



ИЗ СЛОВОТО НА УЧИТЕЛЯ
БЕИНСА ДУНО
(ПЕТЪР ДЪНОВ)

ПРАНАТА

СОЛТА

ЖИЗНЕНАТА ЕНЕРГИЯ



ОСНОВИ НА ЗДРАВЕТО

ИЗ СЛОВОТО НА УЧИТЕЛЯ

БЕИНСА ДУНО

(ПЕТЪР ДЪНОВ)

ПРАНАТА

СОЛТА

ЖИЗНЕНАТА ЕНЕРГИЯ

ОСНОВИ НА ЗДРАВЕТО

Книжката е съставена от тематично подбрани и подредени в логическа последователност **извадки** из Словото на Учителя **БЕИНСА ДУНО (ПЕТЪР ДЪНОВ)** (1864 ÷ 1944), живял и работил в България.

© **СЪСТАВИЛИ; Трендафила Балдевска**
Ангел Кермедчиев

СЪДЪРЖАНИЕ

СЪДЪРЖАНИЕ	4
ЕНЕРГИИТЕ	5
АКАША	5
ТАТТVAС	5
ПРАНА	5
ПРАНА И АКАША	6
НЕЩО ДРУГО	6
ПРАНАТА	6
ЧОВЕКЪТ И ПРАНАТА	8
НЕОБХОДИМОСТ ОТ СОЛ (ПРАНА)	8
КОЙТО ИМА ПОВЕЧЕ СОЛ (ПРАНА)	9
КОЙТО ИМА МАЛКО СОЛ (ПРАНА)	9
ПРИДОБИВАНЕ НА СОЛ (ПРАНА)	10
РАЗПРЕДЕЛЕНИЕ НА ПРАНАТА	13
АКУМУЛИРАНЕ НА ПРАНАТА	13
ИЗГУБВАНЕ НА СОЛТА (ПРАНАТА)	14
ПРИЧИНА ЗА ИЗГУБВАНЕ НА ПРАНАТА	15
ОСОЛЯВАНЕ - ТЪПЧЕНЕ - СТРАДАНЕ	15
ЛЕКУВАНЕ	16
ПРАНА ЗА ДРУГИТЕ ХОРА	16

ЕНЕРГИИТЕ

АКАША

Според индийската философия съществува една същина, които те наричат „акашови записи“. В тия записи е написано всичко, което миналото крие в себе си, както и това, което днес става... Акаша е нещо, което изпълва цялото пространство и вечно съществува. От нея се образуват всички форми. Тя е нещо, което седи неподвижно на едно място. Тя мяза на един голям аристократ, който вечно почива. За да извадиш нещо от него, трябва да го впрегнеш на работа. *(ПЪТ НА ЗАЗОРЯВАНЕ - изд. ИК „Жануа – 98” - 1999 г. София -216)*

ТАТТВАС

В Природата има една разумна жива сила, която действа по разнообразни начини. Тази сила индусите я наричат „tattvas“, санскритска дума, която значи жива енергия, която прониква цялото пространство и е основа за движението на всички небесни тела, и е причина за произвеждане на всички живот във Вселената. *(СИЛА И ЖИВОТ - IV серия - изд. 1922 г. печатница „Едисон” - 57)*

Тази велика енергия... слиза от Слънцето и звездите... и изтича от Бога. *(СИЛА И ЖИВОТ - IV серия - изд. 1922 г. печатница „Едисон” - 75)*

Да разберете великата сила Божия. Туй е великото! Това е Божествената мъдрост, изявена в своята целокупност... Това е тази енергия, която излиза от Любовта, и движи цялата Вселена. *(СИЛА И ЖИВОТ - IV серия - изд. 1922 г. печатница „Едисон” - 64)*

Както от Слънцето излизат целувките на великата енергия, тъй от нейния лъч произтича тази Любов, която индусите наричат „tattvas“. И тя е носител на всички велики мисли. *(СИЛА И ЖИВОТ - IV серия - изд. 1922 г. печатница „Едисон” - 66)*

И всичките наши желания се дължат на тази сила, която със струите си прониква през всичките наши тела, които имаме. *(СИЛА И ЖИВОТ - IV серия - изд. 1922 г. печатница „Едисон” - 64)*

Бог е възлюбил този свят, и чрез тази Любов ние ще се домогнем до ония велики закони, на които светът почива и чрез които сега животът съществува. *(СИЛА И ЖИВОТ - IV серия - изд. 1922 г. печатница „Едисон” - 74)*

Тази енергия, която слиза отгоре и произтича от Любовта, тя може да се използва само от ония, които имат съзнателен живота. След като се свържете с този Божествен закон, тази енергия ще потече във вашата душа. *(СИЛА И ЖИВОТ - IV серия - изд. 1922 г. печатница „Едисон” - 68)*

Ако ти приемеш, в даден момент, без страх, тази енергия, тогава тя ще произведе в теб вътрешна виделина - ти си във връзка с Бога син. И всичко можеш да направиш. И когато аз ви казвам: не се съмнявайте, това значи, не прекъсвайте Божествените токове във вас. *СИЛА И ЖИВОТ - IV серия - изд. 1922 г. печатница „Едисон” - 98)*

И, докато живеем в Божественото, тази сила прониква в нас и ни придава много приятно настроение. *(СИЛА И ЖИВОТ - IV серия - изд. 1922 г. печатница „Едисон” - 64)*

ПРАНА

От тази „tattvas“, татвическа енергия, праната е едно видоизменение. *(СИЛА И ЖИВОТ - IV серия - изд. 1922 г. печатница „Едисон” - 57)*

Праната вечно съществува. Ние я наричат сила и от нея излизат електричеството и магнетизма. Тя създава техните форми. *(ПЪТ НА ЗАЗОЛЯВАНЕ - изд. ИК „Жакуа-98” - 1999 - г. София - 217)*

ПРАНА И АКАША

Етерът, въздухът, водата, всички планети и комети излизат все от праната и акашите. *(ПЪТ НА ЗАЗОЛЯВАНЕ - изд. ИК „Жакуа-98” - 1999 - г. София - 217)*

