

ты ѣстїя, а да ѣде зеленчюкъ, сухи или зелены на и варены варива и овошїя: сливы, ябълкы, круши, черешы, гроздїе и пр. Ако си не помогне и съ това, то трѣбува да си цръкне съ цръкалкѣ (клизтиръ), нѣ подобръ е и безъ това, ако ся може.

Чтото казахмы до сега за какъ да прави и да ся пази трудна жена, то е изобщо казано и чини само за прѣвы-ты шесть, седѣмъ мѣсяца. Сега да ся попримѣкнемъ пѣблизичко, та да видимъ что трѣбува да ся приготоуи за да роди родилка-та благополучно, да ся завземе честито и да си отгладя новородено-то харно и прилично. Всичко, что трѣбува за това, готови ся прѣзъ послѣднїй мѣсяць на трудность-тѣ и това готовене много нѣчто чини, зачтото много пѣти на него глады здравіе-то на родилкѣ-тѣ и на родено-то.

Едно отъ найличавы-ты пытанїя, което въ това врѣме ни ся подмѣта, е: *може ли майка-та да подая сама*; а никакъ ся не пыта: *ще ли ѿ ся да подая?* На днешно врѣме чясто отгладвать дѣтца-та съ кърмилницы (доилкы, параманы), за това много майкы, ако и да сѣ надарены отъ Бога съ млѣко па живѣють въ обстоятелства, които никакъ не имъ бръкать въ да си врьшять тѣхъ прѣвѣ найсвятѣ майчинѣ длѣжность, пакъ трѣсятъ да исклинять отъ голѣмы грыжи и трудове, съ каквыто наистинѣ е связано доение-то, и това чинять едно, зачтото ся боять да не бы да погрознѣють, а друго зачтото си жялять врѣме-то, което пѣдраго имъ е да губять по веселбы и забавы. Която майка мысли така, ней навѣрно не ся стои сладко-то име майка. Истинеска майка е само оная, която сама си отдон и отглады чядо-то. На-