

тѣхъ да избере чловѣкъ и кои да отворѣи? Различни-ти начини за лѣкуваніе сж като фантази-ты на модж-тж за облѣкао-то.

Азъ излѣзохъ изъ Испаніѣ на двадесять и пять години момѣтъ; родилъ съмъ ся у Астуріѣ. Двадесять години отъ живота си прѣкарахъ у Германіѣ, Холландіѣ, и у Англіѣ. Забѣгнахъ послѣ въ тѣж чясть на земѣ-тж. Прѣсѣдѣхъ у Каракж, до кога-то землетрясеніе съсипа оня градъ. Испослѣ урисница-та мя заврѣли тука, гдѣ-то на вѣрно щжтъ мя и заровять. Искамъ да ви кажж, че азъ живѣхъ въ всякаквы климаты, и видѣхъ, че тако-рѣчи всждѣ чловѣчески-ты потрѣбы сж все еднаквы. Пѣ-голѣмж лако-мѣмж устѣща чловѣкъ по студены-ты мѣста, а ничто повече.

Кога бѣхъ на пятьдесятъ години чловѣкъ азъ ся побояхъ и много теглѣхъ. Като видѣхъ, че не съмъ надалечъ отъ смръть-тж и че бѣ за страхъ да ся раздѣлж отъ хора, кои-то ми бѣхж много драгы, азъ намыслихъ да промѣнж въ вѣничко діетж и да дръжж за напрѣдъ най-стѣгнжто въз-дрѣжаніе. Наскоро вкусихъ плодове-ты на това мое добро намѣреніе. Видѣхъ, че здравіе-то ми ся оправи малко по-малко и ся завзехъ; видѣхъ, че и умъ-тъ ми станж по-быстрѣ и по-острѣ, и при това усѣтихъ въ душѣ-тж си неоцѣнимж тишинж, коя-то не оставя да стоятъ по чело-то бръчки, и укротява и самый сънь.

Оттогава по колко ястіе мыслите, че ми трѣбува всякой день? Сто и двадесять драмъ здрава храна. Главна-та ми храна оттогава е орисъ варенъ съ водж. Спротивъ мене тая храна ми ся види, че най-добрѣ храни и по-лесно ся смѣла и отъ хлѣба. При тѣж хранж притурямъ и другы варива, какво-то: мясо, рыбж, яйца и пр. Кога ся потрудж и уморж повече отъ колко-то обыкновенено та стомахъ-тъ ми японска повече нѣчто, азъ притурямъ само мляко. А за піеніе оиѣж само чистж водицж.

Отъ двадесять години насѣмъ видѣхъ, че потрѣбува да смалж малко по малко хранж-тж си, така что-то днесъ имъ едва около шестдесять драмъ хранж, като піѣ при това и двѣ чяши мляко; това ми стига да мя насыти. Заранъ ставамъ отъ лѣгло-то си чтомъ ся зазорн, отивамъ ранко по болници-ты си; нѣ имамъ много болны да глдамъ та спротивъ възраста ми азъ ся трудж повече отъ силж-тж си.