Митрополит Струмички Наум

Постојам,
значи љубен сум

БИБЛИОТЕКА ВОВЕДЕНИЕ
ВЕЉУСА 2019

Македонска Православна Црква –
Охридска Архиепископија, Јустинијана Прима
Струмичка епархија

Издава:
Манастир Воведение на Пресвета Богородица Елеуса
Велјуса

Лектура:
Петар Георгиевски

Книгата е издадена по повод 20-годишнината од востоличувањето на г.г. Стефан за Митрополит Скопски и Архиепископ Охридски и Македонски и на Јустинијана Прима, и шеесет години од признавањето на самостојноста на Македонската Православна Црква (Охридска Архиепископија) од страна на Српската Православна Црква.

Предговор

ЈУРОДИВАТА МИСЛА

Запознавме мал дел. Недоволен. Човек обичен? Просветлен и наивен. Оштетен, повреден и измамен. Идеалист и мистик. Дете-Епископ. Сам со сите. Неразбран. Контроверзен. Радосен и среќен, без причина. Тихуватeл кој не го познав(а)ме. Драгоцен човек од „Другата страна“, кој не го искористивме и друг нема да имаме можност да сретнеме. Ем се просветлија срцата наши, ем заборавивме. Потсетник на покајанието. Радост на молитвените принос и себезаборав. Учител на слободата која бара сѐ. Сведок на чудната и несфатена Љубов. Извор на жива вода. Будач на (Д)духот.

Теологијата на исихазмот е тешка. Не за разбирање. Пече и боли. Се буни разобличенaта совест. Одбива да се смири и лекува, свесна за огромната задача, одговорност и жртва. Полесно е да избере нешто друго. Формирање и живеење на теологијата на непокајанието. Не ја ни спомнуваме умно-срдечната молитва. Горчливите и нужни солзи на покајанието. Нема крварење на срцето и стегање на целото наше битие во повик кон Господ. Оној што го има ова поминато, го судиме ако плодовите на Духот разобличуваат и горат. Ако не ве-

руваме на зборовите, барем да направиме обид да поверуваме на плодовите. „Јаде со митници и грешници...“[1]

Чистотата е страшен збор. Бегаме и не признаваме. Го мразиме носителот на пораката. Целото Евангелие е повик за очистување на срцето. Влез во внатрешното Царство[2]. Сличноста во совршенството со Отецот Небесен[3]. Се однесуваме со слобода како да сме ја достигнале доволната чистота или го негираме идеалот. Не знаеме што е поголемо промашување.

Кој си ја познае прелеста е среќен.

Љубовта, уште пострашен збор. Еднаш Владиката кажа нешто особено чудно: оној што простува сведочи само едно – дека нему му е простено! Оној, пак, што љуби не сведочи ништо друго освен дека е возљубен! Не постои можност да љубиме ако не сме љубени. Значи дека оној што не љуби не е ни виновен. Не му е дадено, и не може ниту да му се бара, ниту да се очекува.

Не грешиме во малку. Грешиме систем(ат)ски и принципиелно. Грешиме што мислиме дека правиме гревови. Не правиме гревови. Само битисуваме нељубовно.

Свети Григориј Палама се моли за просветлување на темнината. Не се моли за простување на грев. Се моли за простување на погрешен (начин на) живот! Не бара олеснување и здравје, туку спас од

[1] Види: Матеј 9, 11.
[2] Види: Лука 17, 21.
[3] Види: Матеј 5, 48.

животов без Љубов и Слобода. Го бара Оној што ја има власта да се допре до срцето човечко и да го спаси од смртта и материјалноста.

Пред нас го имаме допрениот и скриениот. Силата на апостолите. Духот на Отците.

Јуродивата мисла.

Пишува и се крие, повторно. Зад зборовите многу неискажано и непокажано. За виденото зад завесата останува да се живее. Кој зад зборовиве може да „види“, сведок е на своето чудо и нека молчи свештено во молитвата за целиот Адам. Нека не заборави како и кога „гореа срцата наши...“[4]

јеромонах Георгиј

Празник на иконата на
Пресвета Богородица Брзопослушничка
22 ноември 2019 година

[4] Види: Лука 24, 32.

Постојам,
значи
љубен сум

ЉУБАМ,
ЗНАЧИ ПОСТОЈАМ

Почетокот на барањето љубов е давање љубов. Антиномично, ама – тоа е...

Љубовта сама доаѓа, како светлина што ги осветлува сите. Нејзиниот носител го осветлува однатре.

Нема љубов без слобода, ниту слобода без љубов. Затоа, љубовта е давање, а не барање... Таа е мислата-водилка. Кога еднаш ќе ни стане јасна – во сила, целиот живот ќе ни го промени – во Светлина.

Слободата без љубов и љубовта без слобода, кај и да е, водат во смрт.

Љуби и прави што сакаш. Најпрво вистински љуби, па дури тогаш прави што сакаш – но, сигурно е дека нема да направиш нешто спротивно на љубовта.

Љубам, значи постојам.

Постојам, значи постои можност да љубам и да бидам љубен. И, само едното е среќа, а камоли и двете да се погодат.

Подобро е да бидам сакан или да сакам? Велам – да сакам. Затоа што, со тоа што постојам веќе сум сакан, и второ – љубовта ме облагородува.

Најубаво е кога ќе ни возвратат со љубов. Но, секогаш кога ја бараме, ја губиме нашата слобода, а со тоа и љубовта.

Љуби ги сите, и радоста останува со тебе.

Кој љуби, никогаш не губи.

Без мене нема да најдете мир за душите ваши. – Љубовта.

Ако е Љубовта на прво место, тогаш сè друго ќе си дојде на свое место.

Ние сме деца на љубовта, слободата и светлината. На злото враќаме со добро, на темнината со светлина.

Љубовта е слободен почеток на сè и е бескрајно исполнување на сите нас. Е сега, тоа што малку лутаме по странопатици, својствено ни е тоа.

Попрво сонцето ќе исчезне отколку љубовта.

Ако се обидам да те сфатам – сигурно нема. Ако се обидам да те љубам, големи се шансите да успеам и да те сфатам.

Не тргнувај со идеја на човек да му ги смениш мислите – тргни со идеја да го љубиш.

Секогаш те разбирам, зашто најпрво те љубам.

Само љубовта ја разбира љубовта.

Да беше тој некој што ми пречи – некој што го љубам, никаква мана немаше да му најдам.

Сите ние љубов бараме и тој копнеж треба да го препознаваме и почитуваме еден кај друг.

Со нашето срце треба да царува љубовта, така што треба да има место за сите.

Љубовта е толку голема што не можеме да ја сместиме само во две срца.

Не ја навредувај љубовта во мене, таа повторно ќе те сака.

Супериорноста е својство на љубовта, а не на силата.

Само од едно нешто не можеме да се заситиме – од љубов.

Од љубов никогаш доста.

И сто животи ни се малку за да ја исполниме нормата на љубовта...

Секој еден од нас е љубов...

Дали љубовта е некоја безлична сила или е личносна сила?

Кој е Љубов или што е љубов? Или и двете?

Љубовта има сила – од никој и ништо, да те направи – некој и нешто.

Љубовта ги зема гревовите на светот врз себе, а правдата е враќање на злото со зло.

Секој еден од нас е љубов – малку деактивирана, но тоа сега не е тема.

Кој ќе си ја најде љубовта, тој се смирува.

Исполнетата љубов е лек за секоја болка на душата.

За да биде љубовта целосна, во неа треба да се учествува и со ум и со срце. Оти, некои велат дека љубовта била само чувство.

Ако е љубовта само чувство – тогаш е безумна,

а ако љубовта е само рационална – тогаш не е срдечна.

Нека се дигне нивото на љубов во срцето – потоа лесно е.

Љубов привлекува љубов

Љубов е, ќе ти се најде.

Љубов е, а секаде ќе ти користи; тешка не е, торба не ѝ треба, и незабележливо те следи.

Сакај ги сите такви какви што се, освен самиот себе. Ако можеш, и мрази се активно, т.е. восовршувај се секојдневно.

Егото е самопотврдување на штета на другите, а љубовта е самоодрекување во полза на другите.

Вистинската љубов во себе истовремено содржи и тага и радост. Ако едно од овие две чувства недостасува, недостасува и љубовта.

Скриените богатства на љубовта најдобро ни ги откриваат страдањето и тагата. Потоа е лесно.

Времето е љубов, кон тебе.
Шансата е вера, во тебе.
Промената е надеж, за тебе.

Можеби себеси не можам да си помогнам, а можеби тебе можам – изгледа така Некој нѐ создал, да зависиме еден од друг?

На крајот, без крај, ќе остане само љубовта. Прашањето е, зошто не си ги скратиме маките уште сега, восогласувајќи го нашиот живот со љубовта?

Оти, од љубовта не може да се избега!

Ерос, пријателство и љубов

Нема љубов само помеѓу две личности. Љубовта почнува од три, па нагоре.

Љубовта помеѓу само двајца е интерес. Љубовта помеѓу двајца, пројавена и кон некој трет, четврти итн., веќе е љубов. Не станува збор за ерос.

Луѓето се сакаат на три различни нивоа. На ниво на ерос, на ниво на пријателство и на ниво на љубов. Третото ниво е највисоко и најдуховно.

Треба да се разликува „бура во чаша вода“ од вистинска бура. На пример, како разлика меѓу ерос и вистинска љубов, што не исклучува и ерос.

Не разликуваме љубов од ерос. Еросот е само тело и страст. Љубовта е прво духовност, па личносен однос, и на крајот телесно единство. Ако има крај.

Мешаме: ерос, блискост и љубов. Е, од тоа си патиме. Зашто, сѐ што има крај не е љубов. Оти, „љубовта никогаш не престанува“[1].

Ерос е однос заснован на телесна и душевна страст. Пријателството и љубовта се личносен однос. Оттука многу различниот поглед на работите.

Еросот е лавиринт. Љубовта е многу едноставен пат – давај и не барај. А, секако ќе добиеш.

Еросот не се составува и кога изгледа составен, а љубовта никогаш не се крши.

Кога ќе чуете опис на сакање како „симнување ѕвезди“ на почетокот, и за опис на разочарување од типот „животот стана пекол“, тоа е само ерос.

Ако се нарече љубов она што е ерос – отиде сѐ.

Едно е да сакаш и односот кон саканото да ти е под сопствена контрола, а друго е односот да ти е под контрола на саканото. Љубов vs. страст.

Имаме страст да љубиме, но не себеси, туку другите – ете зошто треба контрола.

Откако ќе се исконтролираат мислите, тогаш и чувствата се ставаат под контрола. Но, ако говориме за вистинска љубов – не за ерос, таа нема потреба од контрола – таа е целта на нашето постоење.

---

[1] 1 Кор. 13, 8.

Едно е нешто да правиш со љубов, друго е од принуда (односно од страв), а сосема трето дека така треба (односно од корист).

Постои робовски однос, постои наемнички или трговски однос, а постои и љубовен однос.

Робот бира робовски однос – заснован на страв, наемникот или трговецот бираат однос *дај ми – на ӣи*, а оној што љуби само дава, слободен.

„Твое е само она што можеш да го дадеш." Да, затоа што не може да е твое она со кое не владееш. Ако не можеш да го дадеш – тоа владее со тебе. На пример, срцето не можеш да го дадеш некому (да љубиш некого) ако е тоа заробено од страста самољубие. Така, тоа не е твое.

Љубовта е совршена. Тоа што ја мешаме со душевност и телесни страсти е посебен проблем за разгледување.

Проблемот настанува кога не ја разликуваме духовната љубов – која не ја исклучува и телесната, од само душевно-телесната. После, држ – не дај; куку – леле. Е па...

Еден од проблемите е во тоа што луѓето, денес, прво градат односи засновани на страст – ерос, пред да изградат личносен однос помеѓу себе. Затоа, прво се гради личносен однос – кој си бара и

време и поминување низ разни ситуации, па дури потоа другото.

„Очигледно никогаш нема да разберам зошто машките никогаш не се задоволуваат со една жена!?“ – Затоа што не градат со жената личносен однос, туку однос заснован на задоволување на страста, а страста секогаш бара нешто ново.

За жал, денес речиси сѐ е засновано на интереси – тоа е моделот на живот во кој се обликуваме сите – сакале или не. И таквиот однос на крајот се руши како кула од карти, без оглед дали пред брак или внатре во бракот.

Кога некој постојано инсистира на: „Дали ме љубиш?“, бегај од таков човек. Мисли за себе, а не за тебе. Не дава, бара. Сака да те зароби.

Љубомората е нарушување на слободата, а со тоа и на љубовта.

Колку ли сме ние, веќе, неспособни да примиме љубов, а камоли да дадеме...

Ретко кој ја има таа љубов – и кога е невозвратена, таа продолжува да љуби.

Љуби...

Љубовта ги ослободува робовите од оковите на времето и просторот. Не биди роб; биди слободен! Љуби...

Можеби не знаеме што точно е љубов, но точно знаеме што не е. Љубовта е неприсвојување. Она што не го присвојуваш, не можеш да го изгубиш.

Ако најпрво научиме внатре од нас да ја црпиме среќата, тогаш ќе знаеме како да ја пронајдеме и во она што е околу нас.

Ако среќата ја црпиме од саканата, а не од себе – предавајќи ја на саканата, тогаш наместо да се љубиме, стануваме зависници еден од друг.

Луѓето околу нас треба да ги ослободуваме, не да ги правиме зависни.

Ако вистински љубиш, му даруваш и вистинска слобода на љубениот. Тоа е неодолива сила на срцето што ги освојува слободните.

Од една страна, љубениот да чувствува љубов кога ќе помисли на тебе, а од друга, да чувствува дека е потполно слободен од тебе. Во тоа е тајната.

Сакај ја, но сметај се недостоен за неа – не барај да ти одговори на љубовта. Таа ја чувствува љубовта, а се воодушевува на слободата.

Жената треба да ја љубиш, што значи истовремено да ѝ дадеш и апсолутна слобода. Со тоа си ја зачувуваш и својата апсолутна слобода кон неа. Така, апсолутната слобода во однос на неа нема да биде игнорирање, туку љубов.

Љубовта се пронаоѓа само со давање, без да ја бараш.

„Среќа е да најдеш некој кој ќе те прифати таков каков што си, без да се обидува да те смени.“ – А заради кого ти самиот ќе посакаш да се смениш.

Ти само кажи ѝ дека ја сакаш и сѐ друго ќе се промени, ако и таа го чувствува истото. Целото сивило на овој свет.

Ако си само своја, не можеш да бидеш моја; и ако сум само свој, не можам да бидам твој. Чудно проземање во кое личноста, сепак, останува слободна.

Вистинската личност, што ја бараме, ако е навистина вистинска – највистинска, се претпоставува дека треба да е секогаш до нас.

„Љубов“ без духовност е само секс. „Духовност“ без љубов е само демон.

Не можам да не те сакам, но ако сакаш, можеш да не ме повредуваш.

Биди спокојна, те чувам и од самиот себе.

Љубов е и кога твојот живот е повеќе мој, отколку твој.

„Љубов е кога се карате.“ – Апсолутно се согласувам, оти ако не можеш да си кажеш што мислиш – тогаш не се случува љубов.

По наше ќе биде кога едниот од двајцата ќе се согласи да биде според тоа како сака другиот.

Не дозволувајте никому да се меша во односот со тие што ги љубите.

Љубов без педагошки мерки – не е љубов.

„Никогаш не љубиме некого. Ја љубиме идејата што ја имаме за некого, односно идејата што ја имаме за самите себе.“ – Да, додека врската не ни помине низ оган и вода.

За да добиеме вистинска врска треба точно да го погодиме соодносот на состојките ерос, пријателство и љубов во формулата. Инаку, проблеми.

Дали е прво заљубувањето, па довербата; или е прво довербата, па потоа доаѓа љубовта?

Заљубеноста е чувство, а љубовта, покрај тоа што е чувство, е и одлука, затоа што за неа мора да се избориш.

Не глумете лудило – бидете свои. Бидете вие, за да може и „сродната душа“ да се појави во вашиот живот.

„Љубовта сè може да замени.“ – Да, би требало сè да замени, но на почетокот тешко – не ја познаваме.

„Уште не сум научила да ги ставам своите потреби пред потребите на другите...“ – Кога ќе засакаш некого, тоа природно си доаѓа.

Не ме оставај – внатрешен крик што тешко се изустува.

Чудесно е како љубовта го прави човекот да стане повредлив.

„Како да го победам стравот дека може да го изгубам, иако знам дека ме сака?“ – Биди му верна, внатрешно, само нему, ќе престане и стравот.

