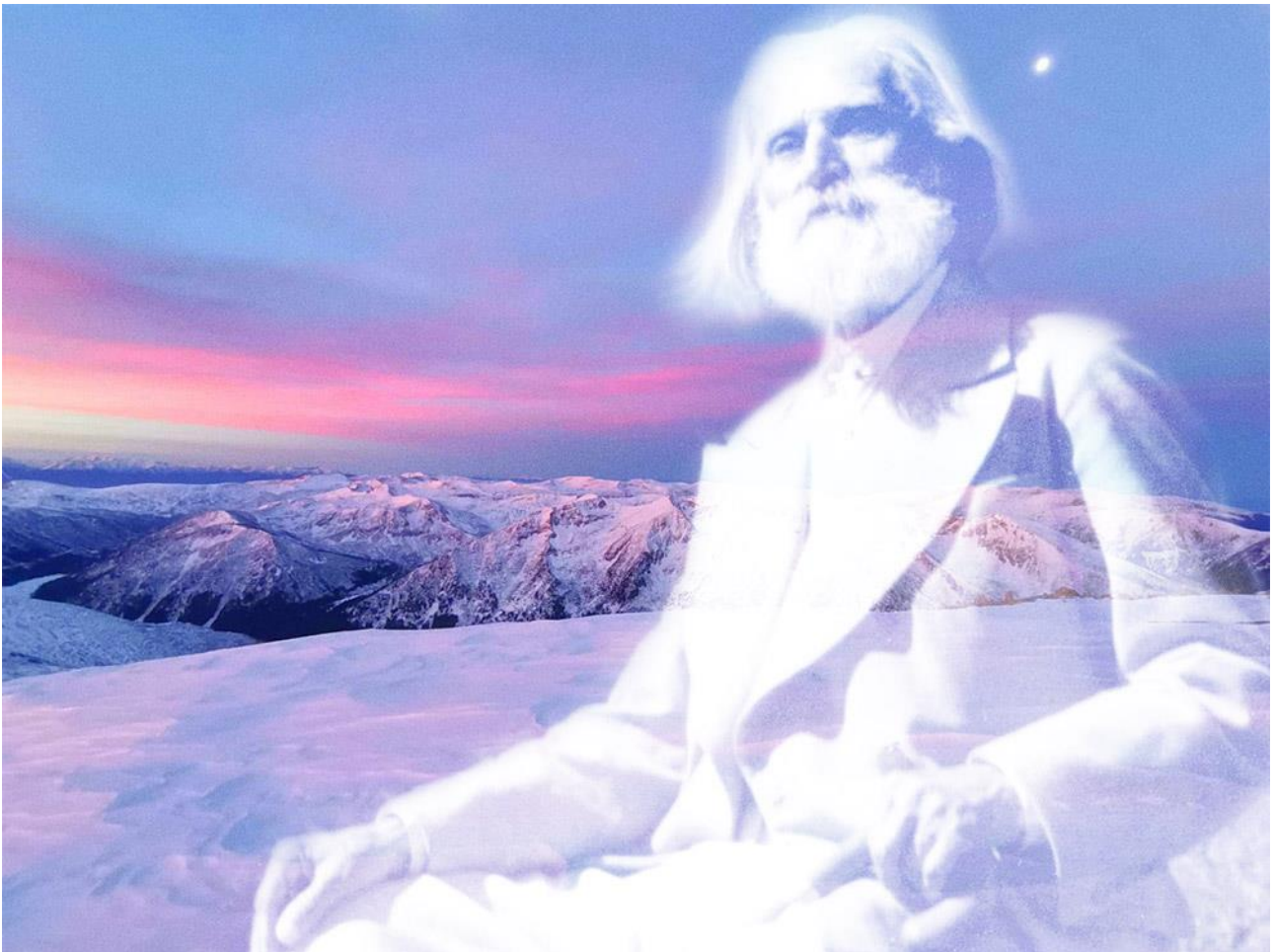


# Narjad

(programma di canti, preghiere, formule e letture)

**per il 27 dicembre 2025**

81 anni dalla dipartita del Maestro



***27 dicembre 2025***

*ore 6.00 a.m. in Bulgaria*

*ore 5.00 a.m. in Italia*

# **Narjad del 27 dicembre 2025**

Compilato a cura del gruppo fraterno di Varna – Bulgaria

## **1. Canto: Duhăt Boži – Lo Spirito di Dio**

([clicca qui](#) per ascoltare il canto su [www.ilmaestrobeinsaduno.it](http://www.ilmaestrobeinsaduno.it))

## **2. Preghiera: Otče naš – Padre nostro**

Padre nostro, che sei nei Cieli, sia santificato il Tuo Nome, venga il Tuo Regno, sia fatta la Tua Volontà, come in Cielo così in Terra.

Dacci oggi il nostro pane quotidiano e rimetti a noi i nostri debiti, come noi li rimettiamo ai nostri debitori.

Non ci indurre in tentazione, ma liberaci dal maligno, poiché a Te appartengono il Regno, la Potenza e la Gloria in eterno.

