

DZĪVĀS ĒTIKAS MOZAĪKA

Materiālu apkopojusi Anete Eihmane

6.daļa: Dažādi padomi un paskaidrojumi

10.nodaļa: Barība

329.

Dzīves pamatiem jābūt tīriem. Tiesa, daudzi divkājainie visu dzīvi pavada netīrumos; viņi kaut kā tomēr dzīvību velk, bet ikviens, kas pieradis pie tīrības, netīrumos smok nost.

Pilnīgi tas pats arī attiecībā uz barību. Kas pieradis pie tīras barības, tam nav veselīgi pildīties ar netīriem trūdiem. Kas pie netīras barības pieradis kopš bērnības, tas nav pakļauts sekām, bet viņam jāiegaumē, ka netīrajā barībā atrodas visbriesmīgāko slimību dīgļi. To var neapzināties vienīgi kādu laiku, bet tad sēja dos savu pļauju.

330.

Pat vienkāršai caurskatei ar stariem ārsts iepriekš paraksta sevišķu barību. Bet cik daudzkārt smalkāka ir saskare ar Ugunīgo sfēru. Jāsatavojas ne tikai ar barību vien, bet arī ar citiem iekšējiem un ārējiem nosacījumiem. Nosacījumi attiecībā uz barību nav komplicēti; galvenais – izvairīties no asinīm kā no sākotnes, kas izraisa emanācijas, kuras izsmalcinātam organismam nevajadzīgas. Bet pat galīgas nepieciešamības gadījumā var izvairīties no asinīm, lietojot kaltētu vai kūpinātu gaļu. Tāpat arī miltu un augu barības izvēlē ir iespēja piemēroties organisma stāvoklim. Bet to, ka pārmērība ir kaitīga, saprot ikviens arī bez Jogas. Un katram ir zināms arī par nevārītu produktu vitamīniem, bet visi šie nosacījumi, tāpat kā pārmērīga pranajama, salīdzinot ar sirds izpratni, nav nekas. Jūs paši zināt, kā uzliesmo ugunis un kā vada visskaistākās domas. Ne reizi vien varbūt esat dzirdējuši par Sadhu – negausīgiem sagrabējiem, bet viņi droši vien ļoti cītīgi izpildīja pranajamu. Tāpat arī, protams, esat dzirdējuši par dažiem Riši, kuri neatsacījās palīdzēt cilvēkiem, neraugoties uz visneiespējamākiem apstākļiem. Patiešām, katra piemiņas cienīga diena ir laba, lai atgādinātu par sirds uguns iemantošanu. Pārējie nosacījumi lietojami saskaņā ar sirds kādību. Sirds nepildīsies ar svešām vai dzīvnieku asinīm, jo sirds kādība to nepieņems.

331.

Izsmalcināta sirds ieteiks atsācīties no gaļas barības. Un Smalkās Pasaules izpratne norādīs ne tikai uz to, cik trūdpilnu produktu lietošana ir kaitīga, bet parādīs arī kādus kaimiņus pieaicina trūdēšana. Patiešām, grūti noteikt, kur lielāks ļaunums – gaļas lietošanā, vai nevēlamo viesu piesaistīšanā? Pat kaltēta un žāvēta gaļa, kas relatīvi ir mazāk kaitīga, tomēr ar savu smaržu pievelk Smalkās Pasaules izsalkušos, un ja tos vēl apsveiks kaut kādiem nejēdzīgiem vārdiem, tad izveidosies viskaitīgākā sabiedrība. Kā jūs jau esat dzirdējuši, daudzi uzņem barību klusēdami, vai arī apvienodami ēšanu ar atbilstīgām sarunām. Jebkura trūdēšana, protams, ir nepieļaujama, pat barības saknes nedrīkst nolaist līdz trūdēšanai. Cilvēkiem nav daudz vajadzīgs – pāris augļu, mazliet miltu ēdienu un piens. Tā iespējams iztīrīt ne tikai iekšas, bet izvairīties arī no daudziem kaimiņiem. Vai gan ārstiem, kuri pēti cīņas paņēmienu pret vēzi un aknu akmeņiem, nevajadzētu piegriezt vērību šai primitīvajai profilaktikai? Mēdz runāt gan par smaržzāļu kvēpināšanu un parfīmiem, bet dažās

DZĪVĀS ĒTIKAS MOZAĪKA

Materiālu apkopojusi Anete Eihmane

6.daļa: Dažādi padomi un paskaidrojumi

10.nodaļa: Barība

indes taču arī ir ļoti smaržīgas un tomēr nokauj apziņu! Nevajadzētu aizmirst arī šāda veida pētījumus.

332.

