

A'Kiseded gyermekeknek nevelésekröl valo' rövid oktatas.
(Kurzer Leitfaden zur Erziehung der kleinen Kinder.) hung

Paldi

Kolozsvar 1760

Signatur: 4.W.39

Barcode: +Z152391208

Zitierlink: <http://data.onb.ac.at/ABO/%2BZ152391208>

Umfang: Bild 1 - 112

Nutzungsbedingungen

Bitte beachten Sie folgende Nutzungsbedingungen: Die Dateien werden Ihnen nur für persönliche, nichtkommerzielle Zwecke zur Verfügung gestellt. Nehmen Sie keine automatisierten Abfragen vor. Nennen Sie die Österreichische Nationalbibliothek in Provenienzangaben. Bei der Weiterverwendung sind Sie selbst für die Einhaltung von Rechten Dritter, z.B. Urheberrechten, verantwortlich.

Hinweis: Das Dokument enthält hinterlegte Textdaten, die eine Suche in der Datei ermöglichen. Diese Textdaten wurden mit einem automatisierten OCR-Verfahren ermittelt und weisen Fehler auf.



MENTEM ALIT ET EXCOLIT



K. K. HOFBIBLIOTHEK
ÖSTERR. NATIONALBIBLIOTHEK

4.W.39





11. rész a'

K I S D E D

GYERMEKEKNEK

NEVELÉSEKRŐL VALÓ

R Ö V I D

OKTATÁS,

Mellyben elől-adatik

Miképen kellessék azokkal
bánni Születéfeztől fogva három
Éztendőös korokig.

Hozzá-adattak a' végin

A Z E G É S S É G N E K
F E N N - T A R T Á S Á R A ,

É s a'

H O S Z S Z U É L E T N E K
M E G - N Y E R É S É R E T A R T O Z Ó

Szükséges

R E G U L A K .

W E S Z P R É M I I S T V Á N
Med. Dr. által.

K O L O ' S V Á R A T T ,

Nyomt. PÁLDI ISTVÁN által, 1760. Éft.

BIBLIOTHECA PALATI.
VINDOBONENSIS.

A P P R O B A T I O .

PRAENOBILI AC EXPERTISSIMO
V I R O

DOMINO STEPHANO WESZPRÉMI

Med. Doct.

S. P. D.

GERHARDUS L. E. van SWIETEN.

Lubens fateor me nondum Hungaricam Lingvam, quam amo tamen, tam bene intelligere, ut absque haesitatione omnia intelligere possim. Placuit tamen qualiscumque ille labor meus, quem legendo eximio tuo Tractatui de Puerorum Educatione medica a nativitate usque ad tertium Annum impendi. Hoc tentamen me firmiorem reddet in legendis aliis, et utilitas hujus opusculi meretur, ut Publici juris fiat. Verum est, quod Herculi clavam facilius extorqueas, quam Mulierculis sua praejudicia. Interim tamen magna spes est, ut prudentiores saltem respiscant, et Patres Familias sua Auctoritate tueri discant illud, quod utile est. VALE et me ama!

Vindobonae 24. April. 1759.

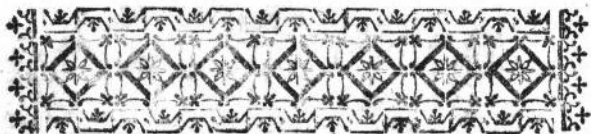
MÉLTOSÁGOS GROF
SZALONTAI
THÓLDI ÁDÁM

U R

Ö NAGYSÁGÁNAK;
NEMES ERDÉLY ORSZÁG KIRÁ-
LYI TABULA ÉRDEMES
ASSESSORÁNAK,

Nékem Kegyes Patronus
Uramnak.

BIBLIOTHECA PALATI
VINDOBONENSIS.



MÉLTÓSÁGOS GRÓF, JÓ PATRONUS URAM!

Mlön ezen mostan folyó Ektendőnek elein értekeznek Tölem NAGY-SÁGOD Komorú Árvaságra nem régen hagyatott Kisded Gróf Kis-Akfonykájának helyesen lezendő Neveltetéséről; mindjárt gondolám magamban, melly kevesseu vagynak olly büséges Atyák, kik Tsetsemő Magzatjaiknak okos Neveltetéséről illy forgalmatoson gondolkodnának, mint NAGY-SÁGOD: közönségesen tsak a' kedvező Anyákra és tudatlan Dajkákra bízott ez ideig e' dolog, azok pedig a' Tsetsemő Kisdedekkel okosabban bánni nem tudnak, hanem a' mint Nagy Anyoknak régi megvögött helytelen rok' szokásokból tanúlták:

§ 2 ellen-

ellenben ritka az, a' ki értelmes Orvos
Dokornak tanátsával kívánna élni máskor,
hanem midőn meg-betegednek, holott arra
kellene vigyázni kiváltképpen, hogy meg-ne
betegednének, és a' Nyavalyáktól eleve ól-
talmaztatnának: innét vagyon már, hogy
többen halnak ki az Emberek között öt Éf-
tendőm alól, mint kik Életeknek ötödik Éf-
tendejét el-érték volna. Hallván NAGY-
SÁGOD illy komorú panaszomat, azt hely-
ben hagyta, és mintegy maga meg-illetődé-
sével parantsolni méltóztatott, hogy Irásban
adnám által, mint kellefsék a' Szüléknek
és Dajkáknak magok~~at~~ a' Kisdedek Neve-
lésére nézve ~~vigyl~~ni. Ez az Irás az,
MÉLTÓSÁGOS GROF UR, jó Patro-
nus Uram, mellyet NAGYSÁGODnak
meg-ígérttem, ezt az Irásotskát ajánlom Én
NAGYSÁGODnak grátiájába tellyes bizo-
dalommal lévén, hogy a' melly indulattal
viseltetik a' közönséges Főnek elől mozdítá-
sához, jó neven-is fogja venni. A' rágál-
mazó nyelvekkel semmit nem gondolok, ir-
janak jobbat, ha kiknek az Én Irásim nem
tettzenek: egybe - vetett vállokkal kellene
mindnyájunknak az Emberi Nemzet Javá-
nak

nak elől-mozdításában, munkálódunk. Igen
 szeretném, ha NAGYSÁGOD maga böl-
 tse sége kerént Énnékem arra útat nyitni
 méltóztatnék, mimódon lehetne próbát ten-
 ni e' mi Nemzetiinkben, hogy midőn a' Gyer-
 mekek életeknek negyedik Éftendejét el-ér-
 ték, a' hólyagos Himlöt beléjek ólthatnók:
 bizonyos dolog az sok ezer példákól az i-
 degen Országokban, hogy a' kikbe bé-óltat-
 tott, egy-is azok közziül meg-nem hólt,
 azon fellyül ábrázattya soha meg-nem mots-
 koltatott: az Orvosló Ispotályokban egyné-
 hány Százakban óltottuk-bé, de nem láttam
 egyet-is, mások sem tapasztaltak soha, hogy
 az egék Testén ütvennél vagy hatvannál több
 ütötte volna ki magát. Vagyon még egy
 dolog, MELTOSÁGOS GROF URAM,
 mellyet NAGYSÁGODnak engedelmével
 bátran említek: Közönségesen fájlalható do-
 log, hogy a' Bába Mesterségnek vastag tu-
 datlansága miatt olly sok ezer Lelkeknek
 kell el-vefni, vallyon nem könnyen lehetne-é
 arról tenni minden nevezetes Társaságokban
 az Előháróknak? nem lehetne-é könnyen ezt
 a' Doktorságnak egyik füksége sebb része't
 az Emberi Nemzetnek háfnára mi közöt-
 tünk-is

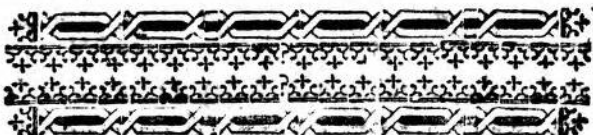
tünk-is lábra állítani? meg-úntam márhol-
gatni a' fegény Afzkomy Népnak sok panasz-
ját, melly nagy és el-felejtethetlen sérelme-
ket véfnek Naponként az oktalan vélek va-
ló bánás miatt: abban az Országban, a' hol
Mesterségem gyakorlása végett forgottam,
sem Doktor, sem Chirurgus, sem Bába sen-
ki nem lehet, míg az említett Mesterséget
a' Bába Doktor Professornak vezérleése alatt
fundamentomóson meg-nem tanulja, és
~~amú~~ realis manualis operatiokat tévén
arról Tanúbizonyosság Levelet nem véfken. Ezek-
ből a' három Fel-tételekből melly nagy ha-
szon következnék Nemzetünkre, ha egyet
nem főllok-is, ki ki böltsen által láthattya.
De itt meg-állapodnunk még nem lehet, mi-
dön a' mi Ifjaink nevedezni kezdenek, fők-
ség hogy bizonyos Regulákat-is adgyunk e-
leikbe, mellyek férént a' mennyire lehet, in-
tézzék magokat egész Életekbe. Erre nézve
rövid Írásotskát-is ragasztottam az Elsőböz,
az Egészségnek fem-tartására és a' hófőle
Életnek meg-nyerésére tartozó főükséges Re-
gulákat: de ezek nem annyira a' tökéletes
Egészségü és kemény Terméketü, Emberekre tar-
toznak, mint a' gyenge Terméketü, beñ-ülő és
tanuló

tanuló Emberekre: midőn az Egészes Em-
ber Egészesnek meg-sértődése nélkül sokat
el-követ, akkor a' gyenge Terméketű Ember-
nek foros dietához kell magát tartani. Ha
ezen által küldött Irásimmal valamelly ked-
vet találok NAGYSÁGOD előtt, nagyfe-
rentsémnek fogom tartani; azonban fivem
kerént kívánom, hogy a' Közönséges Főnek
elől-mozdítására a' Mindenható Ur Isten
Hazánk Fő Fő Rendeinek; azok között NAGY-
SÁGODnak-is adgyon erőt, Egészet és e-
legendő Kegyelmet. Én pedig midőn ma-
gamat továbbra-is fokfőri tapasztalt Gra-
tiájába egéskén le-tézek,
maradok

MÉLTÓSÁGOS GRÓF, NAGYSÁGODNAK

DEBRETZENBEN, Pünkösdi Ha-
vának 6. Nap. 1758-
dik Eftend.

igaz kötelességű hív Szolgája,
WESZPRÉMI ISTVÁN, Med. D.



AJHA el-jöne már valaha az a' bódog Idő, mellyben az Értelmes Tudós Emberek a' mi Nemzetünkben-is a' Gyermekek' Nevelésébe belé tekintenének, ne bíznák azt egyedül az **A**zfüny-emberekre, a' kik tsak Nagy-Annyoktól reájok állott régi szokások férént intézik e' részben-is dolgokat. Közönségesen melly hibás légyen a' Gyermekek Nevelés, akármelly Értelmes Ember-is könnyen által-láthatja, ha meg-tekinti, mennyi fok egésztelen Emberek vagnak mi közöttünk: mellynek okát nagyobb részént annak lehet tulajdonítani, hogy kitsínységünktől-fogva rozzúl neveltetünk, holmi egyre 's másra rozzúl fochtattatunk. Ha ki erről kételkedik, azontúl róla meg-gyözetik, ha velem együtt a' Meg-hóltaknak Laistromába belé tekint, mert onnét

ímé világosan ki-sül , hogy többen halnak-meg mindenkor , a' kik életeknek még ötödik Eßtendejét sem érhetik-el, mint a' kik azt el-érik , és öt Eßtendónél tovább élnének. Ezt az Emberr Nemzetnek fzerentsétlenségét méltó bizonyára , hogy minden okos Ember fzívére végye , és vizsgálódjék körülötte , vallyon mi lehet annak az oka , és mimódon lehetne annak Orvoslását fel-találni. Képtelenség vólna itt a' Termézetet minékünk vádolni , és ha-fontalanúl így okoskodnunk , hogy talám a' Kisdedek a' Nyavalyáknak és a' Halálnak inkább alája vettetenek termézfettel , mint sem a' fel nevelkedett Ifjak és Öregek ; holott ellenben világos az , hogy a' Kisdedek minden Nyavalyákat könnyebben el-türnek , mint az Öregek ; több Nyavalyákat el-hallgatván tsak a' Hideglelést és a' Himlöt hozom elöl Példáúl , többnyire könnyebben által esnek ök azokon , mint az Öregek. Jól tudják mindenek , jobban éri a' fél a' magasan felnött

nőtt Fákat, mint a' Földnek fíjén lé-
 vő apró Tsemetéket. Nézzük-meg a'
 gyenge Báránkákat, a' Madár-fiatská-
 kat, a' gyenge Tsemetéket, akkor
 vagynak azok leg-virágzóbb állapotjok-
 ban, midőn még leg-közelebb vagy-
 nak Eredetekhez, semmi jó akaratját
 tőlök a' Termézet meg-nem vonja,
 sem felesleg házontalanul reájok nem
 veztegeti: főt fokkal bódogabbaknak
 lehet azokat e' részben mondani azért,
 hogy tsak egyedül a' Termézet által,
 ama' Nevelésben hibázni nem tudó jó
 Dajka által a' Mértékletességnek tsal-
 hatatlan. Réguláji szerént illendöképen
 tápláltatnak. Ha a' Szülék-is Kisdede-
 iknek nevelésében a' Termézetet kö-
 vetnék mindenben, a' fok Szoptatással,
 kelletlen Étetéssel meg-nem terhelnék,
 azok az ő egészségekben, Testeknek
 épségében, szépségében, erejében, el-
 méjeknek vidámságában állhatatosan
 meg-tartatnának.

