



BIBLIOTHECA  
UNIV. JAGELL.  
CRACOVENSIS

586242

Mag. St. Dr.

1



Med. 118.

*meay*

586242 |  
Mag. St. Dr.

1513

# KATECHIZM ZDROWIA

*In hoc sumus sapientes, quod naturam optimam  
dutem tanquam Deum sequimur eique paremus,*

CICERO DE SENECT.

Le  
 zbio =  = vour  
 Dambokich  
 N<sup>ro</sup> Dieta





586.2421

Mag. St. Dr.

ab tu wyobrazone Dzieci, ubrane, takby wszystkie  
męskiej i żeńskiej płci Dzieci, od początku trzecie-  
go, aż do końca siódmego lub ósmego roku, odzie-  
wać należało.

Mich. Jac.

# KATECHIZM ZDROWIA

DLA

## UŻYTKU SZKÓŁ

Y

## DOMOWEY EDUKACYI.

przez

D. BERNARDA KRZYSZTOFA FAUSTA, *Konfiliarza  
i Lekarza Nadwornego, Grafa de Schaumburg Lippé,  
oraz wielu Towarzystw uczonych, Członku.*

ze Czterema Obrazami.

z Niemieckiego na Polskie wytłómaczony,

przez

KRZYSZTOFA CELESTYNA MRONGOWIUSA,  
*Nauczyciela Ordynaryjnego przy Szkole Knipowskiej,  
Katedralnej w Królewcu Pruskim.*

W WARSZAWIE, 1795.

Drukiem i Nakładem MICHAŁA GRÖLLA,  
Uprzywilejowanego Księgarza Nadw. J. K. Mci.

T znajdzie się we Lwowie u Pana  
Karła Bogumila Pfaffa.



Szlachetne zdrowie,  
Nikt się nie dowie  
Jako smakujesz  
Aż się zepluiesz,  
Tam Człowiek prawie,  
Widzi na jawie,  
Y sam to powie,  
Że nic nad zdrowie,  
Ani lepszego,  
Ani droższego:  
Bo dobre mienie,  
Perły, kamienie,  
Także wiek młody,  
Y dar urody,  
Mieysca wysokie,  
Władze szerokie,  
Dobre są: ale  
Gdy zdrowie w cale,  
Gdzie nie masz siły,  
Y świat nie miły,  
Kleynocie drogi,  
Móy dom ubogi,  
Oddany tobie,  
Ulubuy sobie,

*Jan Kochanowski.*

*Viro Illustrissimo ac Generosissimo  
Domino*

JOHANNI CHRISTIANO

*Libero Baroni*

*à WOELLNER*

*Prussorum Regis Potentissimi intimo statu  
atque justitiae Ministro, rerum sacrarum  
apud Lutheranos & Romano-Catholicos o-  
beundarum Praesidi Eminentissimo, Regia-  
rum Academiarum Curatori supremo, Ca-  
nonico Halberstadiensi, Reipublicae & eru-  
ditionis Columini ac Praesidio*

*Maecenati & Patrono liberalissimo*

*libellum hunc scholarum usui inseruientem*

*è Germanico suis studiis Polonicè datum*

*animi venerationem intimam testificaturus*

*dicatum esse voluit*

Christophorus Coelestius  
Mrongovius.



---

## Do Nauczycielow

*Względem używania Katechizmu Zdrowia.*

---

**P**RZYZACNI Mężowie kochajcie dzieci, które do Szkół walczych przychodzą. Przychodzą one do was, ażeby przez waszą naukę i przepisy, zdrowemi, mądrymi, enotliwemi i szczęśliwemi ludźmi się stali. A ponieważ ta Książka podaje środki, jak człowiek od dzieciństwa żyć powinien, aby miał zdrowie, co, jak *Ekklesiastik* mówi, cennieyszim jest nad złoto; tedy zapewne radzi będziecie, z niey dzieci wasze nauczać. Gdy zaś iako umiejętni Nauczyciele, przeświadczeni jesteście, że samą tylko na pamięć uczenie się odpowiedzi żadnego dzieciom nie przynosi pożytku, tedy bez wątpienia najlepiej uczynicie, kiedy ich na przykład następującym sposobem nauczać będziecie.

1. Rozdział, którego uczyć się mają, naprzód od Nauczyciela, potym od dwóyga dziełek, dobrze i wyraźnie czytać umiejących, z których jedno pytania a drugie odpowiedzi czytać powinno, będzie przeczytany; a Nauczyciel, który do wyluszczenia kaźdey propozycyi przygotować się, i całą treść tey Książki dobrze znać powinien, objaśni dopiero ogół i ważność przeczytanego rozdziału w powszeczności, i w ogólnych propozycyiach.

2. Niezaniedba Nauczyciel, kaźdego pytania i odpowiedzi w porządku potedyńczo wyluszczyć, a to wszystko ieszcze raz iasnie i wybitnie przeczyta. Objasni kaźdy sens, i znaczenie wyrazów, oraz myśl wpytaniu równie jak i w odpowiedziach zawarte. Potym rozbie-



rze i pytanie i odpowiedź (które częstokroć, z wielą propozycyi składają się) na pojedyncze i takie propozycje, które łatwe są do pojęcia dziecinnemu rozumowi. Wda się w rozmowę z dziećmi; a to w sposobie łatwym do pojęcia, przez nie trudne proste i daley wiedzące pytania, doprowadzi działki do prawdy i nauki, które w przeczytanych pytaniach i odpowiedziach są zawarte. Każde pytanie i odpowiedź powinny z siebie wypływać, a dzieci własnym rozsądkiem, to co jest dobrém i prawdziwem, sami wynajdować i pojąć muszą. Jeżeli tedy dzieci, w przeczytanych pytaniach i odpowiedziach zawartych prawd i nauki dociekli, tedy do następujących postępują. Sali wszystkie pytania pojedynczo rozumowi dziecinnemu ułatwione; tedy

3. Cały rozdział po kolei u dzieci będzie wypytywany. Jeżeli zrozumiały dzieci, wszystkie w rozdziale zawarte prawdy i nauki; tedy

4. Każdorazowa instrukcja zawsze powtarzaniem wyżey rozbieranych prawd, oraz tęp dokonczona będzie, ażeby Nauczyciel każdego dziecięcia zapytał, czy ono z tegodniowej nauki zatrzymało? Przypięm także każde dziecię coś nowego mówić powinno, co by jeszcze od innego powiedzianem nie było: np: któreżby dziecię tego lub owego szkodliwego uczynku jeszcze się dopuszczało? wy też czy niechcilibyście tego czynić? Czy niegdzieście chcieli waszym rodzicom i domownikom tego opowiedzieć? Cóżbyście jeszcze mogli do tego przytoczyć, aby to lub owo tak uczynione, albo też odmienione było, tak wy sami słyszycie że to jest dobre? Czy nieznacie kogo, któremu by to pożytek przyniosło, o czem dziś mówiliśmy, gdybyście to temu powiedzieli? Coś ty, lub tamten wedle tych nauk postanowił sobie czynić albo zaniedbać? i t. d.

5. Z przypiskow niżej pytań i odpowiedzi położonych, oraz z *Beherowej* poradney *Xiążeczki*, z *Rochowego* przyjaciela dzieci, z *Zeylerowego* zbioru, z *Zerrennerowej* *Xięgi* ku użyciu ludowi pospolitemu, oraz z wielu innych, arcy wybornych *szkolnych* i *potocznych*,

czyli powszechnie używanych *Xiążek*, potrafią rozsądni *szkolney* młodzieży *Nauczyciele*, wiele prawd i nauk objaśnić i one utwierdzić, a przez powieści i przykłady usłować będą, zrozumiałemi i iakby dotykalnemi, a razem ie przyjemnemi dzieciom uczynić.

6. Kiedy np. febry, ospice, odry, biegunki, albo inne choroby w tęp miejscu, albo w bliskości panują, tedy osobliwie rozdział o tęp traktujący, kilkakrotnie w *Szkole* ma być odczytany.

7. Przez dwa dni w tygodniu, czas przynajmniej jednogodzinny wyznaczony będzie czytaniu iakiego rozdziału z tey *Xiążki*, ażeby ją całą, iesli by można, dwa razy w roku przeczytać, a tak w pojęcie i pamięć dziecienną należycie wrazić.

Tym sposobem, przezacni *Nauczyciele*, serca i umysły uczniow waszych, arcy zbawiennie wykształcać możecie, skoro zaś to uczynicie, tedy ludzie współczesni, a szczególnicy następne pokolenia, za swe zdrowie i szczęśliwość, wdzięczność wam po większey części zostaną winne; a Bóg który chce, aby każdy przez pojęcie prawdy na duszy i ciele został wspomóżony, który nie zostawia bez nagrody, wypłaci to wam tu do czesnie, i w wieczności.

1. Strzedz i żywć ciała naszego, niebronisz najwyższy Panie; lecz lekkomyślnie płuć skład iego, bronisz twoie Przykazanie. Utwierdź mię w tey powinności, i użyż do niej mądrości.

2. Jak żebym ja miał płuć z umysłu, coś tak cudenie ukształtował, nie raczy dołożyć domysłu, abym mądrze to zachował? Boże! Stwórco ciała iego, mamże być mordercą iego?

3. Na żywienie i straż onego dajesz nam, Oycze, obficie środki, które służą do tego, i rozum na ich użycie. Mamże lekce ważyć sobie, co jest niezapodłe Tobie?



4. Zdrowe członki i czerstwe sily, ile są warte, mój Boże? kogo choroby obślapiły, jak powinność spełnić może? Tu myśl swobodna i zdrowie, są wszystkie dobra w ośnowie.

5. Day tedy niech zabraniam sobie, co ciała byt dobry psuie, niechay nigdy w mojej chorobie, wewnątrz zarzutu nie czuig: Ty sam twój pokoy zmąciłeś, i sam sobie w ból wprawileś.

6. Zmyśły i członki me zachować, day niech dołożę pilności, a kiedy mam raz zachorować, to sam użyż cierpliwości; day wesoły umysł, rada lekarza niechay się nada.

7. Broni mię jednak od zbytecznego o ciało moje starania, niech zostaig w granicach twego, Boże, zawsze przykazania. Niech nie iedno me staranie będzie ciała zachowanie.

8. Niech więcey staram się, jak trzeba, o duszy uszczęśliwienie, abym się wógi stać godnym Nieba, póki tu trwa doświadczenie. Tak Dusza i ciało w Niebie, wietanie się ucieśzają z Ciebie.



## ROZDZIAŁ PIERWSZY o Zdrowiu.

### I.

*o Zdrowiu, jego wartości i o powinnościach utrzymania onego, aby ludzi dojrzałego wieku, a osobliwie dzieci w tym zainformować.*

1. *Kochane Dzieatki, oddychać, żyć między two-rami Bożemi, jestli to co dobrego? jestliż to pomysłności i radości zazrywać?*

Tak jest, życie zowie się dobrem, żyć, jest to powodzenia i roskoszy doświadczać, życie jest przednim darem Boga.

Psaln 150. 6. Wszystko co oddycha, niech chwali Pana!

Psaln 145. 16. Otwierasz Panie rękę twoję, a nasycaśz wszystko co żyje podług upodobania twego.

Psaln 36. 6. 9. Panie miłosierdzie twoie Niebios sięga. Będą upoieni hojnością Domu Twego, a strumieniem roskoszy Twoich napoiśz ie.

Psaln 136. 1. 8. 9. 25. Wyślawiaycie Pana! albowiem jest dobry; który stworzył Słońce, aby panowało w dniu; Miesiące i Gwiazdy, aby panowały w noc; który dawa pokarm wszelkiemu ciału, albowiem na wieki miłosierdzie jego.

2. *Przez cóż jeszcze więcey można pokazać, że nasze życie jest znakomitym darem Bożym?*



Przez instykt od Boga Człowiekowi wiany, aby życie zachował.

3. *W jakimże stanie ma być ciało Człowieka, które Duszy jego za pomieszkanie i narzędzie służy, kiedy Człowiek doskonale i długo żyć, oraz wiele dobrego i mnogich roskoszy zażywać pragnie?*

Powinno być zdrowe.

4. *Zkądże iść może daley możecie pokazać, iż Człowiek zdrowym być powinien?*

Z Przykazania Bożego: w pocie oblicza twego, będziesz pożywał Chleba, w r. X. Mój: 3. 19. A tylko zdrowy może silnie pracować.

5. *Mozemli doskonałość i szczęście Duszy naszym pomnożyć, kiedy o ciele zaniechamy starania?*

Nie, Bóg Duszę tak ściśle z ciałem połączył, że przez baczną pieczęlowanie o ciało, doskonałość i ufczęsliwienie Duszy razem też pomnażamy.

6. *Cóż się rozumie przez zdrowie?*

Rozumie się, że ciało bez skazy i boleści, wżyskich funkcyj swoich wolnie i łatwo dopełnia, i na skinięcie Duszy jest postulzne.

7. *Jakże się czuje zdrowy?*

Zdrowy czuje się być silnym, pełen jest czerstwości i mocy: smakuje mu napój i pokarm; wiatr, odmiany powietrza może wytrzymać, agitacya albo praca niebzdzie mu przykra, owšem to jest dla niego nader dobrze.

8. *Przeciwnie iakże się czuje chory, i czy onemu iść takóž dobrze?*

Jako żywo, nie dobrze iemu; chory czuje się zwątlonym, słabym i bez silnym, pokarm iemu nieprzyjemny, nie może znieść ani wiatru, ani przykrego powietrza, niezdola pracować, cierpi smutek, boleść, i nie wiele ma radości w życiu.

9. *Mozecie wy Dziatki śmiać się i być wesółymi, żartować i śkać, iść i spać, kiedy chorujecie?*

Nie, to zczynimy w ten czas tylko, kiedy iść będziemy zdrowi.

(Przypisek. Jeżeli się znajdować będzie iakże Dziecie, które dniem wpród, albo przed tygodniem chorowało, tedy zapyta się Nauczyciel. Tyś chorował, powiedźże mi czy to dobrze, czyli źle było ci w tej chorobie, czy nie jest zdrowie największem dobrem? Rostropne Dziecie prawie w te słowa odpowie: „Bardzo mi było źle, nie mogłem „nie ani iść ani pić, nie miałem w niczem upodobania ani pociechy, cierpiałem taskawie i boleść: a „teraz, Bogu dzięki! gdy znowu do zdrowia przyszedłem, doświadczam, że zdrowie iść największem dobrem.“)

10. *Cóż mówi (Ecclesiast:) o Człowieku zdrowie mającym?*

W Rozdziale trzydziestym, od czternaściego do szesnastego wiersza powiada on „iż lepiej iść acz przy ubóstwie być czerstwym i zdrowym, niż bogatym w niemocy. Zdrowie i czerstwość droższe są nad złoto, i zdrowe ciało lepsze iść niż wielki majątek. Owšem najbogatsze skarby bywają niczem, w porównaniu do czerstwego ciała, a żadna z uciech ukontentowaniu serca niezrówna.“

11. *Czy iść tedy zdrowie rzeczą wielkiej wartości?*

Tak iść, zdrowie iść dobrem nieocenionem, i najważniejszym środkiem do używania dóbr i uciech życia.

12. *Czy nie może też chory dóbr i pomysłności życia używać?*

Zgola iść używać nie może.

13. *Cóż pomogą Człowiekowi wszelkie dobra i roskosze życia, kiedy iść chorym, i zażywać onych nie może?*

Mają mu one pomogą, albo cale nic.

14. *Gdy więc zdrowie iść dobrem w życiu naszym, iakże tedy ma Człowiek powinność, co do zdrowia względem siebie samego?*

Powinien starać się o zachowanie zdrowia.

15. *Czyniż temu Człowiek zadość, kiedy o własnym tylko swoim zdrowiu ma staranie?*



Nie ze wszystkim; ma on jeszcze powinność o życie i zdrowie bliźniego być troskliwym.

16. *Zkąd tedy cóż Rodzice Dzieciom swoim powinni?*

Winni są Rodzice największą pieczołowitość około zachowania zdrowia i życia Dzieci swoich.

(Przypisek. Nauczyciele i Rodzice powinni Dziećki swoje przez pomysłność i ukontentowanie, których one, przy zdrowiu nieskopo zażywają, i przeciwie przez kuzdudziennie przykłady o wielorakich biedach i nędzach, która chorzy cierpią, o nieporównanej wartości zdrowia, i ztąd wynikających powinnościach utrzymania onego, mocno i żywo przekonać.)

17. *Czy dopełniają ludzie tej powinności?*

Nie; rzadko ją pełnią.

18. *Czemuż tej zawyższ niewypelniają?*

1. Ponieważ mało takich ludzi, którzyby nieostrożną wartość zdrowia dokładnie poznawali.

2. Ponieważ oni nieznają się na budowie i własnościach ciała ludzkiego.

3. Ponieważ niewiedzą co zdrowiu jest pożyteczne albo szkodliwe.

19. *Zkąd pochodzi ta niewiadomość w ludziach? Z nieoświecenia.*

20. *Ponieważ Bóg chce, aby wszystkim ludziom było wspomóżono, czy powinni by ludzie z niewiadomości do poznania prawdy być prowadzeni?*

Tak jest, byłoby to ażeby dobrze i razem powinnością, ażeby wszyscy ludzie, a obojwie Dzieci, o własnościach ciała ludzkiego i zachowaniu zdrowia nauczeni byli.

(*Powieść historyczna. Kiećna Julianna von Schaumburg Lippe Wdowa w Fejeniu 1791. roku, kiedy wielu chorych na biegunkę, przez nieznaną przyczynę umierało, napyerwsza na tę szczęśliwą i ażeby zbawienną myśl wpadła, ażeby Katechizem o Zdrowiu dla Szkół napisano i z niego Dzieci obowiązuć porządku. Zjawia się on w sławnym tylko Aberyse 1792; we dwóch latach osmaszczył tysiący egzemplarzy, ten jeszcze niedośćkonnie wypracowany Dzieci, po całych Niemczech wyprzedano, na 1 milijon, Całk, i Węgierst i innych przelotem, i wielu Szkółom na długie dyktando poznano.)*

21. *Czy powinniście tedy wszelkiej pilności przykład do tej nauki, która jest teraz o najważniejszym dobru ludzkiego życia wam przetoż?*

Tak jest, powinniśmy wszelkiej do tego użyć pilności, abysmy onę wyrozumieć i w pamięci zatrzymać mogli.

22. *Czy dosyć na tem, aby tę instrukcyą rozumem pojąć i w pamięci zachować?*

Nie, powinniśmy też onę w życiu postępkami okazać.

## II.

### o Trwałości życia, i znakach zdrowia.

23. *Jak długo mogli by żyć ludzie?*

Życie jest znakomitym darem Bożym, i dla tego powinni by żyć ludzie przez czas długi, to jest aż do nappóźniejszej starości.

Psaln 90. 10. Dni wieku naszego są lat siedm-dziesiąt, jeżeli kto dłuższy, lat osmdziesiąt.

(Przypisek. Ze składn ciała ludzkiego (np: długie kości członków, aż do osmnastego roku, składają się ze trzech części, aby przez wiek męski wzdłuż rosnąć mogły, ale ta mądra budowa byłaby daremna, gdyby Człowiek w dziecinym wieku umierał, i z całej natury Człowieka pokazać można, że Człowiek miałby żyć przez czas długi, ażeby ciało i Dusza doskonałości swojej doszły; ciału się wycieczło, a Dusza narzucenie swoje na ziemi dokończyła, i do zamartwychwstania w wiekiwiej świętowości na tonie Bożem uszła. Lży Rodzicow przy za wcześnej śmierci Dzieciak są Sprawiedliwi.)

24. *Cóż Bóg za największą na ziemi nagrodę przyobiecał tym, którzy Rodziców czczą i onych rozkazuy pełnią?*

Dobre powodzenie, i długie życie na ziemi.

25. *Jak długo miałby Człok być zdrowym?*

Bez długo trwałey choroby, mógłby prawie przez całe życie zdrowym być i dobrą się mieć.



26. Jakże nazywają tego Człowieka, który tylko czasem, i to małe słabości i przemieniające choroby ucierpiał, ale resztę wieku swojego zdrowo przeżył?

Człowiekiem zdrowym.

27. Jakże zowią tego Człowieka, który słabego będąc ułożenia, większą życia swojego część w niezdroziu i chorobie przepędził?

Chorym lub niezdrówym Człowiekiem.

28. Po czym poznatiemy Człowieka w dojrzałym wieku zupełnie zdrowego?

Kiedy czerstwo i dobrze wygląda, kiedy wszystkie jego zmysły są dobre i bystre; kiedy w kōści, ciało i siły nieskąpy, kiedy obszernie ma żyły i krwi dostatek, kiedy jest pierśi dużych i szerokich, a bez długiego kaszłania, zwolna i głęboko oddycha, kiedy je z apetytem, oraz dobrze trawi \*); kiedy łatwo i z wytrwaniem ruszać się oraz pracować może, kiedy śpi twardo i spokojnie, a krótko mówiąc, kiedy jest rześwy i wesoly.

\*) Ciało musi być utrzymywane czyli żywione przez pokarmy. Wszelkie żywności powinny stosownie do liczby i mocy żebow, być lekkimi rzeczami, Żeby służyły osobliwie do życia: a gdy od życia ścisłych pokarmow, (które zmieniają się w ślinę rozplywają się na cienki czyli miarki i dobrze wyrobiony kleik i niby słodkie mleko,) trawienie, a następnie żywienie, zdrowie, siły i dobry byt Człowieka powiększają części niewiśly, tedy Człowiek zdrowy, żeby także zdrowe mieć musi.

29. Czy zawsze i iedynie można się na te znaki zdrowia spuszczać?

Nie, bo te znaki zawodzić mogą.

30. Cóż należy czynić, aby z pewnością poznać, czyż Człowiek na weyrzenie czerstwy, w rzeczy samej jest zdrowym?

Potrzeba ieszcze na przyrodzenie, zdrowie i cnotę Rodzicow uważać, odktórych on pochodzi.

31. Jakież mają być przymioty Rodzicow zdrowego Człowieka?

Tak Oycie i jako i Matka, powinni być zdrowi, mien bez wad i ułomności, i bez takich chorob, które się na Dzieci zlewają, iakoto; suchoty, wielka choroba; obois,

obois, Oycie i Matka powinni mieć dobrą naturę, i zasady do zdrowego i długiego wieku, oraz, powinni być ludźmi cnotliwymi.

32. Dla czegoż mają być ludźmi cnotliwymi?

Ponieważ cnota Oycy i Matki do Dzieci przechodzi, a cnotliwi Rodzice przez swoje przykłady, Dziecię do wszelkiego dobra usposabiają.

33. Jakieżby tedy przymioty Rodzice mieć powinni, którzy cnotliwych i zdrowych Dzieci sobie życzą?

Powinni być sami zdrowymi i cnotliwymi.

### III.

#### o Własnościach ciała Ludzkiego.

34. Jaka jest budowa ciała Ludzkiego?

Nieskończona mądrość i dobroć naykunsztowniej i naydoskonalej je utworzyła.

Przypisek. Xiążkę dydaktyczną dla młodzie, o nieskończenie mądrej budowie, i funkcjach części ciała Ludzkiego, przez dokładne kopersarychy objaśnioną, powinnyby Szkoły (gdyż takowa Xiążka potrzebna i pożyteczna jest) bez zwłoki strzymać.

35. Cóż ieszcze uważać mamy przy tej doskonałej budowie ciała?

Gdy ciało nayważniejszemi i skutecznemi do życia i dobrego mienia zmierzającemi siłami jest opatrzone; tedy naprzód życie i zdrowie doskonalić i zachowywać, powtórne utracone zdrowie znowu pozyskiwać, iakoteż wtem poniesione szkody nadgradzać, powinniśmy.

36. Kiedy ciało cokolwiek przeciwnego naturze w sobie zawiera, albo iakżeby szkoda poniosła, przez co by onego funkcje i pomysłność Człowieka naruszona były, iak w ten czas działają siły żywotne?

Działają one iuż mocniej iuż słabiej, aby co jest przeciw naturze, z ciała wypędzić, czyli szkodzie zapobiedz.



(Przykład. Kiedy np: drzewa w ciele utkwie, tedy obrażona a życie i pomyślność utrzymać chcąc natura, pobudza rope na wysadzenie oney, kiedy ceplute żółtisko i przegnięte plugastwo w zółtku smaydnie się, tedy natura usiłuje przez vomit czyli zwrócenia onego się pozbyć. Gdyby osłabłowie iako chorowita część ciała zyciu szkodliwą, albo niebezpieczną stać się mogła, tedy natura częstokroć dobywa wszystkich sił swoich, w wielu przypadkach powstanie zimno, gorączka, albo febra, i natura usiłuje stan nienaturalny odmienić, albo, iak to najczęściej bywa, z ciała wypędzić. Jeżeli Całek złamie kość, tedy natura zmiekcza kośćce tej frakturny czyli łamaniny, aby one w zmieczonym stanie, same przez się, a nie przez maści ani plastry, znouu zrosły. To się zaś samo rozumie, aby kośćce łamaniny przez umiejętną pomoc, ieden naprzeciw drugiego były nakierowane, i aby one się w ienotężonej a spokojney sytuacji, pokruszonego członka mogły na przeciwko siebie trzymać.)

37. *Możeli przy tak wielkich siłach, któremi Bóg Człowieka opatrzył, ciało i zdrowie łatwo szkodę ponieść?*

Zdrowy a razem mocny Człowiek w wielu zdarzeniach nie łatwo ponosi szkody.

38. *Lecz kiedy my tak wiele ludzi niezadowolonych i chorych widzimy, iakoż temu osłabienie musi być przyczyną?*

Słabość albo niedostatek istotnych sił życia.

39. *Jesli ta słabość przyrodzona?*

Nie, ludzie z przyrodzenia nie tylko są zdrowemi, lecz też mocnymi, pełni życia i pomyślności.

40. *Jakże oni na siebie tę słabość sciążnęli?*

Z większej części przez własną swą winę albo nie-wiedomość.

41. *Czy nie ma też iakiej innej przyczyny, że ludzie są tak słabiemi?*

Jest; słabość ludzka od pokolenia do pokolenia ciągle dziedziczyła i pomnażała się.

42. *O cóżby tedy ludzie najbardziej starali się mieć, ażeby tem mniej chorobom poddawali?*

Powinni starać się, ażeby znouu mocnymi i silnymi stali się.

(Przykład. Przez siłę nie ma się rozumieć, iaka niezgrabna lecz wykształcona siła, w której zdrowe ciało wyćwiczone, gibkie, pełne jest życia i pomyślności.)