Velti cilvēki nepiegrīž vērību ēšanas sekām uztraukumā un īgna uzbudinājuma gadījumā. Ļoti spēcīgas indes rodas no tādas neprātīgas rīcības. Jāpaiet daudzām dienām, kamēr šīs indes izdalās. Vajag iegaumēt, ka ir daudz lietderīgāka badošanās, nekā kaitīga barība. Kā parasto pretindi uztraukumu un īgnu uzbudinājumu gadījumos ieteicu pienu visos veidos. Soda pastiprina piena iedarbību. Prasme apzināties uzbudinājumu jau ir ievērojams solis sirds audzināšanā. Ja uzbudinājums noticis, tad vajag prast to padarīt nekaitīgu. Bet bieži uzbudinājums sajaucas ar nogurumu, tad neaizmirsīsim muskusu un dažus fosfora veidus, tā saukto spermas šķidrums substancī un ziemeļtautu lietoto zivju eļļu, kā arī jaunu kumisu. Tāpat arī ielāgojiet, ka Skolotājs naktī sūta starus, bet pat šie stari iedarbojas spēcīgāk, ja tos apzinās. Senajo klusēšanai ēšanas laikā bija sakramentāla nozīme. Bet sakramentālais jēdziens ietvēra sevī arī dziedniecību. Tā bieži vien ir iespējams nostiprināt sirdi un nervus lietojot barību lietderīgi. Mēs neesam Lukulli, bet ikvienai dzīves norisei jābūt lietderīgai. Daudzi darbinieki ir paši sevi saindējuši. Ķīnieši dažkārt barojuši ienaidnieku ar sakaitināta gaiļa aknām – tik asprātīga ir cilvēku viltība. Bet Jaunajā Pasaulē visam jābūt virzītam uz Labumu.

333.

Veltīgi cilvēki meklē jaunus ārstniecības līdzekļus, iekams nav likuši lietā vecos. Pat pienu un medu pietiekami neliek lietā. Bet kas gan var būt derīgāks par augu produktiem, ko pārstrādājusi sekojošā evolūcija. Piens un medus ir bezgala daudzveidīgi, tāpēc tie noder kā labākā profilakse, ja tos lieto saprātīgi un zinātniski. Jautājums nav par to, ka jāēd medus un jādzer piens, bet vispirms jāzina, kāds piens un kāds medus? Ir pareizi domāt, ka vislabākais medus būs no vietām, kas bagātas dziednieciskiem augiem. Jāsaprot, ka bites no sava ienesuma spēj radīt noteiktus kombinējumus. Leģendai par bitēm ir nolūks vērst uzmanību uz medus īpatnējo kvalitāti.

Arī daudzi augu produkti prasa izpētīšanu. Cilvēku attiecība ir tik primitīva, ka tos apmierina apzīmējumi –labs un nelabs, svaigs vai bojāts, pie kam tie sajūsminās par produktu apmēriem, aizmirstot, ka mākslīgie apmēri bojā kvalitātes vērtību. Pat šādi primitīvi apsvērumi netiek ņemti vērā. Dzīvotspējas īpašību attīstība jāsmēlas no visām dabas valstīm.

334.

Cilvēki ne tik vien kā nepievērš uzmanību zemes emanācijām, viņi pat nepadomā par viņu lietoto ūdeni, kaut arī pieraduši ārstēties ar ūdeņiem. Aizsardzībai cilvēki izdomājuši lietot vārītu ūdeni, aizmirstot, ka daži ūdens organismi vārītā ūdenī dzīvot nevar. Tiesa, vārot iet bojā daudzi mikrobi, bet toties atdziestot tieši vārītais ūdens uzņem atmirušo atmosfēras daļiņu vislielāko skaitu.

DZĪVĀS ĒTIKAS MOZAĪKA

Materiālu apkopojusi Anete Eihmane

6.daļa: Dažādi padomi un paskaidrojumi

10.nodaļa: Barība

Ja gribat pazemināt smadzeņu uztveres spēju, dzeriet ilgi stāvējušu, aukstu novārītu ūdeni, tas piešķir organismam miegainu pelējumu.

Mācām vārītu ūdeni lietot tikai svaigu, ļoti karstā stāvoklī.

Mūsu Kopiena izmanto avotus, attīrīšanai pievienojot alunītus un pumeku.

Tīrs ūdens ne vien slāpes veldzē, bet ozonē arī visu atmosfēru.

Ievainojumus dziedējam, iemērcot tīrā ūdenī. Gaisma un ūdens – Mūsu zāles. Mūsu Kopienas pūles vērstas uz vienkāršākajiem līdzekļiem.

335.

Cilvēkiem nevajag turēt dzīvokļos neko trūdošu. Rūgšanas process vai nesvaigs ūdens pievelk nevēlamas būtnes. Kad attīstīsies Smalkās Pasaules būtņu fotografēšana, tad būs iespējams uz filmas parādīt siera gabala, gaļas vai svaigas rozes apkārtnes starpību. Loģiskās pierunāšanas vietā varēs redzēt, ka gaļas pievilināto būtņu izskats nav pievilcīgs. Šie trūdēšanas cienītāji pavada gardo kumosu pat līdz pašai mutei. Tāpat pirms auras fotografēšanas iespējams apgūt pieredzi fotografējot priekšmetus un to apkārtni. Pieredzei, kā vienmēr, vajadzīga pacietība un cītība. Jāsāk fotografēt no raksturīgākajiem priekšmetiem. No tīrajiem aromātiem – priekšroka dodama rozei, tā satur ļoti izturīgu eļļu. Bet nav jāaizmirst, ka ziedi jāņem pirms trūdēšanas. Norādu uz rozēm, jo tās satur vislielāko ugunīgās enerģijas kvantumu. Tāpēc arī rožu mīļotāji tuvi ugunīgajai enerģijai. Būtnes, kuras barojas ar trūdiem, izvairās no ugunīgās enerģijas aromāta. Šāds norādījums pieņemams gluži vienkārši un kā izziņa no aptiekas.