„Каде заминува љубовта кога веќе ја нема?“ – Мислам дека ние сме тие што се откажуваме од неа и заминуваме.

Во животот се случува да нè напушти љубената. Нема да ја мразиме, ќе ѝ бидеме благодарни за времето што ни го дарувала и ќе ја сакаме.

Кон Љубов...

Бидејќи љубовта е духовна појава, таа бара подвиг, аскеза; а ти чекаш, онака, да ти се случи. Чекај си...

Си патиме од незнаење. Не сфаќаме дека љубовта е духовен подвиг и благодатен дар, а не променливо душевно чувство.

За љубовта треба да се подготвуваме уште од мали и подготовката трае многу години, за кога ќе се појави, не само да ја препознаеме, туку да сме подготвени и соодветно да ѝ одговориме.

Дали кога сакаме една личност оваа љубов ги опфаќа и сите други, или можеме некого да сакаме, а истовремено некој друг да мразиме?

Како тоа мислиш – пријателот го сакаш, а непријателот го мразиш? Љубовта не знае за таква поделба.

Многу омраза. Како тоа мислиш дека твоите блиски ги љубиш, а таму некои ги мразиш? Љубовта е неделива – или ја имаш за сите или за никого.

По што се разликува душевната од духовната љубов? Вистинската љубов не прави селекција кого ќе љуби.

Љубовта е „слепа“, не за друго, туку дека не гледа кој е кој – ги љуби сите.

Како толку инспирација за зло, а не за љубов?

Ќе испозагинеме без љубов.

Ширете љубов околу себе, злото не е интересно – и тие што го прават.

Почнете свесно да испраќате добри мисли и добри желби кон оној што ве навредил. Само тогаш на дело ќе можете да се уверите во нивната сила.

Со љубов на злото врати, и среќа ќе те прати.

Не е возможно злото да ја победи љубовта; сепак, премногу ја има во секој еден од нас поединечно; и пресилна е. На крајот, сè ќе биде добро – до бескрај.

Кога луѓето те сакаат, што и да направиш за нив е добро и те оправдуваат, па макар тоа и не било добро, а за некои работи дури и ти се восхитуваат.

Кога истите ќе те замразат, што и да направиш – за нив е лошо, па макар било и добро. И, те мразат за тоа што ти се восхитувале.

Омразата го храни нашиот непријател и го засилува, а нас нè ослабува. Љубовта и молитвата за него, ем ќе ни го покажат патот, ем ќе го поразат.

Многу непријатели за љубење.

Вежбај љубов, и со оние што те сакаат и со оние што те мразат. Ќе видиш дека не е лесно – и во двата случаи.

„Има ли спас од злобни души?“ – Има, ако ги љубиш.

„Застрашувачки е колку блиски луѓе одеднаш можат да ти станат туѓинци.“ – Оној што вистински љуби, нема вакво животно искуство.

Нашата љубов ни ги открива нашите недостатоци, а ги покрива недостатоците на другите. Додека, пак, при демонските помисли се случува обратното.

Толку луѓе околу нас и толку можности да пружиме љубов. Ќе се најде некој и нас да нè љуби.

Љубовта никогаш не престанува

Колку домови, колку семејства, колку судбини, колку чувства, колку мисли, колку надеж, колку талкање, а на сите ни треба само малку љубов.

Умира човекот, умира љубовта, умира заедницата, умира радоста; не би било така кога би имале заедница со некој кој не умира.

Можеме да љубиме или да не љубиме – ама голем избор!?

И математички прецизно да ми докажат дека љубовта не е совршена, сепак, ќе останам со неа.

Сакај ги луѓето и ништо не им барај за возврат – не очекувај ништо од нив и мирен ќе си.

Бори се и страдај, со љубов да го стекнеш – она што го сакаш, затоа што без љубов залудно би го имал.

Негување надеж без вложување труд (љубов) е предвестие на губење верба.

Кога човек љуби, сѐ му се претвора во љубов, па дури и најлошото што му се случува.

„На крајот од денот, што е поважно од љубовта?“ – Истото прашање нѐ чека и на крајот од животот.

ВИСТИНСКАТА СЛОБОДА Е СЕКОГАШ ЉУБОВНА

Слободата е, пред сѐ, внатрешна состојба, која некаде внатре во нас се поистоветува со љубовта. Тоа е слобода што никој не може да ја одземе.

Слободата и љубовта се две форми на една иста суштина. Љуби го човекот и остави го слободен – еден ден ќе ја препознае љубовта во слободата.

Вистинската слобода е секогаш љубовна, а вистинската љубов секогаш е слободна.

Имаме ли слобода и љубов – имаме сѐ. Немаме ли слобода и љубов – немаме ништо, па дури и сѐ друго да имаме.

Ни љубовта не би била љубов – без слободата.

Слобода без љубов би била анархија, распад. Затоа е речено: љуби и прави што сакаш. Но, ако вистински љубиш, нема да правиш зло, во својата слобода.

Воздржувањето од слободата нѐ определува, а

не – слободата од воздржувањето.

Слобода, без мудрост и воздржание, е најголемо зло.

Слобода или судбина

Или сме слободни, или постои судбина. Двете работи не одат заедно.

Секако, судбина нема, а слобода има.

Ако некаква си судбина претходно ни одредила што сѐ ќе ни се случи во животот, тогаш не постои слобода. А, ако имаме слобода самите да одлучуваме што ќе правиме во нашиот живот, тогаш и самите сме одговорни за него.

Провери, нема слобода без одговорност, но и одговорност без слобода.

Вашата судбина зависи од вашиот живот, а не вашиот живот од некаква судбина!

Твоето расположение зависи само од тебе; не од некого или од нешто надвор од тебе.

Не постои судбина. Човекот е слободна личност и него никој не може да го ограничи, па ни Бог. Но затоа, што ќе посееме, тоа и ќе жнееме.

Испушти ги од раце конците на самоконтролата и самооправдај се со лошата судбина.

Самооправдувањето на крајот секогаш излегува самоосудување.

Форсираат, или прифаќаат, постоење на судбина, или тие што сакаат да управуваат со нашите животи, или малодушните.

Ние, останатите, сакаме сами и слободно да управуваме со нашите животи, затоа си ја сакаме и чуваме слободата. И не веруваме во „судбина“.

Дали има вистинска слобода (и љубов) таму каде што постои закана? На пример: верувај или ќе одиш во пекол.

Таму каде што има закана од пекол, таму нема слобода на избор, ниту љубов. Но, тоа е јазикот што го разбираат робовите.

Тајната се крие во слободната волја за определба – секој самиот си се прави ангел или демон.

Самите си бираме, ангел или демон; никој не ни турил пиштол на глава.

„Има нешто ангелско во демонот.“ – Целата природа му е ангелска, освен – слободната волја.

Оној што очекува нешто од другиот ја губи слободата.

Оној што се обидува да му ја ограничи слободата на другиот, таквиот си ја ограничува и својата – уште повеќе; и станува роб...

Кога човек еднаш ќе ја вкуси вистинската слобода, никој повеќе не може да го натера да биде роб.

Само слободен човек знае и може да ја почитува слободата на другиот.

Слободниот е победник, уште и пред да победи. Робот на страстите е губитник, уште и пред да загуби.

Слободен е оној што размислува, говори и работи без да е под решавачко влијание од ропството на страстите, гревот и демонот што ги следи.

Само човек што знае вистински да се покае е слободен човек; затоа што не ги повторува своите грешки или гревови.

Дали ќе биде човекот роб или слободен, самиот си одлучува; никој тоа не може да го направи наместо него.

Сѐ е слободно... но, не е сѐ во наша полза[1] – тоа е проблемот.

Нашата слобода и свесност, иако често ограничени од злото што продрело во нас, сепак, секогаш можат да направат пресврт.

Баш ме интересира што ќе победи: дали чувството за слобода или сигурноста во какво-такво секојдневно лепче?

Слободата е, пред сѐ, духовна категорија, а потоа интелектуална, па физичка. Ако ги помешаме приоритетите – резултатот е ропство. И зачуденост.

Постојано бараме физичка слобода (демократија, медиумска слобода, независно судство итн.), а интелектуално сме робови на предрасуди...

Едни се борат за слобода каква што тие си замислиле дека е, а другите, исто така, но според нивна мерка. А што, или каква, или Кој е слобода – не знаат.

Слобода. Колку далеку изгледа, ако не знаеш дека е внатре во тебе. Колку различни толкувања, ако не знаеш што е. Или, можеби, Кој е?

---

[1] 1 Кор. 6, 12.

ПАТОТ НА ВИСТИНАТА

Ако вистината е наука или филозофија, или религија, што би правеле со таква вистина? Со Вистината мора да имаме суштински и личен однос. Личен и личносен, инаку нема вистина. И бескраен, зашто смртта не може да биде вистина.

Скарај се со кого сакаш, но немој и со вистината. Вистината може да те помири со секого, но тешко ќе најдеш некој што ќе те помири со неа.

Каде и да одиш, не можеш да избегаш од вистината – секогаш е со тебе.

Патот на вистината треба да се оди, низ што и да води... Битно е да има и ритам и рима.

Нема слаб одѕив ако се јавиш и слободно го следиш ненаметливиот повик на Вистината. Сѐ друго е релативно.

Кој оди по патот на вистината, тој мора да помине и низ своето срце. И таму заглавува, доста...

Ако е вистина, истовремено е и предизвик, а ако е само предизвик, не мора да значи дека е и вистина.

Вистина без опит, односно саможртва – не бива.

Вистината изгледа најосамена.

Прифаќањето на Вистината е поврзано, пред сè, со внатрешни промени. Не си се променил – не си прифатил. Не си прифатил – не си познал.

Кој те повика баш тебе да ја толкуваш вистината? Вистината се сведочи однатре, откако ќе ја прифатиш во себе и ќе живееш според неа.

Познанието на вистината не доаѓа преку судењето и осудувањето, туку преку сострадувањето.

Ако си можел лесно да ја препознаеш вистината во едно, ќе си ја препознаел и во друго. Ако во едно ја промашуваш, сомнителен си и во другото.

Вистината не мора сите и сега да ја познаат, но секој сечија слобода на мислење треба да ја почитува – иако не секогаш се согласува.

И вистината остава простор за толкување. Не поради својата суштина, туку поради субјективноста на толкувачите.

Луѓето вообичаено имаат некаква субјективна претстава за некој познат човек, но ретки се тие што ја знаат големата слика за него – што е недоволно за објективен суд.

Философираш: наместо на човек да му ја кажеш вистината в лице, му говориш во идеи, па можеби ќе се сети.

Понекогаш вистината се служи со премолчување, односно со кажување онолку вистина колку што може да прими слушателот.

Вистината е и лек и отров, затоа не се дава цела количина одеднаш, туку на лажичка.

Вистината и така ретко кој ја прима – и на убав начин кажана, а камоли на лош.

А од примањето на вистината, па до дејствувањето според неа... и тука, не мал проблем има.

Ако и вистина кажана многупати, дури и од паметен човек, здосадува, тогаш што да кажеме за многуповторуваните глупости и лаги, кажани од незнајковци.

Вистинската философија е превенција, а може да биде и предвидување на трагедијата. За време на трагедијата може да биде само утеха.

Лагата скапо се плаќа

Како ја разликуваме вистината од лагата? Каде што се работи за личност и личносни односи, за љубов, за слобода (од зло), тука е и вистината.

Таму каде што се појавува обезличеност на човекот, односи засновани на интерес, нељубов, слобода во зло, ропство, таму се наоѓа и лагата.

Вистината од лагата најдобро се разликува преку опит, од последиците. „По плодовите ќе ги препознаете.“[1]

Вистината не се служи со лаги, ама лагата се служи со вистини – инаку не би успеала.

Вистината не можеш да ја нарачаш и купиш, зашто нема такви пари со кои би ја платил. Само за лаги плаќаш.

Добро е кога крајот на една заблуда може да биде почеток на вистината. Лошо е кога крајот нема време за нов почеток.

Лошо е што во време на пијанство се кажуваат работи и се донесуваат заклучоци на кои потоа човек, на трезно, се сеќава и од суета ги извршува.

---

[1] Матеј 7, 16.

Зошто повеќето луѓе остануваат во лага? Од суета – никој не сака да признае дека е излажан и си го држи умот затворен, дури и за очигледното.

Ако сѐ е суета, тогаш сѐ е илузија – соодветно степенот на суетата.

Прелест и илузија

Многу работи не знаеме, дури и за тоа што мислиме дека го знаеме. Тоа се вика заблуда на умот или прелест. Да знаеме дека сме во прелест ни е најпотребното знаење.

Прелест (заблуда) е неосвестена состојба на умот во која тој за одредена работа има, помалку или повеќе, погрешна претстава. За жалење...

„А ако самиот си веруваш во сопствената лага, тоа се брои за лага? Или тоа е нео-лага?“ – Најлошо; тоа порано го нарекувале – прелест.

Сте прифатиле лага во умот? Прелест. Сте почнале да живеете согласно неа? Илузија! Таквиот начин на живот ви станал навика? Опсесија! Потоа: лошо, нешто не ми иде, како може ова само мене да ми се случува; потоа: депресии, очај, зависности; и потоа болести...

Не го гледај само тоа што ти сакаш да го видиш, затоа што ништо нема да видиш.

Најголемата илузија не се состои од фантазија или хипноза, туку од начинот на кој ние самите ја „гледаме“ реалноста.

Колку е духовна реалност, а колку илузија нашата врска? Онолку колку што ни се срцето и умот очистени од зло.

Штитиш имагинарно, газиш конкретен човек.

Сѐ е имагинарно, во однос на конкретниот човек.

Ако излезеш од илузијата поради која ги правиш грешките, тогаш од сѐ можеш да учиш.

Или сме просветлени, па знаеме дека сме во прелест, или не сме – па не знаеме. Во пракса, често се лажеме самите себе.

Лажи додека не се убедиш во сопствените лаги. Е, потоа – толку.

Не можеме цел живот да лажеме само затоа што така е полесно.

Заблуда е кога мислиш дека самиот го правиш својот избор ако, сепак, некој друг претходно го направил, а ти го подметнува како твој избор.

Не секое вдахновение е одозгора. Ретко кое е.

Кога би знаеле дека сме во прелест, би биле

многу попретпазливи во своите размислувања, заклучоци, одлуки, судови, тврдења, расправи итн.

Лагата има таква сила што ако не се покаеме, го губиме токму она што преку неа сакаме да го добиеме.

Почеток на големите лаги се малите лаги.

Незнаењето е како алкохол. Лажното знаење е како дрога.

Од играчка – плачка! Затоа, не си играј играчки – ќе плачеш.

Како се случува од „играчка – плачка?“ Кога постојано нè лажат со „леб“ и со „игри“, но „леб“ сè помалку, а „игри“ сè повеќе.

Леб и игри, стара добра формула за држење на нештата под контрола.

Гледам да напишам нешто што е вистина, а не што им одговара на повеќето; нека чујат барем, а слободни се да бираат што ќе прават.

ВИСТИНСКАТА БОРБА

Благодарноста за тоа што сме и имаме не значи да не се бориме за посовршено. Но, борба без благодарност е сигурен знак дека сѐ ќе изгубиме.

Подобро вистинска борба од знаење и мудрост, отколку лажен мир од незнаење и глупавост.

Борбата за правда никогаш не престанува, но пред сѐ, треба да се води на духовен план – така полесно се добива и на материјален.

Секоја војна се води на повеќе нивоа, од кои, за мене, главно е духовното. Физичкото ниво не е помалку важно, тоа е остварување на главното.

Не започнувај нешто што потоа не можеш да го контролираш, а може да предизвика штета и кај други.

Секогаш треба да се земе предвид некоја непозната во ситуацијата, која може сѐ да измени.

Ако сакаш учествувај, или барем биди под-

готвен за нови настани, изненадувања, промени, но пред сѐ, заврши си ги обврските. Оти, ќе се каеш.

Не биди улов – биди ловец

„Не можам да избегам од самиот себе." – Не, но можеш да се надминеш, да се восовршиш.

Одлуките се само твои, како и последиците од нив.

Кога сте во „ситуација", не можете рационално да размислувате како оние коишто се надвор од „ситуацијата", и затоа носите погрешни одлуки.

Да донесеме добри одлуки, да ги спроведеме на дело и да ни се случат убави последици.

Како тоа мислиш дека ќе го направиш светот околу тебе поубаво место за живеење, а го немаш средено хаосот во себе?

Промените почнуваат од нас – прво го менуваме начинот на кој гледаме на нештата, потоа се менуваме самите, на крај и светот. Зависно од големината на промената во нас ќе се промени и светот околу нас.