43. *Przezco ludzie mogliby się znouu stać mocnymi? Przez rozumną edukacją i dobry sposób życia*

44. *Przez cóż może zdrowe i mocne ciało szkodę ponieść, i zapasnąć w chorobę?*

Przez złe wychowanie i zły sposób życia, przez niepomiarowanie wiedzeniu i picciu, przez niezdrowe potrawy i gorące trunki, przez oddychanie złem i zepsutem powietrzem, przez nieochędnostwą, zbytęzną agitacją, albo nieczynną spokojność, przez zbytne rozgrzanie się i zaziębienie, przez kłopoty, troski i biedy, oraz przez wiele innych przyczyn, może ciało szkodę ponieść, i Człowiek stać się chorym.

## IV.

## o Pilnowaniu i pielęgnowaniu matych Dzieci.

45. *Czegoż matę i bez pomocy zostające Dzieci najbardziej potrzebuje?*

Miłości i troskliwości Macierzyńskiej.

46. *Czyli ta miłość i staranie Matki, niemogą być dopelnione przez innych ludzi?*

Nie, nie dorównać nie może Macierzyńskiej miłości.

47. *Czemuż dzieci potrzebuje miłości i starania Macierzyńskiego?*

Bo Dzieci tak pracowitego dopatrywania i pielęgnowania wygody, i tak łagodnego dozorowania potrzebne, iż sama tylko Matka ochocz i chętnie wspomóc je może.

48. *Jakże matę Dzieci doglądane i pielęgnowane być powinny?*



Zawsze mieć powinny świeże i czyste powietrze, zawsze je czysto chować, i każdego dnia całe ich ciało tudzież głowę, zimną a czystą wodą obmywać należy.

49. Dla czegoż to trzeba czynić?

Bo Dzieci na ów czas daleko są spokojniejsze, nie tak łatwo zaprzęją, daleko lepiej rosną i nadsią się.

50. Czy dobrze to jest, że matki Dzieci powilniają?

Cale to niedobrze, gdyż powilnianie sprawuje Dzieciom tęsknotę, wielkie i długotrwałe bólesci, nie można ich czysto i sucho utrzymać, co nie mało przeszkadza do rośnienia ciała.

51. Kolywanie jestli dobre dla Dzieci?

Nie, kolywanie czyni Dzieci niespokojnymi, odrzonemi, niby pianami, zawrot głowy cierpiącemi i głupiem, a przeto nader wiele szkodzi Duszy i ciału.

52. Mogąż Dzieci zasypiać i spoczywać bez kolywania?

Tak jest, kiedy Dzieci zawsze świeże i czyste powietrze mają, sucho i czysto bywają trzymane, a wspaniałym swoim nie kłócone, tedy smacznie śpią i spoczywają. A kolywanie jako też noszenie Dzieci jest cale niepotrzebne.

(Przypisek. Duszę Człowieka od samego dzieciństwa, przez kolywanie, naszenie i przeszenie do niespokojności nakładają, jest arey zła i szkodliwa. Matka powinna miłym i ciele spokojnym sposobem ze swoim dziećciem karmić, lub igrać, ma ona dziecię i subtelne onego człowieczki lekko ale czysto porządkować, i powinianno ono w rzeczy samej, które się około niego zmyślają, spokojnie oswajać; przeczco się zakłada grunt szczęśliwości dziecinnej.)

53. Powszechnie mówiąc, czy należy z dziećmi spokojnie postępować?

Tak jest; spokojnie z nimi postępować trzeba.

54. Cóż temu przeszkadza?

Kiedy się wiele bałafu około dziećcia czyni; a jeszcze gorzej, kiedy ono strasza.

55. Ażali nieprzyzwwoita dzieci boją się i strachem do uspokojenia przywozić?

Nie, nie należy tego czynić, ponieważ one przez to mogą drganiu i kurczowi podpadać.

56. Czy godzi się dzieciom, tak nazwane utulającce i zasypiające dawać lekarstwa?

Nie, one sprawują sen niezdrowy, nader są szkodliwe i niebezpieczne.

57. Jakże długo Matki powinny karmić pierśmią dzieci swoje?

Od dziewięciu aż do dwunastu miesięcy.

(Przypisek. Właściwie do czasu, kiedy Dzieci w każdej secece po dwa, albo ogółem cztery razy ma. Ze niektóre Matki do dwóch albo czterech lat, Dziecię pierśmią karmią, to bardzo jest nieprzyzwwoita, a równie dla Matki iak i dla Dziećcia szkodliwa.)

58. Jakież pokarmy są dla dziećcia szkodliwe?

Mączne kaszki, papki czyli pamuly, placki w tłuszcności smażone, maśniczki, kleiowate lipkie ciężkie i tłuste potrawy, są dla nich szkodliwe.

59. W czym szkodzą te potrawy, mianowicie papki, czyli kaszki?

Zatykają i zawałają wnętrzości, a od tych niestrawnych potraw, dostają dzieci mięźszego czyli grubego i twardego brzucha, oraz zapadają w suchoty.

60. Jakież pokarmy są małym dzieciom najdogodniejsze?

Samo przez się czyste a niewarzone mleko, cienkie a nie tłuste krupniczki, utarte chleba skórki, albo sucharki, w samej tylko wodzie, albo w wodzie z mlekiem pomieszczone warzone, i za świeża ugotowane są im najprzydatniejsze.

61. Godzili się dzieciom dawać pokarmy pierwszy przeżute?

Nie, to jest brzydka i szkodliwa.

(Przypisek. Małe Dzieci cykiem karmić, albo przez rękę poić, jest złym i obrzydliwym nalogiem, który Dzieciom brzucha boleć i wiele szkody sprawuje.)

62. Na cóż osobliwie przy karmieniu dzieci uważać potrzeba?

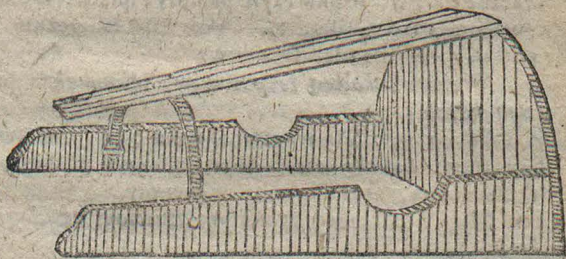


Aby one porządnie i-pomiarkowanie karmione, i ani mlekiem, ani potrawami opychane nie były: przeto nikomu się nie godzi dzieciom potajemnie pokarmów podtykać, albo nie w czasie dawać; lecz sami Rodzice powinni żywność dla dzieci swoich porządnie opatrywać.

63. *Czyniali łagodne i troskliwe Matki dobrze, biorąc dziatki do łóża swego?*

Nie, jest to zdradliwa i szkodliwa; więc powinny dzieci same jedne w łóżu swoim leżeć.

(Przypisek. We Włoszech Matki biorąc do łóża swego niemowlątka, przykrywają one pokrowcem czyli wrekiem tu wyobrażonym, aby je od szkodliwej i niebezpiecznej siły uchronić. Dzwoniąca tę pokrywę nazywają one Arcuccio, która jest na trzy stopy i dwa cale długa, a u dołgułwa na 14 calow szeroka, a 13 wysoka; okrągłe wycięcia są dla piersi.)



64. *Czy potrzeba małe dzieci ciepło trzymać?*

Nie, nie należy ich trzymać ciepło.

65. *Czy to dobrze, kiedy małym dzieciom głowy przykrywają?*

Nie, to nie dobrze, bo one przez to dostają wylania, kory (paprzyk) i parchow na głowie, a wycinanie się zębów bywa dla nich bolesne i niebezpieczne.

(Przypisek. Od niemowlęstwa głowa Dziecienna ma być bez nakrycia goło utrzymywana. Znajądnią Matki, w nuychłodniejszy nawet zimowe nocy, głowę Dziecienną zarosze być ciepłą, a nigdy zimną; a tem samem żadnego przykrycia niepotrzebując.)

66. *Dzieci poglądają na wszystko, a osabliwie na światło, coż w tej mierze czynić należy?*

Potrzeba im prosto a nie bokiem, na świecę albo ogień dozwalać patrzeć, inaczej nauczą się zrywatości.

67. *Od czegoż zębowanie stać się dzieciom ciężkie i niebezpieczne?*

Od czapek i ciepłego głowy przykrywania, od nieochłodstwa, i lichego sposobu żywienia.

(Przypisek. Samo przyrodzenie sprawnie ból przy wycinaniu się zębów, a do tego jestcwe same Dzieci przyczynią się do pomazania bólu. Nie od rzeczy tu będzie uważać:

1. Ze ból czyli cierpienie jest pierwszym nauczycielem Ciekawieka, on go naucza, aby od złego i bolesci unikał, a był ostrożnym, miłosliwym i łaskawym.
2. Właściwie ból ciała w bardzo wielu przypadkach, a szczególnie w wieku Dzieciennym, więcej szkody Calowickowi sprawi, niż ból Duszy; boleć zaś Dziecie na Duszy, kiedy się mu krzywdzi dziecie, kiedy się rozdzienia i do gniewu pobudza, kiedy się z niem z pogardą obchodzi; mierzny ból ciała mniej szkodzi małemu Dziecięciu, awszam więcej pomaga niż bóle i strach.)

68. *Kiedy dzieci poczynają uczyć się chodzić, coż w ten czas czynić potrzeba?*

Nie trzeba ich ani na pasach, ani toczących się stolkach, wózkach albo kolaseczkach, ani też trzymać za ramiona do chodzenia zwyerzać, ale dzieci same pełzać i uczyć się chodzić powinny.

69. *Kiedy dzieci poczynają mówić, coż w ten czas czynić należy?*

Potrzeba im pojedyncze głosy albo tony, a potem łatwe słowa powoli a wyraźnie wymawiać, a dzieci powinni na usła Rodziców patrzeć.

(Przypisek. Jest to rzecz wielkiej wagi; aby Dzieci do wyraźnego mówienia nakładano.)

70. *Jakież są tego główniejsze przyczyny: że czwartą część dzieci w pierwszych dwóch latach życia, wymiera?*

Niedostatek świeżego i czystego powietrza, nieochłodstwo, liche i niestrawne potrawy, iakimi są wącznice, ktemu nędza i ubóstwo są przyczynami, że wiele dzieci tak wczesnie z tego świata zchodzi.



## V.

## o Fizycznym wychowaniu Dzieci. (\*)

(\*) Od trzeciego aż do dziewiątego albo dwunastego roku. Od trzeciego aż do siódmego roku ma dziecko dwadzieścia zębów mlecznych; i przez ten czas ciało jest słabe. Słabe mleczne zęby od siódmego do dwunastego roku wypadają, a na to miejsce wyrastają inne mocne, które przez całe życie trwaćby miały, przez co je nazwać można dożywoćnemi. W dziewiątym roku ma dziecko 10 mlecznych a dwanaście dożywoćnych zębów. We dwunastym roku ma tak chłopię i dziewczę dwadzieścia cztery wielkich mocnych dożywoćnych zębów, i od tego czasu staje się ciało właściwie mocne.

71. *Ażeby Człowiek mocnym i zdrowym stać się mógł, cóż osobliwie czynić należy?*

Powinien on w swojej młodości i dzieciństwie rozumnie być edukowany.

72. *Jesli to bardzo ważną rzeczą?*

Tak jest, na tem zależy zdrowie, moc i dobry byt całego przyszłego życia.

73. *Cóż się rozumie przez mądre wychowanie?*

Kiedy się wszystkie siły ciała i Duszy zgodnie z naturą Człowieka rozwijają, dobywają, ćwiczone i kształcone bywają, i kiedy żadna część z uszczerbkiem drugiej, albo za rano doskonała, albo też zaniedbana niebywa.

74. *Cóż tedy potrzeba znać i wiedzieć, aby Człowieka rozumnie wychować czyli wyedukować?*

Przyrodzenie i porządek, które Bóg w ludziach, to jest w ich ciele i Duszy położył.

75. *Cóż jest za natura, i co za własności Człowieka w pierwszych dziewięciu albo dwunastu latach życia?*

Aby jego ciało rośło i kształciło się, ażeby Dusza ciała używać uczyła się, a przez zmysły czuła i pozna-

wała, i aby Człowiek jak dziecię w towarzystwie z dziećmi był wesołym i szczęśliwym.

76. *Cóż najbardziej usiłuje natura, w latach dziecinnych uskutecznić?*

Wykształcenie ciała.

77. *Czy przez takowe ćwiczenie ciała pomnoży się bardziej doskonałość Duszy Człowieka?*

Tak jest: im doskonałsze jest ciało, tem też doskonałszą Dusza stać się może, i tem bardziej Człowiek potrafi, i swoją własną i bliźniego szczęśliwość pomnażać.

78. *Możeli Dusza ciała zażywać, lub onem kierować, poprzedniczo nie ucząc się ani nakładając do tego?*

Nie; Dusza powinna wiele lat, to jest przez cały wiek dziecinny ćwiczyć się, i wielorako złożonego ciała umieć dobrze zażywać.

(Przyppisek. Przez prawie 440 mięsistych pasm; czyli muskułów, które za pomocą, iśćcaze większy liczy nerwów od Duszy poruszane bywają, wszystkie dobrowolne ruchy ciała odbywają się. Musi tedy Dusza przez wiele lat, a prawie przez cały wiek Młodzieńczy, kiedy ona samem prawie życiem i czynnością jest, i kiedy ciało miękkie i giętkie bywa, ćwiczyć się, kiedy ona chce nauczyć się tych 440 muskułów do nieskończenie mnogich ciała poruszeń zażywać.)

79. *Izali takowe ćwiczenia, przynoszą jaki pożytek ciału?*

Tak jest, przez to bywa doskonałość jego osiągnięta, i całe ciało przez to ćwiczenie, do życia i pomyślności usposobione.

80. *Cóż pomagają dziecięciu uczucia i znajomości, których jego Dusza przez zmysły dostaje?*

One są gruntem zasadą i niby materją rozumu, a im więcej i wyraźniej Dusza w dzieciństwie widziała, słyszała, albo uczyła, tem Człowiek mądrzejszy i rozumniejszy będzie.

81. *Jakież stąd osobliwie bywają pożytki, kiedy dzieci między sobą w kompanii, czyli towarzystwie żyją?*



Uczą się one poznawać samych siebie, wyrozumie-  
wać, i kochać; a przeto zakładają grunt zgody, miłości  
i szczęśliwego pożytku.

82. *Ażeby Człowiek jako dziecko, w kompanii z  
dziećmi był wesoty i szczęśliwy, czyby też i to było  
pożyteczne na przyszłość?*

Owizem bardzo to wiele do tego pomaga, aby Człowiek  
w reszcie dni życia swiego, wedle naznaczenia  
mądrym cnotliwym i szczęśliwym stał się.

83. *Przez cóż wszystkich tych wadrych zawiarów  
natury dostąpić i one pomnożyć można?*

Przez dobrowolną samoczynność i przez stałe cwi-  
czenie czyli doskonałenie ciała oraz zmysłów w towarzy-  
stwie z dziećmi.

84. *A iestże to prawda, iż się to z naturą dzia-  
tek zgodza?*

Tak jest, dzieci są cali życiem i czynnością, zmy-  
słami i uczuciem, wesołością i usmiechem, oraz usłu-  
ją żyć w towarzystwie z dziećmi.

(Przypisek. Od dwunastego aż do osmnastego roku powinno cwi-  
czono i gibkie ciało, przez doskonałenie się i przez gry ku  
temu służące bydź umocnione, w wiadomości dostania i  
badająca się Dusza, musi przez myślenie i naukę rozu-  
mna, a Człowiek, którego Dziecinne lata tak wesoło i  
fortunnie upłynęły, musi też w Młodzieństwie, cnotliwym  
stać się; a to się w ten czas stanie, kiedy radości i biedy do-  
znane, w imnemi dziełt, i kiedy do wyraźney czyli pe-  
wney wiadomości przyszedł: iż on i wszyscy ludzie równie  
radości i utrapieniu podlegli są, i że dobrośliwy Bóg jako  
wszystko mądrze, tak i ludzi do wydoskonalenia się i szczę-  
śliwości utworzył.)

85. *Na czém tedy szczególniej zasada się eduka-  
cja fizyczna dziatek?*

Na tém, aby dzieci w kompanii z rówieśnikami  
swymi na wolném powietrzu, wesołemi i czynnemi bydź,  
oraz ciało i Duszę swoją doskonałić mogły.

(Przypisek. Oczywista jest, iż trzeba, aby Rodzice przy try fi-  
zycznej dzieci swoich edukacji, nie tylko wzgląd na nich  
mieli, oraz ich od wszelkiej szkody strzegli; lecz też, aby  
onych obyczajnie i uczucie, do wszelkiego dobra, a przez  
własney cnotliwości przykładny do enoty wiedali i nakładali.)

86. *Czy powinniż dzieci płci żeńskiej ze młodu  
toż samo mieć wychowanie ciała, co i dzieci płci mę-  
skiej?*

Tak jest; bo na przyszłość się oglądając przysiało,  
aby tak niewiały jako i mężczyźni zdrowemi byli.

(Przypisek. Bywa to, iż w młodości płeć żeńska od męskiej od-  
działa i odmiennie ubiera się, a od poruszenia ciała do spo-  
kójności i siedzenia nakładają; co przynosi iak naywięk-  
szą szkodę zdrowiu i dobru powodzeniu rodzaju ludz-  
kiego.)

87. *Kiedy dziecko przed dziewiątym rokiem długo  
i ciągle siedzieć przynuszą, co się na ów czas dzieje?*  
Takię dziecko dobrze nie rośnie, staje się na całe ży-  
cie słabe i chorowne.

88. *Cóż się dzieje, kiedy dziecko przed dwunastym  
rokiem do ciężkiej pracy ciała przynaglone bywa?*  
Zawczasie staje się bezsilne, tępiecie, i starzeie.

## VI,

## o Ubiorze Dzieci. (\*)

(\*) Od początku trzeciego, aż do końca siódmego albo  
ósmego roku; albo do czasu, kiedy w każdej szczę-  
ce, przednie cztery słabe zęby mleczne, na cztery  
mocne dożywne zęby odmieniają się.

89. *Przez cóż Człowiek, osobliwie w dzieciństwie,  
dobroczynne ciepło ciała utrzymuje?*

Przez dostateczne użycie zdrowych pokarmów, i  
przez poruszenie czyli agitację ciała.

90. *Czy powinno dziecinne ciało, bardzo ciepło  
bydź utrzymywane i od powietrza ochraniać?*

Nie, to się dzieć nie powinno.

91. *Czemuż tego czynić nie należy?*

Ażeby ciało w zdrowie i siłę wzmagalo się; niatak  
łatwo w choroby i katary popadało.



92. *Jakże głowa dziecienna powinna być utrzy-  
mywana?*

Czysto i chłodno.

93. *Izali to dobra, dziecinne głowy czapkami i  
kapeluszami nakrywać, oraz ciepło chować?*

To nie dobrze, włosy dostatecznie ochraniają i o-  
grzewają głowę.

94. *Alboż to co szkodzą takie okrywania głowy?*

Tak jest, dzieci przez to głupieją, tracą rozum, do-  
stają brudu, robactwa, parchow, kataru, głowy uszu  
i zębów bolenia.

95. *Jakież czapki są najszkodliwsze?*

Ciepłe wełniane albo futrzane czapki.

(Czytaj Zaemera Książkę dla Poopóitwa Część I. 106.  
do 109.)

96. *Jakże tedy głowa dziecienna ma być utrzy-  
mywana?*

Jak chłopięta tak i dziewczyny mają z gołą a nie-  
nakrytą głową chodzić, bądź to lato bądź zima, bądź  
dzień, bądź noc.

(Przypisek. Dzieci z okrościami głowami, powinny bez po-  
krycia głów czyli bez czapek chodzić, a chłodno i czysto  
głowy trzymać, włosy mieć nieco obcięte i pilnie wyczesa-  
ne, a tak się wysypka zagoi. Wszelkie wysypki maściami  
spędzać bardzo niebezpieczno.)

97. *Powietrze i słońce nieszkodziły co skórze?*

Cale nie; jeżeli skóra ochłodźnie i czysto będzie u-  
trzymywana, tedy to nie szkodzi, owszem staie się skóra  
przyjemnie brunatno-czerwoną.

98. *Czy nie trzeba się obawiać aby shodząc z nie-  
nakrytą głową, kiedy słońce na nią świeci, (insolacji)  
słoneczney choroby (słonecznicy) nie dostać?*

Nie, kto od dzieciństwa z gołą głową chodzi, ten  
niedostanie żadney insolacji (słonecznicy.)

99. *Jakże potrzeba nosić włosy?*

Nie trzeba ich nigdy od czoła w tył zaczesywać, a-  
ni w jeden warkocz lub kość zaplatać, lecz one mają z  
okrągłą i wolno głowę otaczać, i od szkody ochraniać.

100. *Czy, powinnyż dzieci często włosy swoje cze-  
sać?*

Tak jest, mają one kilka razy na dzień porządnie wy-  
czesać, zapobiega się przez to robactwu, a razem też  
czesanie orzeźwia i rozwelela.

101. *Jestli to dobrze, kiedy kotnierze i alsztachy  
szycie a razem i żyły ściśkają?*

Nie, szyja cale nie powinna być ściśkana, i dla  
tego dzieci mają z gołą szyją chodzić.

102. *Jakże właściwie ubior dziecinny ma być spo-  
rządzony?*

Niepowinien wolney i lekkiey agitacyi ciała samo-  
wać, i wolnego do ciała przystępu, świeżemu i posila-  
jącemu powietrzu przeszkadzać; następnie ma być nie-  
ciaśny i otwarty.

103. *Co za własności dalsze mieć powinien?*

Powinien być prosty, lekki, czysty, chłodny, tani,  
do wdziania iak i zdjęcia łatwy; a to dziecinne ubranie  
powinno się różnić od ubioru starych i dorosłych ludzi.

104. *Dla czego odzienie dziecinne różnić się ma od  
ubioru ludzi starszych i wyrosłych?*

Aby dzieci z sobą przesławały, i niepoczytywały się  
za równych wyrosłym, i nie wszystko naśladowały co  
wyrosli czynią.

(Przypisek. Naprzykład palenie tabaki, kawy i wódki picie.)

105. *Jakież ma być odzienie dziecinne?*

Ono się ma składać z obszernego płuciennego kitla  
pięknemi farbami przegotowanego, z obszeruemi a krótkie-  
mi rękawami, i z kółkami tegoż kształtu co i kitel czyli  
fukienka.

(Przypisek. Jak zaś kitel, czyli fukienka dziecinna ma być  
robiona, można widzieć obraz na początku tego Katechi-  
zmu. Kitel nie ma być długi, i nie powinien mieć roz-  
porów po bokach. Rękawy po łokcie tylko sięgać powinny.  
Oukładający się kotnierze ko-żuli na kotnierze fukienki ma  
się wykladać, a ciałe między fukienką a kółkami żadney  
innej szaty mieć nie powinno, ale nagie i gołe być, aby  
świeże powietrze bez przeszkody ciału otaczało i wzmoc-  
niało, oraz żeby ciało przez to wolny i łatwy ruch, nie-  
mniej należytą agitacyą miewa.)



106. Mogąli dziatki i w zimie takie odzienie nosić?

Tak jest, tylko one w zimie będą musiały między kofzulą a sukienką, wełnianą pod sukienkę nosić.

107. Jakiegoż kształtu mają być pończochy dziecięce?

Powinno być krótkie i nie podwiązane, albo, co byłoby najlepiej, żeby dzieci żadnych pończoch nie używały, albo tylko szkarpetki czyli nogawki w trzewi-  
kach nosiły.

(Przypisek. Pończochy dziecięce, ani kolan zakrywać, ani ich ciasno zaciskać nie mają: bo inaczej porobią się grube kolana i narosłe, które są bardzo niebezpieczne.)

108. A czy nieodmrożą dzieci udaw bez pończoch, same tylko szkarpetki nosząc?

Nie, kiedy i łokci nagich nieodmrażają, a przez powietrze staig się golenie i łyki czyli ikry mocnymi od kofzuli i sukienki będąc dostatecznie ogrzane.

(Przypisek. W Anglii pospolicie dzieci bez pończoch chodzą: czemużby tak nie miało być i po innych krajach.)

109. Jakiego są postaci nogi Człowieka?

One są z przodu, u palców szerokie, z tyłu u pięty wąskie, i wewnętrzna strona jest dłuższa od zewnętrznej.

110. Dla czegoż ona ma kształt taki?

Aby Człowiek łatwo i mocno stać i stać mógł, oraz ciało swoje wolnie poruszać był zdolny.

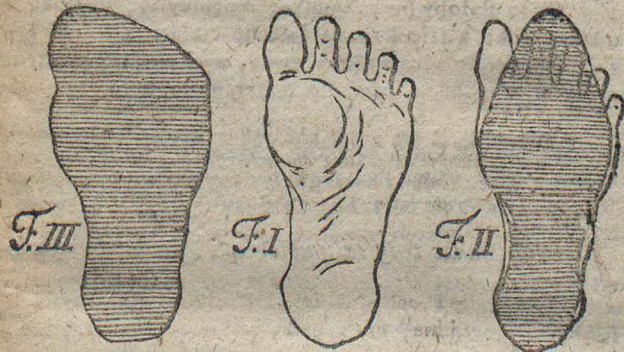
111. Jakiego tedy kształtu ma być obuwie, osos) bliwie dla dzieci?

Trzewiki tenże sam kształt mieć powinny co i noga, przeto nie na jedno, lecz na dwa, podług kształtu nog odmiennie kopyta, mają być robione.

(Przypisek. Każda noga, powinna być na skutek papieru postawiona, i o jakim prawdziwym kształt miały być nakreślony, a prawe i lewe kopyta podług tego zrobione.)

Z Figur niżej położonych można wyraźnie postrzedz, jak obuwie ma być sporządzone? Średnia figura I. wyraźna przedstawia kształt stopy nogi lewej; przednia figura III. po-

kazuje, jak podszewka lewego trzewika ma być kształtowana; a tylna II. figura ukazuje, jak nasze zwyyczajne trzewiki na jedno kopyto robione, nie warto są. Takie trzewiki ścisną palce, które żadnego wolnego miejsca nie mają, a przez to gwałtowne złaczenie nogi i palców, tak wolna i lekka przytura, jako i łatwe i krzepkie Człowieka stapanie, które tak wielce jest pożyteczne i do pracy potrzebne, całkowicie się psują.)



112. Czy powinny być trzewiki dziecięce być na absacach?

Nie; absace czynią grzbiet krzywy i wycięty, przeszkadzają też do łatwego, wolnego poruszania ciała w stapaniu i bieganiu.

