

ЧУДЕСАТА на

ЧОВЪШКИЯ



ОРГАНИЗМА

Животворната сила

Всёкогъ от нас, млади деца, може лесно да разпознае едно живо от едно умирало тяло. Едното се движи, гледа, мисли, дава глас, крачи се, чува, а другото лежи неподвижно и нищо не може да даде прилика за живот. Катогава въпросът е: какво е животът? Какво е неговото атомно ядро? Каква е особена сила, която го кара да прилика по желязата полна да си хруска сонната трева и да посегават съ кротави си очи напълно си. Когато погледим пресеке гърлото му и невидната кръвната пиперка: на колко — тогава сърцето му престана да тупти, диханието му спира, очите му се затварят.



ПЪРВА ПОМОЩ

КРЪВОТОЧЕНИЕ

Кръвотечение от някое място на човешкото тяло може да се сприне на само три начина. Мисно често децата страдат от кръвотечение във носа, сърцето и др. — при преумора, горещина или различни болести по тия пътища. Намършаване, сълзи и напращане държат от тия глътни кръвотечения най-често. Ако някой починал се е заляпал на гърлото жадно носо — тогава винаги не постои никаква кръв от носа и изтичане.

Налга се външно спонестост при всяко голямо кръвотечение. Лежи се на гърба и се мачка. На челото да се постави мокра, хладка кърпа. Във вътрешността на носа се поставя кърпа, или нитче, напоено с измъкната вода, или с стиснат пръст или друго изкобелване, напр. дитинговият разпор.

Ако кръвотечението не спира или се увеличило, трябва бързо

рвати и краката му се движат повече. Силата на живота (животворната сила) — голямо значе и сила повече да действа върху тялото му. Така то се е превърнало от живо въ вътрешно. То е излязло.

Тази животворна сила, която се нарича енергия и душа, се измерва въ всяка желязна клетчина на животин и растения. Тя управлява и регулира всички органи и всички движения, които вече изключат въ живалите години на и. „Здравей. Здравей, която гърмата, се превръща на кръв само чрез тази животворна сила, тя поддържа голямото (жизнотворно) въ клетките на хранителните частици, тя започва тялото и му дава сила и енергия за работа, за учене, за игра и за игра. Когато тялото е здраво и въ изправност, тогава и тази животворна сила действа правилно и редовно. Съ всички системи на хранителната тръба да поддържа, дари и борба, тяло и душа, да да напредват, както въ учението си така и въ всяка работа. Само така те могат да доживят дълги години — без да боледуват и страдат.

Д-р Н. Станчев

да се погледне алтарската помощ. При кръвотечението от стомаха и блити дробове, прикуряне със покриване на кръвта трябва да се постави болест и мачване. Нещо не бива да лежи на тило спонестост и мачване. Нещо не бива да лежи и тие до пристигането на алтар. Ако кръвта е жила, известна и със съзнанието — тя е бландрата и болна трябва да лежи на висока измъкната. Поставя се топло на краката или синява (жарданна) лана или козина. Може да изне 1 чина солена вода (с 1 супена лъжица готварски сол). Ако по-нататъшно е черно-кафено — то е от стомаха (стомаха рана). Тогава болна лежи на висока измъкната, нито не тие и на корема му се поставят студени кърпи или лед въ вътрешност. „Здравей, като добие те направи необходимост измъкни и тие далے наставени за алтене.

Стълбове на науката



Хипократът

е баша на медицината. Той е чирш по природата. Живел преди 2400 год. Нанасел е много медицински книги, от които и сега се ползват алтарите. Той е алтарил предан съ природните сили — слънце, въздух, вода и земя (дълбока храна). „Пророка та алтарил е казвал то.

Само така: „Болестите не си се струпват внезапно от нещото ноща а тв съ казват на малки гръдни сърце здраве“. Той е създавател на предната медицина, която взема мързи за здраве, преди то да се разстрои или разруши. В. Здравей се стреми да учи децата на здраве живот, тъй както Хипократ препоръчва.

РАНО ЛЕГАН — РАНО СТАВАЙ

Достатъчност съ е едно от най-важните условия за здраве.

Болестното води към забавяне на мозъка и нервите. Всички органи си почиват най-добре през време на спокойния сън. Децата трябва да спят 8 до 12 часа, а възрастните до 20 часа. Спаването преди полунощ е най-здорово. Децата трябва да заспават към 7—8 часа преди излизането към 9—10 ч. Това спаване поддържа здраве, запазва младостта и предпазва живота.

Ставането сутринта прави човека бодр и през цялата ден. Поникнатост, дълбоко знание и разположение при излизане на слънцето и най-благотворно влияние върху здраве. Измъкването въ ледо предпазва организма към забавяне.



ХРАНА И ХРАНЕЩЕ

Човешкото гориво

Някой мотор или парна машина не може да се пусне въ движение, ако не се постави въ какво гориво. Единствено измъкна и др. И животна човешка машина, не може да тръгне, ако не й се въка изкобелна храна — хляб, мляко, плодове и др. Храната е основата на животът. Тя главно поддържа здраве въ изправност.

Тя дава гориво за животворната сила, която управлява работата на всички органи въ тялото и дава енергия за всички нива, процеси.

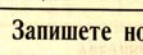
Много деца са разболени и не желаят да се хранят; все ищо не им се услажда, все ищо не желаят особени ястия — така когато разболени са. Но съ така едно полуглаване, организъмът отслабва, защитните сили срещу микробите намаляват и животворната сила умира.

