



Associazione culturale  
"Sa perda e su entu"  
Ulassai

## Ichnussa

Progetto di pubblicazione e divulgazione libera della grande poesia in lingua sarda

### PROVERBI SARDI

nr.	Detto	Traduzione
1	Aba passada non tira mulinu	Acqua passata non tira mulino
2	Abbondanzia meda carestia portada	Molta abbondanza porta carestia
3	A bindichi ` maju sennore est su massaju	Al quindici di maggio signore è il contadino inizia la raccolta) (perché
4	A bindichi `e abriale intrat sennore a drommire	Al quindici di aprile va il signore a dormire
5	A bindichi `e martu arziat cuccu a palattu	Al quindici di marzo alza il cuculo a palazzo (comincia a cantare per il ritorno del bel tempo)
6	A cadaunu s'arte sua	A ciascuno la su arte
7	A caddu fresau sa sedda li pitticat	Al cavallo ferito la sella gli pizzica
8	A chie ajanu morit Est un'usu che isposu A l'etare trigu susu	A chi muore non sposato È uso come sposo Buttargli grano addosso
9	A chie meda, a chie nudda	A chi molto, a chi niente
10	A cosa fatta non balet pentimentu	Fatta una cosa non vale il pentimento (rimane comunque fatta)
11	A da ch'est imbitzada Sa femina si ch'andat Sola sola a domo anzena	Quando è abituata La donna se ne va Sola sola a casa altrui
12	Adi agattau crapitta po su pei suo	Ha trovato la scarpa per il suo piede
13	A die a die si chi inghariat s'annu	A giorno a giorno si raggiunge l'anno

14	A manicare e a grattare Tottu est a cominzare	A mangiare e a grattare Tutto sta a cominciare
15	A mossu 'e cane, pilu 'e cane	A morso di cane, pelo di cane
16	A passu passu e pianu T'apo a sighire che boe Si no poto sighir'oe T'apo a sighire manzanu	Passo passo e piano Ti seguirò come il bue Se non potrò seguirti oggi Ti seguirò domani
17	A peraulas macca, origras surdas	A parole matte, orecchie sorde
18	A pregare Si pregat in cresia	A pregare Si prega in chiesa
19	A pregare Si pregat in mare	A pregare Si prega in mare
20	A s'iscavanada su curteddu	Allo schiaffo il coltello
21	A s'istogomo est durche Su ch'est ranchidu a bucca	Allo stomaco è dolce Ciò che è amaro in bocca
22	A sos males Sa dieta	Ai mali La dieta (Quando si sta male meglio digiunare)
23	A sciacquai sa conca a su burriccu, si perdidi abba, tempus e saboni	A lavar la testa all'asino si perde acqua, tempo e sapone
24	A su marjane sa coda l'impedit	Alla volpe la coda l'imbarazza
25	A su toppu s'ispina	Al zoppo la spina (allo sfortunato altre sfortune non mancano)
26	A tenor'e s'istampu su bobollottu	A misura della fessura (?) il mostricciatolo (?)
27	A una puddichina no li mancat ghirghina	Ad una pulcina non le manca vagliatura
28	Ainu malu orriu bonu	Asino cattivo raglio buono (anche le persone più cattive anche qualche buona dote)
29	Bellesa est mesu doda	Bellezza è mezza dote
30	Bellesa no fachet dommo	Bellezza non fa casa (non reca utilità domestica)
31	Bene narat su diciu	Dice bene il detto
32	Biadu a chie mezzorat, miseru a chie pejorat	Beato chi migliore misero chi peggiora
33	Biene sa musca in domo anzena e in dom'insoro non biene su 'oe	Vedono la mosca in casa altrui e non vedono il bue in casa loro