Ние живеем и се движим в Бога. Апостол Павел казва: „Ние живеем” - това е акаша – „и се движим в Бога” - това е прана... Аз пък замествам праната с човешкия дух, а акаша с човешката душа. Човек трябва да съзнава, че има душа, има и дух, на които трябва да служи. *(ПЪТ НА ЗАЗОЛЯВАНЕ - изд. ИК „Жакуа-98” - 1999 - г. София - 225)*

НЕЩО ДРУГО

Зад праната и зад акаша седи нещо друго, което ние не знаем какво е, каква е неговата същина, която седи зад тях и за която ние нямаме ясна представа. *ПЪТ НА ЗАЗОЛЯВАНЕ - изд. ИК „Жакуа-98” - 1999 - г. София - 217)*

ПРАНАТА

Праната (солта) е силата в света, която изпълва пространството. *(МИСЛИ ЗА ВСЕКИ ДЕН - 01.06.1990)*

Тя се съдържа в Слънцето. *(БОЖЕСТВЕНИЯТ И ЧОВЕШКИЯТ СВЯТ - изд. 1940 г. София - 306)*

То е едно течение, което иде от Слънцето, едно механическо течение. *(СИЛА И ЖИВОТ - IV серия - изд. 1922 г. печатница „Едисон” - 79)*

Други учени я наричат животворно електричество или животворен магнетизъм. *(ЕЗИКЪТ НА ЛЮБОВТА - 64)*

Въздухът съдържа... прана. *(ЕЗИКЪТ НА ЛЮБОВТА - 64)*

Праната от въздуха прониква в белите дробове и помага за озонирането на кръвта даже и там, дето въздухът мъчно може да проникне. В така пречистената кръв се влагат елементите на живота. *(ДОПИРНИТЕ ТОЧКИ В ПРИРОДАТА - 133)*

Онези хора, които не дишат с любов, не могат да възприемат праната от въздуха. *(СВЕЩЕНИ ДУМИ НА УЧИТЕЛЯ - II том - 58)*

С тази енергия, която иде от Слънцето, всички трябва да се свържат, бащи и майки, не се ли свържат със Слънцето, да не се женят. Туй не е за вас обикновените хора. Който се жени трябва да се свърже с тази енергия, тогава и децата ще бъдат свързани. И в такъв един дом ще има вечно здраве, вечно блаженство, и всичко, каквото дойде, лесно ще става. *(СИЛА И ЖИВОТ - IV серия - изд. 1922 г. печатница „Едисон” - 98)*

Сега тази енергия в света, която произтича от великия Космос - понеже светът се е диференцирал досега в еволюционната енергия, или живата енергия, а душата на Вселената е минала през пет степени, - тя се диференцирала в три направления. Затуй ние имаме пет чувства - туй показва пътя, остават още две сили от тази космическа душа да се проявят. Тази първоначална

сила в света, която сега действа, туй, което индусите наричат „акаша”, тя е първоначалното проявление, тя е създала човешкия мозък, човешката мисъл, създала е звука. Второто проявление индусите наричат „ваю”, от санскритския глагол „ва”, което значи - да движиш нещата, то е едно видоизменение, обръщане на тази енергия в инволюционен процес - надолу. Тази енергия „ваю”, тъй наречената въздухообразна, азотна енергия образува облеклото и чувствителността, с която човек си служи днес, при сегашното състояние. И тъй, ако у вас чувствата ви извънмерно се развиват и станете силни, значи тази енергия се усилва; ако тази енергия отслабва, тогава чувствата ви се претъпяват. Тия неща стават. Ако мисълта се усили, „акаша”, или тази първична енергия, дойде в ума ви, и мисълта ви стане по-ясна; ако мисълта отслабне връзката ви не е силна, тогава какво трябва да правите?... Когато вашата мисъл отслабне, вие ще прокарате вашия ум към ония велики закони на живота - към Слънцето, и ще възприемете тази първична прана... Ще създадете едно абсолютно спокойствие на ума си. Знаете ли какво нещо е човек да бъде спокоен? Каквото и да ви кажат, вас да не ви трепне окоото, и сърцето ви да не трепне. *(СИЛА И ЖИВОТ - IV серия - изд. 1922 г. печатница „Едисон” - 89)*

Оная велика, жива енергия в света, която изтича от своето първично състояние, за да влезе в пътя на еволюцията и тъй да измени тази първична сила, която индусите наричат „prakriti”, а ние я наричаме „Дух”. Духът, това е първичното. И казва ап. Павел „Плодът на Духа е. Любовта”, т. е първото диференциране на Духа е Любовта, а първото изтичане от Бога е Духът. *(СИЛА И ЖИВОТ - IV серия - изд. 1922 г. печатница „Едисон” - 79)*

И онзи научен начин да използват тази жива енергия, индусите го наричат „Pranayama”. *(СИЛА И ЖИВОТ - IV серия - изд. 1922 г. печатница „Едисон” - 57)*

И вие, когато не можете да контролирате тези закони, според законите на „Pranayama”, тогава животът ще мине в мечти. *(СИЛА И ЖИВОТ - IV серия - изд. 1922 г. печатница „Едисон” - 66)*

Солта (праната) - първият Божествен елемент в Живота. *(СИЛА И ЖИВОТ – II том – изд. 2006 г. – 338)*

На Земята живот без сол (прана) не може да съществува. Физическият свят е свят на солта (праната), а не на Светлината, която е пък свят на Ангелите. *(СИЛА*

НЕ СЕ СМУЩАВАЙТЕ, ЧЕ ИМА ПРОПУСНАТИ СТРАНИЦИ, БЪДЕТЕ ДОВОЛНИ И БЛАГОДАРНИ, ЧЕ ЩЕ СЕ ПОЛЗВАТЕ ОТ ТОВА, КОЕТО ИМА ОТ УЧИТЕЛЯ СЛУЖИТЕЛИТЕ ОТ ИЗДАТЕЛСТВО – „БИБЛИОТЕКА СВЕТЛИНА В ПЪТЯ” И ТЕ ДОПУСКАТ В СЕБЕ СИ ОБЕЗСОЛЯВАНЕ И ГРЕШАТ.