336.

Psihiskā enerģija spēj uzrādīt gan barības kvalitāti, gan indes kaitīgumu. Patiesi, cilvēks pats sevī nes pārbaudes akmeni. Šo pašu enerģiju sekmīgi var pielietot arī slimību noteikšanai. It sevišķi iespējams izsekot apstākļu svārstībai.

337.

Augstākās enerģijas daļiņām, kuras atrodamas ikvienā cilvēciskā organismā, atbilstīgi jābūt arī citās Dabas valstīs. Dzīvnieku valsts un augu valsts prot saglabāt daļiņu enerģijas arī Smalkajā Pasaulē. It īpaši daži dzīvnieki, kas bijuši Cilvēka tuvumā, saglabā zināmu saiti ar smalkā iemītnieka organismu. Kad ieteicu žēlsirdību pret dzīvniekiem, tad domāju, ka labāk ir sastapt mazus draugus, nekā ienaidniekus. Protams, visā ir jāsaglabā samērība, citādi var saņemt kaitīgus dzīvnieku izstarojumus.

Tāpat, kad norāda uz augu barību, pasargāju smalko ķermeni no piesātināšanās ar asinīm. Asiņu būtība ļoti spēcīgi piesātina ķermeni un pat smalko ķermeni. Asinis ir tik kaitīgas, ka pat ārkārtējos gadījumos Mēs atļaujam tikai saulē kaltētu gaļu. Tāpat

DZĪVĀS ĒTIKAS MOZAĪKA

Materiālu apkopojusi Anete Eihmane

6.daļa: Dažādi padomi un paskaidrojumi

10.nodaļa: Barība

var izmantot tās dzīvnieku daļas, kur asiņu substance pilnīgi pārstrādāta. Tā augu barībai ir nozīme arī Smalkās Pasaules dzīvē.

338.

Smalkās enerģijas attīstībai ir kaitīga katra asiņaina barība. Ja cilvēce spētu atturēties no liķu ēšanas, evolūcija paātrinātos. Gaļas cienītāji ir mēģinājuši to atasiņot, bet nav varējuši sasniegt apmierinošus rezultātus. Gaļa, pat atasiņota, nespēj pilnīgi atbrīvoties no šīs spēcīgās vielas emanācijām. Saules stari līdz zināmai pakāpei izgaicina šīs emanācijas, bet viņu izplatīšanās izplatījumā nav mazāk kaitīga. Lūkojiet izdarīt psihiskās enerģijas eksperimentus lopkautuves tuvumā un sekas būs – akūta ārprāta pazīmes; nerunājot nemaz par būtņēm, kas piesūcas vaļējām asinīm. Ne bez pamata asinis dēvēja par svētām.

Tā iespējams novērot dažāda tipa cilvēkus. It sevišķi var pārliecināties, cik ļoti spēcīgs ir atavisms. Prasību pēc asiņainās barības pastiprina atavisms, jo daudzas paaudzes ir piesātinājušās asinīm. Valstis, diemžēl, nerūpējas par iedzīvotāju atveseļošanu. Valsts medicīna un higiēna atrodas uz zemas pakāpes. Medicīniskā pārraudzība nav augstāka par policejisko. Neviena jauna doma neiespiežas šais novecojušās iestādēs. Tās spēj tikai vajāt, bet ne palīdzēt.

Un tomēr – ceļā uz Brālību nedrīkst būt lopkautuvju.

339.

Jūs rakstāt, ka kāds ir sašutis par to, ka Dzīvās Ētikas Mācības grāmatās atļauta gaļa žāvētā vai kaltētā veidā, kamēr visas citas Mācības vispār neatļauj lietot gaļu. Uz to atbildēsim, ka jautātājs, varbūt, nav pietiekami iesavinājis viņa minēto Mācību garu un nav arī pilnīgi iepazinies ar visām “Dzīvās Ētikas” grāmatām. Viņš nav ievērojis vai arī pavirši izlasījis sarunas, kas pieskaras barības jautājumiem. Bet iekāms paskaidrot žāvētas vai kaltētas gaļas lietošanas atļaujas iemeslus, man gribētos zināt – vai jautātājs visās savās rīcībās ievēro ētiskos likumus tik pat cītīgi, kā barības ierobežojuma jautājumā, un tad atgādināt, ka arī Kristus sacījis: “Uzklausiet un izprotiet – ne tas, kas ieiet cilvēka mutē apgāna to, bet tas, kas iznāk no mutes, apgāna cilvēku.” Arī budistu tekstos sacīts: ja sasniegumus nosacītu tikai atteikšanās no gaļas barības, tad zilonis un govs jau sen būtu visu sasnieguši. Askētismam nav nozīmes prāta atbrīvošanā no zemes saitēm; daudz grūtāk ir atrast pacietīgu cilvēku, nekā tādu, kas pārtiek no gaisa un saknēm...” – Jā, visgrūtāk cilvēkam ir apjēgt, ka galvenam šķīstījumam ir jābūt domu un nodomu šķīstījumam un apziņas paplašināšanai, jo karmu rada, vispirmām kārtām, domas. Kad cilvēks ir cildens garā, kad ir notikusi centru ugunīgā transmutācija, tad tas savā iekšējā ugunī spēj padarīt nekaitīgas viskaitīgākās vielas, viņa spēcīgi darbīgā psihiskā enerģija šķīsta visu un pārveido visu. Daudziem, kas ievēro stingru augu barības diētu, bet tanī pašā laikā nepalaiž garām gadījumu ļauni patenkot, vajadzētu iegaumēt tikko minētos cilvēces Lielāko Skolotāju izteicienus.

