

Днес споделям с вас едно простичко, но ефективно упражнение, което получих преди години, докато пишех книгата ЕВАНГЕЛИЕ НА ЛЮБОВТА. За да се съхрани чистотата на процеса, е необходимо да сте разтоварени от всякакви очаквания - от всяка мисъл за себе си... за собствена изгода. Колкото сте по-чистосърдечни и безкористни... действително добронамерени с мисъл за благо на другия, толкова по-ефективно ще бъде това упражнение за вас. Затова няма да ви разкривам евентуалните ползи, които бихте имали от него. А който желае и има вътрешен импулс да го прави, нека да го прави, защото е хубаво нещата да се изпитват в практиката. Сигурно е едно – даже и да не ви донесе никаква забележима положителна промяна, това упражнение по никакъв начин няма да навреди нито на вас, нито на хората около вас! Когато го практикувате известно време и доловите да настъпват промени в самите вас или в живота ви, може да споделите. Упражнението е съвсем просто и не изисква много: когато се срещне погледа ти с погледа на даден човек – било на улицата или в някаква сграда – бъди с будно съзнание и мислено му кажи: БОГ ДА ТЕ БЛАГОСЛОВИ или БЪДИ БЛАГОСЛОВЕН(А)! Само това. То е достатъчно! И няма значение дали познаваш този човек или не. Сега и на теб, който четеш тази статия, казвам (нищо, че не се срещат погледите ни): БОГ ДА ТЕ БЛАГОСЛОВИ!