(Przypisek. Aby dzieci dobrą i mocną postawę mieć, oraz żeby prosto ciało trzymać, także łatwo wygodnie i raźnie biegać i skakać mogły, powinny być trzewiki bez absaców nosić. Kiedy one często i wiele boś chodzą; tedy nabywają bardzo łatwego i mocnego stapania. Małe dzieci mogą przed osmnastym miesiącem, albo zgola żadnego obuwia, albo tylko trzewiki z miękkimi podszewkami nosić, aby być łatwo i dobrze chodząc nauczyły.)

113. Jak mają być odziewane dzieci poci obwoy od początku trzeciego aż do końca siódmego albo osmego roku?



Głowa i szyja powinnyby być wolne i nieokryte; ciało miałoby od kofzuli wygodney i sukienki z krótkimi rękawami z lekka być osłonione; krótkie szarpetki będą nogi wtrzewkach pokrywać, a prawy i lewy trzewik powinny według kształtu każdej nogi bez abcałow być zrobione.

114. *Jakieżby pożytki przyniosło takie odziewanie?*

Ciało stałoby się zdrowsze, mocniejszy, więkz i udatniejszy; a dzieci nauczyłyby się ciała swego należycie, umięgic i czynnie zażywać, a w tem tak prostem a razem wygodnem odzieniu dobrzeby im było.

(Przypisek. A gdy to jest niewątpliwe, że przez powzięcie uprowadzenie takiego dla dzieci stroin, rodzaj ludzki na ciebie, Duszy i ciele wielce skorzysta; tedy on przysięgim byłoby powinien.)

115. *Jakże tedy cały ubior ma być utrzymywany?*

Porządnie i ochędźnie: kofzula zawsze czysta i sukienka porządna, nie zdarte, polatane, ani też brudne, bądź maia.

116. *Kiedy dzieci zawsze umyte, uczesane, w czystej bieliznie choǳą, kiedy od głowy aż do nóg porządnie i ochędźnie są odzianemi, coż się ztąd wnosi?*

Ze ich Rodzice roztropni, mądrzy i dobrzy są ludzie.

117. *A dzieci iakiemi będą?*

Będą ulubionemi: chłopię na zanego Meżs, a dziewczę na uczciwą Żonę, iak byli ich Rodzice, zformują się.

118. *Maięli ludzie dorostli iako też i dzieci wyślawnie i przepysznie być ubierani?*

Nie; proste, porządne a czyste ubranie, kiedy jest wygodne, najlepzem będzie odzieniem.

Syrach (Ekklesiastik) 10, 7. Pyszni są Bogu i ludzkom nienawisni: bo przed obcyem postępują nie prawie.

(Przypisek)

(Przypisek. Jednym z nayszkodliwszych wynalazków ludzkich są sznurówki i twarde ściśkające gorsety; one to sępecz piękna i prostą postać ciała ludzkiego, a miasto wyprostowania iak bęganie rozumiano, skrzywiają, nabawiają garbów, psują wnetrzną część pierśi i brzucha, niemięty odychanie i trawienie. Takto skodzą pierśiom i orgych brodawkom: że wiele matek dzieci swoich pierśiami karmić nie mogą; przez to nayeżęściey zdrowie i życie tracą, albo raka dostają. A do tego wspomniany ubior nayeżęściey sprawnie ciężkie, porodzenie lub śmiercelne dla Matki i dla dziecięcia, zgoda całe zdrowie rujnuje. Jest tedy powinnością Rodziców a osobliwie Matek sznurówki i ściśkające gorsety wrzucić całkowicie, paży też brzuch wbytnie ściśkające są bardzo zdrowiu szkodliwe. Ogólnie mówiąc, użyte lepiej byłoby, ażeby niewieście szaty, nie ze dwoyga na biodrach połączonego odzienia, leca z jedney całkowitey a drugiey, ciała wolne i pięknie otaczające szaty składała się.)

119. *Arzali można odzienie z ludzki, którzyby na złą i zaraźliwą niemoc chorowali, albo z oney pomarażli, nosić, lub na suknie dziecięce przerabiać?*

Nie, przez takowe odzienie można łatwo zdrowie i życie swoje utracić.

(Przypisek. Stare a osobliwie wełniane odzienia, niezdrowym potem i zaraźliwymi exhalacjami przejęte, bardzo są szkodliwe, i nayeżęściey zaraźliwe choroby bardzo łatwo przez to rozszerzają się.)

Następujące Rozdziały równie do młodych iako i dorosłych ludzi ściągają się; a co się bliżej tycze dzieci, to w szczególnych pytaniach i odpowiedziach namieni się.

## VI.

### o Powietrzu.

120. *Jakich własności ma być powietrze, którem Człowiek żyje, i którem w każdym momencie oddycha?*



Powietrze, w którym Człowiek żyje, i którym od-  
dycha, powinno być świeże, czyste i suche.

121. Dla czegożby miało być świeże, czyste i su-  
che?

Ponieważ ono Człowieka zdrowym, czerstwym,  
spokojnym i wesółym czyni; pobudza do pracy, przy-  
czynia apetytu, pokarm sprawuje pożylnym, daje spo-  
kójność, czyni sen miłym; słowem w świeżem powie-  
trzu bardzo jest Człowiekowi zdrowo i błogo.

122. Czy dobrze Człowiekowi w powietrzu złem,  
nieczystem i wilgotnem?

Nie jest to dla niego dobrze; Człowiek w złem i  
zepsutem powietrzu bywa słaby, nie zdrowy, nie spokoj-  
ny, posępny i zgłupiały, a częstokroć zapada w febrę  
i wiele złych i niebezpiecznych chorób, które są trudne  
do wyleczenia.

123. Jakże tedy potrzebne jest Człowiekowi do  
czerstwości i dobrego zdrowia świeże, czyste i wolne  
powietrze?

Tak potrzebne jest Człowiekowi powietrze, jak  
pokarm i napój, jako rybie czysta woda.

124. A to czemu?

Ponieważ powietrze tak, jak pokarm i napój, siły  
żywotne w sobie zawiera, a to właściwie żywotne siły,  
których przez pokarm i napój nadgodzić nie można, a  
które niemniej są koniecznie potrzebne.

(Przypisek. Rośliny na ziemi najlepszy, i zwierzęta przy  
nawysniemszym pożywieniu, bez czystego powietrza wie-  
dnieją i niszczeją. Człowiek żyć i zdrowia dostąpić a  
razem czerstwym, rozumnym, spokojnym, i szczęśliwym  
być pragnący, koniecznie żyć powinien w czystem po-  
wietrzu.)

125. Od czegoż się psuje powietrze?

Kiedy ono spokojnie stoi, i od świeżego powietrza  
nie bywa poprawione i odświeżane. Kiedy także w za-  
mieszkanym okolicach, bagniska i stojącej wody zalewy  
znajdują się, które powietrze całej okolicy psują i czynią  
niezdrowemi.

126. Od czegoż więcej psuje się powietrze?

Kiedy ono exhalacye i wiele mokrych rzeczy, wa-  
pory, oddech i parowanie wielu ludzi w sobie zawiera.  
Także wapory od lamp olejnych, świec tółowych, od  
knotowey sadzy, od prałowania żelazkiem bielizny, od  
czelania wełny i od palących się węgla drewnych, tak  
bardzo psują powietrze, że ludzie dychawicznymi i mi-  
zernymi od tego stają się, a nieraz nawet udużonemi by-  
wają.

(Przypisek. Czytaj poradną i pomocną Książkę, Rozdział 46.  
karta 340. Zerennera Xiegg dla państwa. Część I. kar-  
ta 200.)

127. Na cóż mają dawać baczenie ci, którzy gro-  
madnie po izbach i komorach mieszkają?

Zawsze na to uważać powinni, aby zepsute powie-  
trze wypędzane i odnawiane było, a przeto przez drzwi  
i otwarte okna powinni odświeżać powietrze.

128. Jakżeby jeszcze inaczej powietrze izdebne  
mogło się w świeżości zachować?

Kiedy dwa otwory jeden na dole zewnątrz, drugi u  
góry wewnątrz na ścianach przeciwnych wyłamują się, a-  
by zawsze świeże powietrze z dołu wciśnięto się, a zepsu-  
te izdebne powietrze przez wierzch wypędzało.

129. Cóż więcej czynić należy?

Izby i komory potrzeba ochędożnie utrzymywać,  
i nic takiego nie należy w izbach chować, przeczoby się  
powietrze psuło i nieczystem stawało.

(Przypisek. Womności i mocnego zapachu kwiaty bardzo psują  
powietrze w izbach, sprawią ból głowy i zawrót głowy, a  
częstokroć apoplexyę.)

130. Po czem można poznać, że izby i komory są  
porządne i ochędożne, i że świeże powietrze mają?

Kiedy żadney paęcyny w izbach i komorach nie  
widać; żadnego kurzu, pyłu, żadney flomy i śmieci tam  
niemają; kiedy okna jasne są i przezroczyte; i kiedy  
żadnego zapachu i żadney niespokojności niedoświadczają  
wchodzący z wolnego powietrza do izb i komor.

131. Mają też Człowiek w nocy pod czas snu brać  
w siebie świeże czyste i suche powietrze?



Owsem powinien on w noey gdy spi, świeżem od-  
dychać powietrzem; więc zaciągnione w koło łoża fran-  
ki, i wankie sypialnie z tych przyczyn są niezdrowe.

(Przypisek. Na nic się nie przyda, matym dzieciom śpiącym  
twarz przykrywać; bo się im przez to odcymnie świeże po-  
wietrze.)

132. Gdyby ludzie, wiele w izbach przebuwający,  
zawsze się starali żyć w czystem powietrzu, cożby z tąd  
wyniknęło?

Zamiast tego, że oni przód słabemi, niezdrowemi,  
markotnemi byli, katary, kaszle i dychawice cierpie-  
li, stałoby się w ten czas daleko zdrowszemi, weselsze-  
mi i szczęśliwzemi, oraz też dłużeyby żyli.

(Przypisek. Umartych w Miastach, Miasteczkach i Wsiach, al-  
bo w bliskości onych gzybać, jest to pić powietrze, które  
życzym wiele szkodliwe: trupałnie więc, albo dony do  
składania trupow, nim się pogrzebią, przeznaczony, dobre  
są i pożyteczne.)



### VIII.

#### o Ochędostwie, kąpieniu się i myciu.

133. Coż pomaga ludziom ochędostwa?

Utrzymanie zdrowie, zaletę i siłę Człowieka; wy-  
pogadza jego rozum, wzbudza do czynności, jedna mu  
szacunek i miłość u innych; i tylko ochędostwy Czło-  
wiek może być prawdziwie wesolym i szczęśliwym.

134. Coż szkodzi nieochędostwa?

Nieochędostwo niszczy zdrowie, zaletę i siłę Czło-  
wieka, zacimia rozum i czyni go leniwym do pracy,  
wydziera mu u drugich szacunek i miłość; zgoła Czło-  
wiek nieochędostwy nie może być szczęśliwym, i wesolym.

135. Z nieochędostwa czy wynikają jakie choroby?

Tak jest, przez nieochędostwo i złe powietrze,  
które z sobą zawsze mocno związane są, nastają febrы  
nie tylko złe i zaraźliwe, ale często śmiertelne.

(Przypisek. Przyjaciel ludzkości lekarz J. Ferriar, w Man-  
sfer mieście Angielskim, nad zaraźliwemi chorob trncizna-  
mi, które w nieochędostwych chalupek nędze spladniają,  
czyni uwagę; że nie tylko ciota, ale nawet zachowanie  
siebie samych składa na ludzi najmniejszych, tę po-  
winność, aby ze wstzech się ubogim w tej mierze dopoma-  
gali.)

136. Jakże się staia ludzie ochędostwemi?

Kiedy two ciało od wczesney młodości czysto cho-  
waia i do ochędostwa przyzwyczajaia.

137. Coż trzeba czynić, aby ciało czysto utrzy-  
mać?

Nie tylko twarz i ręce myć należy, lecz też potrze-  
ba skórg całego ciała, w każdym tygodniu raz albo razy  
kilka czysto obmywać, i często się kąpać.

138. Jestli dobre mycie się i kąpanie całego ciała?

Tak jest bardzo ono jest dobre; czyni Człowieka  
czystym, zdrowym, wesolym, mocnym i lekkim, oraz  
broń od rumatyzmu, od darcia członkow, łanania w  
stawach, świerzbiączek i od wielu innych chorob o-  
chrania.

(Przypisek. W Rasyi prawie każdy dom ma swoją łaźnia czyli  
izbę do kąpieci. Byłoby to dobrze, gdyby na każdym miey-  
scu, w jednym lub w kilku domach urządzenie do zimnych  
i ciepłych kąpieci znajdować się mogło, i żeby mycie się i  
kąpanie powszechnym dla ludzi stało się zwyczajem.)

139. Czemuż to ochędostwo tak jest pożyteczne  
ciału?

Ponieważ połowa ze wszystkiego, co Człowiek je  
i pić przez niewidzialne parowanie z ciała wychodzi;  
lecz kiedy skóra czysto utrzymywana niebędzie, tedy nie  
może się to tak dobrze dzieć, i przeto zdrowie bardzo  
wiele cierpi.

140. Przy kąpaniu się na coż uważać trzeba?

1. Ostrożnie się kąpać, na mieyscach, gdzie żadne-  
go nie ma niebezpieczeństwa.

2. Potrzeba być zdrowym.

3. Nie trzeba być rozgrzanym, ani przedślanym  
kąpaniem się brać pokarmu.



4. Nie powoli, lecz chyżo całym ciałem pod wodę zanurzyć się trzeba.

5. W kąpeli nie należy cicho siedzieć, lecz mocno się ruszać potrzeba.

6. Po kąpaniu się nie spoczywać lecz powoli chodzić.

(Przypisek. Byłoby bardzo dobrą dla Saków uławą, aby młodzież szkolna od początku Maja, aż do końca Września, co tydzień raz pod dozorem Nauczyciela porządnie i przysposobienie kąpała się.)

Przypisek *Uśmacza Polkiego*. Według najnowszych obserwacji lekarskich ma zbyteczne zimne kąpanie się, słabym konstytucyom szkodzić, gdyż je jeszcze bardziej osłabia, chociaż się z początku zdaje być posilającym, co i tegie trunki z początku czynią. Nie mniej ważną jest przestrożką, aby ciało po kąpaniu mocno trzeć i iak najsilniej ocierać.

141. Ile razy na dzień ręce i twarz umywać potrzeba?

Przy wstawaniu i zabieraniu się do spania czyli wczasu, przed iedzeniem i po iedzeniu, oraz każdą razą, kiedy po dokończoney pracy ręce i twarz są nieczyście.

(Przypisek. W każdej porządney ekonomii czyli gospodarstwie zawsze stać powinno naczynie z czystą a zimną do umywania się wodą.)

142. Czy potrzeba też każdą razą po iedzeniu usta wmywać?

Tak jest, po każdym iedzeniu trzeba usta zimną wodą płukać: bo przez to dziąsła i zęby stają się mocne i zdrowe, i razem zapobiega się bołeniu zębów.

143. Czy powinny dzieci myć się i czesać wychodząc do szkoły?

Tak jest, każde dziecię powinno z rana i po obiedzie, gdy do szkoły iść ma, każdą razą myć się i czesać, bo przez to łatwości przybywa do nauk, gdy dziecię wesełsze jest, i czerstwiejsze.

144. Cóż się ma dziać przy myciu?

Każdą razą wprzód należy twarz do wody zanurzyć, i przez chwilę w niej potrzywać, przez co się przywyka do zatrzymania w sobie oddechu, traci się boiaźń wody, i służy do łatwego uczenia się pływać, co tak jest dobrém i pożyteczném.

(Przypisek. Kiedy takż w wodzie otwierają się oczy, i płuczą się usta, to zębom i oczom bardzo jest pożyteczna, i zapobiega się onych bołeniom.)

145. Ponieważ ciało ludzkie od samego dzieciństwa czysto być powinno utrzymywane; a dzieci małe same tego uczynić nie mogą, coż tedy powinni czynić Rodzice?

Powinni być troskliwymi, aby ich dzieci z pilnością umywano, karmiono i odziewano, a w ten czas im żywność posłuży, odzienie utrzymają chędogo, owżem ochędostwo zamieni się im w naturę, przez co obyczajnemi i szczęśliwemi staną się ludźmi.

146. Czy chętnie dopuszczają małe dzieci, aby ich umywano?

W początku lękają się one i krzyczą, lecz kiedy codziennie pokilkakroć kąpią onych i myją, to się im staie kąpiel miłą i przyjemną.

(Przypisek. Człowiek iako karmiątko i niemowlętko będąc iśćcze u piersi i na ręku macierzystych miałby do zakochania się w ochędostwie przywykać.)

147. Czy dosyć na tem aby tylko Człtek swoje ciało ochędostwie trzymał?

Nie dosyć, ale powinien odzienie swoje i wszystko co około niego jest, izby, komory, pościel i wszystkie sprzęty, czysto i w porządku trzymać.

148. Cóż ma za pożytki takowy porządek i ochędostwo względem ciała i całego domowego sprzętu?

Utrzymuje to Człowieka przy zdrowiu, wszelkie mu roboty ułatwia, życie rokosznem, i radośnem czyni. Obacz *Zerrenera* Xiążkę dla polpolsstwa.



## IX.

## o Pokarmach.

149. *W jakim zamiarze pokarmow używać mamy?*

Aby uśmierzyć głód czyli łaknienie, ciało żywić, i utrzymać życie.

150. *Które są najprzedniejsze pokarmy Człowieka?*

Chleb, jarzyny, owoce, mleko, ryby, mięso.

151. *Jakież potrawy są najposilniejsze?*

Mięsne potrawy daleko są posilniejsze od roślinnych, a nie równie tuczniejsze, zdrowsze i lepsze od rybich.

152. *Z czegoż się powinna żywność Człowieka składać?*

Po większej części z roślinnych, a po mniejszej części z mięsnych potraw.

(Przypisek. Ze Człowiek nie tylko do mięsnych, ani jedynie do roślinnych pokarmow stworzony, to pokazanie układ zębów, kieszek czyli przewodu jego. Przez używanie samych tylko mięsnych potraw, bardzo łatwo krew podpada zgęszczeniu, potrawy a jedynie roślinne, nie dostarczają ciała dosty mocy i tęgosci.)

153. *Cóż nadaie potrawom prawdziwą smakowitość?*

Głód, i należyte potraw przeżucie na słodką pamiu-

154. *Zkąd pochodzi niezmyślony do iedzenia apetyt, i przez co pokarmy na dobro wychodzą?*

Przez agitacyą ciała i pracę, a osobliwie kiedy się to dzieje na wolnem powietrzu.

155. *Azali dobra prostych pokarmow używać?*

Y owszem nie należy wiele potraw mięszyć pospółu; bo inaczej one są trudne do strawienia, a razem są

lichem i nie zdrowem pożywieniem. (Obacz Rochowskiego Prziaciela dzieci w Części 1, paragrafie 34.)

156. *Cóż osobliwie przy iedzeniu zachować trzeba?*

Porządek i pomiarkowanie; oraz żeby potrawy cienko na słodką mleczną pamiułę (kleik) ze śliną przeżuć należyte.

(Przypisek. Przez żucie staia się zęby w szczękach zdrowe i mocne; a przeto trzeba dzieci przyzwyczajac, aby na przemiany obodowana stronami żuły.)

157. *Cóż mówi Syrach (Ekklesiastik) o wstrzeżności?*

W Rozdziale 31. 23. mówi on, kiedy żołądek pomiarkowanie utrzymywany będzie, tedy się smaczno spi, każdego poranku rano wstaie się, i dobrze się ma Człowiek.

158. *Kiedy potrawy nie są dobrze ze śliną przeżute, co się tedy przytrafia?*

W ten czas się dobrze nietrawi, i przez tak lichę żucie potraw, ciało nieznacznie bywa, lichą żywnością przeładowane, a Człowiek zostanie słabym, niezdrowym i chorym.

160. *Dobrzeż to wiele piiać czasu iedzenia?*

Nie, potrawy staia się przez to bardzo rozrządzone, co szkodzi trawieniu.

160. *Potrawy płynne i rosoly, czy są zdrowym i mocnym pokarmem?*

Nie, wszystkie potrawy, które ciała posilnemi bydź zwykły, maia bydź tęgic, i dobrze przeżute: kiedy się rzadkich potraw używa, to więcej chleba iesc należy.

(Przypisek. Samo nawet mleko, które się karmizka, pierwej się w żołądku zbiega, nim staie się pożywieniem ciała.)

161. *Ponieważ chleb iest z pokarmow iedynem i najprzedniejszym pożywieniem, iakież bydź powinien?*

Powinien bydź z dobrego zboża i dobrze upieczony.

(Przypisek. Chleb razowy, dla zdrowych, mocnych i pracowitych ludzi bardzo iest dobry i zdrowy, lecz dla dzieci, sędziawuszkow i ludzi starych, iest bardzo ciężkim i mało posilającym pokarmem.)



162. Kiedy się wiele kakolu, sporyżu albo mączniku, lub też innych nasion trawnych chwaślowych miedzy żytem znajdzie, czy jest z takiego żyta chleb zdrowy?

Nie, to jest chleb lichy i niezdrowy.

163. Kiedy żyto wilgotne, ztechłe, przerosłe jest i zepsute, osobliwie w lata mokre, czy chleb z takowego żyta pieczony będzie zdrowiu szkodliwy?

Tak jest, bardzo bywa szkodliwy; bo od takiego chleba ludzie dostają chorob, a osobliwie zjad nastają zarazy i zgnie gorączki, które nayeżęściey całe krainy pustołzą.

164. Jakże to wilgotne i zepsute żyto poprawiane bydlę może, aby chleb z niego był mniej szkodliwym?

Potrzeba żyto przed mleciem wysuszyć; potem mąki z dobrego i suchego żyta albo też mąki tęczmienney przydać, i w trofze wody, w której nieco czystego drzewianego popiołu roztworzono, rozczynić, a chleb dobrze i powoli piec; oraz nie trzeba chleba tego jeść świeżego, ani też zbyt wiele jedną razą.

(Przypisek. Poradna i pomocnicza Xiążka, w Rozdziale z kart 70. i także Rozdział 1. karta 65. o pieczeniu Chleba. Xięga Seylera, karta 393. Zerrnenera Xięga dla Pospolstwa Część 2. karta 233. Bardzo byłaby potrzebna i pożyteczna dla ludu zupełna informacja o pieczeniu Chleba.)

165. Czy ciepłe i ciastiste chleby lub pierogi są zdrowym pokarmem?

Całe są niezdrowe, można bowiem od tego zachorować i umrzeć.

166. Kartofle w mierze zażywane są w prawdzie dosyć zdrowym pokarmem: ale czy są dobru i zdrowi, kiedy się ich wiele jada?

Nie, kiedy się każdodziennie wiele kartofel jada, w ten czas nie są ze wszystkim zdrowe, oraz dają słaby i lichy pokarm.

(Przypisek. Niepomiarowane jedzenie kartofli szkodzi zdrowiu i rozmowi Człowieka. Obacz Xiążkę poradny i pomocniczą. 3. 73.)

167. Azali dojrzałe owoce i kwaśne potrawy są zdrowe?

Tak jest, one czyszczą ciało i uczerstwiają.

(Przypisek. Względem jadł owocowych potrzeba dzieci ostrzegać aby onych nie polykały, inaczej mogłyby przez to bydź zapchanemi i z tego umrzeć.)

168. Czyli są tłuste potrawy zdrowem pożywieniem, i czy to jest dobrze, kiedy wiele tłustej pomazki, (chleba maśm albo smalcem nasmarowanego) dzieciom daje się?

Nie jest to dobrze: bo pomazka jako i wszelkie tłuste potrawy trudne są do strawienia, a zjad rodzi się flegma, zółć, i robacy wielitach bardzo się rozmnażają.

(Przypisek. Wszystkie dzieci bez wyjątku mają z przyrodzenia robaki w jelitach swoich, ale w ten czas to robactwo staie się szkodliwe i niebezpieczne, kiedy przez zły, niestrawny potrawy i niedostatek agitacyi, wnętrzości są pełne lipkiej flegmy, w której się robacy bardzo rozmnażają.)

169. Czy są zdrowemi pokarmami, słone i pieprzne potrawy?

Nie są zdrowe; bo zapalają krew: a przeto dzieci caleby nie miały ostrych, słonych i korzennych potraw używać. Takż niczdrowo jest wiele sera jadać, a mianowicie gorzkiego.

170. Słowem, iakież ma bydź żywienie dzieci?

Dzieci powinny przez dzień kilka razy i porządnie bydź karmione, ich potrawy mają bydź łagodne i poślne, aby one należycie rośły, dobrze się udawały, oraz mocnemi i zdrowemi były.

171. A iestże to dobrze, matym dzieciom takocie, pierożki, cukierki i słodkie potrawy dawać?

Nie, dzieci przez te łakotliwości bywają rozpieszczone, siebie tylko miłującemi i krnąbrnemi stają się, i nienadają się.

(Przypisek. Cukierki i cacka dla dzieci bywają często trującemi farbami malowane, potrzeba więc dzieci, od tego abo-go trofkiwie oddalać.)



172. W jakimże porządku nayduie się kuchnia u rządney gospodynii?

Naczynia kuchenne są czyſto wyſzorowane i wymyte. Jeżeli które z naczyń użyte będą, to wnet, po użyciu czyſtą ścierką wyſarte i na miejscu zwyczajnem położone, a gdy znowu ma być potrzebowane, tedy wprzód z pyłu oczyſzczone bywa.

173. Cóż ſzczególnie przy ſporządzeniu i konſerwowaniu potraw zachować należy?

Naywiększe ochłodowo, i żeby potrawy, ani gotowane ani też chowane nie były w naczyniach ſzkodliwych.

174. Czy wſzystko co ma być gotowane, przemyć należy?

Tak ieſt, ma być wſzystko wyczyſzczono i pomyto wprzód nim ſię gotować będzie: kapuſta i iarzyna częſto dla rdzy i robactwa nieczyſte i ſzkodliwe bywają. *Obacz Xiążkę porządku i pomocniczą. Rozdział 19. 20. karta 155. do 170.*

175. Cóż za naczynia kuchenne ſzkodliwemi być mogą?

Naczynia miedziane, które nie ſą dobrze wybielone, i ſtarki piwiane, które albo licho polewane, albo w polewie zbytek ołowiu mają.

(Przypisek. Naczyniom glinianym daie ſię polewa z piasku warzonego w ołowiu. Kiedy ſię wiele do tego użyje ołowiu, albo kiedy polewa nie zupełnie ieſt wypalona, tedy rzeczy kwaſne łatwo roztopią ołow, a przeto nabierają w ſiebie zmięzo.)

176. Kiedy potrawy kwaſne w takich naczyniach gotowane, albo w nich przez długi czas trzymane oſtygłe, nadal konſerwują ſię, co ſię w ten czas dzieie?