DZĪVĀS ĒTIKAS MOZAĪKA

Materiālu apkopojusi Anete Eihmane

6.daļa: Dažādi padomi un paskaidrojumi

10.nodaļa: Barība

Tāpat arī atgādināsim jautātājam, ka ir apvidi, piemēram, Tibetā un Mongolijā, kur gandrīz nav iespējams dabūt saknes, jo tās tur vai nu neaug, vai arī nenogatavojas. Budistu mūki spiesti pārtikt vienīgi no miežiem un aitu vai jaku gaļas, bet tomēr viņu vidū sastopamas cēlas dvēseles.

Tagad atgādināšu dažus “Dzīvās Ētikas” paragrāfus, kurus jautātājs, šķiet, nav izlasījis līdz beigām. Grāmatā “AUM” 277. paragrāfa beigās sacīts: “Kad ieteicu augu barību, pasargāju smalko ķermeni no piesātinājuma ar asinīm. Asins būtība ļoti stipri iesūcas ķermenī un pat smalkajā ķermenī. Asinis ir tik ļoti nevēlamas, ka pat ārkārtējos gadījumos Mēs atļaujam tikai saulē kaltētu gaļu. Tāpat arī tikai tās dzīvnieku daļas, kurās asins substance pilnīgi pārstrādāta. Tā augu barībai ir nozīme arī attiecībā uz dzīvi Smalkajā Pasaulē.”

Tā kāda, it kā “Dzīvās Ētikas” Mācības sekotāja ir rakstījusi man, ka, diemžēl, Mācības grāmatās nekur neesot norādījumu par atturēšanos no alkohola?! Bet jau “MDL”II daļā norādīts, ka alkohola un narkotisku vielu lietošana laupa cilvēkam divas trešdaļas dzīvesspēju, un grāmatā “Vienkopa” sacīts, ka “dzeršana ir katras psihomehānikas ienaidniece”, psihiskās enerģijas ienaidniece, kas ir mūsu esamības pamats. Šķiet, ka stiprāki pasacīt nevar, bet cilvēki nepūlēdamies pamatīgāk iepazīties ar Mācību, sāk melot un ļaunprātīgi iztulkot. Viņi pat neizprot, ka tad, ja Mācība runā par pašdisciplīnu, par garīgo un miesas tīrību, tad, protams, domāta arī atturēšanās no visādām pārmērībām, no organismam kaitīgām vielām un ieradumiem, lai tie būtu kādi būdami.

Par šo tematu ir Saruna grāmatā “Pārzeme”. “Pretojoties Mūsu Norādījumiem rodas ne mazums briesmīgu seku. Vieni pretojas visderīgākajiem padomiem, citi gan ārēji tos pilda, bet iekšēji noraida. Jāpievērš uzmanība pēdējam apstāklim.”

Man šķiet, ka citētās Sarunas pilnīgi noskaidro “Dzīvās Ētikas” nostāju pret barību un alkohola lietošanu.

340.

Ir cilvēki, kuri gan daudz mēdz runāt pret asins izliešanu, bet paši labprāt ēd gaļu. Daudz pretrunu ir cilvēkā. Vienīgi psihiskās enerģijas izkopšana spēj veicināt dzīves harmonizāciju. Pretrunas – nav nekas cits, kā nekārtība. Dažādajiem slāņiem ir katram savs atbilstīgs saturs. Bet vētra var sajaukt viļņus un pēc tam ne tik drīz iestāsies pareizā plūsma.

341.

Tibetā, lai ieaudzinātu niknumu zirgos, tos baro ar leoparda gaļu. Radžputranas kšatriji lietoja gaļas ēdienus, lai uzturētu kareiviskumu; pat šie divi piemēri parāda gaļas lietošanas jēgu. Ne jau izsmalcināšanās dēļ cilvēki nonāvē tik daudz vēršu, viņi, līdzīgi trigloditiem, gatavi aprīt lāčus. Vajag izsekot dzīvnieku masveida nonāvēšanas gaitu, pie tam pilnīgi apzinīgi. Cilvēki zina, ka saknes vai augļi dod vairāk dzīvības enerģijas, nekā kausis asiņu, bet viņi lūdz dot tiem asiņaino gaļu un kāri alkst izbaudīt