ВСИЧКОТО СЛОВО ОТ УЧИТЕЛЯ Е ВЪЗВИШЕНО, НО НЕ ЗАБРАВЯЙТЕ, ЧЕ ВСЕКИ УЧЕНИК ТРЯБВА ДА ЗАПОЧНЕ СВОЯТА ДУХОВНА ДЕЙНОСТ НЕПРЕМЕННО С КНИЖКАТА ЗА ВЪЗВИШЕНИТЕ СЪЩЕСТВА И НАЙ-ЗАДЪЛБОЧЕНО ДА ПРИЕМЕ И ПРИЛОЖИ НА ПРАКТИКА ВРЪЗКАТА С ТЯХ. ТЕ И СЕГА СА ВЪВ ВАС, НО ИЗНЕНАДИТЕ, ГОЛЯМОТО ВЪОДУШЕВЛЕНИЕ И РАДОСТТА ЩЕ ДОЙДАТ, КОГАТО ВИЕ ГИ ПРИЗОВЕТЕ ПРИ ВСЯКО ДЕЙСТВИЕ, ВИЕ ДА ГО ИЗПЪЛНЯВАТЕ, А ТЕ ДА УЧАСТВАТ, ЗАЩОТО ТОГАВА ТЕ ВЛИЗАТ ВЪВ ВАШИЯ УМ И РЪЦЕ И ВСИЧКО СТАВА ПО БОЖЕСТВЕН НАЧИН. ТАЗИ ВРЪЗКА САМО КАТО СИ Я ПОМИСЛИТЕ И ТЯ СЕ ОСЪЩЕСТВЯВАЛО Е НЕОБХОДИМО СИЛНА ВЯРА И !!! НИКАКВО СИМНЕНИЕ. ТЕ И СЕГА ВИ ЧАКАТ ДА ГИ ПОКАНИТЕ, ЗАЩОТО ВИЕ „ СТЕ ОТ БЯЛОТО БРАТСТВО И СТЕ ПОЧТИ ПОДГОТВЕНИ ЗА ТАЗИ ВРЪЗКА.

дирана слънчева енергия... прана. *(БОЖЕСТВЕНИЯТ И ЧОВЕШКИЯТ СВЯТ - изд. 1940 г. София - 306)*

Ще знаете, че колкото злато имате в кръвта си, толкова може да имате и вън от себе си. *(БОЖЕСТВЕНИЯТ И ЧОВЕШКИЯТ СВЯТ - изд. 1940 г. София - 305)*

Праната има различни състояния: тя бива физическа, сърдечна, умствена или ментална. Без прана мисъл не може да се образува. Без прана волята не може да действа. Праната е причина за създаване и проявяване на мислите, чувствата и действията на човека. Всеки човек, според развитието си, ще приеме това, от което се нуждае и ще изрази това, което може. *(ДВАТА ПЪТЯ - изд. 1934 г. София - 77)*

И тъй, като казвам, че праната е причина за създаване и проявяване на мислите, чувствата и действията в човека, това не значи, че всички хора трябва да имат еднакви мисли и чувства. Всеки човек, според развитието си, ще приеме това, от което се нуждае, и ще изрази това, което може. *(ДВАТА ПЪТЯ - изд. 1934 г. София - 77)*

ЧОВЕКЪТ И ПРАНАТА

Формата на сегашните хора не е нищо друго, освен „прана в движение”. *(ДВАТА ПЪТЯ - изд. 1934 г. София - 77)*

Когато имате сол в себе си ще бъдете здрави хора, със здрави сърца и тяло. *(СИЛА И ЖИВОТ – III серия - изд. 1929 г. Русе - 10)*

Казват за някого: „Този човек е високо интелигентен, разумен”, подразбира се, че у него има закон за равновесието, има сол (прана) Разумността - е сол (прана), т. е. под думата разумност се разбира онова състояние, когато всички човешки способности са в условие за работа. *(СИЛА И ЖИВОТ – III серия - изд. 1929 г. Русе - 10)*

От окултно гледище, моралните сили на човека зависят от първичната енергия в неговия организъм; индусите наричат тази енергия „прана”. *ДВАТА ПЪТЯ - изд. 1934 г. София - 74)*

Всички хора, у които е пробудено Божественото съзнание, са солта на земята. *СИЛА И ЖИВОТ – III серия - изд. 1929 г. София - 1)*

НЕОБХОДИМОСТ ОТ СОЛ (ПРАНА)

Тази сол (прана) е необходима за организма на физическото поле, за вашите чувства и мисли. Законът е общ, както за физическия свят, тъй и за Ангелския, тъй и за Божествения. Съвременните учени кръщават качествата на Духовния свят различно, например човек със сол (прана) те го наричат морален, а човек без сол (прана) - неморален. Способности са в условия за работа. *(СИЛА И ЖИВОТ - II том - изд. 2006 г. - 330)*

Солта (праната) е необходим елемент на Земята за здравословното състояние на човешкото тяло. *(СИЛА И ЖИВОТ - II том - изд. 2006 г. - 325)*

Когато имате сол (прана) в себе си, ще бъдете здрави хора - със здраво сърце и тяло. *(СИЛА И ЖИВОТ - II том - изд. 2006 г. - 335)*

Като има тази сол (праната) човек е магнетизиран. Щом имате тази сол (прана), ще чувствате под лъжичката приятна топлинка - сутрин ставате с приятно разположение. *(СИЛА И ЖИВОТ - II том - изд. 2006 г. - 327)*

Съсредоточете ума си към солта (праната), към този елемент на равновесие и повдигане, и поставете се да го схванете. *(СИЛА И ЖИВОТ - II том - изд. 2006 г. - 335)*

Спрете се, помислете пет-десет минути за солта (праната), за нейното влияние върху организма, чувствата, душата и ума. И вижте тогава дали ще стане у вас някакво изменение, и какво ще почувствате. *(СИЛА И ЖИВОТ - II том - изд. 2006 г. - 334)*

Солта (праната) съставлява почвата. Без сол (прана) не може да има нищо в света, па и Земята без сол (прана) би била пустиня, всичко би изгнило. Солта (праната) е тор, който се е набирал от години. *(СИЛА И ЖИВОТ - II том - изд. 2006 г. - 330)*

КОЙТО ИМА ПОВЕЧЕ СОЛ (ПРАНА)

Законът на солта е туй: което желаеш за себе си, не го отказвай на другите - давай им възможности и те да развият своите способности. Ако някой има нива или лозе, не му завиждай, а благодари за това, че си има всичко... Виждаш хубава къща, добре мебелирана - не я пожелавай. Ако имаш сол, ще имаш всичко, което ти е потребно и необходимо. *(СИЛА И ЖИВОТ - II том - изд. 2006 г. - 332)*

