

Вървате ли сега, че не са живѣе безъ въздухъ ?

Безъ въздухъ наше-то тѣло никоги нѣма да са стопли, какво-то не са стопля една пещь, която не може да гори.

Кога-то запалимъ пещь-тж (собж-тж), ный гледаме въздуха да може да влазя свободно въ пещь-тж; зашто-то безъ въздухъ пещь-та ще угасне и стая-та ни не ще са стопли.

Сжщо-то става и въ наше-то тѣло. И въ него постоянно става горѣне, отъ кое-то са топли тѣло-то. Наше-то тѣло отъ таж странж прилича на една пещь, която гори непрѣстанно и въ коиж-то влазять, на мѣсто дръва, ястиета. Като вкарваме въ себе си въздуха съ джханіето си, този въздухъ са съединява съ приеты-тѣ ястиета и подкрѣпѣ горѣне-то вжтрѣ въ насъ, та топли тѣло-то ни. Кога-то изгори приета-та храна тогава почевать да горжтъ части-тѣ на тѣло-то кое-то не са случава съ пещь-тж. Само по-това са отличава пещь-та на тѣло-то ни отъ камънж-тж пещь.

Като не приема хранж отвънъ, а продължава да джха, болныя гори съ джхане-то си части-тѣ на тѣло-то си, и малко по-малко испусталава.

По този начинъ топлина-та на наше-то тѣло излазя отъ горѣне-то, кое-то става постоянно въ насъ. Това като знайме, ный ще разбиремъ много нѣща отъ нашия животъ.