

земята? Знаете ли, какви обещания сте дали на Бога? Спомнете обещанията си, които сте дали нѣкога въ душата си и се върнете къмъ Онзи, Който ви е далъ всичко.

Бждете благодарни на малкото, косто ви се дава. Никжде въ Божествената книга не е писано, че човѣкъ трѣбва да се храни съ кокошки, съ агънца, съ прасета. Въ Божествената книга е писано, че човѣкъ може да яде отъ всички плодове, освенъ отъ плодоветъ на забраненото дърво. Ще кажете, че ви е нужно масло да опражите картофите, да се пооблажите. И това не е писано въ Божествената книга. Защо да не ядете картофите, сварени въ вода и осолени? Днесъ много хора грѣшатъ по причина на яденето. За да задоволятъ изискванията на стомаха си, тѣ сж готови на всичко. Тѣ продаватъ и въруюто си, и убежденията си, само да задоволятъ стомаха си. Здравето и силата на организма не зависятъ отъ пишната храна. Чистиятъ и естественъ животъ освобождава човѣка отъ излишъците, а съ това и отъ много мжнотии. Като говоря за естествената храна, азъ нѣмамъ намѣрение да ви налагамъ моето разбиране за храненето, но обръщамъ вниманието ви, да употребявате такава храна, каквато обичате и която понася на организма ви. Какъвъ смисълъ има, нѣкой да стане вегетарианецъ и постоянно да поглежда къмъ месото, да съжбялава, че се е отказалъ отъ него? За предпочитане е да си остане месоядецъ, отколкото да бжде вегетарианецъ и да се измжчва. Когато промѣните режима на храненето и на живота си, правете опити, да видите, какъ ще ви се отрази промѣната. Ако се отрази добре на организма ви, следвайте я. Въ противенъ случай, върнете се къмъ стария начинъ на животъ и на хранене.

Единъ господинъ, следъ дълго употребяване на тютюна, решилъ да се откаже отъ него. Известно време той се въздържалъ и не пушелъ, но станалъ толкова нервенъ, че постоянно се сърдѣлъ на децата си и на жена си. При най-малкото разгнѣвяване той набивалъ децата си, но пакъ не могълъ да се успокои. Най-после жена му казала: Вмѣсто да се гнѣвишъ, да биешъ децата и да изразходвашъ напраздно нервна енергия, по-добре започни отново да пушишъ, та да се успокоишъ. Човѣкъ трѣбва да прибѣгва само до такъвъ режимъ въ