Казвате си: „Какъв алхимически елемент има тази сол (праната) каква мощна сила има тя!” *(СИЛА И ЖИВОТ - II том - изд. 2006 г. - 328)*

Ако имаш един грам от тази сол, ще бъдеш най-богатият човек на света и отдето минеш, ще лекуваш хората. Като влезеш в някоя къща, дето мъжът и жената се карат, не се спогаждат, дай малко от тази сол (прана) - веднага мирът и съгласието ще настане. Деца се карат - дай малко сол (прана); съдии се карат - дай малко от тази сол (прана); воюват народи - дай малко от тази сол (прана) и веднага между тях ще настане мир и съгласие. *(СИЛА И ЖИВОТ - II том - изд. 2006 г. - 328)*

Свещеник, който има тази сол (прана), като влезе в църквата, всички ще млъкнат, ще се обърнат към него. *(СИЛА И ЖИВОТ - II том - изд. 2006 г. - 328)*

Аз вярвам, че Бог говори на хората според солта (праната), която те имат. *(СИЛА И ЖИВОТ - II том - изд. 2006 г. - 327)*

Често хората се оплакват, че били неразположени, нещастни, а аз им казвам: „Знам това, защото и аз съм на Земята.” – „Да, но твоето положение е съвсем друго от това, в което сме ние.” Разликата е само в това, че аз имам повече сол (прана). *(СИЛА И ЖИВОТ - II том - изд. 2006 г. - 334)*

И, като разбере тази енергия, която излиза от Слънцето, тогава ще му се открие тайната, тогава ще му кажа: „Освобождаваш се.” Най-първо страдания, а после благословение... И „отсега нататък разбираме смисъла на живота.” – казва ап. Павел. *(СИЛА И ЖИВОТ-IV серия - изд. 1922 г. печатница „Едисон” София - 101)*

КОЙТО ИМА МАЛКО СОЛ (ПРАНА)

Ако организмът на човека е слаб, мисълта не е свежа и чувствата непостоянни, колебливи, казваме, че той има малко злато (прана) в кръвта си. *(БОЖЕСТВЕНИЯТ И ЧОВЕШКИЯТ СВЯТ - изд. 1940 г. София - 305)*

Когато човек не възприеме достатъчно прана от въздуха, той всякога се усеща слаб, измъчен, без живот и сили в себе си. Кой е виновен за това? Той сам. От него зависи да възприеме повече прана, понеже в Природата я има изобилно. *(УСЛОВИЯ ЗА РАЗУМНИЯ ЧОВЕК - 70)*

Ако нямате достатъчно количество сол (прана) ще бъдете безсолни и ще кажете: „Животът не е нищо, освен ядене и пиене.” (СИЛА И ЖИВОТ - II том - изд. 2006 г. - 333)

Сол (прана) искат хората, а ако нямате такава, никакъв успех не може да имате. (СИЛА И ЖИВОТ - II том - изд. 2006 г. - 328)

Ако вярвате на всички, вие сте без сол (прана). (СИЛА И ЖИВОТ - II том - изд. 2006 г. - 327)

Всички искате да бъдете щастливи... Имате добро разположение и казвате: „Колко съм щастлив!”; минават петдесет минути и вие изгубвате това разположение, това щастие - Защо? Нямате сол (прана) в себе си. (СИЛА И ЖИВОТ - II том - изд. 2006 г. - 328)

Ако нямате сол, (прана) ставате неразположен и първият, който ви се яви насреща, ще го нагрубите - скачате отгоре му, гневите се. А това гневене подразбира, че този човек ви моли да го потъпчете малко, за да се осоли. Този, който дойде да го потъпче, има тази сол (прана) и веднага ще възстанови равновесието на разгневения. (СИЛА И ЖИВОТ - II том - изд. 2006 г. - 327)

Често ние се молим: „Отче наш, който си на небето, да се свети името Ти, да дойде царството Ти, да бъде волята ти”, но ако не изпълниш волята Му така, както той ти посочва, значи ти си без сол (прана) през този ден. (СИЛА И ЖИВОТ - II том - изд. 2006 г. - 334)

Често хората се питат защо светът не върви тъй добре. Няма сол (прана) в света. Сол дайте на хората! (СИЛА И ЖИВОТ - II том - изд. 2006 г. - 327)

ПРИДОБИВАНЕ НА СОЛ (ПРАНА)

Когато вашата мисъл отслабне, вие ще прокарате вашия ум към ония велики закони на живота към Слънцето, и ще възприемете тази първична прана.. Ще създадете едно абсолютно спокойствие на ума си. (СИЛА И ЖИВОТ-IV серия - изд. 1922 г. печатница „Едисон” София - 90)

Ще разберете истината само от Слънцето. Само един център има, и той е Слънцето... От Слънцето трябва да дойде, разберете, тази първична, разумна енергия, която периодически слиза. Вие трябва да разберете, в кой ден, месец, година иде. (СИЛА И ЖИВОТ-IV серия - изд. 1922 г. печатница „Едисон” София - 94)

В началото на пролетта има повече прана и организмите я приемат повече. През лятото само топлината е повече, а не онази прана или жизнена енергия, която е в изобилие в началото на пролетта. (В ЦАРСТВОТО НА ЖИВАТА ПРИРОДА - изд. 1933 г. - 8)

Сутринта имаме всякога повече прана или жизнена енергия, отколкото на обяд. Тогава живият организъм поглъща най-много и най-мощни положителни енергии (прана). (В ЦАРСТВОТО НА ЖИВАТА ПРИРОДА - изд. 1933 г. - 9)