Rozpuſzczają one nie cō z miedzi i ołowiu, a przez używanie takowych potraw można powoli ſwoie zdrowie, a czaſem i życie nagłe utracić.

177. Jakże ſię trzeba obchodzić z takimem naczyniem?

Mieź powinna być zawsze dobrze wybielona, glina zaś ma mieć tęgą i mocną polewę z niewielu ołowiu.

Gliniane naczynia, gdy mają być użyte, wprzód w wodzie z popiołem wygotować należy, a tak w miedzi iak i glinie, nie potrzeba dopuſzczać; aby kwaſne potrawy długo ſtały, oſtygły i nadal chowane były.

178. Azali naczynia cynowe ſą zdrowiu podeyrzaniem?

Tak ieſt, w cynie nayduie się częſto wiele ołowiu, i dla tego nie trzeba dopuſzczać, żeby kwaſne potrawy w cynowych naczyniach oſtygały i chowane były.

179. Jakż wodę do gotowania brać trzeba?

Tak do gotowania iak i do pieczenia chleba, tudzież warzeń a napoju ma ſię używać czyſta i miękka woda, to ieſt taka, w której ſię groch miękko uwarza.

(Przypisek. Mleko, ten główny pokarm w czyſtych naczyniach i na wolnem powietrzu ma być chowane.)

## X.

## o Napoiach.

180. W jakimże zamiarze Człowiek ma używać napoju?

Aby pragnienie ugaſił, lecz nie żeby ięzyk łechtał, wzmacniał żołądek, albo ſię poſilał; bo to wſzystko nie dobrze i przeciwko naturze.

181. Cóż tedy Człowiek pić ma?

Zimną wodę.

182. Cóż pomaga picie zimney wody?

Zimna woda ochładza, rozrządza i czyſci krew; żołądek, wętrzoſci, mózg i nerwy utrzymuje w porządku, a Człowieka czyni ſpokojnym, wypogodzonym i weſołym. *Obacz Seylera Xiążkę na karcie 217.*

183. Przez cōż Człowiekowi woda ſtaie ſię ſmakowitą, i razem iakim ſposobem pomaga?



Przez agitacyą ciała na wolnem powietrzu, nie tylko rodzi się pragnienie wody, lecz to razem do zdrowia pomaga.

(Przypisek. Przez agitacyą członków, woda za napój użyta, bywa w krew upędzoną, a wszystkie ślepniste, nieczyste i ostre soki bywają tym sposobem z krwi wypłukane.)

184. *Azali ludzie piiją dosyć zimney wody?*

Nie, a to dla tego, że wielu z ludzi, nie dosyć czyni agitacyi na wolnem powietrzu, i ponieważ często wiele ciepłych napoiów używają, tedy mieć nie mogą prawdziwego pragnienia, przeto mało piiją wody; a gdy tego nie czytają, tedy ich krew jest ślepnista, nieczysta i ostra.

(Przypisek. Osobliwie płec niewieścia, która najwięcej w izbach przebywa, i wiele ciepłych napoiów, iako to, kawy i herbaty używa, za mało piija zimney wody.)

185. *Azali należy Człowiekowi pić każdą wodę?*

Nie, stojącej, nieczystey, bagnistej i zgniley wody cale Człowiek pić nie powinien.

(Przypisek. Kiedy się zaś Człowiek znajdzie w konieczności używania lichej i zgniley wody, tedy ją może przymieszaniem octu najlepiej poprawić.)

186. *Jakaż ma być woda do picia używana?*

Czysta, jasna i przezroczysta, oraz bez żadnego obcego smaku, zapachu i koloru ma być takowa woda, a w któreyby się mydło rychło rozpufzczało, i groch łatwo rozwarzał.

(Przypisek. Starożytni Rzymianie do wielu okolic nastadłych zdrową wodę rurami lub kanałami z miejsc na 5, 10, i 2, d. mil odległych, sprowadzali.)

187. *Piwo czy jest napoiem dobrym?*

Rzadkie, czytte, wystate piwo, nie jest dla wyrostłych szkodliwe, atoli dobra woda daleko lepsza i zdrowsza.

(Przypisek. Przez używanie piwa, dzieci tracą chęć do wody, i przez to się zakłada fundament do kawy, wina i wódki picia.)

188. *Czy ciepłe napoje, iako to herbata i kawa są zdrowymi napoiami?*

Nie; iedynie tylko woda zimna jest napoiem zdrowym. Wszystkie ciepłe napoje osłabiają żołądek i ciało, nie wycyszczają krwi i wngtrności, a tem samem są niezdrowe i szkodliwe.

189. *Czemuż niektórzy ludzie, a osobliwie płec żeńska, tak wiele kawy i herbaty rada piija?*

Ponieważ one dla niedostatku agitacyi, żadnego prawdziwego nie mają pragnienia, a osobliwie gdy one od dzieciństwa do tego są przyzwyczajone.

(Przypisek. Gdyby ludzie iedynie wodę piili, tedyby bardzo wiele oszczędzili, a ten oszczędzony zbiorek na posilne pokarmy albo na inne potrzeby życia żołyby mogli, przez co by się stali daleko zdrowszemi, mocniejszymi, szczęśliwzemi i długo wieczwemi.)

190. *Coż ma być napoiem dzieci?*

Czysta, dobra, zimna woda, ma być iedynym i szerególnym napoiem, tak małych dzieci iak ogółem wszystkiej młodzieży, która kawy, herbaty, piwa, ani też innych iakichkolwiek bądź gorących trunków zażywać nie powinna.

191. *Cóż stąd za pożytek dla dzieci i dla młodzi, kiedy tylko zimną wodę za napój miewiają?*

W ten czas wzrost nadate się daleko buyniejszy, a przy tym napoiu stają się daleko zdrowszemi, mocniejszymi i szczęśliwzemi ludźmi.



## XI.

### o Winie.

192. *Jestli wino dobrym i zdrowym trunkiem, kiedy się często i miasto zwyczajnego napoiu używa?*

Nie, cale ono tem nie jest, bo szkodzi zdrowiu, rozumowi i szczęśliwości Człowieka.



193. *Wino iako lekarstwo pokrzepia mdłych i słabych, ale zdrowym, czy daje prawdziwą moc i siłę?*

Nie, wino tylko zapala, ale samo przez się nie daje żadney prawdziwey trawiącey mocy i siły, bo ono nie może w dobrą krew, ciało i kości zamienić się.

194. *Czy pomaga co wino do trawienia pokarmow?*

Nie, wino nie czyni takich skutkow, ludzie którzy wodę piją, iedzą z większym appetytem, i trawią daleko lepiej, niż ci, co piują wino.

195. *Jakie z tego wynikają skutki, kiedy się Człowiek natoży do codziennego picia wina?*

Język traci delikatny swój przymiot smakowania, woda i łagodne pokarmy więcej takiemu nie smakują, żołądek staje się przytępiony i zimny, pie się coraz więcej w obłądnym zamiarze ogrzania żołądka, aż się za czasem natoży do występku pijaństwa.

(Przyptek. Młode i liche wino, pełne nie czystych ziemnych części, i lotnych spirytusow, jest daleko szkodliwsze od wina starego, i tego, które jest z gran dobrych. Wino ołowiem osładzane i walszowane staje się trucianną.)

196. *Azali się godzi dzieciom wina, piac, lub insze gorące trunki piac?*

Nie, dzieciom i młodym ludziom niegodzi się, ani wina, ani inszych gorących trunkow piac: bo one bardzo szkodzą zdrowiu, rośnięciu i rozumowi, a tem samem przyszkadzają Człowiekowi szczęśliwości.

197. *Azali wino nie wygania robactwa?*

Nie, nie czyni ono tego.

## XII.

### o Gorzałce. (\*)

(\*) Wegetacya związała i połączyła w złoże istność ognia, przez powietrze i wodę, z istnością ziemską, w składzie i posiadające ciało. Gdy się ten wewnętrzy związek przez kłótnię

śmierci zbryka i rozwiązuje, tedy się istność ogniska od ziemskiej oddziela: dopiero z ciała swego wyrzuta nie jest już więcej składką i posiadającą istnością, lecz tylko po wadzie rozsypanym ogniem, który nieprzeistnie bydlę wszystkie trawiącym.

198. *Czy jest gorzałka dobrym napojem? Bynajmniej.*

199. *Dziatki! wódka jest to zły trunk. Przed kilka set laty nie miano w Polsce żadney wódki (\*) Przodkowie nasi przedtem nieznać gorzałki, byli całę inżemi ludźmi, niż my dopiero jesteśmy; byli oni daleko zdrowszemi i mocniejszymi. Wódka bądź sama iedna bez zakaski, bądź przy potrawach pita, nie może całę w krew, ciało i kości bydlę przetrawiona i przemieniona, a przeto też ona żadnego zdrowia, mocy i siły dać nie może; nie też nie pomaga do trawienia, a niezdrówym, odarżonym i leniwym Człowiekowi czyni. Nie prawda to, aby wódka czyli gorzałka, iako zwyczajny Człowiekowi napój uważana, miała bydlę pożyteczną, dobrą i potrzebną. Przodkowie nasi żyli bez gorzałki. A gdy, iaknas codziennie uczy doświadczenie, i dobrzy zkad inąd ludzie łatwo wpadają w smutny natóg wielekrotnego codziennie picia gorzałki, to coraz bardziej, lepiejby tedy było, gdyby żadney wódki całę nie piiano. Młde dziatki! gorzałka odbiera Człowiekowi zdrowie, cześć, rozum i cnotę, który się do nię przyzwyczaił i codzień onę pię; przez nią domy i familie idą na zgubę; przy nię żony i dzieci nie nadają się: a gdzie gorzałka panuje, tam nędza i bieda przebywa do trzeciego lub czwartego pokolenia. (\*\*) Powiedzcież mi tedy moi najmilsi, czy godzi się dzieciom pić gorzałkę?*

Nie, zgola icy pić nie mają.

(\*) Będzie inż temu około 1000. lat, iak szkodliwy kunszt dystrylowania z wina spirytusu winnego, a przed 200. laty pędzenia wódki ze zboża wynaleziono. W początkach miano to za lekarstwo, i niedawniey iak od sta, a bardziej od trzydziestu lat stała się gorzałka powszechnym trunkiem i zgubą ludzi.



(\*\*) *We wszystkich krajach, inko to Anglii, Szkocyi, Szwecyi, północney Ameryce, a na nieszczęście w naszej kochanej Ojczyźnie, z rozszerzaniem się zwyczaju picia gorzałki, zdrowie, moc, rozum, cnota, pracowitość, dobre porządzenie, domowa i małżeńską szczęśliwość, wychowanie dzieci, długie życie, owszem sama ludzkość, znacznie pomniejszyła się. Y dla tego w pewnym publicznym interesie powiedzieli iedem Indianin, mieszkaniec Ameryki północney nazwiskiem Lalekawana znając dobrze, ink owa od Anglikow między Indyanę wprowadzona gorzałka ludzi i Narody psuje. „ Wódkę nam dali! a któż iż Białym ( Europeczykom ) dał? — zły duch. „*

200. *To jest prawda, że dzieciom wódki używać, a to ani kropli niegodzi się. Wódka im odbiera zdrowie, rozum, cnotę i szczęśliwość. Jeżeliby tedy kochane dziatki! Rodzice wasi, niewiedząc, tak wódka cięło i duszę psuje, onę wam dawali, tedy nie bierzcie ani piycie tej wcale. Powiedzcież mi, co się stanie z takimi dziećmi i co z nich będzie, które wódkę piją?*

Dzieci, a ogółem cała młodzież od picia wódki staie się nie zdrową, skaleczoną, zglupiałą, nieobyczajną, leniwą, i nieczłowiłą, a tak na ciele i duszy szwankuie.

201. *Czy nie wypędza wódka robactwa z ielit?*

Nie, cale tego skutku nie czyni.

(Przypisek. Oycowie i Matki! jeżeli wy chcecie na błogosławieństwo i nagrodę Boską dla siebie przez dzieci wasze zasłużyć, a wpojąć skarść radości i pociechy doczekać się, tedy strzeż macie, aby dzieci wasze żadney gorzałki a to ani kropli nie kosztowały: bo to jest trucizną i zatraceniem, które dziatki wasze rynnuię.)

## XIII.

## o Tabace.

202. *Palenie tytoniu jestli rzeczą dobrą?*

Cale nie; bo ginie przez to wiele sily, która do trawienia tak bardzo jest potrzebna, przez co szkodzą

zmysłowi smakowania, zębom, a ogółem zdrowiu. Tabaki żucie niemniejszy jest szkodliwe.

203. *Azali dobre nie jest zażywanie tabaki?*

Nie jest dobre, gdyż od zażywania tabaki bywa nos zatkany, przez który ludzie oddychać muszą, przeto tak ważny zmysł powonienia utracą się, a razem jest rzeczą niezdrową, nieochędną i plugawą.

204. *Tod tedy dzieciom i młodym ludziom tabaki ani palić ani iey zażywać nie godzi się?*

Tak jest, dzieciom, a ogółem wszystkim młodym ludziom, ani tytoniu palić, ani żadney tabaki zażywać nie godzi się.

## XIV.

## o Agitacyi i Spoczynku.

205. *Jakież pożytki ludziom przynosi agitacya, czynność i praca?*

Ruch ciała czyli agitacya ofobliwis na wolnem powietrzu wzbudza appetyt, i pragnienie, pomaga do trawienia pokarmu i napoju, oraz sprawuie, że to plują zdrowiu, czyści krew, utrzymuie w mocy wnetrzości, daje spoczynek i sen przyiemny; a pracy to przypisać należy, kiedy Człowiek kwitnące zdrowie i długie życie posiada, która go roskoszami i pomyślnością nadaie.

206. *Azali Człowiek przez cale swoje życie może się czuć dobrze i być zdrowym, bez częstey ciała agitacyi?*

Nie, Bóg nadał Człowiekowi, nie bez mądrego zamiaru, ciało, ręce i nogi; Człowiek ma ich używać; i pracować, a przez pracę, zdrowie i życie zachować, jako też swoje i bliźniego szczęście pomnażać.

207. *Alboż agitacya i praca nie zdrowiu nieszkodzą?*



Kiedy Człowiek siły swoje zbyt znacznie natęży, w ten czas może sobie zaszkodzić, i kiedy ciągle około ciężkiej roboty pracuje, tedy jego ciało staje się bezsilne, tępe i przed czasem starzeje.

(Przypisek. Osobliwie trafiają się wypęknienia. Same Niemcy mają trzykroć sto tysięcy przepęknionych czyli rozwaranych żełci męskiej. Cóż za przyczyna, że przez brachowe pierścienie tak łatwo przebitą się raptury? Za pierwsze naturalne słabości i zwolnienia pierścieni brachowych.

Rozumielibym iż można dowiedzieć, że wypęknienie (ruptura) ta najstraszliwsza i okropna wrodzina ludzkiego plaga, zmniejszyłaby się, i całoby zagięła, gdyby chłopięta w wyżej opisanym kitliku czyli sukience chodziły: bo przez pomiarowaną agitacją na wolnem powietrzu, muszkuly i suche żyły brzucha dzieciinnego, które pierścieni brachowy skłaniają, bardzo się wzmacniają.)

208. Czy to dobrze i zdrowo przed samem iedzeniem albo wnet po iedzeniu mocno zakazywać agitacji?

Nie, przed iedzeniem i po iedzeniu trzeba spoczywać, a w ten czas daleko się lepiej ie i trawi, Człowiek mocniejszy stale się do pracy.

209. Jakaż ma być agitacja dzieci?

Powolna, a to prawie przez cały dzień na wolnem powietrzu.

(Przypisek. Serca w dziecięciu 90. razy, a w Cielek dorosłym 70. razy bije przez minutę. Y dla tego mają dzieci sławicznie, ale zwolna i nie nagle agitować się.)

210. Jakaż się Człowiek stale czynnym i pracowitym?

Kiedy on przez wiek dziecienny własney samoczynności w towarzystwie z dziećmi będzie zostawiony, i kiedy coraz bliżej do czynności, pracy i myślenia pilnie doprowadzany i przytrzymywany będzie. To się ma poczynać w 13. roku, kiedy już dziecię ma 24. duże i mocne zęby.

211. Kiedy Człowiek będzie czynnym, trwa w ruchu i pracy, cóż się na ów czas z nim dzieje?

Żyie spokojnie i bywa wesoły dokonawszy pracy.

212. Czy będzie mity spoczynek, bez poprzedzonej pracy?

Nie, w ten czas tylko Człowiek ma pokój, spoczynek i ukontentowanie, kiedy swą powinność wypełnił, pracował, o pomnożenie swojej i bliźniego szczęśliwości był troskliwym.



## XV.

### o Spaniu.

213. Do czegoż pomaga spanie?

Aby po agitacji albo pracy, przez należyte i przyjemne spocznienie utracone siły ciała odzyskać.

214. Jakiż ma być sen Człowieka zdrowego?

Spokojny, bez marzeń, posilający i orzekwiałący.

215. Kiedyż zdrowy Człowiek spi spokojnie i smacznie?

Kiedy jego ciało od długiej agitacji na wolnem powietrzu spracowane, pokarmami wedle miary zasłone bywa, a kiedy w tego Duszy cichość i spokojność panuje.

216. Czy wiele tedy zależy od dobrego spoczynku?

Tak jest, że smu spokojnego wynika wesołe czuwanie, siła i chęć do pracy.

217. Jakiż czas do smu jest przeznaczony?

Noc; bo w dzień nie tak się dobrze wczasuje.

(Przypisek. Mate dzieci, słabi i bardzo spracowani ludzie, iśko też i starcy często spią w dzień a osobliwie latem.)

218. Czy powinni dzieci spać wiele?

Tak jest, dzieci i młodzi ludzie, którzy się wiele agitują, muszą spać więcej od dorosłych.

219. Azali nie należy długo sypiać, i czy to coś szkodzi?



Tak jest, kiedy się sypia nie na wolnym powietrzu, i mało się agituje, oraz kiedy Czek nie będzie spracowany, a w powietrzu lichem i w nadto ciepłej pościeli odpoczywa, takowe długie wczasy, czynią go leniwym, odurzonym i niezdrowym.

220. *Dobrze to w chłodnym, czystym i świeżem powietrzu sypiać?*

Tak jest, i dla tego nie należy w gorącym powietrzu i izbach mieszkalnych, lecz w chłodnych, wysokich i obszernych komorach sypiać, świeże powietrze mieć, i gdzieby okna przez cały dzień otworem stały. Łoża takż żadnych zasłon, opony ani podniebienia mieć nie powinno.

(Przypisek. Ludzie, którzy nie wstają ze wschodem słońca, jakby czynić powinni, miszą pościel swoją od strony światła, czyli od okien mieć osłonią.)

221. *Arzali zdrowo sypiać w piernatach?*

Nie, to bardzo jest niezdrowo; piernaty przez swoje ciepło, przez wciągnięte w siebie złe, nieczyste i chorobne wapory osłabiają i czynią niezdrowe ciało, a razem są przyczyną do katarów, reumatyzmów, głowy, uszu i zębów boleńia, jako też łamania kości i wielu innych chorob.

222. *Na jakimże postaniu dorośli sypiać powinni?*

Na pościeli z pilśni i końskich włosów, szezki, albo słomy i pod wełnianem nakryciem, albo podżyta kołdra. Kiedy się zaś w piernatach sypia, tedy ie trzeba w lecie co tydzień, a w zimie co niedziel dwie na powietrze wynosić, tam one wytrzeptywać, i często czysto nawlekać.

223. *Na jakim postaniu mają sypiać dzieci?*

Na postaniu ze słomy suchey, szezki albo mchu świeżego, które w nawleczkach często mają być odnawiane.

224. *Czemuż to dzieci na takiej pościeli sypiać powinny?*

Gdyż w ten czas właśnie zdrowemi i mocnemi są się, a osobliwie, że piernaty dla dzieci są szkodliwszemi, niż dla ludzi dorosłych.

225. *Cóż więcej względem spania uważać należy?*  
Nie wprzod trzeba się układać do spoczynku, aż się zfatygujesz, a wnet iak się ocucisz, wstać z łoża należy.

226. *Arzali dobrze spać pierś i głowę wysooko trzymając?*

Nie, pierś i głowa (\*) nie powinny wyżej leżeć jako reszta ciała, nie należy nabrzucho ani też nawznak, ale obracając się na jedną i drugą stronę, w położeniu nieco zkrzywionem sypiać, jako też ramion na głowę nie zakładać.

(\*) Głowa tylko na poduszce na dłoń wysokiej, w tej wysokości co i ramiona, ma leżeć, a nie wyżej od reszty ciała.

227. *Arzali to dobrze, kiedy dzieci przy dorosłych ludziach, albo kiedy wiele dzieci w jednym łożku sypia?*

Cale nie jest dobrze, oddech i para są szkodliwemi waporami, każde dziecię i każdy Człowiek sam jeden miałby sypiać; a w takim razie mile i spokojnie się spoczywa.

228. *Jeżeli chory w iakiej pościeli leżał, co tedy z nią czynić potrzeba?*

Takowa pościel powinna na wolnem powietrzu być czyszczona i dobrze wytrzeptana, lecz iesli choroba była złego rodzaju, tedy pościel spalić albo głęboko w ziemię zakopać należy.

(Przypisek. Angielski Doktor Broklesby powiada: że w iednym pościeli, w której pewny na skwinmacyą, czyli chorobę ślinne jagody w uszczecch zapalającą, zmarł był, potem dwóch ludzi, którzy w tej pościeli sypiali, a teyże choroby umarło. W podróży trzeba na to dawać baczenie, ażeby się nie kładz, chyba na czystey i żadną chorobą nie zarażoney pościeli.)



## XVI.

## o Pomieszkaniu Człowieka.

229. Jakie być powinno pomieszkania ludzi; iako to izby i komory?

Powinno mieć wiele światła i czyste powietrze.

230. Kiedy pomieszkania, ciemne, techte i wilgotne są, co to szkodzi?

Ludzie w takich mieszkaniach stają się słabymi i niezdrowymi, dostają łamania członków, oraz tępymi, głupimi, markotnymi i nędznymi zostają, a małe dzieci w wilgotnych izbach stają się blade, nabrzmiąte czyli opuchnięte, a z czasem wyniszczały się i umierają.

231. Kiedy są izby mokre i zatęchłe?

Kiedy są głęboko w ziemi, kiedy ściany i posadzki wilgotne i mokre bywają, i kiedy rzeczy w izbie będące rdzewieją i pleśnieją.

232. Jakże trzeba takie izby poprawiać?

Potrzeba je na dzień raz kilka wywietrzyć. A jeszcze jest lepiej, kiedy u dołu i u góry we dwóch sobie przeciwnych rogach, wylamią się dziury, aby świeże i czyste powietrze przewiewało, i wypędzało i izby powietrze zepsute.

233. Czy mają izby iako też i komory być obszernie i wysokie?

Tak jest, obszernie i wysokie być powinny.

234. Jakże często potrzeba one wymiatać i wy czyszczać?

Izby i komory każdego prawie dnia umiatać i czyścić należy.

235. Dla czegoż się to ma czynić?

Bo to jest dobrze dla zdrowia, a do tego ludzie obyczajni mają w tem upodobanie, aby w izbach i komorach czystych mieszkali.

236. Azali to dobrze, kiedy pod czas chłodnej pory, i w zimie izby bardzo napalają?

Nie; bardzo ciepłe izby arcy są niezdrowe, i ludzie w nich tępymi, głupimi, słabymi i choremi stają się.

(Przypisek. Wszędy wciskający się niedostatek drewna, przynajmniej do tego, aby drzewem oszczędnie szafowano. Palenie węgli kamiennych nie jest niezdrowe.)

237. Godzili się węglami drewnem na feierkach izby i sypialnie, albo siebie ogrzewać?

Nie; bo się od tego można stać biednym, i łatwo się udusić. Ogniove piecyki podobnie są niezdrowe.

238. Azali jest szkodliwa, mokrą bieliznę w izbach suszyć, albo wodę w rurach pieców izbianych zagrzewać?

Tak jest, wilgotna para bardzo psuje powietrze, a tem samem bardzo jest szkodliwa.

239. Kiedy się trafia w zimie przezciebność, czyż należy zaraz do ognia, albo ciepłego pieca przychodzić?

Nie, cale tego czynić nie trzeba, bo inaczej można dostać narośli czyli guzow mrozowych.

(Przypisek. Ręk w ciepłej wodzie zanurzenie, i nagłe odmianny z gorąca do zimna, są przyczyną wyzodow na palcach zanogicę zwanym.)

240. Kiedy iaki członek, ramie np. lub noga w zimie odmarznie, iak się przy tem zachować należy?

Nie trzeba ani do ognia, ani do ciepłej izby przychodzić; inaczej ramie lub nogę utracić można; lecz trzeba odmrożony członek w zimnej wodzie, do której się śniegu i lodu nakładnie zanurzyć, i pody w niego trzymać, do póki nowu członek nie odcygnie, i czucia i życia nie odzyska. (Obacz Zerrennera Xieję dia Pospółstwa część 2. kartę 264.)

241. Jakieżby miały być izby, w których dzieci mieszkają?

Takowe izby powinny być jasne i światłe i mają mieć czyste powietrze, iako też porządek i ochędostwo; bo w ten czas dzieci nadsią się; i w zdrowych, mocnych, wesółych, urastają ludzi.



## XVII.

## o Zbytecznem rozgrzaniu się i oziębieniu

242. Jeżeli przez zbytnią agitacją, przez pracę, bieganie albo tańce, bardzo się Człowiek rozgrzeje, czegoż nie ma czynić?

1. Nie powinien nagle zabierać się do spoczynku.
2. Nie ma nic zimnego ani żadney wódki pić.
3. Nie należy na zimne powietrze ani na wiatr wychodzić. (\*)
4. Nie można iść do zimney kąpieli, i będąc defacem zmoczonemu nie należy spoczywać.
5. Trzeba się strzedz, aby na chłodney ziemi, ani na trawie nie siedzieć ani leżeć, a osobliwie żeby nie zasypiać: bo inaczej łatwo można zdrowie utracić, chorym i słomnym stać się, oraz suchot i łamania członków dostać.

(\*) Kiedy ludzie od ciężkiej a pola roboty, osobliwie wieczorem, przy chłodnym i wilgotnym powietrzu, albo po wietrznej porze do domu powracają, tedy zawsze wprzód odziać się powinni, a w tedney kosaui chodząc nie mają. (Obacz Zerrennera Księgę dla Pośpółstwa w części 1. kartę 275. i w części 2. kartę 212.)

243. Coż w ten czas czynić potrzeba?

Kiedy Człowiek zbytecznie jest rozgrzany, tedy się powinien przez łagodną agitacją w zapale usmierzyć, i powoli do spoczynku i spokojności usposabiać się: powinien odzienie potem zmoczone wyzuć a w czyste i suche przyodziać się: ochłodziwszy się zaś i uspokoiwszy można powoli ugasać pragnienie.