Секој нов ден е повик за нов почеток. Промената на самите себе е исклучиво во наши раце.

Можеби денес е тој ден што го чекаме. Да не губиме надеж.

Нов ден, нова надеж, нова борба, нови повреди, нова утеха. Старо – благодарам однапред!

Нема добри денови, ако човек самиот не си ги направи, пред сè, внатре во себе.

Убавината на денот е внатре во нас – не зависи од променливоста на времето или од променливоста на другите околности.

Сакаме да го промениме светот околу себе, но – ако може, без притоа да се промениме самите себе. Е па...

Исполнувањето на желбата е, пред сè, личен труд и однос – од еден чекор. Остварувањето – од 999 чекори, ита кон тебе.

Што ќе правиме – ќе се самооправдуваме или ќе се самомотивираме? Првото е – однапред помирување со поразот.

Немаме многу избор: или одлучно ги исполнуваме нашите приоритети, или попуштаме и се препуштаме под водство на нашите слабости.

Не прави очекувани потези, просечноста е најмногу што ќе можеш да оствариш. Играј неочекувано!

Издржи докрај

Стануваме слични на она во што веруваме.

Прво скокни, па речи... ок; ако си скокнал, не ни мораш да кажеш „оп“.

Само работи си и сѐ ќе си дојде – вели искуството.

Ни помалку, ни повеќе – точно толку колку што ни треба.

По секоја пропуштена шанса за завршување на некое дело, следуваат уште најмалку две поголеми пречки за завршување на истото.

Бидете внимателни – нема ништо случајно!

Само еден совет и за мене и за сите: запази спокојствие.

Првата грешка е нервозата, а потоа другите. Затоа, запази си го спокојството и дејствувај ладнокрвно.

Тешко е да поразиш нешто што е поврзано со реалните човекови потреби за живот, со нешто – што не му е толку важно.

Понекогаш сме навистина изморени од сѐ; мала криза – ќе помине.

Секогаш е сложено, наше е да го поедноставиме.

Нема низ што нема да поминеме.

Некогаш е потребно само да стиснеш заби и да почекаш додека сè не помине.

Без да поминеме низ вода и оган – и тоа по повеќепати, нема да нè биде. Затоа, да не се плашиме, тоа е само „местенка“ – за да нè биде.

Многупати паднав, но никогаш не отпаднав

Внимавам да не паднам, но ако паднам, станувам и продолжувам – ко ништо да не било. Исто така, не придавам важност и на кучињата што ме лаат по Патот.

Паѓањето во грев не те прави грешник; останувањето во состојба на паднатост – без борба да станеш и желбата за гревот те прават.

Не биди блиску до она поради коешто паѓаш. Шири илузија околу себе.

Ако се пронајдеш себеси подолго во комфорната зона, знај дека си се пронашол во стапица.

Никој не пораснал живеејќи внатре во комфорната зона.

Сите сме падни-стани, ќе помине – барем тоа искуство го имаме.

Фрли ги во очај твоите непријатели – колкупати и да го предизвикаат твојот пад, ти стани, насмеј се и продолжи по својот пат. И не ги мрази.

Значи, паѓај колку сакаш, но не останувај паднат, туку брзо станувај.

Тешко со човечка уметност против внатрешните ѕверови...

Каде и да одиме, демонот на нашите страсти оди со нас.

„Не се борам повеќе со сопствените демони. Почнувајќи од денес, решив да танцувам со нив!“ – Подобро од борба и играње со нив е игнорирање.

Тоа, демоните, ич не се интересни – тоа па тоа, како папагали повторуваат едни те исти мисли, но добри се за тренинг на умот на почетниците.

Добро е да се има контрола над демонот во нашиот живот. Наместо обратно. А, најдобро е да се истера од нашиот живот.

Не ги бркајте луѓето од вас, бркајте ги демоните од нив.

Најдобро е да се учиме на туѓите грешки. Но, ако не знаеме, барем нешто да научевме од нашата последна крупна грешка. Инаку, глупави сме.

Победи го демонот со хумор.

Велат: ѓаволот се криел во деталите. Ако, и оттаму ќе го истераме. Полека...

Научи ме да се борам против злото во себе

Неблагодарноста носи себичност, а таа го внесува сето останато зло во нас. Благодарноста носи милосрдност кон другите, а таа – сето друго добро.

Едно е да имаш непријатели затоа што правиш зло, а друго е да имаш непријатели затоа што носиш убави, нови идеи и правиш добри и големи дела.

Злото се храни со зло. Ако сме решиле да го храниме злото, на многу добар пат сме. Нема што...

Дали сме сигурни дека добро разликуваме што е блага вест, а што е зла? Ако тука ги смешаме работите, целиот живот ќе ни стане каша-попара.

Научи ме да се борам против злото во себе. Против злото однадвор, лесно е.

Кој ќе се обиде да се бори со злото надвор од себе, без претходно да го победи злото внатре во себе, тој неминовно ќе стане слуга на злото.

Во овој свет, човекот го гледа злото во сите други – освен во себе. Во духовниот свет, само во себе... и во никој друг.

Злото бара многу сила – да издржиш, да не вратиш со зло.

Туѓото зло нема да предизвика зло и во мене.

Едно е да се игнорира злото како такво, а друго е да се игнорира човекот што прави зло – има разлика. Првото е добро.

„Не го изгладнувај ѕверот во себе, кога ќе се ослободи и тебе ќе те изеде.“ – Втора опција: изгладни го добро, подготви се за неговиот последен очајнички напад и убиј го!

„Добрата меморија е проклетство“ – ако некој памти зло.

Не е секоја амбиција лоша, само таа што е без покритие – без срце ослободено од злото.

Дали се решивте како ќе возвратите на злото, со зло или со добро? Зашто, животот си поминува...

Дел од мене сакаше да вратам на злото со зло, но што потоа?

Барањето човечка правда, во својата субјективна суштина, е најобично враќање на злото со зло. Размислете, ќе видите и сами.

Никој не може да очекува дека преку сторено зло ќе стигне до трајно добро – такво нешто нема.

Можно е со игнорирање и непочитување и високо да стигнеш, но не е можно таму и да се задржиш.

Злото сигурно нема да го најде тој на кого му го посакуваш... и ќе се врати кај тебе.

Злото нема посебно битие, произлегува од слободната определба на човекот; злото е нељубов и само со љубов се победува.

А злото во нас нѐ одделува од Него. Зашто, слободно сме се определиле за злото, а слободно сме Го отфрлиле Него.

Зошто да шириме зло, повеќе од тоа што веќе постои? Не враќајте зло за зло!

Злото нека е вдахновение за доброто.

Сѐ што сега ти се чини дека е против тебе, на крајот ќе излезе за тебе; само ти оди си по патот и не враќај на злото со зло, туку со добро.

Дај сѐ од себе и целта нема да ти избега

Лошо, добро; сладост, болка; радост, тага; заљубеност, омраза; успех, пад – постојани промени. Битно е – исправени да продолжиме кон целта.

Да се фокусираме на нашите цели, безначајностите немаат крај.

Сите што живееме сме борци, без оглед на тоа дали знаеме за која точно виша цел се бориме или не. Доволна е борбата да преживееме.

Сите сме подобри одошто самите си мислиме за себе – она искрено. Само не дошол момент да се покажеме.

Не е лесно, но напредувај секој ден по малку кон целта и ќе ти се оствари; има уште нормални луѓе што можат и да помогнат.

Дефокусирањето е најголемата опасност за остварување на една цел. Проверете барем површно и ќе видите од што си патите.

Додека не оствариме една од големите цели, не се нафаќаме за друга. Другото – ќе ни се покаже некако.

Секоја висока цел си бара константност во напорот да се достигне. Константноста опфаќа: од-

лучност, упорност, издржливост, храброст и истрајност.

Целта на животот ни е впечатена во срцето на душата, а истовремено сме слободни со разумот да си одбереме и друга цел. Е, од тоа си патиме.

Никој, конечно, не може да го прелаже срцето.

Клучно за усӣех

Кога сакаш да достигнеш непозната, а суштинска цел, тоа не може без луда љубов, луда вера и луда надеж. Луда, во очите на овој свет.

Клучно за успех во што било: *дисциӣлина*.

Дисциплина, и сѐ се стига.

Време е за строга самодисциплина – во секој поглед.

Или ќе страдаш од самодисциплина или од неуспех. Од неуспех се страда подолго.

Неуспехот боли двапати – како твој неуспех и како успех на другиот.

Многу галама, пред да се достигне целта, е предвесник на неуспех.

Најглупо е да станеш оправдание за неуспехот на твојот противник.

Ако си паметен, за тебе нема неуспех. И да доживееш некаков неуспех, тоа ќе биде – „конструктивен неуспех“, неуспех од кој учиш како да успееш.

Клучно за секој успех е да се издржи кризата што се сретнува на патот. Бидејќи се работи за сила во областа на душевно-духовното, неа секогаш ја имаме, проблемот се целта, мотивацијата и волјата.

Секоја криза се случува за духовно да се издигнеш над работите, а не да пропаднеш.

Зборот *криза* значи суд; како сите да сме пред некој суд на кој ни се суди...

Не секоја акција те носи до целта, а камоли секоја иницијатива.

Не секое дело го краси крајот.

Или се качуваш нагоре или паѓаш. Нема друго.

Ако сакаш сонот да ти се оствари, поврзи го со реалноста.

Како се поврзува сон со реалност? Ако е за

доброто на сите – преку молитва и многу труд. Ако е само за себе, преку многу напор и што ти дојде до рака.

Сонувај со умот во срцето, не со срцето во умот. Има непремостлива разлика.

Ако ја поврзеш желбата само со фантазија, ќе станеш фантазер. Ако на добрата желба ѝ присоединиш волја за работа и молитва, ќе станеш креатор.

Силата не Го моли Бог, а Бог не ја сака силата. Ама ако Го замоли, па се спојат...

После, ќе се чудите што се случи!? Е па, се случи.

Ако сакаш да ги запалиш срцата на мнозина со твојата идеја, покажи им ја идејата на дело.

Сите големи идеи на почетокот изгледаат проблематично. Само изгледаат.

И стрелата ја затегаме малку station наназад, за да ја испуштиме далеку напред – кон целта. Ако некој не знае, што се случува.

И волците, кога се борат за првенство во глутницата, не се даваат до смрт, туку, кога победникот станува очигледен, победениот му се придружува

и му помага за заедничкиот лов и опстанок – до следната прилика.

Зад секој успешен човек стојат многу години без видливи успеси, а со многу работа.

Едно е да си успешен, а друго е да покажеш милост и кон оној кој не успеал. Само во вториот случај си навистина успешен.

Тој бил успешен. Ѕвер или човек?

За најуспешните, не си ни чул.

Твое е да направиш сѐ што можеш за да си ја оствариш целта; другото е Божја волја – пред која треба да се смириш.

Ти бори си се за остварување на твојата идеја, но без притоа да ги мразиш другите. Омразата покажува дека ти сигурно не си во ред, а под голем сомнеж ја става и самата идеја.

Бори се со љубов за остварување на своите идеи – ем ќе успееш, ем ќе опстоиш. Не само ти, туку и остварената идеја.

Цел на борбата не е да се порази непријателот, туку да се придобие. Ако не ја оствариш целта, сметај дека си поразен.

По големината на саможртвата се препознава големината на целта.

Нема послатко кога луѓето те одвраќаат или говорат дека целта ти е невозможна, а ти си молчиш, си работиш, си успееш – и пак си молчиш.

Покрај постојаната и напорна работа, главна состојка на тајната на успехот е молчењето до остварување на целта, но и потоа.

Остварената цел самата по себе си говори, но човек продолжува да молчи, затоа што му се откриваат нови видици и нова цел.

Секоја остварена цел отвора нови перспективи, како и нови планови.

Качувањето на врв е како оние мали просветлувања што ни се случуваат во животот, а кои ни се светлинка по патот низ долината на сенките.

Ако нешто ти изгледа тешко, не значи и дека е невозможно да се оствари. Твое е само да веруваш и да се трудиш.

Најслатко е кога силата од себе ќе ја пројавиш во извршување на „невозможното", а не во возможното.

Кога правиш нешто невозможно, тогаш стварно правиш што сакаш.

Воинот е љубов!

Начинот на живот мора да нѐ прави воини (борци), а не глупаци! Да внимаваме каков начин на живот живееме!

Вежбајте ги своите деца, од најрана возраст, во борбени вештини, тоа многу помага – човек да стане воин. А, духовноста е најбитна.

Не станеш ли духовен воин, знај – губиш. Нема трета опција.

Биди воин, затоа што овој живот е постојана војна! Ако сакаш да те биде – до кога ќе те биде.

Биди воин – не со меч во рака, не со меч во срце. „Нашата борба не е против крв и месо.“[1]

Биди воин на добротољубиието!

Не можеш да станеш воин ако претходно не воспоставиш контрола над самиот себе.

Воинот не смее да биде под контрола на нешто или на некој, внатре или надвор од себе, освен под контрола на самиот себе.

Нема контрола над самиот себе без духовност.

---

[1] Ефес. 6, 12.

Нема подобро од тоа да се биде воин. Животот на воинот е хармонија.

Ме вежбаше да станам воин. Не ми кажа дека никогаш нема да одам во пензија.

Погледот на воинот не се задржува на смртта, туку продира некаде бескрајно зад неа.

Воинот никогаш не умира.

ДУХОВНОСТА НЀ ВОДИ ТАМУ КАДЕ ШТО НИКОЈ ДРУГ НЕ МОЖЕ

Духовноста не е уметност, или книжевност, или интелектуалност, или духовитост итн., иако секаде може да се појави. Духовноста не е од овој свет.

Без духовност, животот би бил сигурна грешка.

Духовноста е многу приземна работа.

Практичното знаење на духовноста е превенција од промашен живот.

Духовниот човек е подготвен и за страдање и за успех, за разлика од душевниот – кој и во двата случаи ќе биде оштетен.

Ако не ги контролираш своите мисли, чувства, зборови и дела – душевен си; ако ги контролираш – духовен си.

Каков внатрешен живот имаш, само душевен или и духовен? Има голема разлика.

Духот е како ветер, ниту знаеш од каде доаѓа, ниту знаеш на каде оди; и дува каде што си сака.

Постојат и духовни закони, од нив никој не може да се скрие.

Играј според правилата, инаку ќе загазиш, сигурно. Кога-тогаш. Пред сè, мислам на духовните правила.

Подобро самопревенција отколку потоа, согласно духовните закони – да си го изедеш ќотекот цел.

Едно е од искуство да нагаѓаш. Друго е точно да погаѓаш поради познавањето на духовните закони. А, сосема трето да управуваш со случувањата.

Духовно се полни со духовно – духовна храна за душата и телото.

Не дозволувајте надворешните состојби да ја надраснат вашата внатрешна духовна состојба, и способност да ги изменацирате. Лесно, пренајлесно.

Сè што сакаме да ни се случи во универзумот, во кој живееме, прво си го подготвуваме во паралелниот универзум – во духовната сфера.

Вообичаено, сè што ни се случува веќе сме си го подготвиле некаде на духовен план, а потоа само ја доживуваме неговата материјализација.

Дали е девственоста телесна или тоа е духовна состојба? Мислам – духовна е.

Овие зборови ја лоцираат девственоста на некое друго егзистенцијално ниво: „жена не сум познал, а девствен не сум“.

Сила, Благодат, Убавина, Благородност, Истрајност, Слобода – уште да го собереме сето тоа во едно... И така едното без другото не го бива.

Убавината, мудроста и битноста се, пред сѐ, духовни својства. Не е полезно неосновано да си ги припишуваш себеси.

Од кој проблем да почнам?

„Не знам од кој проблем да почнам...“ – Од кој проблем да почнеш? Сите почнуваме од самите себе...

Проблемот не смееме, главно, да го лоцираме надвор од нас. Зошто? Затоа што никогаш нема да го решиме.

Проблемот е секогаш внатре, односно проблемот сме самите ние. Затоа што сѐ зависи од тоа како ги примаме работите што ни се случуваат однадвор.

Не е проблемот во нештата што ни се случуваат однадвор. Нашиот проблем е како истите ги примаме и обработуваме внатре во нас. И, реагираме.

Не е битно што ни се случува однадвор, туку како ние тоа го примаме. Нашиот внатрешен однос кон надворешните нешта нѐ прави среќни или не.

За да имаш мирен живот, проблемите е најдобро да ги лоцираме внатре во нас.

Тоа прстето, што се нарекува показалец, никако да го свртиме кон себе. А, тоа дејство е почетокот на решавањето на проблемите.

Проблемот е што не си ја цениме посебноста според делата, туку според нашите високи замисли и фантазии за самите себе.

