

## Новиятъ законъ

Съзерцание.

Днесъ всички хора искатъ да бждатъ физически здрави. Тѣ казватъ: Здравъ духъ, въ здраво тѣло. Физическото здраве се обуславя отъ два елемента: отъ въздухъ и отъ храна. Следователно, ако диша правилно и ако се храни правилно, човѣкъ ще бжде здравъ. Дишането и храненето сж два процеса, които сжществуватъ и въ духовния свѣтъ. Вжтрешната или духовна страна на дишането е правилното мислене. Вжтрешната, духовна страна на храненето е правилното чувствуване. Значи, между дишането и мисленето, както и между храненето и чувствуването сжществува тѣсна вжтрешна връзка. Ако дишането не се придружава отъ вжтрешна мисълъ, и ако храненето не се придружава отъ вжтрешно чувство, тия два процеса не се използватъ правилно. Обаче, ако човѣкъ свърже дишането съ стремежитѣ на своя умъ, а храненето — съ стремежитѣ на своето сърдце, и двата процеса ще се извършатъ правилно и ще иматъ добри резултати. Тогава можемъ да кажемъ, че всѣки човѣкъ, който отъ една страна диша