34	Boe solu no tirat carru	Un bue da solo non tira il carro
35	Buccone partiu non ruppet brente	Boccone diviso non fa scoppiare la pancia (un po per uno non fa male a nessuno)
36	Cada cosa in su tempus suo	Ogni cosa a suo tempo
37	Cadaunu est fiz'e sas operas suas	Ciascuno è figlio delle proprie azioni
38	Caddu lanzu Musca meda	Cavallo magro Mosche molte
39	Candu nc'est famini non si castiat su pappai	Quando c'è fame, non si guarda ciò che si mangia
40	Cando duos sun gherrende Mai ti ponzas in mesu	Quando due combattono Mai metterti in mezzo
41	Canonicu mortu, cadira arrendada	Canonico morto, sedia arresa (vacante)
42	Carradedda, binu fini	Botte piccola, vino buono
43	Catteddos d'una teca cant'a pare si secan	Cagnolini di un guscio hanno le stesse proporzioni (I fratelli si rassomigliano)
44	Chena 'inari non si canta missa	Senza denari non si canta messa
45	Chentu concas chentu berritas	Cento teste cento cappelli (ognuno ha le sue idee)
46	Chent'oras chentu remedios	Cento ore cento rimedi
47	Chi abbitat chin cane pulicosu, de su puliche l'appizicat	Chi abita con un cane pulcioso, delle pulci gli attacca
48	Chi at runza si la grattet	Chi ha rogna se la gratti
49	Chie ad urtimu istat o perdet o acqistat	Chi rimande per ultimo o perde o guadagra
50	Chie aisettat Su piattu anzenu Lu mandigat frittu	Chi aspetta Il piatto altrui Lo mangia freddo
51	Chie andat iscurtande males suos intendet	Chi va origliando mali suoi intende (sente parlar male di sé)
52	Chie arribbat cand'ada Mandidat cando cherede	Chi conserva quanto ha Mangia quando vuole

53	Chie at runza no at bacanzia	Chi ha rognha non ha vacanza
54	Chie at salude at tottu	Chi ha salute ha tutto
55	Chie bene giurat chin Deus laudat	Chi ben giura con Dio lauda
56	Chie bene nascit bene paschit	Chi ben nasce bene pasce
57	Chie bene tancat mezus aperti	Chi ben chiude meglio apre
58	Chie birgonzat patit	Chi si vergogna patisce
59	Chie cantat in mesa o in lettu o est maccu o est fertu	Chi canta a mensa o a letto o è matto o è ferito
60	Chie cheret arricchire in d'un'annu Morit in battor meses	Chi vuole arricchirsi In un anno Muore in quattro mesi
61	Chie chircat accattat	Chi cerca trova
62	Chie cumandat fachet lezze	Chi comanda fa la legge
63	Chie dat e chie promittit	Chi da e chi promette
64	Chie de anzenu si estidi, lestru si ndi spozzada	Chi si veste di roba altrui, presto se ne spoglia
65	Chie de ferru ferit de ferru perit	Chi di ferro ferisce di ferro perisce
66	Chie drommit in let'anzenu No drommit cantu cheret	Chi dorme in letto altrui Non dorme quanto vuole
67	Chie est lestra manicande est lestra travallande	Chi è svelta mangiando è svelta lavorando
68	Chie est mere cumandat	Chi è padrone comanda
69	Chie est zelosu Morit corrudu	Chi è geloso Muore cornuto
70	Chie est zelosu morit corrudu	Chi è geloso muore cornuto
71	Chie hat pane no hat dentes E chie hat dentes no hat pane	Chi ha pane non ha denti E chi ha denti non ha pane
72	Chie hat parte in corte non morit de mala morte	Chi ha parte in corte Non muore di mala morte (chi ha parenti influenti fa fortuna)
73	Chie hat su coro no hat s'itte. Chie hat s'itte no hat su coro.	Chi ha il cuore non ha il che (il bene). Chi ha il che non ha il cuore.
74	Chie in janna anzena iscurtat, males suos intendet	Chi origlia nelle porte altrui sente parlar male di se
75	Chie in su periculu si ponet, in su periculu perit	Chi nel pericolo si mette nel pericolo perisce
76	Chie istat bene o male a cara si li paret	Chi sta bene o male gli si scorge dal viso