Tsak az alaton sorsu Embereket vé-
 gyük-fel Példáúl, nevezetesen a' Falu-

4 A' KISDED GYERM: NEVEL: V.

fi Parasztokat, ezeknek sem Ifjaik, sem Kisdedeik között nintsenek annyi betegesek, nem-is hálnak-ki annyin közülök. A' jó egészségben, és a' szép Magzatokban a' flegény munkás Embereknek vagyon rézek, mivel Élelmeknek fűk volta miatt ök igen közel vetnek a' Természethez: ezek ímé bődogságban élnek; de bődóságokat nem érzik, okát-is annak nem tudják. A' flegény Afzónynak ha mi Ruha rongy a' keze között meg-akadhat, azzal takarja-bé Gyermekeit; alig ezik maga eleget, úgy táplálja Kisdedét; még-is elég egészséges, elég eröss, e-lébb-is lábra kél az: azonban a' Gazdagoknak, az Uri Méltóságoknak Gyermeke, a' ki a' Fámiliának Örököse, minden Reménysége, a' fok drága Portékáknak fűllyos terhe alatt alig piheg, lankadoz, majd csak meg-nem fűl, a' helytelen kedvezésnek, a' rendkívűlváló Anyai indulatnak, egy fűóval az ok-talan Nevelésnek miatta fűomorúan e' Világból ki-műlik. Vallyon nem gya-korta

korta panaszolkodnak-é illy siralmasan az Anyák: az én Kitsínyem születésétől-fogva semmit a' gyomrában meg nem tarthat, mindent ki-hány, a' fok szüntelen való sirást, rívást műveli. Tsuda dolog, hogy ezeknek okát által nem láthatják. Vallyon nem világos dolog-é az, hogy ha ki-hányják azt, a' mit e'znek, hogy a' gyomrok terheltetett-meg? midőn a' szoros bépólálás közben sirnak, vallyon nem a' kötözés árt-é nekik? Míg a' Gyermekeknek Ereje Természeti frisségében meg-marad, (fokkal erősebb és egészségesebb a' Gyermekek midőn születik, mint sem mi azt gondoljuk) addig mind kiált, el-nem szenvedheti, hogy Természete szükségtelenül meg-terheltessék, azt magáról egész erővel kívánja el-hárítani: de ellene ugyan csak tellyes-séggel nem állhat, meg-hízik, fel-fúvódik, a' felesleg való és az erőszak-tétel el-nyomja, erejében meg-fogyatkozik, el-lankad, meg-tsügged, le-tesendesül. **A'** szerentsétlenség ímé meg-esett, de

miből származott, ki az, a' ki értené? a' szoros bé-pólalástól, a' szorongatástól még sem szünnek-meg, az Eledelt-is ki-méltetlenül tömik belé mind addig, míg a' Has-tekerés, a' sok Bél-menés; 's a' t. után a' Nyavalya ki-üti, végezetre meg-is hal. Jól járt szegény Kisded, hogy a' több kínzások alól jó-idején fel-szabadúlhatott. Ugy lévén dolga, mint a' Hízlalónak, mivel meg-hízott, azért meg-is öletett.

Hogy sok hibák és fogyatkozások legyenek a' Gyermek Nevelésben, nem szükség azt sokkal próbálni, hányan vagynak a' Gyermekkek közzül, kik fe-lől szünetések után csak hamar az A-nyák síralmasan így szólnak, hogy a' Gonoszok meg-vezítették, a' rosszok fel-váltották? hányan vagynak, a' kik kü-lömbb-külömbb-féleképen el-nyomorod-nak? de hányan, kik még virág-szá-lokban ki-múlnak? hányan ha meg él-nek-is, de egész Életekben változó e-gességüek? Mind ezeket vallyon nem a' rossz vélek való bánásnak, a' tudatlan

Neve-

Nevelésnek kell-e tulajdonítani? Nem
 szükség ezt nékem több erősségekkel
 tovább világosítani, mert az okos Em-
 berek könnyen észre vehetik azt, ha
 csak valamennyire-is róla gondolkodnak.
 Látják az Emberek ezt a' Fogyatkozást
 majd mindnyájan, a' ki meg-jobbításá-
 ról gondolkodnék, senki nints, ha ki-
 vézek egy bizonyos Társaságot, a'
 melly nem régtől-fogva kezdett hoz-
 zá, és világos élő Példákkal meg-mu-
 tatta, miképen kellessék a' Kisded Gyer-
 mekeket a' józan Okoskodásnak diktá-
 lása fzerént rendesen nevelni. Én azt
 akarom itt rövideden a' következen-
 dőkben világosan elő-adni.

Ezekből az Igékből észre lehet ven-
 ni, hogy az én panaszom miben áll-
 jon, közönségesen ebben, hogy a' Kis-
 ded Gyermekkel sem Ruhájokra sem
 Eledelekre nézve tellyességgel nem jól
 bánnak. E' két Okokból färmazik a'
 Gyermeknek minden névvel nevezendő
 Nyavalyáik. Hogy világosabban a'
 dologhoz fóljak, az első Hiba és Fo-

gyatkozás ebben áll: Olly bal-vélekedésben vagynak az Afzonyok, hogy a' mostan fületett Kisdedet felettébb való melegségben kell tartani; e' végre olly fok rendbéli Gyermek-ruhákban takargatják-bé mesterségesen, hogy a' Ruháknak nehézsége majd tsak nem többet nyom, mint maga a' Kisded-Gyermek: a' honnét az ép és egészséges Gyermek egy Hónap múlva úgy el-gyengül, olly fazékonnyá lézen, hogy a' külső Levegő-eket el-nem fzenvedheti, és ha történik, hogy az Ajtó vagy az Ablak vigyázatlanságból fokáig nyitva tartatik, a' nehéz Hideg-aér körül vévén, azt magába bé-fívja, 's úgy által-járja, hogy abból ki-mondhatatlan kára következik: de a' mi annál-is ártalmasabb, majd kevés idő jártatva oztán a' fokatlan Hideg és nedves Levegő-égen félllyel idestova kin hordoztatik; és így nem tsuda ha a' gyenge virág-fál úgy el-hervad, hogy soha többé meg-nem éled. Az újonnan fületett Kisdedet nem kell fok Ruhával terhelni,

ni, sem pedig forossan bepótlálni; nem kívántatik annak állapotjához képest annyi Ruha, mint egyéb Embereknek, mivel ők Termézettel melegebbek szoktak lenni az idős Embereknél, a' mint ezt a' Doktorok' *Thermometruma* világosan megmutatja, és ez okáért ők könnyebben eltűrnek még a' Téli hideg Éjtzakákat-is, mint akárki mi közzülünk. Elég Példáink vagynak erre minékünk mind a' régiéknél mind a' mostaniaknál, hogy a' ki-tétetett és el-hagyatott Kisdedek sok napokig éltenek. A' régi Időben olly szokás volt a' Világnak némelly részeiben, hogy a' melly Szülék Magzatjaikkal bajlódni nem kívántak, vagy éktelen ábrázatauk voltak, avagy szerentsétlen Tsillag alatt születettek, ők azokat elvetették: hát mit szóljak a' mi Idők szerént ama' nagy roppant Városokról, hány el-hagyatott Fattyú-Gyermekek fedettetnek-fel Eftendőnként azoknak Utzáiban? voltak a' régi Időben, kik az ő Kisdedeiket hideg-vizben fe-

refztették, főt még e' mai napon-is találatnak olyanok. Ezek a' Példák mind arra mutatnak, hogy a' Termézet úgy alkotta a' Kisededeket, hogy akármelly hideg Idöt-is el-türnek, minekelötte a' rof vélek való bánás által meg-nem erötelenítettnek, el-nem betegesednek.

De ezeken a' Hibákon kívül, hogy a' Kisededet a' fok Ruhákkal terhelik, és mintegy fázaz Feredöben tartják, még fokkal el-fzenvedhetetlenebb Hiba ez, hogy olly fzorossan öfve 's meg öfve kötözik le-fásloják ezerféleképen, hogy belsö rézfetskéinek nintsen annyi helye, hogy azok a' magok Termézet munkájokat végbe vihessék, külsö Tagotskái-is termézet fzaadtságoktól a' le-kötözés által meg-föztatván azokat nem mozgathatja, nem gyakorolhatja; úgy erössödik-meg akár ki-is, ha magát a' mozgás által illendöképen gyakorolhatja: a' kemény kötözést a' gyenge Testek nem fzenvedhetik-el, mert úgy a' vérnek és egyéb nedves-ségeknak fzaados folyamatja rendes út-
já-

jában meg-gátoltatik, a' honnét az-is meg-efik, hogy valamely részetskéje meg-is dagad, avagy rendes helyéből ki-tekertetvén félre foktattatik: ez az oka, hogy fokaknak Tagjaiban éktelenséget tapasztalunk, tapasztalunk lenni magunk között nyomorékokat és erőteleneket. Elégedendő Ruhabéli kézfülete az a' Gyermekeknek, ha félre tévén minden póláló ruhákat, csak azt az öltözetet adják reá, a' mellyet ki-ki a' maga állapotjához képest Gyermeke számára fokott tsináltatni, midőn ölben hordoztatik; de ezen minden öltözetét úgy kell alkalmaztatni, hogy egyzer'smind reá lehessen adni, és róla ismét le-venni, mikor a' szükség kívánja. A' Ruhája bő légyen, soha rajta meg-ne zorittassék, Süvege-is álla alatt le-ne kötessék. Semmiféle Tagja ama' hafontalan ki-gondolt mesterséges kötözésekkel vagy egyéb fzfámokkal ne egyengettessék, mert a' Termézet az a' leg-jobb nevelő Dajka semmit tselekedni el-nem múlat, valami

mi az Embernek, ennek a' leg-nemefebb Teremtett-állatnak dízire és ékeségére tartozhatik; tsak ö reá hallgassunk. Lábaira botosokat vonni tellyeséggel nem fűkség, hogy inait el-rútítván annál inkább tisztaságban leheszen tartani, hanemha minden órában másokkal kívánnók fel-váltani; annyival-is inkább a' Tzipökök fűkségtelenek, mert Lábai egész szabadtságban lévén a' kötözések miatt a' sabbadástól azokat félteni nem lehet, vagy hogy helytelenül félre ne fűktassanak, azonkívül könnyebben lábaira lehet állítani, és könnyebben-is lehet idővel a' járásra el-indítani: tsak akkor kell lábaira mind a' Botost, mind Tzipököt vonni, midön a' sárban fűllyel futkározni kezd.

Ez elég együgyü de elégedendö Ruhabéli kézűlete a' Kisdedeknek; elég könnyü az Anyákra és a' Dajkákra nézve-is, mert egybe fel-öltöztethetik és egybe le-vetkeztethetik a' mint a' fűkség hozza magával; ama' fok ha-
 fzon-

fentalan pólálásokkal, Böltsökbe való terhes le-kötözésekkel magokat nem fárasztják, a' Gyermekeket-is nem kínozzák. Bóldogok valójában azok a' Gyermekek, kik az illy rabságtól megmenekedvén szabadon magoknak hagyattnak, mert úgy ök nagyobb nyúgodalomban lévén hamarébb meg-erősödnek, hamarébb kezdenek a' járáshoz, frissebbek, vídámabbak mind Testekre, mind Elméjeknek tehetségeire nézve. Születésekkor mindjárt az említett Ruhákba fellehet őket öltöztetni, és három egész Éltendős korokig vélek csak azt viseltetni, abban hevertetni, háltni, altatni. Az idő-tájban oztán lehet tsinosabbat a' kinek mint tetzik fámokra tsináltatni, és rendezebb Öltözetben jártatni. A' járó Vállok pedig melly ártalmasok legyenek a' Kisdedeknek, fok fomorú Példákból lehet tapasztalni, fokban azok által mind Egésségekben mind Testestek' állásában nagy kárt vallottanak: egy szóval a' Válloknak bár mindenféle nemei

egy

egy átaljában el-töröltetnének, fokban vagynak kivált az Afzony nép között, kik azok által nyomorékokká lettenek, leg-alább egésségekben tsonkulást szenvedtek. Ruhájoknak változtatására nézve pedig tsak azt lehet mondani, ám-bár böv nedvességük légyenek a' Kisdedek, de a' fokzori változtatás által az új Ruhák spongyia módjára böv mértékben magokhoz bé-fivják azokat a' jó tápláló nedvességeket, mellyek az ö Testekből meg-fünés nélkül lassanként ki-gözölgenek: annyifor kell tsak váltót reájok adni, a' mint a' rendes tisztaság azt meg-kívánja, mivelhogy a' tisztátalanság és büdösség-is ellenben a' Kisdedek állapotjával meg-nem egyez, főt ugyan ártalmas-is.