244. Kiedy Człowiek podczas pracy wielkie ma pragnienie czy może pić zimne napoje?

Tak jest, godzi się to iemu, lecz niepowinien wiele na ieden raz pić, i nie spoczywając wnet się ma iść do roboty, aby zostawał w ruchu; bo inaczej oziębi się i zachoruje.

245. Kiedy Człowiek był na zimnem albo wilgotnym powietrzu lub na wietrze, i oziębił się, coż czynić powinien?

Kwartę wody ciepłej, do której czwartą część octu przymiesza się, wypić powinien, dobrze się odziać, i przez mocną agitacją, krew znów pod skórę zapędzić powinien. Jeżeli to oziębienie było zbyteczne, tedy należy nogi w ciepłej wodzie kąpać, pić ocet, i ukłaść się w ciepłej pościeli.

(Przypisek. Gorących i rozpalających środków do wzniecenia potu używać, bardzo nie zdrowo.)

246. Kiedy nogi lub całe ciało zaziębi się albo zmoknie, czego się w ow czas strzedz potrzeba?

Nie należy mokrych pończoch albo odzienia na sobie zatrzymać, bo inaczej dostać można kataru, darcia, łamania i bolenia członków.

247. Coż tedy czynić potrzeba?

Przyszedłszy do domu, trzeba natychmiast mokre szaty wyzuć, a ciało czysto omywszy i otarłszy, w ciepłe a suche odzienie przybrać się.

248. Jakże Człowiek powoli i nie znacznie nabawia siebie kataru, łamania i bolenia członków, i wielu innych chorob?

Kiedy ewaporacja całego ciała, albo pojedynczych części onego, przydumiona i zatamowana bywa, a to się przytrafia z niedostatku ruchu, przez mokre, wilgotne izby mieszkalne i sypialnie, przez piernaty, mokre odzienia i cięż powietrza.

249. Jakże się staie to oziębienie?

Kiedy Człowiek np. prawem ramieniem przeciw ciągowi powietrza, albo naprzeciw wilgotney ścianie ślada, albo co ielsezce gorzka, kiedy tam sypia, tedy powoli dostae reumatyzmu, i doświadcza szarpiącego bolu, w ozięzionem prawem ramieniu.

250. Przez coż się zabiega reumatyzmowi i łamaniu członków?

Kiedy skóra od dzieciństwa, przez powietrze, mycie, kąpanie czysto i chłodno utrzymuje się, kiedy ciało



przez odzienie nicogrzewa się zbyt, i kiedy przy każdej roku porze wiele się Człowiek agituje, a to na wolnem powietrzu.

## XVIII.

## o Utrzymywaniu pojedynczych cząstek ciała ludzkiego.

251. Które części ciała, a jak największą troskliwością przy zdrowiu i czystości zachowane być mają?

Naczynia czyli narzędzia pięciu zmysłów.

252. Przez co narzędzia zmysłowe do widzenia, słyszenia i powonienia służące zdrowo mogą być utrzymywane, zaoszczędzone i umocnione?

Przez świeże i czyste powietrze, oraz kiedy one od wczesnej młodości, wigrey na podwórzu niżeli w izbie ćwiczone czyli exercytowane będą.

253. Słowem coż szkodzi tym trzem zmysłom?

Zbyteczne rozpalania głowy przez nakrycia, od czego krew do głowy się zbiera, i ewaporacya się tamuje, nabawiają kataru i wrzodów, których ropa częściokroć nazad osiada, i bywa przyczyną ślepoty albo głuchoty.

(Przypisek. Szczerliwie szkody, które z nakrywania głowy z tych onego skutków pochodzą, iakoz wrzody, paruchy, robaczki i inne choroby, prawie są niezliczone.

254. Coż szkodzi oczom?

Przeraziące, nierowne, i nagle odmieniające się światło, długie z ukosa patrzenie, zepsute powietrze, pył, dym, wilgotne pary, tłuście i ostre, iako to olejne iolowe wapory, gorącość pieców, i wysilane patrzenie przy zmroku, uszkadzają wzrokowi.

255. Coż szkodzi słuchowi?

Mocny, ostry i niespodziany głos albo huk, zepsute powietrze, piernaty, pył, wielość ślegmy w nosie albo w uszach, takoz kiedy zwierchna część ucha do głowy bardzo przycięnięta będzie. (\*)

(\*) Aby dobrze słyszeć, i zmysł ten mieć doskonałym, powinno by uszy, iako u Indyjanow od głowy odstawac i bydź ruchomiemi, ale przez czapki i szczerce w niemowlęstwie bywają do głowy zbyt przyciskane i skaleczone.

256. Coż szkodzi zmysłowi powonienia?

Zepsute powietrze, tęgic i zgnite fetory, ztąd rodząca się wielość ślegmy w głowie i nosie, a osobliwie tabaka i kiedy się nie nosem, ale ustami oddycha.

257. Przez coż się konserwuje zmysł smakowania? Przez ćwiczenie lub doskonalenie, przez picie wody i łagodne potrawy.

258. Przez coż może bydź zachowany zmysł czucia?

Przez doskonalenie czucia, przez wolną i lekką czynność, oraz chędogie utrzymywanie skóry.

259. Czyli zwyczajne ćwiczenie zmysłów jest dostateczne do samychże zmysłów i rozumu doskonałości?

Nie, albowiem zmysły wielorako mają bydź doskonalone, oraz ieden od drugiego kierowany i wspomaganym bydź powinien; a wten czas Człowiek staie się ro-gumnym, i w żadne strachy nie wierzy. \*)

(\*) Wzrok i słuch, osobliwie w nocy, a to kiedy cale nie są doskonalone, oraz kiedy się z bojaźnią albo strachliwie śdzi, zawodzić mogą, i ztąd to ptocha wiara w strachy. Lecz kiedy będą zmysły doskonalone, oraz kiedy Człowiek z od-wagą na to naciera, co widzi lub słyszy, i rekoma się tego dożyka, reży ośmiędy, lekkomyślny wiary w strachy, czar-y, i wiele tym podobnych a bezrozumnych materiy wli-nym się staie. Baśnie i powieści o strachach przed dziec-mi pleść, i tem ie przeszkadzac jest iedną z najszkodli-wszych wad edukacyi. Obacz Zerrennera Xiegę dla Po-spółstwa w części I. od 396. aż do 456. karty.

260. Jakże się nabywa dobra wymowa?

Kiedy usta i nos czysto utrzymywane będą, kiedy język wolna i niezawinięta, i kiedy dźwięki od niemó-



węstwa, przytrzymane i doskonałone bywa, aby powo-  
li, wyraźnie, czysto i wdzięcznie z wyprostowaną twa-  
rzą i wyniesionemi pierśmami wymawiało.

261. Czy przez usta czy przez nos oddychać ma-  
my?

Nie przez usta, ale przez nos oddychać trzeba; i  
dla tego nos zawsze przez wciąganie świeżego powietrza  
czysto utrzymywać należy, oraz przywykać, aby się we-  
śnie zawarliży usta przez nos oddychało.

262. Czy są jeszcze inne jakie części, któreby czło-  
wiek wielką pieczołowitością starał się utrzymać przy  
zdrowiu?

Są jeszcze zęby; których nie tylko do mówienia,  
lecz też do żucia pokarmów potrzebujemy. Wiadomo;  
że od przeżucia potraw na stódką papinę (pamułę) (kleik)  
po większej części zawisło trawienie, żywienie, zdro-  
wie, i dobry byt Człowieka.

263. Cóż szkodzi zębom?

Kiedy od dzieciństwa zęby do odkąsywania i żucia  
nieprawie są zażywane; kiedy wiele rzadkich potraw i ka-  
szy Czek iada; kiedy nie zimną wodę, lecz kawę i ciepłe  
napoje pija; takóž zepsowane izdehne powietrze, nieo-  
chędostwo, tabaka, w dziąsłach pozostałe potrawy a oś-  
bliwie mięsne, gorące potrawy i trunki, niemięcy go-  
rących z zimnemi na przemiany potraw zażywanie, ką-  
sanie ciał twardych, tudzież nożem, widelcami, albo  
szpilkami (\*) dłubanie zębów: wszystko to zęby psuje.

(\*) Nie należy brać w usta igiełek ani szpilek, ponieważ łatwo  
je można połknąć, a ztąd umrzeć. Słowem, tak naj-  
mniey szpilek używać i w szatach nosić potrzeba.

264. Jakże można zdrowo zęby zachować?

Kiedy od dzieciństwa zęby do odkąsywania i żucia  
prawie zażywane bywają; kiedy zimna woda zwyczaj-  
nym jest napojem; i czystem powietrzem oddycha się;  
kiedy się używają pokarmy letnie, kiedy zawsze po ie-  
dzeniu usta przez picie, albo płókanie będą czyszczone,  
a nigdy dłubane: to się utrzymują piękne i zdrowe.

265. Przez cóż się utrzymują zdrowo zęby prze-  
dnie?

Przez częste odkąsywanie ośbliwie suchych pokar-  
mów i chleba. \*)

\*) Dzieci niepowinny chleb w skiby pokratany więcej rozkradać,  
lecz zębami odkąsywać maiz.

266. Azali dzieci starać się powinny, aby zęby  
mleczne zdrowo zachowały?

Tak jest: bo za temi leżące zęby dożywotne ponio-  
słyby szkodę, skoroby zębów mlecznych przez częste  
odkąsywanie i żucie oraz przez ochędostwo zdrowo nie-  
utrzymywano.

267. Ktoby od dzieciństwa zębów swoich zdrowo  
nieutrzymywał, czyby je mógł przez lekarstwa uzdro-  
wić?

Nie, to bydź nie może: bo iedynie tylko przez o-  
chędostwo, żucie, czyste powietrze, i zimną wodę, u-  
szkodzone zęby iakotako poprawić można.

268. Jaki jest środek zapobieżenia bolowi zębów?

Żucie, zimna woda, czyste powietrze, płókanie gę-  
by, zimne utrzymywanie głowy, a przy wstaniu i kła-  
dzeniu się, twarzy w zimney wodzie zanurzaniu, są  
środkami przeciwko boleniu zębów.

269. Czy trzeba starać się o zachowanie śliny?

Tak jest, ślina do żucia i trawienia pokarmów  
bardzo jest potrzebna, i dla tego palenie tytoniu i oś-  
go żucie, przez co wiele śliny ginie, bardzo jest szko-  
dliwe. Nie mniej jest rzeczą szkodliwą przędać, nici,  
czyli przędać śliną odwilżać.

(Przypisek. Przy przędaniu należy wodę, która by przez piwo,  
mydło, tincezone sienie, otręby, kley, krochmal, rezylto,  
iarszbinowe jagody, lep, lub innym sposobem, kleyką z  
lipką uczynioną była, przędać czyli nici zamaczać. A  
prócz tego, len, zgrzebie, albo paczese, nim się do przęda-  
wa weźmie, trzeba wprzód namoczyć, ze wszystkiego pro-  
chna, częściek drewnych, czyli paździor, kostrzewin i py-  
łu wyczyścić; inaczej ostre te częściki przędać przez oddy-  
chanie z powietrzem wpływają do pierśi, i sprawią ka-  
sael i suchoty.)



## XIX.

## o Piękności i doskonałości ciała ludzkiego.

270. Cóż jeszcze mamy osobliwie uważać, iako nader ważną własność, i iako wielki zaszczyt Człowieka?

Piękność onego.

271. Na czym zasadza się ta jego piękność?

Na zdrowiu (\*) i doskonałości dobrze ukształtowanego ciała.

(\*) Zdrowie powiada Bertuch, jest każdej płci i każdemu wiekowi jedynym i nie zawodnym piękności strażnikiem, wszystkie inoze pięknoyda, ad ptochości i oszuftwa wynalezio-  
ne są tylko mizerną powłoką, która znów odpada, i zostawia smutne ślady złego użycia. Pełny i piękny kwiat młodości, świeża farba, uroda, wolne i łatwe igranie mięskulow, pełność żył, jasna, lekka, napięta i napół przerywista skóra, wesela i żywy wzrok oczu, wypogodzenie, słowem nie wymowne uczucia radości, które zdrowie ciała i dłuży, na weszczeryny, niewiaśly, młodzięce, panny i dzieci wylewa, dais ciała ludzkiemu wdziek i dar przy-  
podobania się, którego mu żaden kunszt na świecie nyczyć nie może.

272. Przez cóż najbardziej Człowiek zdrowia do-  
stępuje?

Przez wolne i lekkie używanie ciała w dzieciennym wieku.

273. Cóż jeszcze więcej prócz tego użycia, jest potrzebnem?

Wolne i czyste powietrze, mycie się i kąpanie, lekka, wolna sukienka, zimna i czysta woda do picia, i proste a dobre porrawy do pożywienia.

274. Przez co doskonałości ciała dostąpić możemy?

Kiedy ciało dziecięca do 12. roku przez wolną samoczynność we wszelkim rodzaju agitacji, czyli ruchow,

chow, zwolna doskonalone było, i gibkiem się stało; a po 12. latach przez ćwiczenie ciała i gry rozmaite, w cięższych ruchach doskonalone zmocniało i zstało.

275. Czegoż tedy do zupełnego wydoskonalenia ciała ludzkiego potrzeba?

Potrzeba, ażeby dzieci po 12. roku do exercytowania ciała i do grów uczeni i nakładani byli, przez co ludzie stali się daleko zdrowszemi, mocniejszymi, pracowitszemi, a tém samem szczęśliwzemi.

( Czytay Gymnastykę dla młodzi przez Gutsmuths. )

276. Jakże ludzie dorośli i dzieci, ciało mają nosić i utrzymywać?

Należy równo, prosto, z podniesionemi pierściami i wzniesioną głową stać i chodzić; i przy wszelkiej wolnej sprawie, z wyprostowanym ciałem i podniesioną głową, prosto stać, siedzieć, patrzeć, mówić, albo słuchać.

277. Cóż tedy jest szkodliwem?

Kiedy się niedbale z nadgarbieniem i krzywo chodzi, stoi, siedzi; kiedy pierś zgięta, głowa zwieszona, i bokiem patrzy się, mówi lub słucha.

278. Azali należy nazwyczaiać dzieci, aby we wszystkich używali iedney ręki, a to prawicy?

To niedobrze, dzieci muszą obu rąk dobrze, umiejętnie i z ręcznie używać, prawey i lewey.

279. Przez cóż się kazi piękność?

Kiedy dziecię bardzo nieprzystoynie nałożone, będzie rozmaicie śmieszne miny stroić, oraz ciałem dziwaczne jesta i udania robić.

280. Czy piękność Człowieka na samey tylko doskonałości ciała zasadza się?

Nie; lecz niewinność i pokój, rozum i cnota, przekonanie, że się przykładają do własnego i bliźnich dobra, oraz uczucie: że się Cielek znajduje między braćmi swoimi szczęśliwym, pięknym i wesolimi stworzeniem, piękności jego dokonywają.



## ROZDZIAŁ DRUGI.

## o Chorobach.

## XX.

## • Chorobach lekarzach i lekarstwach.

281. Gdyby ludzie żyli tak żyć powinni, tedyby albo nie wiele, albo żadnym chorobom niepodlegali; choroby zaś pojedyncze, któreby na nich przypadły, teby od natury za pomocą owych wielkich, do zachowania życia i dobrego bytu zmierzających sił ciała, od Boga tak mądrze zbudowanego, uleczone zostały. Lecz gdy ludzie nie tak dopiero żyją, ale widlorako błądzą, rozmaitym sposobem szkodę ciału swojemu przynoszą, i w tym chorob wpadają, cóż mają czynić, kiedy zachorują?

Powinni się spokojnie i cierpliwie zachować, i pomocy lekarza szukać. (Rochow. Przyjaciel dzieci Część I. § 54.)

282. Jakież znajomości powinien mieć lekarz, który choroby chce leczyć?

Powinno tak kuszatową budowę ciała ludzkiego znać doskonale, iako też w jaki sposób i z jakiej przyczyny Człowiek zachorował; powinien znać przyrodzenie i własności choroby, leczące siły natury w chorobach działające, nadto, iak lekarstwa, (których także ma znać naturę) do tego pomagają, albo działać mogą, żeby chorey był wspomaganym.

283. Czy możnaż tey umiętności lekarzów, z kilku Xiążek, albo z samey powieści łatwo nauczyć się?

Nie; iest to naytrudniejsza umiętność, której od samey młodości przez całe życie z wielką pilnością i pracą uczyć się trzeba.

284. U jakiegoż tedy lekarza powinien chorey pomocy szukać?

U mądrego, uczonego i poczciwego lekarza, który tak trudney umiętności poznawania i leczenia chorob porządnie nauczył się, nie u szarlatana.

285. Cóż to są za ludzie szarlatani?

Wszyscy ci, którzy budowy ciała nie znają, i którzy nie, do tey tak trudney nauki należycyego nieuczając się, choroby leczą; którzy z uryny albo moczu choroby ludowi nie oświeconemu wmówić usiłują, którzy płochą każdą chorobę wyleczyć obiegują; oraz ci wszyscy są szarlatanami, którzy od zwierchności nie mają prawego pozwolenia do leczenia chorob.

286. Czy można z uryny poznać chorobę?

Nie, z samey tylko uryny choroby poznać nie można; po wielkiej części iest to oszukaniem; za własne pieniądze swoje Człowiek bywa oszukany, a częstokroć przez takich oszustów zdrowie i życie traci.

287. W każdym kraiu znajdują się partacze, kaci i inni nieumiętni ludzie, którzy sobie zwyczajnie pozor umiętności przybierają, wiele nadętych słów mówią, przypatrują się urynie, chorych do leczenia biorą, na wszystkich miejscach wiszą, znajdują i gromadnym pospólstwu tłokiem otoczeni bywają. Ażaliby to rozumny był posłpek u takich nieuków pomocy szukać?

Nie; to iest wielki nierozum; i ludzie którzy u takich szarlatanów pomocy szukają, pokazują się być całe nieumiętnymi, i że lichą w młodości brali edukacyą. Obacz Zerrennera Xiege dla Pospólstwa, Część I. od 357. do 374. karty.)

288. Ażaliby nastąpią choroby z przyczyn nadnaturalnych, z tak nazwanych czarów i uroków?



Nie; to jest cale bezrozumna i prostacka wiara. Wszystko się dzieje naturalnie, i wszystkie choroby mają naturalne swoje przyczyny.

289. Cóż trzeba rozumieć o wędrownych operatorach, dentyfach, okulistach i ruptury czyli wypęknięcia leczących?

Są to po wielkiej części oszuści, którym o to tylko chodzi, aby od łatwowiernego ludu wyłudzić pieniądze.

290. Azali można od maściarzow, oleykarzow i lekarstw przekupniow, po kraju włóczących się, lekarstwo dla ludzi lub dla bydła kupować?

Nie; bo przez lekarstwa tych nieumiejętnych wścizęgów można łatwo zdrowia i życia swego postradać: nawet dla zwierząt nie należy u nich lekarstw kupować. (Rochow. Przyjaciel Dzieci Część I. § 53.)

291. Cóż rozumieć o środkach lekarstw domowych?

Mają albo cale nic; ze sta ledwo jedno jest dobre. Najlepsze i naysposobniejsze jest lekarstwo domowe, które Bóg dał Człowiłkowi i w przyrodzeniu zawarł: czyli powietrze i zimna woda.

292. Cóż trzeba rozumieć o powszechnych i sekretnych (zabobonnych) sposobach leczenia chorob, iak np. febry (zimnicy) ukąszenia wściekłego psa, gądziny? i t. d.

Cale nic, ponieważ przez to łatwo można przyjść do utraty zdrowia i życia.

(Przypisek. Takie nazwane sekretne lekarstwa, od ukąszenia psa szalonego, za pewne i usławiające uduwane, nie warre nie są, i nie można się na nie spierać. W rzeczy samej rana z ukąszenia psa wściekłego, a strach obawa wściekłości i bojaźń wody, jedynie nieczona być może przez wymycie rany, wraz po ukąszeniu, tegim z popiołu i wapna ługiem, przez wyrznięcie, albo wypalenie aney, przez dezynkatorya czyli plastry kamaryjskie do rany przyłożone, które przez obfitą ropę, truciinę z ciała i rany przez wściekłość zwierze zadanej czysto wyprowadzają. Środki miawerjalne są to lekarstwa, które od bardzo wielu, oszustem od wszystkich chorob pomagają mieć: ale to do wiary niepodobna, żeby takie lekarstwa być miały. Lekarstwa w gazetach pochwalone są nie do rzeczy.)

293. U kogo szukać pomocy, na zciwnetrzne obrażenia i rany?

U cyrulika i felczera.

294. Czyli cyrulikowo, albo umiętność leczenia ran takoz jest trudna?

Y bardzo trudna: przeto cyrulik z wielką pilnością uczyć się iey powinien.

295. Gdzież trzeba kupować lekarstwa, które lekarz albo cyrulik nakaze?

W aptekach pod dozorem zwierzchności mieyscowey zostających, a które przez porządek i ochędostwo dobre apteki oznaczają.

296. Jestli Aptekarstwo kunsztem trudnym?

Tak jest, bardzo trudne: bo wiele i długo uczyć się potrzeba, ażeby tak wiele lekarstw, pierwiastki czyli części one składające, niemniysz kunszlowne onych przygotowania poznać i zrozumieć.

297. Cóż to jest Fizyk albo Fizyk Powiatowy?

Fizykiem zowią tego lekarza czyli doktora, który od zwierzchności prawnie do tego jest umocowany, aby leczył i przy zdrowiu utrzymywał chorych, i który pod czas powszechnie panujących chorob zaraźliwych, iakimi są np. biegunki, zgnile gorączki i t. d. ma zlecenie od zwierzchności, kray, okolice obiedząć, wywiadywać się o chorujących i onych leczyć.

298. O którym czasie należy, przy ciężkich i gorących chorobach używać lekarza?

Zaraz od początku choroby. (Rochow. Przyjaciel Dzieci Część 2. paragraf 40.)

299. Kiedy lekarz chorobę iaką ma leczyć, coż on konieczną znać powinien?

Powinien znać naturę i przyczyny choroby: a zatem potrzeba lekarzowi wszystkie przypadki i znaki, cały stan chorego od początku choroby ściśle i prawdziwie wyliczyć; potrzeba też iemu wiadomość stanu ciała, i okoliczności życia: przeto mają być wymienione wszystkie zdarzenia, któreby przyczyną choroby być mogły.



300. Cóż ku temu jest dobrem?

Dobrze jest, kiedy lekarz chorego widai, z nim rozmówi się, naturę i przyczyny choroby sam wysledzi.

301. Ale kiedy się to stać nie może?

Tedy potrzeba ustnie albo piśmem przez rozsądnego Człowicka o chorobie doskonałe lekarza uwiadomić.

(Przypisek.) Aby te fatawy uskutecznić, powinnyby każde zgromadzenie czyli zbor następującą bardzo przyteczną Xiążkę: Zbor znakow choroby wskazujących, a osobliwie względem wiesniaka i onego polityków przez J. X. Bäcking, Stenhal u Franca i Grofa 1793. posiadać. W powyższej Xiążce w Rozdziale 39. na kartie 314. znajdzie się też krótka informacya takowe choroby wskazująca.)

302. Cóż powinien czynić chory, który lekarza potrzebuje?

Powinien on rady lekarza ściśle zachowywać, i przepisanych dla siebie lekarstw wiernie, porządnie, w oznaczonym czasie i w przepisanej ilości używać.

303. Czy może ciężka choroba, wnet po pierwszym lekarstwie być uleczona?

Nie, jako mocne drzewo za pierwszym cięciem nie upada, tak podobnie nie może się ciężka choroba przez pierwsze lekarstwo uleczyć.

304. Kiedy pierwsze lekarstwo zaraz niepomaga, czyż trzeba innych lekarstw, albo innego doktora używać?

Należy brać to lekarstwo aż do końca choroby, i nie trzeba od żadnego rozsądnego lekarza do innych biegać.

305. Azali dosyć za tem, aby tylko chory lekarstwa brał?

Nie, nie dosyć, powinien on i jeszcze porządnie zachować się, bo bez tego żadne lekarstwa nie pomogą. A przy dobrem zachowaniu się często się trafia: że bez lekarstw, przez wielkie owe na całość czuwające siły natury, wiele chorób bywa wyleczonych.

## XXI.

## • Zachowaniu się w chorobach, osobliwie w gorączkach i febrach. (zimnicach.) (\*)

(\*) Ta choroba nazywa się febrą, której zapalenie i nadzwyczajne palenie, i zbyt odmiennie bicie pulsu towarzyszy: do czego pospolicie ciekliwość, częste wymity, słabość, tęsknota i ból całego ciała, albo szczególnych części, a często i boleśnie głowy tacy się.

306. Chory Człowiek jest biedny, cierpi ból, i tęsknotę, iakże tedy z nim obchodzić się potrzeba?

Potrzeba się z nim obchodzić łagodnie, i onego z wielką i rozumną troskliwością strzedz, nie mniej o nim mieć staranie i onemu dogadzać należy.

307. Azali się godzi z chorym, który jest w ciężkiej chorobie, lub, który febrę cierpi, wiele rozmawiać, albo często hasać i rozruchy wszczynać?

Nie, nie potrzeba wiele z chorym rozmawiać, lecz cicho i spokojnie przy nim zostawać należy.

308. Godziliż się wielu ludziom około chorego znowydawać, albo onego nawiedzają?

Nie, ponieważ powietrze będzie przez ten oddech i parowanie bardzo zepsute, wszyscy ciekawi nawiedzające powinni być odprawieni.

309. Jakież ma być powietrze w izbach i komorach dla chorych?

Wszyscy chorzy, a osobliwie na febrę, powinni zawsze świeże, czyste i suche mieć powietrze.

310. Czy potrzebne choremu świeże powietrze?

Tak jest, nieuchronnie ono mu jest potrzebne; ponieważ to jest naylepszy środek, do uspokojenia i chłodzenia chorego, i zmniejszenia tego tęsknoty.

311. Cóż przeto czynić należy?

W izbie albo komorze chorego, w dzień prawie zawsze powinno być iedno okno otwarte, i trzeba w



dzień okna i drzwi razem otwierać, oraz przestrzegać należy, aby ciąg zimnego wiatru, na chorego nie trafiał.

312. *Jakże powinny być przyrządzone i utrzymane izby i komory dla chorych?*

Izby, w których chorzy leżą, mają być wyfokie, wielkie, suche i obżerne, nie zaś ciasne, niskie, wilgotne i zaciężne; (\*) które należy porządnie i czysto utrzymywać, od wszelkiej kurzawy i śmieci uprzątać i wyczyścić, oraz nie powinno tam znajdować się żadne rzeczy, które psują i plugawią powietrze.

