

способны да пазятъ тѣло-то здраво, и да му да-
дѣтъ чевръстинѣ и силѣ.

Длъжны сми еще да са приучвамы да обрѣг-
вамы на топло и на студено, и на многовидны други
нужды и мѣнотѣи, като отбѣгвамы отъ лѣнность-
та и отъ многото мекушерство, кое то изнемощява
и разслабва тѣло-то, и го направля болничаво и
хлемаво.

Глава III.

Срѣдства, съ които може нѣкой да добые бла-
гополучіе-то.

Кой то са грыже за себе си, както рекохмы,
той благословно, може да са надѣе, че и въ тука-
шния животъ ще поживѣе благополучно и въ бѣ-
дныя' ще бѣде блаженъ. Благополучіе то на тука-
шния животъ не са состои да бѣди челѣкъ богатъ
и да има голѣмъ почетъ, но въ туй дѣто да има
душя мирна, спокойна и благодарна; защо то се-
ленина' и художника', кога то може отъ работа-та
на рѣцѣ-тъ си да живѣе лѣпно, кога то има
душя спокойна, кога-то е доволенъ на свое-то си,
тогази е благополученъ. Но за да бѣде нѣкой спо-
коенъ, и да са благодари, кое-то ще рече да е
благополученъ, трѣба да има слѣдующы-тъ.

Първо да бѣде добродѣтеленъ и праведенъ
въ дѣла-та си; защо-то злыя' или лошыя челѣкъ