



Хранене и възпитание са едно и също. За сърцето има специална храна, за ума има специална храна и за душата има специална храна.

Дай храна на сърцето си. Дай храна на ума си. Дай храна на душата си и тя ще се прояви така, както гъсеницата се превръща в пеперуда.



Земята, водата, въздухът и светлината са възпитателни фактори. Тях наричаме още „четирите фактори на здравословния начин на живот“. Доброто води към здравето.

Земята с нейните разнообразни форми е свързана с волята, водата – с чувствата, въздухът – с мислите, а светлината – с човешката душа.

За да бъдат в хармония с природата, учителите и родителите трябва да си служат при възпитанието със светлината, въздуха, водата и земята.



Светлината възпитава. Цветовете носят качества, които могат да се ползват при възпитанието. Розовият цвят е цвят на любовта. Който иска да събуди в себе си любов към природата и към хората, да носи и да съзерцава розовия цвят.



Музиката е основата на новото възпитание, на
слънчевата педагогика.

Мелодията е за сърцето, а хармонията е за ума.

Чрез музиката се събуждат скритите дарби и
способности. Тя може да превърне
отрицателните сили в положителни. Ако
учителят говори музикално, децата ще бъдат най-
добрата му публика.



Дишането е наука. Сутрин, преди да започне каквото и да е, човек трябва да диша дълбоко. Дълбокото дишане е свързано с дълбоката мисъл. Във въздуха има енергия и сили, които влизат в организма през носа. Предиобед, до 12 часа наобяд, вдишванията при упражненията да се правят през лявата ноздра, а следобед – до 12.00 часа в полунощ, вдишването е през дясната ноздра.



В беседите и лекциите на Учителя Петър Дънов (1896-1944) се съдържа основата на слънчевата педагогика – идеи и методи за работа с децата при образованието и възпитанието.

Начало на всяко възпитание е самовъзпитанието.

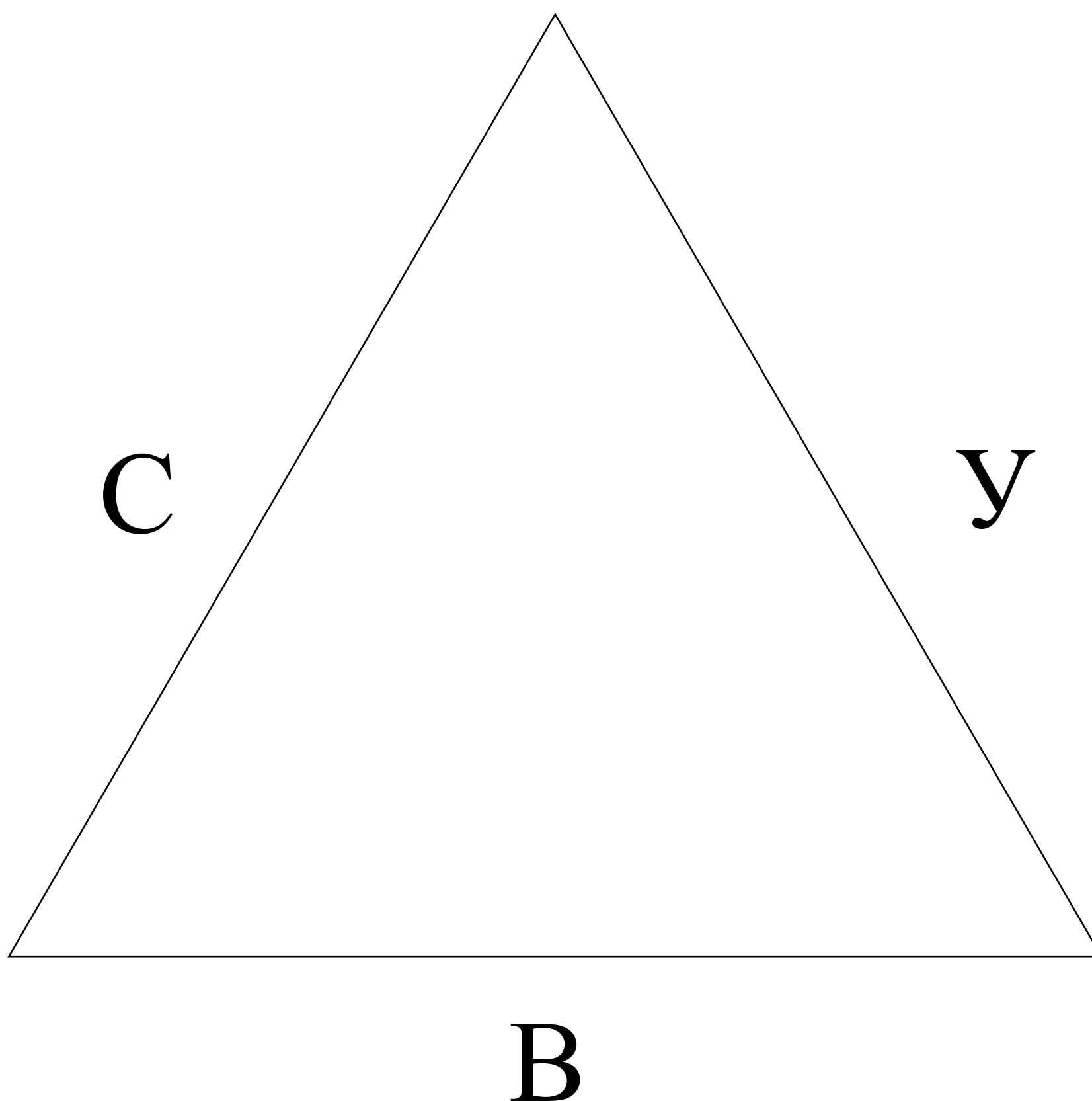
Само този, който се е самовъзпитал, може да възпитава другите.



