

чи́стимъ че́стичко снагѣ-тъ съ хла́дки ва́ни, ѿ да си
мы́емъ кра́ка-та въ хла́дкѣ водѣ, какво́-то ѿ рѣцѣ-
тъ, ѿ гла́вѣ-тъ, ѿ сички-тъ страны, ко́й то са́ и́сно-
та́ватъ мно́го.

По́зна́ваемъ чи́ стѣдѣ-тъ за́твѣръжъ поро́зы-тъ, ѿ
о́умала́ва, ѿли́ за́вѣра́нѣ неа́вно-то ѿза́и́шанье, ѿ по-
тъ-тъ. Мно́го спосо́би ѿма́ за да о́твѣ́гнимъ това́
смѣ́щеніе: пѣрви-тъ са́ да но́симъ зи́мѣ дре́хи-тъ,
ко́й-то тре́ба, ѿ да ги о́ста́ваемъ мно́го кѣ́сно, да не
приминѣ́ваемъ тѣ́такъ-си о́тъ е́ди́нъ стѣде́нъ вѣ́здѣхъ
въ дре́гѣй тѣ́пѣлъ, ѿ на́й мно́го ко́га-то са́ намѣ́рѣва-
мы по́потѣни, ѿли́ ко́га-то смѣ́ хортѣ́вали ма́лко вре́-
ме.

Ко́й-то ѿма́тъ мно́го крѣ́вь, та́м подпа́дватъ въ
пе́риодиче́ски крѣ́вотече́ніѣ, ѿ въ дре́ги ѿспра́зненіѣ, ѿли́
тако́ви, ѿли́ дре́ги, ко́й-то не тре́ба да ѿспѣ́лнѣмы ѿ
да си зе́мамы крѣ́вь, а́кѣ са́ случи́ да са́ за́вѣра́нѣтъ,
ѿли́ да прѣста́натъ, но да за́ла́гамы да ги до́ка́дѣами
па́къ съ пѣ́вницы, ѿ да ги рѣ́ждамы та́мъ о́тъ гдѣ́-то
тече́ крѣ́вь-та́.

Ко́га-то нѣ́кои си ма́жно ѿзла́зѣтъ по́ се́бе си то-
ва́ за́вѣра́нанье ѣ́ тѣ́ждѣ́ вре́дѣ́телно на здра́віе-то.
Тре́ба о́убо да за́ла́гамы да о́тпѣ́ждамы причи́нѣ-
тъ, ко́м-то ги за́вѣра́нѣ съ дѣ́етѣ-тъ, ѿ да спо́ма́гамы
на е́стество́-то за́ ради́ да мо́жемъ ва́римъ ве́дѣ́ждѣ
ѿли́ два́ждѣ да хо́димъ по́ се́бе си на де́нь-тъ съ фѣ́-
кни́, ѿ ко́й-то не тре́ба да о́употре́блѣ́ваемъ ве́зъ
мѣ́рѣкъ.

Ще́ хортѣ́ваемъ на прѣстра́но на та́такъ за́ двѣ́ ѿс-