A' Kisdedeknek Táplálásokra még-is nagyobb gondosság kívántatik, mint Ruházatjokra; fzorgalmatosan reá kell vígyázni, semmit egyebet nékiek adni nem kell, hanem a' mi valójában jó és egésséges; se pedig annál egy tseppel-is többet ne, tsak a' mennyi

Tes-

Testeknek táplálására és nevelésére elegendendő. Halljuk-meg mit mond nekünk e' részben a' Termézet, ha mi annak szavát fogadjuk, ötet követjük, nem igazgatjuk, annyival-is inkább ha nem eröltetjük, lehetetlen dolog, hogy mi meg-tévelyedjünk. Valamint szintén az Orvoslásnak, úgy a' Nevelésnek mesterségében-is hamar meg-tévelyedünk, ha a' Termézetnek folyására szorgalmatosan nem figyelmezzünk. Midőn a' Kisded e' Világra jö, sem étel, sem ital, semmi *provisio* nélkül épen nem fűkölködik; mivel az Anyának teje ritkán indul-meg harmad nap előtt, bizonyosan arra mutat a' Termézet, hogy másfél nap', sőt két nap-is el-lehet a' Kisdedet táplálás nélkül hagyni, úgy látzik énnékem, hogy nála nélkül tellyességgel nem-is fűkölködik, mivel a' Kisded midőn fűletik, bőséggel vagyon benne a' vér, tele vagyon rusnyasággal, az éhségtől még nem öftönöztetik, érzékenységei-is még fel-nem ébredtek, azért ezeket az egynéhány

hány órákat a' Termézet mintegy böjtölésnek és nyugalomnak órájivá rendelte, mellyekben nyugalalmot kíván a' Kisded Gyermek, mivel a' Szülésnek küzködése közben mintegy el-lankadott 's el-fáradott; azon kívül a' vér is mivelhogy már most más úton kezd folyni, mint eddig folyt vólt az Anya méhében, nem kevés megháborodása vagyon belől, míg a' nyugalom által le-nem tsendesedik, és a' Vér a' maga Termézet-i rendes útján folyni el-nem indul. Akármelly képtelenségnek lássék ez bátor máfok előtt, én mindazonáltal azzal tartok, hogy jobb vólna bizonyos ideig tellyességgel nem foztatni, mivel az említett idő alatt többnyire ugyan tsak alunni fozott a' Gyermek, azonban a' Termézet-is addig az Anyának emlőjében a' tejet el-kézfíti; akkor oltán a' Kisded meg-éhezik, nagyobb kívánsággal lévén erősebben fozik, a' melly többnyire igen fükséges-is, mivelhogy az Afzonyok' Teje többnyire nehezen

zen indul-meg előzőr. Azt ákarnám utóljára, hogy a' kis Gyermeket sem ekkor sem máskor álmából soha fel-ne vernék e' végre, hogy meg-foptassák vagy étessék, a' mint a' közönséges rozíz Szokás vagyon. Imé ezekre a' dolgokra tanít minket állhatatosan ama' jó Mester a' Termézet, a' mellyekre mindazonáltal kevesen vagynak, a' kik hallgatnának, a' kik pedig követnék fennkik épen nintsenek. Közönséges Szokás az, hogy mihelyen születik a' Gyermek, azontúl liztből, semlye-kásából, vagy egyéb efféléből tsinált pépet, a- vagy rágottat tömnek fájába, úgy kezdik hízlalni. Vézedelmes Szokás ez, nem tsuda ha Születeéseknek első órájától fogva sokan meg-betegesednek. Felettébb sajnálom, hogy az A'fzony Népnek gyalázatjára említeni kényszerítetem, hogy vagynak olyanok, kik mind a' Szülés közben, mind annakutánna holmi hafontalan babonaságot vífnek végbe, mind az Anya mind a' Kisded körül: de én mind azokat el-

B

nem

nem hiszem, e' végre igen jó volna valamimódon annak végére menni, és a' betsülletes Afzonyokat az ilyen Varáslásnak vádgya alól fel-fabadítani.

Hogy a' Kisdedek a' magok tulajdon Anyyokat szopják nem másokat, a' Termézet rendelte azt akképen, midön azoknak Emlőjökben jó egészséges és tápláló nedvességet készített. Ezen kötelessége alól senki az Anyák közül magát ki-nem vonhatja mind addig, míg vagyon annyi ereje, hogy Tagainak mozdítására magától alkalmas, de fel-tévén azt mindenkor, hogy tiszta Személly az Afzony, külömbben lévén pedig a' dolog, reá vigyázzon, hogy meg-síráthatatlan hóltig való Nyavalyát a' szopatás által ne okozzon az öártatlan Maradékának. Ha maga szopatja az Anya Gyermekeit, mind arra mind magára nézve sokkal egészségesebb az, bátor annakelőtte az Afzony a' maga Nemének tulajdon nyavalyájával, mellyet *Hysterica Affectiō*nak hívunk, vagy más effélével küzködött légyen-

légyen-is, de a' Szoptatás által felet-
 tébb fokot segítenek magokon, gya-
 korta ki-is épülnek abból egészen; sem-
 mit azzal gondolni nem kell, hogy ök
 gyenge Termézetűek és betegesek lé-
 gyenek, mert az által Épüléseket bi-
 zonnyal várhatják. Ez okokra nézve
 azt javallom, hogy minden betsülletes
 Anyák fémelly választás nélkül, a' kik
 csak a' Szoptatásra alkalmasok, Em-
 löjököt ne vonják-meg fzerelmes édes
 Magzatjoktól. Sok Példáink vagynak,
 kivált az Ifjú Afzönyök között, hogy
 melyeiket fántfándékkal el fárattják,
 a' Tejet azokba vízbe verik, de azt
 nyerik véle, a' mit fomorúan kellett
 említeni, hogy Életekkel jádfattják ma-
 gokat, gyakorta meg-gyógyíthatatlan
 Nyavalyákra magoknak kéz útát nyí-
 nak.

Hafontanánúl mentegetik azzal né-
 mellyek magokat, hogy ök erőtelenek
 és betegesek, azért tartanak töle, ne
 talám a' Szoptatás által nedvességektől
 meg-fosztatván el-fáradnak: az ollya-

nok egyátaljában nem helyesen okoskodnak, mert többnyire az Emberek' Nyavalyáinak közelebb való oka nem abban áll, hogy kevés ö benne a' nedvesség, főt ellenben az, hogy bővebben is vagyon mint kellene: jóllehet az előző friss és egészséges légyen, de annak bövsége a' Termézetet úgy meg-fojtja, hogy az fokott rendszer munkáját a' Tettben illendöképen nem követheti, a' honnét az Emberben lévő minden vér meg veztegettetik, és így következésképen fok Nyavalyák származnak. Ennek igazsága ki-tettzik az Orvos Doktoroknak fokáfiból, midőn ök felesleg való Nedvességet vezetnek észre az ö Betegeikben, Eret vágatnak, Nyakok börit által furatják, Hólyagot fíztatnak, *Fontanellát* nyíttatnak; 's a' t. Tsak magokra hagyom az Afzony népekre, magok tégyenek ítéletet, vallyon az az ö első Tejek nem a' nedvességeknek benne lévő bövségét és terhét jelenti é? azt kellé ö nékiek vizfza verni, a' mit a' Termézet

mézet ö benne meg-nem fzenvedhet, és ki akar hajtani? az, ö reájok nézve a' Termézetnek sepredékje, vallyon az által meg orvosolhatják-é magokat, avagy inkább nem ejtik-é őket meg-orvosolhatatlan Nyavalyákba?

Az Añzonymok első Tejének gyenge Hast indító ereje vagyon, a' mostan fzületett Gyermekek pedig tele vagyon meg-gyült rusnyasággal, azért nyilván-ságosan vétkeznek az az Anya, a' ki Kisdéd Gyermekeit első Tejével nem fzoztatja, hogy a' benne régtől fogva meg-gyült rusnyaságtól apródonként hadd tisztítsassék-ki. Idövel ez az első Teje az Añzonymnak meg-változik, és az ö Hast tisztító erejét el-hagyja, és több tápláló erő kezd benne lenni napontként, és úgy látzik ez a' Gyermekeknek leg-jobb Éledele, és azon kívül bizonyos ideig nem-is kellene egyébnek lenni. Ha-én rajtam állana a' dolog, meg-nem engedném, hogy Születésekor a' Gyermekeknek vagy Eledelt vagy más Añzonymnak a' Tejét adnák,

míg nem annak számára a' Termézet az Anya Tejét el-készítette, sőt még annakutánna-is a' három első Hónapokban semmiféle Eledelt az Anya Tején kívül belé verni nem volna szükséges, mert annak illendöképen való meg-eméztésére még nem egészen alkalmatos a' Gyomra.

Rend szerént elég Teje vagyon az Afzónynak az ő első Gyermekeivel, sőt néhánykor az elégségen fellyül-is; a' Termézetre kell vigyázni, a' megfogja mondani, mikor kell a' Gyermekeket vastagabb Eledelre fogni, mikor kell azt szoktatni, mikor étetni? soha nem elébb, hanemha meg-éhezik. Erre még is az Anyák soha nem vigyáznak, ennél pedig egyben nagyobb fogyatkozások nem lehet. Nem kell ugyan-is, azt mondom, soha a' Termézetnek munkáját mással öfve zavarni, mind addig kell Téjjel, és egyedül Tsets-téjjel tartani a' Gyermekeket, míg annak táplálására elégedendő Teje vagyon az Annyának. Igy
lévén

lévén a' dolog, nékem úgy tefzik, hogy a' Dajkának tizti mind ez ideig még nem egyébben fog állani, hanem hogy a' Gyermeket tiztaságban tartsa, rengesse, jádzodozzék, nyájaskodjék véle.

Három Hónapoknak el-töltte után mintegy meg-kívánja a' Gyermek of-tán a' vaftagabb Eledelt; de visgáljuk-meg azt-is minémünek kellett annak lenni és mennyinek. Akárki el-hitetheti bátran magával, hogy e' dologban nagy Fogyatkozást találunk, eb-béli vígyázatlanságból fámptalan fok Gyermekek meg-betegednek. Tsúfos bé-vett Szokása a' mindeneknek, hogy valamikor a' Gyermek fir, úgy vélekednek, hogy annak Eledelre vagy on fűksége, erre nézve napjában tizfer tizenkétfer főt többfőr-is meg-fop-tatják, ezt tselekefzik véle Éjtfakán-ként-is. Ez olly közönséges és fem-be tünhetö Hiba, tsudálkozni lehet rajta, hogy éfze nem véfzik az Em-berek. Ha a' Gyermeknek mozgására,

kívánságára és magaviselésére fozgalmatosan de értelemmel reá figyelme-zünk, könnyen által láthatjuk, hogy a' soha fem fir, hanemha a' Fájdalom-tól öztönöztetik: már pedig az Éhségnek első érzése nem köttetett fájdalommal egybe: azért ha meg-éhezik a' Tsetsemö Gyermekek, más egyéb ezerféle Jelekkel mutatja-ki anakelőtte fűkségét, minekelötte a' firáshoz kezdene. Ha egészséges a' Gyermekek, és Ruháiban tágon tartatik, nehezen hallatik annak valaha firása. Azt ugyan meg-kell valkani, hogy ritkán láthatjuk azokat a' Jeleket a' Kisdedekben, mellyekkel Éhségeket ki-jelentik, de mi az oka? ez, mivel még ritkábban vagyon nekünk arra alkalmatosságunk, hogy valaha láthatnók a' fok véghetetlen Szopratás és Étetés miatt a' Gyermekeket meg-éhezni. Egy nevezetes Helyen másoknak taníttatásokra ilyen rendelés tétetett, hogy a' fogadótt Dajkák' gondviselése alá bízattott Fattyú Gyermekeket kétférnél
vagy

vagy háromszornál többzör húzonnégy órák alatt meg-nem foptatják, még-is olly friss jó egészségek vagyon, a' mellynél jobbat kívánni nem lehet. Nagy magam gyönyörködtetésével szemléltem annak idejében némellykor, hogy bizonyos Jelek által a' magok kívánságokat olly értelmesen mutat-ták-ki, mintha egészen szóval mondot-ták volna.

Eledeleknek minémüségekre nézve is elég Hibákat találunk, mert nem együgyüképen kézfittetnek azok az ö fámokra. Azoknak az ö Pépjek és egyéb Eledelek Tzúkorral és Fűzer-fámokkal vagynak mesterségesen elkészítve, kivált az Uri Rendek között, holott ezeknek egyikét-is fo ha nem kellene adni a' Gyermekeknek; nem fűkölködik a' nélkül a' mi Testünk, ezeket tsak a' bujaság hozta közinkbe az Emberi Nemzet egészségének meg-vefztegetésére. Nem elég hogy kevés féléből álljon a' Gyermekeknek Elede-le, azon fellyül fűkségesképen meg-

kívántatik, hogy gyenge-is legyen az. Ebben a' mint tapasztaljuk, fokban megsalhatnak, mert nem tudják mellyik legyen a' gyenge Eledelel, úgy vélekednek hogy a' metélt vagy vágott Téztaból csinált Eledeleket a' Gombódákat és egyéb sült avagy főtt Tézta-miveket kellessék azon érteni: holott semmi nehezebb eméztetü nintsen ezen értelemben, mint a' tojásból és keletlen Kovázból készítettett Eledelek és minden névvel nevezendő Tsemegék. A' gyenge, az-az a' könnyü eméztetü Eledelel, hogy észre vehesse akárki-is, azt kell érteni, a' mellynek rézetskéi könnyen el-válnak egymástól, és a' meleg-vizben hamar el-áznak. A' jól sült Kenyeret lehet az én tudásomra leg-könnyebben meg-eméztetni: ha jól meg-költ a' Kovász, jó egészséges Kenyeret várhatni belöle, mert akkor a' Lisztnak, a' Kovásznak erőssen egybe állott rézetskéi egymástól el-választatnak, mintegy félllyel faggattatnak, el-készítettnek illendöképen,

pen, és a' gyenge Gyermeknek alkalmas Eledelévé tétetnek. A' Tehén tej-is elég együgyü és könnyü eméztetü Ezköz, igen jó-is véle öket táplálni, tsak az a' kár, nem okoson bánnak véle, nem kellene azt megforralni; mert ha megforralják, mind íze minden tulajdonsága meg-változik, édessége el-vész, sokkal sürübbé és nehezebbé lézen, és következésképen nem olly könnyen egyelítettetik öfve a' vérrel, hogy azzá által változ-hassék. Egy Nehézség adja itt elől magát, ha a' Gyermek' Eledele tsak Kenyérből és Téjből fog állani, meg-savanyodik az az ö gyomrokban. A' Gyermek' Nyavalyáinak leg-nevezetesebb és közönségesebb oka ez, hogy a' bé-vett Eledelek ö benne meg-savanyodnak, mert ha Próbának okáért Kenyérből és Téjből Pépet csinálz, és a' melegségnek olly *gradus*ában tartod egyenlöképen, a' melly a' Gyermek' gyomrokban vagyon természetel, rövid idő múlva annyira meg-savanyodik,

mint

mint az Etzet; erre nézve a' Tanáts ez, hogy nem csak egyedül azokkal kell táplálni hanem rész szerént Húsból készített Eledelekkel-is kell értetni, melly a' savanyúnak ellenébe tétetik. Azok az Eledelek ugyan-is leg-alkalmasabbak a' mi Testünknek táplálására, a' mellyek Élő-állatoknak Húsaiból és Kerti-veteményekből állanak egy szer's-mind. Mivelhogy mi Húsnak ételében gyönyörködő Teremtések vagyunk, nem lehet a' Kisdedet egyedül csak *vegetabilekre* szorítani. Az Állzonynak teje ha egészséges úgy látzik, hogy rész szerént Húsból, rész szerént pedig *vegetabilekből* a' Termézet által készített Nedvesség, és mindenek felett leg-jobban meg-egyez az a' Gyermeknek Termézetivel, könnyen a' vér közzé egyeledik, és azzá által változik, ha valamelly kevés ideig azzal együtt, ugyan azon az úton az Ereken fel 's alá kerenghet. Azt tanáts-lom annakokáért, hogy a' Gyermek fele Eledele ímé e' legyen, hogy hig

Mar-

Marha-hús lévbe hányjanak egy kevés Kenyeret; avagy főzzenek-meg abban Riskását, mivelhogy ez az utolsó nem olly hamar savanyodik-meg, mint a-kármelley Lisztből vagy Tésztaból tsinált Müh, és adják azt enniek. A' Gulyán neveltetett közép idejü Marhának a' húsából lehet leg-egészségesebb Levest főzetni, ebben jobban el-kézfült Nedvességek vagynak, mint ama' vén hízlalt Sörékben, avagy a' mellyek jázokra fogattatván ázfú fénán, vagy korpán, répán, moslékkal hízlaltatnak az Istállókban: Innét vagyon az, gondolom; hogy a' Vad-állatoknak húsaik kedvesebb ízüeknek tartatnak azok előtt, a' kik az Ételnék külömbb-kü-lömbbféle nemeiben bujálkodnak, de a' mit itten leg-közelebb mondék; azt csak azokról az Állatokról kell érteni, a' mellyeknek Eledelek rendszerént mag és fü fokott lenni.

