

члѣви-тѣ йматъ оумны-тѣ сілы безъ дѣйствіе , не сжъ остроумни, мечтáніе-то ймъ не ѣ живо , страсти-тѣ ймъ оумѣрени, пáмать безсіана , не мógатъ да оудѣржѣтъ за много вréмє внимáніе-то си на ёдно нѣщо, ѳтдалечáватъ сѧ ѳтъ всáкъ рáботѣ коá-то йска дѣйствіе, дерзновѣніе, й оупіранье.

Нікое дрѳго по много не мóже да паврѣди храчлѣвы-тѣ, ѳсвѣнь когá-то сѣдѣтъ въ мѣстá низки й влáжни, йлй мочорлѣви, въ пѣтища тѣсни й тѣмни, въ хізвы (магазы) влáжны, й въ зѣмницы. Храчлѣви-тѣ коñ-то сжъ йспáднали въ лішей, трѣба да йматъ кѣщи-тѣ на высóки мѣстá , гдѣто вóздѣхъ-ѣтъ ѣ й живъ, й сѣхъ, й по мѣстá тóпли.

Хлáдки-тѣ бány оубезсіаватъ много храчлѣвы-тѣ, за тѣхъ сжъ полѣзны рѣчны-тѣ бány. Трѣба да сѧ оублáчатъ лѣгко, полѣзни сжъ за тѣхъ сѣхн-тѣ трыеніа-та , трѣба да ѳтвѣгватъ коё-то мóже да ймъ докáра размѣстенье-то на кóсти-тѣ (кóккали) ѳтъ ёстѣственно-то оуправлѣніе.

На їденье-то си трѣба да оупотреблáватъ йлй много мѣсо-то на довітацы-тѣ, коñ-то сжъ на млáдый-ѣтъ си вóзрѣстѣ , трѣба да го оупотреблáватъ на трапѣзѣ-тѣ пѣчено, чорбѣ-тѣ на мѣсо-то, всічки-тѣ хранітелни й сіани їстїе-та, вїно-то зѣѣхъ-ѣтъ (пнтіе ѳтъ водѣ й йчѣмїкѣ) й проч. Не мóжемъ да предстáвимъ кóлко ѣ нѣжно на храчлѣвы-тѣ да набѣватъ склонѣніе-то коё-то йматъ кѣмъ-то мѣрзель-ѣтъ, й сѣдáтелный-ѣтъ живѳтъ. Родітели-тѣ áко йматъ срдѣства трѣба да ги дáватъ въ гѣмнастїчески-тѣ оу-