Amen

## **3. Canto: Davaj, davaj – Dai, dai tutto**

([clicca qui](#) per ascoltare il canto su [www.ilmaestrobeinsaduno.it](http://www.ilmaestrobeinsaduno.it))

## **4. Lettura di testi estratti dai Vangeli**

### **Matteo 5,1-12**

**1** Gesù, vedendo le folle, salì sul monte e si mise a sedere. I suoi discepoli si accostarono a lui **2** ed egli, aperta la bocca, insegnava loro dicendo:

**3** «Beati i poveri in spirito, perché di loro è il regno dei cieli.

**4** Beati quelli che sono afflitti, perché saranno consolati.

**5** Beati i mansueti, perché erediteranno la terra.

**6** Beati quelli che sono affamati e assetati di giustizia, perché saranno saziati.

**7** Beati i misericordiosi, perché a loro misericordia sarà fatta.

**8** Beati i puri di cuore, perché vedranno Dio.

**9** Beati quelli che si adoperano per la pace, perché saranno chiamati figli di Dio.

**10** Beati i perseguitati per motivo di giustizia, perché di loro è il regno dei cieli.

**11** Beati voi, quando vi insulteranno e vi perseguiteranno e, mentendo, diranno contro di voi ogni sorta di male per causa mia.

**12** Rallegratevi e giubilate, perché il vostro premio è grande nei cieli; poiché così hanno perseguitato i profeti che sono stati prima di voi».

## **Marco 6,1-13**

**1** Poi partì di là e andò nel suo paese e i suoi discepoli lo seguirono.

**2** Venuto il sabato, si mise a insegnare nella sinagoga; molti, udendolo, si stupivano e dicevano: «Da dove gli vengono queste cose? Che sapienza è questa che gli è data? E che cosa sono queste opere potenti fatte per mano sua? **3** Non è questi il falegname, il figlio di Maria, e il fratello di Giacomo, di Iose, di Giuda e di Simone? Le sue sorelle non stanno qui da noi?» E si scandalizzavano a causa di lui. **4** Ma Gesù diceva loro: «Nessun profeta è disprezzato se non nella sua patria, fra i suoi parenti e in casa sua». **5** E non vi poté fare alcuna opera potente, ad eccezione di pochi malati a cui impose le mani e li guarì. **6** E si meravigliava della loro incredulità. E andava in giro per i villaggi, insegnando. **7** Poi chiamò a sé i dodici e cominciò a mandarli a due a due; e diede loro potere sugli spiriti immondi. **8** Comandò loro di non prendere niente per il viaggio; né pane, né sacca, né denaro nella cintura, ma soltanto un bastone; **9** di calzare i sandali e di non indossare due tuniche. **10** Diceva loro: «Dovunque sarete entrati in una casa, trattenetevi lì finché non ve ne andiate da quel luogo; **11** e se in qualche

luogo non vi ricevono né vi ascoltano, andando via scuotetevi la polvere dai piedi come testimonianza contro di loro». **12** E, partiti, predicavano alla gente di ravvedersi; **13** scacciavano molti demòni, ungevano d'olio molti infermi e li guarivano.

## **Luca 10,25-37**

**25** Ed ecco, un dottore della legge si alzò per metterlo alla prova, dicendo: «Maestro, che devo fare per ereditare la vita eterna?» **26** Gesù gli disse: «Nella legge che cosa sta scritto? Come leggi?» **27** Egli rispose: *«Ama il Signore Dio tuo con tutto il tuo cuore, con tutta l'anima tua, con tutta la forza tua, con tutta la mente tua, e il tuo prossimo come te stesso»*. **28** Gesù gli disse: «Hai risposto esattamente; fa' questo e vivrai». **29** Ma egli, volendo giustificarsi, disse a Gesù: «E chi è il mio prossimo?»

**30** Gesù rispose: «Un uomo scendeva da Gerusalemme a Gerico e s'imbatté nei briganti, che lo spogliarono, lo ferirono e poi se ne andarono, lasciandolo mezzo morto. **31** Per caso un sacerdote scendeva per quella stessa strada, ma quando lo vide, passò oltre dal lato opposto. **32** Così pure un Levita, quando giunse in quel luogo e lo vide, passò oltre dal lato opposto. **33** Ma un Samaritano, che era in viaggio, giunse presso di lui e, vedendolo, ne ebbe pietà; **34** avvicinandosi, fasciò le sue piaghe versandovi sopra olio e vino, poi lo mise sulla propria cavalcatura, lo condusse a una locanda e si prese cura di lui. **35** Il giorno dopo, presi due denari, li diede all'oste e gli disse: "Prenditi cura di lui; e tutto ciò che spenderai di più, te lo rimborserò al mio ritorno". **36** Quale di questi tre ti pare essere stato il prossimo di colui che s'imbatté nei ladroni?» **37** Quegli rispose: «Colui che gli usò misericordia». Gesù gli disse: «Va', e fa' anche tu la stessa cosa».

## Giovanni 10,1-18

**1** «In verità, in verità vi dico che chi non entra per la porta nell'ovile delle pecore, ma vi sale da un'altra parte, è un ladro e un brigante. **2** Ma colui che entra per la porta è il pastore delle pecore. **3** A lui apre il portinaio, e le pecore ascoltano la sua voce; ed egli chiama le proprie pecore per nome e le conduce fuori. **4** Quando ha messo fuori tutte le sue pecore, va davanti a loro, e le pecore lo seguono, perché conoscono la sua voce. **5** Ma un estraneo non lo seguiranno; anzi, fuggiranno via da lui perché non conoscono la voce degli estranei».