A' Gyermeknek' Eledelének máfik neme e' légyen: Forró vízbe vessenek annyi Kenyeret, a' mennyit az fel-
 ízik,

ízük, annakutánna töltsenek reá friss Tejet, de nem kell meg-forralni, sem Tzúkort, sem semmiféle Fűzerzámot hozzá adni fűkséges nem lézen. Ez elég könnyü, gyenge és egészséges Eledel, elég tápláló ereje-is vagyon. Kétzer kell tsak napjában meg-étetni a' szopós Gyermeket, nem többör; előzör a' Levessel, másodzör pedig ezzel a' Téjjel, a' mellyről most legközelebb szólék. Ha azt kérde meg-nyit kellessék egyzör nékiek adni, azt felelem arra, hogy azt már az ő kívánságok határozza-meg, a' mennyire, tudniillik meg-éheztének. A' Gyermek egész kívánsággal ezne mind addig, míg kell nékiek; annakokáért gorombául tselekezne mind azok, kik azon fellyül mennek, öket erőltetik, kelletlen-is tömik fájokba mind addig, míg ki-nem vetik. Nem kell öket lefektetni midön ezne; hanem ölben kell főgni, hogy ülő formán lévén annál könnyebben le-nyelhessék az Eledet, könnyebben-is ézre lehet venni,
 mikor

mikor vagyon nékik az elégségig.

Mikor már hatodik Hónap tájban járnak, mind Ételre való kívánságok nőni kezd, mind pedig már jobban emészthetnek, lehet napjában háromszor étetni, a' mellyet annakutánna egész Életekben által ne hágjanak. Éjtzaka se ne űoptassák, se ne étessék egyáltalában azt javallom, hogy meg-éhezvén annál nagyobb kívánsággal foghasfanak reggel az Ételhez. Az Éjtzakai hízlalás annak az oka, hogy némelyek a' kövérség miatt annyira fel-fúvódnak, kitsínybe múlik-el, hogy meg-nem pukkannak. Ha őket előzőr nem kínálnák, annyifor nem unzólnák, főt álmokból-is, a' mint meg-esik, fel-nem vernék, ök azok után fo-ha nem vágyódnának; és ha Születéseknek idejekor meg-nem háborítanak, egy 's két Hét alatt úgy neki válnának, hogy Éjtzakánként-is avagy legalább nagyobb részén az Éjtzakának léptsendességben alunnának, és ha fel-ébrednének-is egyfzer vagy kétfzer valamely

melly kevés korig, talám az-is tsak onnét vólna, hogy meg-nedvesítették magokat, és kívánnak ki-tisztíttatni. Ha pedig zükségesnek ítéltetnék, hogy idő közben-is kellene nékiek valamit adni, egy kevés Táj és viz e' végre leg-alkalmasabb lenne.

Étetéseket főt még-főptatásokat-is az én ítéletem szerént bizonyos időre kellene főritani minden nap, hogy gyomrok hadd emézhethé-meg tökéletesen, a' mit bé-vettenek, és Étel-béli kívánságok rendelt idejében annál nagyobb lehetne. Így a' Gyermekek a' maga idejére mintegy reá tartván nagyobb tsendességben lenne, jobban-is el-múlatná magát, mint midön minden lépten, nyomon, minden mozdulására, minden sívalkodására főptatják, étetik. Ekképen kell vélek bánni mintegy tizenkét Hónapos korokig, akkor o'ztán el-lehet a' Tsetstől vála'ztani, de nem elébb, nem-is egyfzer'smind, hanem tsak lassanként kell tőlök a' Tsetset meg-vonni, hogy észre se ve-gyék,

gyék; midön töle meg-válnak. Ezt annál könnyebben végben lehetne vinni, ha már annakelőtte bizonyos időre fozítottatott volna foztatások. Ha ezek a' le-rajzolt módok fzerent bannának valójában a' Dajkák a' Gyermekkel, vélek tisztán bannának; fépen apolgatnák, mulattatnák, hazúdoznának nékik, és minden nap féllyel hordoznák mind hideg mind meleg, mind nedves mind fázaz időben egyaránt, hat vagy nyóltz Hónapok múlva úgy meg-erősödnének testekben, hogy töbnyire minden támasz nélkül a' Földön el-ülnének, egy óráig-is magokat egyfzeribe el-múlatnák, azután mind az állásra mind a' járásra tsak hamar reá kapnának, és magokra gondot viselnének; úgy lévén a' dolog a' Dajkák-is fok bajtól menekednének - meg.

Ha azt kérdi valaki én töllem; valyon minden Gyermekokröl egyaránt vagyon-é itt a' szó; e' fzerent kellé hát banni még az olly gyenge erőte-

len tsenevélz Kisdedekkel-is, a' kik beteges Szüléktől zárnaztanak? azt felelem reá, hogy nem fíntén úgy vagyon a' dolog a' mint közönségesen vélekednek az Emberek, hogy az egészségtelen Szüléktől örökség zerént által mennének a' Magzatokra a' nyavalyák. Nem helyes vélekedés ez, mert a' kik valójában betegesek, igen ritkán nemzenek azok Magzatokat, kivált ha az A'zfony Embernek bomlott meg az egészsége: és közönségesen fólván éltes korokban estnek az Emberek hozzás sénylödözö nyavalyákba, midön a' természetí ferelemnek lángja fíntén már alúvó félben van. Bizonyyára nem lehet a' Szülékre kenni a' Magzatoknak az olly nyavalyáknak okát, a' mellyekben a' Szülék Magzatjoknak fületések után a' mértékletlen élet által estenek. Ritkán panáfolkodnak az Emberek addig arról, hogy ez vagy amaz nyavalyájok Szuléjéktől adatott által ö reájok, míg nem egézfzen Ember kort értenek,

nek, akkor a' mértékletlen életre adják magokat; a' melly által magoknak nyavalyákat okoznak, okát pedig azoknak Szüléikben keretik, nem pedig a' magok mértékletlen életekben. Ritkán tapasztaljuk, hogy a' Kisdéd Gyermékben megtettzenék a' Familiának Nemzetséges nyavalyája. Tagadni ugyan nem lehet, hogy a' gölyvás, frántzus, és igen súlyos Atyáktól és Anyáktól származott Magzatok Szüléiknek nyavalyájokban ne részesele nének; de felettebb ritka példák az olyanok, ha egybe vetjük azoknak fámokkal, a' kik minden fundamentom nélkül Szüléiket méltatlanul károhoztatják, holott nyavalyájoknak igaz és valóságos oka, vagy magokban találtatik-fel, vagy a' rof nevelésben, a' melly által még időnek előtte megvesztegettetnek.

Meg-lehet engedni bizonyos értelemben, hogy a' Szülékről által általán a' Magzatokra örökség szerént a' nyavalyák, de csak annyiban, a'

mennyiben fel-tézfűk azt, hogy némely Szüleknek mind külső mind belső Tagjai, Tagjaiknak részetskéi Termézet szerént olly gyengék, hogy ha valamilyen külső erő járúl hozzájuk, vagy mértékletlen életre adják magokat, egészségekben könnyen változást szenvednek, nyavalyába esnek: ha már az ilyen gyenge Termézetű Szüléktől ugyan gyenge Termézetű Magzatok származnak, és bator olly hasonlatosság legyen-is mind a' két rézről Tagjaikban, mint a' melyet ábrázatjokban legg-kissebb vonásiban-is tapasztalunk, de könnyen ellene lehet annak állani a' Kisded Gyermekre nézve a' jó Dajkálkodás és nevelés által, a' fel-ferdült Ifjakra nézve pedig a' józan élet által, és következőképpen fenki-is Szülékek nyavalyáját örökség szerént birni nem fogja. Mind ezek után végezetre már így fejezem bé, ha az erőtelen és beteges Kisdedeknek a' Közönséges bé vett szokás szerént rend kívül kedvez-

veznek, őket akképpen nevelik, onnet a' fázmazik, hogy jobban elerötelenednek naponként: de ha egészséges tejet szopván a' megmondott módok és utak fzerént bannak velek, eröt vévén lassanként megjavúlnak: és tsak egyedül ezen nevelésnek módja által épülhetnek ki erőtlenségekből. Légy n bátor akármelley Familiának valamelly Nemzetséges nyavalyája, nem vezem ki még a' golyvát is, sem az örültséget, avagy nyavalya töréft, de ha annak okosfai a' leírt módok fzerént tselekefnek, és a' józan okoskodáfnak réguláji fzerént a' mértékletefséget követik, második vagy leg-fellyebb harmadik íznyire mind~~a~~fféle Nemzetséges nyavalyából a' Familiának azon lineája tökéletesen ki-tisztúl.

Tagadhatatlan dolog az töbnyire az Uri renden lévő Afzfonyságok ritkán fzoportatják magok Gyermekkeit, annak pedig nagyobb részént az az oka, mivel a' bé-vett fokás fzerént el

únnak azokkal bajlódni; de nem volna az Ő előttök olly únalmas dolog, ha módjával tudnának vélek bánni. Noha mondanának le Ő Nagyságok egy kevés korig melyeiknek képzelt dízefségéről, igaz Anyai Szeretete ne vonják meg Szerelmes Gyermekektől és a' mostan le-rajzolt módok szerént kezdenének azokkal bánni: nagy magok gyönyörködtetését fogják abban tapasztalni, semmit attól nem tarthatnak, hogy a' sok Gyermek írás Kedves Férjeiknek fülöket meg-botránkoztassa, mert ha ekképpen fognak a' Gyermekkel való bánáshoz, úgy a' Kisded mindenkor csendességben lézen, nem fog firni ríni, nyájason jádzattatja magát, mosolyog, nevetkezik, vagy alúzik. Az értelmes Házas Személyeknek nem lehet nagyobb mulattságok, mint az illyen Kisded nyájas Gyermek. Fájlalható dolog bizonyára, hogy némelly Anyák Kedves Szülötjüket házaikban meg nem fényvedhetik, más Daj-

Dajkára bízzák, a' kinek sem annyi értelme nints, sem pedig olly indúlattal hozzá nem vitéltetik, mint a' Szülék: ugyan hogy is lehet az meg, tsudálkozásra méltó dolog, hogy az okos Emberek, a' kiknek egész módjok vagyon benne, sajnállanak annyi fáradságot, hogy Magzatjoknak egésésekre és elő-menetekre vigyázzanak: ímé más egyéb házi és kerti alávaló hijábanvalóságoktól fáradságokat nem kímélik: bizonyára egyenesen a' Termézet ellen vétkeznek, mert az által minden Emberben belé óltatott a' maga maradékának feregette. Minden Atyáknak valójában azt javallom, hogy Gyermeküket magok szemek előtt neveltessék, forgalmatoson reá vigyázzanak, hogy okossággal forgolódjanak azok körül az Anyák és a' Dajkák, igazítsák útba, a' hol ezek el találhatnak tévelyedni. A' Gyermek nevelés nem BONA DEA Isten Afzónynak titkos tisztelete, hogy onnét a' Férjfiak tellyességgel ki-rekeztessenek. C 4 Min-

Minden Anya tartozik személy vá-
lasztás nélkül a' maga Szülött Gyer-
mekét fogtatni, nem csak arra néz-
ve, hanem magára nézve-is; mert
ha egészséges az Anya, egészsége az
által meg-tartatik; ha pedig gyenge
erőtelen, többnyire az által meg-erö-
södik. Nem fökütség az, hogy az
Anya tartsa, ölében hordozza, és
apolgassa föntelen; nem-is fok időt
veft-el az Anya azzal, Hufonnégv
órák alatt négyzer leg-fellyebb elég
a' Gyermekek Tsetset adni, akkor
hadd fogjon mindenikből annyit, a'
mennyi neki föküség: azután kezé-
ben lehet adni a' Szólgálonak, de
tsinos és okos Személy legyen az,
a' ki egyzer'smind mindenekben föt
fogadjon, vifelje gondját annak, étes-
se, tisztán tartsa, múlattassa, söt Ma-
gával-is háltathatja. Nem olly egéfsé-
ges más Ázfönynek a' teje, a' Gyer-
meknek, mint a' maga tulajdon An-
nyáé fökott lenni. A' Száraz Dajka-
ságot én úgy nézem, mint a' melly
a' Ter-

a' Termézzettel egyenesen ellenkezik, az mindenek felett leg-ártalmasabb. Számptalan fok példákbtól ki-sült az már világoson, hogy a' melly Gyermekek Tsets nélkül fázazon neveltetik, három közzül-is egy alig él meg. A' Ki Gyermekek okoson és helyesen akar nevelni, fűkség hogy az a' Termézzeti dolgoknak esméretiben kívált az Emberi Termézzetnek tudásában jártasabb és költesebb légyen mint a' kármellyik leg-híresebb Dajka-is, azon fellyül nagyobb gond és figyelmetesség is kívántatik ahoz, mint a' mellyet Közönségesen lenni tapasztalunk: ezokáért nem helytelen dolgot fognak a' Szülék tselekedni, ha valamelly értelmes Orvos Doktornak tanáttsával e' részben-is élni kívánnak.