Еден од поголемите проблеми во нашиот живот е напразно потрошеното време – генерално, а посебно – слободното време. Затоа не успеваме.

Тоа „да, ама...“ голем проблем станува.

Не мешај „да“ и „уште малку“... сите проблеми настануваат во „уште малку“.

Сѐ така почнува, со – „ај, ништо не е тоа“.

Којзнае дали нашиот проблем навистина лежи

таму каде што ние мислиме дека лежи?

Ако нашиот проблем не лежи таму каде што ние мислиме дека лежи, оттука па натаму, секој момент од нашиот живот е губење време.

Од нашите неоткриени внатрешни простори си патиме.

Очигледно, сме го запоставиле духовниот живот.

Кога би знаеле каде, кога точно да се обратиме и што точно да прашаме – сите проблеми би ни биле решени.

Додека решаваш туѓи проблеми, нема да имаш свои.

Ропство во слободата на страстите

Срцето, како духовен центар на човекот, има три сили: една словесна – умот, и две бесловесни – волјата и желбата. Овие три сили, пред своето очистување, боледуваат од три страсти – по една за секоја од нив. Посебно: умот боледува од славољубие, волјата од среброљубие и желбата од сластољубие.

Заразеноста на која било од силите (и на само едната од нив), со соодветната страст, го валка

самото срце како нивен центар и извор. А срцето, пак, ги валка и ослабува останатите две сили – во случај да не се толку изразено извалкани и заболени.

Страстите се пројавуваат во три вида: славољубие, среброљубие и сластољубие, а сите тие имаат само еден извор: самољубието.

Едно е страст, а друго копнеж. Страста е краткотрајна – се задоволува и завршува.

Страста ја доживувам како ропство, а копнежот како слобода.

Завидливи сме според страста што нè превладува.

Омразата и гневот се многу лоши советници.

Омразата кон другиот е најголемо внатрешно ограничување на личната слобода – до комплетно стеснување и затемнување на умот.

Проблемот е како некој со ограничен ум – од омраза, ќе решава проблеми, кога не може ни да ги согледа во нивната вистинска димензија...

Гордоста е исто што и самоизолација – од Бог и од Неговата благодат, како и од секој човек и неговата енергија насочена кон добро.

Ти го штедиш, тој се воздига – стара народна. Што значи, не биди смирен и снисходлив со горд човек, веднаш уништи го во поим, додека не станал монструм.

Секој е зависен од нешто – во поголема или помала мера. Само што едните ги фаќаат, а другите не. Или, нечија зависност директно му пречи само на зависникот, а нечија директно им пречи и на другите.

Сѐ што нѐ контролира нас, а не ние него – зависност е.

Време е еднаш да си признаеме дека сме зависници од храна; и тоа од овој конкретен вид и начин на исхрана, непознат, на пример, за нашите стари.

И на гладот не може да му се верува.

Зошто работите што ни се најубави се и најштетни за нас? Мислам на сите страсти.

Ако сакаш да привлечеш нечие потполно внимание или ако сакаш некого максимално да мотивираш – погоди му ја страста.

Мрак има само ако се самонабљудуваш. Инаку, го нема.

Додека правиме сè како што нашата сопствена природа ни диктира – ништо не правиме.

Едно е задоволување, друго е потиснување, а сосема трето е преобразување на страстите. Изборот на здравјето и болеста е наш.

Душевните грешки ќе се појават како некоја телесна болест.

По духовна смрт доаѓа телесна болест.

Болест на сите денови, години и векови – малодушност. Насекаде малодушност. Но, нема конечно да победи.

Гревот го мразиме, а не грешникот

Кој нè лаже дека гревот е без последици, дека искористувањето и отфрлањето на луѓето е без последици? Последиците се само прашање на време.

Секој грев си бара отплата. Од тоа не се бега.

Тенка е линијата помеѓу грешка и грев.

Гревот влегува прво во очите.

Гревот не прашува – те принудува. Отвори очи!

Некои велат дека незнаењето е најголем грев;

други, пак, дека тоа е осудувањето.

Најмногу плаши подложноста на грев. Тоа ја поткопува храброста. Но тоа, исто така, може да биде и поттик.

Гревот го мразиме, а не грешникот. Второто нас самите нѐ убива. Има разлика.

Гревот го мразиме, а не човекот. Кога ќе го одвоиме гревот, дури тогаш во човекот откриваме личност која заслужува преку љубовта да стане добра.

Покриј го гревот на братот свој, за и Бог да го покрие твојот.

Критика и осудување

Едно е критика, а друго е осудување човек. Со критика се отфрлаат погрешните дела, но не и човекот. Осудувањето е отфрлање на самиот човек.

Кога некој одвај чека грешка – да ја искритикува, а стореното добро не го признава и поздравува – таквиот покажува дека постапува острастено.

Едно е како човек самиот себе се гледа, а друго е како другите го гледаат. И, едно е како треба на самите себе да гледаме, а друго е како треба на

другите да гледаме. Или, за да се занимаваш со туѓи животи, треба да немаш свој.

Да не испадне, на крај, дека луѓето сме ги суделе согласно своите недостатоци (страсти), односно согласно тоа што и ние би го направиле?

Правилното критикување подразбира: ти самиот си во ред, добро го разбираш тоа што го критикуваш и со факти докажуваш како треба, а како – не.

„Не е можно да видиш во другиот слабост, мана, недостаток, лошотилак, ако и самиот ги немаш.“ – Обично е така, но може и да ги видиш, а да ги немаш самиот; зависи дали го осудуваш човекот или сострадуваш.

Цел живот мачи се да направиш некое добро и не ти ни признаваат. Не дај Боже, само еднаш да згрешиш нешто – крај си.

Не верувај во луѓе кои критикуваат, без притоа да понудат и решение за проблемот.

Не верувај во луѓе кои се исмеваат на појави за кои немаат ни основно познавање.

Најмногу грешат оние што најмногу судат.

Ако веќе му судиме некому, тогаш добрината нека превладува во нашиот суд.

Да не се осудуваат „неутралните“ – тие си знаат зошто така одлучиле да се однесуваат (некои може се молат). Оти, тогаш навистина сите се исти.

Едно е здрава критика, а друго е болно мразење. Првото се случува преку аргументи, а второто преку лични навреди.

Немојте со критика поради критика! Ако притоа не се понуди и решение – тоа се доживува како злоба.

Исто така, како злоба се доживува ако се истакнуваат само негативните страни на една појава, без притоа да се спомнат и позитивните.

Ако научиш да простуваш – целиот свет е твој

Простувај, за твојата душа е подобро. Дигни глава и продолжи, животот е пред тебе и скришно ти се насмевнува.

Простувај лесно, но никогаш не заборавај – сите знаат што прават; би додал, но ги заборавaат последиците од злото.

Простувај – за да бидеш запаметен.

Кој сака да успее, мора во себе да усвои простување за сите, однапред – колку и да му згрешат.

Тоа „се извинувам" е пропратено со исправање на грешката или се само празни зборови?

Ретко кој денес се извинува, а уште поретко вистински го мисли тоа.

Давањето прошка не ја отстранува потребата од барање прошка.

Сакаме да победиме со понижување на противникот, а не со простување; затоа не умееме да најдеме решение за многу ситуации.

Сѐ се простува, само некои односи најверојатно никогаш повеќе не ќе можат да бидат исти.

Простувањето е прашање на наша психоментална хигиена. Непростувањето нам ни штети, не на тој што не му простуваме.

Реалното непростување нас самите нѐ труе, и никој друг.

Ако мислиш дека нешто сум ти згрешил, ти простувам. Ако мислам дека нешто сте ми згрешиле, простете ми.

Јас ти простувам секогаш; проблемот е и ти да си простиш себеси.

Простувај, за твое добро е тоа.

Со незаборавањето – нема да ги повторуваш грешките; со простувањето, ќе ја задржиш светлината во себе – што привлекува.

„Со кое средство ја чистите совеста?“ – Главно е простувањето, а има уште неколку други.

Бог на сите им простил сѐ; проблемот е што ние самите не си простуваме, чувајќи го злото во себе – не простувајќи им на другите.

Бог ни простува буквално сѐ – тоа ни е дар. Ние обично им простуваме на тие што не ни згрешиле. Затоа, најтешко ни е себеси да си простиме.

Потешко од тоа да побараш прошка од другите е само – да си простиш на самиот себе.

Најтешко е да си простиме на самите себе, но бидејќи не знаеме како да си простиме – и за тоа треба духовен учител.

Или ќе си простите, или има да ве нема.

Ајде да си простиме себеси, простувајќи им на сите што нѐ повредиле, зашто ако не им простиме, злото останува во нас.

Простувајте, не за друго, ако не простиме, злото што ќе остане во нас со непростувањето нам ќе ни наштети.

Си простувам јас – самиот на себе, но никогаш нема да се помирам – самиот со себе. Едно е да си простиш, а друго е да се помириш – со тоа каков си.

Кога би се познавале себеси, полесно би простувале. Би ги познавале и другите...

Мостот, по кој сите поминуваме – е прошка за виновните; ако не му простиш на виновниот – го разрушуваш мостот, по кој ти требаше да поминеш.

Што ако пријателот ми згрешил? Ќе му простам. Градењето пријателство е, исто така, долготрајна борба.

Еднаш негде прочитав дека ако научиш да простуваш – целиот свет е твој. И по толку време, гледам функционира...

Да благодариме...

Подобро да бидеме благодарни што не се случило нешто полошо, отколку да негодуваме за малкуто лошо. Ќе ни се смета за паѓање на испит.

И „празното“ спаѓа во спектарот на нашите чувства. Ништо чудно.

И празнината има смисла, ако се прифати со

благодарност; а штом нешто добие смисла, веќе е поучно.

Како може да очекуваме повеќе од нашиот живот кога не сме благодарни ни за тоа што го имаме?

Да бидеме благодарни за тоа што го имаме, оти некој нема ништо.

Да го цениме или да сме благодарни за тоа што го имаме е почеток на прогледувањето.

Постојам, значи среќен сум.

Јас, откако сфатив дека постојам, сфатив и дека нема за што да се жалам. Освен, да благодарам.

*Светлина,
како избор на слободата*

Стара уметност – трагање по внатрешната светлина.

Сите имаме помали или поголеми, и различни таленти, но за прием на светлината имаме еднакви шанси. Инаку – неправда.

Битно е да сме по светлината, не по темнината, па секако ќе се најдеме.

Постои доволно светлина за оние што сакаат да видат и доволно темнина за оние што не сакаат да видат.

Никој и ништо не може да го принуди човекот да одбере темнина наместо светлина. Луѓето самите го создаваат својот пекол.

Негувај ја внатрешната светлина на својата душа и слободно оди низ темнините на животот. Не оди по туѓи, надворешни светлини, не водат никаде.

Внатрешната светлина на твојата душа ќе свети во темнината и темнината не ќе може да ја угаси.

Прифаќај и биди благодарен за сѐ што ти се случува; и ќе видиш како и најмалата сенка од темнина во тебе – се претвора во светлина.

Ти си светлина што свети во темнината, и темнината не може да ја изгасне, нели?

Не сите ќе ја сакаат светлината на твојата душа. Некои повеќе ја засакаа темнината, зашто нивните дела се зло.

Лошо е да си без светлина, особено ако си самиот виновен за тоа.

Зошто времето депресивно ни делува? Затоа што во потрага по надворешни надразби и свет-

лини ја запоставивме внатрешната светлина на душата.

Светлината не происходи од делот, туку од целото. Освен ако делот не го содржи во себе и целото.

Сакаш да светиш, тогаш гори!

ЖИВЕЈ КАКО НИШТО ДА НЕ ОЧЕКУВАШ, А БИДИ ПОДГОТВЕН КАКО ОЧЕКУВАНОТО ВЕДНАШ ДЕКА ЌЕ СЕ СЛУЧИ

Раѓањето ни е детерминирано, но не и животот. Животот ни зависи исклучиво од нашите слободни определби.

Дали навистина живееме или само постоиме?

Не можеме да живееме без очекувања, без надеж, без цел и без труд целта да се оствари.

Животот ти е таков каков што самиот ќе си го наредиш. За поубав живот потребни се похрабри потези – ништо само не доаѓа.

Животот си бара и малку воздржување за да може да се ужива во него. Повеќе воздржување, повеќе уживање.

Уживањето не се заменува со уживање, туку со аскеза; ако сакаш повторно да уживаш.

Не можеш да се радуваш на животот ако не заборавиш на себе.

Ако животот ни е дар и ако ние го даваме на дар, тогаш влегуваме во спиралата на восовршувањето, а излегуваме од кругот на повторувањето.

Животот многу добро знае да биде непредвидлив, нели? Затоа, бидете подготвени...

Магијата е илузија за полуписмени, а реалниот живот може да биде вистински магичен, ако знаеме како...

Животот си носи и тешки моменти или периоди, без нив нема растење и зреење – ни телесно, ни емоционално, ни духовно.

Убав е животов; само треба да се издржи докрај.

Дали некогаш планирате да направите да се чувствувам исполнет? – Животот.

Потребна ни е реконструкција на сопствениот живот. Генерална.

Предолго живеевме како последно да ни е.

Треба да подзастанеме и да излеземе од ритамот на живот што безмилосно нѐ троши.

Живот како лента за трчање – само негде трчаш

и се заморуваш, а нигде не стигнуваш.

Внимавајте, во нашиот живот ставаат многу одвлекувачи на внимание – од она што е битно на она што е небитно. Потоа празно, е па...

Дали е нашиот живот наш?

Животот не е само да си присутен овде.

Едно е нешто теоретски да знаеш, а сосема друго е истото да го живееш. Едноставно, немаат врска едно со друго.

Повеќе ќе разберам во што веруваш ако го видам твојот живот, отколку ако те слушам што зборуваш.

Кој нема внатрешен критериум на живот се потпира на некаков надворешен. А надворешниот, како времен и променлив, кога-тогаш ти го тргаат.

Кога некој прави некаков животен избор, не вршете притисок врз него, токму поради тоа да не може вината за неуспехот да ја префрла на друг.

Ништо во животот не е „ситница“. Кој вака размислува, однапред да знае дека се излажал.

Големата грешка не се случува тукутака. Резултат е на многу ситни и најчесто незабележливи

грешки. Животот бара будност и внимание.

Или самиот ќе се ставиш на своe место, или животот ќе те стави. Го препорачувам првото, зашто при второто се применуваат незгодни методи.

Откажување од овој свет значи откажување од неговиот модел на живот што ни е наметнат, значи промена на нашиот начин на живот.

Разликуваме што е вредност на животот, а што не е; одредуваме точен приоритет на вредностите; работиме. Ако не, сме се излажале.

Живот на коцка.

Љубов како коцкање – само вложуваш, а сè друго е неизвесно.

Коцкарот се крие во секој од нас.

Животот е игра направена за сите, а љубовта е наградата.

Секогаш ми било интересно: како се ориентираат луѓево низ животот без етички компас?

Животот, и во најдобар случај, е само патетика – пат и етика, ако не му додадеме и една вертикална димензија – аскетика. Тогаш е естетика.

Животот е трка на долга стаза. А за тоа треба и подготовка, и стратегија, и јасна цел.

Животот е радост или радосна тага.

Животот е уметност или не е живот. Толку.

Смислата на животот

Не е уште страшно ако не сме ја нашле смислата на нашиот живот – страшното почнува кога губиме волја да ја најдеме смислата на животот.

Живот со цел. Но, цел со смисла.

Што е целта на нашиот живот? Учењето, вработувањето, бракот, децата, богатството, уживањето и смртта – не баш личат за цел на животот.

Дали воопшто твојот живот има некаква смисла или „каде сите, таму и јас“?

Што е тоа или кој е тоа што ни недостасува? Не сум баш сигурен дека точно го лоцираме проблемот на недостасувањето.

Ако добро размислиме, ќе видиме дека во животот сме имале многу ситуации во кои тоа што еднаш ни недостасувало, потоа не ни значело ништо.

И, ако добро размислиме, ќе видиме дека имало и ситуации во кои тоа што ништо не ни значело одеднаш страшно ни недостасува.

Она што најмногу нѐ убива во животот е неговата бесмисленост, и бесцелност. Виктор Франкл го нарекува ноогена невроза.

Ноогена невроза е последица на егзистенцијални фрустрации, и нејзиниот главен симптом е загубата на смислата за живеење.

Според Франкл, дури 55% од сите невротски пречки (тегоби) за главен симптом и причина ги имаат загубата на смислата за живеење.

Под егзистенцијална фрустрација Франкл подразбира сериозно оштетување на *волјата за смисла* кај денешниот човек. Ова оштетување потекнува од духовната димензија на човековата егзистенција.

