

се свиватъ чрезмѣрно и причиняватъ редъ болезнени състояния. Никога не дишайте презъ устата си, защото капиляритѣ на дробоветѣ се свиватъ. Приемайте въздуха презъ носа, за да се пречисти и стопли. За това помага лигавата ципа и течностъ въ носа. Пийте топла вода, дишайте дълбоко, но презъ носа, за да запазите здравето си и да се лѣкувате, ако сте заболѣли отъ нѣкаква болестъ. Опасно е за човѣка, когато капилярнитѣ сѣдове се разширяватъ повече, отколкото трѣбва, безъ да могатъ да се свиватъ; опасно е сѣщо, когато се свиватъ повече, отколкото трѣбва, безъ да могатъ да се разширяватъ. Състоянието на човѣка е здравословно, когато капилярнитѣ му сѣдове се свиватъ и разпущатъ правилно и ритмично. За да успѣва въ живота си, човѣкъ трѣбва да знае, кое мѣсто може да заеме въ природата, та работитѣ му да вървятъ успѣшно. Въ природата, както и въ живота, има хармонични и нехармонични точки, отъ които зависи успѣхътъ на човѣка. Нѣкой пѣвецъ, музикантъ или ораторъ излиза на сцената, и публиката го харесва, остава доволна отъ него. — Защо? — Защото е попадналъ въ една отъ хармоничнитѣ точки на природата. Не може ли да попадне въ една отъ тѣзи точки, публиката ще го освирка и свали отъ сцената.

Законътъ за хармоничнитѣ и дисхармонични точки въ природата има отношение и къмъ молитвата. Човѣкъ не може да се моли на всѣко мѣсто. Най-напредъ той трѣбва