

това не треба да са чѹдимъ за коѹ причинѹ сичкѹ-
тѹ нощъ оѹмъ-жѹтъ нивсѣ съ тѹхъ понѹтїѹ-та са оѹ-
пражнѹва, кой-то го дѹржѹтъ въ ѣдно непрестѹнно
дѹйствиѣ. Не стїга сѹмо чѹства-та да спѹтъ, треба
їощѣ и оѹмъ-жѹтъ да си почивѹ. Вогѹ-то спїмъ, а оѹмъ-
жѹтъ ни рѹботи, мѹза на сѹнъ-жѹтъ, ксгѹ-то тѹло-то
не ѣ на рѹхѹтъ, каквѣ-то когѹ-то спїмъ въ колѹ, коѹ-
то барвї.

Дѹмѹтъ нѣкои си чи ѣ всѣ ѣдно, илї нощъ-тѹ илї
дѣнь-тѹ ако спїмъ, стїга сѹмо да разнѹсѹтъ нѹжне-
то времѣ за сѹнъ-жѹтъ. И їощѣ защѣ-то сѹкатъ тѹи
придѹватсѹ колко-то мѹгатъ бѣчеръ илї въ чѣтенѣ, илї
въ ѣденѣ и пїанѣ, а сѹтринѹ заспїватъ, за ради
да испѹлнѹтъ ѹновѹ коѣ-то са разнѣсли презъ нощъ
тѹ: но това ѣ голѣма погрѣшка, защѣ двѹ часа сѹнъ
предъ полнощъ фѹшатъ по много ѹтъ чѣтыре часове
на дѣнь-жѹтъ: причинѹ-тѹ, на кой-то ѣ ѹсновѹна това
мнѣнїѣ сѹ послѣднѹ-тѹ.

Перїодъ-жѹтъ на двѹдесѹтъ и чѣтыре тѹхъ часове,
въ кой-то землѹ-та совершѹва вартѣнїѣ-то си докарѹва
ѣдно дрѹго втѣчѣнїѣ на оѹстроѣнїѣ-то ни (тѹло-то):
това втѣчѣнїѣ стѹва ѣвно на сички-тѹ вѹлести. Когѹ-
то фѹни да мрѹкѹва, дамѹри-тѹ сѹ позачиврѹстѹватъ
и оѹлѹва всѣкого ѣднѹ трѣска, коѹ-то всички-тѹ че-
ловѣцы оѹгѹждатъ, и коѹ-то мѹжемъ да нарѣчѹмъ ве-
чѣрнѹ трѣскѹ. Познѹвасѹ чи сѹкъ-жѹтъ, кой-то предѹ
мѹлко сѹ ѣ направилъ въ крѹвь-тѹ, докарѹва това нѣ-
щѣ: но пѹкъ не ѣ сѹмо сѹкъ жѹтъ причина-та, защѣ-то
сѹ вїжда чи сѹщѣ-то пѹшатъ и ѹнїѹ кой-то дѹржѹтъ