

текохмесея тука, за да чуеме твои-те златни думы; днесъ ни приказа иѣкои малы но весма хубавы работы: и надѣвамеся че ще научиме и други много, за това доидохме скоро да не губиме время-то.

У. Вие сте добри и мирни ученолюбиви дѣца и за ради това си увѣравамъ, че ще се изучете, и станете добродѣтелни мужіе. Воистина, дѣца мои! человекъ не треба да губи время-то на празно, защото нашии животъ е касъ, и когда ще научиме только работы кои-то са намъ нужни? Римляне-те за да не губятъ время-то опредѣляваха одного человека да прочита, а они слышаха, когда бѣха на трапеза-та или въ баня-та. Но дѣца мои! первая должность е да пазе человекъ живота и здравіе-то си: да прочитаме, или да се учиме, и съ една рѣчь да имаме ума си упражненъ, тосъ часъ слѣдъ яденъ-то, весма е вредно на здравіе-то защото ястие-то не се смиза лесно.

Уч. Сега що треба да правиме?

У. Да се грижите за здравіе-то си, като укрѣплявате тѣло-то съ упражненіе-то: то есть съ трудове, но не съ усилены, но съ самоволны и радостотворны. Идете убо долу на двора да поиграйте: но игры юнашки и мужески сирѣчь на топъ (сфера), на тичанъ, на камень, на скачанъ и проч. Но внимайте, щото като се утрудите да си почивате; и когда сте утрудени или испотени хладна вода да не пиете защото можете да добьете чехотва