

ся роди дѣте-то здраво, да ся отгльда естествен-
но, и да живье человекъ рядовно и нравственно.
Тврьдѣ криво мыслять, кои-то сякаты, че само кога
наягкне дѣвойка-та, тогава едва е врѣмя да ѳ ся по-
грыжаты и да ѳ польстятъ на хубость-тж и да ѳ и-
стѣнчатъ дражесты-ты. Кой-то до тогава е оставилъ
на нехайство всичко, что трѣбувало да ся пра-
ви за хубость-тж, той напраздно ще ся труди испослѣ.
Еще прѣди рожбж-тж и въ врѣмя на рожбж-тж трѣбува
да ся има на умъ, че здрава майка и здрава рожба,
отгльдана спорядъ здравословны-ты законы, сж прѣвы-
ты условія за естествено-то льстеніе на хубость-тж.

Урядный животъ и откамъ тѣло-то и откамъ ду-
шж-тж много спомага на развитіе-то на хубость-тж. Мы
вече знаемъ, че храна-та има голѣмо вліяніе възъ раз-
витіе-то, формы-ты и възъ шяра както на растенія-та,
така и на животны-ты. Погльднѣте едно-то, блѣдно-то
и хлопясало-то лице на единъ сиромыхъ, а отъ другж
странж погрознѣлы-ты формы на млады хора, кои-то ако
и да были родени хубави, погрозили ся съ несвѣсно ѳ-
деніе и піеніе, съ распустенъ женкарскый животъ и съ
лѣнность, на щете разумѣете колко е силно вліяніе-то
отъ хранж-тж и отъ рядовный животъ възъ тѣло-то.
Колко-то за въпроса: каква ли храна поноси най-добрѣ
на хубость-тж, нѣкои си физиолози искать да увѣрятъ,
че тяжка-та и тврьдѣ много мясна-та храна подивявала
и тѣло-то и душж-тж, а наопаки тврьдѣ много-то ра-
стителна храна омягчявала характера на человекъ и по-
носила и на хубость-тж. За това и казвать, че най-
много хубавы хора имало у народы, кои-то ся помину-
вать съ земледѣліе.

И добро-то нравственно поведеніе помага не малко
на хубость-тж; то подава на лице-то живость, на по-
гльда плѣнителность и серіозность на хыленіе-то еднж