

тойна за состояніето на здравіето. Особливо употребленіе на животныте или растителны вещества, премѣнява сосъ единъ достозамечителенъ начинъ силыте на мышците, живостта и красотата на кожата и дѣйствието умственно.

Въ нашій климатъ за да живѣе нѣкой добръ треба да яде почти толко месо колкото травы. Возрастъ-атъ може да промѣни тая аналогія. Дѣцата които иматъ тѣлосложеніе кровно животно и задрознително треба да ядатъ много тревяны; а они що иматъ тѣлосложеніе лемфатическо иматъ потреба отъ меса крѣпки и питателны и отъ віно силно. Но вообще треба да размѣщава всякій веществата най управителныте на месото съ веществата умерчателны на растѣніята.

Такожде отъ питіето судиме за достоинство отъ всыте други истата вода и на добро качество. За да угасиме жадостта можеме да я присъчеме съ една четверта часть віно или съ едно правваніе оцетъ.

14. „Храните треба да ся размѣняватъ споредъ климатыте, годишныте времена, возрастыте, полове и здравственното состояніе на атомыте.“

Това начало е просто и не има потреба отъ пространно развитіе, Климатите иматъ толко големо вліяніе верху економіята