Midön pedig a' meg-esik, hogy a' Kisded Gyermekek fűlő Édes Anyja nem fűoptathatja, vagy azért hogy idő nap előtt a' Halál által tölle meg-fűttatott, vagy ha él-is, de valamelly nevezetes okra nézve tellyeséggel a'

nak még-is olly Afzonyok, kik ezzel nem gondolván semmit-is, ugyan azon téjjel két, három Gyermeket-is el-fop-
tatnak egymás után.

A' Dajkának ételére és italára is kell vigyázni, nem elég az, hogy józan és mértékletes életü Afzony légyen. E' végre ebéden adassék nékie a' kenyeren kívül elegendendö eledel, a' mellyet Húsból és Veteményeknek nemeiből készítenek, Fölöfökömmnek és Vatsorának idején jó Hús levest vagy tejet adni leg-jobb lézen. Itala viz avagy tej légyen: egyátaljában pedig a' bornak italától el-tiltassék, soha tsak egy kalánnal-is meg ne igyék: egy-fóval minden erős italokat el-távoztasson. Ha pálinkát, Rosolist, vagy Égetbort adnál a' Dajkának, annyit téfzen az, mintha a' Gyermeknek adtadvólna; által lehet könnyen látni, minémü kár követhetetik belölle.

Különös gondunknak kell lenni a' Kis Gyermekre abban a' tekintetben-is, ha tudniillik születése után Anyjának

nak első teje által a' benne meg-gyült
 ruttságtól valamilyen nevezetes okokra
 nézve a' fokás szerént ki nem tisztit-
 tathatik, akkor a' mit a' Termézet
 töle meg vont, mesterséggel kell ki-
 pótolni, az az egy vagy két nap múl-
 va Világra let jövetele után hasát indí-
 tó orvossággal kell értetni bizonyos
 ideig, de nem ollyannal a' melly
 egyfesz'mind hirtelen munkálódik, ha-
 nem csak olly gyengével; hogy nap-
 jában kétfesz vagy háromszor adódjék-
 bé nékie annyi, a' mennyi hasatskáját
 nyitva tartja: ezt kell tselekedni ki-
 lentz söt tizen - negyed napig-is; és
 nem-is egyfesz'mind, hanem lassanként
 kell attól végezetre meg-fünni: úgy
 kell ugyan-is a' dolgot intézni, hogy
 olly gyengén munkálódjék benne az
 orvosság, a' melly tsendeiséggel fok-
 ta maga a' Termézet a' tej által a'
 Kisdedet fületése után ki-tisztítani. Ez
 olly meg-kívántató dolog, hogyha azt
 tselekedni el-múlatjuk, az olly Kis-
 dednek egész testén még az első Hó-
 nap-

napban apró fokadékok ütik-ki magokat, mint a' Kása szem, a' mellyet talám Kása Himlőnek lehetne nevezni. Természeti nyavalyának tartják ezt közönségesen az Alzfonyok; úgy hogy a' kinn az olly apró fokadékok ki nem ütnek, előre meg-tudják mondani, hogy abból soha egészséges Gyermekek nem lézen: annak-is kell lenni kétség kívül; sokkal jobb hogy az a' benne régtől fogva meg-gyült 's megbüzhödött rúttság a' testen ki-adja magát; mint hogy benne maradjon, mert úgy a' vérivel egybe keveredik, nevezetesebb belső rézeit el-álja, azokat lassanként meg-veztegeti; és fokféle nyavalyákba ejti, holott ha annak idejében ki-tisztították volna, ez a' gonosz reá nem következett volna. Világosan meg-tettzik az ebből, hogy a' melly Kisded születése után Anyjának első teje által ki-tisztított, annak testen semmi olly roz nedveséget ki-ütödni soha nem tapasztalunk, hanemha rendkívül hizlalják és felettébb való

hév-

hévtségben tartják. Mindeneknek egyaránt használni akarván leírom azt az orvafságot illy formán: Végy egy löt Mannát, ugyan annyi Cseve Calliát a' Patikában, tölts reá hat vagy hét Kalánnyi meleg híg Hús levet, kavard mind addig míg el-olvad, azután adj a' Gyermekek napjában háromszor két két kalánra valót belölle: lehet többet vagy kevesebbet-is adni, és úgy alkalmaztatni, hogy elsőben húzon négy órák alatt négyzer hadd indítsa-meg a' Hasát.

Meg-kell parantsolni a' Dajkáknak; a' meddig tsak lehet, a' Gyermekeket nappal el ne altassák, külömb-külob-féleképpen múlattaassák, hazudozzanak néki, álomra kényszeríteni erővel nem jó, sem pedig felettébb hozzás ideig altatni. Ezt nem örömet tselekezik meg a' Dajkák, mert kedveznek magoknak, a' Gyermekek azonban fokát ártanak, mivel azoknak vérek és egyéb nedvességek a' szerént meg-vész, frisseségek el-múlik, elméjük-is meg-

tom-

tompul. Ha a' Dajkának kettőt kell főzogatni, a' magáét és a' kit fel-fogadott, azonban elegendő tejet magánál nem érez, jó idején kezdje őket akképen táplálni, mint oda fellyebb elő-bezéllettem: azon kívül nem főzogatni ottan ottan friss írósvajat szép vékonyon a' kenyérre kenni, és annak eledelére főzogatni; de friss legyen a' vaj 's kevés-is, mert különben megkeferedik a' gyomrában és megposhad, így a' Testben lévő nedvességeket megvefztegeti. Lehet velek étetni jól megért gyümölcst is mind nyersen, mind főve, mind fűtve, nem különben mindenféle gyökereknek nezeit, mellyeket a' veteményes Kertekben ételek készítése véget főzogat termeszteni. Ezek aránt én olly értelemben vagyok, hogy a' nevedékeny Gyermeknek, sőt más egyéb Embereknek-is mind egészségesek, jóllehet azok fölöl közönségesen balul ítélnék mások, mintha felet szerzenének az Emberben: azt meg-is lehet engedni,

gedni, de csak a' nagyobb ehetökre és mértékletlen életüekre nézve: a' Téjröl-is épen ugyan azont lehet elmondani; és meg-lehet jegyezni, ha valakinek a' Termézfete a' Tejet nem szenvedheti, mivel annakelőtte a' gyomrát erős italokra foktatta, nyilván való jele az, hogy annak Véérének a' Táj által lehetne leg jobban megtisztíttatni. Mind ezeket az enni valókat eléggé kedvellik a' Gyermekkek, és ha módjával élnek azokkal, egészségesekek-is.

Házontalan beféd az, hogy azokkal együtt sok apró élő Állatoknak tojománnyt nyelik-le, és onnét Férgkek teremnek benne: attól tartani semmit tellyességgel nem lehet, mert úgy lehet gondolkodnunk, hogy keveset ehetünk és ihatunk mi ollyat, a' mivel azokat le-nyelni ne lehetne. Bátor légyen úgy a' dolog engedjük-meg, de azok ott ki nem kelhetnek, ha a' belső rézfek egészségesekek, és az azokban folyó nedveségek a' Termé-

űetnek munkája által jól el-vagynak
 kéűítettve. Azok ellen az Epe jó Or-
 vofság, nevezetefen a' Bika epével
 bátorságofon és nagy hafonnal lehet
 élni. Én olly vélekedésben vagyok,
 fok Tojásit nyeljük mi el ez apró élő
 Állatoknak, mellyek mi bennünk fo-
 ha ki-nem kelnek, hanemha olly helyre
 talál-
 nak vetödni, a' hol a' gyomorban
 és a' bélekben valamilyly meg-veűzett
 favanyú büzhödt nedveűségek meg-a-
 kadtanak. Ha mi azokat minden nap
 mi magunkból ki-adnók, és a' mit teg-
 nap bé-vettünk, azt tökéletesen mind
 egy tseppig meg-eméűztenök, fo-
 ha mi bennünk Geleűzták sem más egyéb
 Férgék meg-nem teremnének. Mihel-
 lyen a' Gyermekeknek foga kezd jöni,
 hat vagy nyöltz Hónapok múlva las-
 fanként Hús ételre lehet foktatni,
 ök azt nagyobb kívánsággal-is éűzik
 elsöben, mint a' *Confektet* és akár-
 melly mesterségesen kéűültt Téűta-
 mi-
 veket: távöl légyen hogy ezekkel
 valaha fájok ízit meg-veűztegeűsék.

Mi-

Midőn a' Gyermeknek fogai fokadnak, úgy tapasztaljuk, hogy fokan azok közzül nagy védelemben forognak, de e' részben a' Termézetet épen nem okozhatjuk, mert az nem Természeti nyavalya, és úgy egészségünk felől-is nem lehetnénk huzonegy vagy huzonkét Eltendőskorunkig bátorságban, mivel annyi idő alatt jönnek-ki minékünk minden fogaink: az én vélekedésem szerint nagyobb fájdalmat okoz a' mi utolsó fogunknak kifakadása, a' mellyet böltsétség fogának szokunk hívni, mint a' mellyek előzőr jönnek-ki, mivel már akkor mind a' tsontok mind az ínnyek erősebben egybe nőttek, megkeményedtenek, nehezebben fúrja magát a' fog azokon által. De ámbár Hidegleléssel, Nyavalya töréssel és egyéb efféle gonozokkal láttasék is egybe köttetni a' Természetnek ez a' munkája, de az egészséges Gyermek többnyire fogaik fokadásakor olly kínokat nem szenvednek, a' honnét

úgy lehetne vélekedni, hogy azokat az említett gonofzokat nem a' Termézetnek kell tulajdonítani, hanem hogy a' rofz Nevelés által a' nedveségek meg-veztegettetnek, és azok akkor a' Testben felettébb meg-háborodnak. Az ugyan igaz, hogy a' fog fokadás soha meg-nem eshetik valamelly fájdalom nélkül, de ha a' Vér és egyéb nedveségek Természeti magok épségében meg maradhatnak, és egyfzer'smind felettébb nem bővölködnek, rürhető a' fájdalom, és könnyen ki-fokadnak. Midön én ezeket így befélem, az én tzélem egyedül tsak az, hogy ha a' Gyermekeket a' fzerént nevelnék a' Szülék, a' mint fellyebb elő-adtam, tehát a' Gyermeknek nem fzenvednének annyi gonofzokat fogok fokadásakor, mint rend fzerént tapasztaljuk elégfzer.

A' Gyermeknek minden nyavalyájának nevezetesebb és közönségesebb oka ez, hogy a' bé-vett Eledelek gyomrokban meg-favanyodván meg-
büz-

büzhödnek: el-nem múlathatom, hogy ki-ne jelentsem mimódon kellefsék könnyü szerrel azt meg-orvosolni, avagy inkább jó idején eleit venni, mihellyen ez a' sós savanyú nedveség kezd benne el-hatalmazni, a' mellyet onnét könnyen észre lehet venni, ha zöldes eméztet mégyen tölök, ha has-tekerést éreznek, mellyet sirással rí-vással adnak elől, ha bél menést szenvednek. Közönségesen az Orvosok midön ilyen jeleket véznek észre a' Gyermekek körül, azontúl Rák zemből, Veres Kalárisból, Gyöngyházból, Krétából és egyéb efféle porokból egybe timporált Italokat adnak innyanékiek, hogy a' Testben meg-feneklett savanyú nedveségeket azokban mintegy spongyia módjára bé-ízítsák: de ez a' rosz következik belöle, hogy az olyan italok által forulásba esnek a' Gyermekek, a' mellyeknél ártalmasabb dolog ö reájok nézve ritkán vagyon; azért-is akkoron egy kevés Mannát avagy más egyéb hast-indító

Orvofságot kell ottan ottan bé-adni, hogy az említett bé-adott Porok ismét belölk ki-hajtassanak. Ennek az Orvoslásnak neme helyet közönségesen minden renden lévöknek számára egy bizonyos Port javallok, könnyen bé-lehet venni, sem íz sem semmi szag rajta nem érzik, *Magnesia Alba*-nak szokták ezt a' Patikában nevezni; ez minden savanyúságot a' Testben eltöröl, azonban a' hasát gyengén indítja, és azt nyitván tartja; többet ér szaz olly forma poroknál, melyeket oda fellyebb említék. A' gyomor fájásban-is tapasztalható haszna vagyon, midön tudnillik savanyú keserűség forr fel valakinek torkán, 's a' t. Napjában adjanak bé a' Gyermekek belölle fél, söt egy egész Köntinget-is, de nem egyzeribe, hanem egymás után idöt meg-szagatva, belé lehet tenni egyaránt minden Eledelebe, és mind addig bé-adásától meg-nem kell szünni, míg nem jobbúlását nyilván-ságoson tapasztalják. A' Gyermekekben

ben én ennek a' Pornak felettébb való nagy hafznát tapasztaltam mind Hazámon kívül az Orvosló Ispotályokban, mind pedig miólta ide haza vagyok. Még akkor-is tapasztalhatóképpen fokot fegit, midön ez a' Nyavalya legnagyobb gráditsára lépett a' Gyermekben.

