

бове; ако и бѣлитѣ дробове не я използватъ правилно, и мозъкътъ не може да я възприеме и преработи, както трѣбва. По този начинъ възприета, храната не може да ползува човѣка. Въ този смисълъ, храносмилането е важенъ вътрешенъ процесъ. Не е достатъчно само да се нахрани човѣкъ и да мисли, че процесътъ е завършенъ. Той трѣбва да държи съзнанието си будно, докато цѣлиятъ процесъ въ него се завърши. И следъ това, ако е ялъ правилно, той ще почувствува въ себе си вътрешенъ гладъ, едно приятно разположение къмъ яденето. Не е ли извършенъ процесътъ правилно, той ще седне предъ трапезата да се храни и ще каже: Ще ямъ, защото трѣбва да се яде, но не съмъ разположенъ нѣщо, не ми се яде. Не се ли храни правилно, човѣкъ може да изчисли, следъ колко години ще се яви нѣкакво разстройство, нѣкаква дисхармония въ организъма му. Ето защо, съвременнитѣ хора трѣбва да проучаватъ новитѣ разбирания за храносмилането.

При изнасяне на тия истини, човѣкъ понѣкога се намира предъ опасностъ да изгуби присѣствие на духа. Който губи присѣствие на духа си, той се намира въ положението на онзи юнакъ, когото товарятъ прѣко силитѣ. Турятъ на гърба му най-напредъ единъ килограма и постепенно увеличаватъ до сто и повече килограма. До колко килограма може да носи единъ юнакъ на гърба си? Надмине ли товарътъ сто килограма, юнакътъ чувствува вече тежестъта му. Всѣки трѣбва да знае, колко килограма може да носи на гърба си. Умниятъ човѣкъ познава своята сила. Въ това отношение той прилича на изворъ, който постоянно се излива. Защо се излива изворътъ? — За да не се претоваря. Дойде ли неестествено увеличение на водата въ него, той започва да прелива. Както се товари единъ изворъ съ вода, така и човѣкъ трѣбва да се товари. Той не трѣбва да взима товаръ повече, отколкото може да носи. Изворътъ представя една естествена мѣрка. Нѣкой казва: Какъ трѣбва да върша работата си? — Както изворътъ. — Колко трѣбва да се товари? — Колкото изворътъ. — Колко трѣбва да давамъ? — Колкото изворътъ. — Колко трѣбва да взимамъ? — Колкото изворътъ. — Кжде трѣбва да се вливамъ? — Въ най-голямото море. — Отде трѣбва да мина? — Отдето искашъ,