77	Chie istimat zelat	Chi ama è geloso
78	Chie juchet corcarju pappat latte	Chi ha cucchiaio bene latte (chi può ne approfitti)
79	Chie male cominzat peus accabat	Chi mal comincia, peggio termina
80	Chie male si corcada, peus si nde pesada	Chi si corica male, si alza peggio
81	Chie mancat de tempus mancat de intendimentu	Chi manca di tempo manca di intendimento
82	Chie manizat mele Sos poddighes si linghet	Chi maneggia miele Si lecca le dita
83	Chie narat cant'isshit Perdet cant'at	Chi dice ciò che sa Perde ciò che ha
84	Chie narada su chi 'olidi intende su chi non bolidi	Chi dice ciò che vuole sente ciò che non vuole
85	Chie naschit molente non podet morrere cuaddu	Chi nasce asino non può morire cavallo
86	Chie nd'at nde dat	Chi ne ha ne da
87	Chie no iscurtat consizzos, andat in ora mala	Chi non ascolta i consigli, finisce male
88	Chie no hat bidu mai bene a s'anta `e su furru si sinnat	Chi non ha veduto mai bene, innanzi al forno si segna
89	Chie no hat bidu mai bene s'anta 'e su furru li paret cresia	Chi non ha veduto mai bene, la bocca del forno gli sembra chiesa
90	Chie no hat sorte no si peset chitto	Chi non ha fortuna non si alzi presto (che tanto è inutile)
91	Chie no l'at in coddu L'at in pala	Chi non l'ha alle braccia L'ha alle spalle
92	Chie no timet No est omine	Chi non ha paura Non è uomo

93	Chie non at cantadu Un'anninnia isperare Non podet un'attitidu	Chi non ha cantato Ninna nanna sperare Non può un canto funebre	
94	Chie non at sorte in puddas no at sorte in nudda	Chi non ha fortuna in galline non ha fortuna in niente (chi non ha fortuna nelle piccole cose non ha fortuna in niente)	
95	Chie non l'hat in palas l'hat in costas	Chi non l'ha nelle spalle l'ha nelle costole (chi ha un dolore e chi ne ha un altro)	
96	Chie non podet batter su caddu battit sa sedda	Chi non può percuotere il cavallo percuote la sella	
97	Chie non riscat non piscat	Chi non rischia non pesca	
98	Chie non si cheret sonadu non si fetat campana	Chi non si vuole suonato non si faccia campana non vuole che si sparli di se non ne dia motivo)	non (Chi
99	Chie non trampat non campat	Chi non imbroglia non campa	
100	Chie pappada e allogada sterri mesa duas bortas	Chi mangia e conserva apparecchia due volte	
101	Chie perdet pecat	Chi perde pecca (chi subisce un furto sospetta sempre, anche ingiustamente)	
102	Chie tenet binza Tenet tinza	Chi ha vigna Ha tigna	
103	Chie tenet santu in corte non morit de mala morte	Chi ha santi in corte non muore di cattiva morte	
104	Chie tenidi dentisi non potta pani, chie potta pani no tenidi dentisi, chie tenidi dentisi e potta pani no tenidi famini	Chi ha i denti non ha pane, chi ha il pane non ha I denti, chi ha denti e pane non ha fame	
105	Chie tenit dinai, tenit amigus	Chi ha soldi, ha amici	
106	Chie toccat mele sin de linghet sos poddiches	Chi tocca miele si lecca le dita	
107	Chie tottu cheret tottu perdet	Chi tutto vuole tutto perde	

108	Chie troppu abbrazzada, pagu istringidi	Chi troppo vuole, poco stringe
109	Chin maccu ne chin santu non b'at de bi brullare tantu	Né coi matti né con i santi non c'è da scherzare tanto
110	Confida in tottus e fidadi de pagos	Confida su tuttu e fidati di pochi
111	Conforma su pede s'iscarpa	Secondo il piede la scarpa (ciascuno ha ciò che si merita)
112	Corbu chin corbu non si che tiran ocru	Corvo con corvo non si cavano l'occhio (le persone malvagie non si fanno del male fra loro)
113	Cosa male leada male àndada	La cosa estorta è destinata ad andar male
114	Cottu o non cottu Su fogu l'at bidu	Cotto o non cotto Il fuoco lo ha visto
115	Cun su tempus sa chera Enit a fogu	Col tempo la cera Viene al fuoco
116	Cunfromm'a sa nàschida Sa pàschida	Come la nascita (la famiglia di nascita) Così la condotta
117	Custu est su porcu custu l'at mortu custu l'at uscradu custu siche l'at manigadu e a custu nudda ca at iscobiadu	Filastrocca delle cinque dita:  Questo è il maiale (pollice) questo l'ha ucciso (indice) questo l'ha abbruscato (medio) questo se l'è mangiato (anulare) e a questo niente perché ha fatto la spia (mignolo)
118	Dae santu Gabinu in susu frittu e famene in prusu	Da san Gavino in su freddo e fame in più
119	Dae su malu pacadore Istrazzande su chi poedes	Dal cattivo pagatore (debitore) Strappane quel che puoi
120	Deus non mancat chi nos azudet	Dio non manca di aiutarci
121	Deus non zubilat, ma zudicat	Dio non grida, ma giudica

