

цетъ си на слънчевия вжзелъ, или на мѣсто-
то, дето е болката, и ще видите, че следъ из-
вестно време положението му ще се подобри.
Всѣка болка се дължи на натрупване на из-
лишна енергия на известно мѣсто по тѣлото.
Натрупването на тази енергия предизвиква
известно напрежение въ нервната система. За-
да се махне болката, тази енергия трѣбва да
се разрежи. Щомъ енергията се разрежи,
кръвта почва да циркулира правилно по
цѣлия организъмъ, и положението на болния
се подобрява. Ако натрупалата се енергия
не се разрежи, кръвта мжно циркулира по
тѣлото, вследствие на което се образува
триене, търкане на тия мѣста. Болниятъ усѣ-
ща голѣми болки, нервно възбуждение, което
лѣкаритѣ наричатъ възпаление.

И тъй, човѣкъ трѣбва да пречисти кръв-
та си, ако иска да подобри своя животъ. Кръв-
та може да се пречисти главно съ чисти ми-
сли и чисти чувства. Чиста мисль, чисти чув-
ства уравновесяватъ силитѣ на човѣшкия ор-
ганизъмъ. Съвременнитѣ хора сж изгубили
своето равновесие и трѣбва да го възстано-
вятъ. Не е лесно човѣкъ да се справи съ
енергиитѣ на своя организъмъ. Обаче, сжще-
ствуватъ редъ методи за възстановяване
на вътрешното равновесие въ организма.
Като методъ за придобиване на това равно-
весие, индуситѣ препоръчватъ съзнателна ра-
бота за развиване на ума, сърдцето и волята
на човѣка. Когато развие тѣзи велики сили