

ÁNGLIAI ORSZÁGBAN

L É V Ó

SALERNITANA SCHOLANAK

JÓ EGÉSSÉGRŐL

VALÓ MEG-TARTÁSNAK
MODGYÁROL IROTT

K Ö N Y V E,

Mellyet a' Nemes, és Hires

ÁNGLIAI SALERNITANA SCHOLA

irt vólt régen Déák nyelven;

Azután pedig Magyarra fordittatott,
és Rythmulokba alkalmaztatott.

A JÓ-AKARÓ OLVASÓHOZ!

Jó akaró Olvasó! ha mi ollyat e' Munkámban látsz, a' mit vagy el-hagyatott dolgoknak, vagy többítésnek, vagy a' Deák szóknak természet-szerűen való fordítá' ellen valónak gondolnál: addig írástomat meg ne táfold, valameddig elmédben jól meg nem hányod, 's veted, vagy náladnál tudósabbaktól nem értekezel, mit sodás szók, imi okért tétetnek fel. Mert, a' miképpen azokat a' Tropusokat, Figurákat, (mellyeknek még sok részei vannak:) e' bölts Salernitana Schola bizonyos okokra nézve fel-tett; azért tettefel Munkájában, hogy, vagy ki nem sült volna külömben jól a' dolognak magyarázattya; vagy, a' meg-határozott tzelű verseknek summáját, az határon kívül való szókkal kellett volna ki-fejezni: és így, annak rende meg-bomlott volna. Így én-is, mivel a' meg-határozott mesterségű, és nem *Prosa*, (az az, szabadon tolytató.) hanem *Ligata* (az az, meg-kötetett, határozott:) Munkából, ugyan meg-határozottat fordítottam Magyar Rhythmusokra; lehetetlenség, hogy az együgyű

elme

elme mind helyes rendű magyarázatba
vehesse. Hanem valamit ebben nem ér-
teliz ha a' magad elméd felnem éri, tudakoz-
zál olyanoktól, a' kik tégedet ebben el-iga-
zithatnak. De mindenek felett, jól meg-
visgályad a' Distinctiókat, (Commákat,
Colonokat, Media-Nótákat, punctumokat
és Parenthésiseket:) mellyek tégedet e'for-
ditájomban való gyanós szóknak meg-ér-
tésére igen segitenek. Ha melly szókat
pedig olyanokat találsz, mellyek vagy
nem az helyes Magyarsági ki-nevezés
szerént valók, vagy a' meg-magyarázat-
ban hijánosnak, azokat tulajdonítsd a'
Rhythmusoknak meghatározott rendinek.
Te mindazáltal ha e' le iratott intésemet
visgálod, mind ezeknek értelmére
mehetiz, Légy egészségben.





AZ ELMÉNEK INDULATIROL.

És némelly summás orvoslásnak módgyáról, Az Orvos Doctlorok nélkül szükösöknek magok alkalmaztatásáról.

A' Nagy Angliának egyik fő Scholája,
Melly nevezet szerent volt *Salernitána*,
Kegyes Királynának *frását* ajánllya,
Hogy egészségének így legyen tartása:

Hogy ha egészséged tartani jóvallod,
Vagy tőled el-üzni önként nem akarod,
El-vesd te magadtól minden süllyos gondod:
Hidd-el hogy sokat árt szertelen haragod.

Mértékletesen ély boroddal, étkeddel,
Így léssen hasznosabb a' mit bé-vezsz, hidd-el:
Mihellyen ebédleszsz, járni, kelni kely-fel:
Ha szerét teheted, déli álmat hadgy-el.

A' vizeletedet nálad ne szorongasd:
A' meg-emészttett soká ne tartóztasd;
Ugy igyekezzél, hogy ezeket meg-tarthasd;
Hogy sok esztendőkre napjaidat nyujthasd.

Mikor Orvos Doctlor hozzád közel nintsen
Im ez három dolog neked Orvos léssen.
Élmed vidítsd: Tested nyugodalmat végyen:
Késő, 's idő előtt ebeted ne legyen.

II.

*Az Agyvelőnek meg-erősödéséről, és a' Szem vilg-
nak meg-újulásáról :*

Middőn reggel felkelsz hideg vízben mosdgyál;
Mentől hivesebb leszfz, szemednek ez használ;
Jó, ha ember akkor ide 's tova sétál,
'S tagjait terjesztve ha keveset járkál.

