

Kako se morate pri mizi spodobno vesti, lepo sedeti, počasi in čedno jesti, tega vas ne bom učil; to vam že povedó dobri stariši. Seveda poslušni morate biti, da ne bo treba večkrat ponavljati takih naukov. Vendar jedno smem pa tudi jaz še pristaviti. Ravno radi tega, ker je mlademu ljudstvu dobro jesti pa večkrat jesti tako prijetna zabava, si že sedaj nabirate v nebesih velike zasluge, ako si kaj pritrgujete v jedi, ako jeste le o gotovih



obrokih, jutraj, opoldne, zvečer in morda dvakrat vmes, ne pa kar ob vsaki priliki, kadar morete kaj dobiti. Posebno se varujte sladkarij, ki niso hasne zdravju. Sveti ljudje so se začeli postiti že v zgodnji mladosti. Z nobeno rečjo si človek tako zelo ne utrjuje svoje volje kakor z zmernostjo in postom. Saj so še celo pagani imeli modri pregovor: „Ne živimo zato, da bi jedli, marveč zato jemo, da bi živeli.“



Slovó.

Kolovrat je vrtela mati,
Ko sem jemal od nje slovó,
Oba začela sva plakati,
Ko sva podala si rokó.

V kosmičih zunaj je snežilo,
In stopil sem čez hišni prag;
Srce mi bridko je čutilo,
Kako mi domek bil je drag.

Fanica Vovkova.

