

ты, както скъкалци-ти, да искать отъ другы-ты това, что-то быхъ могли и самы да си го придобыхъ, кога-то му е было врѣмя-то.

2. Кой-то ся не труди въ младость да спечяли наукъ и достоинство, съ кой-то да може да си придобыва самъ свои-ты потребности, той послѣ при кого-то и да иде да иска помощь, отъ никого нѣма да чюе помыловивъ отвѣтъ, отъ отвѣта на нравкы-ты камъ скъкалцы-ты.

ТАБЛИЦА 25.

Съзѣвши за здравіе-шо.

Здравіе-то е най-голѣмо-то богатство на чловѣка.

Кой-то иска да си упаци здравіе-то добрѣ, трѣбва да храни тѣло-то си съ яденіе и піяніе и да го крѣпи съ движеніе и почиваніе.

За хранѣ най-прѣвы-ты нѣчта сж: хлѣбъ зеле, зрѣлы овоція, млѣко, мясо и рыба; а за піяніе най-добро-то е чиста-та вода.

За движеніе най-добро-то нѣчто-то е работа-та; а за почиваніе — спаніе-то.

Живѣй умѣрено, ако искашь да бѣдешъ всякога здравъ и да живѣешъ много.

Не бѣди лакомъ. Лакомство-то докарва голѣмъ поврѣдъ на здравіе-то.