

## Tululikud õpetused.

Kes aia ehk muud postisi maa sisse panevad ja soowivad, et nad kauemine mädamise vastu seisakswad, pangu ladwa otsad allapoole, siis on nad head küllalt, ilma et neid põletada tarwis oleks.

Kes oma terwist hoida tahab, piab selja sooja hoidma, see on: willast riiet palja ihu peal kandma, isiaraniis nõrgemad inimesed; sest külm teeb neerudele ja kopsule wiga, mille läbi ka tiisiku tõbi sündida wõib ja ka inimest, kes enese terwise eest hoolt ei kanna, enneaegu hauda wiib. Neerud, kops ja süda on need inimese elu ja terwise hoidjad.

Mesilaste, erilaste ja waablaste nõdekumise vastu aitab sibulas, mida nuuga katki lõigatakse ja siis, kui nõel wälja tõmmatud on, haawa kohta selle sisuga õrutakse, mis kohe walu ära wõtab ja ülesse ei lasse paistetada.

Kange kõha vastu wõtku tsitroni sahwiti nii palju kui isi soowib ja segagu peenikest suhkurt sinna sisse, et see nii pakujuk ja sitkeks läheb, nagu siirup. Sellest wõtku siis aeg-ajalt üks teelusika täis sisse. Küll siis kõha kaub.

Ernid pehmeks teeta wõib seeläbi, kui pisukeste lusika täie soodat erne patta panna.

Eutikaid kautada, wõtku rohelist seepi ja sulatagu palawa wee sees ära. Nõndasamuti sulatagu ka puhastatud pansõrmi ja ninatubakast palawa wee sisse ja segagu seerbiga ära ning määrigu siis kõik kohad, kus neid aga on, küll nad siis kaduwad.

Leiba hallitamise eest hoida, segagu taigna sisse natukene aniisi ehk ka kõõmlid, seeläbi seisab leib kauem wärske ja ei lähe ka mitte hallitama.

Wärsket õlut ruttu selgitada, wõtku peu täie soola, põletagu seda raud labida