122	Deus nos iscampet de poveru arricchidu e de zuzze famiu	Dio ci scampi da povero arricchito e da giudice affamato (povero)
123	Devota e fura	Devota e ladrona
124	Dolore Ispinghet boghe	Il dolore spinge la voce
125	Eo mi corco in su lettu meu anima e corpus incumando a Deu, anima e corpus a Santu Giuanne; s'inimigu mai no m'ingannet, s'inimigu mai no mi tochet, ne a die, ne a notte, ne in vida, ne in morte.	
126	Est che famiglia cumprida su tazu ch'ubìdit sa mama.	
127	Est istadu Cristos chi hat nadu: «Sos babbos los boccat su tempus»	
128	Fache bene e bae a s'ifferru	Fai bene e vai all'inferno
129	Fache bene e non mires a chie	Fa del bene e non guardare a chi
130	Faghe 'ene e immentigadinde	Fai del bene e dimenticatene
131	Faeddare pagu, sabidorìa meda	Parlare poco, saggezza molta
132	Femina chi no fèdada mai bene melèdada	
133	Ficuindia donosa grassias a tie no so' in sa losa.	
134	Fillu solu, o tottu malu o tottu 'onu	Figlio unico, o totalmente cattivo o totalmente buono
135	Fizos minores – fastizzos minores Fizos mannos – fastizos mannos	Figli piccoli – fastidi piccoli Figli grandi – fastidi grandi



136	Fizu `e attu soriche tenet	Figlio di gatto sorci acchiappa
137	Fogu, fogu Peri su logu Peri su mundu Fogu giucundu	
138	Fora dae coro, for a dae pensamentu	Lontano dal cuore, lontano dal pensiero
139	Foza `e murichessa Chie la fachtet la pessat. Foza `e neulache Chie la pessat la fachtet.	Foglia di gelso Chi la fa la pensa. Foglia di oleandro Chi la pensa la fa.
140	Genti macca in logu strintu	Gente matta in luogo stretto
141	Giustiscia noa ferramenta acuta	
142	Impara s'arte e ponela a parte	Impara l'arte e mettila da parte
143	In ballos e in festas Si conoschen sas testas	Nei balli e nelle feste Si conoscono le teste (Il carattere e l'indole delle persone)
144	In buca serrada mai b'intrat musca	
145	In domo de s'impiccau non numenare sa fune	A casa dell'impiccato, non nominare la corda
146	In domo `e su riccu non cantat miseria	In casa del ricco non canta miseria
147	In domu de su ferrei schidonisi de linna	A casa del fabbro spiedi di legno
148	In d'onzi janna b'at giâu	
149	In pedde anzena corria lada	Di pelle altrui correggia larga
150	In su binu sa veridade	Nel vino la verità
151	In su bucconi spratziu s'angelu si dui sezziri	Nel boccone che si divide si va a sedere l'angelo

152	In su ficadu accatto s'ossu	Nel fegato trovo l'osso (trovo ostacoli anche nelle cose più semplici)
153	In su nascher e morrer totu semus che pare	
154	In tempus de latte, né amicu né frate. In temus de ficu né frate né amicu.	In tempo di latte né amico né fratello. In tempo di fichi Né fratello né amico. (in tempi di abbondanza si gira al largo da amici e fratelli per non dover dividere con loro)
155	Intendere una campana chena s'atera, ambas duas sonant bene	A sentire una campana senza l'atra, tutte e due suonano bene
156	In ube b'hat istranzu mancari malu b'est Deus.	
157	In ue no b'hat femina no b'hat domo ne manera.	
158	Isculta, abbàida e caglia	
159	Istender sos pedes cunforma est su lettu	Stendere i piedi conforme è il letto (fare il passo come la gamba)
160	Lassae colare trinta dies pro unu mese	Lasciare passare trenta giorni per un mese (Rassegnarsi agli eventi)
161	Màndigu continu màndigu isvilidu	Mangiata continua mangiata svilita
162	Marjane chi aggrucacat, marjane chi buscat	Volpe che gira Volpe che busca
163	Matzone no faghet anzone	Volpe non fa agnello
164	Mellus unu amigu accanta chi non unu parente allargu	Meglio un amico vicino che un parente lontano
165	Mellusu erriu chi scurri pagu chi non erriu sezziu	Meglio un rio che scorre poco che una pozzanghera