**6** Questa similitudine disse loro Gesù; ma essi non capirono quali fossero le cose che diceva loro.

**7** Perciò Gesù di nuovo disse loro: «In verità, in verità vi dico: io sono la porta delle pecore. **8** Tutti quelli che sono venuti prima di me, sono stati ladri e briganti; ma le pecore non li hanno ascoltati. **9** Io sono la porta; se uno entra per me, sarà salvato, entrerà e uscirà, e troverà pastura. **10** Il ladro non viene se non per rubare, ammazzare e distruggere; io sono venuto perché abbiano la vita e l'abbiano in abbondanza.

**11** Io sono il buon pastore; il buon pastore dà la sua vita per le pecore. **12** Il mercenario, che non è pastore e al quale non appartengono le pecore, vede venire il lupo, abbandona le pecore e si dà alla fuga (e il lupo le rapisce e le disperde), **13** perché è mercenario e non si cura delle pecore. **14** Io sono il buon pastore, e conosco le mie, e le mie conoscono me, **15** come il Padre mi conosce e io conosco il Padre, e do la mia vita per le pecore. **16** Ho anche altre pecore, che non sono di quest'ovile; anche quelle devo raccogliere, ed esse ascolteranno la mia voce, e vi sarà un solo gregge, un solo pastore. **17** Per questo mi ama il Padre; perché io depongo la mia vita per riprenderla poi. **18** Nessuno me la toglie, ma io la depongo da me. Ho il potere di deporla e ho il potere di riprenderla. Quest'ordine ho ricevuto dal Padre mio».

## 5. Conferenza: “Compito musicale”

*(Tempo nuvoloso, cielo leggermente coperto)*

*Preghieră “Otče naš”*

*Canto “Davaj, davaj”*

*Canto “Duhăt Boži”*

Vi sono alcune cose che devono essere ripetute. Si dice: “La ripetizione è la madre della conoscenza”.<sup>1</sup> La ripetizione è la madre anche dell’ignoranza, perciò è auspicabile che molte cose non si ripetano. Dovunque, in ogni società, si verifica una perdita dei tratti individuali. Dapprima le persone sono più coinvolte nella vita: fintanto che si è giovani si possiede un’ideale e si vive in modo più attivo. Invecchiando, si comincia a pensare all’altro mondo; l’essere umano pensa all’altro mondo, ma rimane scontento. A volte i vecchi sono insoddisfatti dei giovani, non tanto per le loro debolezze, ma perché non possono più prendere parte alla loro vita. La vita nei giovani fluisce in modo naturale.

Ci sono tre vie che l’uomo percorre, tre scuole. La via fisica è quella del corpo fisico, delle cellule, dei desideri terreni: tutte cose naturali. A volte ci scagliamo contro la vita mondana, ma non dobbiamo farlo. In un primo momento la madre dice al figlioletto: «Tu non devi fare amicizia con quel bambino e neanche con quello», ma più tardi lo manda a scuola e gli dice: «Farai amicizia con tutti».

La seconda via è quella del cuore umano: l’uomo deve sceglierla perché esso possa svilupparsi.

La terza via è quella della mente umana: anche in essa ci sono dei percorsi da seguire. Per ogni via ci sono i relativi esercizi. Anche Cristo

---

<sup>1</sup> “Repetita iuvant” (lat.): “Le cose ripetute giovano”.

dice: «Io sono la Via, la Verità e la Vita»<sup>2</sup>. Come tradurreste queste parole? Che posto assegnereste a “la Via”<sup>3</sup>? In questo caso essa origina dalla Saggezza. Cristo dice: «La Nuova via è la via della Saggezza divina». Egli dice: «Io sono la Via». Egli è la Via, ma per chi crede: e su quella Via anche voi vi dovete incamminare. Nella seconda parte Cristo dice: «Io sono la Verità». Questo è lo zenit. L’inizio è la Via; la conoscenza e la luce sono la Via. Ora, la conoscenza non proviene da un mondo solo. Alcuni hanno studiato soltanto il mondo fisico.

Nel corpo umano la regione delle sopracciglia – la parte inferiore della fronte – corrisponde al mondo fisico; la parte mediana della fronte rappresenta il mondo spirituale e quella superiore rappresenta il mondo divino. Le facoltà mentali corrispondenti alla parte inferiore sono relative al mondo fisico; le facoltà mentali corrispondenti alla parte mediana sono relative al mondo spirituale e le facoltà mentali corrispondenti alla parte superiore sono relative al mondo divino. Nell’essere umano vi sono anche tre tipi di sentimenti, relativi rispettivamente al mondo fisico, a quello spirituale e a quello divino.

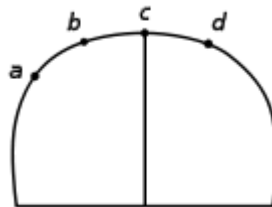


*Fig. 1 – Schema grafico di alcune aree frenologiche della testa umana.*

---

<sup>2</sup> *La Sacra Bibbia* (Gv 14,6).

<sup>3</sup> Agli albori del Cristianesimo l’insegnamento di Gesù veniva chiamato semplicemente “la Via” (*he Hodòs* in greco) dai suoi seguaci. Nel *Nuovo Testamento*, e specialmente negli *Atti*, si parla de “la Via” (ἡ ὁδός) per riferirsi al nascente Cristianesimo, un percorso spirituale e di vita distinto dalla tradizione giudaica. Il versetto chiave è Atti 9,2 dove si dice che Saulo (poi Paolo) perseguitava i seguaci de “la Via”, chiedendo lettere al sommo sacerdote per poterli arrestare. Non era solo un nome, ma indicava un cammino di santificazione e di incontro con Dio, una “via” percorsa da Cristo stesso e che i suoi seguaci dovevano percorrere come metodo di santificazione. *Hodòs* era il nome che identificava la “Via di Cristo”, il protocristianesimo, un cammino di fede e di vita.

