

въ 12 ч., ще вдигнете главата си, ще спуснете краката си надолу, ще се изправите къмъ изтокъ и ще си кажете: Азъ съмъ господарь на времето си и ще го използвамъ, както намирамъ за добре. Щомъ кажете така, ще възприемете една хубава, свѣтла мисълъ отъ невидимия свѣтъ. Следъ това легнете съ мисълта да станете въ два часа. Като се събудите въ два часа, станете пакъ по сжщия начинъ и се изправете къмъ изтокъ. Ще получите още една свѣтла мисълъ. И този пътъ ще дойдатъ изкушения, но ще гледате и тѣхъ да преодолеете. Като приемете хубавата мисълъ, запишете си я и пакъ легнете съ желание да станете въ четири часа. Въ четири часа ще се събудите, и пакъ ще дойдатъ изкушения, но ще гледате да ги преодолеете. Ще станете по сжщия начинъ, както първия пътъ, и ще се изправите къмъ изтокъ, докато получите трета свѣтла мисълъ.

Този опитъ ще правите въ продължение на цѣла седмица. Той не ви се дава за цѣлъ животъ. Важно е да правите редъ усилия, докато придобиете добри навици въ себе си. Развитието на добри навици въ човѣка е първото условие за усилване на волята. Не се иска много отъ васъ, обаче, съзнателно трѣбва да работите. При този опитъ ще ставате по три пъти презъ нощта въ продължение на една седмица. Нѣкои ще се уплашатъ да не се източатъ отъ това често ставане и прекжсване на съня. Тѣ мислятъ така, защото не знаятъ, че силата