Разумната природа.

Достатъчно е да държиш в ума си мисълта, че природата е разумна и тя ще ти съдейства.

Ако опреш гърба си на дърво в гората, то ще вземе твоите неразположения и ще ти предаде от своя живот, от своята жизненост и след няколко минути ще се почувстваш ободрен и освежен.



Разумният и добрият човек представлява
равностранен триъгълник. В него всички сили са
уравновесени. Светлината е за ума, топлината е
за сърцето, силата е за волята. Триъгълникът е
една основна мярка в природата, с която човек
може да си служи при възпитанието и
самовъзпитанието.



И

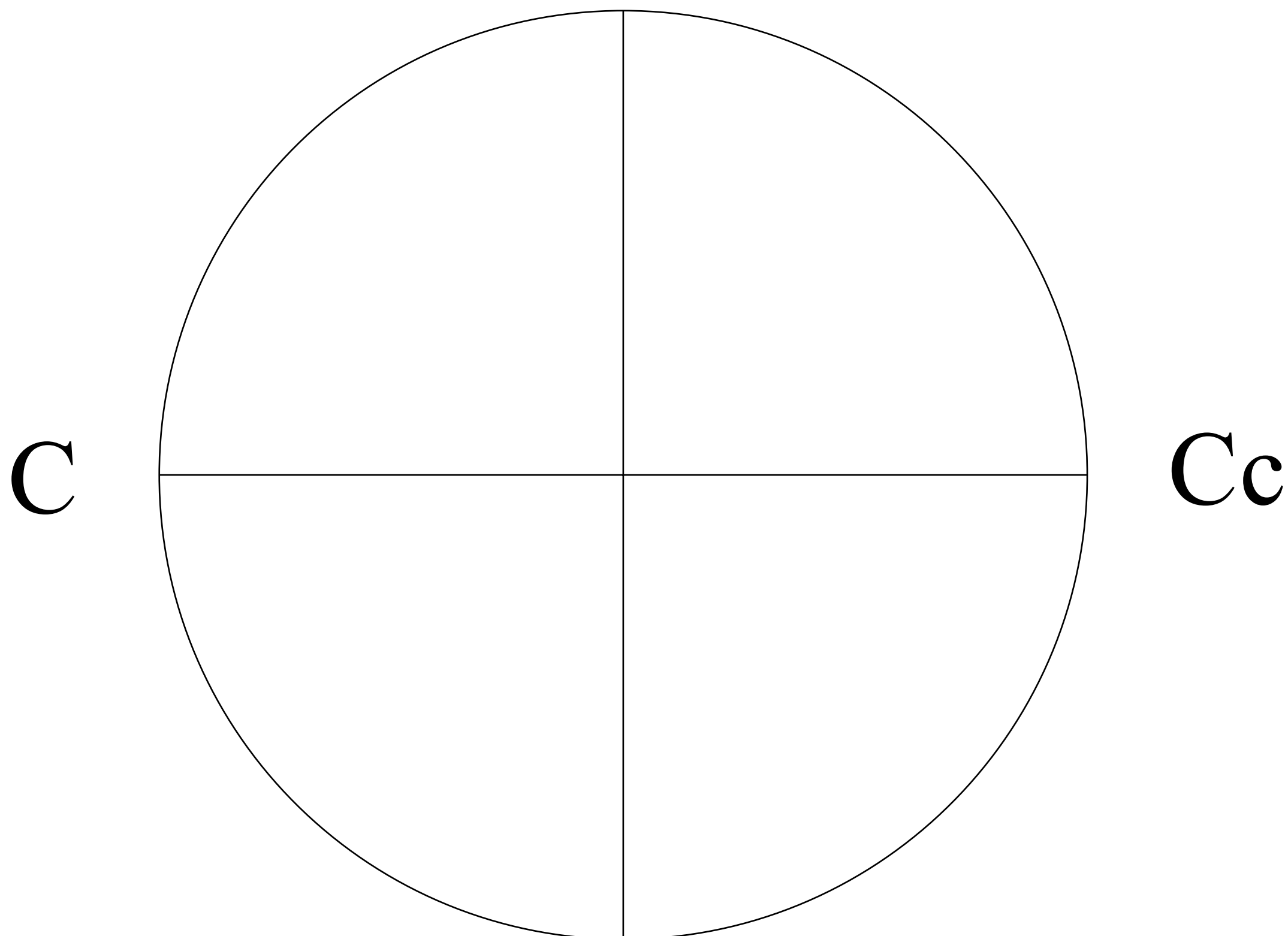


Човекът може да се изобрази като геометрична фигура с пет върха. Пентаграмът е елемент от живата геометрия на разумната природа.

Същевременно, той е сбор от великите добродетели – любов, мъдрост, истина, правда и добродетел. В геометрията на природата всяка точка е жива и разумна, и се намира в постоянно движение.



СС



Пс

За да разбира човек вътрешния смисъл на нещата, той трябва да се разглежда като съзнание. Четири състояния отличават човека, първото състояние е свръхсъзнанието; второто – подсъзнанието; третото – съзнанието и четвъртото – самосъзнанието. Подсъзнанието и свръхсъзнанието представляват два полюса на душата, чрез които човек се проявява. Те представляват същината на човека.



Любов

Всичко, което виждаме – звездни вселени, слънца, планети, е проява на Любовта. Целият

Космос в неговата целокупност, целият физически свят е проявена, материализирана
Любов.

Любовта обема всичко в себе си. Сама по себе си тя е безконечна, а всички неща вън от нея са
конечни.

Вечна е само Любовта – от нея изтича Животът.

Любовта е, която носи пълния Живот.

Доброто, като плод на Любовта, се съдържа в нея... Мъдростта и тя се съдържа в нея...

Истината също е включена в Любовта, тя е най-чистият образ на Любовта... Правдата, и тя е
включена в Любовта.

Любовта съдържа в себе си всички условия, всички методи, всички възможности, чрез които човешката душа може да се развие в своята пълнота.. Единствената истинска работа в света – това е науката за Любовта. Тя е великият обект на познание за душата.