DZĪVĀS ĒTIKAS MOZAĪKA

Materiālu apkopojusi Anete Eihmane

6.daļa: Dažādi padomi un paskaidrojumi

10.nodaļa: Barība

šādu rupjību. Nav cita apzīmējuma šai asins rīšanas negantībai. Cilvēki ļoti labi zina, ka, lai uzturētu dzīvību, pietiek riekšavas prosas putraim vai miežu, bet viņu dzīvnieciskais instinkts cenšas degradēt prātu līdz zvēra stāvoklim. Vai gan tie nav zvēri, kas tiecas pārkost cits citam rīkli? Vai gan tumsa nekūda cilvēkus uz viszemiskākajām rīcībām? Neaizmirsīsim, ka masveida slepkavības, vienalga, vai tās notiek karā, vai kautuvēs, dara atmosfēru vienlīdz netīru un rada traucējumus Smalkajā Pasaulē. Ir jāsaprot, ka ikkatra apzinīga slepkavība satricina visu apkārtējo atmosfēru. Pie tam šādas rīcības pastiprina tumsas un Haosa spēkus, traucējot ritmu. Jāatturas no dažādiem traucējumiem attiecībā uz Smalko Pasauli. Mēs varam atzīt augu un miltu, kā arī piena barību, tāpat arī olas, bet ļoti svaigā un šķidrā veidā. Jūs zināt, cik riebīgs ir jau pats gaļas ēdiena izskats, kad organisms ir pieradis pie augu barības. Tāpēc jāpieradinās pie tīrākas barības un jāiegaumē, ka pat zilonis pavairo savus spēkus ar augu barību. Nav jādomā, ka cilvēki nabadzības dēļ ķeras pie gaļas barības. Ar vismazāko piepūli ir iespējams sagādāt augu barību, pie tam daudzi ļoti barojoši zālaugi un saknes netiek pat izmantoti. Var pamācīties no dažiem dzīvniekiem, tie pazīst dabisko barību daudz labāk, nekā cilvēks – gaļas rijējs. Nebīstieties, kad asins mīļotājs sāks zoboties par augu barību, tikai paturiet prātā viņu – viņš ir no tumsas. Daudzi ir vienaldzīgi pret gaļas barību, vienīgi ģimenes kroplīgie apstākļi tos piespieduši. Mēs nerunājam par viņiem, bet Mēs nožēlojam apzinīgos asinssūcējus un maitu rijējus. Tāpēc esiet vienkāršāki un delikātāki barības izvēlē.

342.

Pēc tam, kad ir atskārsts, ka ļoti kaitīgi ir ievadīt organismā nedzīvos audus, kļūst saprotams, ka gaļa organismam nevēlama. Vienīgi ceļojumu laikā var pieļaut zināmu kūpinātu gaļu, bet vispār ieteicu jums atturību. Lietderīgi ir turēt uz galda ābolus. Šo augļu būtība, kamēr tie nav sākuši bojāties, ir noderīga elpošanai.

343.

Attiecībā uz barības jautājumu var pieminēt, ka nepieciešami katru dienu lietot kādas nevārītas saknes vai augļus. Tāpat arī nevārīts piens vērtējams augstāk, ja govš ir zināma. Vajadzīga arī rupja maluma maize. Tā iespējams nodrošināt pietiekamu daudzumu vitamīnu, pārspīlēti nepavairojot barības daudzumu. Tā ir iespējams neapgrūtināt sevi ar domām par uzturu. Tāda doma bieži vien aptumšo daudzus vērtīgus centienus. Tas, kurš ir atradis fizisko un garīgo prasību līdzsvarojumu, stāv jau uz Augstākās Pasaules izpratnes robežas.

344.

Ir pareizi izzināt vitamīnu nozīmi, bet šai gadījumā ir jāizdara mēģinājums attiecībā uz psihiskās enerģijas iedarbību. Top redzams, ka vitamīnu apzinīga uzņemšana daudzkārt pavairo viņu derīgumu. Tāpat var pamanīt, ka vitamīni, kas uzņemti dusmu brīdī, spēj pastiprināt imperilu līdzko neapzinīgā enerģija pastiprina punktu, kur sakopota apziņa. Kļūst saprotams, kāpēc pie senajiem barības uzņemšanu uzskatīja par svētu. Var saprast, cik lielā mērā izpratne pavairo visas enerģijas. Cik daudz ne

DZĪVĀS ĒTIKAS MOZAĪKA

Materiālu apkopojusi Anete Eihmane

6.daļa: Dažādi padomi un paskaidrojumi

10.nodaļa: Barība

visai grūtu mēģinājumu ir iespējams izdarīt pat ar skopiem novērojumiem. Lai pastiprinātu cieņu pret apziņu, var nosaukt enerģiju par Atmu, vai par psihisko, par dzīvību, vai par svēto, bet tās vērtību ir nepieciešami izpētīt; jo pa šo kanālu tuvojamiem Tohatam vai atomiskai enerģijai. Vajag novērot mikrokosmā un formulu pārnest uz Bezrobežību.

345.

Vitamīnu pazīšana ir nākamā laikmeta zīme. Bet vitamīnu fiziskajai dabai jāpievieno apzinīga psihiskā enerģija un tad atrisināsies daudzas fiziskās un garīgās dziedniecības prasības. Vitamīnu ieņemšanu var sākt ar attiecīgu domu. Domas ietekmi var novērot pat visvienkāršākajās fiziskajās norisēs. Piemēram var mest bumbu ar vienādu fizisku piepūli, bet, pavadot dažādām domām, un, protams, arī trieciena spēks būs atšķirīgs. Tā top redzams, cik lielā mērā mēs paši aizkavējam vai veicinām pat mūsu parastās darbības. Skolās jāieved līdzīgi eksperimenti, vienkāršie fiziskie aparāti palīdzētu parādīt domas spēku. Paši vitamīni pieder psihiskās enerģijas jomai, citiem vārdiem sakot, pieder ugunīgajai sfērai, tātad savienošanās ar ugunīgo domu dos visspēcīgāko kombināciju.