Вие трябва да спазвате правилото за съня. Сънят ще реши много от въпросите на вашия живот. Засега седем часа сън са необходими за вас. И пет часа сън могат да ви задоволят, но при условие да спите непробудно, без да се обръщате на една или друга страна. Най-здраво е човек да си ляга в 10 часа вечер, но това не може да се вземе като правило. Ако някой има особено важна работа, той може да си легне и в 11 или 12 часа, но трябва да заспи в продължение на 5 ÷ 10 минути. Когато някой остане да работи след 10 часа вечер, сънят се изгубва. Сънят ще се яви отново едва след 12 часа вечер. И тогава човек трябва веднага да си легне, да не се разсъни. Колкото по-рано ляга човек, толкова по-добре за него. Защо? Които рано лягат, те поглъщат всичката събрана прана, т. е. жизнената енергия в атмосферата. Които късно лягат, мъчно заспиват, защото за тях няма вече нужното количество прана за организма им. Те трябва да почакаат известно време, да се събудят ония, които са легнали вече, и тогава ще им дойде сън. Затова, именно, богатите заспиват едва към 4 часа сутрин, когато бедните отиват на работа. Към 4

часа сутрин в атмосферата се образува ново количество прана, от което богатите ще се ползват. Следователно, ако можете да си създадете навик да лягате рано, вие ще можете да доставите на организма си нужното количество прана. По-късно от 12 часа вечер не лягайте. Ако се усетите изморени, вечеряйте рано и в 8 часа най-късно си легнете, да набавите повече енергия, от която организмът ви се нуждае. Ако имате енергия в запас, можете да си легнете и по-късно. Изобщо, часовете; определени за лягане, са 8, 10 или 12. (*ДВАТА ПЪТЯ* - изд. 1934 г. София - 29)

Праната се съдържа в Слънцето, затова, именно, се препоръчва на хората да излизат сутрин рано да възприемат по-голямо количество прана. Достатъчно е да постоят десет минути пред Слънцето, за да възприемат онова, което е нужно за организма им. След това те трябва да обработят енергията, която са възприели. (*БОЖЕСТВЕНИЯТ И ЧОВЕШКИЯТ СВЯТ* - 305)

Ако Слънцето изгрява, и вие не излезете да се поставите да ви огреят слънчевите енергии, вие не можете да приемете тази прана, която очаквате от Слънцето (*АКО ГОВОРЯ* - I том - изд. ИК „ЖАНУА – 98” - 307).

Праната се намира във въздуха, в храната и във водата - от там се извлича. (*СИЛА И ЖИВОТ* - II том - изд. 2006 г. - 335)

Казвам: Ще се научите правилно да дишате, за да приемате нужната прана от въздуха. (*ПЪТ НА ЗАЗОРИЯВАНЕ* - изд. ИК „Жануа – 98” - 1999 г. София - 227)

Дишайте дълбоко, като се стремите да дишате плавно и ритмично... Пълното дишане подразбира, да диша човек не само с дробовете си, но и с кожата на тялото си... Всяка клетка в човека трябва да диша. (*СВЕТОТО МЯСТО* – 124)

Душата диша през порите. (*ПЪТЯТ НА УЧУНИКА* – изд. на Просветния комитет – 60)

Природата е поставила милиарди прозорци в човешкия организъм - порите, чрез които да прониква жизнената енергия и постоянно да го обменя. Тези прозорци трябва да бъдат винаги чисти отворени, да става правилна обмяна между външния и вътрешния въздух... Порите на тялото се отварят чрез вода, която предизвиква изпотяване. (*СВЕТОТО МЯСТО* - 122)

Изпотяването става най-добре с пиене гореща, вряла вода от 1 до 10 чаши Най-много. (*ПЪТЯТ НА УЧУНИКА* – изд. на Просветния комитет – 60)

За да дишаш правилно, ти трябва да свържеш ума си с истината, да си хармонират, сърцето трябва да бъде в хармония с доброто, а волята - в хармония с правдата. И тогава, като отправиш ума, сърцето и волята си към праната, тя влиза в тялото и направлява неговите функции. Само при това положение човек може да бъде щастлив. (*ПЪТ НА ЗАЗОРИЯВАНЕ* - изд. ИК „Жануа – 98” - 1999 г. София - 226)

Жизнената енергия, която трябва да освежи организма ви, идва от гръбначния стълб. Мозъкът на гръбначния стълб има свойство да поглъща праната от въздуха и да я предава на целия организъм. Гръбначният мозък е главен приемник и предавател на праната. Първо тя отива в малкия мозък, а оттам в главата. Яви ли се някакво подпушване в малкия мозък, праната не може да продължи пътя си към главния мозък, а това се отразява зле на целия организъм. (*МИСЛИ ЗА ВСЕКИ ДЕН* - 06.10.1989)

Ако става подпушване на някое от каналчетата на гръбначния стълб, човек губи своята жизненост. (*СВЕТОТО МЯСТО* – 124)

Но се запитайте, защо хората ядът тъй много. За да придобият сол (прана). Когато добият достатъчно сол (прана) няма да ядът много. (*СИЛА И ЖИВОТ* - II том - изд. 2006 г. - 334)

Преди всичко храната трябва да се задържа по-дълго в устата, за да може част от енергията ѝ да се всмукне от езика Чрез езика енергията се предава в мозъка, а оттам в сърцето. Езикът възприема духовната енергия от храната, която по друг начин не може да се възприеме. За да се ползва човек от тази енергия, човек трябва да бъде свободен, да не се безпокои. Ето защо, когато

се храни, човек трябва да бъде добре разположен, да не се тревожи. (*СВЯТОТО МЯСТО* - изд. 1939 г., *София* - 3)

Когато започнете с яденето, първото условие, което ви се налага, да изхвърлите от себе си всяко недоволство. (*СИЛА И ЖИВОТ* - II том - изд. 2006 г. - 335)

Правил съм различни опити с храната, ял съм по две ябълки и малко хляб, и съм бил доволен... Не пренебрегвайте тази малка сол (прана) в света - тя е като малкото житно зрънце, от което се раждат велики неща. (*СИЛА И ЖИВОТ* - II том - изд. 2006 г. - 336)

И малко хляб да имате, ще трябва да го обикнете, за да може тази енергия, която се съдържа в него, да проникне във вашия организъм, след което вие ще почувствате една приятност. (*СИЛА И ЖИВОТ* - II том - изд. 2006 г. - 335)

Когато човек е разположен и спокоен, може по-лесно да приеме енергиите при хранене – праната. (*АКОРДИРАНЕ НА ЧОВЕШКАТА ДУША* - II том - 189)

Ще пиете вода и то на гладно, от 100 до 150 грама на глътки. Ще изпивате на ден по 1/2 до 1 кг. вода, от което ще извадите необходимата храна за вашите артерии. (*СИЛА И ЖИВОТ* - III серия - изд. 1929 г. Русе – 11)