(\*) Pomieszkania czystokróć dla zdrowych nieestety! są nie wysmienie, a jeszcze gorsze dla chorych. Ząd potrzeba infirmaryow czyli domow dla chorujących.

313. *Czy około chorego jasno czy ciemno być powinno?*

Nie powinno być jasno ale nieco przyciemno; ponieważ światło turbuje spokojność Człowieka chorego.

314. *Jaką być powinna pościel dla chorego?*

Ona być ma porządna, czysta, ani zbyt ciepła, nakrycie nie zaciężne, podestanie nie nadto miękkie, a nawleczenie zawsze czyste być powinno. Jeżeli podestana będzie słoma; tedy trzeba się starać, aby była świeża, i któraby wilgoci ani tężeliny nie miała.

315. *Jestli to szkodliwa, lub pożyteczna, kiedy w piernatach leży chorujący na febrę?*

Jest to szkodliwa, pomnaża bowiem i czyni gorzszą febrę; przeto na febrę chorzy, powinni w pościelach pilściowych, a kiedy tych niema, to na słomie lekko przykryć leżeć.

316. *Azali się godzi dwóm chorym, albo choremu ze zdrowym na iednem łożu wespół leżeć?*

Nie, każdy chory powinien oddzielnie sam ieden w łożu leżeć.

317. *Czy należy firankami łoże chorego osłaniać?*

Nie należy; bo chory na tenczas niemiałby świeżego powietrza.

318. *Czy potrzeba pościel chorego każdodziennie przesłać i wypulchnić, oraz uporządkić?*

Tak jest, chory powinien każdego dnia w pewnym czasie, kiedy niepotnie z pościeli być wyjęty, a dopiero pościel ma być narządzona.

319. *Jakże chory ma być odziewany?*

Czysto i wygodnie.

320. *Azali trzeba nawleczenie i koszulę chorego często odmienić?*

Tak jest, potrzeba czysto nawleczenie i koszulę chorego, a prawie każdodziennie odmienić, które wprzód ogrzane nieco być maig.

321. *Jakże ma spać łoże?*

Nie powinno spać przy żadnej wilgotnej ścienie, ani na ciąg wiatru być wystawione; tudzież przystępne, ażeby chory z każdej strony mógł być pilnowany.

322. *Azali się godzi chorującym na febrę, którzy z większej części tegiego bolenia głowy doświadczają, głowę ciepło chować?*

Nie, oni ją powinni chłodzić i bez nakrycia trzymać, inaczej pomnaża się ból głowy i mania czyli błędzenie.

(Przypisek. Kiedy się głowa mocno chustką zawiąże, tedy się często ból głowy zamieszka.)

323. *Cóż mają chorzy przy wielkiem pragnieniu pić, a osobliwie ci, którzy na gorączkę chorują?*

Zimną i czystą wodę, która przez czas nieciałki na wolnem powietrzu stała, i swoje zimno po większej części straciła. W febrach (zimnicach) potrzeba ocet, albo, co jeszcze lepiej, cytrynowy sok do zimnej wody przymieszować. Można też sztukę grzanki, czyli suszonego chleba, do wody włożyć, która ma być napoiem.

324. *Azali nie potrzeba wody do picia nieco rozgrzać albo odgotować?*

Nie, ani odgrzewać, ani też gotować nie należy; bo woda gotowana nieugasza pragnienia, i nie warta choremu, któryby miał pragnienie.

325. *Czy dobrze, kiedy się wiele herbaty piie?*

Nie, zwyczajnie to bywa szkodliwa.

(Przypisek. Bardzo szkodliwym nadmierne używanie herbaty; przeto zimną wodę pić mają.)



326. Czyli na febrę (zimnicę) chorujący, radzi pić wodę?

Nie zawsze. Ale zimna woda i świeże powietrze, są najlepszym poślaniem chorego w gorączce. Ona go uspokaja, i zmniejsza ból i tęsknotę.

327. Czy powinien na febrę chorujący wiele pić wody?

Tak jest, wiele mu wody pić należy, dla ugaszenia pragnienia; to mu jest wielce potrzebna.

328. Czy na febrę chorujący nie zaziębiają się przez obfite branie wody?

Owszem oni przez to się rozgrzewają, i częstokroć po napięciu się zimnej wody, wpadają w obfitą i dobroczynny pot; kiedy przy ciepłych napojach piskają tylko gorączkę bez potu uczuwali.

(Przypisek. Przy biegunkach, pierśwycach febrach, kaskach i innych niektórych chorobach, mogą letnie napoje niektórym chorującym lepiej niż zimne dopomóc.)

329. Czy może chory na febrę, piwo, kawę, wino, albo wódkę pić?

Nie, niegodzi się na febrę chorującemu pić, ani piwa, ani kawy, a jeszcze tem bardziej wina i gorzalki.

330. Jakże się powinni chorzy w iedzeniu zachować?

Chorzy na febrę, albo inną jaką tęą chorobę, tracą chęć do iedzenia, i całe ich niepotrzeba do tego muścić.

331. Dla czegoż chorującego na febrę do iedzenia przynuszać nie trzeba?

Ponieważ nie trawi pokarmow, a te nie strawione każdą chorobę a osobliwie gorączkę bardziej pomnażają,

332. Azali się godzi iść przy poczęciu febrzy, kłócić się od zimna, gorączki i bólenia głowy poczyna, kiedy się appetyt do iedzenia znajduje?

Lepiej jest wstrzymać się od brania pokarmow: bo iedzenie może bardziej chorobę pomnożyć, a dyeta (po-

szczenie) pomniejszy onę: do tego wstrzymanie się od pokarmow na wieki czas czekać nie umorzy.

333. Jakież pokarmy w febrze są najdogodniejszye, kiedy chory na febrę sam czyli z własnego instynktu do iedzenia, czegoż żądać będzie?

Maślanka, mleko kwaśne, świeże, dojrzałe a soczyste frukta, i owoce, maliny, wiśnie, śliwki, winne grona, gotowane, świeże, albo suszone owoce, tyzanny, owsianki, które octem albo cytrynowym sokiem, kwasno zaprawione, oraz wszystko co chorego chłodzi i co mu pomaga.

(Przypisek. Ponieważ dobre owoce są najpożyteczniejsze, tedy by się należało starać, aby prawie każdy gospodarz uprawiał owocorodne u siebie rozumnym.)

334. Czegoż zupełnie iść niegodzi się na gorączkę chorującemu?

Mięsa, rosółow, masta, iay, ciast, i niekwasnego chleba całe iść nie maia, którzy chorują na febrę.

335. Kiedyż dostają chęć do iedzenia na febrę chorujący?

Nie przedzy, aż z febrzy uleczeni bywają, a pokoy i sen znówu odzyskują: ale i w ten czas trzeba być bardzo pomiarkowanym.

336. Czy ciepło, czyli też chłodno należy chorujących utrzymywać, osobliwie tych, którzy zapadną w chorobę gorącą?

Na febrę chorujących nie ciepło, ale zimno trzymać potrzeba, i dla tego w zimie izby chorego nie trzeba zbyt ciepło napalać, która bardziej chłodna niż ciepła być powinna. (Rochow. Przyjaciół dzieci Część 2. § 39.)

337. Jestli to dobrze kiedy w chorego kadzą? Nie, kadzenie (\*) nie nic warte, zamiaść poprawienia zepsutego powietrza, ieszcze ic tem bardziej psuje. Zatem nie kadzidla ale świeżego powietrza choremu potrzeba. W malignach albo ciężkich gorączkach, do-



brze jest w izbach, gdzie są chorzy, często odru na gorące żelazo podlewać.

(\*) *Wielki Mąż i przyjaciel rodzaju ludzkiego, który przy odwieczaniach szpitalow i więzień życie swoje dla dobra ludzi poświęcił. John Howard powiada: „za używanie „kadejda w każdym czasie dowodzi niedostatku ochłodzenia i ciągu powietrza „*

338. *Azali to jest dobrze pod czas febrы brać na poty?*

W wielu przypadkach bywa szkodliwa. Nie mało febr stać się przez to niebezpiecznymi i śmiertelnymi. Bez doradzenia się doktora, nie na poty brać nietrzeba.

339. *Czy godzi się w gorączce krew puszczać?*

W wielu gorączkach bardzo niebezpieczna; a przeto bez porady doktora, w gorące krwi puszczać nie należy.

340. *Jestli to dobrze, kiedy wiele ludzi w najzupełniejszym zdrowiu, raz wyczerzą co rok raz, albo razy dwa puszczać sobie krew kaza?*

Nie; kiedy Człowiek jest zdrowy i dobrze się ma; tedy nigdy nie powinien krwi puszczać: bo niepotrzebne krwi puszczenie psuie, zamula i zasłabia krew, osłabia ciało i bardzo szkodzi zdrowiu.

(Przypisek. Ze wiele niewiast w ciąży krew puszcza, a to czasem i nieraz, jest bardzo złym zwyczajem a równie dla matki iak i dla dziecięcia szkodliwym.)

341. *Czy nie są womity od doktora przepisane niebezpiecznymi?*

Womity od lekarza nakazane nie są niebezpieczne, i często mniej szkodzą, niż branie na ściąganie.

(Przypisek. Kiedy wiele chorob, osobliwie wiele febr w nieczystości żołądka powstają, albo z tem połączone będą, tedy womity, przez które nieczystość z żołądka wypędza się, bardzo często czynią dobrą postługę.)

342. *Azali chorym na febrę można bydz długo zatkaniami?*

Nie, zatkanie (zatwardzenie) w gorące bardzo jest niebezpieczne.

(Przypisek. Tak zdrowym iako i chorym gotowane świeże albo suszone owoce mianowicie Sliwki są dobrym środkiem przeciw zatwardzeniu.)

343. *Kiedy Człowiek chory a razem i zapchany bywa, przez co mu otwarcie sporządzać trzeba? Przez lawatywę czyli enemę (klisterę.)*

344. *Czy nie są enamy niebezpiecznymi, albo wymagającymi namysłu?*

Nie, one nie są tak niebezpiecznymi.

345. *Cóż trzymać o zwyczajach wielu ludzi, którzy w pewne pory roku na przeczyszczenie biorą?*

Jest to bardzo szkodliwy zwyczaj, i lekarstwa, które się od nieumiejętnych włóczęgów i maściarzow na ściąganie kupują, są z większej części bardzo niebezpieczne.

346. *Czy potrzeba dzieciom zdrowym dawać na laxę?*

Nie, to nic nie jest warto; ogółem mówiąc, nie przez lekarstwa, lecz przez pielęgnawania i dobrą wygodę, oraz przez mnogą i nie zaniedbaną agitacją na wolnem powietrzu zdrowo potrzeba dzieci zachowywać.

347. *Azali to jest podeyrzana przy febrach, szarpaniu członków i wielu innych chorobach, plastry z much Hiszpańskich przykładać?*

Nie, kaptarydy czyli muchy Hiszpańskie, nie są rzeczą podeyrzaną; można je bowiem małym dzieciom przykładać, i bardzo często czynią one dobrą postługę.

348. *Azali to dobra jest rzecz, na stłuczenia, rany i wrzody plastrów lub maści używać?*

Nie, plastry i maści bardzo rzadko bywają dobrymi, a w wielu przypadkach bardziej szkodzą niż pomagają.

(Przypisek. Maści wrzody na nogach i rózce, najbardziej się wystrzegać potrzeba, alby plastrów i maści nie przykładać: bo inaczej można w nie i dalszawale poposłać wrzody.)



349. Jakże trzeba z ranami postąpić, kiedy one nie są bardzo wielkie ani głębokie, i kiedy żadna z żył wielkich, ani żadna wewnętrzna część nie jest obrażona?

Potrzeba ranę (ani wodą ani wódką jej nie wymywać) suchą szmatą zawiązać: bo krew, która jest najlepszym ze wszelkich plastrów i maści, goi ranę, a często nawet bez ropy.

350. Cóż trzeba czynić przy stłuczeniach i starciach?

Natychmiast potrzeba stłuczenie obłożyć w zimny wodzie, która ma być po połowie z octem pomieszana, zmoczoną płócienną szmatą, i to często powtarzać należy: tak zmniejszy się boleść i krew znowu podzieli się.

(Przypisek. Małe wrzody, można szarpanem płóciennym wysuszać, albo szarpanem w occie zmoczanem obwiązywać.)

351. Jakże goić części spalone czyli oparzone?

Podobnie jak przy stłuczeniach zimną a z octem pomieszaną wodą, od samego początku co kwadrans części spalone, czyli oparzone ochładzać, daleko lepiej i prędzej się goi, niż plastrami i maściami.

## XXII.

o Chorobach osobliwych miejscami lub powszechnie panujących.

352. Kiedy w Krainie jakim iakakolwiek bądź powszechna zjawia się choroba, która wielu ludzi nagada, czy powinni ludzie zdrowi brać lekarstwa al-

bo prezerwatywy, dla zapobieżenia tak powszechny chorobie?

Nie, zdrowy nigdy brać lekarstw nie powinien.

353. Ażali nie potrzeba brać na seizgnienie, na poty, womity, lub krwi puścić?

Nie: bo osłabiające te środki, bardziej zbliżają i sposobią Człowieka do choroby, niż od niej oddalają.

354. Czy godzi się brać jakie krople żółtek wzmacniające?

Nie: bo te bardziej szkodzą jak pomagają.

(Przypisek. Wielu ludzi przez niewstrzeżliwość i łobuzostwo w bojenie żółtka i kolki popada. Stara się nie jeden przez wódkę albo żółtkowe krople sobie dopomóc, a przeto upada osobliwie przed zwiastką w złe daleko szkodliwsze, to jest w wysiępek piersi.)

355. Cóż ma czynić zdrowy, powszechnie panującej choroby, albo iey niebezpieczeństwa uniknąć chcący?

Powinien w pokarmach i napoiach pomiarkowanie i wstrzeżliwie zachować się, ma też wielkiego ochłódstwa przestrzegać, wiele agitacji unikać, oraz zbyt uczynnego rozgrzewania się i zaziębienia bardzo unikać.

(Przypisek. W drodze i niewodzone lata, od łobuzostwa i miernych pokarmów, nastają choroby i zgnile gorączki, które, całe powinęły z ludzki ogółcają; zatem nigdy na zdrowym chlebie schodzić niepowinno.)

356. Czy niepotrzebaż ięszcze innych ostrożności zachować?

Y ówżem, kiedy powszechnie panujące choroby, często bywają zaraźliwemi, tedy nie należy bezpotrzebnie, albo tylko z ciekawości, chorzyć, onym posługujących, oraz ich domów odwiedzać.

357. Kiedy jakie choroby np. zimnice na miejscu jakim panują, i kiedy stojące wody lub bagna w bliskości tych miejsc są przyczyną często panującej zimnicy, cóż w ten czas ludzie czynić powinni?



Niech stojące wody spuszcza i bagna osusza; a tak uftana i febry: bo z upadającą przyezyną, uftaie skutek.

358. Kiedy rzemieślnicy i kunsztarze, bardzo i często na pewne choroby zapadaia, iako to kamieniarze na dychawicę, malarze, górnicy, (zduni) garncarze, na kolkę ołowianną (Colica Saturnina) i t. d. coż w ten czas maia czynić?

Powinniby iak rozumni ludzie, którzy zdrowelni i długowiecznymi radziby bydź chcieli, nad tem się zastanowić, co jest przyczyną tak częstych i onym właściwych chorób, i iak oni tych przyczyn uniknąć, albo one zmniejszyć mogą.

(Przypisek. Ci ludzie, którzy kiedyś wiele siedzieć będą; (iako pleć żeńska, rzemieślnicy, kunsztarze i uczeni) powinni ofobliwie w młodości swojej, aż do czasu zakończenia zobowiązaniu we dwunastym roku, wolno i lekko wiele agitacyi na otwartem powietrzu czynić: do tego ofobliwie przyezymani bydź maia, aby się ich cinto wzmacniało, a następne siedzenie aby ich zdrowiu i szczęśliwości nieszkodziło.)

## XXIII.

## o Zараźliwych chorobach.

359. Któreż choroby naybardziej zarażaią?

Zgnie febry, petocy, czyli gorączki plamy na ciało wyrzucające, biegunki i petocy purpurowe, lub fryzele, i szarlatna febra, bolączki, czyli bolące krofty albo wysypki, ospice, odry, oraz te choroby, które powszechnie panuią, a z iednego miejsca do drugich rozszerzaią się, tudzież mor, choroba ze wszecz nayfatalnicza, bardzo łatwo zaraża.

360. Jakże one zarażaią?

Ofobliwie przez dotykane się chorego, albo cząstek z niego wychodzących, tudzież przez zgnie, nieczyste i zarażające

zarażające wapory, które powietrze, w izbie chorego zawarte, napelniaia.

361. Coż szczególnie uważać potrzeba przy tych zaraźliwych chorobach?

Powietrze tak w izbie iako i w domu chorego uftawicznie świeże i czyste bydź powinno. Zawsze potrzeba iedno okno trzymać otwarte, a często okna i drzwi otwierać, ani można bydź dosyć pilnym w dawaniu baeczności na świeże, suche i czyste powietrze.

362. Coż więcej zachować potrzeba?

Przy chorym, iego pościeli, izbie, iako też przy sobie samym naywiększego ochędostwa przestrzegać, i bydź ostróżnym, aby chorego izby nie napalać zbytecznie.

363. Coż więcej czynić należy, aby się od zaraży uszredź można bylo?

Niepotrzeba na czczo, nic nie iadłszy, do chorego przystępować; ale też nic iestć nie można w izbie chorego, oraz trzeba przezornie, w dobrych myślach i bez żadney boiaźni choremu posługiwać, i szczerze się koło niego krzątać.

364. Jakże się powinni, chorym uszugiacy, względem swych bliźnich zachować?

Powinni się oni, aby zaraźliwe choroby daley się nie szczyły, trzymać skromnie, niepotrzebnych rozmów z innymi ludźmi unikać, oraz się onym należy od Szkół (\*) i Kościołów oddalać.

Tęż samę powinność maia takż dzieci, i domownicy chorego.

(\*) Ze Szkół przez dzieci częstokroć zaraźliwa choroba, po całej okolicy bywa rozszerzana.

365. Czy godzi się do chorego, który na zaraźliwą chorobę leży, wiele ludzi przypuszczać?

Nie, prócz ludzi, którzy chorego pilnuia i opatruia, niegodzi się żadnemu infzemu Człowiekowi do niego wchodzić. Wszyscy ciekawi nawiedzacze, powinni na tychmiast bez wszelkiego pobłażania, iak tego powinność wyciąga, bydź odprawieni,



366. Czy powinien Człowiek, bez nagłej potrzeby, zarazliwego chorego nawiedzać?

Nie, i tego wymaga tak własne siebie samego zachowanie, iako też powinny wzgląd na innych: bo choćby on z miłości i przyjaźni życie swoje w niebezpieczeństwo chciał podać; atoli nie ma prawa, zarazem życia swoich bliźnich, którychby chorobą zarazić mógł, w niebezpieczeństwo podawać.

367. Kiedy kto z zarazliwej choroby umiera, co się w ten czas dzieć powinno?

Nie należy zarazliwego trupa na widok publiczny wystawiać, lecz go cicho, bez towarzyszący ludu tłumaczy, pogrześć.

368. Świerzb czy jest zarazliwą chorobą?

Tak jest, zła to bardzo, szpetna i zarazliwa choroba, która się wnet przyrzuca, skoro się tylko świerzbiącznika, lub jego odzienia dotkniesz.

369. Cóż tedy czynić potrzeba?

Nie trzeba z świerzbiącznikiem przestawać, i od jego towarzystwa stronić należy.

(Przypisek. Dzieci, które świerzbiączkę albo paręły małą, nie powinny do szkół przychodzić, aby przezto inne dzieci zarazonemi niebyły.)

370. Azali jest niebezpieczne smarowanie maścią sarszyską, świerzbiączką, krost, i głów ostrupiatych?

Tak jest to niebezpieczna: ponieważ łatwo można swoje zdrowie utracić, kaleką, ślepym i głuchym zostać.

## XXIV.

### o Ospice.

371. Z czegoż się poznaje ospa być niebezpieczną?

Pospolicie z ilości ospic: bo kiedy mało ospic, tedy i niebezpieczeństwa nie ma. Mnogie i razem złane ospice są najfatalniejsze.

372. Cóż jest dobrem w takim zdarzeniu?

Jest najlepszy, kiedy ospic mało.

373. Pod jakimż czas w ciągu ospy właściwie następuje niebezpieczeństwo?

Nie napoczątku, kiedy się wysypnie, lecz ku końcowi, kiedy ropicą i sehną ospice, oraz kiedy ropa w ciasto Msada, i powtórna ropienie sprawująca febra nastaje.

374. Właśnie kiedy dziecię ospice ma dostać, azali się godzi, przez poty, wino, wodkę, ciepłe izby i piernaty z ciata one na wierzech wypędzać?

Nie; byłoby to bardzo nie rozumnie postępować: bo przez to dziecię dostałoby, bardzo wiele i zbyt niebezpiecznych ospic.

375. Cóż tedy czynić potrzeba?

Najlepszy jest zostawić wolny bieg naturze. W febrze, która przed wystąpieniem ospic zjawia się, i dwa, trzy, aż do czterech dni trwa, chłodno i na wolnem powietrzu zostawać, zimną pić wodę, i przez te dni febrę bardzo mało iadać.

376. Kiedy ospice, przez ciąg febrzy, same przez się powoli wydobywają się; coż trzeba czynić w ciągu choroby aż do oschnienia ospic?

Najpierwizną jest rzeczą, aby w ospicach leżący, świeżego, czystego powietrza zażywał, zimną wodę pił, w pokarmach napoiach porządnie, chłodno i pomiarkowanie utrzymywał się. Mięsa, ryb, gorących, korzennych i do strawienia trudnych potraw; iako też gorących trunków chorującemu na ospę nie godzi się zażywać.

377. Czy to dobrze, kiedy w febrze przed wystąpieniem ospic, iako też przez całą tę chorobę za dnia w łóżu się leży?

Nie, to niedobrze; należy bowiem we dnie, iak tylko można chronić się leżenia w łóżu, w nocy też nie trzeba leżeć w żadney pościeli, któraby za gorąca i cuchnąca była, ząd piernaty dla chorujących na febrę są szkodliwe.



378. Kiedy powieki są zaropiałe, czy godzi się je gwałtem rozdzierać, albo gorące rzeczy i przyprawę nakładać albo nadmuchiwać?

Nie godzi się powiek rozdzierać, i żadnych gorących rzeczy używać: bo tak można osłnąć. Nie trzeba oczu ruszać, owszem dać im pokój, nim się za nie powoli otworzą, a w ten czas nie iasno ale ciemno w izbie być powinno. Kiedy powieki są zaropiałe, w ten czas z iak największą troskliwością nato baczyć należy, aby powietrze w izbie zawsze świeże, chłodne i czyste było. (Obacz Zerrennera Xiege dla Pospólstwa Część I. od 325. do 355. karty.)

379. Czy wiele ludu z ospy umiera?

Tak jest, ogółem ze zwyczajney, albo przypadkowej ospy między dziesięcią chorymi umiera jeden.

380. Jakim sposobem można oddalić tak wielkie niebezpieczeństwo utracenia z ospy zdrowia i życia swojego?

Przez kunsztowne zarażanie albo wszczepienie ospic. W ten czas bowiem pospolicie daleko mniej dostaje się ospic, a te bywają lepszego gatunku. Nie tak łatwo stać się Człowiek obłożnie chorym, i rzadko utracą zdrowie, a ze stu wszczepionych często jeden tylko umiera.

(Względem wszczepiania ospic czytać należy z dziełmi Rochow. Przyjaciel dzieci. Część 2. § 43.)

381. Lecz powiedzcie mi moje miłe dziatki, czy godzi się na takim miejscu, gdzie żadnych ospic nie ma, one zaszczeplić?

Nie godzi się: bo one zarażają, i można przez wszczepienie, ospianą zarazę na takowe miejsca sprowadzić, a przez to stać się pośrednią przyczyną śmierci kilku set ludzi, co by wielką było \*) niestufnością.

\*) Każdy Człowiek powszechne dobro, nad swoje własne przekładać powinien, postępując według tej prawdy: „czego nie chcesz aby ci ludzie czynili, tego nie czyń innym.”

382. Ale kiedy na jakim miejscu ospic panują, czy w ten czas godzi się je szczepić?

Nawet i tu nie, ięsbly mający ospe wszczepioną mógł choć iednego zarazić, a następnie stać się winnym śmierci onęgo.

383. Gdzież tedy miałoby się stać potrzebne ospy szczepienie?

W iedynie do tego przeznaczonych i oddzielnych ospiarniach, czyli domach do szczepienia ospy, gdzie żadnego nie maż niebezpieczeństwa, aby się ludzie tym morem zarazić mogli.

384. Stasznie mówicie moje kochane dziatki: w ospiarniach tylko szczepić można, a kto przeciwnie czyni, ten bardzo niesprawiedliwie postępuje z plemiem ludzkim. Ale czy można po dwakić od mieć ospicę?

Nie, prawe ospicę raz tylko mieć można; wszystkie powieści o dwukrotney prawey ospic są błędne.

## XXV.

## o Odrze.

385. Czy odra takż jest złą chorobą?

Tak jest, wiele ludzi z tego umiera, a często ze złych skutkow nawet po wygoionych odrach.

386. Czegoż szczególnie przestrzegać należy przy odrach, które bardzo na pierśi padają?

Trzeba na odry chorujących chować nieco ciepły, niż chorujących na ospe, iednakże nie w zbyt czem ciepłe. Powinni mieć czyste powietrze, i często nieco ciepły browey herbaty pić, niemniej trzeba pilnie na to baczyć, ażeby ani zimne powietrze ani ciąg wiatru na chorego nie trafiał.

387. Jakże się należy zachować po przebytey odrze, gdzie ięszcze łatwo wódney puchiny nabyć, suchoć dostać i umrzeć można?



Po zeszłej jeszcze odrze przez kilka tygodni chronić się należy wolnego powietrza, a ciepło chować się i dobrze się przyodziewać.

(Przypisek. Ta potrzebna ostrożność powinna także po peto-  
cyach, czyli wrzodowych gorączkach i szwartznych i purpu-  
rowych febrach być zachowana: bo po takich chorobach  
iako i po odrach często cała skóra łuskuje się: przeto bur-  
dzo łatwo można się oziębic, a ztąd puchliny, suchoty, i  
inrze złe a częstokroć śmiertelne nastąpić skutki.)

