ли някога в състояние на покой, без да изпитвам нужда да се превърна в нещо друго?*

О: Когато откриете Вътрешния мир, вече няма да изпитвате тази нужда да се превръщате в нещо по-различно, вие ще сте удовлетворени от това, което сте, което включва в себе си и придържане към божественото напътствие за вас.

Все пак, вие продължавате да се развивате, но това става по хармоничен начин.

*В: Какъв е истински религиозният човек?*

О: Бих казала, че при истински религиозния човек религиозни са отношенията: Любящо отношение към другите хора – негови събратя; покорно отношение към Бога, Божиите закони и Божието напътствие и религиозно отношение към себе си – разбиране, че сте нещо повече от егоцентричния аз, повече от тялото и че животът е повече от земния живот.

*В: Как се преодолява страхът?*

О: Бих казала, че религиозното отношение преодолява страха. Ако се отнасяте към другите хора с любов, тогава няма да се страхувате от тях. „Съвършената любов пропъжда страха.“ Покорното отношение към Бога ще Ви помогне непре-

танно да усещате неговото присъствие и тогава страхът изчезва. Когато знаете, че само сте облечени с това тяло, което е унищожимо, а Вие сте същността, която активира тялото и не може да бъдете унищожени, тогава как може да Ви е страх?



## ДВИЖЕНИЕТО НА ПИЙС ПИЛГРИМ

Извадки от бюлетина, издаван от нейни приятели

ЧЕТИРИ ПИСМА: Един ден, докато отговарях на писма, една жена ме попита: „Какво могат да направят хората за мира?“ Отговорих ѝ: „Нека да видим какво пише в тези писма“. Първото бе следното: „Аз съм жена на фермер. Откакто говорих с Вас, разбрах, че трябва да сторя нещо за мира, още повече, че имам четирима сина. Сега всеки ден пиша по едно писмо до някой от нашето правителство или от ООН, допринесъл с нещо за мира, с което го поздравявам и го подкрепям морално.“ Следващото гласеше: „Мирът в света ми



се струваше голям залък за моята уста, но откакто говорих с Вас, станах член на *Съвета за човешките взаимоотношения* в моя град и работя за мира между отделните групи.“ В третото пишеше: „Откакто говорих с Вас, се помирих с моята зълва.“ А последното: „Откакто говорих с Вас, спрях пушенето.“ Когато направите нещо за мира в света, между групите, сред хората или за собствения си личен мир, *вие допринасяте за общия мир.* Всеки път, когато внесете хармония в някоя неспокойна ситуация, спомагате за каузата на мира.

**НАЙ-СКЪПОЦЕННИТЕ НЕЩА:** След един чудесен престой сред природата отново крача по улиците на града, в който съм живяла известно време. Един часът след обяд е. Стотици прилежно облечени хора с бледи или изрисувани лица бързат в добре подредени редици към своите работни места или се връщат от тях. С избеля-

лата си риза и поизносените си панталони и аз вървя сред тях. Гумените подметки на меките ми платнени обувки ме придвижват безшумно. Всред тропота на елегантните, стегнати обувки с високи токчета. В по-бедните квартали ме приемат. В по-богатите някои ме поглеждат учудено, а други – пренебрежително. От двете ни страни, по витрините са изложени нещата, които можем да закупим, ако желаем да останем в подредените редици, ден след ден, година след година. Някои от тези неща са полезни донякъде, други са абсолютен боклук; някои претендират за красота, а други са направо грозни. Показани са хиляди неща, но най-ценните липсват. Свободата я няма там, нито здравето, нито щастието, нито умственият покой. За да се сдобие с тях, приятели мои, може би ще е необходимо да се отделите от подредените редици и да рискувате някой да ви погледне пренебрежително.