166	Mellusu strintu de 'omu tua de su largu allenu	Meglio casa tua anche se stretta che una casa grande ma di altri
167	Menzus bastonadas de amigu chi non lusingas de inimigu	Meglio bastonate di amico che lusinghe di nemico
168	Menzus fizu `e sorte che fizu `e re	Meglio figlio della fortuna che figlio del re
169	Menzus maridu malu che no nudda	Meglio un cattivo marito che nessun marito
170	Menzus pacu e bonu chi non meda e malu	Meglio poco e buono che non molto e cattivo
171	Menzus su securu chi non su benturu	Meglio il sicuro che non il venturo (meglio un uovo oggi che una gallina domani)
172	Menzus terra chena pane che terra chena zustissia	Meglio terra senza pane che terra senza giustizia
173	Menzus unu malu in mesu de bonos, chi non unu bonu in mesu de malos	Meglio un cattivo in mezzo di buoni che un buono in mezzo ai cattivi
174	Miseru chi no ischit	Misero chi non sa
175	Miseru chi no hat santu in Corte	Misero chi non ha santi in Corte
176	Moltu chena piangher no si ch'àndada	Morto senza essere pianto non va via
177	Morrunza morrunza ingrassas su porcu	Brontolando, brontolando ingrassa il porco (Lamentandoci e brontolando scorriamo la vita)
178	Mortu murru benit baju	Morto l'uno viene l'altro
179	Mossu partidu bene 'odidu	Boccone spartito ben goduto
180	Natura attraet	Natura attrae (i figli assomigliano ai genitori)
181	Nebida ai serras abba ai terras	Nebbia a mezza montagna acqua sulla terra
182	Nebida in basciura abba in artura	Nebbia ai piedi delle montagne acqua sulle cime
183	Né pride so né missa canto	Né prete sono né messa canto

184	Neche o no neche pranghet berbeche	Colpa o non colpa piange (la) pecora (il debole piange le colpe altrui)
185	Negossiu `e binu negossiu mischinu	Negoziò di vino negoziò meschino
186	Nemmos net: de custa abba non bibo	Nessuno dica: di quest'acqua non bevo (Nessuno creda che una tale disgrazia non possa accadergli)
187	No agatas abba in mare	Non trovi acqua in mare (sei un inetto)
188	Non facas male e non des aer male	Non far del male e non avrai del male
189	No lasses su masedu pro s'arestè	Non lasciare il mansueto per il selvatico (lett.)
190	Non ti bastat né birdi né siccau	Non ti basta né verde né secco
191	Oje a mie, cras a tie	Oggi a me, domani a te
192	Oh, de mama casteddu mi dormo su piseddu a ninnare a ninnia...	
193	Ollolai Ollolai Cando hat a benner sa die Chi torres comente a mai?	
194	Omine chi de fèmina si fidat da chi drommit traitu si nd'ischidat	
195	Onzi ispiga at sa parte `e sa janina	
196	Orrior de ainu non lompene a chelu	Raglio d'asino non sale al cielo
197	Paga zente bona festa	Poca gente, buona festa
198	Pappanta rosariusu e caganta dimoniusu	Mangiano rosari e cagano demoni
199	Pane nostru de ogni die, no manches mai a mie, no manches a perunu. Mai connoscat jeunu sa zente venturera.	
200	Pasca martale annada `e pane	Pasqua in marzo annata di pane