За всеки организъм е точно определено колко вода трябва да употребява всеки ден. (*СТЕПЕНИ НА СЪЗНАНИЕТО* – 106)

Първото, което трябва да се развива у вас, то е благодарността за всичко, което имате... Ако всички приложите този велик закон за благодарността, той най-малко петдесет процента от всички работи на Земята ще се уредят. (*СИЛА И ЖИВОТ* - II том - изд. 2006 г. - 337)

Искаш да направиш човека по-добър - нахрани го, ако е гладен; напои го, ако е жаден. И когато го нахраниш с хляб и вода, дай му малко от твоята солчица (прана) и той ще се подобри... Ако срещнеш някого, който се е отчаял и иска да се самоубие, не му давай съвети, че това не е добре, че не трябва да се отчайва, но вземи го у дома си, нахрани го, напои го според твоя обичай и след един-два часа, като му се смели храната, кажи му: „Хайде сега да поприказваме.“ (*СИЛА И ЖИВОТ* - II том - изд. 2006 г. - 333)

Може да направите този опит: ако сте неразположени, срещнете своя близък, който е още по-неразположен, извикайте го у дома си, нахранете го и няма да забележите как Бог и двамата ви е осоллил. Една жена, недоволна от мъжа си, среща друга още по-нешастна - когато се съберат двете да се поразговорят, Бог ще осоли и двете. (*СИЛА И ЖИВОТ* - II том - изд. 2006 г. - 334)

Способният ученик отваря сърцето на професора си. От музикалното и даровитото дете излиза музикална енергия, от която учителят се ползва. Учителят черпи от своя способен ученик. От ученика излиза прана, с която той плаща на учителя си за уроците, които му преподава. (*ПЪТ НА ЗАЗОРЯВАНЕ* - изд. ИК „Жануа – 98” -1999 г. *София* - 218)

Златото е най-добрият проводник на живота, на праната, на жизнената енергия. Който има повече злато в кръвта си, той се радва на повече живот. Ако златото в човека е малко, той често боледува. (*ОТВОРЕНИ ФОРМИ* - 73)

Вие сте дошли на планината не само за чист въздух, както мнозина мислят, но сте дошли още и за прана, т. е, за животворните сили на електричеството и магнетизма. (*ЕЗИКЪТ НА ЛЮБОВТА* - 64)

Ако ти във волята си не приложиш правдата като метод, ако в сърцето си не приложиш доброто като една възможност и най-последно, ако не поставиш истината в ума си като една същина, ти не можеш да се ползваш от праната, от тази жизнена енергия. При това положение, тя не може да дойде и да се всели в организма ти, да го направи здрав. При това положение нито мисълта ти може да бъде ясна, нито сърцето и волята ти ще действат добре. Каквото богатство и да имаш, колкото сили до имаш, ти ще бъдеш недоволен, по-недоволен и от последния сиромах. (*ПЪТ НА ЗАЗОРЯВАНЕ* - изд. ИК „Жануа – 98” -1999 г. *София* - 224)

РАЗПРЕДЕЛЕНИЕ НА ПРАНАТА

Когато праната не е еднакво разпределена в човешкото тяло, раждат се болестите; когато праната не е еднакво разпределена в чувствата, ражда се недоволството; когато праната не е еднакво разпределена в мислите, ражда се безсмислието. Сега ще ви дам едно упражнение, което ще правите три пъти на ден: сутрин, на обед и вечер, преди лягане. (*ДВАТА ПЪТЯ* - изд. 1934 г. София - 74.)

Ръцете напред, в хоризонтално положение, с дланите надолу, към земята. Двата палеца и двата показалеца на пръстите се докосват така, че да образуват, красив триъгълник. След това, бавно разтваряне ръцете настрана, при което се образува полукръг. Дланите на ръцете се обръщат нагоре. Бавно свиване на ръцете до лактите; първите три пръста на ръцете хващат най-горната част на ухото (палецът остава от пред, а другите два пръста отзад). Тия три пръста се движат по ръба на ухото, до долната му част. При това движение, палецът върви по ръба на ухото, показалецът по задната страна на ухото, а средният пръст по предната му страна. След това ръцете се изправят напред, хоризонтално. Това упражнение ще се прави десет пъти наред, след което ръцете се спускат надолу, при положение, върхът на палеца допрян до върха на показалеца, всяка ръка самостоятелно. Като хващате горната част на ухото си, с това ще се създаде във вас малък морален подтик. Долната част на ухото има отношение към човешкия стомах. (*ДВАТА ПЪТЯ* - изд. 1934 г. София - 74, 75)

Като правите упражнението, ще пазите следните правила: ще седнете, ще запазите пълно спокойствие, ще издадете гърдите си напред. През всичкото време на упражнението умът ви трябва да бъде съсредоточен и да следи движението и на двете ръце. Смисълът на упражнението се заключава в това, именно, умът да се концентрира, да следи движенията на ръцете. Това концентриране е лесно, понеже умът минава от физическия към астралния свят. По-горе от астралния свят не отива. Ако умът отиде в по-отвлечен свет, няма да издържи. При това упражнение, както при всички други, добре е да отбелязвате състоянията, при които се намирате. Значи това упражнение ще правите три пъти на ден: сутрин, преди или след молитва, когато сте по-добре разположени; преди обед и вечер, преди лягане. Като правите упражнението, ще гледате никой да ви не вижда... Това упражнение ще ви научи да се концентрирате, да бъдете послушни. За тази цел вие трябва да бъдете, от една страна, жизнерадостни, а от друга – честни и искрени спрямо себе си. Това са състояния, присъщи на праната. Едното състояние засяга умствения свет, другото - физическия, а движението, което минава през средата, между първите две, засяга сърдечния, т. е. астралния свят. Още тази вечер, преди лягане направете упражнението си. Като правите упражнението, ще дишате дълбоко, да поемате от животворната прана. (*ДВАТА ПЪТЯ* - изд. 1934 г. София - 75, 76, 77)

Като поставите ръцете си на долната част на ухото, някои от вас ще пожелаят мляко; други - да ядат варено жито, или орехи, или друго нещо. Най-различни неща за ядене ще минат през ума ви. (*ДВАТА ПЪТЯ* - изд. 1934 г. София - 77)