ОТРИЦАТЕЛНОТО СРЕЩУ ПОЛОЖИТЕЛНОТО: Избрала съм положителния подход – вместо да подчертавам лошите неща, които не одобрявам, поставям ударението на добрите неща, в които вярвам. Избралите отрицателния подход задържат вниманието си върху това, което не е в ред, като прибегват до отсъждания и критики, а дори понякога и до обиди. Естествено, отрицателният подход има вредно въздействие върху този, който прибегва към него, докато положителният има полезен ефект. Когато атакувате злото, то се мобилизира, въпреки че дотогава може да е било слабо и неорганизирано, и така, нападайки го, вие му давате сила и подкрепа. Когато не го нападате, а вместо това допринасяте за доброто в дадена ситуация, не само че злото започва да намалява, но и извършителят му е предразположен към промяна. Положителният подход вдъхновява, а от-

рицателният – разгневява. Когато ядосват хората, те действат според понижшите си инстинкти – често пъти стихийно и безразсъдно. Когато вдъхновяват хората, постъпките им са в съответствие с по-висшите им заложи, благоразумни и рационални. Гневът отминава, докато вдъхновението понякога трае цял живот.

**РАБОТА ЗА МИР:** Неколцина души, истински посветили живота си на това, могат да компенсират неблагоприятните въздействия на множество хора, неживеещи в хармония, и затова ние, които работим за мир, не бива да губим кураж. Трябва да продължим да се молим за мира и да действваме за него по всякакъв достъпен начин. Трябва да продължим да говорим за мира и да живеем по мирен начин, за да вдъхновим другите, необходимо е да продължаваме да мислим за мира и да знаем, че той е възможен. Когато постоянно

мислим за нещо, ние му помагаме действително да се появи. Един малък човек, отдаващ цялото си време на мира, влиза в новините. Много хора, отдаващи част от времето си, могат да влязат в историята.

**БЛАГОСЛОВЕНИ** са даващите, без да очакват в замяна дори благодарност, защото те ще бъдат щедро възнаградени.

**БЛАГОСЛОВЕНИ** са онези, които превръщат доброто в действие – дори повисши истини ще се разкрият пред тях.

**БЛАГОСЛОВЕНИ** са изпълняващите Божията воля, без да искат да видят резултатите, защото голяма ще да е тяхната отплата.

**БЛАГОСЛОВЕНИ** са обичащите и доверяващите се на своите събратя, защото

те ще достигнат до доброто в хората и ще получат любящ отклик.

**БЛАГОСЛОВЕНИ** са Виделите истината, защото те знаят, че не глинените одежди, а това, което ги задейства, е истинско и неразруσιμο.

**БЛАГОСЛОВЕНИ** са Виждащите промяната, която наричаме смърт, като освобождение от ограниченията на този земен живот, защото те ще се радват заедно с обичаните от тях, които правят този славен преход.

**БЛАГОСЛОВЕНИ** са онези, които, след като посветят живота си и бъдат благословени веднъж, имат смелостта и вярата да превъзмогнат трудностите по пътя пред тях, защото те ще бъдат благословени повторно.

**БЛАГОСЛОВЕНИ** са напредващите по ду-

ховния път без користния подтик да търсят Вътрешния мир, защото те ще го намерят.

**БЛАГОСЛОВЕНИ** са онези, които, Вместо да се стараят да разбият портите на небесното царство, се приближават към тях смирени, любящи и пречистени, защото те ще преминат направо през тях.

**МОЖЕТЕ ДА ПОЗНАЕТЕ БОГ:** Има една сила, по-велика от нас самите, която се проявява вътре в нас, както и навсякъде във Вселената, Нея аз наричам Бог. Знаете ли какво означава да познавате Бог? Това значи Той винаги да ви напътства, непрестанно да осъзнавате Неговото присъствие. Да познавате Бог, означава да изразявате любов към всички хора и към всички създания. Да познавате Бог, означава да чувствате Вътрешния мир – едно спокойствие, ведрина и непоклатимост, която ви позволява да посрещнете

Всякаква ситуация. Да познавате Бог, означава да сте дотолкова изпълнени с радост, че тя да извира от вас и да благославя света. Аз имам само едно желание – да върша това, което Бог желае от мен, и нямам противоречия. Когато той ме напътства да тръгна да обикалям, правя го с радост. Когато ме насочва да направя други неща, и тях върша със същата радост. Ако това, което сторя, ми навлече критики, приемам ги с вдигната глава. А ако то ми донесе хвалби, веднага ги предавам към Него, защото аз съм само един малък инструмент, чрез който Бог свършва работата. Когато Той ме направлява да извърша нещо, ми се дава енергия, доставя ми се необходимото, показва ми се пътят и ми се предоставят думите, които да говоря. Без значение дали пътят е лесен, или труден, извървявам го в светлината на Божиите любов, мир и радост, обръщайки се към Него с благодарствени и възхваляващи псалми. Това е