201	Pedde tua, pedde `e cane	Pelle tua, pelle di cane (Non vali più di un cane)
202	Pedra roddulana non ponet mai lana	Pietra che rotola non mette mai lana
203	Pessiche in frore e pessiche cottu cantu die cantu notte	Pesca in fiore e pesca matura quando il sole è la notte (in marzo e in settembre le giornate sono uguali, di durata, alle notti)
204	Petza de crabittu petza de angioni sali a muntoni	Crane di capretto, carne di agnello, sale in abbondanza
205	Piae renovada superat sa passada	
206	Pigadidda a muru-muru	Prenditela a muro a muro
207	Piglione chi non biccat at biccau	Uccello che non becca ha già beccato
208	Pira cotta, pira crua 'onzunu a domo sua	Pera cotta, pera cuda ognuno a casa sua
209	Pistala s'abba, pistat. Abba fit e abba s'istat	Pestala l'acqua, pesta. Acqua era e acqua resta
210	Pompia su fele ca s'occasione non manca(t)	Preserva il fiele che l'occasione non manca
211	Prestu e bene andana mai 'ene	no Presto e bene non vanno mai bene (insieme)
212	Priducu chin priducu fachen lendine	Pidocchio con pidocchio fanno lendine
213	Pro su fizu sa mama su coro si nche bocat.	Per il proprio figlio la madre si leva il cuore
214	Prus da murigasa e prus fragada	Più la rimescoli e più puzzu
215	Prus timen ocros chi non manos	Più temono (gli) occhi che non (le) mani
216	Puliche in conca, femina tonta	Pulce in testa, donna tonta

217	Puzone in gabbia non cantat de allegria, ma de arrabbia	Uccello in gabbia non canta d'allegria ma di rabbia
218	Puzone chi non bicat hat biccau	Uccello che non becca ha beccato
219	Qualis pater talis filius	Come il padre il figlio
220	Qui est propriu battire abba ad sa marina et rumper cum sa canna sa codina	
221	Riccu che mare	Ricco come il mare
222	Riu mudu trazzadore	Ruscello muto trasporta via tutto
223	Roba baratta carestia ponet	Roba a buon prezzo, carestia mette
224	Rosarios in dentes, demonios in brente	Rosari in denti, demoni nel ventre.
225	Sa cosa furada pagu durat et comente est bennia gasi si ch'andat	La cosa rubata dura poco e come è (velocemente) arrivata così se ne va
226	Su corbu no est nigheddu prus de s'ala	Il corvo non è più nero dell'ala (l'anima del malvagio non è più nera delle sue azioni)
227	S'abba nche dogat onzi cosa	L'acqua lava ogni macchia
228	S'abba ogni cosa nd'andat, (altr.) foras su machine	
229	S'ainu batti paza e issu si la frastazat	L'asino porta la paglia ed esso se la frastaglia (mangia) (ciascuno approfitta delle sue opere)
230	S'àinu no mandigat pìbere	
231	S'ainu no manicat taffaranu	L'asino non mangia zafferano

232	S'amore no est succu	L'amore non è succu (sorta di minestra – cosa da niente)
233	S'appretu faghet su ezzu a currere	La necessità costringe il vecchio a correre
234	S'arga non mancat a su muntunarju	L'immondizia non manca nell'immondezaio (conforme l'ambiente, le persone che l'abitano)
235	S'arvure torta non s'adderettat prusu	L'albero storto non si raddrizza più
236	S'imbolicu torrat a s'imbolicadore	L'imbroglione ricade sull'imbroglione
237	S'interessu no fachtet zente e sa zente fachtet interessu	Le ricchezze non fanno gente e la gente fa ricchezze
238	Sa brente siat prena, siat de paza o siat de arena	La pancia sia piena, sia di paglia sia d'arena
239	Sa cosa antiga durada de prusu	La cosa antica dura di più
240	Sa cosa cotta non torrat mai crua	La cosa cotta non torna mai cruda
241	Sa cresia bona est sa dommo	La chiesa migliore è la casa
242	Sa die bona si biet dae su manzanu	Il buon giorno si vede dal mattino
243	Sa dommo `e su re Sa misura la re(ghet)	La casa del re La misura la regge
244	Sa domo est piticca, su coro est mannu	La casa è piccola, il cuore è grande
245	Santa Barbara isposa e Santa Nicolosa e Santa Anastasia, in mesu `e sa `ia, in mesu `e su campu liberàdenos de tronu e de lampu.	

