

тойна за состояніето на здравіето. Особливо-то употребленіе на животните или растителны вещества, премѣнява съсь единъ достозамечителенъ начинъ силите на мышците, живостъта и красотата на кожата и дѣйствието умственно.

Въ нашій климатъ за да живѣе нѣкой добръ треба да яде почти толко месо колкото травы. Възраст-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 размѣшава всякій веществата най управителныте на месото съ веществата умерчителны на растѣніята.

Такожде отъ питіето судиме за достойно отъ всыте други истата вода и на добро качество. За да угасиме жадостъта можеме да я присѣчеме съ една четверта часть віно или съ едно цравваніе оцетъ.

14. „Храните треба да ся размѣняватъ „ споредъ климатыте, годишныте времена, „ возрастыте, половете и здравственното „ стояніе на атомыте.,,

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