Quando l'uomo è correttamente sviluppato – quando questi tre mondi sono sviluppati – la sua testa rispetta certe proporzioni. Esistono determinati rapporti fra le parti della testa. Se si tracciano una linea orizzontale, partendo dal centro dell'orecchio, e una verticale, fino all'apice della testa, si ricavano dei punti che indicano lo sviluppo di alcune qualità: il punto *a* corrisponde alla perspicacia, il punto *b* alla misericordia, il punto *c* all'amore di Dio, il punto *d* alla fermezza. In tutto il genere umano, inteso come totalità, nel corso di un secolo la testa cresce verso l'alto di un decimo di millimetro. D'altro canto la testa, ossia il cranio, si sviluppa anche anteriormente.

Al mondo fisico appartengono la materia fisica e le forze fisiche, che vanno studiate. Al mondo spirituale, rispettivamente, appartiene la materia spirituale e le forze spirituali, che vanno studiate. Al mondo divino, rispettivamente, appartengono la materia divina e le Forze divine, che vanno studiate: la materia divina gli Indù la chiamano *akasha*.<sup>4</sup> Invece i bulgari hanno la parola **kama** (kaša),<sup>5</sup> ossia un miscuglio di cose indistinte. A volte vi trovate in contraddizione: vi parte un dolore alla gamba perché non comprendete le leggi della materia fisica. Vorreste anche curare un'altra persona, ma non sapete come; vi sono metodi appositi di cura. A quella persona verranno applicati cataplasmi, impacchi di farina, di cera d'api, di crusca, praticati massaggi con olio, con alcool, e così via.

Tuttavia, tutte le malattie derivano dal fatto che l'essere umano perde il calore corporeo, ed è allora che subentrano le malattie. Tre sono i tipi di malattia: quelle originate dalle azioni umane nel mondo fisico, quelle originate dalla sfera dei sentimenti e quelle originate dai pensieri

---

<sup>4</sup> *Akasha* (o *Ākāśa*) è il termine sanscrito per *etere* o *spazio*. Nell'Induismo rappresenta l'elemento primordiale da cui tutto deriva, la sostanza infinita che pervade l'Universo e contiene la memoria di ogni evento.

<sup>5</sup> In bulgaro **kama** (pronuncia: *kaša, kasha*) significa *pappa, poltiglia, pasticcio*.

umani. Tutti i disturbi nervosi degli uomini sono dovuti al fatto che i loro pensieri non sono in armonia. Non vorrei soffermare la vostra attenzione su argomenti dolorosi, ma dato che siete abbastanza avanzati, somigliate a dei laghi chiusi, senza sbocchi per l'acqua. Vi aggirate qua e là, con l'intenzione di fare qualcosa: l'energia accumulata in voi ha bisogno di fuoriuscire.

D'altronde siete stati indottrinati a proteggervi dal mondo esteriore: non c'è alcun bisogno di proteggersi, semmai è il mondo esterno che deve proteggersi da noi, e non noi dal mondo. Invece ora predicano il contrario. No, è il mondo che si deve proteggere da noi! Dicono: «Protegetevi dal diavolo!». No, è il diavolo che si deve proteggere da noi! Se sei tu a doverti proteggere dal diavolo, allora sei pavido; se invece è il diavolo a doversi proteggere da te, è lui ad essere debole. Se sei tu a doverti proteggere da lui, vuol dire che è più forte di te; ma se invece è lui a doversi proteggersi da te, vuol dire che è più debole di te. Noi siamo più forti del diavolo, tenetelo bene a mente! Soltanto in alcuni campi il diavolo è il più grande artefice: è l'artefice delle menzogne. Quando arriva, ordisce intrighi, a somiglianza del ragno che acchiappa qualche mosca con l'astuzia, non con la forza. Ora, non vorrei parlarvi molto del diavolo, perché non vale la pena di offenderlo. Sapeste quanti grattacapi ha! Si è immischiato in diversi intrighi e ora non sa come districarsene. Ne considera colpevoli gli uomini e, dicendovi: «Siete responsabili voi degli imbrogli in cui siete implicati!», cerca di giustificare se stesso, ma non ha ragione: si è cacciato nei guai da solo e ora ne cerca le cause all'esterno.

Lasciamo stare il diavolo, che sa fare molto bene il proprio lavoro. Apprezzo una sua caratteristica: è molto diligente, non esiste essere più diligente di lui. Se lo scacci dalla porta entrerà dal camino; se lo scacci dal camino troverà qualche altra fessura per entrare. Anche se lo scacci via cento volte, si ripresenterà sempre, dicendo: «Buongiorno, tutto bene?»; è assai gentile e remissivo, ti saprà lodare molto. Chiunque adula è meschino: sistemerà una miccia ai tuoi quattro lati e poi le darà

fuoco. Siccome vuole prenderti qualcosa, si presenterà dicendo: «Sei davvero geniale, non c'è un altro al mondo pari a te!». Ma dopo aver portato a termine il suo lavoro dirà, invece: «Non ho mai visto qualcuno più imbecille di te!». A volte ti spingerà a intraprendere qualcosa, suggerendoti: «Edifica qualche chiesa per il popolo, non importa se rubi un po' qua e un po' là, chiama il tale e il tal altro e costruisci la chiesa. Che tu abbia rubato non conta, l'importante è costruire la chiesa! Così gli uomini diventeranno più pii». Poi, una volta eretta la chiesa, sobillerà avvocati e giudici ad accusarti per farti finire in galera. Per giunta ti farà inviperire dicendo: «La gente non capisce il valore della tua opera». Tali sono i suoi metodi. Il diavolo, quando commette un errore, lo considera un atto meritorio, e quando fa del bene lo considera un errore. E dopo aver lodato qualcuno, dice: «Per compensare le lodi che gli ho rivolto, ora lo striglierò per bene!», e ti farà una bella lavata di capo per espiare il suo peccato, pensando di aver fatto il bene più grande. Tali sono le sue opere; ma questo non fateglielo sapere!

