

расте посадената отъ васъ семка или нѣма да израсте, това да не ви смущава. Направете упражнението спокойно, тихо, съ разположение.

Сега ще говоря върху навика. Навикътъ въ човѣка се създава при прилагане или работа съ две величини: положителна, която се изразява съ частицата „да“, и отрицателна — съ частицата „не“. Значи, навикътъ въ човѣка се създава съ „да“ и съ „не“. Запримѣрь, вие обещавате на нѣкого, че ще му услужите нѣщо. Услугата се заключава въ това, да станете въ 4 ч. с. и да отидете въ с. Драгалевци, да свършите нѣкаква работа. Вие сте дали обещанието си презъ деня, когато вѣнъ е било свѣтло, слънцето е грѣло. При това положение не сте мислили, че сутринъта ще бжде тъмно и ще се страхувате. Обаче, ставате сутринъта въ 4 ч., гледате, че вѣнъ е тъмно още. Вие веднага се разколебавате и отказвате да изпълните обещанието си. Казвате: Не, не мога да отида на Драгалевци, страхъ ме е. Значи, вие не сте господаръ на страха въ себе си, не можете да го преодолеете. Въ случая вие сте обсебени отъ страха и не можете да се освободите отъ него. Щомъ изпаднете нѣколко пжти подъ влиянието на страха и не изпълните обещанието, което сте дали на нѣкого, вие ставате страхливи, губите вѣра въ себе си, и по този начинъ си създавате лошъ навикъ. Тѣй щото, чрезъ последователно поддаване на нѣкоя отрицателна си-