

mai vestite națiuni séu popóre, ajungu servi și de rîsulu tutuloru streiniloru! Așa Români, urîndu-se și făcîndu-și felurite rele unulu altuia, pentru a se'nbogăți și căpêta măriri de la streini, ajunseră de rîsulu tutuloru! Numele **Românu**, care pe timpul Marelor Domni: Mircea, Vlad Țepeșu și Stephan celu Mare, era o onóre pentru celu care-lu purtă, după vr'o sută ani de la mórtea acestoru din urmă doi eroi, ajunsese de batjocură, pentru cei ce se mai numiau astu-felu. Ori-care mai avea curagiulu să dică că e Românu, îndată se batjocurea și prada de ori-ce streinn. Nu puteai să dici: **suntu Românu**, și să nu fii îndată numitu, **mojicu**, prostu, séu **rêu crescutu**. Românu lu părea că nu mai are țără și drepturi în lume; căci fie care streinu ce venia în țera lui, se numia stăpânu; ér' pe Românu, îlu numea slugă supusă. Dintre toți streinii, Turcii își făceau de capu; căci după ce li luau banii, vitele, cêra și mierea, li mai luau și chiaru copilașii. Turcii îndatorisseră pe Români, ca din 10 copii să dee unulu loru, pe care îndată îi duceau în țera Turcescă, și-i turceau. Ș'apoi, după ce creșeau mari, îi făceau Eniceri séu soldați turcesci.

Cine-și mai poate închipui, cătu lacrime vêrsau biete le mame, vêdîndu-și copilașulu smulsu din braçe și dusu în țără streină, pentru a nu se mai întórce nici-o-dată?— Cine-și mai pôte imagină plânsulu și țipetele bieților frați și surori, când vedeau luându-se dintre ei, pe iubitulu loru frățioru?!—

Și tôte aceste se petreceau sub ochii unoru Domni mișei, trâmîși de Turci, după ce acestie li luau mari sume de bani. Dar' ôre banii de unde-i scoteau acești Domni?— Îi aveau ei în punga loru?— Nu; aceste sume mari de bani, totu de la bieții Români le luau; căci, acestoru Domni, nu li pása de Români, dacă au séu n'au; ei puneau biruri mari, și Români trebuia să plătescă. Și Români plăteau, așteptându țiuza mântuirei. Ei așteptau acea țu, în care unulu să dică: ai-deți, și cu toții să se scôle, pentru a-și căpêta drepturile de mai înainte. În acéstă tristă stare se aflau Români, atâtu cei din Moldova, câtu și cei din țera Muntenescă; când acelu unu, așteptatu de nenorociții Români, veni! Elu se numia **Mihaiu**; ér' pentru multele lui viteji, i s'a dîssu și **Vitezulu**.

33 Despre mișcare și odihnă. Cea mai folositoare mișcare pentru omu, este lucrulu séu munca. Ômenii cari ș'au petrecutu vieța lucrîndu cu onestitate, au trăitu de regulă mai multu, de câtu cei cari numai ședu, se preâmbă și nu lucréză nimică; căci trîndăviea este mórtea, ér' sirguința și munca, suntu isvórele vieței și fericirei. Mișcarea peste măsură, érá-și nu e sănătósă; pentru că ațîță prea multu puterile vieței, ne ostenesce prea tare și ne pôte causa bóle; pentru acéstă ne invéță proverbulu: „Ce e prea multu, nu e sănátosu.“

Somnulu.— După o îndeletnicire țilnică cu lucrulu séu munca, trebuie ca nóptea neapêratu să dormimu, pentru a căpăta noué puteri. Rêu facu ômenii cari-și petrecu noții întregi, stîndu la vorbă séu petreceri, fără a se repausă; dar' și aceia, cari se culcă érna cum înseréză, âncă nu facu bine; pentru că somnulu prea multu, trîndăvesce corpulu. Celu mai folositoru somnu, este celu dinnaintea mieșului nop-