да познаваш Бог. И това не е запазено само за великите. То е за малките хора като вас и като мен. Той винаги търси всеки един от нас. Можете да Го намерите, просто ако опитате – като спазвате божествените закони, като обичате хората, като се откажете от своеволията, привързаностите, отрицателните мисли и чувства. И когато намерите Бог, това ще стане в спокойствието. Ще Го откриете вътре в себе си.

**ЗА СТРАХА:** Няма по-голяма преграда пред световния мир и пред вътрешното спокойствие от страха. Към това, от което се страхуваме, сме склонни да развием една сляпа омраза и по този начин поддържаме в себе си омраза и страх. Това не само ни вреди психологически и увеличава напрежението в света, но също така, чрез съсредоточаването върху отрицателните неща, сме склонни да привличаме това, от което ни е страх. Ако сме

безстрашни и излъчваме любов, можем да очакваме сбъдването на добрите неща. Светът наистина се нуждае от посланието и примера на любовта и мира!

**СВОБОДАТА НА ЕСТЕСТВЕНИЯ ЖИВОТ:**  
Някои, изглежда, смятат, че животът ми, посветен на простотата и служенето, е суров и нерадостен, но тези хора не познават свободата, която той ми дава. Зная достатъчно за храненето, за да поддържам правилно тялото си и здравето ми е отлично. Наслаждавам се на храната, но ям, за да живея. Не живея, за да се храня, и знам кога да спра да ям. Не съм заробена от храната. Дрехите ми са напълно удобни и съвсем практични. Обувките ми например са с мек плат отгоре и с меки гумени подметки и се чувствам толкова свободна, като че ли ходя боса. Не съм роб на модата. Не съм зависима от удобствата и комфорта – мога да спя еднакво добре и в меко легло, и на трева-

та край пътя. Не съм обременена от ненужни притежания и безсмислени дейности. Животът ми е хубав и запълнен, но не претрупан, и върша работа си с лекота и радост. Усещам красотата навсякъде около себе си и във Всеки, когото срещна, понеже наврег виждам Бога. Познавам законите, управляващи тази Вселена, и намирам хармонията, като ги спазвам с удоволствие и радост. Приемам ролята си в Схемата на Живота и намирам хармонията, като я изпълнявам с удоволствие и радост. Осъзнавам единството си с цялото човечество и единството си с Бога. Преизпълнена съм с щастие, като обичам и давам на Всеки човек и Всяка неща.

**ХОРАТА В СЪВРЕМЕННАТА ЕПОХА:** За да помогнем за идването на златната епоха, трябва да виждаме доброто в хората – трябва да знаем, че то съществува, дори и да е скрито дълбоко. Да, наистина има апатия, има и егоизъм, но има и добро. До

него не може да се достигне чрез осъждане, а чрез любов и вяра. Любовта може да спаси света от ядрената гибел. Обичайте Бог – обърнете се към Него възприемащо и отзивчиво. Обичайте събратята си – обърнете се към тях доброжелателно и щедро. Направете себе си годни да бъдете наречени дете на Бога, като живеете съобразно Законите на Любовта!

**ДУХОВНОТО РАЗВИТИЕ** е процес, подготвен на физическото и умственото развитие. Петгодишните деца не очакват да бъдат високи като родителите си на следващия си рожден ден; първокласникът не очаква да достигне до колеж в края на първия срок; търсецът истината не бива да очаква да постигне вътрешния мир за една нощ.

