

Graa no alle graat no taarur
Graat no kvar so graata faar
Livets aalvor livets faarur
Etter os i hælen gaar.
Um me synast at me stend
Aa paa vegen nau so kjend
Blaute dikjar bratte bakkar
Nubbesteinur kvasse nakkar.

Noko i os stadigt værkje
Noko feilar kjennar me
Livets *tydna* maal aa merkje
Livets endemaal aa fred
Disse er dei dyre ting
So i tankjen sviv ikring
Disse vil ein gjedna finna
Aa for alt i verdi vinna.

Men kor *treikst* kor ilt aa bale
Tras vor lengting bøn aa sut
Mot vaar vilje gjeng det gale
Noko alltid skjemme ut.
Vegen er so live long
Allestader smal aa trong
Kan nok være me behøva
At vorherra vil oss prøva

Manga *saale* hart faar strida
Freisting fall aa nedarlag
Livet vert til stadug kvida,
Ikkje gleda nokon dag.
Er no eg aa du av dei
So er so av verdi leid
Kan kje tru aa bøn aa lengsel
Kua denne svære trengsel.

Mangein ein i barne *dagur*
Freistast hart aa synn begaar
Sidan maa paa skammi draga
Ømme slike hjartesaar
Korleis hev no ditta seg
Kan henda da er skuleveg.
Javist er det tukt me trengja
Strie *bodn* dei lyt ein dengja

Mange *bodn* dei er so strie
Vil kje lyda far aa mor.
Smerteleg so mange tie
Nytta ikkje bøn aa ord.
Bøn aa tru aa visleg tukt
Vil kje bære minste frukt.
Ilt lyt far aa mor so stræva
Etter herrens ord aa leva.

Gamle folk med stav aa krykkje
Fram til nitti lange aar
Kunne vist fortelja mykkje
Syna *eir* av vonde saar
Naar me sjaa paa slike *veil*
Sjaa me aag soverne feil
I os kring os vil regjera
Difor maa ein varsemd være.

Ja me synast da er illa
Ungdomar dei kjem i beit
Gamle folk kjem aag i villa
Dei so meir um live veit
Derfor hev kvar mor aa far
Til kvar tid eitt stort ansvar
Korleis dei seg sjølve stemplar
Uti ord aa i exemplar.

Tenk kva godt faar borni læra,
Kva er det dei høyra sjaa
Frukta etter tre vil være
Fikentre veks fiken paa.
Jau so sant det vert til da
Mange heimar er kje bra.
Sant ein kunne mykje *semja*
Hjara vara, tunga temja.