E così dico: dovete sviluppare in voi le vostre potenzialità fisiche. C'è sempre qualcosa da sviluppare nel corpo, fino a tarda età. Se avesse seguito le leggi della Natura, l'uomo avrebbe vissuto in modo molto più naturale. Ora il termine massimo della vita è di 120 anni. I segni zodiacali sono 12, quindi restando sotto l'influenza di ciascuno di essi per 10 anni si arriverebbe a 120 anni di vita. Tuttavia, l'uomo non riesce a completare tutto il cerchio: alcuni vivono solo un mese, altri un anno, altri 10, 20, 30, 40, 50, 60, 70, 80 anni. Compiuti gli 80 anni cominciano a sentirsi vecchi e dicono di dover partire per l'altro mondo, perché non c'è più nulla nel mondo fisico di cui occuparsi. Per questo dico: abbiate sempre qualcosa di cui occuparvi.

Per prima cosa rimettete in forma le forze del vostro corpo. In secondo luogo non dovete perdere le forze del vostro cuore, non dovete perdere il vostro sentire; che la minima acquisizione ottenuta vi renda felici. Inoltre non dovete perdere i vostri bei pensieri: quando vi arriva un bel pensiero, rallegratevene. Rallegratevi di ogni vostro pensiero,

sentimento e azione, perché, quando entrerete nell'altro mondo, i vostri pensieri, sentimenti e azioni vi accompagneranno. Andando all'altro mondo vedrete che il mondo fisico si chiuderà per voi, ve ne rimarranno soltanto le immagini. Il mondo reale si chiuderà e vi rimarranno solo le immagini ad esso pertinenti.

Ora, a volte vi sentite a disagio come se non aveste nulla da fare sulla Terra. Ad esempio, un attore può ricoprire tanti ruoli, può recitare tante parti, ma uno spettatore che va a teatro prenderà il biglietto e si metterà seduto a guardare come l'attore interpreta il suo ruolo. Un'altra volta rappresenteranno un'opera musicale: l'opera rappresenta il mondo, è qualcosa di simile al mondo, serve all'educazione. Vorrebbero rappresentare la vita tramite l'opera o il melodramma, ma in effetti la rappresentano come non è in realtà. Tuttavia, mentre il pubblico guarda, lo spettacolo esercita su di esso un'azione educativa. Le persone religiose, non comprendendo l'ampiezza del Piano di Dio, pensano che tutto ciò che viene fatto nella società sia errato. Il peccato si trova ovunque, sia nella vita mondana, sia fra gli uomini spirituali, sia fra gli angeli: è una questione individuale. Chiunque può fare un errore, e dovete rallegrarvi di poterlo fare, perché ciò indica che siete liberi. Quando cantate potete commettere un errore, potete prendere per sbaglio una nota più bassa di mezzo tono; sia salendo che scendendo di tono potete prendere una nota sbagliata, ma ciò non significa nulla. Un errore non è un peccato, è solo qualcosa di stonato. Ogni errore è solo uno stimolo per comprendere meglio le cose.

E così, dico: bisogna che si crei fra tutti voi un intimo legame di rispetto reciproco e di stima. Ognuno di voi deve rispettare gli altri, deve rispettare negli altri ciò che Dio ha dato loro. Nella vita dovete rispettare il corpo che Dio ha dato a una persona, dovete rispettare il cuore che Dio le ha dato, ne dovete rispettare la mente. Nella Nuova Cultura gli uomini devono essere rispettati, senza intromettersi eccessivamente nel correggere le persone, il che non è corretto. Se si tratta di correggere, correggete prima voi stessi. Quante cose avete da

correggere! Vi siete mai osservati? Supponiamo che lavoriate come cassiere in banca e vengano da voi allo sportello cento, duecento persone al giorno: quante volte avrete la possibilità di perdere il vostro equilibrio? Oppure lavorate alle poste e vendete francobolli, o siete un droghiere che vende zucchero: quante volte avrete la possibilità di perdere il vostro equilibrio? Oppure siete un avvocato, un insegnante, una madre... Come madre, quante volte perderete il vostro equilibrio! Il bambino non comprende minimamente la tua situazione: pretende, insiste, si mette a piangere dieci volte di seguito finché non ti fa alzare; non considera minimamente che sei stanca. Le persone religiose e spirituali sono più sensibili e soffrono più intensamente, ma la sensibilità deve svilupparsi in modo adeguato. L'uomo non deve sviluppare eccessivamente la propria sensibilità; nel caso fosse troppo sviluppata dovrebbe sapere anche come proteggere il proprio cuore. Molte sofferenze sono dovute a un eccesso di sensibilità. Ad esempio, basta che qualcuno non ti rivolga uno bello sguardo e ne concludi che si è raffreddato nei tuoi confronti.

