

La scienza del Vivere

(note di Marguerite Smithwhite composte durante la forzata chiusura sua in camera, per la sua malattia)

Quale dovrebbe essere una parte innata nell'educazione? Dovrebbe essere il mirare alla BELLEZZA in ogni aspetto del Vivere e alla eliminazione di azioni e circostanze negative.

L'igiene nel cibo dovrebbe avere l'assoluta priorità, perchè la sua mancanza è negativo ed un' offesa per la buona salute. Trascurare la salute, sia deliberatamente o per mancanza di consapevolezza, significa trascurare il tempio in cui lo spirito deve vivere ed agire.

Quindi quali dovrebbero essere le regole per l'igiene nel cibo?

- 1° Il cibo dovrebbe essere preparato in una maniera tale da trasmettere a chi lo riceve il piacere del mangiare. A preparazione ultimata il cibo dovrebbe essere rispettosamente coperto per prevenire la contaminazione da qualsiasi fonte. Questo è il primo atto di bellezza.
- 2° Le stoviglie usate per servire, mangiare e bere dovrebbero essere ugualmente pulite perchè si offre del cibo altrimenti questo offrire diventa negligente, carente di bellezza e della giusta consapevolezza.
- 3° Se l'ambiente è difficile e piena di contaminazione, il modo di evitare la contaminazione è normalmente molto più facile di quanto si pensa. La parola chiave è: coprire.
- 4° Una comunità che aspira alla spiritualità dovrebbe donare il suo servizio con amore. L'AMORE che viene messo nel cibo e nel servirlo, penetrerà tutto l'essere di chi lo mangia.
- 5° Accompagniamo il cibo con qualche aspetto di bellezza per focalizzare la coscienza di chi mangia. Curiamo l'apparanza del cibo sul tavolo, ma anche, prima che qualcuno si serva, mettiamo un segno di bellezza vicino al cibo: una candela accesa, un vaso di fiori o anche un solo fiore.