

за освобождаване отъ този вътрешенъ пессимизъмъ.

Като ученици, вие трѣбва да бждете будни, да се стремите къмъ запазване здравето състояние на организма си. За тази целъ, като ходите на екскурзии, избирайте ония мѣста, които сж добре огрѣвани отъ слънцето. Това сж южнитѣ склонове на планината. Почивате ли на севернитѣ склонове, има опасностъ отъ простуда. Изобщо, седнете ли нѣкжде на почивка, избирайте такива мѣста, които да ви разполагатъ приитно, да чувствувате разположение. Когато сѣдате на земята, дръжте съзнанието си будно, защото всички болести се дължатъ на разсѣяностъ въ съзнанието, на прекъсване на връзката въ съзнанието. Съмнението, запримѣръ, макаръ и психическа причина, предизвиква прекъсване на съзнанието. За да не заболява човѣкъ, съзнанието му трѣбва да бжде или съвсемъ будно, или никакъ. Забелязано е, че хора, които не мислятъ, които не се безпокоятъ, не заболяватъ. Значи, въ всички случаи на живота си, човѣкъ трѣбва да бжде или съ свършено будно съзнание, или свършено да се абстрахира отъ онова, което върши. Природата не търпи срѣдни положения. Когато съзнанието на човѣка е будно, той е на бойното поле, на първа линия, дето очаква неприятеля си. Ако неприятелътъ му го нападне, той веднага е готовъ да го отблъсне.