346.

Varbūt septītais vitamīns ir Uguns. Jau pietiekami skaidri norādīts, ka tīra gaisa uzņemšana cilvēka būtībai daudz atbilstošāka nekā pilsētas gaisa elpošana. Bet ar tīrības jēdzienu jāsaprot īpašs ugunīgs piesātinājums. Kalnos cilvēki spēj ilgāk iztikt bez barības un viņiem nav vajadzīgs miegs. Gara barība jeb Agni spēj viņiem dot piesātinājumu, neprasot smagus barības produktus. Lai izdara Prānas sātīguma novērojumus augstienēs.

347.

Ceļā uz Brālību nodrošināsimies ar uzticēšanos. Nerunājam par kaut kādu aklu ticību, bet par uzticēšanās kādību. Ir jāsaprot, ka mūsu īpašības ir vitamīnu avoti. Neuzticēšanās vai šaubu īpašība ir labāko vitamīnu nesēja. Kādēļ piesātināties ar mehāniskiem vitamīniem, kad mēs paši esam vislabākie to ražotāji, pat visaugstākā pakāpē.

Kad ārējie vitamīni nokļūst dabīgajos avotos, tad tie var iedarboties pilnā jaudā. Bet pat labākie augu vitamīni, iekļūstot saindētos organismos, nespēj izraisīt savas labākās kādības. Tālab Mēs cienījam tos organismus, kuros cilvēka dabas pamatkādības atradušas savu izpausmi.

Būtne, kas pilna šaubu, nav noderīga sākotnējai sadarbībai. Tāpat nespēj apjaust Brālības cēlo disciplīnu. Tieši disciplīnu, jo citādi nevar dēvēt labprātīgo harmoniju, kas ir likta Brālības darbības pamatos.

Brāļi apvienojas darbam, un bez uzticēšanās nebūs darba kvalitātes.

DZĪVĀS ĒTIKAS MOZAĪKA

Materiālu apkopojusi Anete Eihmane

6.daļa: Dažādi padomi un paskaidrojumi

10.nodaļa: Barība

348.

Protams, narkotiskas vielas un gaļas ēdieni neveicina fiziskā harmoniju ar astrālo. Protams, ir lieki runāt, ka ar varu piespiest nedrīkst, jo visām harmonizācijas darbībām jānorit samērīgi.

349.

Gribas vingrinājumus var sākt ar maziem ikdienas uzdevumiem. Piemēram, atsakoties no kāda nevajadzīga paraduma vai ar zināmu atturību no barības. Starp citu, jums būs interesanti zināt, ka cukurbiešu cukurs ir ļoti kaitīgs un, izejot jogiskās pakāpes, nav ieteicams. Vajadzētu pamazām no tā lietošanas atradināties. To var aizvietot ar medu, vai arī ar derīgu glikozes produktu, vai arī ar degstrītu – cukuru, ko iegūst no kukurūzas.

Cukurbietes kā dārzenis ir viena lieta, bet cukurbiešu cukurs, kā viņu apstrādā, ir īsta inde, sevišķi tā sauktais rafinētais. Tāpat ir kaitīga trekna barība. Liekās taukvielas aptauko nervu kanālus un daudzi sūtītie stari bezrezultatīvi peld pa virsmu. Viskaitīgākais ir cepts sviests, krējuma sviests pieļaujams ierobežotā daudzumā. Vislabākā barība ir visi piena produkti, augļi, biežputras, ķīseļi un neraudzēta maize. Zināma fiziskā ķermeņa attīrīšana ir nepieciešama, tā palīdz garīgi atbrīvošanai.

350.

Mums ieteica pieturēties diētai maiņai – vienu nedēļu tikai augu uzturs, kurā ietilpst arī visi augļi, vārītā un zaļā veidā. Otru nedēļu miltu un trešā – piena produkti. Protams, vienmēr vajag uzklaut organismam vajadzīgo un vēlamo un tādēļ katrai diētai jābūt elastīgai. No dārzeņiem – burkāni, sevišķi to sula, zaļie salāti, zirnīši, spināti, tomāti, pupas, bietes, zemes bumbieri, kāļi, artišoki, kartupeļi, skaitās visderīgākie, bet, protams, tas nenozīmē, ka citi dārzeņi ir slikti, bet tie ir vai nu nenozīmīgi, vai arī ne tik viegli pārstrādājami, vai arī tos var pieskaitīt stipri ārstnieciskiem, kā piemēram, spargēļi un selerijas, pirmie iedarbojas uz nierēm. Rutki nostiprina smadzeņu vielu. Sevišķi derīga to sula, kuru nepieciešams lietot tukšā dūšā. Zinu gadījumu, kad tika izārstēta nervu paralīze ar pilnīgu diētu un vienīgi ar rutku sulu.