Вака одат работите – кога не одат: еуфоричност, агресивност и на крај – очајание.

Вака одат работите – кога одат: смирение, љубовно трпение и на крај – радост.

Мислам дека и не ни треба баш некоја посебна причина за преосмислување на животот. Не ни е доволно тоа што го гледаме околу нас?

Смислата на нашиот живот е да им правиме добро на другите.

Оние што со мир и благодарност го примаат секое зло што им се случува, но кои и понатаму се борат против него – ја сфатиле смислата.

Чини добро, а не зло!

Ќе се трудиме да правиме добро, на дело и со збор, па кој сфати – сфати.

Со константност во добро, макар и минимална, се станува најдобар; со поголемо добро – побрзо.

Нема многу принципи, еден е: чини добро, а не зло!

Со просветлен разум размисли, со топло срце прифати и чисто дело изврши.

Ако сакаш да се чувствуваш добро – не значи и дека стварно ќе се чувствуваш. Но, ако чиниш добро – секако ќе се чувствуваш добро.

Додека даваме – во ред, но ако бараме – проблем, веднаш.

Доброто се прави и кога не ти се враќа со добро.

Наше е да правиме добро, а како луѓето ќе ни вратат – тоа е нивен проблем.

Во животот го добиваме само она што го даваме. А, ако не бараме да ни вратат, и тогаш го добиваме, ама многупати умножено.

Со доброто што им го правиме на другите вложуваме и во себе и во својата иднина. Да не дозволиме никој околу нас да се чувствува беспомошен.

Ништо не ни е пишано лично. Општо ни е пишано: кој прави добро, ќе најде добро, а кој прави зло, ќе најде зло. Личното, самите си го допишуваме.

Кога даваш – заборавај. Кога примаш – памти со благодарност.

Да бевме сите подобри луѓе, за сè ќе имаше доволно.

Не им го прави на другите тоа што и ти не сакаш тие тебе да ти го прават.

Не се осудувај да помислиш, свесно, дека си подобар од кој било човек и мирен ќе си.

Да бидеме добри; ако ништо друго, за наше добро.

Сакаш постојано да имаш тишина и мир во себе? Не мисли зло никому!

Не можеш секогаш да однесеш добра вест, но секогаш можеш, на некој начин, да помогнеш.

Убаво е, кога ни е убаво, да се сетиме и на оние што не им е убаво; и да го разубавиме и нивниот живот.

Прави ги луѓето среќни и уживај во тоа.

Убавиот збор можеби ќе те утеши, ама доброто дело – сигурно.

Биди добар човек, ама биди и употреблив.

Не е возможно мене да ми е убаво, ако тебе не ти е.

Добар човек си, ако само со своите зборови го поттикнеш доброто во добронамерен човек.

Многу си добар, ако со своите постапки го поттикнеш доброто во рамнодушен човек.

Свет си, ако со своите зборови или постапки го поттикнеш доброто во изгубен човек.

Omnia mea mecum porto – сè свое носам со себе. Ако под „сè свое“ се подразбираат добрите дела, тогаш го разбирам реченото.

Ако нешто сакаш да имаш, почни да го раздаваш.

Најголемата тајна на животот е да даваш и кога немаш доволно ни за себе. Сега знаете зошто само ретките ја дознаваат.

Еден зрак од вечното во времето

Со парите можеме да купиме часовник, но не и време.

Дали ние чекаме некое подобро време и зошто? Ако чекаме некое подобро време, дали го чекаме активно или пасивно? Има разлика меѓу чекање и чекање.

Времето е измислено нешто. Да кажеш „немам време“ е исто како да кажеш „не сакам“.

Ако времето ти помине исполнето, во никој случај не сакаш да се врати назад, затоа што тоа, исто така, значи дека си вложил и голем труд.

Кога времињата се тешки, тешки се и за лошите и за добрите.

Во што го вложуваш своето време, во нешто минливо или во нешто неминливо?

Губење време или осмислување на времето – изборот е наш.

Време е да посветиме должно внимание – како и на што го трошиме нашето време. Додека уште имаме време.

Значи, постои време објективно и постои време субјективно – како ние го доживуваме реалното време. За жал, ниту едното од двете не е вечност.

Што, времето лечи сѐ!? Времето убива сѐ – што ќе остане заробено во неговите рамки.

Време без вечност – само одбројување на часовите до смртта, биле свесни или несвесни.

Времето, или го претвораме во вечност, или тоа, едноставно, истекува.

Вечност во времето.

Веруваш во вечна љубов, не веруваш во вечен живот. Како тоа?

Кога веќе знаеме дека времето лета, тогаш ајде да сработиме нешто полезно за себе и за другите – да не одлета без врска.

Знаете ли што е тоа: *веќе и уш̅те не*? Наскоро ќе дознаете.

Carpe diem (зграпчи го денот) vs. carpe aeternitatem (зграпчи ја вечноста). Полесен избор нема.

Пеколот не е казна, туку само – избор на начин на живот

„Има само еден пекол, оној во кој живееме сега.“ – Со тоа што засега уште има надеж. Ќе дојде време кога ќе ја снема и надежта. А пеколот ќе биде истиот.

Никој нема да оди во пеколот поради своите дела – па што и да направил, туку само по своја желба – поради тоа што така одлучил.

Тоа што велат, дека во пеколот е друштвото – тоа е маркетинг; таму одат самољубивите, а тие не знаат да се дружат, туку да искористуваат.

Пеколот не е место, тоа е, пред сѐ, душевна состојба.

Секој што мисли за себе дека заслужува Пекол оди во Рај.

Изгледа патот до Рајот поминува преку Пеколот, затоа – трпение.

„Добрите луѓе не заслужуваат да живеат во овој пекол.“ – Така е, ама без нив ни ние, другите, не би издржале многу.

Победа над смртта

Смртта е примитивен концепт. Од духовен аспект ќе кажам: најпримитивен.

Верувањето во победа на смртта над животот е примитивен концепт.

Верата е врата низ која во тебе влегува она во што веруваш. Не верувај во смртта, тоа е примитивен концепт и те умртвува уште додека си жив.

Ако има смрт, тогаш нема љубов и слобода.

Целта на животот не може да биде смртта, тука нема ни елементарна логика, и нашата душа го чувствува тоа.

„Смртта е нормална појава за сè што е живо, кое се раѓа, расте, старее и умира." – Но, не е нормално да се остане во таа состојба; зарем душата не ни го шепоти тоа?

Живот што завршува со смрт, па колку и да бил исполнет, не може да се нарече живот во вистинска смисла на зборот.

Сите сме на поминување. Дали ќе оставиме траги во срцата? Или, само во прашината на патот?

Откако некој ќе научи како да умре, не му треба да учи и како да живее.

И, умираш за да живееш.

Дали со животот се запознаваме во моментот кога ќе умреме или во моментот кога ќе дознаеме дека набрзо ќе умреме?

Веста за смртта може да го испревврти целиот наш живот. Сѐ што ни изгледало многу важно одеднаш и не е.

Гол се родив, гол ќе умрам – нека е благословен Оној што ни го дарува животот[1].

Секоја смрт како да е само семе посеано; прераснува.

Сѐ повеќе и повеќе им умираат луѓе кои во животот им значеле и одеднаш сфаќаат дека Небото е попривлечно отколку овој свет, и некако поживо.

Последниот збор го има животот, а не смртта.

[1] Види: Јов 1, 21.

ЧОВЕК – ОД НИ ОД ШТО, ДО БЕСКРАЈ

Нема ништо посвето од човекот. Иако ретко кој човек тоа во потполност го докажува. За жал.

Не ми треба идеја, ми треба Човек. Да.

Секој човек има своја задача. Секој лист, секоја тревка, секое цветче има задача што треба да ја исполни. Нема ништо незначајно, сѐ е важно.

Најфантастично е кога човек ќе рече – *јас сум*, а кога тоа нема да бидат само празни зборови.

Што ти значи кога си, а што кога не си.

Човекот е создаден бог со самото тоа што на Бог може да му рече *не* – ако Бог го создал. Ако е од мајмун, што и да му кажеш не е битно, не сфаќа.

Човекот е динамично битие. Теоретски. Во пракса – многу статично. Динамичноста мора да има конкретна насоченост кон добро. Сѐ друго е хаос.

„Сонцето ни свети затоа што се гори себеси.“ – Исто и човекот.

Веќе е речено: „бидете како деца“; акцентот е на „како“ – тука е тајната на соодносот.

Има нешто во нас што никогаш нема да згасне.

По сè изгледа, има доста луѓе – луѓе. Има надеж, фала Богу.

Постојано копнееш по нешто. Мислиш дека знаеш точно по што. И талкаш.

Талкаме по светот барајќи го она што во себе го носиме.

Човек ко човек – постојано талка во место, мислејќи дека знае што бара.

Празнината и незнаењето прават да талкаме.

Човекот што веќе нема што да изгуби не можеш со ништо да го исплашиш.

Човекот се плаши од тоа што не може да го контролира. Не го контролира тоа што не може да го разбере. И, од тоа од што се плаши е контролиран.

Никогаш нема да можат да ги контролираат светите луѓе. Светиот, и во затвор да го ставиш, останува слободен. И зло да му направиш, со љубов ти враќа – над нив нема контрола.

Ние сме толку блиски, што не ни знаеме колку сме блиски

Какво е тоа чувство дека другите живеат во мене и преку мене, а дека јас живеам во нив и преку нив?

Се будиш, погледнуваш наоколу и целиот свет го чувствуваш и гледаш како дел од себе.

Многу сили во светот се обидуваат да нè разделат. Никогаш. Посилна е силата што нè соединува.

Цел живот ни е заснован на жртвување; прашањето е: дали се жртвуваш за доброто на другите или другите ги жртвуваш за своја корист?

Штом веќе некој се раѓа во овој свет не е возможно да биде небитен – освен во нашите шеги, поради погрешен однос или ако самиот се направи небитен, со начинот на својот живот.

А, штом некого реално и лично ќе го сретнеме во нашиот живот, за небитност не може да стане ни збор.

Секој човек што го сретнуваме во животот е и огледало во кое можеме да се видиме самите себе – од самиот однос кон него.

Од секого може да се научи нешто – или како треба или како не треба.

Не барај никогаш ништо од луѓето, а помагај им секогаш кога ќе можеш – и можеби ќе те засакаат. А, ако те засакаат, самите ќе ти помогнат, кога ќе имаш потреба, без да им бараш.

Над себе треба континуирано да работиме – да се подобриме. Односот со другите може да варира, во сите комбинации на почнување и завршување – затоа што таквиот однос не зависи само од нас.

Да не се мачиш толку, пронајди го бисерот во тебе – сигурно постои, и лесно ќе го препознаеш во другиот – без да го отвораш.

Сѐ што постои е поврзано.

Се воодушевувам на тоа колку сме поврзани ние, луѓето, и истовремено ми е жал колку тоа не го чувствуваме.

Многу сме поврзани. Речиси неиздржливо. Во тоа се крие и најголемата болка на животот, но и најголемата негова убавина.

Вистинската доверба е двонасочна

Лојалноста на луѓето е поврзана со нивниот интерес од тебе. Нема интерес – нема лојалност. Но ти не грижи се за тоа – продолжи да им помагаш.

Нема ли лојалност, нема ништо.

Довербата е страшна работа – ни со неа те бива, ни без неа те бива. Зависи кому ќе ја подариш.

Основна причина за недоверба: жолчно кажува дека не треба така, а не кажува како треба!

Во човек што навредува губиш доверба.

Вистинската доверба е двонасочна. Напразно јас ти верувам ако ти не ми веруваш мене.

Во животот мораш и да веруваш некому.

Кога некој си го отвора срцето пред тебе и ти ги кажува своите маки, ако ништо друго, не ја изневерувај неговата доверба.

Проверката носи поголемо ниво на доверба.

Преку проверката на другиот може да се стигне до повисок степен на доверба, а преку самопроверка – до подобар *јас*.

Криза во меѓусебните односи

Секоја криза во меѓусебните односи почнува од лошата мисла за другиот, на која ѝ дозволуваме да го опфати и нашето срце. А, срцето нѐ издава.

Зрачењето на твоето срце кон срцето на другиот му го открива твоето вистинско лице, па колку и да го наместиш да изгледа пријателски кон него.

Не мисли лошо за луѓето; тие енергетски чувствуваат, без оглед на оддалеченоста.

Не зборувај лошо за луѓето; лошиот збор најбрзо се шири, има тежина на дело, а тешко се простува.

Едно е да се расправате за нешто што зависи од вас, а друго – да се расправате за нешто што воопшто не зависи од вас. Мое е да кажам.

Ако некого исклучуваш од своето друштво поради тоа што тој, исто така, некого поради нешто исклучува од своето друштво, зарем не стануваш ист?

Кој сака другиот да го помести од местото што го заслужува, самиот ќе биде поместен од местото што не го заслужува.

Кој не си го знае местото, ќе го изгуби и тоа што го има.

Сите самите на себе сè си правиме. Никој друг.

Наместо во човек да го бараш доброто, ти секогаш го гледаш лошото. И, не се прашуваш што ти фали. Тоа е...

Ние не го дослушуваме човекот за да се разбереме; ние го слушаме за да му најдеме грешка и да го понижиме.

Потценувањето или додворувањето во односите е најчесто, или во голема мера, на ниво на несвесното во човекот.

Односите во кои нема потценување или додворување станаа толкава реткост, така што – чудо е кога ќе ги сретнеш.

Не е проблем замената, проблем е континуитетот. За меѓусебните односи ми е.

Се бараме на различни фреквенции.

Луѓето – „сите се лоши, ние сме жртви“, секогаш земај ги со резерва.

Многумина себеси се гледаат како „караван што врви“, а тие што им сметаат – како „пци што лаат“.

Не можеш да тргуваш со некој кој веќе го има тоа што го сака.

Дали ќе дојде времето кога човек на човек – ќе му биде човек, наместо волк? И зошто не?

И, дали ќе дојде време, духовното, наместо материјалното, да стане мерка за богатство? И, зошто не?

Има две категории луѓе: болни, што знаат дека се болни, и болни, што не знаат дека се болни. Е, од вторите си патиме...

Има само луѓе и нелуѓе; и тука завршуваат сите разлики меѓу луѓето.

Порано или подоцна, различноста ги плаши луѓето – кукавиците, тесноградите и злобните.

Различноста е предизвик за луѓето – храбрите, широкоградите и љубовните.

Ако еден човек со своја национална, политичка, религиска итн. припадност е лош, не значи дека и сите слични нему се лоши. Не обопштувај!

Ајде да се обидеме да го извадиме најдоброто – што може – од човекот. Лесно е да го предизвикаме злото во него.

Мудриот и глупавиот

Лошиот човек, колку и да е интелигентен, на крајот излегува глупав. Зашто доброто секогаш победува.

Мудриот човек е судија над сопствените грешки и гревови. Глупавиот е судија над туѓите дела.

Само глупав човек може да биде задоволен од самиот себе.

Злото секогаш ја користи глупавоста.

Одвај ќе ги преживее сопствените глупости, па ќе ти мудрува. Човек...

Некои прашања се веќе одговорени. Ама, вие си знаете...

Стоиме во место, а место не нè фаќа – затоа и се глупираме.

Се занимава со глупости, сè додека глупостите не почнат да се занимаваат со него.

Ако од глупавост се најдеш во лоша состојба, не очекувај преку глупавост и да се извлечеш од неа.

Правиме, правиме, правиме глупости и оп – глупостите ќе нè направат нас.

Акоречам: „лекаре, исцели се прво самиот себе“[1], секој си се смета за здрав; и оп – глупост.

Ако речам: „немојте да грешите“, ќе ми речат: „ти безгрешен да не си?“ И оп – глупост.

Ако речам: „покајте се, оти се ближи Царството Небесно“[2], ќе ми речат: „гледај ти земното“, и оп – глупост.

Ако речам: „љубете ги непријателите свои“[3], ќе ми речат: „око за око, заб за заб“[4]; и оп – глупост.

Велат дека глупоста немала крај. Крајот на глупоста е најсигурното нешто што се случува, само прашање е на време – зависи од големината или силата на глупоста.

Колку и да се воздржува човек од глупости, повторно – на крајот од денот ќе испадне предозиран – барем со информации за глупости.

Глупаво е ти само јавно да нагаѓаш што ќе му се случи на некој друг, додека, од твоето нагаѓање, другиот, веднаш, точно знае што ќе ти се случи тебе.

---

[1] Види: Лука 4, 23.
[2] Матеј 3, 2.
[3] Матеј 5, 44.
[4] 2 Мој. 21, 24.

