

лѣкаръ, и той го намѣрилъ като заспало и въ лице-то непромѣнено; нѣ колкото и да ся мѣчили да го съживятъ, все было залудо: дѣтенце-то умрѣло, зачтото было утровано отъ майчино-то си млѣко.

Сега ако сберемъ на купъ всичко, что трѣбува да пази една майка доителка, то щѣтъ излѣзѣтъ долни-ты десѣтъ правила:

1. Живѣй както си си живѣла и напрѣжь до-клѣ си была здрава.

2. Ъждѣ ѣстїя само хранителны и които ся протурятъ лесно, найповече растителны, а не ѣждѣ сушено или солено мясо, или киселы, или много правены прѣпрѣжены, или мазны ѣстїя.

3. Не пій питїя, които палятъ кръвь-тѣ или нѣ маломощятъ, а пій само вода.

4. Глядай да живѣешь у чисто и здравѣ въздухѣ, и пази да бѣде всичко по тебе и около тебе чисто.

5. Бѣди прѣгава, работна и шѣтай повечко.

6. Пази ся да не настынешь, нѣ отъ другѣ странѣ и много да ся не загрѣвашь; грѣды-ты и коремъ-тѣ да ти бѣдѣтъ харно закрыты.

7. Нощѣ си отпочивай.

8. Обуздавай и въспирай си страсти-ты.

9. Ако си уплашена, разерѣдена, или друго-яче ти е набурено сръдце, не дѣй-дава на дѣте-то си да бозае, а прѣвѣ изцрѣкай похабено-то млѣко.

10. Глядай да излизашь по себе си всякѣй день рядовно.

Сега да ся заврѣнемъ при дѣте-то та да прѣ-глядамы какъ иде то камъ майкѣ си, какво му трѣбува, отъ что му подобрѣва за да вирѣе и цѣвти.