Arī burkānu sula lietojama tukšā dūšā pie aknu saslimšanas. Tādos gadījumos burkānu sula pie stingras diētas, dzerama vairākas reizes dienā, šķiet, triju nedēļu ilgstībā. Vistu olas atļautas tikai ļoti šķidrā veidā. Ir sacīts, ka ķiploki, tos lietojot ilgi un intensīvi, sagrauj nieres, bet mūsdienu medicīna ar to nav vienis prātis un uzskata ķiploku par brīnišķīgu attīrītāju, par līdzekli, kas labi iedarbojas uz aknām. Ķiplokus plaši pielieto visos Austrumos, - vai ne tādēļ šeit tik plaši izplatīts diabēts?

No augļiem ļoti derīgi apelsīni, granāti, āboli, citroni, bet, protams, tas viss ļoti individuāli.

DZĪVĀS ĒTIKAS MOZAĪKA

Materiālu apkopojusi Anete Eihmane

6.daļa: Dažādi padomi un paskaidrojumi

10.nodaļa: Barība

351.

Pareizi novērots, ka pēc gaļas lietošanas vajadzīgi aptuveni trīs gadi, lai pieradinātos augu barībai. Bet ja jau tīri fiziskiem apstākļiem vajadzīgs tik ilgs laiks, tad ne mazāks termiņš nepieciešams apziņas pārveidošanai; ja vien karmiskie apstākļi nav sagatavojuši sevišķas iespējas. Pārveidot apziņu nozīmē ieiet īpatnā pasaulē; nozīmē apgūt visa notiekošā novērtējumu; nozīmē iet uz priekšu neatskatoties; nozīmē atmet sūrošanos un apgūt labvēlību. Vai neliksies savādi, ka vienlaikus ar termiņiem attiecībā uz barību jārunā par labvēlības ētisko jēdzienu? Bet, par laimi ikviens ārsts mūs atbalstīs, jo labvēlība ir labākais līdzeklis gremošanai. Cilvēkiem patīk, kad garīgos pamatus atbalsta arī padomi par barību.

352.

Neprātīgi rīkojas tie, kuri noteic savu uzturu ilgākam laikam. Uztura kurināmais vispirmā kārtā atkarājas no prasības. Bet šī prasība rodas atkarībā no kosmiskajām strāvām. Kosmiskās strāvas spēj gandrīz vai atņemt vajadzību piepildīt kuņģi un arī otrādi. Barība it sevišķi kaitīga ir sasprindzētu strāvu laikā. Tā var izraisīt aknu, nieru un zarnu konvulsiju slimības.

353.

Protams, visprātīgākais ir – uzņemt barību tad, kad tā ķermenim vajadzīga. Tāpat barības lietošana divreiz dienā būtu pietiekama, bet, ņemot vērā dzīves apstākļus, šis noteikums grūti izpildāms, tāpēc var ieteikt gremošanas traktam darbu noteiktās stundās. Viskaitīgāk ir lietot barību bez noteikta laika un bez vajadzības. Regulārs dzīves veids nav nekas apkaunojošs, jo vajag izturēties saudzīgi pret aparātu, kas ir veidots gadu tūkstošiem.

Pareizs ir apsvērumš, ka cilvēkam ir vajadzīgs ļoti mazs barības daudzums, bet tās kvalitātei jābūt tādai, kas apmierina. Nevajag lietot mākslīgi gatavotās skābes. Bojājies sviests bīstamāks pat par kaltētu sieru. Pierakstiet kā garantiju, ka viegli ir iespējams neapgrūtināt sevi ar barību.

354.

Ja barība un miegs ir pilnīgi nepieciešami, tad tomēr ir iespējams to visdažādākās normas, jo cilvēku organismi ir tik dažādi. Par mērauklu jāpieņem spēku izsīkums. Pie kam šo spēku krišanos uzreiz var arī nesajust un tas var kļūt jūtams tikai pēc zināma laika, pilnīgi negaidot. Tādēļ nenovediet sevi līdz spēka izsīkumam un visādā veidā saudzējiet dārgo ugunīgo enerģijas vielu.

355.

Nevis barības samazināšana, bet gan bezmiegs postā organismu. Jo cilvēkam daudz nevajag. Tā, garīga darba strādniekam pilnīgi pietiek uzņemt barību divas, daudz ja trīs reizes dienā. Pie tam pāris augļu vai saknes, mazliet miltu ēdiena, piena vai sviesta – tā ir labākā barība un diēta. Bet, protams, tam, kurš pieradis pie gaļas barības

DZĪVĀS ĒTIKAS MOZAIKA

Materiālu apkopojusi Anete Eihmane

6.daļa: Dažādi padomi un paskaidrojumi

10.nodaļa: Barība

un lielā daudzumā, pēkšņa pāriešana uz tīru augu un miltu barību vien, var būt grūta un var pat izsaukt nevēlamas reakcijas organismā. Tādēļ vienmēr vajadzīga uzmanība un pakāpenība. Bez tam, katrs gadījums ir ļoti individuāls! Bet atzīsim, ka vairums cilvēces slimību ceļas tieši no visādām pārmērībām un galvenokārt no pārēšanās. Amerikā, kur ļaudis ārkārtīgi spraigi strādā, ēd maz, pie tam viņi ir ārkārtīgi izturīgi un mirstības vecuma līmenis tur tagad daudz augstāks nekā dažās citās zemēs, kur ļaudis pieraduši sevi apgrūtināt ar barību.

356.

