

A choćby 'inney' w ciągłych podróżach nie było,
Gdy się czas marnie strawił, wiele się straciło.

Przeplynowszy przez morza i zwiedziwszy ziemie,
Daymy to, iż kto poznał wszystkie ludzkie plemie,
Coż poznał? — to, co w domu miał na pogotowiu,
Może iazdą, płynieniem, mógł usłużyć zdrowiu,
Bo lekarze tak mówią; ale syty z wzorku,
Zapytamy pielgrzyma: co mówi o worku,
Pewnie mu nie usłużył — a źle gdy nie służy,
To nic ieszcze; gdy mówiem ściśle o podruży,
Że się zlepszenia zdrowia w nim znaydzie przyczyna,
Większa, ważniejsza ieszcze i pilniejsza wszczyna,
Trzeba iechać koniecznie — gdzie? — jechać do wody,
Służyła ona przedtym tylko do ochłody.

Teraz większa usługa — iaka? — żyć niemożna,
Jeżeli pilność o zdrowie czuła a ostrożna,
Nie zapędzi tam, gdzie iest salitra i siarka —
A nam co po salitrze? — jeżeli oney miarka,
I z częściami hałunu a naybardziej z rana,
Gdzie ją chwytąć należy, żeby moc niezgasała.

Jeżeli więc na takie ozdrowienia hasła,
Nie wzbudzi się chęć iechać, pożegnay się z życiem —
Jużci, ale i z workiem. Za takim użyciem,
Droższe widzę niż przedtym było teraz zdrowie;
Żyli dłużej niżli my nasi pradiadowie,
Za krzepkość z oycow wziętą nie płacąc nikomu;
Od zdrowych wzięte zdrowie zachowali w domu.
Cnotliwey rostopności urządzeni miarką,
Nie znali się z hałunem, salitrą, i siarką,
Czerstwa starość poważne ich zmarszczki wdzięczyła;
Było zdrowie, bo święta wstrzemięźliwość była.
Lepsza ona od siarki i skuteczniey zdrowi,
Niż co kryśłą lekarze i starsi i nowi,