Лесно е да мразиш, но тоа е оставено за утеха на глупавите.

Биди мудар како змија и незлоблив како гулаб[5]. Ако нешто од ова ти фали – фаличен си.

Ако ја нападнеш змијата со стап, таа целото свое тело го изложува на удар освен главата – која ја крие под телото. Кој е мудар, ќе сфати.

Роботот разбира страв. Трговецот разбира интерес. Личноста разбира љубов. Кон секој од нив треба да имаш соодветен пристап, ако сакаш да те разбере. Со глупав човек – не губи време, таквиот ништо не разбира.

Во светот нема некои големи тајни; има само луѓе што сакаат да ги откријат и затоа – можат, или не сакаат и затоа – не можат.

Пази, човек!

Човекот ти е чудно суштество – не знаеш кога и како ќе реагира, дури и кога мислиш и се трудиш добро да му направиш. Пази, човек!

Ем шуто, ем боде, па не знаеш што да му правиш?

---

[5] Види: Матеј 10, 16.

Зошто некои си мислат дека некој баш со нив мора да се консултира што ќе прави?

Обезличените тежнеат да го сочуваат обезличеното...

Пари има, луѓе нема.

Простотијата не оди по пустини и џунгли; оди по луѓе.

Што ти е човек, дај му јадење и пиење, и веќе заборавил зошто дошол.

Тенка е линијата помеѓу опуштен и распуштен.

Срамот си го бара пердето.

Човек кога не е сконцентриран – не знае што прави.

И на непознато куче, што доаѓа кај тебе да се гали, ако не му дадеш нешто да јаде – те напушта. А камоли човек.

Убаво е да знаеме кој ни е навистина потребен. Внимателно со луѓето.

Односот кон еден човек, или ни е смрт или живот, средина нема. Внимавајте со луѓето што ви прават добро или кои не ви враќаат на злото со зло.

Што станал човекот, а што би можел да биде...

Вообразениот човек е најплашлив човек.

Вообразениот човек, твојата добрина кон него ја смета за слабост.

Не се плаши ако против тебе се дигне вообразен човек. Тоа ти е непријател кој сѐ уште се бори против самиот себе.

Пред вообразени луѓе заборави ја својата кроткост – со нив само строго! Таквите смиреното однесување не го разбираат.

Човекот е тој дел што најчесто знае да се откачи од целото со својот егоцентризам и тогаш престанува да свети.

Творби на светлината, затемнети.

Борба за опстанок и природна селекција. Ама застанете, ние не сме животни!?

Можеби, реков – можеби, кога ќе ни се смачи од себеси, ќе го пронајдеме Другиот. Само да ни се смачи од себеси не е решение.

Ако сме заедно, и во грешка ќе нѐ биде. Ако не сме, ни во успех – нема да нѐ биде.

ДУША СЕ ЛЕКУВА
ПРЕКУ ДУША

Нашата психичка состојба не зависи од надворешните околности, туку единствено од нас, од нашиот однос кон надворешноста.

Границата помеѓу душевно здрав и душевно разболен човек е во лоцирањето на проблемот – внатре или надвор од себе.

Најчесто причината на проблемот е внатрешна – духовна или психичка, а ние ја бараме надвор од нас. Тоа е начелната грешка.

Голем проблем е што никој на луѓево, денес, не им кажува дека се психички дисбалансирани – е, од тоа си патиме.

Некогаш сѐ почнува со лошо чувство, па продолжува со такви мисли. Зборуваме за психички чувства, не физички.

Да си ја препознае човек болеста е почеток на здравјето.

Не е добро да си болен, а да не земаш лек.

Од идеја до терапија само една пречка има – прифаќање на дијагнозата.

Психологијата – како наука, ги има класифицирано сите психоментални заболувања, ние сами си одредуваме во која класификација ќе влеземе.

Во психотерапијата, душа се лекува преку душа; болна душа преку здрава душа.

Не може болна душа да исцели болна душа, затоа што нема преобразен енергетски потенцијал, ниту збор во сила.

Жива душа исцелува мртва, а не мртва – мртва.

Дури и ако мислиме дека сме ја пронашле, внатре во нас, причината за нашиот проблем, подобро е да се консултираме со некој мудрец за душа.

Зошто да се советуваме со мудрец за душа? И кога мислиме дека сме ја нашле причината на проблемот во нас – може да е само проекција и демон.

И душата и телото имаат свои потреби. Вистинската психотерапија треба да ги изменаџира потребите и на душата и на телото, и тоа бесплатно.

Нивоа на природен начин на живот:
1. Очистување;
2. Просветлување;
3. Обожение.

Нивоа на противприроден начин на живот:
1. Неврози;
2. Растројства на личноста;
3. Психози.

Прифаќање vs. Одбивање
Благодарење vs. Гнев
Себеосудување vs. Осудување
Смирување vs. Депресија
Преобразување vs. Потиснување (Помирување со судбината)
Бирај!

Прв степен на духовното растење – чистење на срцето од страстите: прва фаза, воздржување од лоши дела; втора фаза, воздржување од лоши зборови; трета фаза, контрола над лошите мисли и чувства. Фази на исцелување.

Секој е нормален додека...

Додека не се случи нешто ненормално, не може јасно да се види кој е нормален.

Кога е сè мирно, сите изгледаат нормални; и обратно.

Субјективноста ја релативизира стварноста – и секој си е точен.

Велат ќе дојде време кога луѓето до толку ќе откачат, што кога ќе видат некој нормален, сите ќе покажуваат кон него и ќе кажуваат дека е луд.

Луд е оној чија лудост не се поклопува со лудоста на многумина.

Пушти ги работите да си течат нормално, затоа што ненормалното одвај чека да се уфрли. Потоа...

Секој е нормален додека не го запознаеш – вклучувајќи се и самите себе.

Порано се велеше – нема веќе ништо свето, а сега – нема веќе ништо нормално.

Сите сме его...

Себедокажувањето пред другите докажува само – големо его.

Егото е како ногалки од троножно столче – како и да го легнеш, странично, едната од трите останува горе. Тешко нас.

– Огледалце, огледалце, кој е најубав на светот?
– Ај погледни се во душата наместо во мене!

Желбите на егото се бесконечни.

„Ако некој ни укаже на грешка, а ние тоа го доживееме како навреда, тогаш секако имаме проблем со егото.“ – Има веќе проблем кога и без да направиме грешка, а ни приговараат дека сме направиле, ние се лутиме.

Она што е причина за негово смирување, егоистот го доживува како понижување и казна.

Си го храните егото меѓусебно, си ги заштитувате интересите, за на крај – еден со друг да се влечете во пропаст.

Его и расудување не одат заедно. Тоа е.

Да внимаваме да не случајно егото нѐ однесе далеку, од сигурноста на пристаништето кон морската шир, и брановите на животот да нѐ потопат.

Колку повеќе мистифицираш нешто, толку повеќе сакаш да го покажеш како недостижно, а потсвесно не веруваш дека постои и го негираш – познат ментален механизам за заштита на егото од областа на душевноста.

Бесчувствителноста е основна карактеристика на психопатите и на социопатите.

Главна карактеристика на оние што боледуваат од растројство на личноста е бесчувствителноста и, најчесто, големото его.

Каде што има бесчувствителност, таму има и социопатија.

Се плашам дека сеедноста зазема сѐ повеќе простор, зашто бесчувствителноста е психопатско својство.

Човек со растројство на личноста, кога има пошироко општествено влијание, се нарекува социопат, а кога дејствува во потесен круг е психопат.

Малите пари што богатиот ги троши за еден свој ручек се големи пари со кои сиромашниот ќе помине и еден месец. Зборувајте ми за социопати.

Невроза и растројство

Што е невроза? Кога не си ги контролираме помислите и чувствата. Потежок облик – кога губиме контрола и над зборовите, па и над делата.

Изгубена контрола над своите помисли и чувства – невроза. Изгубена и над своите зборови и дела, и ако тоа станало навика – психопатија.

Неврозата е токму тоа – немање контрола над своите мисли и чувства, а речиси секој еден од нас

е во помала или поголема невроза.

Невроза е неспособност на човекот да ги контролира своите мисли и од нив предизвиканите чувства поради кои бесмислено страда – прво душевно.

Невроза: прва фаза, слаба контрола над мислите и чувствата; втора фаза, слаба контрола над зборовите; и трета фаза, слаба контрола над делата. Фази на разболување.

Секогаш кога не си ги контролираш мислите и чувствата, знај дека некој друг ги контролира.

Суштината е во контролата над мислите и чувствата. Когнитивна и емоционална зрелост.

Едно е да си незадоволен од самиот себе и да се исправаш, а друго е тоа незадоволство да го проектираш во другите. Аскетска етика наспроти невроза.

Ноогените неврози (а речиси сите неврози се такви), особено кај младите луѓе, не потекнуваат од психолошката, туку од ноолошката („nous“ – дух), т.е. од духовната димензија на човековата егзистенција.

Велат нешто ќе пораснело од сето она низ што си поминувал, и тоа ќе си бил ти. Да, ако истото го поминуваш правилно. Ако не, повторно ќе

бидеш ти, ама невротичен *ти*. При растројство на личноста, веќе нема ни да бидеш *ти*.

Celebrities се најчест световен урнек (пример) за живот според страстите. Невротичен начин на живот што води во растројство на личноста. Кој сака...

Мисли и работи само за себе и за свое добро, и згази го секој што ќе ти се најде на патот; а душевната празнотија пополни ја со некоја дрога.

Луѓето, вообичаено, молчат пред шефовите – иако се онеправдани, а неоправдано се истураат на оние што мислат дека не им можат ништо.

Нема безгрешни, но има гревови за смирение (кои нѐ чуваат од високо мислење за самите себе) и има гревови што носат во растројство на личноста (психопатија и социопатија).

Како може да се провери дали психопатот или социопатот има нешто здравоумно во него? Ако забележи закана, тој се повлекува. Ако продолжи и после тоа – му нема чаре.

Има внатрешни нешта што им ги откриваме на сите;
другите, само на пријателите;
трети, само себеси;
и ни себеси.
Последните две се за третман.

Видови невроза што нè издаваат:
– депресивна;
– анксиозна;
– хистерична;
– опсесивно-компулсивна;
– фобична;
– дисоцијативна;
– хипохондриска;
– соматоформна.

Хистерична невроза со фиксација. За жал, и не треба човек да е некој специјалист за да го препознае овој вид невроза; каде што нема љубов, таму има душевна болест.

Фаза на бебешка солидарност – еден недозреан ќе почне да плаче и сите други недозреани почнуваат да плачат по него, како во хор.

Го чул изразот *его трип* и си грака. Ниту трип, ниту его интеграција – сè е промашување, ако не е Над-Јас Илуминација.

Его трип е компензација за недоволно изграден Супер-его, а Вистинските Личности се комплетно реализирани битија.

Компензираш, компензираш вистина со невистина, и на крајот – декомпензираш.

Не компензирај грешка со грешка – ќе се декомпензираш.

Телесен живот во идентитетски вакуум.

Гените, пренаталниот период и првите три до пет години од нашиот живот – е, од ова си патиме.

Рековме, доста веќе со карактеропатија (асоцијална психопатија) со патолошка фиксација кон друга личност; доста со проектирање на пореметена објектна релација со родителот – таткото.

Подобро блокирај ги – за нив подобро, инаку им оставаш простор душевно да се доразболат – тоа ќе биде крајниот резултат на злото што го потхрануваат во себе.

Мнозина ги чека тераписка деконтаминација, конфронтација (соочување со аргументите) и прифаќање на реалноста.

Корумпиран ум корумпира волја

Нема некорумпирани; прашањето е колкава е корумпираноста?

Корумпираноста има повеќе нивоа: прво, на умот и на срцето (или на мислата и на чувствата); второ, на зборот; и трето, на делата (на постапките). Пронајди се...

Слобода на избор – најбожествената одлика на човекот. Само, не ја корумпирај со затемнување на свеста.

Корумпираност како проекција. Тоа, пак, најмногу го има.

По третото ниво на корумпираност – кое спаѓа во невротичност, доаѓа првото ниво на растројство на личноста (психопати, социопати), а дури по ова ниво е психозата.

Секоја теоретски одлична идеја, или идеологија, во пракса се расипува од корумпираноста на човекот. Затоа останува неостварлива, и лично и општо.

Потиснување vs. прифаќање

Ако процесот не започне веднаш со прифаќање, туку дури на крајот, тогаш прифаќањето е сигурно потиснување. И повторно одново.

Едно е самоконтрола, а друго потиснување. Со првото растеме и стекнуваме опит, а второто си говори самото за себе.

Самоконтрола – подвиг на секој ден.

Ако е трпението потиснување – да, лажат.

Потиснувањето (супресија) е извор на сите болести – и психички и физички.

Потиснуваш, потиснуваш и... пукаш по сите рабови.

Идентификација со непријателот – еден од психичките механизми на бегство од стварноста и класично потиснување. Има и такви...

Негација е еден од најпримитивните механизми на психолошка одбрана – ја негираш реалноста и веруваш дека така ќе си ја промениш и судбината.

И Супер-егото, и Егото, и Ид-от подразбираат механизми на одбрана, односно потиснување. Само кај Личноста се подразбира преобразување.

Прифаќање со негодување е потиснување, а прифаќање со благодарење е созревање на личноста.

Сѐ што прифаќаш со негодување го претвораш во зло.

Сѐ што ќе прифатиш со благодарност го претвораш во добро.

Прифаќање, благодарење, соочување, непокажување, и преобразување – втора фаза.

Вистинската радост доаѓа од благодарноста за сѐ; не само од благодарност за примените добро.

Потсвест

Во основа на потсвесното се наоѓаат нагоните, но ако нив ги злоупотребиме (острастиме) и ако ни станат навика, еве како влијаат врз свесното.

Два начина на живот: правиш што ти налагаат нагоните – ако можеш и кога можеш, или правиш што ти кажува совеста – ама освестено, без фрустрации.

Поради потсвеста човек ќе те издаде кога најмалку очекуваш.

Кој од што се плаши, за тоа зборува и тоа му го посакува на својот непријател. Е, лаже потсвеста, хранета од нечиста совест...

Ако потсвеста нè управува нас, прашањето е: дали некој друг може да ја контролира нашата потсвест, а со тоа и нас? Или веќе ја контролира?

По што познаваме дека некој ни ја контролира потсвеста? По неприфаќањето на различностите, по поделбите, по омразата, по војните...

Потсвеста е страшна работа при јавен настап – те издава што навистина си правел и зошто плачеш сега, кога тоа ти е оневозможено.

Значи, ако си ја вратиме контролата над потсвеста, никој нема да може да нè контролира.

Самата потсвест во голема мера нѐ контролира, исто и тие што ја контролираат нашата потсвест и од тоа не се откажуваат. Тоа е веќе и научно истражувано и докажано; прашањето е: дали ни е освестено? А, контролата секако дека може и треба да ја избегнеме.

И уште едно исто толку важно прашање: што е свесно и како да се развие во повисок облик на свесност?

Има моќ што ни ја нарушува, преку потсвеста, слободата, и има моќ која, преку свеста, сака да нѐ ослободи од лошата потсвест.

Проекција

Проекција е психички одбранбен механизам, при што лошото во нас го препознаваме и му го припишуваме на другиот.

Не е доволно да се запознаеш преку проекциите што ги правиш на другите. Запознавањето почнува од моментот кога ќе се обидеш да се исправиш себеси.

Проекции, насекаде проекции – на своите внатрешни состојби врз надворешните!

Не им ги припишувајте вашите внатрешни состојби на другите.

Од каде знаеш дали лошото што му го припишуваш на другиот не е само твоја проекција? Ако сострадуваш со него – не е, ако го осудуваш – е.

Ги препознаваш кај другиот само недостатоците што и ти ги имаш. Проекција: го гледаш во другиот недостатокот што само ти го имаш, но не и тој. Во вториот случај сигурно се работи за болест, а во првиот – само доколку и осудуваш; ако не осудуваш – има надеж.

Напразно психолозите, мудреците и философите говорат за проекцијата како болен одбранбен психо-механизам. Очебијно изостанува свеста за тоа.

Се мразиш себеси, па правиш проекција дека другите те мразат – за да можеш да ги мразиш.

Бараш едно нешто што барем можеш да го истолкуваш како грешка кај оној што те води по патот, за да можеш да ги оправдаш своите илјада слабости.

Те обвинува за нешто што не си го направил за да се оправда за тоа што го прави.

Познат ефект на проекција, кога сопствените страсти си ги препознаваш кај другиот; на пример: велиш – тој се плаши, а всушност – ти се плашиш.