Kā gan var sevi iedomāties par bezmiesas garu, ja nav pārvarēta nejauša izsalkuma sajūta? Apgrūtināts kuņģis ir augšupejas beigu parādība. Vajadzīga mēra sajūta gremdējoties zemes dzīvē.

357.

Varat man jautāt – kādi fiziski paņēmieni noderīgi Agni Jogai? Ieteicu mazu pranajamu rītos, ne vairāk par 5 minūtēm, nevajag lietot gaļu; kā vienmēr noderīgi augļi, piens, dārzeņi, miltu ēdieni. Tāpat atmetami visi vīni, izņemot lietošanu ārstnieciskai vajadzībai. Opijs ir Agni Jogas ienaidnieks. Mākoņi pie debesīm Agni Jogam grūti panesami. Apavus ieteicu izolēt ar gumiju, un no rīta pastaigāties, izvairoties no dūmiem. Vīrišķīgi var uzņemt daudzveidīgos ziņojumus no dzīves, jo nav iespējams noteikt, kur ļauni un kur labi.

Cilvēks, kas ienesis dzīvē īsto Jogu, pilda savu lielo uzdevumu... Tā mūsu priekšā ir Agni Jogas pamati.

358.

Agni Jogai kaitīgs galdnieka un kalēja amats un veļas mazgāšana. Jābūt gatavam pārciest izplatījuma kaujas. Jāsaprot arī, kādā mērā uguns, kas atmodināta dzīvei, izsmalcina organismu. Hierarhiski taisnīgi esmu atzinis, ka jaunās Jogas radīšanas varoņdarbs ir augstāks par citiem uzdevumiem.

359.

Jogam jāuztur tīrībā elpojamie orgāni, kādēļ viņam norādīts uz karstu pienu, baldrianu un piparmētru. Jogam jātur tīrībā kuņģis un zarnu kanāli, tādēļ atzīta par labu lakrica un aleksandra pākstis. Jogam jāuztur tīrībā plaušas, tādēļ viņam arī dota alveja un sveķu saprātīga pielietošana. Jogam jāuztur tīrībā visam caurnirstīgā soma, tādēļ viņam jālieto muskuss. Ar tīrības jēdzienu, protams, jāsaprot arī dziedzeru veselīgais spēcīgums.

360.

Vai Jogs var justies noguris? Protams, var, ja jau viņš var pat slimot, bet viņš zinās, ka ir jāuzkrāj jauns enerģijas krājums. Viņš zinās, kur enerģija tikusi patērēta un mierīgi pielietos baldrianu un muskusu.

DZĪVĀS ĒTIKAS MOZAĪKA

Materiālu apkopojusi Anete Eihmane

6.daļa: Dažādi padomi un paskaidrojumi

10.nodaļa: Barība

Ir laime apzināties, ka mūsu aparātam vajadzīga enerģijas atjaunošana. Nogurums, ko radījusi pagātne, ir laime nākotnei. Jaunais uzkrājums vienmēr pārsniedz bijušo. Tātad piekusums ir mūsu draugs. Šā iemesla dēļ gudrā čūska pārmaina ādu, bet pa atjaunošanās laiku čūska nedzēļ. Čūskas zina, ka atjaunošanās veiksmē atkarājas no miera. Tāpēc cilvēks, kuram ir iemesls nogurt, saprātīgi sev piešķirs atpūtu, modinādams darbam pilnīgi citus centrus.

361.

Ēšanas laikā nevajag sevišķi kāpināt uguni. Tā nav nejaušība, ka dažī cilvēki pie galda ievēro klusumu. Tā visā ikdienas dzīvē izkaisītas vajadzīgās zināšanas.

362.

Protams, visi svaigie krējuma un biezpiena sieri ir ļoti derīgi. Tāpat ļoti derīgi arī holandiešu sieri. Holandiešu sieri lietojami ar noteikumu, lai tie ir svaigi un ka kuņģis tos ņem pretī.

363.

Aizrādiēt cik ceļā uz Mācību ļoti neatbilstīgi ir visi opija preperāti. Bezmiega saprātīgums drīzāk pietuvosies Mums.

364.

Ūdens magnetizācija tagad gandrīz atmesta, bet vēl nesen tā tika lietota tiklab gaišiem kā tumšiem mērķiem. Šādas magnetizācijas nozīme skaidra un vēlreiz norāda uz šāda procesa ugunīgumu. Lai nepazīstamus dzērienus padarītu nekaitīgus, kausu mēdza aizklāt ar roku, pieņemot, ka āda uzrādīs kaitīgo vielu pazīmes. Magnetizācijai lietoja arī ar dzelzi un litiju bagātus ūdeņus, bet izvairījās no visādiem sēra piemaisījumiem. Jau vissenākajos rakstos minēti domu sūtījumi caur ūdeni un eļļām. Piemēram, ievērojot tā organiskās daļiņas, magnetizācijai nelietoja, bet tā bija kļūda, jo veselas govys piens ļoti noderīgs. Bet senatnē baidījās no trakuma sērgas, un tāpēc izvairījās magnetizēt pienu.

365.

Augu metalizācija izdarāma ar lielu piesardzību. Vajadzīgas tieši speciālas zināšanas un iespējas laboratoriju pētījumiem. Augu aplaistīšana, teiksim, ar dzelzs šķīdinājumu, jāizdara ar lielu prasmi.