246	Sant'Elèna mia santa preparatemi sa banca, cun d'ua tiaza bianca, tres lepuzzos a segare tres panes de armonia: dademi in craru sa fortuna mia.	
247	Santu Silvestru donnu benidemi in su sonnu cun cosas de piaghene cun cosas de allegria: de cantu happ'a passare in tota sa vida mia.	
248	Sa padedda tinniada si connoschet a su sonu	
249	Sa paragula bolat che su cascu	La parola vola come sbadiglio
250	Sa poveresa no est vilesa	La povertà non è viltà
251	Sa rosa nche la tiran dae sas ispinas	La rosa la spiccano dalle spine
252	Serrare sa gabbia pustis fugliu su puzone	Chiudere la gabbia dopo fuggito l'uccello
253	Serenu esti chi tenidi puddas ca pappada ousu friscusu	Sereno è chi ha galline perché mangia uova fresche
254	Si cheres ammasettare lea muzere	
255	Si cheres binu in cuba in marzu puda	
256	Si fimis divinos non fimis mischinos	
257	Si no pingo tingo	
258	Si ses piscadore pisca e torra grassias a Deus d'esser biu.	



259	Sorte currat e non caddu	Sorte corre e non cavallo (la fortune è più importante dei mezzi)
260	Sos annos si contan a su poleddu	Gli anni si contano al somaro
261	Sos benes de campana Comente benin bana	I beni di campana Come vengono vanno
262	Sos ch'ana fritu lentolu si tìrene sos ch'istan male fiancu si girene	
263	Sos faeddos de cara non perden amistade	
264	Sos quadros s'impiccan a su muru	I quadri si appendono al muro (La bellezza è vana, inutile)
265	Sis maccos e sos pizzinnos narant sa beridade	Matti e bambini dicono la verità
266	S'oro est caru prit'est raru	
267	Su bonu coro est su mellus pratu	Il buon cuore è il miglior piatto
268	Su 'oe narat corrudu a s'ainu	Il bue dice cornuto all'asino
269	Su dinare cuzicat tottu	Il denaro copre ogni cosa
270	Su fame no at lezze	La fame non ha legge
271	Su fogu `e su ighinu brujat sos de afaca	
272	Su mare non revudat abba	Il mare non rifiuta acqua (Per quanto ricchi si sia non si rifiutano altri guadagni)
273	Su marjane perdet su lipu ma sas trassa mai	La volpe perde il vizio ma le astuzie mai
274	Su molenti sardu du frigas una botta scetti	Il somaro sardo lo fregghi una sola volta

275	Su mundu est bentu	Il mondo è vento
276	Su mundu est un'iscalu, a chie arziat a chie falat	Il mondo è una scala A chi sale ed a chi scende
277	Su murmuradore o a balla o a presone	
278	Su perdonare est de Deus, su ismentigare est de maccos	Il perdonare è di Dio, il dimenticare è dei pazzi
279	Su porcu e sa pudda fachen dae nudda	Il porco e la gallina fanno dal nulla
280	Su poveru senza bestiolu est pover'in terra.	
281	Su re sichit su leppore a carru	Il re raggiunge la lepre col carro
282	Su sambene no est abba	Il sangue non è acqua
283	Su sardu pessat ass'urtimu	Il sardo pensa all'ultimo
284	Tappulande su pannu siche inghirit s'annu	Rattoppando il panno passa l'anno (facendo economie si passa il tempo)
285	Ti facan che ass'orzu manca a su peius nemigu lu nês.	<i>Ti facciano come all'orzo</i> (ti tagliano la testa) non dirlo neanche al peggior nemico
286	Tottu benit e tottu passat	Tutto viene e tutto passa
287	Totu sas artes sunt pro vivere	Tutti i mestieri son per vivere
288	Truncu asca ghattat	Tronco scheggia getta (le persone forti si fanno rispettare)
289	Truncu iscandula etat	La scheggia è come il tronco da cui proviene (da una persona possono venire solo cose della sua stessa natura)
290	Ube b'at focu essit fummu	Dove c'è fuoco esce fumo
291	Una campana senza s'atera male sonat	Una campana senza l'altra male suona (in una controversia occorre sentire ambe le campane)




















































