

да трансформирате състоянието си по нѣкакъвъ начинъ, чрезъ движения, чрезъ ядене и т. н. Забелязано е, че яденето уравновесява силитѣ въ човѣка. Видите ли, че двама души се каратъ, дайте имъ да ядатъ. Щомъ започнатъ да ядатъ, спорътъ престава. Значи, храната съдържа въ себе си такива елементи, чрезъ които смекчава грубитѣ и отрицателни сили въ човѣка.

Кога се каратъ хората? Коя е причината за недоразуменията и несъгласията въ човѣшкия животъ? Ако проследите всички причини за спорове и недоразумения, ще видите, че тѣ иматъ материаленъ характеръ и произходъ. Никога духовна причина не може да предизвика недоразумения. Думитѣ, отъ които хората се обиждатъ, съдържатъ въ себе си такива елементи, които предизвикватъ противоречия и недоразумения. Тѣ събуждатъ гнѣва, честолюбието, гордостта, щеславието на хората, вследствие на което развалятъ отношенията имъ. Има думи, които обиждатъ, но има и такива, които радватъ човѣка. Запримѣръ, ако кажете на нѣкого, че е лицемѣръ, подлизурко, той ще се обиди. Кажете ли му, че е добъръ, способенъ, гениаленъ човѣкъ, ще се зарадва. И въ единия, и въ другия случай, вие сте засегнали нѣщо материално въ човѣка.

Като знаете силата на думитѣ, добре е при самовѣзпитанието да си служите само съ такива думи, които повдигатъ и облагородяватъ, както васъ, така и ближнитѣ ви. Защо