

Fullkomlig blodcirkulation

Hårt åtsittande gördlar förbättrar inte kroppsformen. En av de viktigaste beståndsdelarna i kroppslig skönhet är symmetri, det vill säga att de olika kroppsdelarna är harmoniskt proportionerade. Och den riktiga modellen för en välutvecklad kropp finner man inte i de former som franska mannekänger visar upp, utan hos de människor som utvecklats genom ett liv i lydnad för Guds naturlagar. Gud är ursprunget till allt som är vackert, och det är bara när vi rättar oss efter hans ideal som vi närmar oss normen för sann skönhet.

Ett annat skadligt tillstånd som modet uppmuntrar till är den ojämna fördelningen av kläder, så att några kroppsdelar har mer kläder än vad som behövs, medan andra är otillräckligt klädda. Benen och armarna, som är längst bort från de livsviktiga inre organen, borde särskilt skyddas mot kyla genom att bli ordentligt klädda. Det är omöjligt att hålla sig frisk när armar och ben ständigt är kalla, för om det är för lite blod i dem så är det för mycket blod i andra delar av kroppen. En fullkomlig hälsa kräver en fullkomlig blodcirkulation. Men det kan vi inte få så länge den delen av kroppen där de livsviktiga organen sitter har tre, fyra gånger så mycket kläder som armarna och benen. – Såningsmannen, s. 250-251