

имена-та; всяко орждіе си врьши по еднѣ своѣ работѣ, а всиѣкы заедно врьшять едно — да въскрѣпятъ живота у чловѣческый организмъ. Нїе смы разбрали само по-ядры-ты работы на организма, а еше не знаемъ хыляды дребны, отъ кои-то всяка една е потрѣбна за живота. Ако ся учимъ има да разберемъ повече, нѣ всиѣко не знажть и най-уче-ны-ты хора. Господь е устроилъ чловѣка така мждро, что-то хора-та ся учять, учять — и пакъ до сега еше не мо-жть да разбержть напълно, какъ е устроенъ той!

Ј. Г.

ЗА ОТГЛЯДВАНІЕ ДѢТЦА ДА БЖДЖТЬ ЗДРАВЫ, СИЛНЫ И ДЛЪГОВѢЧНЫ.

(По Д-ра Г. Н.)

ф

Здрави-ти и силни родителіе, особно силна-та и ра-ботна майка всякога ражда по-здравы и по-ягкы дѣтца, а не слабомощна-та, лѣнива-та и сгынава-та; а срѣднєвзрастна-та майка всякога ражда по-ягкы дѣтца, а не тврьдѣ млада-та или стара-та.

Добро-то пазеніе на майкѣ-тѣ догдѣ е трудна е главно-то условіе за здравіе-то и ягкоть-тѣ на дѣте-то: а непазеніе-то веднага го сгръчва и осакатява еше въ зачатіе-то. Най-много врѣдять: дышяніе у затворены-ты стаи; тѣсны-ты, топлы-ты и тяжкы дрехы; горящы-ты и распалителны ястія и питія; запичяніе; неработаніе, или много работаніе, а особно сгръчено сѣденіе, или сжще така и бръзо ходеніе, тръченіе, скачаніе и всяко напичаніе; сжще така и тръсканіе или друсаніе на кола въ пжть; слѣдъ това неспаніе както и много спаніе особно у топлѣ стаи и всякакво душевно без-покойствіе, особно: ядосваніе и страхъ. Отъ всиѣко това трѣб-ва да ся пази всяка майка, коя-то иска да роди здраво и силно дѣте.

Съ вѣщо гяданіе и слабо-то дѣте става силно, а съ невѣщо-то загынѣва и най-силно-то. Тая вѣщина ся състои повече-то у недвиженіе, отъ колкото у много движеніе.