

и расходка-та послѣ обѣдъ уморява много повече отъ колко-то еднаква-та съ неж прѣди обѣдъ, като прѣдполагаме само, че не ся е явилъ пакъ силенъ гладъ. Кой-то изведнаждъ послѣ обѣдъ ся захваща за умственнѣ работѣ, той въ наказаніе за това тѣй слабѣе вечеръ, подырь безмѣрны-ты усилія, что-то става неспособенъ за продължителны умственны заниманія. И тѣй послѣ яденіе-то необходимъ е покой-тъ.

Всякой органъ, всяка чясть отъ тѣло-то ни въ врѣмя на своѣ работѣ, става като че ли е господарь надъ другы-ты чясти отъ тѣло-то, сир. остангло-то тѣло ся намира въ зависимость отъ работный органъ и трѣбува съ него да ся съобразява. Кога-то стомахъ-тъ меле хранж-тѣ, и той такожде испльнява „работѣ“ съответственнѣ на силы-ты му и далечъ немаловажнѣ. Остангло-то тѣло трѣбува да ся съобразува съ него и да не работи съ другы-ты си чясти въ това врѣмя. Това ся относя и къмъ нозѣ-ты и къмъ главж-тѣ. До кога-то нѣкой органъ ся намира на работѣ, къмъ него тичя много кръвь; въ работающы-ты чясти на тѣло-то, въ врѣмя на работѣ-тѣ, прилива кръвь-та, тѣй мускули-ти ся плънять съ кръвь, кога-то человекъ бѣга или ся упражнява въ гимнастикѣ, — бѣлый дробъ — кога-то силно дыша, стомашны-ты стѣнници и другы-ти пищеварителни органи, кога-то ся меле храна-та, главный мозкъ, кога-то человекъ размышлява. Таквъ приливъ отъ кръвь принося ползж на наше-то тѣло: чрѣзь кръвь-тѣ ся възнаграждать станжлы-ты, отъ дѣятельность, неспособны вещества и нитѣнны-ты чястици на тѣлеснѣ-тѣ ткань. За това, може да ся каже, че кога-то ся напряга работающы членъ на тѣло-то, то той чрѣзь това напряганіе станува гладенъ и отъ кръвь-тѣ си иска хранж; за това много кръвь тече къмъ тыя чясти, кои-то ся напрягать; а тыя чясти отъ напряганіе-то ся укрѣпывать, получявать по-добро храненіе. Ето причина-та, по кож-то тѣло-то не може да служи въ едно врѣмя на двама господаре. Както мы не можемъ въ едно врѣмя да отидемъ къмъ истокъ и къмъ западъ, тѣй и кръвь-та, что ся намира въ тѣло-то ни, не може въ едно врѣмя да ся движи въ тѣло-то по различны посокы.

Гдѣ-то ся не мари къмъ естественнѣ-тѣ потребности за покой послѣ обѣдъ, то влѣче слѣдъ себе си най-лошы