**МАГИЧЕСКИ ФОРМУЛИ:** Има една магическа формула за разрешаване на конфликти.

Тя гласи: *Имай за цел разрешаването на конфликта, а не придобиване на преимущество. Има и магическа формула за предотвратяване на противоречията. Тя е: погрижи се да не засягаш, а не да не бъдеш засегнат.*

**НЕДОЗРЯЛОСТТА:** Това, от което страдат хората в действителност, е незрялост. Сред зрелите хора войната не би била проблем – тя би била невъзможна. Със своята незрялост хората искат едновременно и мир, и нещата, които предизвикват война. Те могат все пак да станат зрели точно както и децата порастват. Да, нашите институции и лидерите ни отразяват нашата незрялост, но развивайки се, ние ще изберем по-добри водачи и ще създадем по-добри институции. И отново се връщаме към това, което много от нас искат да избегнат – работа, чрез която да подобрим самите себе си!

**МОЕТО ПОСЛАНИЕ:** Приятели мои, ситуацията в света е застрашителна. С изпълнени със страх и несигурност крачки, човечеството върви по острието на бръснача между пълния хаос и златната ера и в същото това време големи сили го тласкат към хаоса, Ако ние, хората от този свят, не се събудим от летаргията и не се отблъснем бързо и решително далеч от хаоса, Всичко, което ценим, ще бъде пометено от настъпващата катастрофа.

Това е пътят на мира: Преодолеей злото с добро, лъжата с истина и омразата с любов.

Златното правило\* ще свърши същата работа. Моля Ви, не казвайте, че това са просто религиозни идеи и не са практич-

---

\* Думите на Исус Христос: „Както искате да постъпват с Вас човеците, тъй и Вие постъпвайте с тях.“ (Лука 6:3)

ни. Това са закони, определящи човешкото поведение, и важат така неизменно, както и законът за земното притегляне. Когато ги пренебрегнем в която и да е сфера на живота, настъпва хаос. Спазвайки ги, нашият изплашен, уморен от войни свят, може да навлезе в епоха на мир и богатство на живота отвъд най-смелите ни мечти.

**РАБОТА ЗА МИР СРЕД НАРОДА:** Можете да основате *Дружество за мир* във Вашата община или населено място заедно с група за молитви за мир, които да се стремят да намерят пътя към мира. На някои места използват написаното от мен, тъй като то разглежда мира от духовна гледна точка. Прочетете някой абзац, размишлявайте върху него във възприемащо мълчание и след това обменете мисли. Всеки, който може да разбере и да усети описаните там духовни истини, е готов духовно за работа за мира.

След това идва Времето за *Група за проучване на мира*. Необходимо е да получим ясна представа какво е положението в света в настоящия момент и какво е необходимо, за да се умиротвори то.

Всички войни трябва да спрат. Очевидно, необходимо е да се намери начин за едновременно разоръжаване. Трябва да създадем механизми, предотвратяващи физическото насилие в един свят, в който все още съществува психологическо насилие. *Всички* нации трябва да предадат едно право на ООН – правото те сами да обявяват война.

Ние, хората от света, трябва да се научим да поставяме благополучието на цялото човечество над благополучието на коя и да е отделна група. Гладът и страданието трябва да бъдат облекчени, а също така и страхът и омразата. Има и някои национални проблеми във връзка с мира. Нужно е да бъде извършена работа за мира между отделните групи. Най-



Важният ни национален проблем е приспособяването на икономиката към мирната ситуация. В нашето правителство е необходимо да се създаде *Министерство на мира*, което да извърши мащабни проучвания за мирните начини за уреждане на разногласията. След това може да се обърнем и към другите страни да създадат подобни министерства.

След като си изясните световните проблеми и необходимите стъпки за тяхното разрешаване, вече имате готовност да се превърнете в *Група за мирни действия*. Това може да стане постепенно, като действате по онези проблеми, които сте се научили да разбирате. Действията за мир трябва винаги да прилагат на практика законите на мира. Това може да приеме и формата на писане на писма – поздравя към тези, които са направили нещо полезно за мира, до конгресмените – за закони, допринасящи за мира, до редактори – по теми за мира, до приятели

– за това, което сте научили за мира. Може да приеме формата на открити събрания за мир, лекции на тази тема, разпространение на литература по този въпрос, разговори с хората за мир, *Седмица за мир*, *Фестивал на мира*, *екскурзии за мир*, и т.н. Възможно е и да приеме формата на гласуване за онези, които са се посветили на мира.

