

тѣхъ да избере чловѣкъ и кои да отврьли? Различни-ти на-
чини за лѣкуваніе сж като фантазиѣ-ты на модж-тж за
облѣкло-то.

Азъ излѣзохъ изъ Испаніѣ на двадесять и пять го-
дины момѣкъ; родилъ съмь ся у Астуріѣ. Двадесять години
отъ живота си прѣкарахъ у Германіѣ, Холландіѣ, и у
Англиѣ. Забѣгнахъ послѣ въ тжж чясть на земли-тж. Прѣ-
сѣдѣхъ у Каракж, до кога-то землетрясеніе съсипа оня
традѣ. Испослѣ урисница-та мя заврьли тука, гдѣ-то на-
вѣрно щѣтъ мя и заровять. Искамъ да ви кажж, че азъ жи-
вѣхъ въ всякакви климаты, и видѣхъ, че тако-рѣчи всждѣ
чловѣчески-ты потрѣбы сж все еднаквы. Пѣ-голѣмж лако-
мѣж усѣща чловѣкъ по студены-ты мѣста, а ничто повече.

Кога бѣхъ на пядесять години чловѣкъ азъ ся побо-
лихъ и много теглахъ. Като видѣхъ, че не съмь надалечъ
отъ смръть-тж и че бѣ за страхъ да ся раздѣлж отъ хора,
жон-то ми бѣхж много драгы, азъ намыслихъ да промѣнж
въ всячко діетж и да дръжж за напрѣдѣ най-стѣгнато 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-ть ми станж по-
быстръ и по-острѣ, и при това усѣтихъ въ душиж-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 вся-
кой день? Сто и двадесять драмъ здрава храна. Главна-тъ
ми храна оттогава е орьсѣ варенъ съ водж. Спротивъ мене
тая храна ми ся види, че най-добрѣ храни и по-лесно ся
смила и отъ хлѣба. При тжж хранж притурямъ и други ва-
рива, какво-то: мясо, рыбж, яйца и пр. Кога ся потрудж и
уморж повече отъ колко-то обыкновенно та стомахъ-ть ми
чюиска повече нѣчто, азъ притурямъ само мяко. А за піеніе
пѣж само чистж водицж.

Отъ двадесять години насѣмъ видѣхъ, че потрѣбува
да смалж малко по малко хранж-тж си, така что-то днесъ
имѣ едва около шестдесять драмъ хранж, като пѣж при това
и двѣ чяши мяко; това ми стига да мя насыти. Заранъ ста-
вамъ отъ лѣгло-то си чтомъ ся зазори, отивамъ ранко по
болницы-ты си; нѣ имамъ много болны да гядамъ та спре-
тивъ възраста ми азъ ся трудж повече отъ силж-тж си.