

## Tululikud õpetused.

Kes aia ehk muud postisi maa sisse panevad ja soorivad, et nad kauemine määrmise vastu seisaksiwad, pangu ladiva otsad allapoole, siis on nad head küllalt, ilma et neid pöletada tarvis oleks.

Kes oma terwist hoida tahab, piab selja socja hoidma, see on: willast riuet palja ihu peal kandma, isitäraniš nõrgemad inimesed; fest külm teeb neerudele ja kopsule wiga, mille läbi ka tiisiku töbi sündida wöib 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 waablaliste nõekumise vastu aitab sibulas, mida nuaga katki lõigatakse ja siis, kui nõel välja tömmatud on, haawa kohta selle sisuga õerutakse, mis kohे walu õra wötab ja ülesse ei lase paistetada.

Raage kõha vastu wötku tsitroni sahwti nii palju kui si soowib ja segagu peenikest suhkurt sinna sisse, et see nii pakkuks ja sitkeks lähev, nagu siirup. Sellest wötku siis aeg-ajalt üks teelusika täis sisse. Küll siis kõha kaub.

Ernid pehmeks keeta wöib feeläbi, kui pisukese lusika täie soodat erne patta panakse.

Lutikaid kautada, wötku rohelist seepi ja sulatagu palawa wee sees õra. Nõndasamuti sulatagu fa puhasstatud pansrõmi ja ninatubakast palawa wee sisse ja segagu sevigiga õra ning määrigu siis kõik kohad, kus neid aga on, küll nad siis kaduvad.

Leiba hallitamise eest hoida, segagu taigna sisse natukene anili si ehk ka kõõmisid, feeläbi seisab leib kauem wårské ja ei lähe fa mitte hallitama.

Wårsket õlut ruttu selgitada, wötku peu täie soola, pöletagu seda raud labida