

Това е единъ отъ практическитѣ методи за самовъзпитание. Първата задача на ученика е да възпитава ржката си, за да може правилно да възприема и предава енергиитѣ на природата. Като възприема и предава правилно тия енергии, той трѣбва да благодари на Провидението, че му сж дадени ржце, чрезъ които може да хваща предметитѣ и да работи. Може ли следъ всичко това да се оплаква нѣкой, че е гладенъ? Щомъ има ржце, съ които работи, и глава, съ която мисли, човѣкъ никога не може да бжде гладенъ. Докато мозъкътъ е активенъ, ржцетѣ и краката сж въ постоянно движение. Ржцетѣ играятъ важна роля въ човѣшкия животъ. Като знаете това, възпитавайте ржцетѣ си да действуватъ правилно.

Бждещето възпитание ще започне, именно, отъ ржцетѣ. Въ бждеще майкитѣ и учителитѣ ще обръщатъ особено внимание върху ржцетѣ, върху тѣхната чистота. Ноктитѣ сжщо трѣбва да бждатъ чисти. Като се постигне външна чистота, вниманието на родителитѣ и на учителитѣ ще се спре върху хармоничнитѣ движения, които човѣкъ прави съ ржцетѣ си. Сжщо така по ноктитѣ не трѣбва да има никакви петна, бѣли или черни. Бѣлитѣ петна по ноктитѣ показватъ анормалностъ въ нервната система. Щомъ се махнатъ бѣлитѣ петна, състоянието на нервната система се подобрява. Бѣлитѣ петна по ноктитѣ сж подобни на петната на слънцето. Колкото повече петна има