## XXVI.

## o Zupełnem ospic, i odr wygubieniu.

388. Kochane dziatki ospice są pewnym gatunkiem moru: owszem one są jeszcze gorsze, i więcej biedy i nędzy sprowadzają. Roku 1786, w Berlinie 1077. roku 1792, w Meklemburkim i Szweryńskim 2695, a na wyższym Śląsku we trzech latach 5584. ludzi wymorzyły. Od roku 1650, do 1750. to jest we stu latach w Londynie wygubiły ospice 152,461. a w Szwecyi przez lat 11. z ospy i odrzy 95,101. wymarło ludzi. Przed tysiącem lat w Niemczech i w całej Europie ospy jeszcze nie było. Mór ten, z gorącej Afryki, gdzie iakoby siedlisko mają zarazy, do Europy był przy-  
niesiony, a przez niedbalstwo i nieznanie stał się ludzom iakoby swojskim. Bez wyjątku, każdy prawie Człowiek, przez swoją własną albo inszych ludzi nieostrożność, bywa ospą zarażony. Dziesiąta część ludzi umiera z ospy, a druga dziesiąta przez nią traci zdrowie swoje. Policzywszy straszna i do opisania trudną mnogość boleści, krocie zmarłych, pokaleczonych i niezdrówych, każdy przyzna, że ospa jest jedną z największych i najstraszliwszych głównych plag rodzaju ludzkiego. Ale czy ta Afrykańska główna plaga, jest niezbędnie koniecznem nieszczęściem ludzkiego plemienia?

## o Zupełnem ospic, i odr wygubieniu. 87

Nie, to złe nie jest koniecznem: bo przed tysiącem lat żadney w Europie nie było ospy, a ludzie bez nicy byli zdrowi.

389. Prawdę mówicie dziatki, ospice nie należą do natury albo zdrowia Człowieka. Powiedzcież, jak Człowiek ospy nabycia?

Przez zarażenie, ponieważ przez trut ospicowy chorego, i zdrowy ospą zarażony bywa.

390. Alboż nie może się ospa sama przez osobliwy sposób życia, pokarmy, napoje, wiatry, powietrze, znaleźć?

Nie, ona się szczęśliwie dostanie, przez zarażenie, albo udzielenie ospianego iadu. \*)

\*) W ospianey ropie bądź to suchey bądź płynney, znajduie się iad zarażający. Wolnie powietrze samo przez się nie zaraża. Kiedy powietrze cy iabie zawarte, dostatkim waporów z ropy pochodzących w sobie miesci, tedy łatwo ospianym tym morem zarażać się można.

391. Jeżeli tedy Człowiek i sam się chroni, i od drugich strzeżony bywa, przez pospolite środki zarażony uchodzi, coż ztąd następuje?

Taki Człek ospy nie miewa. \*)

\*) Choć i wielka nieopatrzność i nieochędoństwo między ludźmi panuje, iednakże dwudziesty Człowiek dochodzi wieku me-  
skiego, niebędąc od ospy zarażony. Ztąd można wniesić, że niebezpiecznym zarażenia się nie tak bardzo jest wielkie, i że przez ostrożność i ospianie łatwoy całkiem uniesione było.

392. Kiedy Człowieka nieszczęśliwie morem ospy zarażonego, iako słuszność i powinność wymaga, od zdrowych oddzielać, \*) coż ztąd następuje?

W ten czas zdrowi bezpieczni będą od zarażenia się u chorych morem ospicowym.

\*) Przez należne wyłączenie, morem ospicowym nieszczęśliwie zarażonego, z towarzyszywa ludzi zdrowych, nie ma i nie powinno temu Człowiekowi, ani jego krewnym przez to nic złego stać się: owszem to jest z dobrem jego. Wyłączone ten chory, powinien znaleźć w ospicowni najlepszą iako tylko być może wygodę i postać, oraz wszelkiey pomocy i ratunku lekarza i cyrulika doznawać.



393. *A gdyby się każdy zdrowy pilnie strzegł i od innych był strzeżony od zarazy moru ospicowego, gdyby też owych kilku, iadem ospicowym zarażonych z towarzystwa ludzi zdrowych wyłączono, dla zapobieżenia dalszey zarazie, co by ztąd nastąpiło?*

Mór ospicowy wprędce zostałby wyrugowany.

394. *Posłuchajcie kochana dziatki! Mór iako i ona spa jest chorobą, która nie sama z siebie, lecz tylko z zarazenia pochodzi. W przeszłych wiekach często, a na ostatek w 1712. i 1713 tak to chorobsko w Niemczech grafowało, że czasami czwarta część Niemieckiego Narodu wymierała. Nakoniec ludzie przez ujęcie i biedy mędrszemi się stali. Oddzielili chore od zdrowych, zabronili przyyscia z miasteczek i miejsc, kędy mór panował. Po wytrzymaney zarazie czyszcili albo zagubiali pościele, bielizny, suknie, sprzęty, i to wszystko, do czego by się materya morowa przykleić mogła. Każdy strzegł się zarazenia; a tak mór wygładzono i wyrugowano. Ospice równie są wielką plagą iak i mór, one też mogłyby tym sposobem być wyrugowane. A przeto cóż ztąd wynika?*

Jest powinnością ludzi ospice wytracać, a to bez najmniejszey czaju zwłoki.

395. *To prawda moje kochane dziatki, jest wielką powinnością Człowieka wygubiać ospice. Przeciw zarazie była są inż poczynione rozporządzenia, a dla ludzi byłoby wielkim zarzutem, gdyby oni żadnego rozporządzenia nie uczynili, aby ospicowy mór (który wszród niewypowiedzianych boleści, dziesiątą część ludzi zadawia, a drugie tyle, przez długie, ciągłe, owszem dożywotne choroby, ślepotę, fistuły, trawienie kości, z najlepszego dobra: bo ze zdrowia ogotaca) bez odwłoki wykorzenić. Mór ospicowy corocznie w Niemczech zabija, przynajmniej piędziesiąt tysięcy ludzi. Między tą gromadą znajdzie się około czterdziestu tysięcy niedołącznych dziatki, które obronie rodziców są powierzone. \*) Jak ospicowy mór wygubianym być ma, następująca uczy informacja.*

\*) Oycowie i matki! Bóg wam wszczepił miłość ku dziatkom waszym, abyscie przez swój rozum każde zle, oddalonem być mogące, od dziatki waszych usuwali, i chronili te niewinne i niedołączne stworzenia, które wam tylko samym wywdzięczają się uśmiechem. Czyż moglibyscie jeszcze śluzę z niedobłą cierpliwością zapatrywać się, na biedne a niedołączne, wafszemu dozowowi poruczone dziatki, któreby pod okiem waszem, w przerażających i nieznośnych boleściach życie swoje kończyły? Nie, wy tego niedopuszczicie.

*Instrukcja względem wygubienia moru ospicowego, która będąc łatwą, razem jest powinnością konieczną do wykonania.*

„Gdzież jest matka, którejby w trwożliwym przeczekaniu na-  
„stepności, na myśl nie przyszło życzenie całkowitego wy-  
„gubienia ospy? Gdzież przyjaciel ludzkości, któremu-  
„by samo pomysłenie o możliwości dokazania takowego dzie-  
„ła, serca niepodniosło, a każdego nerwu do czynnego  
„współdziałania natężyć nie miało? C. B. Husland.

I. W bliskości każdego miasteczka miałby się znajdować dom obołliwy, któryby \*) właśnie i iedynie dla chorujących na ospę był przeznaczony, oraz blisko niego drugi poboczny dom i ogród w należytym i naystosowniejszym sposobie powinienby być zarządzony \*\*) i wybudowany, \*\*\*) któryby potrzebnymi a to prostemi i czystymi sprzętami był opatrzony, a rozumny i poczciwy mąż powinienby tego domu być dozorcą. \*\*\*\*) To jest powinnością i koniecznością ludzi.

\*) Po dziesiąciu a naydalej dwudziestu letnich wytraci się mór ospiany; a w ów czas można będzie tego domu użyć na wygubienie odwy, albo inżey szkodzący się zarazy.

\*\*) W ogrodzie kilka altanek bez wielkiego kosztu nie trudno będzie wystawić.

\*\*\*) Tak budowy iako utrzymania kosztu mało wyniosą. W Berlinie roku 1786, wygubił mór ospiany nadanym spo-  
F 5



hem 1077. Ludzi: co to za skarb! czyżże są względem życia 1077. ludzi, kosztu jednej ospiarńi? nieczem.

\*\*\*) *Dozorca miałby mieszkać w domu pobocznym, i powinienby mieć wolne pomieszkanie, ogród, opał, światło i piędziesiąt a najwięcej sto talarów mieściu.*

2. Każdy mieszkaniec miasteczka i okoliczny wieśniak (iako też wszyscy przez te okolice przeciądzający cudzoziemcy) należą do tej ospiarńi, a przeto oni wszyscy, każdy podług możliwości, do tego kosztu przyłożyć się powinni.

3. Ludzie i wszyscy szkolni nauczyciele powinniby dostać doskonałego opisanie \*) dokładnemi kopersztuchami obiaśnionego, \*\*) względem znaków prawdziwej ospy, co do rozmaitych jej kształtów, wielości, własności, podług wszelkiego przeciągu czasu, niemniej o powinności, konieczności i pożytkach oddzielenia ospą zarażonych od zdrowych, i przeniesienia onych do ospiarńi \*\*\*) aby tak szkaradny ospiany mór wyrugować.

\*) Pamiętnym będzie pokoleniu ludzkiemu ten mąż, który nad tą Xiegą pracuje.

\*\*) Ponieważ ospa daleko łatwiej, niż ów prawdziwy mór, ponanog być może, zatem snadniej może być wygubiona.

\*\*\*) Doskonałe takie Piśmo, o wybudowaniu, urządzeniu i zawiadowaniu ospiarńi z kopersztuchami ono wyjaśniającemi powinnyby iak narychlej być wydane.

4. Skoro tylko Człowiek bądź to młody, bądź starzy, ubogi lub bogaty, kraowiec lub cudzoziemiec ospą zarażony będzie; (NB. Skoro tylko ospiarńia ustanowiona i urządzona będzie, bardzo rzadko i tylko na niektórych ludziach, a to całę nie wielu, takie okażą się przypadki \*): bo każdy Człowiek z błędnej bojaźni, i sam się ospiarńi strzedz, i swoich od niej pilnie chronić będzie, aby się od ospic nie zaraził.) zaraz bez najmniejszej przewłoki czasu, iak powinność wymaga, z towarzystwa zdrowych wyłączony i do ospiarńi przeniesiony być powinien.

\*) Jeżeli się z lat dziesięciu, czas choroby ospianej ogółem w jedno obrachmie, najdluższy tylko rok jeden wyniesie, przez który czas ospiarńia od chorych znięta będzie: a w dziesięć

cin leciech liczba ospicowym morem zarażonych, 'od 20. tysiącey do 50. uczyni. Zgad można wiedzieć, iak małe będą koszty utrzymania ospiarńi.

5. W wielu gazetach i doniesieniach dla rozgłoszenia będzie umieszczono, i po całej ewego mieysca okoliczney krainie, przybią się publiczne affisze: że Człowiek imieniem i nazwiskiem N. z domu pod numerem N. z imieniem mieysca w Prowincyi N. ospą iest zarażony \*) i do ospiarńi miasta N, iak powinność wymaga, przeniesionym został.

\*) *Potrzeba dochodzić, od kogo się on zaraził, aby ten zarażający od zdrowych odłączonym, i w ospiarńi uzdrowionym być mógł.*

6. Skoro zamorowany do ospiarńi przychodzi tedy on naprzód wszystkie szaty swoje, w pobocznym domku złożyć, a zdrowe i chędogie odzienie, iako też czystą koszulę wdziać powinien. \*)

\*) *Naylepiej to iest, kiedy na ospę chorujący ludzie (których liczba bardzo iest mala, a najwięcej znanie się dzieci) nie swoje własne, ale ospiarńi przynależące odzienie, noszą. Jeżeliby zaś swoją odzież nosić mieli, tedy ją mają po uzdrowieniu na kilka tygodni przy ospiarńi zostawić, aby w przybocznym domku w tegim ługu i z mydłem, iak naystaranniej wyczyszczona i wymyta, i przez dni czternaście czyli dwie niedziele na otwarte powietrze wywieszona była.*

7. Zdięte szaty z chorego, mają być czyszczone, myte, kadzone, i na otwarte powietrze wywieszzone.

8. Chory doświadczny w ospiarńi, która pod dozorem rozumnego i arcy pocziwego Człowieka zostać, przy ustanowionych służebnikach i służebnicach, naylepszej, chędogiej i starannej posługi, pieczy, dozoru, i zupełney wygody co do odzienia i żywności, niemniej asyitency i wszelkiej pomocy lekarza i cyrulika, którzy przy ospiarńi będąc ustanowieni \*) naywyższy nad nią dozór mieć mają.

\*) *Jeżeliby który z chorniących, w inszym lekarzu albo cyruliku większe miał zaufanie, tedy go może do swoy pomocy zająć.*



9. Każdy chory w ospiarni wszystko darmo mieć powinien.

10. Kiedy kto ospę sobie albo swoim powinnowatym chce zarzucić, to czynić powinien w ospiarni: bo inaczej to się mu nie dozwoli.

11. Zadnemu, któryby ieszcz na ospę nie chorował, a z chorym w pokrewieństwie mieszkał, albo nie z nim koniecznego do rozmówienia się nie miał, niegodzi się do ospiarni wchodzić, ani nawet do przybożnego domu, iako i do ogrodu, a to w ten czas, kiedy są chorzy w ospiarni.

12. Rodzice mogą dzieciak swoich a przyjaciele przyjaciół swoich pilnować, skoro już sami ospę mieli, albo ją sobie wszczepić dopuścili, kiedy się poddadzą rozrzadzeniom micyca owego.

13. Zadnemu Człowiekowi niegodzi się do ospiarni wchodzić, ani żadnemu tam mieszkającemu wychodzić, bez wiedzy lekarza i wyraźnego o tém na piśmie świadectwa.

14. Wszyscy dla nawiedzania chorych do ospiarni przychodzący, mają te nawiedziny czynić w przytomności lekarza, cyrulika, lub dozorcey. Niepowinai się chorego dotykać, ani przy nim siadać. Nim do chorego wprowadzeni będą, wprzód izbiane powietrze ma być odmienione, aby świeżo i doskonale wyczyszczone było. Przy odejściu z ospiarni, nawiedzający powinien w przybożnym domu ręce i twarz czyisto pomyc, oraz usta wypiókać.

15. Lekarz i cyrulik ospiarni, którzy chorych dotykają się, muszą i będą powinni największy ostrożności przestrzegać.

16. Ustanowieni przy ospiarniach postugacze i postugaczki \*) iako też rodzice, którzy swoich dzieci, i przyjaciele, którzy swoich przyjaciół pilnują, cale niemoga a to ani na krok za ospiarnią wychodzić. Lecz kiedy za poświadczającym lekarza piśmie wychodzą, tedy muszą każdą razą, wprzód nieczyste swoje odzienie rzucić, a w wannie przybożnego domku cale ciało wy-

kapawszy, osobliwie włosy czysto wymywszy, chędogie-  
tami i niezarażonemi przywdziać się szatami.

\*) *Postugacze i postugaczki, tylko w ten czas będą postanowione, kiedy chorzy w ospie zmaydnią się; a ponieważ to się rzadko trafia, tedy się kosztą tem bardziej zmniejszają.*

17. We dwadzieścia, trzydzieści, albo czterdzieści dni, po pierwszym ospic wysypaniu, kiedy już one doskonale wygotone będą, i kiedy skóra tak po całym ciele, iako między włosami na głowie, bez ospic, parchow, i wrzodow zostanie; tedy za świadectwem lekarza ozdrowiały z ospiarni (naprzód w pobocznym domku od głowy aż do stop na całym ciele, niezaniebdając i włosów, iak naydoskonalej będąc wykąpany, wymyty i wyczyszczony, a swoim przy wyjściu zdigtem, a dopiero należycie wyczyszczonem odzieniem ubrany) do towarzysstwa zdrowych przeniesiony zostanie; co natychmiast przez gazetę do publiczney wiadomości podano będzie.

18. W dziesięć dni po wyjściu z ospiarni (kiedy już nie bardzo wiele, iak się rzekło, chorych do ospiarni przychodzić będzie) z ospy ozdrowiały, do kościoła przywiedziony być może, a świątnica zabrani od śpiewania ludu: *Boga cię chwalemy amen!*

(*Przypisek. Jedyny zarzut przeciwko rychlemu wyrugowaniu moru ospicowego jest następujący. „Choćby wiadnem mi-  
„ście albo jednym jakim kraim mor ospicowy był wyrugo-  
„wany; tedy jednak nie można ubezpieczyć się, aby się  
„od wazey albo ludzi z innego kraim przychodzących,  
„niezarazić: a ieszcz daleko niebezpieczniej, po inszych  
„kraimach, gdzie ospa wyrugowana nie jest, lecz bardzo  
„czesto tu i owdzis panuje, podróz odprawować. Zgad-  
„się tedy wnosi, że naprzód jest koniecznie potrzebne zgo-  
„dzenie się wszystkich Navodow, a osobliwie polorowney  
„Europy, aby wszędy ospiarnie wybudować, i zewsząd  
„w jednym razie mor ospiany wyrugować. „Ale to  
„wszystko jest błędne, i pokaznie, iak to ieszcz ludzie nie-  
„szczestliwi, kiedy żadney wiary w rozumie, prawdzie, i  
„eności innych niepokładają. Ospic wyrugować, albo roz-  
„dzay ludzki od jedney z wappierwszych, naywiększych, i  
„naystraszliwszych plag uwolnić, jest bez wątpienia pier-  
„wszem i błogosławionem przedsięwzięciem rodu ludzkiego.*



90. Każdemu to własny pokazanie rozum. Sztuka drukarska, pierwszy ten wielki a błogosławieństwa pełny wynalazek Człowieka, nagle prawie jak błyskawica rozszalał się po całej Europie, mimo przeszkody ciemnych czasów, kiedy nawet ludzie zabobniwi, Jana Fausta, i z tego bibliami drukowawcami, spalić chcieli. Tak pragnęło plemię ludzkie do światła, iak rośliny i wszystko co żyje do niego pragnie. Na koniec w roku 1457. po licznych probach sztuka drukarska właściwie poznana była, i zaraz w pierwszych 20. latach do wydoskonalenia się dążąca Europa, inż od Beltu aż do Taju prasy drukarskie miała. Równie prędko, a podobno i szczerze przedzą będzie miata ospiaranie. (W ciemnych czasach trzynastego wieku, miała Europa 19000. sama Francya w roku 1222. więcej iak dwa tysiące domow dla chorych i szpitalow dla trędowatych u siebie liczyła, aż sakaraadny trąd, który z krajow wschodnich przez Krucjaty po całej roznieiony był Europie, powoli przez to wygubionym został.) Skoro tylko jedna ospiarnia wybudowana będzie, a do tego stosowne poprawnicze urządzenia, w iedney Prowincyi, albo tylko w iednym wieście czynią się; tedy wnet drukiem wiadomość rozszala się po całej Europie, za czem wiele a prawie wszystkie podydż Narody, a tak w dziesięciu, a naydalej 20. latach ospiany mór zaginie. Narodzić ludzki! zapewne się to wiaści.)

306. Tak miłe dziatki, tak łatwym sposobem i przez to nie trudne rozrządzenie, będzie naystraszniejsza choroba, która wędzę i zgubę na rodzaj ludzki sprowadza, łatwo wyrugowana. Cieszcie się ze miłą, moi najmilsi, w 10. a naydalej w 20. latach mór ospiany wygładzony zostanie. Czy nie mogłoby się to prędzey uskutecznić?

Owżem! w kilku latach mór ospiany będzie wygubiony, iciełi tylko ludzie, iak ich jest powinnością, szczerze postanowią wszystkie rozrządzenia ku temu uczynić, i skóro, co jest koniecznie potrzebne, ospiaranie wystawią.

(Przypisek. Wygubiono mór ospiany w wielu Prowincjach Luizyany i Chyli. W północney Ameryce na wyspie Rohd-Island, która jest bardzo ludna (14. mil Angielskich dłu-ga a 7. szeroka i wielki handel prowadzi) wszyscy ludzie, którzy od moru ospianego bywają zarażeni (rami szczerpienie ospy zabronione) przeniosę się wiaści na iedną

niewielką przyległą wyspę, Coasters Harbour, i do piąty tam zstąpią, aż wszelkie niebezpieczeństwo zarażenia się zniknie. Doktor Waterhouse mówi o tem ustanowieniu, którego przyczyną jest botażki tej choroby, że lud z u-kontentowaniem ono dopelnia. Podobno rozumiał ci-„ dzoziemiec, że niemogłoby to być tak sumienne do-„ pełnionem, bez przynaglenia ludu do czynienia tego, a-„ le tam zdarzenia takowe nietrasiają się. Bo to iedno-„ stajne ludu i zwierzchności zgodzenie się, daie temu u-„ rządzeniu pożądaný skutek, że się to bardziey wyjdzie-„ bydż ludu wyuczaiem, niż nakazem prawa. „ Owżem Narod Hotentotow, od niektórych zgodowiskow śmiejanym wyobrazony, w roku 1748. pierwszy raz mór ospiany do swego kraju matkę wnieiony, który tam niewypowiedziane giasowo, oddzielił watem wartami obfudzoným choro-„ od zdrowych, i tak zapobiegł dalszemu szerzeniu się zara-„ zazy. A wyż to Europejczycy będziemy nasz rozum i-„ znanność posiadac cale ich niezwywaic? Myżto Euro-„ pejczycy mamy byćle posledniejszymi od Hottentotow?

Myślicz zaś aby ospice, iedną z nader wielkich i cale niepotrzebnych chorob wszystkich wiaści, nie tylko byłoby niepodobna do wykonania, ale też przy wszczepieniu niezmiernie liczba ospiarń byłaby potrzebna, którychby nieskończenie lepiej i łatwiej do całkowitego ospy wyrugowania użyto. Czytany propozycye do wykonania latwe względem całkowitego ospy wygładzenia przez Pufendorfa w Bonuswiku 1792. i Skuderowe podania względem wyniszczenia ospic dzietu-„ nych oraz innych morow zarażliwych, tłumaczone przez Lenza z przedmową Zalcmana, in 8. Schneppenthal. 1794.

307. Odry takoz wedle wszelkiego do prawdy podobieństwa z Afryki pochodzą, i one przed tysiącem lat z ospicami do Europy były przymiesione. Są one również iak mór i ospice ztem cale niepotrzebnem, i dostają się iedynie tylko przez zarażenie. Jest to zła choroba i wielu ludzi zabija. Roku 1751. w Berlinie przez 18. tygodni 523. ludzi z odry umarło. Azaliż by nie należało i odry wyrugować?

Tak jest, możnaby odry, podobnym sposobem i przez podobne urządzenia iak i ospice wygładzić, a tego wykonanie należy do powinności Człowieka.

(Przypisek. Słowem, mogłyby liczne choroby i zarazy, które po większej części przez zarażenie, po całych obłokach,



Prowincyach i Narodach, nędzę i śmierć rozsiewają, przy porządku, ośzczędności i ostrożności bydy przytłumione, pohamowane, a z czasem wygubione.

## XXVII.

## o Biegunce.

399. Czy biegunka jest złą i niebezpieczną chorobą?

Tak jest, bardzo to zła choroba, i łatwo można z niej umrzeć, jeżeli Człowiek w ten czas dobrze sobie nie postąpi.

400. Czy pochodzi biegunka od dojrzałego owocu?  
Nie, dojrzały owoc często broi od biegunki.

(Przypisek. Dzieci niepowinny być jeść żadnych niedojrzałych owoców, a nawet dojrzałych zbyt wiele iadać nie mają.)

401. Jakże się można ustrzedz biegunki?

Kiedy się Człowiek nawet latem od rozpalenia chręsti, a osobliwie brzuch ciepło konserwuje, kiedy dojrzałych i słodkich owoców a mianowicie winnych gron i dobrych potraw używa.

\*) W gorące lato i we dni jesienne, często bywają wieczory chłodne, wilgotne i wietrzne, tedy się Człowiek łatwo rozgrzewa i zanębia, a tym samym zakłada fundament do febry i biegunek.

402. Coż więcej trzeba zachować?

Świeże i nowe żyto, nie wprzód będzie do pieczenia chleba wzięte, aż dobrze dojrzałe i suche; z takiego żyta chleb powinien być dobrze wypieczony, którego za świeżo wiele jeść niepotrzeba. Niemniej są szkodliwe świeże i niedojrzałe kartofle, iako i arzymuż, które często od rdzy i robactwa zplugawione bywają: a przeto nim do użycia przyjdą, wprzód je trzeba iak najsłabliwiej wyczyścić,

403. Przy

403. Przy biegunce bywają często ostre, żółcyste, zgnite nieczystości w żołądku i kiszkach zawarte: czy godzi się tedy biegunkę zastanawiać, a zgnilizny i nieczystości częstokroć od teyże choroby pochodzące w żołądku i kiszkach zatrzymywać?

Nie, niegodzi się zastanawiać biegunki, bo łatwo można z tego umrzeć. Lecz potrzeba nieczystości, które zwyczajnie gruntem wzmienioney choroby bywają, przez wómity albo laxacyą starać się wygnać, a to na samym początku biegunki.

404. Czegoż w ten czas czynić nie należy?

Niegodzi się ikopową tłustością, oliwą, korzeniami, pieprzem, dryakwią, winem albo gorsalką, biegunki zastanawiać, inaczej prędko można życie postradać.

405. Coż jeszcze więcej przy biegunce, gdyż ona często bywa zaraźliwą, zachować trzeba?

Trzeba zachować wielkie ośzczędstwo; powietrze w izbie chorego nie może być i czyste trzymać; a nieczystości od chorych zawżę z izby wyprątnawszy do głębokiego dołu wrzucać, i ziemią zalpywać.

406. Czy trzeba w biegunce zażywać lekarza?

Przy każdej chorobie lekarza używać potrzeba, a zatem i przy biegunce, która jest bardzo niebezpieczną chorobą. (Obacz Zerrennera Xiege dla Pospólstwa Część 2. karta 212.)

## XXVIII.

## o Zachowaniu się po chorobie.

407. Jakże się należy po wytrzymanych ciężkich chorobach zachować?

Trzeba się bardzo porządnie i pomiarkowanie w łożeniu i piciu zachować, lekkich i posilających po-



traw zażywać i nie trzeba się zaraz na powietrze i na wiatr wystawiać.

408. Czy można wnet po ciężkiej chorobie iść się ciężkich robot?

Nie, wprzód należy siły swoje odzyskać, niż się robotą zajmować.