Torniamo alla questione del caldo e del freddo. La freschezza è piacevole, ma anche il gelo ha la sua funzione. Tuttavia, molte malattie sono dovute al freddo. Potete fare un esperimento: supponiamo che abbiate il raffreddore, che la vostra temperatura corporea sia scesa e di conseguenza siate contratti dal freddo. Allora vi applicano impacchi caldi, vi massaggiano, e al calore dei cataplasmi avvertite una sensazione piacevole. Che filosofia c'è in quella piacevolezza? Quando l'infiammazione è esterna avvertite caldo esteriore, ma quand'è che, invece, avvertite freddo interiore? Il freddo si trova nello spazio esistente fra le molecole del corpo e lo scopo di applicare calore, dunque, è quello di farlo penetrare fino a tale spazio, ripristinando la corretta temperatura corporea. E quando quello spazio si riscalda, il cataplasma provoca un effetto gradevole. Quando tutto il ghiaccio si scioglie, trasformandosi in acqua, allora dite: «Non occorrono più compresse calde, basta così». Se continuate a incrementare il calore,

l'effetto sarà controproducente. E così, a volte i sentimenti umani possono congelarsi, e voi avvertite una sensazione sgradevole: in questo caso dovete aumentare il calore.

Quando parliamo dell'amore dobbiamo sapere che attraverso la Legge dell'Amore, attraverso la Legge dell'Affetto, noi apportiamo il normale calore richiesto dal corpo. Devi amare, altrimenti perderai il tuo calore e, una volta perso il calore del tuo corpo spirituale, non godrai più di una buona disposizione del cuore. Anche la mente ha il suo calore: fintanto che possiede la luce necessaria, possiede anche il suo calore naturale. Dal momento in cui la luce diminuisce, diminuirà anche il suo calore. Ogni pensiero retto apporta luce; ogni sentimento retto apporta calore interiore. Questo calore viene chiamato *pace*, *gioia* o come altro si vuole, ma io dico che è semplicemente *calore*. Adotto la parola *calore* perché è comprensibile. Ecco cosa significa parlare chiaro: se entrate in teatro dicendo: «Amore!», passerete per pazzi, ma se invece dite: «Incendio!», allora tutti comprenderanno il significato della parola. La parola *incendio* nasconde una forza potente. Ora, non abbiamo una parola così forte come *incendio*, riferita all'amore. Sentendo pronunciare la parola *amore*, dite: «L'amore è qualcosa di insensato, è un gioco». Tuttavia, se a qualcuno dite le parole *sofferenza*, *pena*, quello comincerà a tremare; se viene pronunciata la parola *pena*, la comprendi.

La sofferenza è solo l'ombra dell'amore, solo l'ombra di questo calore. Perché soffrite? Soffrite per non perdere il calore del vostro corpo spirituale. Ogni singola sofferenza ripristina il calore interiore. Senza sofferenza gli uomini sarebbero raffreddati, ghiacciati e intirizziti. Volete evitare di soffrire, ma per non soffrire dovrete uscire dal mondo fisico.

Tuttavia non siete pronti per andare all'altro mondo: là non sarete ammessi a scuola, ma potreste essere accettati come servitori. Una sorella della regione di Varna,<sup>6</sup> sulla sessantina, sognò di essere partita

---

<sup>6</sup> Varna è una città bulgara situata sul Mar Nero.

per l'altro mondo. Ella non sapeva leggere. Là, attorno a un tavolo, erano seduti 24 Anziani vestiti di bianco. Sul tavolo c'erano dei libri, e loro stavano annotando qualcosa. Chiese loro: «Cosa state facendo?», lo voleva sapere. Loro le risposero:

«Nonna, sai leggere?».

«No, non sono capace».

«Allora porterai qui dell'acqua». Lei porterà dell'acqua, cioè, inizierà dall'*abici*. «Non ti immischierai nel nostro lavoro, studierai l'*abici*».

Il mondo fisico, spirituale e mentale sono collegati. Nella Nuova Cultura vi sarà equilibrio. Ora l'uomo spirituale deve diventare più profondo; la serietà non dipende dai suoi muscoli: è il mondo spirituale che deve attrarre la sua mente. Egli deve vedere la bellezza del mondo spirituale. Anche il mondo fisico ha la sua bellezza, e anche il mondo divino possiede la sua. Questi tre mondi costituiscono un tutt'uno. Se non possiedi la bellezza del corpo fisico, mancherà qualcosa anche al tuo corpo spirituale; se non hai un corpo spirituale bello, mancherà qualcosa anche al tuo corpo mentale. La salute deve sussistere nel corpo fisico, nei sentimenti e nella mente. Perciò diciamo: pensieri luminosi, sentimenti calorosi e azioni forti. Queste sono cose che vi saranno utili.

Voi volete vivere, ma cosa significa questo? Più sono le persone, le anime delle persone con le quali entrerete in contatto e conoscerete, meglio è. Se non entrerete in contatto con le menti umane non potrete avere una buona disposizione; ugualmente, se non entrerete in contatto con i cuori umani, non potrete avere una buona disposizione. Lo stesso vale se non entrerete in contatto con i corpi umani. Noterete che, avvicinandovi a certe persone, avvertite amore nei loro confronti, poiché dai loro corpi fuoriesce calore, e vi risultano gradevoli. Altre, invece, sono molto povere: si precipitano ad aiutare gli altri quando loro

---

stesse sono povere. Una persona che desidera aiutare Dio e gli altri deve essere ricca di corpo, di cuore e di mente! Chi ricco non è, invece, deve lavorare per arricchirsi. La Scrittura dice: «Accumulate tesori».<sup>7</sup>

Attraverso il nostro corpo fisico entreremo in contatto con gli esseri umani sulla Terra: dobbiamo entrare in comunicazione con loro. Invece con il nostro corpo spirituale – vale a dire, con il nostro cuore – entreremo in contatto con le loro anime. Se il nostro cuore non è sviluppato, non potremo entrare in comunione con le anime umane, e se la nostra mente non è in condizioni appropriate, non potremo entrare in comunione con gli spiriti umani.