Тоа што кај другите не ви се допаѓа, најчесто и не постои кај нив, туку само кај вас.

Секој си збори од искуство, ама лошото искуство – најчесто го проектира во друг.

Ах, тие внатрешни, негативни проекции врз околината...

Депресија

Депресија или очајание – ретко оваа состојба е физиолошко нарушување. Најчесто е духовна болест. Се познава по бесцелното трошење време.

Не правиме разлика помеѓу радоста што произлегува од илузијата на животот и радоста на реалниот живот. Потоа депресија, е па...

Навлечени сме на лажната и еуфорична радост, што е плод на илузијата на животот, па кога не ја добиваме доволната доза, ни следува депресија.

Веќе е проблем како да се оттргнеме од илузијата и да се вратиме на радоста што произлегува од реалниот живот. А каде е тука духовната радост?

Во структурата на депресивните растројства само мал процент се ендогени депресии. Причините за поголемиот процент од депресиите се од

духовно-психолошки карактер.

Меѓу самоубијците само малкумина се психички болни, а повеќето од самоубијците се луѓе без видливи психички заболувања, но се духовно повредени.

Не можеш да маргинализираш или да отстраниш од својот живот нешто од што тој се содржи. Потоа депресија. Е па...

Повеќето сништа завршуваат во чашка ракија, а само од нас зависеше како ќе завршат.

Неосвестена безнадежност – целиот свој живот го организираш за да достигнеш нешто што не може да те исполни, а свесен дека малкумина успеваат.

Најнезгоден круг е кога не знаеш што да правиш.

Ми личиш на некој кој постојано кружи и не излегува од кружниот тек. Човеку, фати кој било излез, макар и тој откај што влезе – нешто направи.

Отуѓување – отчовечување

Луѓево станаа некои отуѓени луѓе. Мислат туѓи мислења, животот им е имитација, страстите им се втора природа. Што е навистина човекот?

Отуѓеноста од самите себе не е добра основа за градење блискост и заедница со другите.

Ние сме самите од себе отуѓени, па со другите заедница и блискост ќе сме имале. Е, од тоа си патиме. Спомна некој љубов?

Колку повеќе правила за комуникација на кои треба да се внимава, толку повеќе отуѓување меѓу луѓето.

Себеизолација, отуѓување итн. – со еден збор: отчовечување.

Се затвораш во себе затоа што за другите нема место во тебе.

Работава е: исполни ми ја празнината од осаменоста со твојата љубов.

Осаменоста не е, пред сè, физички проблем, туку метафизички.

Осаменост е празна душа, а не нечие отсуство.

Сè што има почеток, има и крај; создадено не може да исполни создадено – тагата е празнина.

А на некои само осаменоста ќе им остане заедничка.

Параноја

Колку понечиста совест, толку поголема параноја.

Секогаш кога човек ќе заскита надвор од вистината бива опседнат од стравови. Параноичниот веќе не е господар на ситуацијата. Друг е.

Параноичните претпоставки се стравови за самиот себе кои најчесто не постојат. Големиот егоизам и незаслужената висока позиција во општеството се основа на секоја параноја.

Параноидна егзистенцијална позиција: кога секогаш мислиш дека си добро и дејствуваш исправно, а другите не. Самиот ја рушиш каузата за која се бориш.

Не се обидувај да разубедиш со зборови човек чија параноја те прикажува како негов непријател. Можеби ќе ти помогнат добрите дела кон него.

Оној што дошол неправедно на висока позиција за која нема духовно покритие, од која го зголемува своето его и преку која врши зло, има параноја.

Параноја и алчност – две темни придружнички на оние што немаат морален, интелектуален и духовен капацитет за позициите на власт што ги држат.

Паранојата на високопозиционираните е блиску до лудоста, и ако не би биле големите несреќи кои неминовно им следуваат, тие би останале болни.

Високопозиционираниот параноик се плаши да не ја изгуби власта, човечката слава, имотната корист, задоволствата.

Паранојата предизвикува лошо однесување, а тоа, пак, параноја – во другите.

„Параноикот најчесто логично расудува, односно изведува правилни заклучоци, но од погрешни претпоставки." – Претпоставките се стравови за самиот себе, кои најчесто не постојат.

И доброто однесување, кон оној што боледува од параноја, може да биде лошо протолкувано.

Проблемот на модерната психологија

Психотерапија е планиран интерперсонален процес во кој помалку пореметената личност – терапевт, се обидува да ѝ помогне на повеќе пореметената личност – пациент, да ги надмине своите проблеми.

Модерната психотерапија е претпоставена психотехника, применета на претпоставен психопроблем, со претпоставен психоисход.

Проблемот на модерната психологија, а поконкретно на т.н. психотерапија, е што не ги лечи проблемите, туку само ги потиснува.

Психички проблеми се решаваат на духовен начин. Ај излези на крај со своите мисли и со чувствата што тие ги предизвикуваат. Лавиринт.

„Колку гласови е нормално да имаш во главата?“ – Два-три, ама нормалноста се состои во тоа да слушаш само еден.

Во симбиозата на острастеното срце и когнитивната дисторзија, ти си само жртва на несвесното (Ид-от).

Острастеното срце го следи дисторзирана когниција.

Проблемот е ако личниот конфликт прерасне во колективна фрустрација.

Колективно несвесно? Хммм... Стварно колективно; и стварно несвесно.

УМ И РАЗУМ

Умот поминува низ три фази на развој: очистување, просветлување и преобразување. Знаејќи го ова, сфатлив е повикот да го држиме отворен.

Умот оди напред – тој води, зборовите го следат умот – колку што можат поблиску, а делата поприлично заостануваат – иако следат.

Мислите, зборовите и делата нека ти бидат во единство, а не едно да мислиш, друго да зборуваш, а трето да правиш.

Собери ги силите на душата во едно: умот, волјата и желбите треба да функционираат под водство на умот, а не – која како сака.

Умот може да го регистрира врвот преку сетилата, но и телото треба да се качи таму.

Разубавувањето на животот почнува со разубавувањето на умот.

Ако предуслов за ментално здравје е правилниот однос кон надворешните случувања, тогаш

вистинската револуција, најпрво, започнува во нашиот ум.

Контролата над сопствениот ум е наука над науките

Умот е најјакото оружје на човекот – го контролира ли својот ум, може сѐ да контролира.

Самоконтролата на мислите е главна проблематика на сите големи религиозно-филозофски системи.

Контролата над мислите подразбира и знаење за нивното потекло; чии се: наши, од светот на духовите, од друг човек итн.

Немаме контрола над мислите, ниту знаеме да ја воспоставиме, затоа ни е ваков животот. Башка што не разликуваме кои мисли се наши, а кои – не.

Има мисли што се наши и што не се наши; како и да е, сите можат да се стават под контрола.

„Не болат мислите, болат чувствата.“ – Болката на чувствата произлегува од неконтролираните мисли.

Сите споредни мисли се проверуваат и се контролираат преку една централна, носечка мисла.

Централната, носечката мисла зависи од тоа во што веруваме.

Остана една недореченост. А, тоа е – во што ти веруваш за да можеш со носечката мисла да воспоставиш контрола над останатите мисли?

Воспоставената контрола или не – над мислите, ја покажува вредноста на твојата носечка мисла и силата на тоа во што веруваш.

Една битна работа е нашиот личен став кон она што се случува надвор и внатре во нас, а втора битна работа е контролата над мислите – двете страни на една иста паричка.

Прво се расејува умот, па после – сѐ друго...

Сѐ е во контролата на мислите; затоа основна стратегија на секој што сака да владее со тебе е да ти ја контролира мислата. Затоа, велат дека голема дарба е да можеш да ги разликуваш мислите (помислите) – кои те водат точно, а кои во погрешен правец.

Правиме ли разлика меѓу ум и разум?

Умот има една енергија, но извршува две функции со неа. Овде се крие тајната на разликата помеѓу поимите *ум* и *разум*.

Умот има една енергија и две функции. Примарната за комуникација со Изворот, а секундарната за комуникација со околината. Целта е нивното единство.

Разумот, кој би требало да биде алатка на умот за снаоѓање во овој свет, од алатка се претворил во господар над умот. Е, од тоа си патиме.

„Една од причините на моменталниот конфликт кај повеќето човечки умови е токму расцепот помеѓу она што разумот кажува дека треба и повикот на душата." – Може и вака: причината е расцепот помеѓу примарната функција на умот и неговата секундарна функција – како разум.

Ум има, разум нема. А може и: разум има, ум нема.

Дали разумот е навистина разум ако страста е таа што раководи со нашиот живот?

Влези му на човек во непросветлениот разум; активирај му ги страстите во срцето преку таквиот разум; смени му ги чувствата; и ете ти играчка.

Што е толку тешко да се восогласи разумот со емоциите, и обратно...?

Треба да откриеме зошто животните се однесуваат разумно, а немаат разум, и зошто човекот

се однесува неразумно, а наводно има разум.

Ќе издвои некој дел од целината и од тој дел мисловно прави целина. Е, тоа е тој изопачен разум.

Анализира дел, без да ја има предвид целината; и нормално – ја промашува суштината на „работата“.

Совеста – дел од разумот

Совеста е дел од разумот преку кој можеме да го разликуваме доброто од злото. Ако не ги разликуваме, тој дел во нас се обесвестил.

Нашата совест е оној свесен дел од нашиот разум преку кој можеме да го разликуваме доброто од злото. Е, сега, тоа што сме ја успале...

Подобро немирна отколку прелажана совест.

Не ги прави работите колку за мирна совест.

Луѓето што не ти згрешиле се ослободени од бремето на лошата совест, и полесно можат да ја согледаат поракаta во твоите зборови.

Расудување

Расудувањето е способност за прецизно разликување на доброто од злото, без оглед колку и како се истите камуфлирани.

Расудувањето доаѓа од опит – на грешки во расудувањето.

Помеѓу две добра, или за времето и местото, треба расудување.

Точното и брзо расудување стана предуслов за благосостојба и мир.

Расудувањето содржи во себе и предвидување.

Мудрост е да знаеш кога да потрпиш, а кога да дејствуваш. Истото се нарекува и расудување.

Воспитание на умот и срцето

Според чиј образ ве образуваа, вас – кои користите лаги и закани?

Воспитание – хранење. Со каква духовна храна нè хранат? Со храна од која умираме како робови? Или со храна од која живееме како слободни?

Образование. Според чиј образ тоа нè образуваат? Според образ на роб или според образ на

слободен? Роботот се бори да преживее, затоа и носи толку маски.

Кога нè воспитуваат, т.е. хранат духовно, за да нè образуваат како робови, тогаш нè хранат само со лаги; ни го хранат разумот, а не срцето.

Образование на умот без просветлување на срцето – е, од тоа си патиме.

Внимавајте според чиј лик ве образуваат, според ликот на Слободата или според ликот на ропството – затоа што робови им се потребни, а не слободни.

Ве образуваат или според ликот на Оној што ве создал или според ликот на мајмунот-предок. И тие немаат многу избор, ама ни вие.

Како да им одговориш на оние што говорат: „Не може Христос да се смести во нашата логика?“ Одговори едноставно: „Сместете се вие во Неговата“.

Питати – се храни, се заситува, воспитува. Старословенски јазик.

Нема нормално образование без нормално воспитание (хранење – на старословенски). Дали ве „хранат“ со обичен леб или со лебот наш насушен?

Педагогијата во својата почетна фаза се зас-

нова на систем на награди и казни, но без негативни емоции, притоа.

Педагог може да биде само емотивно зрела и љубовна личност.

Мала привидна криза, и веднаш црни мисли и темнина те опфаќаат. Просветлениот ум ова не го дозволува.

Или просветли си го умот и прави што си сакаш, или живеј во постојано исчекување и прави го тоа што мораш.

Ако ги гледаш работите со трезвен ум, прво – ќе знаеш што се случува, а второ – ќе си ги бркаш и завршуваш своите работи.

Ако ги гледаш работите со острастен ум, вообичаено – прво ќе имаш лажна надеж, а после разочарување.

Колку и да си убеден во нешто, остави барем малку простор, дека можеби не е сѐ така. Тоа е начинот на мудрите.

Понекогаш, пак, човек тврди нешто од својот ум, а срцето му вели дека не е така. Ако е тврдоглав и не го забележи ваквиот сигнал, реалноста сигурно ќе го освести.

Понекогаш и умот и срцето на човекот му говорат исто. Ако е вистина – добро, ама ако тоа не е вистина, на таквиот – Господ нека му е напомош.

Кога Господ сака некого да реши, прво му го зема разумот. Стара народна мудрост.

Пази со тоа главата, има ѕид.

Имаше надеж дека ќе биде нешто од него, а сега изгледа бедно. Што ти прави затворен ум и немање искуство.

Мисли, чувства и желби

„Мислите се апстрактна или материјална категорија?“ – Додека не ги прифатиме во срцето се апстрактна категорија; откако ќе ги прифатиме, можат да станат материјална.

Дали ќе биде добра стварноста околу нас, ние сме одговорни. Почетокот на сите проблеми е во лошата мисла, која потоа само се материјализира.

Нашиот збор мора да биде промислен, да не се доведе во прашање вистината. Исто и мислата, како извор на зборот, и делото – како негов крај.

Да негуваме убава мисла за секого, дури и за оние што ни се чини дека не заслужиле. Лошата мисла нас нè прави несреќни, никој друг.

Игнорирањето, и благата мисла, се најдобар начин за ослободување од сопствената глупост (од помислите што те наведуваат на зло) и од туѓата.

Познатата народна мудрост – „одбиј му на глупост" е исто што и игнорирај го.

Игнорирањето мора да биде поврзано со убава мисла, желба или молитва за оној чија глупост ја игнорираш, инаку се претвора во враќање на злото со зло.

Не се поистоветувај, веднаш, со своите мисли, чувства и желби. Или почекај да помине време, или советувај се со некој помудар; најдобро двете.

Токму на тоа ниво е подигнат критериумот, не само да се очистиме од лоши дела и од лоши зборови, туку и од лоши мисли.

Мисли, чувства и постапки. Прашањето е: што произлегува од што? За да знаеме што прво да исправаме...

Нашиот пад се случува во умот – примаш мисла во умот, а откако ќе ја прифатиш, таа емоционално те пореметува.

Кога ни се менуваат чувствата? Секогаш кога ќе ни се промени мислата. Ако мислата ни е добра, и ние сме среќни, ако не...

Може и промената на чувствата да ни ја промени мислата, ама тоа е друга приказна. Веќе покомплицирана.

Битна е контролата над мислите, затоа што ако тие се пореметат, ќе се пореметат и чувствата, а тие, пак, дополнително влијаат врз мислите; и можеш да замислиш до каде тоа може да го дотера човекот...

Лошо е кога те тепаат помисли.

Тенка е линијата помеѓу мисла и желба.

Пази желбата (како мисла) да не ја пуштиш во срцето – таму таа станува чувство. Кога веќе ќе се претвори во чувство, ќе сака да стане дело.

Повеќепати помислена лоша мисла – се претвора во лош збор. Повеќепати кажаниот лош збор се претвора во лошо дело.

Од лошата мисла доаѓа лошо чувство. Лошото чувство раѓа лоши мисли. И сѐ така во еден маѓепсан круг над кој слабо имаме контрола. Решение?

Единствена надеж за мене е молитвената мис-

ла – нашата за нив, нивната за нас; и перспективите што таа ги открива.

Внимавајте да не станете беспомошни жртви на вашите (по)мисли. Прв чекор за контрола над нив е молитвата.

Од многуте мисли се ослободуваме со умно сосредоточување на само една моќна мисла. Ова е суштината на која било духовна традиција.

Многуте слаби мисли се блокираат со само една јака мисла.

Гледам дека (по)мислите повеќе владеат со нашиот ум отколку што нашиот ум владее со нив. Сакаш да владееш со нив? Соедини го умот со срцето.

По сѐ изгледа – во нашиве мисли се крие голема енергија.

Човечката мисла е едно од најголемите чуда на животот. Не ми се верува кога некој мисли дека таа е производ на некаква мозочна хемија.

Сешто има за силата на концентрираната мисла; само нека биде пренесено на ангелски, а не на демонски крилја.

Добро е да има поводи за убави мисли и желби насочени кон другите, но ајде да ги претвориме и во секојдневни дела, овојпат. Но, секојдневни.

ЕДНО СРЦЕ Е ГОЛЕМО, ЉУБОВНО, ШТО ГО СОБИРА ЦЕЛ СВЕТ

Сите што страдаме или се радуваме, од кое било внатрешно чувство, знаеме дека постои душа и духовно срце како нејзин центар, нели?

Заземи место од кое можеш да гледаш малку подалеку. Тука е, во тебе. Срце се вика.