Hajad meg-fősülni akkor ne mülasd-el;
Fogaid meg-tisztítsd vízzel, vagy kezeddel;
Agyadnak veleje erősödik ezzel,
'S minden tagjaidnak használ bizony, hidd-el.

Middőn meg feredtél magad tartsd melegben,
Hogv-ha ebédeltél, állj, ne fül tsak helyben,
Vagy kitsinyt szellőzzél ott-kinn az hivesben;
Ne légyen változás belső részeidben.

Hogy a' jól nézésre szemed élesüllyen;
Szép tiszta kút-főbe gyakorta tekintsen;
Reggel az hegyekre tüggesztve nézellyen;
Este-felé pedig vizeket szemléllyen.

III.

Nappali, és déli álmról.

Négy ártalmi vannak a' déli álomnak;
Hát kevés időt hadgy, vagy semmit se annak.
E' nyavallyak abból mert reád támadnak:
Hideg, Keltség, Nátha, 's terhe Fő-fájásnak.

IV.

Az hasban meg-tartóztatott Szélről.

Az hasban meg-tartott koválygó dühös Szél,
Nagy nyavallyákat hoz, onnan ha ki nem kél;
Górtsót, Vízkörságot, Kolikasul a' bel,
'S az illy ember gyakran Fő-szédelgéstől fél.

V.

A' Vatsoráról.

Sok kiat lát a' gyomor, a' nagy vatsorától:
Nem nyúghatik annak mert teli voltától.
Hogy pedig könnyebb légy a' meg hujult haslól,
Meg-ódd éjtszakara magad dobzódástól.

VI.

*Az étel előtt való maga alkalmaztatásáról:
és ételnek, 's itálnak módgyáról.*

Valsmig nem érzed gyomrod üresülni:
Klőbbi ételtől éppen meg-tisztalni;
Mind addig se egyél: mert nem fog használni,
Ételre ha ételt gyomrodban mersz hánni.

Ételed' idejét ha tudni akarod,
Im e' két jelekből könnyen meg-tanulod:
Egygyik: ha az ételt felettéb kívánod:
Málik: hogy-ha szádban, igen hig a' nyálad.

VII.

*Az elvett meg-báborító, és meg-bámitó étkek-
nek el-változtatásáról. s a' Sajtrol.*

Alma, Baratzk, Körtvély, Tég, Sajt, és a' sós hús,
Szarvas hús, és Nyúl hús, ökör hús, ketske hús,
Fekete sárt szerzők, 's lélszíz *melancolicus*:
Mind ártanak ezek; beteg hát tollók fufe.

A' Sajt-is erejét hasadban úgy tartya,
Hogy a' több elődel emésztésre hajtya:
Azért szád meg-enni csak akkor jóvallya,
Mikor ötet néked a' fősvény kéz adgya.

VIII.

A' jó vért szerző eledetek.

Az ny Tyukmonyakkal a' piros bér hasznos:
Jobb az éték lév-is, melly nem igen zsiros:

A' fejér, és púha Semlye-is hathatóv;
Természet segítőik mindenik, bizonyos.

A' Papi reudeknek, 's elme fárasztóknak,
Ezek tartatnak ám enni hasznosbagnak;
Ha olly Tyukmonyakkal kedveznek hasfoknak,
Mellyek tiszták, hoszszak, 's láttzatnak ujagnak.

IX.

A' vastagon éltető, és bizlaló Eledelek.

Búza kenyér, új sajt, tej, hidgyed, kövérít;
Minden enni való állatok heréjít,
Disznó húst, agyvelőt, 's kontzokokak velejít
Egyél, 's édes borral gyújtst tested erejít.

A' gyönyörködtező kedves izh értek,
'S higan sült tyukmonyak téged kövérítnek,
A' jól meg-ért Fügék sem utólsók lésznek:
S új szőlő gerezdek; mind bizlalnak ezek.

X.

A' jó Bornak tulajdonsági.

Ezekből próbálhadd a' Bornak jószágát:
Elsőbbee: ha annak kedvelled illattyát,
Azután az izit: 's szemléld tisztaságát:
Szinéről-is érthedd annak ő mivóltát.

Hogy ha jó Bort kívánsz innya jó kedvedből;
Meg-ismérheted azt ilyen őt jelekből:
Kellemes illatról, erejek 's szinekről,
Hivességről, 's mikor töltöd fel-szőkésről.

XI.

Az édes, és fejer Bor.