Con *spiriti* intendo la posizione più alta: le anime pure, evolute e perfette. Con *spirito* intendo un'anima che ha terminato la propria evoluzione, e con *anima* intendo un'anima che è al servizio dell'umanità. Con *spirito* intendo un'anima che disegna il futuro degli uomini: è lo spirito a delineare il futuro, mentre l'anima realizza ciò che lo spirito disegna. La mente e il cuore, invece, realizzano ciò che è stato disegnato.

Quando parliamo della musica dobbiamo sapere che vi sono diversi metodi. Voi, che siete le sorelle più anziane, cantate? (*Qualcuna risponde: «Sono i giovani a dover cantare!»*). Ci sono orari in cui non si può cantare, ad esempio, quando si mangia o si dorme. Una volta accusarono un tale di essere un ubriacone, e un altro lo difese così: «Vi sbagliate, io so che è un uomo sobrio: quando dorme non beve assolutamente!». Ora, queste sono cose basilari che dovete prendere in considerazione: sono utili alla vostra educazione.

Dovete impegnarvi. Ci sono altre cose che, gradualmente, vi saranno svelate: a ciascuno di voi, a seconda del proprio livello di evoluzione, se è pronto, saranno rivelate. Si tratta di conquiste interiori, spirituali, che sono assolutamente personali. Terrete per voi ogni acquisizione, non dovete andare in giro a vantarsene, poiché

---

<sup>7</sup> La Sacra Bibbia (Mt 6,20).

potrebbero rubarvela. Vai in giro a raccontare qualcosa che hai visto del mondo spirituale e ti replicano: «Ciò che hai visto non esiste». Non raccontarlo in giro! Non pensare che il mondo intero sia al corrente di queste cose.

Il canto *Fir-fjur-fen*<sup>8</sup> è per la mente; il canto *Mahar Benu Aba*<sup>9</sup> per il cuore, e il canto *Davaj, davaj*<sup>10</sup> per il corpo fisico. La loro struttura è particolare: i canti sono strutturati in modo particolare. *Fir-fjur-fen* inizia con un intervallo di unisono<sup>11</sup> poi vi è un intervallo di quarta, seguito da uno di seconda ascendente, da un altro di seconda e da uno di terza. Che cosa rappresenta l'intervallo di terza in musica? La terza apporta morbidezza tonale, segue una linea femminile; l'intervallo di quarta segue invece una linea maschile, è possente. Con i malati bisogna usare gli intervalli di quarta. Poi ci sono le quinte; gli intervalli di quinta e di terza si assomigliano. L'intervallo di terza dà origine a quello di sesta, e l'intervallo di seconda dà origine a quello di settima, se rivoltati.

La filosofia della musica è qualcosa di molto difficile, poiché per cantare non devi solo stimolare il centro musicale situato sulla fronte, ma devi risvegliare anche una serie di sentimenti connessi alla musica. Non puoi cantare senza la partecipazione dei tuoi sentimenti. Risvegliando tali sentimenti nella parte superiore e cantando correttamente, avvertirai immediatamente un leggero calore sotto lo sterno, un certo benessere, e ti sentirai allegro.

Il canto *Fir-fjur-fen* inizia con la nota *re*, tuttavia, se poteste

---

<sup>8</sup> Dato dal Maestro il 21 agosto 1922. Questo canto tonifica e guarisce: regola le forze nell'uomo e lo mette in armonia con la Creazione. Per ascoltare il canto, [cliccare qui](#).

<sup>9</sup> Dato dal Maestro il 3 dicembre 1922. Questo canto è una melodia occulta che va cantata solo in uno stato particolare di concentrazione. Per ascoltare il canto, [cliccare qui](#).

<sup>10</sup> Dato dal Maestro il 28 dicembre 1926. Questo canto stimola nell'uomo l'impulso a dare e a seminare nel campo della vita. Per ascoltare il canto, [cliccare qui](#).

<sup>11</sup> Schema degli intervalli melodici nel canto *Fir-Fjur-Fen*:



intonarlo più in acuto, due ottave e mezzo più in alto, vi consiglierei di iniziarlo dal *sol*. Adesso partiremo invece dal *re*. Se qualcuno canta in registro di basso, potrebbe iniziare dal *sol* dell'ottava inferiore. Un altro può iniziare dal *sol* dell'ottava media, e alcuni di voi lo potranno cantare partendo dal *sol* dell'ottava superiore.

*(Abbiamo cantato il canto partendo dal sol dell'ottava media, una seconda volta partendo dal sol dell'ottava inferiore, e una terza volta così come è stato scritto, partendo dalla nota re).*

La nota *re* indica movimento.