Срцето како место во кое можеш да избегаш од обврските, а во исто време на најбезболен начин да ги решиш.

Кога умот и срцето би биле во едно, тогаш не би морале да се мачиме толку со балансирањето во животот.

„Одлуките ги носиме во срцето, затоа треба да се чисти.“ – И обратно, одлуките ги носиме со срцето, и затоа тоа треба да е чисто.

За да погледнеш внатре, треба да ти се отвори; а за да ти се отвори, треба да го очистиш срцето од зло.

Луѓето преку срцето ги гледаме, не преку очите. Колку почисто срце, толку побистар поглед.

Штом научиме како да стигнеме до сопственото срце, полесно ќе ни биде да стигнеме и до другите срца.

Оној што ја познава тајната на срцето знае дека: ниту надвор околу нас сме сами, ниту внатре во нас сме сами.

Без да го очистиме своето срце од зло не може да го допреме срцето на другиот. Нема друг пат. Комуникација само преку разумот е промашување.

Поголема духовна полза имаме од оние што повредувајќи нè, ни ги откриваат нечистотиите на нашето срце, отколку од оние кои славејќи нè, ни ги заслепуваат духовните очи – своите нечистотии јасно да ги видиме.

Срцето е она место преку кое сите сме поврзани. Внимавај лошата мисла за некого да не ја пуштиш внатре во срцето, затоа што и тој ќе знае.

Кога во своето срце ќе забележиш дека чувствата кон некого ти се промениле на лошо, знај дека и тој, некој, го чувствува тоа.

Сѐ е искушение

Како настанува искушението? Во нашиот ум се појавува предлог-помисла, па преку разговор на нашиот ум со неа и будење на нашите страсти; па преку согласност со предлогот и негово симнување и појавување во срцето како желба, го заробува нашето срце и го инструира нашиот ум како да ја спроведе гревовната желба на дело. А, од каде начелната помисла, погодете сами.

Тенденција на секоја гревовна предлог-помисла е да биде прифатена во срцето, затоа што дури од тој момент таа станува вистинско искушение.

Човекот има енергија. Нема позитивна и негативна енергија. Има само позитивно и негативно користење на енергијата. А, дали енергијата ќе биде искористена за зло или за добро, зависи од човековата слободна волја.

Ти си господар над ништо – освен, можеби, над својата волја. Размисли...

Духовно срце

Почетокот на секоја поделба се случува во нашиот ум, и срце. Потоа е лесно – подели, па владеј.

Духовното срце, како центар на душата, ние треба да го владееме – за да ги контролираме на-

шите мисли и чувства. Ако некој друг го владее, отидовме бестрага.

Срце полно празнина. Од тоа си патиме.

Не можеш да го држиш срцето затворено за никого, ќе стане твој сопствен затвор.

Затворено срце е клучен термин.

Срцето најпрво греши.

Ако разумот згреши, срцето може да го исправи лесно. Но, ако срцето згреши, разумот ќе се изнамачи. И дали...

Срцето тешко се крши, а егото многу лесно се повредува.

Срцето не може вистински да се скрши, како што не може ни вистинската љубов да се скрши, но затоа – егото е најкршливото нешто на светот.

Срцето е таква духовна целина што колку и да го делиш, или колку и парчиња од него да ти откинуваат, тоа повторно останува цело – ако љубиш.

Срцето и си е создадено за да прима секакви удари.

А, ако нè заболи срцето, толку што и умот мо-

литвено да биде привлечен внатре, тоа е сигурен знак за вистинско смирение и покајание.

Каде треба да се насочи нашиот ум за да може да влезе во срцето и таму да ја твори молитвата, односно каде е тоа *место на срцето*?

Одговорот е многу едноставен – тоа е *последното место. Местото на срцето* и *последното место* се една и иста духовна состојба.

Последното место е клуч за разбирање на целото Евангелие и на целиот православен духовен живот.

СТРАДАЊЕТО НИ ДАВА ЖИВОТ

Сигурноста и сладоста го држат човекот во илузија на радост, а страдањето и болката го поттикнуваат да ја бара вистинската радост.

Страдаме... Камо да не беше оваа разлика помеѓу нашите острастени желби и реалноста што ја живееме.

Сите страдаме, но не сите ја пронаоѓаме смислата на страдањето.

Страдањето, самото по себе, не ни носи мудрост. Неговото надминување ни носи. Но не некое умислено надминување, туку правилното.

Кога едно те исто страдање ни се повторува, значи дека не го надминуваме правилно.

Ако минатото постојано ти се повторува, тогаш не е минато.

Прифати го страдањето со благодарност и ќе ти стане извор на утеха и радост.

Она кога солзите самите ти капат по лицето, Оној што така допуштил – знаеш дека те гледа, а ти Му веруваш дека е така најдобро.

Нашето лично страдање ни ги отвора очите и за страдањата на другите; ни дава живот. Бесчувствителноста нè убива.

Знак дека работите ги гледаме само однадвор е судењето и осудувањето на луѓето. Знак дека работите ги гледаме однатре е сострадувањето со нив.

Сострадувај активно со страдалникот и нема да доживееш големо сопствено страдање. Радувај се со радосниот и радости ќе доживуваш.

Чудесен процес, кога оние што страдаат – од бројка се претвораат во личности со кои сострадуваме.

Сопатник, во суштина, е сострадалник.

Сè повеќе сум убеден дека ако не научиме да сочувствуваме, на дело, во страдањата на другите, тогаш ќе научиме од сопствените страдања.

Самољубието е бесчувствителност (социопатија), која заборава на потребите и на страдањата на луѓето околу себе.

Колку бесчувствителност, толку психопатија.

Бесчувствителноста е главна одлика на психопатите. Затоа, не дозволувај медиумска вест за страдања на луѓето да ти помине без сочувство.

Ако не сакаш медиумите да те направат бесчувствителен и малоумен – што им е и цел, тогаш испрати им убава мисла и сочувство на страдалниците.

Светов го опфаќа една нова заразна болест – бесчувствителност кон оние што страдаат. Ај кај светските моќници, но кај обичните луѓе?

Некои луѓе навистина страдаат, но никако не успеваме да ги почувствуваме и да сострадуваме со нив. А, камоли да им помогнеме.

Која е разликата меѓу сентименталност и сострадална љубов? При првото, малку ќе просолзиш и брзо ќе заборавиш сѐ. При второто, срцето нема да ти даде – да не помогнеш, конкретно.

„Само отстраданото срце има осет за страдални души.“ – Ако отстрадано значи и очистено – да.

Бол и сладост

Бол и сладост, две неразделно поврзани чувства – и во позитивна и во негативна смисла. И на телото и на душата.

Наизменично доживување на бол и сладост. Кој ќе ни го покаже излезот од овој лавиринт?

Сладоста и болката наизменично ни се случуваат.

Сладост и бол – две страни на една иста реалност, кои постојано се менуваат во нашиот живот; едната по другата.

Со болката ќе се избориш некако, оти доаѓа неволно, ама насладата самите си ја бараме.

Сите сакаме болката брзо да помине, а задоволството вечно да трае. Проблемот е што, најчесто, заради кратко задоволство, потоа долго патиме.

Пронајди ја смислата на страдањето и душевната болка ќе престане.

Добро е кога болката ќе се доживее како подарок.

Кога имаме некоја голема телесна или душевна болка, да речеме: „Господи, не сум знаел дека толку ме сакаш...“

РАДОСТ И СРЕЌА

Заборави се себеси, мислејќи и работејќи за доброто на другите, и радувај се!

Радоста не произлегува од човечката слава, парите и разните задоволства на телото, туку од љубовта и слободата во нашиот живот.

И тагата може да биде причина за радост – вели легендата.

Нема поубаво од плачење насамо, поради вистинска причина.

Тагата е материјал за градење на среќата.

Си пораснал кога тагата и несреќата ќе ги претвориш во материјал од кој ќе си ги градиш радоста и среќата.

Световната тага не може да се претвори во радост со задоволување на ниски страсти. А, вистинската радост – секогаш ја следи возвишена тага.

Нема поголема радост да правиш добро без да можат да ти вратат и без воопшто да те знаат.

Среќа постои ако имаш вистинска средба, ако немаш – не постои. Зборот *среќа* доаѓа од зборот *средба*, *срешта*.

Среќа – срешта – средба. Но, со кого? Од тоа зависи сѐ.

Среќата не е магиски чин – направи го ова и ова, и ќе бидеш среќен. Среќата е да се оствариш како личност во односот со другиот – срешта, средба.

Испочитувај го нормално секој човек што конкретно ќе го сретнеш во својот живот. Немој да се излажеш и да го игнорираш. Нема случајни средби.

Разделби и средби, разделби и средби – цел живот разделби и средби. Додека не ја направиме вистинската средба – која никогаш не завршува...

Личната средба е најголемото чудо, од кое произлегуваат сите останати чуда на светот.

Среќата во себеси ја најдов – во другите.

Како гласи вистинскиот одговор? Кој е? – Јас! Кој е? – Ти! Кој е? – Ние! Јас мислам – Ти!

Којзнае што е среќа, а што несреќа? Многупати сме биле сведоци дека она што ни изгледало како несреќа – се претворило во среќа; и обратно.

Поарно радувај се на туѓата среќа, ако сакаш да ја дочекаш својата. Ете, сега знаеш...

Не биди намерно лош; внимавај да не ти се насмее несреќата.

Гледам ја градиш својата среќа на туѓа несреќа... Згаснуваш живот кој само од тебе зависи. Завршено е со тебе, само уште не знаеш.

Никој не изградил среќа врз туѓа несреќа.

„Кокаинот е начин на кој Господ ти соопштува дека имаш премногу пари.“ – И, наместо да ги трошиш на кокаин, помислувај малку и на сиромашните – ќе направиш и разлика во среќата.

Ако е некој несреќен, нека помине низ болница, нека види што се случува и веднаш сè ќе му помине.

БОГ КОЈ СОЗДАДЕ БОГОВИ И ИМ СТАНА СЛУГА

Бог е со добрите, со оние кои обично ги нарекуваме наивни.

Бог сака да го промени твоето срце, а ти сакаш да ја промениш ситуацијата. Нормално – губиш.

Ако не успееш да си го промениш срцето, надворешно – ништо не можеш да промениш.

Повикај се на Бог при остварувањето на твоите планови и само гледај како и за она што си мислел дека е недостижно ќе добиеш сила да го оствариш.

Извади Го Бог од твоите планови и само гледај како многу реални достигнувања одеднаш можат да станат недостижни.

Планираш, многу се трудиш, но заборавваш една „ситница“ – да побараш благослов од Бог.

Знаете дека зборот *богат* доаѓа од Бог?

Се пожалил некој на Бог дека неговиот крст

е најголем. Го однел Бог во ризницата за крстови и му рекол да си одбере друг. Овој бирал и го одбрал најмалиот крст. „Па, тоа е твојот“ – му рекол Бог.

„Барајте го најнапред Царството на Бог и Неговата правда, и сè што треба ќе ви се придаде.“[1] А тие не ни знаат што бараат.

„Бидете совршени, како што е совршен вашиот Отец Небесен“[2] – ако е Тој ваш отец, нормално. Ако не е – терајте како што сте тргнале, ама не го користете Неговото име.

„Ако е Бог со нас, кој ќе е против нас?“[3] – Тоа се тие некои едноставни работи, на кои се заборава...

Спасението не зависи од тоа дали го има или го нема, туку дали го сакаме или не.

Бог ништо не прави без човекот да сака – тоа се вика синергија или содејство.

Автентичноста на монахот не произлегува од осаменоста и молчењето, туку од тоа со Кого е осамен и со Кого молчи.

[1] Види: Матеј 6, 33.
[2] Матеј 5, 48.
[3] Рим. 8, 31.

Таа не е божица. Таа е уште попрекрасна и позначајна за нас. Таа е Богородица. А јас, како да ви објаснам за Неа, кога тие зборови не постојат.

Кога нè раѓа нашата мајка – добиваме татковина (земно царство); а кога духовно нè раѓа Богородица – добиваме Мајковина или Царство Небесно.

Едно нешто е сигурно бесконечно – Вистинската Женственост!

Крстот е она на кое и со кое те распнуваат, а не она на кое и со кое ти распнуваш други.

Крст е кога се саможртвуваш за доброто на другите, а не кога други жртвуваш за свое добро!

Повеќето луѓе си имаат своја цена, и во своите и во туѓите очи. Добро е што постои Некој за Кого сме бесценети.

Бог не бил во црквата. Па, нормално дека не е, Тој влегува таму само со оние кои Го носат во себе.

Сите религии во светот говорат за тоа какви жртви луѓето се должни да им принесуваат на своите богови. А само Евангелието говори за тоа каква жртва Бог им принел на луѓето.

Бог нè спасува од нас самите затоа што верува во нас. Тогаш, ајде да не Му ја отежнуваме работата, ниту Нему, ниту на самите себе.

Бог, во Својата семоќност се соединува со човекот, соопштувајќи му го знаењето што Он Самиот го има за Себе – на оној што Го бара.

„Бог е љубов“[4]

Љубовта ти дарува битие. Но, ако се соединиш со неа, ќе ти дарува и благобитие и вечно благобитие.

Љубовта те прави бог.

А, љубов е да создадеш нешто, ни од што претходно постоечко, и да му подариш љубов бесконечна и слобода.

Оној што љуби однапред добил сè, зашто љубовта никогаш не престанува, односно само таа и останува.

А, на Бог Му е потребно само малку љубов од нас, заради нас...

---

[4] 1 Јов. 4, 8.

СОДРЖИНА

Предговор 7

Љубам, значи постојам 13

Секој еден од нас е љубов... 16

Љубов привлекува љубов 17

Ерос, пријателство и љубов 18

Љуби... 22

Кон Љубов... 26

Љубовта никогаш не престанува 28

Вистинската слобода е секогаш љубовна 30

Слобода или судбина 31

Патот на Вистината 35

Лагата скапо се плаќа 38

Прелест и илузија 39

Вистинската борба 42

Не биди улов – биди ловец 43

Издржи докрај 45

Многупати паднав,
но никогаш не отпаднав 46

Тешко со човечка уметност
против внатрешните ѕверови... 47

Научи ме да се борам против
злото во себе 48

Дај сè од себе и
целта нема да ти избега 51

Клучно за успех 52

Воинот е љубов! 57

Духовноста нè води таму
каде што никој друг не може 59

Од кој проблем да почнам? 61

Ропство во слободата на
страстите 63

Гревот го мразиме, а не грешникот 66

Критика и осудување 67

Ако научиш да простуваш –
целиот свет е твој 69

Да благодариме... 72

Светлина, како избор на слободата 73

Живеј како ништо да не очекуваш,
а биди подготвен како очекуваното
веднаш дека ќе се случи 76

Смислата на животот 80

Чини добро, а не зло! 82

Еден зрак од вечното во времното 85

Пеколот не е казна, туку само – избор на начин на живот 87

Победа над смртта 88

Човек – од ни од што, до бескрај 90

Ние сме толку блиски, што не ни знаеме колку сме блиски 92

Вистинската доверба е двонасочна 94

Криза во меѓусебните односи 95

Мудриот и глупавиот 98

Пази, човек! 100

Што станал човекот, а што би можел да биде... 102

Душа се лекува преку душа 103

Секој е нормален додека... 105

Сите сме его... 106

Невроза и растројство 108

Корумпиран ум корумпира волја 112

Потиснување vs. прифаќање 113

Потсвест 115

Проекција 116

Депресија 118

Отуѓување – отчовечување 119

Параноја 121

Проблемот на модерната психологија 122

Ум и разум 124

Контролата над сопствениот ум е наука над науките 125

Правиме ли разлика меѓу ум и разум? 126

Совеста – дел од разумот 128

Расудување 129

Воспитание на умот и срцето 129

Мисли, чувства и желби 132

Едно срце е големо, љубовно, што го собира цел свет 137

Сè е искушение 139

Духовно срце 139

Страдањето ни дава живот 142

Бол и сладост 144

Радост и среќа 146

Бог Кој создаде богови и им стана слуга 149

„Бог е љубов“ 152

CIP - Каталогизација во публикација
Национална и универзитетска библиотека
„Св. Климент Охридски“, Скопје

271.2-286

НАУМ, митрополит струмички
Постојам, значи љубен сум / Митрополит Струмички Наум.
- Велјуса : Манастир Воведение на
Пресвета Богородица Елеуса, 2019.
- 160 стр. ; 21 см. - (Библиотека Воведение)

ISBN 978-9989-893-28-5

COBISS.MK-ID 111727114

Печати:
„Европа 92“ – Кочани