

Почитай родители си, свя-
щенници и учителя си,
както и по старити отъ тебъ.
Бжди трудолюбивъ. Говори
всякоги истината. Не врь-
пчай зло за зло. Не прави
голъми разноски, за да не
осиромашъешъ. Не завиж-
дай. Не се прѣсмивай ни-
кому. Здравнето е най-го-
лъмо богатство на челоуѣка.
За да е здравъ челоуѣкъ,
трѣба да ѣде, да работи и
да си почива. Живѣй въ
чистъ въздухъ. Не стой по-
тень на вѣтъра. Уморень
не пий вода. Не измавай
отъ много топло мѣсто на
много студено. Не ѣждь
твърдъ много, не пий твър-
дъ много и не играй хоро
твърдъ много. Бжди чистъ

родители-те си, διασσετενηγνι-
τε η ουσσητελοι-τε, какτο η
πό-στари-τε οτ τέμπια. Μπάδη
τρουδολιουμπήφ. Γοβορή φσιάχογη
ήστηνατα. Не βράсстаи ζλό ζα
ζλό. Не прабή γολιέμοι ράζνός-
χοι да νε οσιρομαссiсс. Не ζα-
βήζζдай. Не σε прεζ-μηθαί νή-
χομου. Ζδράβiετο με ναί γολιά-
μο μπογάττѣво να тсселобiεка.
За да με ζδράφ тсселобiεк, тρια-
μпа да μεдѣ, ράμποτη η да ση
ποτσiсѣа, Ζζήβiέi φтссiстѣ бiэ-
доуу. Не стiэi πόтен να бiэiтiра.
Ουμορέν νε πήi βодi. Не ηζ-
ζλiэiэi οт μiэго тiэplo μiэсто
να μiэго стουδέно. Не μεζζδ
тβiэрдiα μiэго, νε πήi тβiэрдiα
μiэго η νε ηгρiэi χορο тβiэрдiα
μiэго. Μπάδη тссiстѣ φσιάχογη.

νεiс σου, τούс iερωμένουс, και
τούс διδασκαλουс, ωс και τούс
геронτοτέρουс σου. Έσο φιλό-
ποнос. Όμιλει πάντοτε τήν
αλήθειαν. Μή ανταποδiδής κα-
χόν αντίκαχού. Μή κάμνης με-
γάλα έξοδα, δια να μη πτω-
χέυσης. Μή φθонής. Μή περι-
γελiсс οудένα. Η υγείа είναι ο
μέγιστοс θησαυρόс του ανθρώπου.
Δια να ήναι ο άνθρωποс υγείηс,
πρέπει να τρώγη, να εργiэзηται
και να αναπαύηται. Ζήθi εν
καθαρώ iэри. Μή μένε υδρωμέ-
νοс ειс τόν άνεμον. Κουρασμένος
μη πiνε νερόν. Μή έξεργου από
θερμού οικήματαс ειс ψυχρώта-
τον. Μή τρώγε υπѣρ το δέον,
μη πiνε υπѣρ το δέον και μη
χόρευе υπѣρ το δέον. Έσο πάν-