

здравъ, трѣбва да диша чистъ въздухъ, да пие чиста вода и да се храни съ чиста, лесномилаема храна и никога да не преяжда.

Въздухътъ има отношение къмъ човѣшкия умъ, водата — къмъ живота, а хлѣбътъ — къмъ човѣшката воля. Като знаете това, ценете въздуха, водата и хлѣба, както цените ума, живота и волята си. Като отчупите парче хлѣбъ, кажете си: Благодаря Ти, Господи, за хлѣба, който си ми далъ. Искамъ да бѣда чистъ и устойчивъ като житното зрънце. Вие ядете хлѣбъ, безъ да мислите за отношението му къмъ вашата воля; пиете вода, безъ да съзнавате отношението ѝ къмъ живота, както и къмъ вашето сърдце. Като пиете вода и се разхлаждате, кажете въ себе си: Както водата разхлажда, така и моитѣ чувства да разхлаждатъ и освежаватъ уморения и жаденъ пѣтникъ. Ако произнасяте тѣзи думи всѣки день, сърдцето ви ще се обнови. Това е единъ отъ методитѣ, съ които си служи природата за подмладяване на човѣка и за повдигане на неговия духъ. Чрезъ храната човѣкъ възпитава волята си, чрезъ водата — сърдцето, а чрезъ въздуха — ума. Това всѣки е изпиталъ и провѣрилъ. Чистата храна усилва волята, чистата вода — сърдцето, а чистиятъ въздухъ — ума. Дишайте чистъ въздухъ, за да опрѣсните мислитѣ си. Поетитѣ сж писали най-хубавитѣ си произведения при вдѣхновение, получено съ красиви картини на природата.

Желая ви, още днесъ Христосъ да влѣзе съ своята ослица въ вашето тѣло, както едно време влѣзе съ ослица въ Ерусалимъ. За нѣкои Христосъ е дошълъ само до Иерихонската гора, не е могълъ да слѣзе даже до селото, защото нѣматъ съответна за Него ослица. Оттамъ Той се върналъ назадъ. Следъ всичко това хората очакватъ Христа, да слѣзе на земята да ги възкреси. Ще възкрѣснете, но ако сте осела, който никой не е възсѣдалъ, освенъ Христосъ. Това значи, да имате чисто, непорочно тѣло. Тѣлата на сегашнитѣ хора сж нечисти, а трѣбва да станатъ абсолютно чисти. Докато не се пречистятъ, не може да става въпросъ за възкресение. Потѣта на повечето хора е отровна, пълна съ нечистотии. Такава е и кръвта имъ. Това показва, че тѣ не ядатъ чиста храна, не пиятъ чиста вода и не