Quando vi alzate al mattino eseguite un esercizio musicale, preparatevi un repertorio musicale mattutino tutto vostro. Scegliete una parola come base per comporvi una melodia. Questi canti sono modelli sulla base dei quali comporre i vostri canti. Ogni canto segue il proprio ritmo. Non tutti potete essere violinisti, chitarristi, organisti, pianisti, flautisti, ma tutti potete cantare, ed è un peccato non farlo. A ognuno Dio ha dato una voce, e se non canta commette un peccato. L'organo della voce, la laringe, è lo strumento più bello che l'essere umano possiede. Il violino, invece, sapete quando è capriccioso? A volte gracchia senza riuscire a emettere alcun suono.

*(Il Maestro ha suonato il suo violino e ha cantato "Sila, uset, misăl",<sup>12</sup> e noi, insieme a lui, abbiamo cantato queste parole con varie inflessioni melodiche).*

Non potete diventare grandi artisti del palcoscenico, ma dovrete imparare a cantare. E quando canterete qualcosa per la seconda volta, la canterete meglio. Nella parola *silā* la sillaba *la* è positiva, esprime le energie divine di cui si è ricolmi. La *a* indica il carico: porti un carico, ma un carico divino: un'idea che è divina, e perciò ti risulta gradevole sopportare anche le avversità della vita.

---

<sup>12</sup> Tre sostantivi bulgari che significano *forza, percezione e pensiero*.

Potete anche cantare “Păt, istina, život”.<sup>13</sup>

*(Il Maestro ha cantato alcune volte queste parole).*

Avete memorizzato la melodia? Annotatela.

*La Buona preghiera*

*Lezione tenuta a Sofia il 27 dicembre 1939, dalle ore 5.00 alle ore 6,15*

*(Ciclo delle Lezioni per la Classe occulta generale)*

## **6. Canto: Fir-Fjur-Fen**

([clicca qui](#) per ascoltare il canto su [www.ilmaestrobeinsaduno.it](http://www.ilmaestrobeinsaduno.it))

## **7. Canto: Mahar Benu Aba**

([clicca qui](#) per ascoltare il canto su [www.ilmaestrobeinsaduno.it](http://www.ilmaestrobeinsaduno.it))

## **8. La Buona preghiera**

Signore, Dio nostro, nostro dolce Padre Celeste, che ci hai donato la vita e la salute per gioire in Te, noi Ti preghiamo, inviaci il Tuo Spirito per difenderci e proteggerci da ogni male e da ogni pensiero malvagio.

Insegnaci a compiere la Tua Volontà, a santificare il Tuo Nome e a glorificarti sempre.

Illumina il nostro spirito, istruisci i nostri cuori e la nostra mente, affinché osserviamo i Tuoi comandamenti e precetti.

---

<sup>13</sup> Tre sostantivi bulgari che significano *via, verità, vita*. Il Maestro ritorna dunque al versetto iniziale della conferenza.

Con la Tua presenza ispira in noi i Tuoi puri pensieri, e guidaci affinché Ti serviamo con gioia.

Benedici la nostra vita, che consacriamo a Te per il bene dei nostri fratelli e del nostro prossimo.

Assistici e aiutaci ad accrescere in noi ogni conoscenza e saggezza, a imparare dalla Tua Parola e a vivere eternamente nella Tua Verità.

Guidaci affinché tutto ciò che pensiamo e intraprendiamo nel Tuo Nome contribuisca alla realizzazione del Tuo Regno sulla Terra.

Nutri le nostre anime col Tuo Pane Celeste e tempraci con la Tua Forza, affinché possiamo riuscire nella vita.

Nel darci tutte le Tue benedizioni, aggiungi il Tuo Amore, che sia per noi Legge eterna.

Poiché a Te appartengono il Regno, la Potenza e la Gloria in eterno.

Amen

## **9. Canto: O, Učitelju blagati – O dolce Maestro**

([clicca qui](http://www.ilmaestrobeinsaduno.it) per ascoltare il canto su [www.ilmaestrobeinsaduno.it](http://www.ilmaestrobeinsaduno.it))

## **10. Preghiera per la benedizione del popolo bulgaro**

Signore, Dio degli eserciti, nel Nome di Cristo, col cui Nome Ti sei compiaciuto che Ti invocassimo, noi, i Tuoi figli, veniamo questa mattina e ci prostriamo davanti a Te, ai Tuoi piedi. La nostra preghiera, Signore, è che Tu benedica e protegga il popolo bulgaro, la sua Sacra Catena, il clero, i governanti, i ministri, i contadini, gli insegnanti, i commercianti, i lavoratori che svolgono nobili occupazioni, tutte le madri e i padri che fanno la Tua volontà e tutte le persone buone che lavorano per il Tuo Regno sulla Terra: su tutti stendi la Tua mano destra e abbi pietà di loro.

Signore, rivolgiti il Tuo Volto verso tutti loro e concedigli la pace.

Benedici questo popolo nel vincere tutte le insidie del maligno e tutte le sue forze oscure.

Noi Ti preghiamo, benedici l'anima e lo spirito di questo popolo, affinché possa lodarti e glorificarti in tutti i secoli a venire.

Amen

## **11. Comandamento del Maestro**

Ama la via perfetta della Verità e della Vita.

Poni il Bene come fondamento della tua casa,

la Giustizia come norma,

l'Amore come ornamento,

la Saggezza come muro di cinta

e la Verità come lume.

Solo allora mi conoscerai e io mi rivelerò a te.

## **12. Formula della Fratellanza**

Sia glorificato Dio nella Fratellanza Bianca e siano glorificati i Fratelli Bianchi nell'amore di Dio! (*tre volte*)