Az édes, és fejer Borok ráplálóbbak,
Testedet tartani, hidgyed, azok jobbak,
Tagjaid az illytől lésznek zomok, jobbak,
Erőd ezzel épül, 's inaid gyorsabbak.

XII.

Piros Bor.

Ma piros Bort iszol felettébb 's gyskorts,
 Has puffadással leszsz annak az ártalma,
 Sőt ha tiszta vólt-is torkodnak az hangja,
 Rekedést ad néked; mert szód, meg-zavarja.

XIII.

Az balálos mérget el-űző Orvosságok.

Fokhagyma, és Rnts, Körtvély a' Retekkel,
 Méreg ellen valók, Dió-is, Terjékkel,
 Ki Fokhagymát eszik éhömra jó reggel,
 Nem veszti-meg gyomrát akármelly rosz vízzel.

Nem háborította-meg semmi hely változás,
 Az Aratóknál-is azért ez a' szokás,
 Hogy etkek gyskortább legyen jó fokhagymás,
 'S úgy leszsz bátorságosb a' déli nyugovás.

Mert midőn munkájok ntáon el-bagyadnak,
 Es lankadt testeiket adgyák az álomnak,
 Az ártalmas férgek nekik nem árthatnak,
 Ezek ellen akkor bátrabban nyughataak.

XIV.

A' bé-fzivandó és ki-botsátandó hig ég.

Mikoron az hig ég tiszta, és világos,
 Bé-szini mindennek akkor bátorságos,
 Es hogy ha meg-döglött párától nem dohos,
 Avagy árnyék széktől nem meg-veszett szagos.

XV.

A' felettébb való Bor ital.

Kftvéli Bor ital ha fájtattya fejed,
 'S roszszul vagy on attól mind az egész tested,
 Ez

Ez légyen orvosság néked attól, hidgyed;
Keggel ismét azzal áztassad a' béled.

XVI.

A' jobb Bor.

Mentől jobbibort iszol, attól leszsz jób véred;
Ha fekete, attól rejt leszzen a' tested;
Tiszta, vékony 's nem uj, kit kíváunyon inyed,
Állapodott, 's szőke, 's vízzel elegyítsed.

XVII.

A' Serről.

Ne légyen Szerd-is iziben etzetes,
Zavaros, se sbrú: mert ez nem kellemes,
Húzából légyen főtt, 's az leszsz igen joles,
Állapodott, 's szállott, mert így egészséges.

XVIII.

Serrel való élés.

A' melly Serből mikor kedved szerént iszol,
Tsak szomjad muljék-el, 's néked az esik jól;
Mert hogy-ha gyomrodban eledelt széllyel toll;
Hurkád azon éjjel nagy korrogással szól.

XIX.

*Az esztendőnek mellyik részében witsoza
Eledel hasznossabb.*

A' ki-nyilt Tavaszszal kevés légyen étked,
A' soka Nyárban-is nem használ tenéked:
Az ősz gyúvóltódt meg-sirattya béled.
Télben egyél annyit, mennyit tartya kedved.

XX.

Az ártalmas Italak ellen való Orvosságok.
Sallya

Sállya ha Rutával italodban lészén,
Semmi ételedben ártalom nem lészén;
Vagy Sállyával Kósa pohárodban lészén,
Fajtalan szerelmet meg-lásítsnak éppen.

XXI.

A Tenger vizétől való Tsómór, és nehezég ellen.

Ha ki hajóházní Tenger vizére mégy,
'S annak erejétől félsz hogy beteg ne légy,
Ugyan azon Vizzel elegyült Bort bé-végy:
Igy nem árt-meg, Rajta bátran tsak által mégy.

XXII.

Közönseges Trágyátságok.

Zsállya, Bor, és a' Só tsinálnak jobb étket:
Borsal, Fokhagymával szereds Petrefelymet;
Jó étket szeretnek a' kiknek ez tetszet.
Ezek nem vesztik-meg tsómórral a' testet.

XXIII.

A' kezek meg-mosásának hasznai.

Etel után a' ki kezeid' meg-mosod:
Kettős lészén ebből tenéked az hasznod:
Tiszta lesz tenyered, 's élesb szem-világod;
Gyakor kéz mosással egészséged tartod.

XXIV.

Kenyérről.

Ne légyen Kenyered igen kemény, 's meleg:
Jóbb lészén a' költsen, hogy sem ha nem költ-meg
Az jobb welly lyukatós, tudgya ezt a' Kózség;
Nem egészséges ha súlése nem elég.

