

да си промыватъ дустата сѣсз стѣдена вода:
 да са разхѣждатъ по вѣнз по чистъ воздухъ,
 да препѣскатъ, да играатъ, да слѣзатъ изъ
 рѣтъ н да възлѣзатъ: като гдѣ да не чите
 нити да пиши, додѣ не са минѣ едина
 часъ или два.

Кога человекъ е наученъ на нѣщо си ѿ
 много време, ачи ище да са ѿтѣчи, не треба
 да са ѿстава ѿ веднѣждъ, ами по легка: и
 кога е попотенъ да са пази да не истини ѿ
 веднѣждъ, и да глѣда да мѣ са вынаги то-
 пли краката.

Ватастава человекъ кога малку са раз-
 хѣжда, и частъ си почива: кога не излѣза
 частъ по себе си, кога не истива зими и не
 са твѣрдѣ гораши лѣти: кога спи мирно и
 безъ смѣщеніе на магка постѣлька: кога не са
 скорби, и гдѣ частъ много клѣдки и тлѣсти
 нѣстїа и ги смїла.

Вапосталава человекъ, кога пїй топла вода,
 кога частъ са гораши, и са скорби: кога
 много ходи или препѣска, кога вѣлва или
 частъ излѣза по себе си: кога гдѣ кисали
 и стїпцави нѣстїа: кога гдѣ по малку и
 веднѣждъ на денѣтъ.

Когото