Végezetre említek még valamelly dolgokat, de tsak egy szóval rövidségnek okáért, a' mellyeket ugyan némelleyek aprólékságnak fognak tartani, de nem kevés hafzon következik azokból a' Gyermekekre, Példának okáért: tanátsos lézen jó idején lábokra állatni, hadd próbálják magokat a' járásban: mind két kezeket foktassák egyaránt mindenre, mert ha egyiket a' másíknál jobban gyakoroltatják, ugyan azon keze és karja a' másíknál vastagabb lézen, innét vagy az-is, hogy gyakorta némelleyek fél-oldalra ferdén járnak egész életekben. Midön szólni tanúlnak, a' szókat értelmefen kell elöttök ki-mondani, és viz-

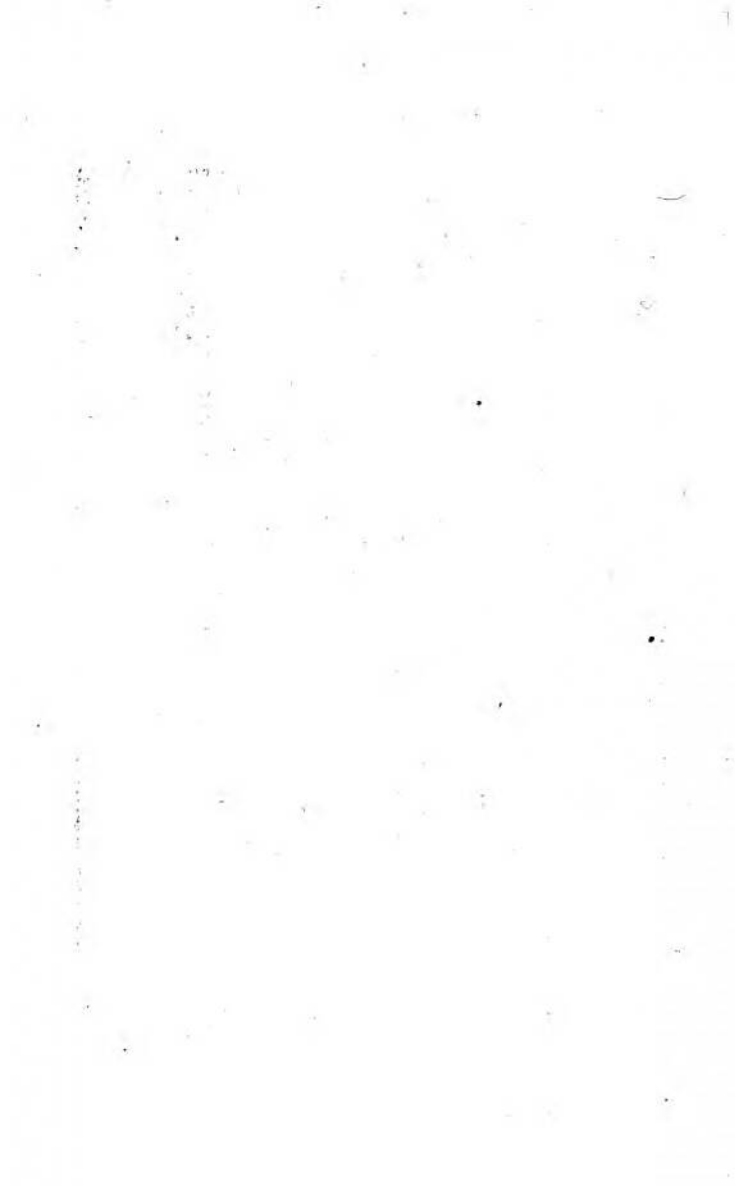
tán kell a' fájokban adni ; ha megakadnak a' ki-mondásban , őket fe-
gíteni kell. Fel kell hagyni ama' ha-
zontalan bé - vett roz. Szokáson,
melly fzerént felypesen nem tudom
minémü nevettséges igékre , és
tsúfos szóllásnak formájira tanítják
öket elsöben , mellyeknek hafnát
annakutánna soha nem vézik , gon-
dolom ez az oka annak , hogy né-
melly Gyermek hat Eftendös ko-
rokra - is alig tudnak tisztán 's
értelmesen befélleni. Én itt most
meg-állapodom : illö dolog hogy
mások-is chez hozzá szóljanak. Ha
mi egyéb nevezetes dolgok mago-
kat ez után elő-adják , azokat-is a'
következendökhöz én ide le-írni el-
nem múlatom.

* * * * *

Én ezen Elmélkedésemnek rendi-
ben minden Oskolai Igéket és te-
kervényes Okoskodásokat félre tet-
tem

tem, világosan kívántam állani azért,
 hogy innét mindenek épületet vehes-
 senek egyaránt. A' sok *Auctoroknak*
 Neveket is házontalanúl rakásra nem
 hordottam, jól tudván, hogy az a' mos-
 tani idő szerént, az Értelmeselek előtt
 tsömör gyanánt tartatik, azzal másokat
 nem tanítunk, hanem tsak Tudomá-
 nyunkat kívánjuk karó-hegyre füg-
 getíteni, vagy Tanítóinknak
 's Tudos Esméröinknek
 hízelkedni





A Z E G É S S É G N E K
F E N N - T A R T Á S Á R A ,

É s

H O S Z S Z Ú É L E T N E K
M E G - N Y E R É S É R E T A R -
T O Z O S Z Ű K S É G E S
R E G U L Á K .



I. A' LEVEGŐ ÉGRE NÉZVE.

I. R E G U L A.

A' Kinek módja vagyon benne, leg-egészségesebb lézen Lakó-hellyül magának a' Mezős helyet választani, vagy Házát fövenyes helyen valamelly Halomnak oldalában olly formán építeni, hogy a' Déli és Nap-nyúgoti Szél járja inkább, hogy sem az Északi és Nap-keleti Szélnek egészen torkába légyen: a' hol közel semmi álló Vizek sem semmiféle Bányák nintsenek, azonban pedig könnyü italú jó tiszta Viz találtatik:

II Mi-

I I.

Midön Nap-keleti és Éfzaki Szél fú, a' kiknek gyenge Termézetek vagyon, akkor a' Háznak Nap nyugoti és Déli Szobáiba vonnyák magokat, midön pedig nedves az Idő, ellenkezőképen tselekedgyenek.

I I I.

A' kik Nap-keleti és Éfzaki feletti fokáig kinn jártanak, le-fektekkor gyenge meleg italt igyanak.

I V.

Midön ama' nagy Városokban Télnek idején homályos és ködös megvezett sűrű Levegő-Ég vagyon, a' gyenge Termézetűek és a' kik nehezen lehellenek, Mezös helyre vonnyák magokat, vagyha otthon kívánnak maradni, meleg Házban tartsák magokat; idején feküdjenek, 's hamar fel-keljenek.

V.

Szükség hogy az Egésztelen Emberek, Tselédje, Gyermek, Ágyas-Társá, és egyebek, a' kik gyakorta hozzá

hozza járúlnak, és körülötte forgo-
lódnak, Egészségek legyenek; vonnya
el magát azoktól, míg Egésztelenek,
míg meg-gyógyúlnak.

V I.

Minden valaki Egészségét meg-akarja
tartani, állapotyához képest Házát,
Házi-ezközeit és Öltözeteit tisztán 's
tsínösen tartsa.

II. AZ ÉTELRE ÉS ITALRA

N E Z V E.

I. R E G U L A.

AZ Egészségnek fenn-tartására ez
amaz egyik leg-üzkségesebb *Re-
gula*, hogy olly Eledellel éljen kiki,
és tsupán tsak annyival, a' mennyit
a' gyomra meg-eméltethet.

I I.

Könnyebben meg-eméltetheti a' gyo-
mor azokat a' Földnek Gyümöltseit,
(*Vegetabilekat*) és azoknak az Állatok-
nak

nak az Állatoknak Húsait, a' mellyek idejében és kevesebb Idő alatt jutnak meg-állapadott idejekre; könnyebben a' Spárgát, Epret, 's a' t. mint a' Körtvélyt, Almát, 's a' t. könnyebben a' Juh Húst, Nyúl Húst, mint a' Tehén Húst.

III.

Könnyebben meg-emésztheti a' gyomor azokat a' *Vegetabilekat* és Állatoknak Húsait, a' mellyek kiki az ő tulajdon Nemei között kifőbbek a' többinél, p. o. könnyebb az apró Veres-Hagymát, Almát, Körtvélyt; nem külömben az apró Szarvas Marhát, a' Juhot, mint ezeknek a' nagygyait. Még a' Bor is gyengébb, a' melly kitsíny Hordóban tartatik, és idővel fokkal erősebb lézen a' nagy Hordóban lévő Bor.

IV.

A' mellyeknek illendő öftövérségek vagon, és inkább száraz Húsuak, mint a' mellyekben, sok Olaj, kövérség és onyvefég vagon: p. o. a' Dió, a' Mogyó.

Mogyoró, a' Mondola eméztetlen által mégyen az Emberben; nehezebb meg-eméztetni az Olajos Ételt mint a' Borsót; a' kövér Húst mint az öftövért; a' Potykát, Hartsát, mint a' Ketsegét, Tsukát, Piztrangot, vagy a' Dévért.

V.

A' mellyeknek külső íznek közelebb vét a' fejer hogy sem a' veres láng ízhez, így p. o. könnyebb eméztetü a' kerek Répa, mint a' sárga Répa, vagy a' Tzékla; 's a' t.

V I.

A' mellyeknek gyenge, kedves, lágy 's édes ízek vagyon, mint sem a' mellyek eröss tsípös, savanyú, fűszerfámos és hathatós ízüek.

V I I.

A' Szárazon élő-Állatok inkább, hogy sem a' Vizben, kivált a' Tengerben élő-Állatok.

V I I I.

Ne n külömben azoknak az Állatoknak Húsai, mellyek Zöldséggel és
kön-

könnyü eledellel élnek, mint a' mellyek más Állatokkal és nehéz eledellel táplálják magokat, p. o. könnyebb a' Tyúknak és Pújkának; mint sem a' Kátsának és a' Lúdnak húsát megemézteni.

I X.

Könnyebb azt megemézteni, a' mit maga a' Termézet a' gyenge Állatoknak eledelül rendelt, mint sem azoknak a' húsát, p. o. könnyebb megemézteni a' Tejet, mint azon Állatoknak a' húsát; adjuk hozzá, a' Tojást-is könnyebb, mint magokat a' Szárnyas-állatokat.

X.

A' melly apró Marhákat és Barmokat bé-rekeztett helyeken mesterségesen hizlalnak; és Kerti-veteményeket meleg ágyokban erővel érlelnek; fokkal hamarabb meg-büfzhödnek az Emberben; és így következésképpen nem olly alkalmasok a' Testnek táplálására, mint a' mellyeket maga a' Termézet készítet-el.

E

XI. Ne-

X I.

Nehéz a' sós Vizbe áztatott, bé-sóztatott, meg-süttetett, meg-füttöl-tetett, és bővön meg-fűzertamozta-tott Eledeleket meg-eméztetni.

X I I.

Több Eledelt kívánnak a' nagy Tes-tü, és munkához fokott Emberek, nem különben a' kik hideg Tartományban és tiszta Levegő-Éggel élnek, mint az Afzonyok, a' Gyermekek, a' gyenge Termézetűek, 's a' benn ülök és az Öregek, vagy a' kik meleg helyeken és vastag Aëren laknak.

X I I I.

A' jó Egészségnek meg-tartására, és a' hosszú Életnek meg-nyerésére, semmi annyira meg nem kívántatik, mint a' mértékletesség, az együgyüen készült eledelek, az illendő munka, és a' tiszteséges mulattság.

X I V.

A' kiknek magok mulattságokra nintsen elegendő idejek és alkalmatos-ságok, mint p.o. a' Tanuló Embe-
rek-

SZÜKSÉGES REGULÁK. 67

reknek, szükség hogy az ételben és italban másoknál jobban mérsékeljék magokat; ezeknek, ha húzonnégy órák alatt a' Húsból tizenhat, a' *Vegetabile*kéből pedig, az hová a' kenyér-is tartozik, húzonnégy Lótnyinál többet nem eźnek, *elegendő Léřzen.*

X V.

Onnat fármaznak többnyire a' hozz-
zás nyavalyák, hogy mértékletlenül
élnék az Emberek: a' melly innét
világoson ki-tettzik, hogy úgy gyó-
gyúlnak-meg, ha annak módja szerént
ki-tíftíttatnak.

X V I.

A' gyenge Terméřzetűek, a' men-
nyire lehet, mértékletesen éljenek, és
ha tselekedni ezt el-múlattyák, egye-
dül az által könnyíthetnek magokon,
ha gyomrot erősitő, és hasat lágyító
gyenge Házi orvassággal gyakorta élnek.

X V I I.

Ha ki étel után mintegy egy óra
múlva dolgát úgy nem köverheti,
mint annakelőtte, bizonyos dolog az,

hogy többet evett, és többet ivott, a'
mint illet volna.

XVIII.

Ha ki egyszer ki-tanulta, mennyi
étel és ital legyen ő nékie szükséges,
annakutánna ha csak reá tekint-is, a-
zontúl meg-tudja.

XIX.

Nem a' Tanuló és gyenge Termé-
zetü Embereknek való a' Díznó-Hús,
és a' Hal.

XX.

A' Viz az Embernek leg-alkalmato-
sabb és egészségesebb itala, ételbéli kí-
vánságot szerez, és az eméztést segíti.

XXI.

A' ki az erős italokban gyönyör-
ködik, az ő benne lassanként végtére
minden bizonnyal méreggé válik.

XXII.

Az erős italokon egyszeriben felhagy-
ni, semmi kárt nem okoz: a' ki a-
zoknak pártját fogja, hazud az.

XXIII.

