

можыны, и отъ сѣкквы зелены и не^срѣталы окошкы, а да
аде съ шекеръ печени ажжакы, и сладкы работы направени съ
крьшы, дялы и такыза, при тва оше да са отмахуѣва отъ су-
шены мяса, каквото пѣстжрма, сѣдждѣи, и отъ солениж рыбж,
отъ сыренѣе, тѣстави нѣща, айца съ масло, и дрѣги такыза
вредители на коремжтж; а на оиѣ дѣто нимж гѣржжтж чжрва-
та и дѣто ходатж повѣчето лесно по-вжиз, да не аджѣтж
никакж маѣко; вжрхѣ тѣ потрѣбно е оше да си варди нѣккой
си снажтж и нозетѣ отъ стѣдѣтж, да са облача доврѣ, и по-
вѣче на зимно време съ памѣчаны дрехы и фанелы и да са
разхожда спередж снажжтж си снаж; да отвѣгивѣва, както са
каза, употребаеньето на лютн пѣанѣж, и на кжго да речемж
трѣбѣва да аде нѣккой си, да пѣе и да са трѣди съ мѣркж сп-
редж снажжтѣ си сналы, да отвѣгивѣва все што може да мѣ-
докара на тѣло то безинаѣе, и каквж да е вредж н. болкж, и
свѣтъ вътѣ тѣл, добро нѣшо е и потрѣбно сѣдѣж аденжето
да пѣе нѣккой си малко лекж чай за помощь на сналаеньето, безж
да са зафаща тоѣ часж сѣдѣж аденжето на никаквж работж,
а ми да си попочини и мирѣса най малко половина часж; а за-
рань да не излазж нѣж кжшѣ съ празенж коремж предѣ да на-
прави единж малекж подхажжжж; да отвѣгивѣва скжрѣтж, гнѣ-
вжтж, страхжтж, и тѣмж прилични страсти, да тжрси сѣкогашж
охомостьтж и пригоджтж, и да са не смятаѣва потайно, да
смышлаѣва холерж и дрѣгы болесты; да не ходи често на ка-
ниж; и ако бы да са сѣвчи нѣкогашж да отиди, да мѣ е корем-
жтж празенж и скоро да излазж, защото ако вѣдзи нѣккой си
въ канжтж скоро подырь аденжето, ще предзове страшны бо-
лесты; и да си пѣща кржѣвь безж да не дотрѣбѣва нѣкогашж мало-
го, и безвреме да не знамачитители и сакителны цѣрѣе.

Кога има холера, на конто коремжтж е покржканж, и дрѣ-
скатж, да жжи сѣж ѣвреме да са погржжжтж да прѣсѣкжтж, и да
исправатж коремжтж си. При тѣл конто сѣж болѣави дозро е