

воздержаватъ отъ кой-то даватъ ищахъ за кино, отъ населени-тѣ меса (настѣрмы), и отъ миризлиби-тѣ: да отѣлѣватъ настѣванье-то, и кога-то подиръ мѣсикѣ-тѣ, иай подиръ приказванье-то оужеднаватъ, не трѣба да пѣтѣ стѣдѣнѣ водѣ, но хладкѣ расмѣсенѣ съ малко захаръ.

Б'. За ради страда́тельно-то мжрданье.

Отъ всѣчки-тѣ страда́телни мжрданіа-та само кога-то смѣ на конѣ, ра́ботѣтѣ иай много мышцы-тѣ на тѣло-то. Кога-то конѣ-тѣ не ни растѣриватъ кога ги ѣдемъ, какѣ-то кога-то варви нѣкой полѣка, тогава бѣва е́дно отъ иай полѣзни-тѣ оупражненіа. Докѣрва по малко трѣдъ отъ ко́лко-то докарѣва разхо́дъ-ѣтѣ, оулесна́ва ны да варвимъ ко́лко-то щѣмъ, какѣ-то щѣмъ, и до гдѣ-то щѣмъ, полѣзѣва ны какѣ-то кога смѣ въ нѣкомъ веселѣжѣ, и въ е́динъ чѣстѣ вѣздѣхъ. "И́зденье-то на ко́нь кога-то ста́ва съ мѣркѣ, докарѣва ищахъ, оулесна́ва смѣланье-то, и да́ва силѣ на сѣчки-тѣ дѣйствиа-та. Това ѣзденье мо́же да сѣ нарече чи е́ иай многоцѣнно-то оупражненіе за сѣчки-тѣ чело́вѣцы, иай много за безси́льны-тѣ, за кой-то сѣ на сре́денъ вѣзра́стѣ, и за кой-то сѣ оуздравѣли отъ нѣкоѣхъ бо́лести. "И́зденье-то е́ іе́ще тѣжѣ́ полѣзно на много годи́шны бо́лести и и́ма е́динъ иай голѣ́мъ исцѣлѣ́теленъ силѣ.

Но кога-то ѣзденье-то ста́ва чивра́сто, и отъ вѣ́нь мѣркѣ-тѣ, кога-то сѣ тѣжѣ́ катѣ ѣдемъ, и кога-то ста́ва чѣсто вѣ́е тѣ́й, тогава докарѣва много вѣ́ды,