

ホワイト・イーグルは言っています。

「地上の兄弟の中で、リラックスの仕方を知っている者はほとんどいません。私には、素晴らしくくつろいだ、平和な、天の至福にうっとりしているような人々ではなく、緊張して眠っている体や、張り詰めた顔ばかりが見えます。夜眠りに就く時は、体を安楽にし、心を静かに落ち着けて下さい。そして、自分の天空体をキリスト光のオーラで満たすようにして下さい」

「そうすることによって皆さんは、肉体からより高い世界へと脱出する準備ができるのです。すると皆さんは霊的な体験をすることになります。それは心に強く印象づけられるので、朝には、何かしら素晴らしいことが起きたという優雅な記憶を伴って目覚めることでしょう。この睡眠のための準備をすることで、眠り方を学ぶことで、皆さんは、神の啓示・神の光明を受ける練習を積むことになります。また、地上生活の束縛から自由になる練習を積むことになるのです」

遙か昔の時代のインディアンは、目覚めの瞬間から眠りの瞬間まで、他のあらゆる生き物と友愛精神のうちに相和して、できる限り健康に、かつ自然に、生活しようと努力しました。彼らは自分の考えをその友愛精神の中に留め置こうとしました。というのも、彼らは、思考は物質的・肉体的な生活や幸福に計り知れない影響を及ぼす、ということを知っていたからです。

ホワイト・イーグルは言います。

「大切なものは、食物ばかりではありません。皆さんの考えや人生観も重要なことです。忘れないでください、皆さんの体——肉体・幽体・精神体・天空体——は、聖なる神の神殿であり、その内には神が住んでおられるということ。ですから皆さんは、なんであれ善いものに、善い波動・高い波動のものに、調子を合わせなくてはなりません。人の生命とは宇宙の力が一点に集中したもので、それは磁石のように、自ら自覚した状態や力を自分に引き寄せます。

皆さんは、自分の考えるものに成るのです。皆さんの考えによって動きだした振動はエーテル上に印象され、それ相応の波動や力を引き寄せ、それが、皆さんの肉体や人生に一定の状態を造りだすのです。毎日善い事を考えることで同胞団のための仕事を開始して下さい。善い事を考え、善い人であって下さい。愛を思い、愛の人になって下さい。もしも調和を考えれば、調和の人になります。皆さんの進歩は、皆さん自身の考えから始まるのです。考えは物質化します。自分の考えが善と美から成り立つものであるよう、注意を払って下さい。神はあらゆるものを考えによって創造したのです。人も自身  
自身の考えによって——考えの力によって——自分の体・人生・幸福・健康を造り直すことができます」

「光十字の同胞団は古代のインディアンたちに、確かに教え諭しました。どんな場合にも自分の考えを神に向けておくように。起こったことすべてに、人生のあらゆる面に、神・善を見るようにと。それは非現実的に生きることを意味しているではありません。むしろ、あらゆるところに、全ての事態に、

神の手・神の愛の働きを見る、ということなのです。インディアンは何が起こっても常に、その中に建設的な、幸運な、希望の側面を探し出しました。いつでもそのような考え方をしたので、彼らは幸せに、平和に暮らすことができましたのです」

『アメリカ・インディアンからの福音』の中に、次のような文章があります。

「インディアンは冷たく、鈍感で、陰気な連中だという一般の信念は、全く間違っています。実際、彼らは陽気な人々で、気立てがよく、茶目っ気があつて、子供を思わせるような無邪気な笑顔でいつも笑いださんばかりです……インディアンは、私がこれまで会ったうちで、例外なく、習慣的に最も幸福な人々です」

ホワイト・イーグルは言っています。

「私たちは皆さんに一度さえも、悲しみの衣を身につけよ、と言ったことはありませんでした。神が皆さんをこの世に置かれたのは、皆さんに喜びと幸せ

を与えるためなのです。神は皆さんを美しい世界に置かれたのです。神は皆さんに美しい体を与え、そのハートに至福の境涯に入るための鍵を置かれました。皆さんの人生を楽しんで下さい。幸福であって下さい。そして、体の感覚器官が正しく作用することによって素晴らしい感動を味わえることに感謝して下さい。食物を食べるのを楽しんで下さい。汚れのない清らかな食物を摂って下さい。休養や娯楽を楽しんで下さい。あらゆる形の運動を楽しんで下さい。人生のすべての贈り物を楽しんで下さい。ただし、皆さんが全てを負っている生命の源泉である神だけは決して忘れないで下さい。これが生きる秘訣、生きる方法なのです」

「霊の内に生きて下さい。霊によって生き、ハートを愛でいっぱいにして下さい。生命を愛して下さい。あらゆるものを愛して下さい。すべての人々を愛して下さい。ただし、すべてに勝って、完全なる一者——天のキリスト——を愛して下さい。また同じく、創造主——父母なる神——を愛して下さい。自分が造られたことに感謝し、天の父を讃えるように生きて下さい」

「すべての生命と完全に調和して友愛のうちに生きることができれば、人は地上生活を送る間じゅう、肉体という乗り物を完全に健康なままに保つことができるでしょう」