АКУМУЛИРАНЕ НА ПРАНАТА

За да се избегнат болестите, както и противоречията в живота, всички учени хора започват да изучават праната и акаша, да могат правилно да се ползват от тях. (*ПЪТ НА ЗАЗОРЯВАНЕ* - 218)

За да се ползва от праната човек трябва да изучава нейните закони, защото от неправилното разпределение на праната в човешкото тяло произлизат различните болести. Когато праната не е разпределена еднакво в човешката глава, заражда се главоболие; ако не е разпределена еднакво в

дробовете, явява се туберкулоза; ако не е правилно разпределена в стомаха, явява се разстройство в стомаха, вследствие на което храносмилането не става правилно; ако в мускулите не е правилно разпределена, явява се ставен ревматизъм. Изобщо болестите произтичат от неправилното разпределение на праната в човешкия организъм. В някои органи има повече прана, а в други по-малко. Науката за праната има за цел да разпредели тази енергия равномерно между всички органи и клетки, да не бъдат едни бедни, други богати, да не страдат едни за сметка на други, но всички клетки да живеят добре. (*ПЪТ НА ЗАЗОРЕЯВАНЕ - 217*)

Индусите подържат, че човек не може да има един здрав организъм, ако не разбира законите на праната. В този смисъл дишането не е нищо друго освен метод за акумулиране на праната. И мисълта, и чувстването, и постъпките са методи за акумулиране на праната. Защо трябва да постъпва човек правилно? За да може да събере праната и да я употребява правилно. (*ПЪТ НА ЗАЗОРЕЯВАНЕ - 217*)

Следователно, ако ти във волята си не приложиш Правдата като метод, ако в сърцето си не приложиш Доброто като една възможност и най-после, ако не поставиш Истината в ума си като същина, ти не можеш да се ползваш от праната, от тази жизнена енергия. При това положение, тя не може да дойде и да се всели в организма ти, да го направи здрав. (*ПЪТ НА ЗАЗОРЕЯВАНЕ - 224*)

Когато хората искат да бъдат добри, те трябва да развият сърцето си, да придобият прана. Доброто е необходимо, за да бъде сърцето здраво. Умът като мисли, търси Истината, защото само чрез Истината праната се акумулира. Само така човек може да мисли правилно. Като упражнява волята си да постъпва справедливо, човек пак събира прана в себе си. (*ПЪТ НА ЗАЗОРЕЯВАНЕ - 224*)

ИЗГУБВАНЕ НА СОЛТА (ПРАНАТА)

Съвременните хора са изгубили голяма част от първоначалната прана на своя организъм, вследствие на което движенията в тях са слаби. За да могат хората да се разбират, да се обичат, да учат, трептенията на движенията в тях трябва да бъдат еднакви, т. е. еднородни. Разнородните трептения на движенията в хората са причина те да се отдалечават едни от други и да не се разбират. (*ДВАТА ПЪТЯ - изд. 1934 г. София - 78*)

Обезсолели сте - ако сте били богати, осиромашавате; ако сте били умни, оглупявате. Щом изгубите солта, изгубвате и смисъла на Живота... Явява се епикурейската философия, според която човек трябва да има много жени, да опита всичко. Може да опитате всичко, но тогава ще бъдете изхвърлени и тъпкани от всички разумни хора, докато се осолите. (*СИЛА И ЖИВОТ - II том - изд. 2006 г. - 336*)

Жената готвила цели четири часа... отлично ядене е приготвила; дохожда мъжът отвън недоволен, намръщен - жената остава като попарена и ето че всичката сол (прана) отива. На втория ден - жената пък е недоволна от нещо. Ядете и не усвоявате нищо от тази сол (прана), защото сте недоволни. (*СИЛА И ЖИВОТ - II том - изд. „Бяло Братство” 2006 г. - 335*)

Когато организъмът изгуби солта (прана) си, той изгубва своята основа и вследствие на това се явяват всички болести. (*СИЛА И ЖИВОТ - II том - изд. 2006 г. - 325*)

Казват за някого: „Той е неврастеник” - аз казвам: той е изгубил солта (прана) си, у него енергията изтича... Нервите, артериите на един неврастеник, на много места има пукнатини, от които изтича енергия. Такъв човек е слаб. (*СИЛА И ЖИВОТ - II том - изд. 2006 г. - 325*)

Ако умът, сърцето и волята ти не работят, ти ще се лишиш от праната, която ти е необходима. Щом се лишиш от праната в мозъка, ще страдаш от главоболие, вследствие на което мисълта ти няма да функционира правилно. Ако не мислите и не чувствате и не постъпвате

правилно, вашата дихателна, както и стомашната ви система, а също така и нервната ви система ще се лишат от праната и няма да извършва правилно своите функции. (*ПЪТ НА ЗАЗОРИЯВАНЕ - 217*)

ПРИЧИНА ЗА ИЗГУБВАНЕ НА ПРАНАТА

На първо място това са необузданите човешки страсти. След всяка страст, от какъвто и характер да е тя, човек чувства слабост. (*СИЛА И ЖИВОТ - II том - изд. 2006 г. - 326*)

Всяка мисъл, всяко желание, което не служи за съграждане на човешката душа, което руши, то не е необходимо желание, то е обезсоляване. *СИЛА И ЖИВОТ - II том - изд. 2006 г. - 326*)

Жената готвила цели четири часа, какво ли не е турила в яденето за вкус и действително, отлично ядене е приготвила; дохожда мъжът отвън недоволен, намръщен - жената остава като попарена и ето че всичката сол (прана) отива. (*СИЛА И ЖИВОТ - II том - изд. 2006 г. - 335*)

За да не изгубите солта (прана), вие трябва да се пазите от незаконни Пожелания. (*СИЛА И ЖИВОТ - II том - изд. 2006 г. - 331*)

ОСОЛЯВАНЕ - ТЪПЧЕНЕ - СТРАДАНЕ

Христос казва на своите ученици: „Вие сте солта и ако солта изгуби своята сила т. е. обезсолее, тя не струва нищо, освен да се хвърли навън и да се тъпче от човеците.” А защо именно да се тъпче обезсолялата сол? Тъпкането е реакция, за да се осоли пак солта. Когато страдате, това е тъпкане: изхвърлят ви Ангелите навън между хората и вие ставате слаби... Ще бъдете изхвърлени и тъпкани от всички разумни хора, докато се осолите. И след това ще дойде вторият процес - ще дойде Светлината, ще просветне в ума ви и тогава ще разберете защо страдате. (*СИЛА И ЖИВОТ - II том - изд. 2006 г. - 336*)

