

ко́е-то прі́ймамы ѡ́ть ма́лки да і́демы по́ мно́го ѡ́ть ко́лко-то є́ нѣ́жно, о́удави́ж вѣ́трешньо-то о́уга́ждане, ко́е-то мо́жеше да ни о́убади ко́га смѣ́и са на́шли.

Ще прика́жа тѣ́ка о́убо нѣ́кои пригледѣва́нїа за ра́ди і́денье-то ѿ пі́енье-то , ко́и-то мо́же се́ки да ги о́уба́рди ѿ сѣ́ ко́и-то всѣ́кій мо́же да продо́лжи жи́вотъ-жтѣ́ си.

1. Хра́на (і́денье) са дѣ́ла не ѡ́новѣ́ ко́е-то і́демы, но ѡ́новѣ́ ко́е-то смѣ́ламы. За ра́ди то́ва ѡ́ныи ко́и-то же́лає да жи́вее мно́го го́дины тре́ба да і́де по́легичка, за́що і́стїе́-та пре́ди да влѣ́затъ въ стома́хъ-жтѣ́ тре́ба да са ѡ́бработи́жтъ въ о́устѣ́-тъ: за ра́ди то́ва є́стество́-то ни є́ да́ло зѣ́бы-тѣ́ ѿ по́лнѣ́жтъ, двѣ́ нѣ́ща на́й по́лезни за х́ра́ненье-то ѿ дѣ́лго-жи́вѣанье-то. Приді́рено є́ воі́стинѣ́ чи ко́и-то сти́гнаха въ да́лбо́къ ста́ринѣ́, се́кога са і́ли по́легичка.

2. Ва́рденье-то на зѣ́би-тѣ́ є́ є́дно ѡ́тъ сре́дства-та за да продо́лжа́вамы жи́вотъ-жтѣ́ си. Се́кога ще са трѣ́димъ да разме́самы ме́со-то съ вѣ́рми ѿлі́ съ хлѣ́въ, за́що ко́га-то і́демы са́мо ме́со, влѣ́зѣа по́междѣ́ зѣ́би-тѣ́ гдѣ́-то ка́то посто́и ма́лко вре́ме і́згни́ва ѿ по́вре́жда зѣ́бы-тѣ́. Та́а є́ причи́на-та шо́то ко́и-то не і́дѣ́тъ ме́со, ѿлі́ ма́лко і́дѣ́тъ, ка́кво-то се́лачи-тѣ́, і́матъ і́зрѣ́дны зѣ́бы, ѿ а́ко да не са трѣ́дѣ́тъ за тѣ́хъ х́ичь.

Тре́ба да са ва́рдимъ шо́то да не і́демы по́дїръ є́дно го́рещо і́стїе́ дру́го стѣ́дено, ѿлі́ по́дїръ стѣ́дено го́рещо. Зѣ́би-тѣ́ са по́кры́ти ѡ́тъ є́днѣ́ вѣ́лині́ ко́и-то тѣ́рѣ́ ле́сно і́а разва́латъ го́рещи-тѣ́ і́стїе́-та,