Мъдрост

Светлината е дреха на Мъдростта. Физическата светлина, от която ние се ползваме, е резултат от излишната енергия, която Космичният човек произвежда при своята умствена дейност. Космичният човек е придобил толкова знания, че има излишък от Светлина.

Стреми се към Светлината и не забравяй: Знанието от едно място не идва и Светлината през един прозорец не влиза. Неизброими са пътищата на Знанието. Неизброими са прозорците на Светлината.

Щом като Мъдростта изгрее в човешката душа, всяко нещо в ума на човека отива на своето място. Всички идеи стават ясни, определени и идват в пълна хармония. Тя е най-голямото и нетленно богатство, с което човешкият Дух може да разполага.

Вложи Мъдростта в ума си – Светлината ще дойде и Знанието ще ти даде своята помощ. Само светлият път на Мъдростта води към Истината.



Истина

Във Вселената всичко се движи. Земята се движи около Слънцето, Слънцето се движи около друго слънце – движение в движение става. Но общата

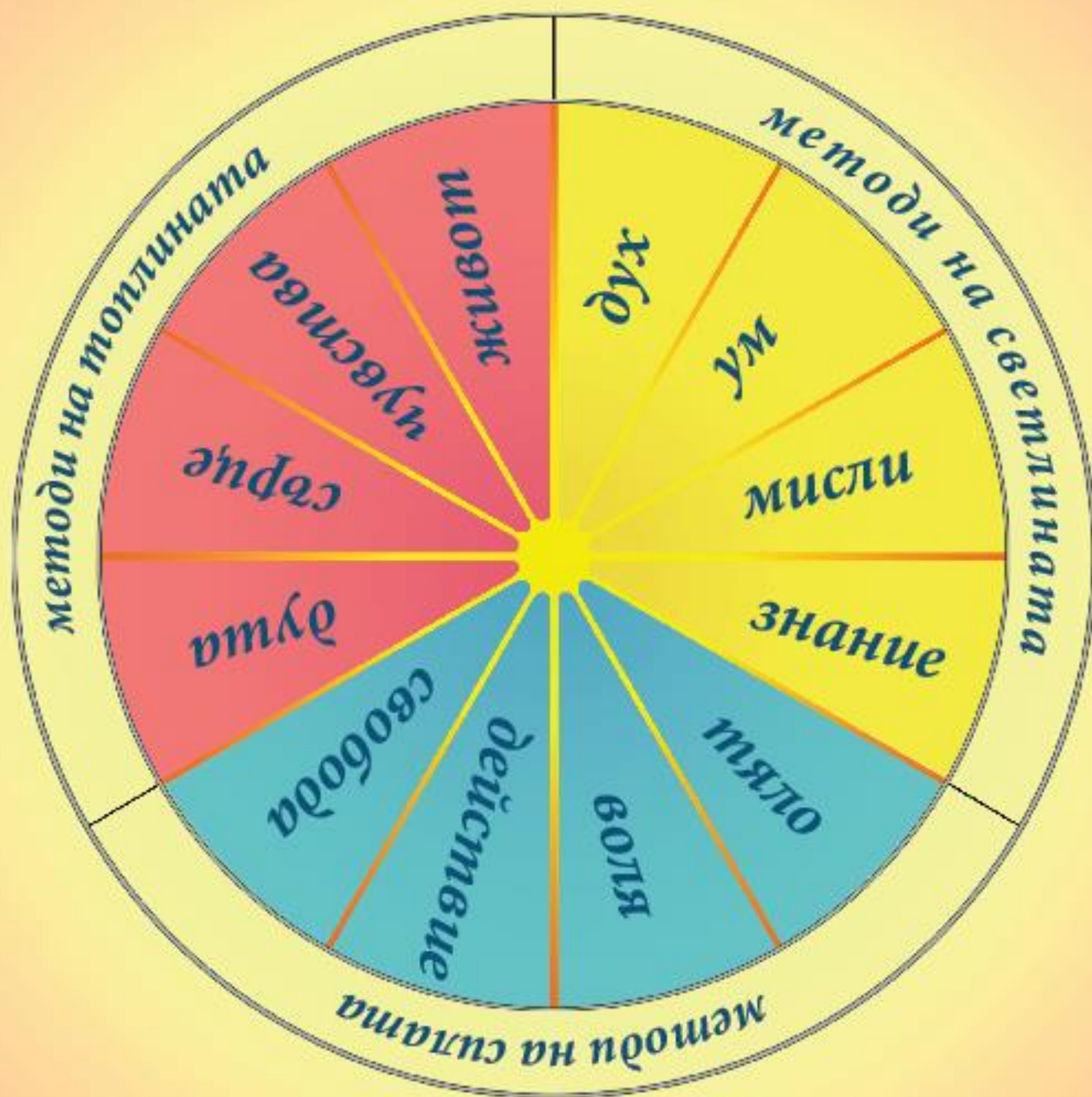
посока на всички тези движения се дава от Истината. Ала не само небесните тела се движат.

