

мисълта си известно време и ще свалите ржцетѣ си долу. Това ще направите три пѣти, следъ което ще свалите ржцетѣ си долу, но вече отдѣлени една отъ друга. Ще правите упражнението една седмица. Значи, всичко 14 пѣти.

Като правите това упражнение, ще видите, какви сж проявитѣ на вашето съзнание, и доколко полето на това съзнание е будно и разширено. Гледайте на упражнението сериозно. Правете го, когато сте сами, а не предъ хората, да не го опорочатъ. Ако нѣкой види, че сте дигнали само единия си прѣстъ, ще каже: Този човѣкъ смѣта нѣщо. Като види, че сте дигнали и двата прѣста, ще се чуди, какво правите.

Дветѣ ржце на човѣка сж се образували при различни условия: дѣсната — при инволюцията на човѣка, а лѣвата — при еволюцията. Значи, когато човѣкъ е слизалъ отъ невидимия свѣтъ, по-голѣмата частъ отъ енергията е минавала презъ дѣсната му ржка. Обаче, тази енергия първо е минала презъ лѣвото полушарие на мозъка, после — презъ сърцето и най-после — презъ ума.

Като правите упражнението, ще бъдете внимателни, ще се самонаблюдавате, какви промѣни ставатъ въ съзнанието ви. Може да не станатъ никакви промѣни — това да не ви обезсърчава. Само за себе си упражнението е интересно, безъ да очаквате много нѣщо отъ него. Това движение на прѣститѣ