Когато някой мъж тъпче жена си, нека тя си каже: „Тъпчи ме, за да се осоля!”. Мъж, който е тъпкан от жена си, показва, че няма сол (прана). (*СИЛА И ЖИВОТ - II том - изд. 2006 г. - 326*)

Когато някой млади се вземат по любов, отиват на църква, свещеникът им чете молитва, всички ги целуват. След един месец те се разделят – „тигърът” взел невестата или младоженеца. Тези хора са обесолели, ще бъдат изхвърлени. Ако стане развод между тях, те са обесолели и такива хора не трябва да се събират на едно място. Мъж или жена - нека се потъпчат. (*СИЛА И ЖИВОТ - II том - изд. 2006 г. - 330*)

Имате приятели - не ви разбират, децата - не ви обичат, между вярващи сте - не ви разбират. Изкуство е сега да разберете у кого е грешката - те ли нямат сол (прана) или вие. Дето има сол (прана), там е Правото, дето няма сол (прана), няма Право. Щом нямаш сол (прана), ще кажеш: трябва да ме потъпчат... Безразлично кой ви тъпче; не забравяйте, че това е от Бога. (*СИЛА И ЖИВОТ - II том - изд. 2006 г. - 329*)

Страданията са необходими - те са пътят към осоляването, осоляването е пътят към Виделината, Виделината - към Любовта, а Любовта към Бога. (*СИЛА И ЖИВОТ - II том - изд. 2006 г. - 329*)

Встъпим ли в Пътя да търсим Бога, веднага светът ще вземе друг вид от този, който е имал досега. (*СИЛА И ЖИВОТ - II том - изд. 2006 г. - 329*)

ЛЕКУВАНЕ

Искате ли да се лекувате по природосъобразен начин, трябва да използвате главно месеците **април** и **май**, когато Природата е богата с **жизнена енергия**. Всеки ден от тия месеци струва милиони лева. Това, което човек може да придобие през тези месеци, в никое друго време не може да го придобие. Никоя аптека в света не може да даде на човека това, което Природата му дава... Ако знае как да използва енергиите на Природата, в един месец само човек може да придобие толкова, сили и идеи, че дето мине, да остави нещо бодро и свежо от себе си. (*СВЕТТО МЯСТО - 126*)

ПРАНА ЗА ДРУГИТЕ ХОРА

Често хората се питат: Защо светът не върви тъй добре? - Няма сол в света. Сол дайте на хората! Не се изисква много сол. Трябва ви 1/4 кг. от тази сол, за която ви говоря (за праната). С нея може да осолите целия български народ и той да стане един отличен народ, най-малко за 100 години. (*СИЛА И ЖИВОТ - III серия - изд. 1929 г. Русе - 3*)

Не пренебрегвайте тази малка „Сол” в света, тя е като малкото житно зрънце, от което се раждат велики неща. (*СИЛА И ЖИВОТ - III серия - изд. 1929 г. Русе - 101*)

Желая ви, да добиете поне един грам солчица, за да бъдете полезни членове на вашето семейство, общество, народ, да сте благодарни за всичко. Тогава ще бъдете умни, добри, трудолюбиви и работливи. (*СИЛА И ЖИВОТ - III серия - изд. 1929 г. Русе - 12*)

Всеки човек трябва да има поне една дарба в себе си, от която да излиза прана. С тази прана човек плаща на хората за услугите, които те му правят. (*ПЪТ НА ЗАЗОРЯВАНЕ - 218*)

Задачата на религиозните хора седи в това, да черпят прана за бъдещото поколение. Мнозина се питат каква е целта на религията. Целта на религията е да събира прана от Слънцето, която е тъй необходима за цялото човечество. Те събират тази енергия чрез сърцето си. Учените хора пък, които се занимават с науката и работят с ума си, те складират тази енергия, праната, освен за себе си, още и за бъдещото поколение. Те събират тази енергия още с добрия си живот и със силната си воля. (*ПЪТ НА ЗАЗОРЯВАНЕ - 225*)

И ДРУГИ ДА ПРОЧЕТАТ !

ВЪВ ВАША БИНА

ПРЕРАЖДАНЕТО

ОСНОВИ НА ЗДРАВЕТО

1. ЗДРАВЕ И ХИГИЕНА
2. ЧИСТОТА И ЗДРАВЕ
3. СЛЪНЦЕ И ЗДРАВЕ
4. ЦВЕТНИТЕ ЛЪЧИ НА СВЕТЛИНАТА
5. МИСЛИ, ЧУВСТВА И ЗДРАВЕ
6. ДИШАНЕ И ЗДРАВЕ
7. ПРАНАТА
8. ВОДАТА И ЗДРАВЕТО
9. ХРАНЕНЕ И ЗДРАВЕ
10. ЛЕЧЕБНО ГЛАДУВАНЕ
11. ДВИЖЕНИЕ И ЗДРАВЕ
12. РАБОТА И ЗДРАВЕ
13. ЗА КРАСОТАТА
14. РАДВАЙТЕ СЕ
15. ЖИВОТ И ДЪЛГОЛЕТИЕ
16. СТРАХЪТ И СТРЕСЪТ

БЗАИМООТНОШЕНИЯ

1. БЛИЗОСТ
2. ЖЕНИТБАТА
3. ЦЕЛУВКАТА
4. ОБХОДА - ДРУГИЯТ ДО ТЕБЕ
5. ГОВОРЕНЕТО
6. ОБМЯНА - МЕЖДУ ХОРАТА
7. ВЗИМАНЕ - ДАВАНЕ
8. ЛЮБОВ И ОБИЧ
9. ПОДАЙ РЪКА
10. ВЪЗДЕЙСТВИЯ ВЪРХУ ХОРАТА
12. ВЛИЯНИЯ
13. ВНУШЕНИЯ
14. ВЪЗВИШЕНИ СЪЩЕСТВА
15. АНГЕЛИТЕ И ХОРАТА
16. ДОБРОТО

1/18