## XXIX.

## o Urządzeniu, czyli instytucie względem chorych.

409. Kochane dziatki! kiedy się uważy, że tak niezliczona mnogość ludu, nie błogo i nie szczęśliwie, lecz w chorobach i nędzy biedzi się; i że ci bez liczby chorzy i nieszczęśliwi ludzie, nie pracować, ani też do własnego i swoich bliźnich prawdziwego powodzenia, nie dopomóc nie mogą; ale jeszcze potrzeba, ażeby u nich pracowano, a bliźniemu nie mało kłopotu bied i nędzy przyczyniają; tedy wyznać potrzeba, że choroby równie dla mnóstwa chorujących, iako i dla całego plemienia ludzkiego są złem jednem z największych, i też jedną z największych przeszkodą ludzkiej szczęśliwości. Jakżeby w tem ludzie dopomóc sobie mogli?

Przez następujące sposoby:

1. Aby wszyscy ludzie a osobliwie dzieci, względem przyrodzenia ciała ludzkiego, i względem zachowania zdrowia informowani byli, i żeby tak zdrowie ludzkie zachowywali, i wszelkich, ile możności, chorób wystrzegali się.

2. Żeby wszyscy chorzy, najlepszą postugę wygość, troskliwą asystencyą i wszelką pomoc lekarza i cyrulika mieli.

## o Urządzeniu, czyli instytucie &amp;c.

410. Ażali wszyscy chorzy otrzymują potrzebną pomoc i postugę?

Nie, mało tylko chorych oney dostępuje.

411. Cóż są za przyczyny, że tak wielu ludziom na potrzebnej pomocy i usługę zbywa?

Nieumiejętność, ubóstwo i nędza tak wielu ludzi, liche i nie zdrowe pomieszkania, niedostatek czystego powietrza, nieochędośćwo, liche i niezdrowe pościele, do tego, że tak wielka liczba chorych najczęściej jest w ubóstwie, i lekarza, cyrulika iako też i lekarstw opłacić nie może.

412. Prawdę mówicie kochane dziatki; przez te okoliczności, nie tylko bywają choroby bardzo niebezpieczne i śmiertelne, a wielką nędzę na chorego i ubogą familią sprowadzającą, która pracą rąk jego żywiona byta; lecz też one staną się zaraziwemi, a nędza choroby na rodzaj ludzki sprowadzająca, dosięgnie najwyższego stopnia. Jest to prawda, że ludzie przez informowanie się względem potrzebnej w chorobie postugi i wygoody mogliby być nauczeni, a przeto iakby się ratować mieli, wspomóceni, iednakże wszyscy chorzy, nie mogą sobie dopomóc, i wielu znajdzie się ubogich, którym na potrzebnej pomocy i postudze lekarza zbywać będzie. Cóżby tedy ludzie czynić mieli, dla dobra chorych współ-braci swoich?

Mieliby ( szpitale, albo ) domy dla chorych wystawić, i o to się starać, aby ubodzy a chorzy ludzie, albo w tych domach ( szpitalnych, ) albo we własnych pomieszkaniach swoich, najlepszą wygość i postugę, a następnie wszelką pomoc i asystencyę cale rozumnego i poczciwego lekarza i cyrulika darmo \*) albo za bardzo małe pieniądze dostawali.

\*) Res sacra est miser.

413. Przecóżby to ludzie czynić mieli?

Do to jest ich powinnością. \*)



\* ) Tak jest ludzkie jest to waszą powinnością, ubogim, chorym, i nieszczęśliwym współ-braciom waszym, kościoły budować. Jesteśmy wszyscy spolem dziećmi nnydobrotliwszego Boga, który miłość za nstawę położył, a przeto kościoł dla braci waszych zbudowany, będzie swąjnącą Najwyższego.

414. Cóż za pożytki mają te rozporządzenia?

Przez takie rozporządzenia względem chorych, bardzo się zmniejszyłę ugdze ludzkie, a szczęśliwość ich daleko się bardziej pomnoży.

## D O D A T E K.

Względem następujących punktów naypryncypalnief dzieci oświecać potrzeba z Bekerowey poradney i pomocniczey Xiąski.

1. Co czynić potrzeba, żeby przy śmiertelnych na pozor przypadkach, ludzie posłać trupa maizcy, żywi pogrzebionemi nie byli, Rozdział 41. 44. karta 13. 31.
2. Względem trucizn Rozdział 5, 9. karta 83, 100.
3. O owocach i onych pożytku Rozdział 10. karta 100. 108.
4. O właściwościach ciała ludzkiego, i sposobach przedłużenia życia, Rozdział 39. 40. karta 307. 331.
5. Co czynić potrzeba dla poratowania niewinnych, Rozdział 45, 48. karta 331. 350.
6. O piorunach Rozdział 52. karta 375. 381: oraz z Xięgi Zeyszerowey od 410. aż do 431. karty.

J. HUNTER, the natural history of the human teeth. Lond 1771.

Czytay Sommerringa naukę o kościach kar: 69. i od 192. strony aż do 223.

### A. Zęby mleczne.

1 2 3 4 5



Każdy z tych czterech rzędów zębowych wyobraża podług różnego życia wieku, czwartą część zębów. Mianowicie: każdy ząb ma fobis, odpowiadający ząb drugi w szczękę przeciwnę ( na przykład 2. zęby kłowe ) a przeto w obojey szczękę są dwie pary, albo cztery równe zęby, ( up. 4. zęby kłowe. 4. zęby pod liczbą 3. albo III.



I II III IV V VI VII VIII

### B. Zęby dożywotne.

Zęby przez ilość i moc swoją oznaczają wymiar żywienia ciała przez mocne i tegie potrawy, a poczęści też zdrowie i siłę Człowieka. W dzieciennym i młodzieńczym wieku są do lat męzkich, tak względem liczby jako i mocy zębów dzieją się nayznakomitsze odmiany; i do tego rozporządzenia Boskiego w naturze, miałyby się stosować edukacya Człowieka.

Pierwszy rząd jest zębów dzieciennych ( 4ta część ); wtórtly chłopięcych i dziewięcych; trzeci młodzieńca i panny; czwarty dojrzałego męża i niewiały.

( 1 ), II ( 2 ), są dwa przedne, III ( 3 ), kłowe albo oczne, a IV ( 4 ), V ( 5 ), VI, VII, VIII. trzonowe zęby, których, na każdej ze czterech stron mają pięć, dziećci dwa miewa.



I. Płód (od zdrowych Rodziców zplodzony)

II. *Karmiątko czyli niemowlę.*

a) Wydobywanie się mlecznych zębów w obojczy szczęce.

Mieiąc	Z. M.	1	2	3	4	5	
8	2	2	-	-	-	-	
10	4	4	-	-	-	-	III. Dzięciątko.
12	8	4	4	-	-	-	
16	12	4	4	-	4	-	
20	16	4	4	4	4	-	
24	20	4	4	4	4	4	

b) Zęby mleczne zupełne w obu szczękach.

Lata	Z. M.	1	2	3	4	5	
od 3 do 7	20	4	4	4	4	4	IV. Dzieciąg.

c) Wypadnienie mlecznych zębów, i wydobyć się dożywotnych w obu szczękach.

Lata	Z. M.	z.doż	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI	XII	V. Uczeń.
7	18	4	2	4	4	4	4	-	-	-	-	-	-	-	4
8	14	8	-	2	4	4	4	4	-	-	-	-	-	-	4
9	10	12	-	-	4	2	4	4	4	-	-	-	-	-	4
10	6	16	-	-	4	-	2	4	4	-	4	-	-	-	4
11	2	20	-	-	2	-	-	4	4	-	4	4	-	-	4
12	-	24	-	-	-	-	-	4	4	4	4	4	4	-	4

d) Zęby dożywotne w obojczy szczęce.

Lata	z.doż	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI	XII	VI. Chłopię i dziewczę.
od 12 aż do 16 ał bo 18	24	4	4	4	4	4	4	-	-	-	-	-	-	VII. Młodzieńce i dziećwka.
od 16 ał bo 18 aż do 20 ał	28	4	4	4	4	4	4	4	-	-	-	-	-	VIII. Mąż i Niewiasta
od 20 ał bo 24 aż do staro:	32	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	

IX. Starość lub szędziwość X. śmierć.

*Czytaj moją Księgę o Peryodach życia Człowieczego. w Berlinie 1794.*

## XXX.

o *Zupełności zdrowia.*

Zdrowie Człowieka będzie doskonałe:

Kiedy zdrowi, ze zdrowych rodziców spłodzeni ludzie, ze zdrowymi tylko, a nie ułomnych rodziców pochodzącymi małżeńskim związkiem połączeni, nowemu zdrowych ludzi pokoleniu życie dadzą. Rodzić się ze zdrowych rodziców, jest najpierwszem, najważniejszym i najpotrzebniejszym żądaniem, dla osiągnięcia zdrowia do późney starości trwać mogącego. \*)

\*) Doktor Benjamin Rush, potwierdza tę prawdę.

Kiedy karmiątko i niemowlę, miłości i pieczy rozumney matki w najwyższym stopniu doświadczać będzie; kiedy także dzieci bez różnicy płci w sukienkę dzieciinną ubrane, w towarzystwie z dziećmi na wolnem powietrzu żyć będą; a ciało przez agitacyą, duszę przez doświadczenie zmysłowe kształcone zostaną;

To drugi główny warunek do zdrowia i długotrwałego życia.

Kiedy ciało po 12. latach, albo po zębów arzuconiu, przez ćwiczenie i gry korporalne wzmacniane i doskonałone będzie: a to jest do zdrowia równie potrzebne iak i pożyteczne.

Kiedy ludzie przez całe życie swoje wolnem i czystem powietrzem oddychają, zimną i czystą wodę piją, prostych a dobrych potraw, mocnymi zębami na mięką pamulę (papę) zżuwają, używają, myją się; kąpią i ochłodstwo chowają.

Y kiedy nadto ięszcze grubą, dzikie choroby i febrory okazjonalnie wydającą ziemię uprawią na ogród rodzayny, oraz kiedy rozumnie, cnotliwie i szczęśliwie w pokoju i miłości żyć będą; w ten czas dopiero zdrowie i pomyslność Człowieka staną się doskonałemi.



Do czego potrzebne jest ieszcze moru ospianego wy-  
korzenienie.

Day Boże, aby ta Xiątka zdrowie i szczęśliwość  
ludzi pomnożyła, day to najfaskawszy Panie.

Kogo natura słaba o łożu uderzy:

Na kogo się śmierć blada rękoma zamierzy:

Komu febra wydziera gwałtem zdrowie błogie:

Komu gorąca siarką pali członki drogic:

Kogo powódź zalewa, i wnetrności topi:

Komu krew zepsowana koralsni twarz skropi:

Kogo złotem niebieska tęcza ufarbuie:

Kogo zbyt i słodka swawola nadpłnie:

Naydzieś niewyłą pomor, naydzieś tu ochłodę,

Któraś przedłuży wieku, okraśi urodę.

Tylko w nadzieię środkow nie psuy zdrowia marnie,

Bo za jedną chorobą śląc się ich wgarnie.

A jako rdzę z żelaza z trudnością wyprawi;

Tak się też kto raz skazi, nie rychto naprawi.

Przeto, jeśli chcesz zdrów bydź, poki nici Kłoto

Nie ucznie: miej tę Xiątkę za przednieysze złoto.

A kto pilnie ratuje zdrowia ulomnego;

Polpolicie dosięga wieku stuletniego.

Jan Achacy Kmita do Czytelnika w Zielniku Sy-  
mona Syreniusza.

## REGISTR

### ROZDZIAŁ PIERWSZY

#### o Zdrowiu.

	na karcie
I. o Zdrowiu, jego wartości i o powinno- ściach utrzymania onego, i aby ludzi, osobliwie dzieci w tem oświecać	11
II. o Trwałości życia i znakach zdrowia.	15
III. o Właściach ciała ludzkiego	17
IV. o Pilnowaniu i wygodzie małych dzie- ci	19
V. o Fizyczem wychowaniu dzieci	24
VI. o Ubiorze dzieci	27
VII. o Powietrzu	33
VIII. o Oczędóstwie, kąpaniu się i myciu	36
IX. o Pokarmach	40
X. o Napoiach	45
XI. o Winie	47
XII. o Gorzałce	48
XIII. o Tabace	50
XIV. o Agitacyi i spoczynku	51
XV. o Spaniu	53



XVI. o Pomieszkaniu Człowieka - - -	56
XVII. o Zbytecznem rozgrzaniu Śc i ozię- bieniu - - - - -	58
XVIII. o Utrzymaniu pojedynczych części ciała ludzkiego - - - - -	60
XIX. o Piękności i doskonałości ciała lu- dzkiego - - - - -	64

## R O Z D Z I A Ł D R U G I

## o Chorobach.

XX. o Chorobach, lekarzach i lekarstwach.	66.
XXI. o Zachowaniu się w chorobach, osobli- wie w gorączkach i febrach (zimnicach)	71
XXII. o Chorobach osobliwych miejscami lub powszechnie panujących - - -	78
XXIII. o Zараźliwych chorobach - - -	80
XXIV. o Oспиe - - - - -	82
XXV. o Odrach - - - - -	85
XXVI. o Zupełnem ospie, i odr wygubieniu	86
XXVII. o Bieguncie - - - - -	96
XXVIII. o Zachowaniu się po chorobie -	97
XXIX. o Urządzeniu czyli instytucie wzglę- dem chorych - - - - -	98
XXX. o Zupełności zdrowia - - - -	103

Czyni się wiadomo; że Tłumacz tej Książki oprócz tego wydał *Xięgę Polską*, która w sobie zawiera zbiór różnych ciekawych kawałków, znajduje się też przytym nowy *Słownik Polsko-Niemiecki i krótka Grammatyka* dla uczących się Polskiego lub Niemieckiego języka; cena iey jest 3. Złote Pruskie i można ją dostać do kupienia w Lipsku u Pana Hoffmana, a w Królewc u Pana Hartunga. Jey Niemiecki tytuł jest: *Polnisches Lesebuch, Lexicon und Sprachlehre von C. C. Mronovius. Königsberg und Leipzig 1794.*



\*\*\*\*\*

## Approbacya Zwierzchności.

\*\*\*\*\*

**R**UKOPISMO pod tytułem: *Katechizm Zdrowia z pilnością czytalem.* Nic w nim nie upatrzyłem, coby świętości Religii i nieskazitelności Obyczajów ubliżyć mogło. Owszem przekonany jestem, iż z wielkim społeczeństwa ludzkiego pożytkiem wydane na światło publiczne będzie.

w Warszawie dnia 9. Września 1795.

X. JAN ALBERTRANDI,

*S. Theol. i Prawa Kościelnego Doktor, Proboszcz  
Warszawski, Kanonik Metrop. Gnieźnień.  
Przełożony Księgarni Królewskiej, Ofic.  
Gen. Adm. Warsz. Zastępujący, K. O. S. S.*

\*\*\*\*\*

## REGESTR

\*\*\*\*\*

*Niektórych Ksiąg do uczenia się Języków Polskiego, Niemieckiego, Francuzkiego i Włoskiego, do Rachunków i pisania znajdujących się u mnie.*

\*\*\*\*\*

- S**posob uczący sylabizowania i czytania po Polsku i po Niemiecku dla Młodzieży Katolickiej 8. w opr. zł. 1
- Sposob uczący sylabizowania i czytania po Polsku i po Niemiecku dla Młodzieży Ewangelickiej 8. w opr. zł. 1
- Nouveau Syllabaire françois & allemand 8. rel. fl. 1
- Nowa Książeczka do sylabizowania i czytania po Polsku i po Francuzku 8. w opr. zł. 1
- Rozmowy bardzo łatwe dla chcących się uczyć Polskiego i Niemieckiego języka, 8. alla rust. zł. 1 gr. 15
- Rozmowy bardzo łatwe dla chcących się uczyć Polskiego i Francuzkiego języka, 8. alla rust. zł. 1 gr. 15
- Nowy sposob uczenia łatwego języka łacińskiego ofiarowany Rycerskiej Szkole Ichmościow Panow Kadetow przez Faokowicz, po Polsku i po łacinie, po Polsku i po francuzku 8. w Warsz. zł. 3
- Krótki Zbiór Grammatyki francuzkiej Pana Wailly, przez X. Kajejana Kamińskiego S. P. po Polsku i po francuzku 8. w Warszaw. 792 alla rust. na kleiowym pap. zł. 5
- na ordynar. pap. zł. 4 gr. 15
- Zebrańie krótkie słów francuzkich i polskich z ich Konjugacyami i Deklinacyami w porządku należytem ułożonemi wielce służących do nauki języka francuzkiego wydanych in 8. w Warszaw, 766 zł. 2 gr. 15
- Grammatyka albo krótki i łatwy sposob nauceńia się języka Włoskiego 8. w Warszaw. 782 alla rust. na kleiowym pap. zł. 3
- na wodnym pap. zł. 2 gr. 15
- Zebrańie krótkie wszystkich Nauk ku pożytkowi młodzi; po Polsku i po francuzku, edycya czwarta, 8. w Warzsa. 787 alla rust. zł. 2 gr. 15
- Dykeyonarz, nowy Polski, francuzki i niemiecki 8. w Warz. 793 alla rust. na dobrym pap. zł. 7 gr. 15
- na ordynar. pap. 6 gr. 15
- Słownik Mytologiczny, czyli Historia Bogow baieczna, przez Abecadło rozporządzone, służąca do zrozumienia Wierszopisow, Ksiąg dawnych, sztuk Malarskich i Snycerskich, ozdob Pałacowych, Ogrodowych, Teatralnych, Nadgrobków, Numismatow, allegorycznych dykursow, konceptow &c.

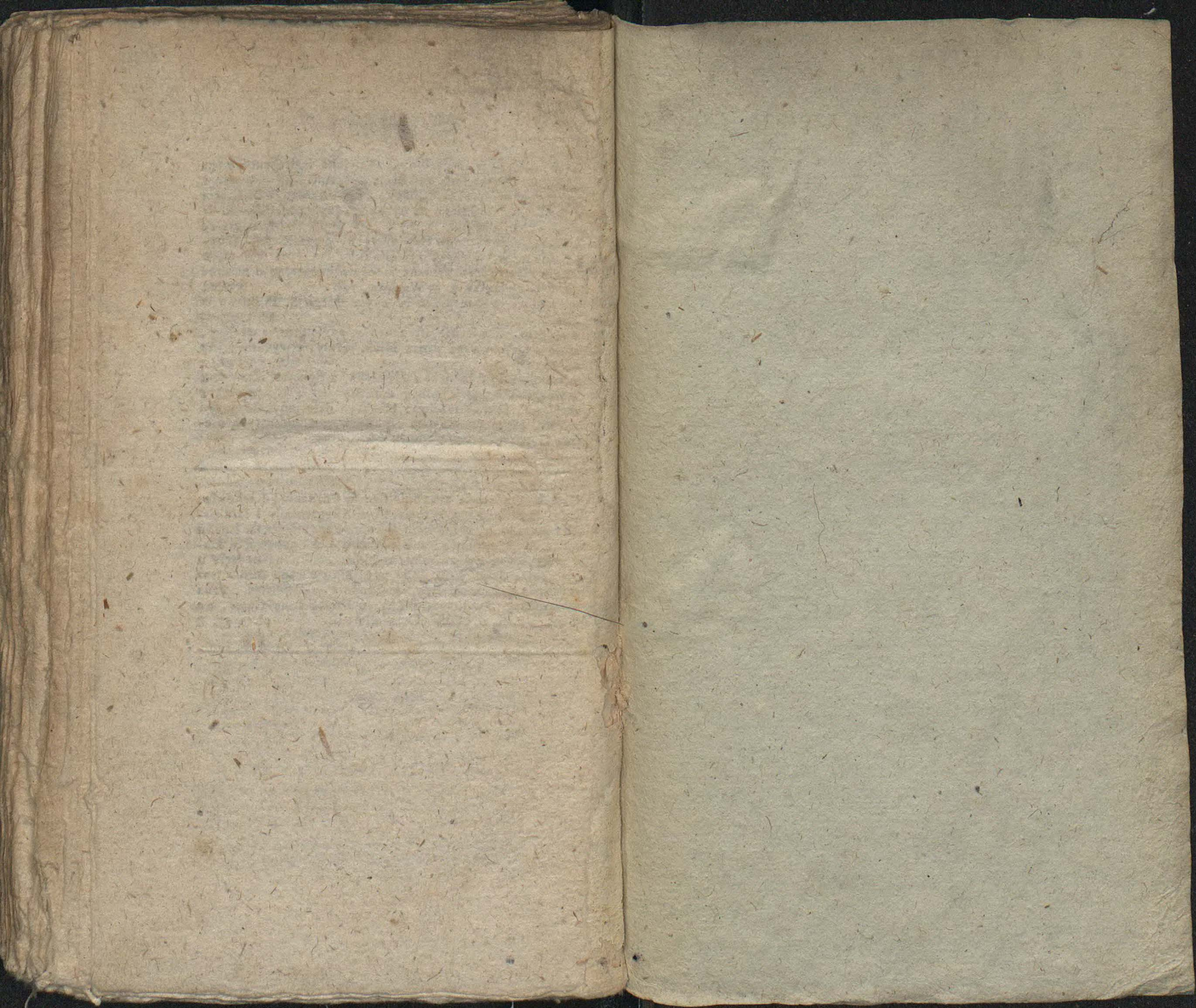


napisana po francuzku od P. Chompré, a w polskim języku  
 przełożona od X. Dominika Szybińskiego S. P. Edycya pol-  
 ska druga, powiększona i dokładniejsza 8. w Warz. 784  
 alla rust. 21. 5  
 Cnapii Gregorii, Thesaurus Latino-Polonicus-Germanicus nor-  
 vo synonymorum & phrasum Poeticarum apparatus auctus, nec  
 non innumeris Latinis Polonicis ac Germanicis vocabulis lo-  
 cupletatus, per Admodum R. P. Paulum Kollacz. 4. Varfav.  
 730  
 Arytmetyka podług reguł Pana Hedricha 8. alla rust. 21. 2 gr. 15  
 Rady zdrowe dla młodzieży, 8. w Warzaw. alla rust. 21. 1  
 Geografia powszechna czełow terażniejszych, albo opisanie  
 krótkie Kraiow całego świata, przez X. Kar. Wyrwicza 8. w  
 Warzaw. alla rust. 21. 5  
 Bajki wybrane Ezopa Egiptczyka, a naukami moralnemi i wie-  
 szykami; tudzież nayspikajniejsze biesieczki Fedra i Euphila,  
 po polsku, po francuzku i po niemiecku, 8. w Warz. pod  
 Prusą.  
 Cornelius Nepos de Vitis excellentium Imperatorum juxta Exem-  
 plar emendatum 8. Varfav. alla rust. 21. 1 gr. 15  
 Autopii Breviarium historię romanę ad Valentem Augustum ab  
 Urbe condita usque ad illius & fratris Valentini tempora de-  
 ductum juxta exemplar Emendatum 8. Varfavix 777 alla  
 rust. 21. 1  
 Klaudyusza Klaudyana o porwaniu Prozerpiny, Księg III. 8. 800  
 przekładana Jedr. Wincent. z Unichowa Ustrzyckiego 8. w  
 Warz 779 alla rust. 21. 2 gr. 15  
 Persius Flacus, dowcipny Wierszopis Rzymski, z łacińskiego na  
 Wiersz polski przez M. Marc. Stożkowicza przełożony, 8.  
 w Warzaw. 771 alla rust. 21. 1  
 Petroniusz T. Arbitra, Farsalia, albo Wiersz o wojnie domo-  
 wej między Pompeuszem i Cezarem, przełóm. przez S. E.  
 Minsłowicza. 8. alla rust. 21. 1 gr. 15  
 Projekt o rozrządzeniu i wydoskonaleniu Edukacyi Obywa-  
 skiej, Prześwietnay Komisysy Edukacyi Narodowej,  
 Marca 1774 podany, 8. w Warzaw. 775 alla rust. 21. 2 gr. 15  
 Edukacya Obywatelska, przez X. Kamińskiego 8. w Warzaw.  
 777. alla rust. 21.  
 Historia: krótki zbiór Historji Greckiej od czasow barbarzyń-  
 skich, aż do podbicia Grecyi w Prowincyą Rzymską, dzieł  
 10, 2 Tomy 8. w Warzaw. 77 alla rust. 21. 9  
 Manualik poczciwego Człowieka, czyli Moxymy potrzebne do  
 wszystkich, Kraiach i czasach, 8. w Warz. 774 po polsku  
 i po wlofsku alla rust. 21. 2 gr. 15  
 Pamiętnik moralny z różnych polskich Autorow zebrany, przez  
 A. Gawłowskię 8. w Warzaw. 732 alla rust. 21. 2

kulacya, albo ospy szczepienie, ułatwione i matkom samym  
 econe, przez Pana Jerz. Eilsana 8. alla rust. 21. 1  
 Ta przeciwko ospie dziecinney, za rozkazem J. O. Xiecia  
 i Stan. Lubomirskiego na oyczyty język przełóm. 8. w  
 Warzaw. 1774 alla rust. 21. 1 gr. 15  
 albo Księga Psalmow Dawidowych, przez X. Jak. Wuy-  
 wydane 8. w Warzaw. 777 alla rust. 21. 2  
 Biologia albo krótko zebrene lekcye elementarne o naturze  
 własnościach Duszy 8. w Warzaw. 786 gr. 24  
 zryty nowe polskie przez X. Szybińskiego S. P. pisane w  
 kartach 21. 1 gr. 15  
 we polskie, niemieckie, francuzkie, angielskie, i wlofskie,  
 pisane i sarychowane przez Mich. Keyla, i wydane przez  
 ich. Gröla 21. 4  
 nentarz polski, francuzki i niemiecki, z figurami illum. 8  
 w Lwowie 795 w ładney oprawie 21. 5  
 netyka X. Skaradkiewicza, Magazyn dziecinny, Magazyn  
 iehiki, Magazyn dla dam dorosłych, i Grammatyka nie-  
 ecka Gottzeyda będą znowu drukowane

echim zdrowia znajduie się: w Poznaniu, Krakowie,  
 , Krolewcu i w Wrocławiu w Księgarniach i Drukar-  
 amecznych, w Lublinie u Kupca Pana Majera, w Lucku  
 ca Pana Szedlaka, w Berdyczowie w Drukarni, w Du-  
 Drukarni Zydowskiej, w Nowogrodku na Poczcie u  
 Henzla Sekr. J. K. Mici. w Mińsku u Pana Bilbin, w  
 rowie u Pana Amieta, w Grodnie w Drukarni u Pana  
 wskiego, w Brześciu Litt. u Kupca Pana Gulse, we  
 u P. K. B. Pfaffa Cesa alla rust. 21. 1 gr. 8







2424/6  
Eid. Jas