

Психическо наблюдение.

— Fir — für — fen.

— Tau — bi — aumen.

Т. м.

Четоха се темитѣ върху: „Отличителнитѣ чърти на живота.

Сега ще ви дамъ едно психическо упражнение. Всички ще извадите тетрадкитѣ или тевтерчетата си и ще пишете като заглавие на упражнението: „Психическо наблюдение“. Упражнението не е мъчно, но и лесно не е. Презъ време на упражнението стомахътъ ви трѣбва да бѣде свободенъ.

Упражнение: Дигнете лѣвата ржка съ разтворени прѣсти нагоре, съ дланъ къмъ лицето, а показалецътъ на дѣсната ржка поставете върху показалеца на лѣвата (върховетѣ имъ). Наблюдавайте, каква мисълъ ще мине този моментъ презъ съзнанието ви. Каквато мисълъ мине презъ съзнанието ви, отбележете я съ две-три думи, на кратко. Може да не мине никаква мисълъ презъ ума ви — това да не ви смущава. При това, ще наблюдавате, дали мисълта ви е приятна, или не; дали е отрицателна, или положителна. Ако е отрицателна, отбележете я съ черна точка; ако е положителна — съ свѣтла точка. Ще бѣдете искрени въ наблюденията си, ще констатируете нѣщата, както сж въ действителность, безъ да се стѣ-