Работата за мир сред народа е жизнено важна. В този кризисен период е нужно да има *Общинско дружество за мир* във всяко населено място. То може да се основе от неколцина загрижени хора. Може да се започне от Вас!



Ако тази малка книжка Ви е Вдъхновила,  
Вероятно ще пожелаете да прочетете:

**ПИЙС ПИЛГРИМ**  
**НЕЙНИЯТ ЖИВОТ И ДЕЛА СЪС**  
**СОБСТВЕНИТЕ ѝ ДУМИ**

Тази книга (216 страници) е компилирана от петима нейни приятели след смъртта ѝ през 1981 г. Написаното е събрано от бюлетина „Движението на Пийс Пилгрим“, записи от нейни беседи, лични писма, интервюта и статии. Тя описва много от преживяванията си по време на двадесет и осемте години, прекарани по пътищата. Тя дава примери как се е справяла, любящо и без страх, с груби и

объркани хора и за някои от уникалните ѝ разрешения на различни проблеми. Мислите ѝ за мира, молитвата, простотата и пътят на любовта ни показват живота на един щастлив човек.



## ПИЙС ПИЛГРИМ 1908 – 1981

НА ПОКЛОНЕНИЕ ОТ 1953 Г. ДО 1981 Г.

*Поклонението е едно спокойно молитвено пътуване, служещо за пример. В моя случай това е най-вече молитва за мир. Ако отдадете живота си като молитва, вие я усилвате неизмеримо.*

Пийс Пилгрим извървя над 40 000 километра из тази страна (САЩ), като разнасяше своето послание: „Това е пътят на мира: Преодолей злото с добро, лъжата с истина и омразата с любов.“ Носеща в джобовете на туниката си всичките си притежания, тя се

зарече: „Ще продължа да обикалям, докато човечеството не се научи как да живее в мир. Ще вървя, докато не ми се предложи подслон, и ще гладувам, докато не ми се предложи храна.“ Тя разговаряше с хората по прашните пътища и градските улици, с църковни, университетски и граждански групи, по радиото и телевизията, относно мира около нас и вътре в нас.

Посланието ѝ обхваща мира цялостно: мира между народите, групите, отделните хора и вътрешния мир, който е в основата на мира изобщо.

Тя вярваше, че мирът в света ще настъпи, когато достатъчно хора постигнат вътрешен мир. Животът и делата ѝ показваха, че един човек, достигнал до вътрешния покой, може да допринесе значително за световния мир.

## СЪДЪРЖАНИЕ

ПЪТ КЪМ ВЪТРЕШНИЯ МИР .....	5
ОБОБЩЕНИЕ .....	35
- четири подготовки .....	35
- четири нечиствания .....	38
- четири отказа .....	40
МИСЛИ .....	43
ОТ МОЯТА КОРЕСПОНДЕНЦИЯ .....	53
ДВИЖЕНИЕТО НА ПИЙС ПИЛГРИМ .....	63

Пиџс Пилгрим

ПЪТ КЪМ ВЪТРЕШНИЯ МИР

Основни принципи за  
хармонията в човешкия живот

Първо издание

Превел от английски Тодор Захариев

Редактор Цветан Старейшински

Художник Валентин Дончевски

Технически редактор Ронка Кръстанова

Коректор Снежана Бошнакова

Печатни коли 5,50. Формат 70/100/32

Цена 19,90 лв.

ISBN – 954 – 555 – 001 – 5

Издателство „Хермес - 7“, София

Предпечатна подготовка „Спектър 365“

Печат „Балканпрес“, София



Пийс Пилгрим извървя над 40 000 км по пътищата на Америка, като разнасяше своето послание: „Това е пътят на мира. Преодолейте злото с добро, лъжата с истина и омразата с любов.“

Тя вярваше, че мирът в света ще настъпи, когато достатъчно хора постигнат вътрешен мир. Животът и делата ѝ показаха, че един човек, достигнал вътрешния покой, може да допринесе значително за световния мир и любовта между хората.

Цена 19,90 лв.