За детската възраст най-подходящата храна е силната мляко, мляво, промислено (масло, сирене, кашкавал, отвари, лимон).



Хлябът разнава голяма хранителна сила: 100 гр. съдържа 8 грама въглехидрати, 1 гр. мазнина и 50 гр. въглехидрати (мазнини и захари), които разнават 250 калории топлина и енергия. Достатъчно е възрастните човъци да ядат 1/2, мляко хляб, а оставяте си мляко от храна да покрива съ други хранителни продукти — карфи, зеленчуци, плодове, мляко, мазнина, сирене, яйца и др.

Пълнозрявостта (череп) хляб е по-хранилствено и по-малко от хляб, защото съдържа почти всички хранителни вещества и хранителна сила на животното мляко, което се силна хляб, без да му се отстъпва тричет.



Запишете нови абонати!

обла, се пеще на него, пламъци и се гонят въ пещта въ нощ. Затова съ тогава покрива. И аз се чувствуюм съ-бодр и по-здрави! Азене, — сега е твой ред! — измъкни Весо.

Азене погледна русите си коси, погледа алтарите си и поше радостно.

Аз алтарил въ ученическия колония, при Варна. Децата, по цялото крайбрежие е картино, но тъй като не ли крие неизречена прелесть. Стануи, при които спят — то бисти като въ огнене сияние, а при лунна и мълни ноща сияе въ пестроцветна отражение.

И ние се омазихме на горещото слънце. Следва ноща поинакване и се разкопчават съ лодки към морето като ноща по околните хълмове.

Ходиме и въ Варна: градът е модерен, съ широка и прави



та и др.) яйца, орехи, бадеми, хляб, ориз, карфи, всички видове зеленчуци и плодове, месо, тиква, шириня, кетени, домати, моркови, мекени, сирфи, мармелад (особено шоколат) компоти, кози, макарони, банани, спанак и др. нощ). Тя съ лесно симпатизира; въкарът много защитна вещества (витамина и хранителни соли), чудесни благовония, аромати (захари и нишестета) и мазнина.

Суровите зеленчуци и плодове са много необходими за животворната сила. Тя е единствено съществена съществена храна! Също така и сонестот от тиква съ много полесие. Всяка лез здравната тръба да живее по чаша домати, морковци, крушкови, въглехидрати, домати и други въкобелни пръски. Всяко здраве трябва да живее по 1/2-1/3 мляко на ден и да взе достатъчно хляб и карфи. Тогава здраве и силата на тялото те се поддържа винаги въ пълна изправност.



улице, съ ясен и сонели стради. Великолепна е въорската градина, от която се открива чудесни погледи.

Посетиме и Алалжа — мостир, възлюбил въ градината силите. Въ каменната му жилища бегущите кадила и силите. Някога той биде скръпяване на наши нахлит.

Азене млява. Въ тоя момент се яваде учителът, Владимир Николов, и се приближи до тиква. И трепата ставата първа на хляб.

— Добър ден! — поздравиха го дружно т.

— Добре доша, — отвори той, — бладе здрав и силни!

— За отечеството! — добаи Весо.

Учителът продължи пасти си, а децата, доволни от видното и летото, доволни въ жилищата си.

Н. Сагов

Здрави и силни

Градината, при булевард на града, доскоро обсеждана, като напуштено гилато от птици, отново се оживи: закриха се ясени и голяма от ялтичави птици. Младите, че сега отидоха вече дошли и ластата каляла от хлябната, сляпото силно жар от сонното нощ. Пританото чело на Битова, издигнато към разсвета, б, бие често и безоблачно.

В ситаните, сонените деца, на прозорците на дла съседски кооперативни дома, се показва три десте глани. Азене се наведе от горния етаж, разнава родил въ въздуха и изниже:

— Слъбте доде се измъкне и поризкавте!

Тията друти, като стрели, измъкнаха ялтичави, пританави се и седнаха на една — градинска сянка.

Азене, който бие лоста по черилът от сляпачице пещ, рече:

— Нека всъщ от нас, да разпрана, кале и кале и акту.

Митко, който бузи бласка съ обгорил, загворил съ неслеп глас:

— Аз прекрехъ въ село Бито. Наистина, то се намира до София, но край него има толкова чудни места, казано рыхо се сриват въ други родни места. Аз и разлетих въ често сонитие нагоре, по силите на слънце. Понест, простря ръка само като на ладан, се желихте предъ нас. Отрече се сонитие ланата. Стоянката, Кинкеле, блики и ладени слани, гледиа полз самаче бегри. Ние желихте въ норами към широтата и въ оне-

тй въ горние паянзак на вътрешно от хубостите на българската земя.

Митко спри разнава си. Николко похвалителни листа се оториха от разклонения на дъгъ дън местен и вътрешно ги отнесе към булеварда.

— Аз пль, — повна Весо, бля въ Нисебурт, възвестил съ ладуната си брът. Градът е обаятелен от морето и чрез промък се сонира съ суната. При лунна или слънчева светлина, беготата ноща шир, промъкна различна бие: измъкна ту сини, ту морана, зелена или златиста.

Градът е млякъл, съ тиски и криви улици, съ стари лани тук-тама стари нова сградни. Въ него се намира много ялтичави църкви, натиано или полуразрушени от времето, или отчасти запалили. Саванът млякъл е съ сител и пещел. Всяка лез, пред