Всички желания, чувства и мисли на човека образуват милиарди светове и системи, които се движат към великата цел – Истината.

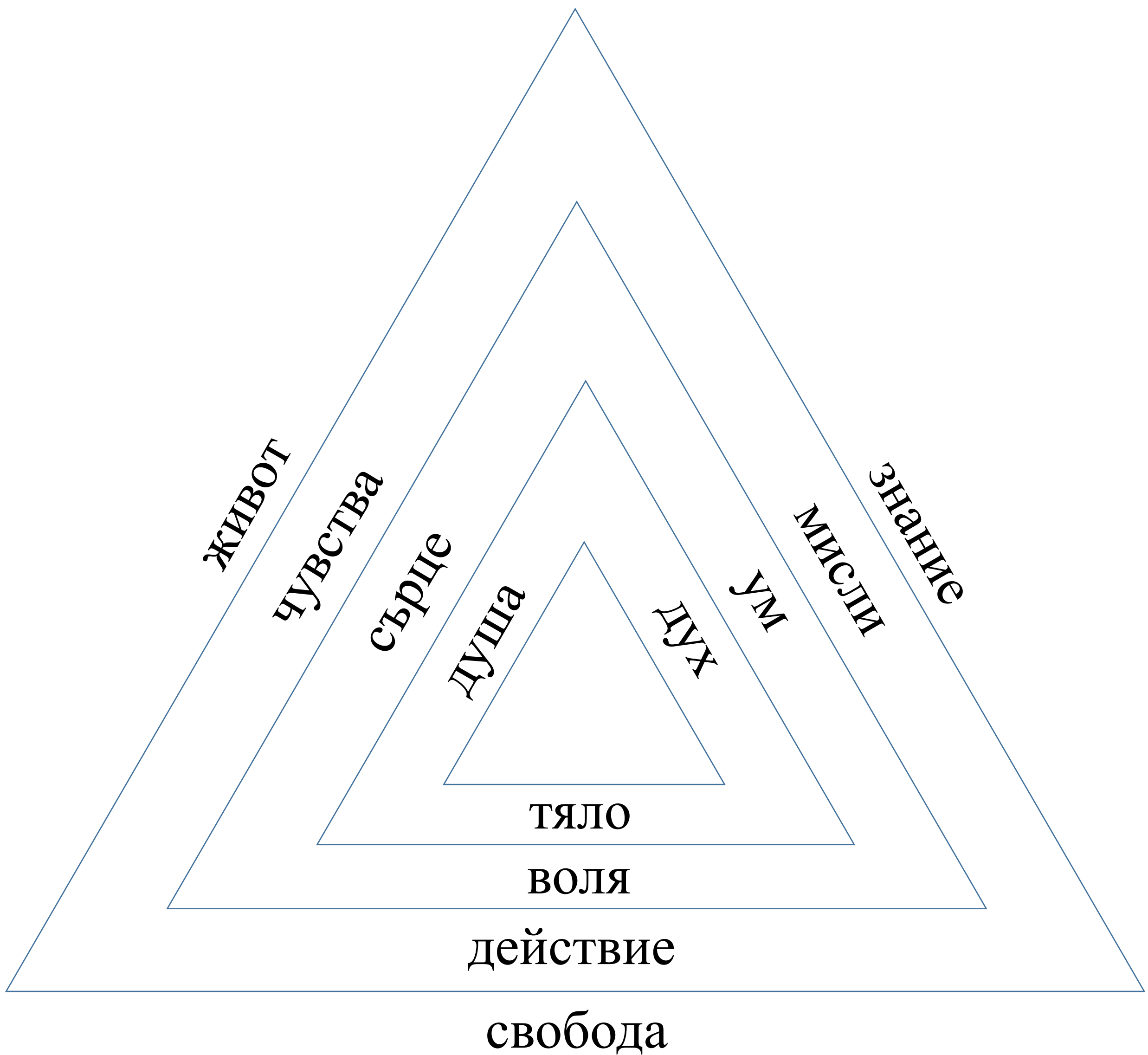
Човек трябва да познава пътя на своето движение във всяко отношение. И той не трябва по никой начин да спира това движение. Всички същества, които не живеят според Истината, имат желание да се движат безразборно. И затова Природата ги е ограничила. А Истината подразбира движение в определена посока – посоката, в която всичко във