Az erős italok között, a' gyenge
Ter-

Termézetü és Tanuló Embereknek leg-jobb a' Bor: húzonnégyszáz órák alatt meg-érik egy mézfellyel, mellynek felét Vizzel, a' többit a' nélkül igyák-meg.

XXIV.

A' középser, könnyü, jól meg-értő Bor, egészségesebb más egyébb erős Boroknál.

XXV.

Az erős italokkal a' *Crapulát*, Bor betegséget, sem meg-elözni, sem pedig meg-orvosolni olly szerentséfen nem lehet, mint a' Viz itallal, bátor lát-tafsék-is, hogy azok valamely könnye-bülést adnak.

XXVI.

Az Égettbor a' bádgyatt Embereket meg nem gyógyítja, sőt ellenben, ve-fedelmes nyavalyákba ejti.

XXVII.

A' Serrel való élés, nem jó a' gyen-ge Termézetü és Tanuló Embereknek.

XXVIII.

A' *Flegmatikus*, bö nedveségü Em-berek

berek inkább élhetnek *Káfféval*, de az ~~Zal~~ is tsak fűkön, és bizonyos időben; hogy sem a' száraz Termézetű gyenge Emberek.

XXIX.

A' zöld *Théa* egészségesebb és könnyebb ital, mint a' *Bohea*; mert az meg-nehezíti a' gyomrot.

XXX.

A' *Chocolatét* nehezen emésztheti meg a' gyomor, azért a' gyenge Termézetű és Tanuló Embereknek, igen ártalmas.

XXXI.

A' bö nedvességű, *Flegmaticus* Emberek Dohányozhatnak mértékletesen, de se nyálokot, se annak füstöt le ne nyeljük, se pedig seá semmit ne igyanak: A' száraz, sovány, *hecticus* Emberek egyáltalában el-kerüljék. A' Tobákolás merő azon hazontalanság.

XXXII.

Két annyi légyen az Ember' Itala mint Étele. Fel-tévén azt, hogy egy mértékletes életű Ember, huszon-négy

négy órák alatt meg-éri másfél font Eledellel, és egy mezfely Borral; hogy a' bé-vett Eledél a' gyomorban jól el-ázhafsék, Vizes italának azon fellyül kell két fontnak, az az, egy ittzenek lenni: a' mellyet-is inkább melegén, és inkább étel után, hogy sem étel közben igyék-meg.

III. AZ ÁLOMRA

N É Z V E.

I. R E G U L A.

A' változó Egészségü, benn-ülő, és Tanuló Emberek, vagy ne egyenek Vatsorát, vagy ha e'znek-is egy keveset, *Vegetabilé*kből álljon az, nem Húsból. Étél után hamar soha le ne feküdjenek.

I I.

A' kik tele gyomorral feküsznek-le, nintsen azoknak tsendes és Testeket meg-újjító nyúgodalmok; mennél ü-

reffebb a' Has, annál tsendesebb az Álom; innét vagyon nevezetesen, hogy a' *Hypochondriacus* és *Hysterica* Személyek, fok éjjeli nyúghatatlanságokat szenvednek.

I I I.

A' ki a' Napból Étzakát, az Étzakából Napot tsinál, az Egészségét elveszti, Életét meg-rövidíti: e' dolog, a' Természettel és Testünknek egybeferkeztetésével ellenkezik.

I V.

A' változó Egészségü, bennülő, és tanuló Emberek, Estve ne járjanak a' nedves Aëren, Étzaka ne tanuljanak, ne vírázsanak; fekügyenek-le, nyóltz, kilentz, avagy tiz órakor, és a' férént négy, öt, vagy hat órakor kellyenek-fel: elég nyóltz óráig az ágyban lenni, hanemha különös nyavalyája legyen valakinek.

V.

A' gyenge Természeti Embereknek igen ártalmas fokáig alunni: a' kik fel-ébredvén, egyik oldalokról a' más-
fikra

fikra fokot forognak, fíntén úgy el-
fáradnak, mintha kázáltak vagy kapál-
tak volna, azoknak Testek meg-nehe-
zedik, ételbéli kívánságok el-vész; de
ha idején fel-kelnek, jobban ehetnek,
jobban emészthetnek, Testeknek és
Elméjaknek vidámsága meg-marad.

V I.

A' vékony Egészségű, bennülő, és
tanuló Embereknek, igen jó volna így
tselekedni: hogy fekünnének-le jó i-
dején, és jó idején-is kelnének-fel;
tizenegy óráig folytathatnák dolgaikat,
az idő tájban ennének egy kevés
gyenge fölöstökömöt, annakutánna
dél után négy órákorig ismét követ-
hetnék el-kezdet munkájokat, akkor
ebédelhetnének: a' Napnak hátra lé-
vő részét pedig, tisztességes mulatsá-
gokban és Testeknek illendő gyakor-
lásiban töltenék el: midőn az emész-
tés végben-ment, térnének haza, és
kézítenék magokat a' nyugalomra

IV. A' TESTNEK GYAKORLÁSIRA, ÉS MU- LATTSÁGOKRA NÉZVE.

I. R E G U L A.

AZ Egészségnek meg-tartására, és a' hozzú Életnek meg^{ny}erésére, zintén olly szükséges most e' mi időnkben a' Testnek gyakorlása, és a' mulattság, valamint a' Testnek táplálására az Eledelel.

I I.

Ugy láttzik, hogy a' Hús étel és az erős ital, nem vólt az Embereknek Természeti rendes Eledele az Özönviz előtt; tsak azért engedtetett az meg annakutánna, hogy Hússal és erős italokkal élvén, hadd rövidülne meg az Embernek Élete, hogy az Istentelenség, a' hozzú Élet miatt olly bö mértékbe ne lenne: mert kü-

löm-

lőmben ha az Emberek nyóltz vagy kilentz Száz Éztendőkig élnének, féltő dolog, hogy a' Földnek kereksége Pokol, annak Lakosi pedig Meg-tesztelt Ördögök ne lennének.

I I I.

Minden mulattságok és Testnek gyakorlási között, az Erötelenekre nézve leg-alkalmatosabb a' Sétálás; az Erősebbeknek nintsen egészségesebb a' Lovaglásnál; a' gyenge Termézetűeknek, az Öregeknek, a' Sántáknak való a' Kotsizás. A' Házi mulattságokat csak akkor kell elől venni, midőn vagy az idő vagy a' nyavalya nem engedi, hogy Házainktól ki-mennyünk; mivelhogy a' külső szabad Levegő-Ég tézi minden mi mulattságinkat egészségesebbé. A' Gyermeknek lehetnek Termézettel mindenféle mulattságokat; innét vagyon, hogy olly egészségesek, és hogy Testekben annyira meg-erősödnek.

I V.

Az Evezőnek, a' Karja; a' ki Fején valamit

lamit hord, a' Nyaka; a' ki pedig két Kezein, annak Lábai erősödnek-meg: egy fúval, a' ki melly Tagját gyakorolja inkább meg-erősödik; azért ha melly Tagunk erőtelen, gyakoroljuk, meg-erősödik.

V.

A' kinek gyenge fava, gyenge tüdeje vagyon, fel fúval olvasson, nagyon beszéljen, énekeljen, Hegyekre 's Halmakra járjon: a' kinek gyomra nem emézt, Fő fájással bajoskodik, gyakran Lovagoljon; a' Vese fájók, az *Arenások*, Kotsiban fújjel ide 's tova járjanak: a' bádgyatt Taguak, gyenge Karuak, lapdázzanak, kuglizzanak; kiknek gyenge a' Hátok, gyenge a' Meljek, Harangot vonjanak, Kútból vizet merjenek; a' Közvényeseknek, Far'sábásoknak, Podágrásoknak meg-erőtelenült Tagjaik hamarébb meg-erősödnek, ismét a' nyavalya után, ha járatlan darabos útakban járnak; de nyavalyájoknak el-kerülésére

sére nints ezeknek jobb a' Kotsi-
zásnál, kivált a' Lovaglásnál.

V I.

A' kinek módja vagyon benne,
fíntén úgy bizonyos időt rendeljen
Tette gyakorlására, a' mulatásra,
mint az evésre, le-fekvése, a' Tem-
plomba való menetelre. A' változó
egészségű és tanuló Emberek' leg-alább-
is két vagy három órákat napjában
fánnyanak magok mulatásokra, a-
zoknak felét Ebéd előtt, a' többit le-
fekvéskor töltsék-el: Amaz ételbéli
kívánságot tzeréz, Ez pedig az eméz-
tést fogja segiteni.

V I I.

A' mulatás közben, ímé a' követ-
kezendőkre kell vigyázni: 1. hogy
tele gyomoral fenki Tettét ne gyako-
rolja: 2. sem a' mulatásban annyira
el ne merüljön, hogy igen meg-
izzadgyon: 3. a' mulatás után me-
legben tartsa magát, hogy hideget ne
kápjon: 4. és utánna ételbéli kíván-
sága érkeztén, tudgya magát az étel-
ben

ben és italban mérsékelni, mert különben nagy vezedelmet okoz magának.

VIII.

A' hideg Feredő fokot használ az egészségnél meg-tartására, az által a' Test meg-frissül, és mintegy egészben meg-újúl; sőt fámtalan példakból az-is világos, hogy fok nevezetes nyavalyok az által meg-is gyógyíttatnak.

IX.

Ha ki egész Testét reggel és este posztóval meg-dörsöli, avagy a' végre készített borostával meg-vakarja, nevezetesen a' gyenge Termézetűek, a' benn-ülök, a' kik a' féltől vagy a' gutta ütéstől tartanak, ki nem lehet mondani mennyit segíthetnek az által magokon. A' Lovaknak fél abrak gyanánt esik egyfzeri meg-vakarás. De még azokat az Állatokat sem ártana többnyire meg-vakarni, vagy pedig vízben fereztetni, mellyeknek Húsaival szokunk élni.

V. A' TESTNEK TISZTULÁSIRA NÉZVE.

I. R E G U L A.

Minden bé vett eledetek háromféle úton takarodnak ki mi belőlünk, a' szék, a' vizellet, a' Testünkön való ki gözölgés által.

I I.

Sanorum sedes sunt figuratae: azaz, az egészséges Ember eméztetinek olly illendő keménysége vagyon, hogy nem omol az egybe.

I I I.

A' kinek nehezen jár a' hafa, ez az oka, hogy a' fok erős italok miatt hév a' vére, keveset ezik, nehezen emézt, gyenge gyomra és béle vagyon.

I V.

Kinek igen lágy a' hafa, vagy fok
kat

kat evett, vagy ollyat ett; a' mit gyomra meg nem emézhethetett: innét vagyon, ha a' gyenge gyomrú Emberek, Diázó Húst, Kápoztát, és több afféle vastag eröss eledeleket eźnek, által mégyen rajtok, Szelet, Kólikát, Has-tekerést okoznak.

V.

A' Fő fájás, gyomor fájás, ökröndözés, Testnek bágyadsága lankadsága, a' Has tekerés, Kólika, mind a' fok ételből fázmazik, és Has-menéssel vagyon egybe köttetve.

V I.

A' kik mértékletesen élnek, Napjában egyfzer vagyon fzekek; ha töbźör; mértékletlen Elnenek a' jele.

V I I.

Ha ki sénlödözö, hófzás nyavalyában valót akar gyógyítani, annak gyomrát és bélit orvosolja meg-elözörís, fűkséges dolog.

V I I I.

A' kiknek húzonnégyszórák alatt, az az, minden Nap rend fzerént vagyon

gyon egy fékek, azokon három egész Napokig mégyen által a' bé-vett eledel; a' kiknek pedig két Nap vagy tsak egy fékek, azokon hat Napok alatt mégyen által, Nyelj le egy Mogyorót, vagy Mondolát, vigyázz reá, ha tettzik, ennek igazságát fogod tapasztalni.

I X.

A' melly gyenge Termézetű Emberek kemény eledelt találtak enni, többet szenvednek ök attól azon a' Napon, mellyen azt ki-adgyak, mint midön azt megették.

X.

A' bé vett eledelnek az a' része, melly Testünkön meg-fűnés nélkül fokott ki-gözőlgeni, finte annyi idő alatt takarodik-ki az belölünk a' bőrön által, a' mennyi idő alatt annak vastaga a' féken ki-mégyen.

X I.

Jól mondják a' Doktorok, az első eméztésnek hibáit meg-jobbítani nem lehet, az az: ha az eledel eméztetlen

len ment-ki a' gyomorból a' belekbe ,
az annakutánna illendöképen meg nem
eméztethetik foja.

X I I.

Bal köz vélekedés az , hogy az az
eledel és orvafság adott volna min-
denkor meg-újjúlást, vagy az ferezett
vólna fájdalmat, a' mellyet útolzor
bé-vettünk.

X I I I.

Jóllehet a' Sajt , a' Tojás , Téjből
és Kerti-veteményekből kézfittetett E-
ledelek, némellyek' gyomrában nehéz-
séget okozzanak is , de vizes ital ál-
tal könnyen lehet rajta segiteni , és
azonban jó Test-tápláló nedveség ké-
fittetik azokból a' Termézet által.

X I V.

A' kinek zavaros a' vizelleti, és le-
ülepedett sepredékje téglá fínt mú-
tat, egészségére válik az annak ,
nagy bajtól menekedett-meg ő akkor
az által.

X V.

A' ki bővön él, és sárgás tífza fín
bö vi-

bő vizelleti vagyon, egészségének leendő változását jelenti.

X V I.

Midön le-ülledése után a' vizelletnek fínét ólaj vagy kövérség fogja bé hártya módra, fok sós nedvességet jelent lenni az olly Eberben.

X V I I.

Jól emézt annak a' gyomra, és jó egészsége vagyon, a' kinek tizta által látható Tzitrom fínü vizellete vagyon, le-ülledése után fenekétől fogva a' fínéig mintegy vékony köd formán függő sepredék láttatik közepiben; és a' mit meg-ivott, annak három negyed részét vizelletin ki-adja.

