

Кой-то сѣ оустарѣли много, живѣаха само отъ сѣдвы, бѣлаз бѣбз, отъ ѣмншн, отъ плѣдове, и отъ млѣкѣ. Бѣаконз приказыва за єдинз человекз кой-то бѣше достігнаах до стѣ и двѣдесать годины, зашто не бѣлаз дрѣго нишо, ѡсвѣнь млѣкѣ. Брахмѣни-тѣ на Индіа не їдѣтѣ дрѣго нишо, ѡсвѣнь травѣ за да їспѣлнѣтѣ законн-тѣ на вѣрѣ-тѣ си, и за това по много-то живѣѣтѣ до стѣ годины. Оуеслѣй като достігна до четыридесать и девѣтѣ-тѣ години, забрѣ отъ тогѣва да не їдѣ месѣ, и тѣѣ живѣ девѣтѣдесать и ѡсѣмь годины. Кой-то сѣкатѣ чи месѣ-то само мѣже да докѣра сѣлаж и здравѣе на человекз-ѣтѣ, нѣка помыслиѣтѣ житѣлы-тѣ на Баветіѣ, кой-то сѣ хранѣтѣ само отъ хлѣбз и млѣкѣ но пакѣ сѣ наѣ сѣлнн.

8. Вѣчарз трѣба да їдѣмз малко, и месѣ хѣчь, илн да їдѣмз тѣжрдѣ малко, да їзбѣрамы стѣдѣнн-тѣ їстїѣ-та, вѣчѣрѣ-та ни да стѣва кожѣ вѣреме прѣдѣ да си лѣгннмз. На пѣлнокрѣбнн-тѣ момчѣ-та нѣком дрѣга хранѣ не ѣ по прилѣчна, ѡсвѣнь добрѣ оупѣченый-ѣтѣ хлѣбз сѣ плѣдове. Зїме ѣвалкн-тѣ докѣрѣатѣ єдинз крѣтѣкѣ сѣнѣ, и докѣрѣатѣ лесннѣ за да хѣдн человекз по сѣбе-си, за радѣ това сѣ много прилѣчны на ѡнѣа, кой-то примнѣватѣ єдинз сѣдѣтеленз живѣтѣ.

9. Трѣба да пїемз малко: кога-то на трапѣзѣ-тѣ не пїемз наѣчѣвамы сѣ да не оуѣгаждамы нѣждѣ-тѣ на пнтїѣ-то кога їдѣмз, но това наѣчѣванѣ докѣрѣа запѣшванїѣ-та на черѣа-та, и много бѣлестн на оу-