

тѣ ѿ на жени-тѣ , ѿ на єнїа кої-то не піжтѣ на трапѣзѣ-тѣ, ѿли подїрѣ трапѣзѣ-тѣ, ѿли піжтѣ на тѣжрдѣ малко, ѿ на єнїа кої-то ѿматѣ гѣстѣ крѣвь. Треба да пригледамы при тїа чи мокрі-тѣ истїе-та ѿ топлї-тѣ са смѣсатѣ по лєсно съ мокротї-тѣ на тѣло-то ни, нєжели сѣхи-тѣ ѿ студѣни-тѣ. За радї товѣ чорвѣ-та спомѣга много за да забрѣни ѿсѣх-ване-то ѿ твѣрдостѣ-тѣ на тѣлєсно-то мєсѣ. За радї товѣ є по хѣбава-та хранѣ за порѣсналы-тѣ ѿ за єнїа , кої-то ѿматѣ тѣлєсно-то си сложенїе сѣхо . Кѣлко-то по много порѣсвамы тѣлко-зи по много треба да оупотреблѣвамы сѣпѣ-тѣ. Тѣа хранѣ (сѣпа-та) много пѣти спомѣга на бѣлы-тѣ какѣ-то цѣрѣ пречѣденѣ на много ѣвстоѣтелства, на бѣлы-тѣ на жилы-тѣ, на бѣлы-тѣ на главѣ-тѣ, ѿли на стомѣхѣ-тѣ, на санджї-то, ѿ на нѣкои бѣлєсти на стомѣхѣ-тѣ.

По кої-то мѣстѣ вода-та не є хѣбава, тѣмѣ жи-тели-тѣ оупотреблѣватѣ зѣмѣ-тѣ, тѣѣ ѿ кої-то ѿматѣ лѣшавѣ стомѣхѣ, ѿ запѣшванїѣ-та, ѿли кої-то ѿматѣ тѣло-то си ѿсѣдѣно ѿ безѣ соковѣ. Хѣбавый-тѣ зѣмѣ треба да є чїстѣ неразмѣтенѣ (вїстѣрѣ) ѿ ѣть гѣрѣ покрьїтѣ ѣть пѣнѣ ѿ бѣлѣ ѿ лѣкѣ. Кѣга-то зѣмѣ-тѣ є мѣтенѣ тогѣва са познѣва чи не є хѣбавѣ.

„ Вїно веселїтѣ сѣрдѣце чєловѣка “ но не є дѣжрдѣ нѣжно за долгоживѣнїе-то, заѣко кої-то достїгна-ха вѣ дѣлѣбѣкѣ старинѣ не пїаха совѣмѣхѣ: заѣко є прїдїрено чи кої-то пїє много вїно, ѿли чѣсто, скѣ-