X V I I I.

A' kinek bő tizta sárgás vizelleti vagyon, vagy nem jó eledeleket, vagy többet ezik, mint meg-emézt-hetne, vagy pedig Testét illendöképpen nem gyakorolja: azért a' Tanács ez: kevesebbet és jobb eledeleket egyék, azonban Estve le-fektekor gyenge izzasztóval éljen.

X I X.

A' ki keveset és rútvizet zavarost vizel-
lik, fok Húst ezik, és fok erős italt
ízik; az ollyatén Ember tégyen le
a' Hus-ételről, vizes italra fogja ma-
gát, külömben terhes nyavalya fogja
utól élni.

X X.

Ha kevés a' vizellet, és semmi sep-
redékje nintsen, azonban feketés, bar-
na, avagy meg-zavarodott rútvizet veres-
fés zíne vagyon, a' minden vizelle-
tek között leg-vefedelmesebb; mind
az élés mind pedig a' hófzás nya-
valyában.

X X I.

A' véres, genyettséges vizellet, a'
mellyben egyfeszmind mintegy ap-
ró fonalotskák úzkálni láttatnak, bi-
zonyos jele annak, hogy a' Vesének
hibája vagyon, vagy a' vizelletnek
Tsatornáiban valahol febtámadott.

X X I I.

Az Ételnék és Italnák fokkal na-
gyobb része gözölög-ki Testünkön,
mint

mint a' melly a' fúéken és a' vizeleten által mégyen.

XXIII.

Az éles és hozzás nyavalyáknak egyik Kút-feje ez ; hogy a' Testen lévő *Porusok* annyira bé-dugúlnak, hogy amaz ki-gözölgeni fokott vékony párazatot magokon által nem botsáthattják.

XXIV.

A' ki hideget kap, az az, a' kinek Testen lévő apró lyukatskák (*Porusok*) bé-dugúlnak, és oztán hurutolnak, izzasztóval inkább segithetnek magokon eleinten, mint sem Mely tisztító Orvosságokkal, mint a' bé-vett hafontalan fokás vagyon.

XXV.

A' Kólika, Has-tekerés, Bél-menés, Ökröndözés, Bőfögés, Testnek lankadsága, Ásítózás, Huzódozás, mind ezek is tsalhatatlan jelei annak, hogy a' bőrön lévő *Porusok* meg-fzorúltak, és a' Testben lévő nedveségeket illendöképen szabadon által nem botsáthattják.

XXVI.

Az Éjjeli nyúghatatlanság-is, mi-
dön az Ember egyik oldaláról a' má-
fikra forgolódik, annak a' jele, hogy
a' Testből rend szerént a' gőzölgések
ki nem takarodhatnak. Ennek leg-
jobb Orvofsága a' Mértékletesség,
Testnek gyakorlása, és gyengén hafat
indító Házi-orvofság.

VI. AZ INDULATOKRA

N É Z V E.

I. R É G U L A.

AZ Egészségnek meg-tartására, avagy
annak meg-veztegetésére mennyit
tulajdonítsanak az Indulatok, kevesen
vagnak, kik azt meg-gondolnák.

I I.

A' hirtelen való febes Indulatok ú-
tat nyitnak az Embernek az éles nya-
valyákra; sőt meg-esik néhánkor, hogy
hirtelen egyzeriben-is belé - ejtik: a'
felet-

felettébb való nagy öröm, avagy harag miatt el-ájúlnak az Emberek, sőt hirtelen meg-is halnak.

III.

A' lafsú és fokáig tartó Indúlatok hozzás Nyavalyákat okoznak, mint p.o. a' hozzás Szomorúság, Búslakodás, Gondolkodás, Harag-tartás, 's a' t.

IV.

A' gyenge Termézetü, egészségtelen és tanuló Embereknek fíntén úgy meg-árt az Indúlatosság; mint az ételben és italban való mértékletlenség.

V.

Sokkal ártalmasabbak az egészségnek a' hirtelen való febes Indúlatok, a' lafsú tsendes fokáig tartó Indúlatoknál.

VI.

A' Testnek nyavalyáji közzé fám-láltatik az; midön némelly Tudós Emberek meg-tsábulnak (meg-örülnek,) Elméjeket a' Vallásnak dolgaira függesztvén, minden Testi vigasztalásokat, mulattságokat, és Testnek gyakorlásit meg-vetnek, mintha ök-is nem e' Világban élénéek.

VIII.

VIII.

Ama' fokot gondolkodó, és mély értelmü Embereknek, lassú tsendes Indúlataik vagynak, tsak lassanként alattomban, mint a' tűz a' hamú alatt, úgy eméztödnék.

IX.

A' kik keveset gondolkodnak, kevés bajok vagyon azoknak az Indúlatok miatt: a' Kábáknak pedig és az Ézteleneknek tellyesféggel semmi sint.

X.

A' melly nyavalyákat az Indúlatok okoztanak, fíntén úgy Doktori Orvofságokkal kell meg-gyógyítani, mint a' mellyek más egyéb okból fírmaztanak: de az Indúlatoknak megelőzésére nem Doktorság, hanem *Virtus* és Vallás kívántatik.

XI.

A' minthogy az Istenniek Szereteti minden nyomorúságokban leg-főbb Orvofság, így az Egészségnek fenn-tartására, és a' hozzú Életnek megnyerésére-is, soha annál nintsen hatalmasabb

fább eszköz, ~~mit~~ így minden mi
 Testi Indulatink meg-zaboláztattak lé-
 vén, azok a' nyavalyák rajtunk erőt
 nem vehetnek, a' mellyek külömben
 rend szerént az Indulatokból fázma-
 zni szoktanak: azon fellyül ki-mondhatatlan
 örömben és tsendességben tartat-
 nak ekképen a' mi Lelkeink
 vég nélkül.



TOLDALÉK.

A' hozzás Nyavalyák fok ideig tartanak, lassanként eméztik - meg az Embereket, lassú *Pulsus*sal vagynak egybe - köttetve , nehéz meg-gyógyítani; az éles Nyavalyák pedig leg-fellyebb-is negyven Napnál tovább nem tartanak , gyorsan vér akkor az Élet-ere; fokot segít magán ott a' Termézet , és azt a' Doktornak tsak igazgatni kell.

I I.

Hogy a' mi Nemzetünkben olly fok Sülyösök vagynak, oka ez : hogy a' Hús Ételben és az erős Italokban felettébb gyönyörködnek.

I I I.

A' kiknek Iffjú korokban felettébb jó egészségek vagyon , azok Életeknek leg-jobb idejében , harmintz - öt vagy harmintz hat Éztendös korokban terhes

hes, vagy éles, vagy hófzás nyavalyába esnek.

I V.

A' kik valóságos fázaz betegségben halnak-meg, harmintz öt Éztendős korok előtt bizonyos jeleit tapasztalják annak.

V.

A' gyenge Termézetü terhes Afzónyok hamar idétlent fülnek, és a' kiken egyzer a' fzerentsérlenség meglett, igen könnyen meg-esik másodszor, söt töbzför-is: a' bövön való éléslről le-mondgyanak, könnyü eméztetü eledelekre fogják magokat, veres Bort favanyú Vizzel együtt igyanak, az egészséges Aëren kinn járjanak, ha erejek engedi, annak idejében Eret vágassanak, Veséjekre fzorító *Flas-tromot* tégyenek, és belső rézket erőfitő Orvofságokkal éljenek.

V I.

Mivel a' gyenge Termézetü, beteges Emberek Nyárban inkább eméztetnek mint Télben, illendő dolog lé-
zen

fen azért az Eftendőnek rézféhez magokat alkalmaztatni, hogy minémü eledeleket és mennyit egyenek.

V I I.

A' ki mennél kevesebb Ruhát visel, annál ~~kevesebb~~ több annak a' Termézeté. *fmen.*
A' Flannel és a' fok Ruha meg-erötle-
nit, mert a' Test allatta meg-izzad,
és több jó nedveség mégyen ki be-
löllünk, mint a' mellynek Termézet
szerént kellene ki-gözőlgeni Testünkön.

V I I I.

A' gyenge Termézetü, benn-ülő,
és tanuló Embereknek igen egészséges
vólna Fejeket és Állokat gyakorta meg-
borotváltatni, Lábaikat mosatni, és
dörsöltetni, körmeiket el-vagdalni. A'
ki az illy kitsiny dolgokat meg-veti,
kitsinyenként fokozt az el-vezni.

I X.

Kik az olvasásban és írásban gyako-
rolják magokat, mindenkor fenn-állva,
és a' mennyire lehet fel-emelt Fövel
olvasanak, és írjanak. A' kik pedig
fétálás bözben-is végben vihetik ebbé-
li kö-

li kötelefségeket, mint p. o. a' kik valamit *dictálnak*, legjobb azoknak sétálni

X.

A' hízott nagy Testü kövér Emberek a' mennyire lehet vonnyák-el magokat mindenféle italoknak nemeitől, söt még a' viznek italától-is, könnyen-is megállhattyák, ha gyenge Állatoknak Húsával és *Vegetabilékkel* élnek.

X I.

Az idős Emberek két nevezetes dolgokra vigyázzanak: 1. hogy a' kedvetlen fomorú időktől vonnyák-el magokat, midön t. i. felleget az Ég, fél fú, és hideg az Aër, otthon maradgyanak, meleg Szobát és meleg Ágyat keressenek, a' tüztől melege ne távozzanak: 2. Valaminthogy a' Gyermekek apródonként fognak több és vastagabb eledelkhez, így az Öregek is mennél több Eftendöket érnek, Naponként, annál kevesebbet egyenek, és gyengébb eledelkkel éljenek: nem kell azt várni, hogy a' Termézet kényszerítsen arra bennünket. XII.

XII.

Valaminthogy nem egyzeriben es-tünk a' hozzás nyavalyákba, így fin-tén kívánni nem-is lehet, hogy hamar egyzeribe meg-gyógyíttassunk, ellen-kezik az, a' hozzás nyavalyáknak Ter-mézetivel, idő kívántatik ahoz. A' kik ezt meg nem gondolják, béké-telenséggel vagynak, egyik Doktor-tól a' másíkhöz faladnak, utóljára az értetlenekhez - is folyamodnak, mellyel azt nyerik, hogy mind pénzeket, mind életeket el-veztik.

XIII.

Adott az Isteni Gondviselés a' Doktorok kezében olly Orvofságnak a' nemét, a' mellyel mindenféle éles fájdalmakat, és el-fzenvedhetetlen kí-nokat a' Kólikában, Vese-fájásban, Közvényben, terhes Szülésben és más egyéb Nyavalyákban, mindeneknek tsudájára hirtelen le-tsendesíthetnek.

XIV.

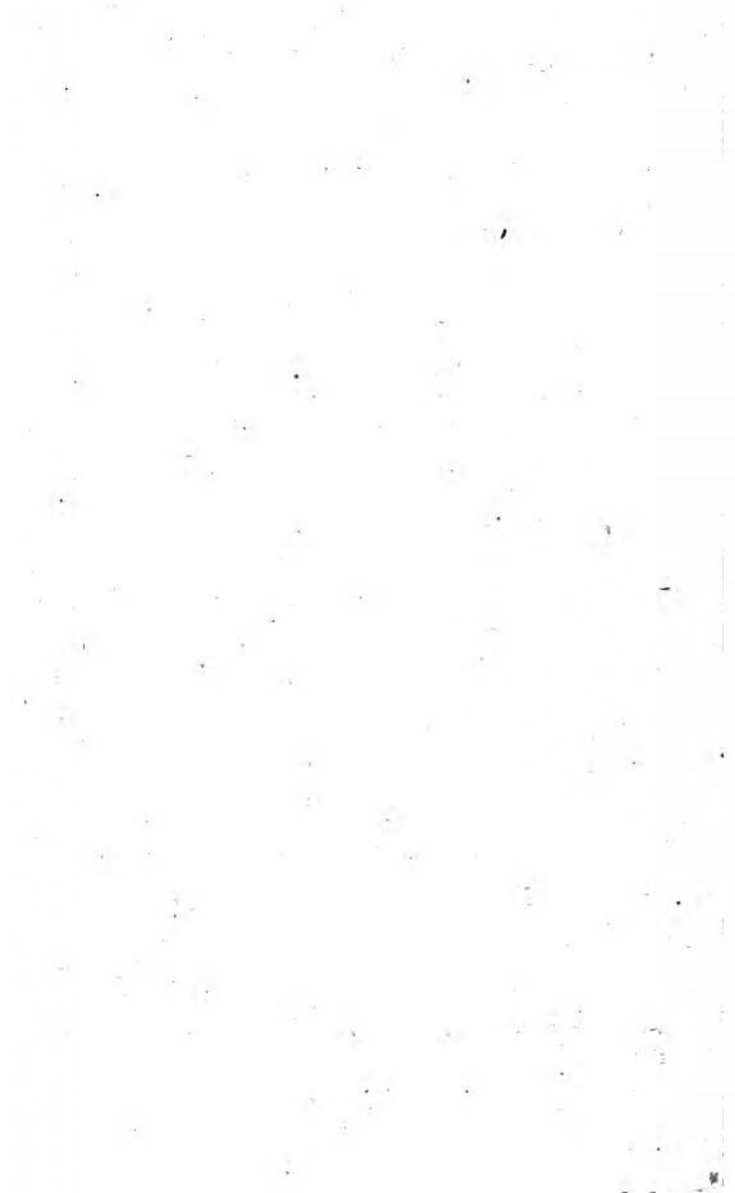
Az Egéségnek és hozzú Életnek

egész

egész titka ebben áll, hogy tudgyuk mi magunkat akképpen mérsekelní, melly fzerént a' Vérnek és egyéb nedvességeknek az Ereken, és a' Testnek más szabados egyéb tsatornáiban illendő folyamattya lehetfen.

V É G E.





ÖSTERREICHISCHE
NATIONALBIBLIOTHEK

ÖNB



+Z152391208