Вселената се движи – от граничното към Безграничното и Безначалното.

...има нещо, което седи над всяка сиромашия – това е Истината. Има нещо, което седи над всяко богатство – това е Истината. Има нещо, което седи над всяка власт – това е Истината.



Принципи, лъчи и методи на слънчевата педагогика



Между всички явления и сили в природата има
непреривна връзка и отношения.
Духът и знанията се проявяват чрез ума, душата
и чувствата – чрез сърцето, а свободата и волята
– чрез тялото.



В изучаването на природата трябва да се започне от това, което се движи, което пълзи, което лази, което лети. Като обича растенията, като обича и се грижи за животните, човек постепенно ще дойде до любовта и милосърдието към хората. Това се нарича истинско възпитание.



Девет упражнения за развиване на добродетелите
Има специални движения, които възпитават. Те
са взети от природата. При тях човек изпраща
мощно послание към себе си и в света. Всяко
движение на ръцете и краката е азбука, която
трябва да се познава и прилага.



Паневритмията е съчетание на музика, движения и идеи. Тя въздейства на ума, сърцето и тялото, лекува и възпитава.

Нейните движения се изпълняват сутрин, по двойки, в съпровод от музика.



Всеки човек трябва да бъде като запалена свещ – да свети на себе си и на другите. Светлината – това е знание, което трябва да се приложи. Има една светлина, която е вътре в човека, това е светлината на съзнанието. Колкото по-разумен е човек, толкова и светлината му е по-голяма. С тази светлина човек може да учи и да решава задачите си.



„Всеки ден, всеки час, всякоя минута,
ний сновем, ний тъчем най-красиви мисли.
И живот, свят и чист, във душите вливаме.“

Текст от упражнение № 13 – „Тъкане“,
Паневритмия



Мога, Любя и Мисля – три свещени
думи:

Мисля е за ума
Любя е за сърцето
Мога е за волята

Като спряга тези глаголи, човек ще
впрегне силите на природата за
съграждане на своя характер.

Съвършенство в мисълта,
съвършенство в любовта и
съвършенство в проявите на волята
– това е целта на възпитанието и
самовъзпитанието.



Цветята и въобще растенията действат възпитателно върху децата. Техните краски развиват добродетелите, но трябва да се знаят методите за тяхното приложение.

Жълтите цветя действат върху ума, сините – за възпитание в истината, белите – за чистотата и

Т.Н.



„Красотата не е само да стоиш пред огледалото,
красотата е да имаш добро сърце.
Любовта не е само да обичаш, любовта е да
правиш добрини.
Умът не е само да знаеш, умът е да
помагаш. Красота и любов“

Ученик от 3 клас