Mert az ilyen kenyér gyomrodát terheli,
A' fekete sárt-is felette neveli:

Rendi szerént sóztat az inyed kedvelli,
Sületlen és korpás kenyért ki ditséri

XXV.

Difznó hús.

Difznó hús Bor nélkül rozsfzabb a' Juh húsnál,
Borral ő jobb étel, 's orvofságul használ;
Hurkája jobb egyéb állat hurkájánál;
Kővériben pedig nints jobb a' topjánál.

XXVI.

A' Mustrol.

Meg-akadályozza a' Must a' vizellést,
Az hasnak pediglen ad ő szabad menést,
Májban, 's lépben szerez nedveség rekedést,
Az hójagnak pedig kővel nehezdedést.

XXVII.

A' Bor, és Visitalról.

A' Viz ital igen árt az étel közben:
Gyomrot meg-hidegit, 's nem emésztet könnyen
Valamint bé-vészed jó-ki majd aképpen,
Hancm ha mind eslig dolgozol erőssen.

Igyanak Bort azért inkább az emberek;
A' több állatoknak jók lesznek a' vizek;
Vagy mikor folyam niats, éltefűk kút-fejek,
Nem jó, hogy csak vízzel éllyenek emberek,

XXVIII.

Boronyu húsról.

Mivel igen gyenge a' Boronyúnak húsa,
Telt táplálására van ennek nagy haszna.

XXIX.

XXIX.

A' meg-ételre alkalmatosabb Madarak.

Tyúk, Galamb, Seregély, Gerlitze Kappannal,
Fűjék, és a' Rigó, izesek Fátzánnal.
Fogoly, 's Hüros madár, tsátsogó Harissal,
Tengeri Rétzével, 's Lúzok, a' Fajt-tyúkkal.

XXX.

Az egészségesebb Halak.

Hal hogy ha lágy testű, nagy, puha, és torha
Kedvesnek ételre ezt választjad néha,
Hogy-ha kemény testű, aprólék, 's nem puha,
Mikor ezt meg eszed több van ennek haszna.

A' Tsuka, Sügérrel, az apró kővi hal,
Tengeri fejer hal, Tzompó, Veréb-hallal,
Más Tengeri kis hal, Potyka-ia Pisztraangel,
Kedvesek ételre magok jóságokkal.

A' Tsuka felől azt ki ki meg valhattya,
Hogy minden Halaknak csak ő a' Királya:
Mert midőn a' vizet több Halak közt úszsja,
Nagy kegyetlenségét azokou mutattya.

XXXI.

Ingolna, Sajt.

Ha meg-eszed testét az ingolna halnak:
Vagy mértéket nem tész ételében sajtnak;
Mindenik szavadban rekedéssel ártnak:
Hanem ha szüntelen Bort adsz a' torkodnak.

XXXII.

Étkednek, 's Borodnak ebéd és vatsorakor unló
meg-elégítése, és meg-változtatása.
Az ételkor szükség gyakran kevés ital.
Tyukmonyad légyca híg, u), és használj azzal.

XXXIII.

XXXIII.

A' Borsórol.

Ütséretes Borsót mostanában ettünk?
Melly nem sokára lett meg-verendő röllünk.
Héjával, gyomrunkat puffasztotta nekünk:
Héja nélkül, vólt ez alkalmatos étünk.

XXXIV.

*A' Táj, erőtlen és száraz betegséges emberek
eledele.*

Egészséges a' Táj gyenge embereknek,
Kiváltképpen tejek Ketskéknek, 's Tevéknek,
Jobb tejek Szamarnak. Juhok, 's Teheneknek,
Kit föld-fájók, 's Hideg-lelők kerülyenek.

XXXV.

A' Vajról.

I égvyttya a' gyomrot a' kinek Vaj tetszik:
Havát-is el-tsapja a' ki sokat eszik,
Kivált ha kik hideg-leléskor nem vészik,
Jó nedveség testben az által teayészik.

XXXVI.

A' Savórol.

Hathatós gyomorban a' Tájból lett Savó:
Mosni, tisztítani, zavarai gyomrot jó.

XXXVII.

A' Sajtrol.

A' lány Sajt ad néked hideg természetet,
Meg szorítva benned a' meg-emészttetet;
Mint-hogy durva, 's nedves; azért keményithet,
Ezek esnek arra, a' ki illyent szeret.

Jó a' Sajt kenyérral egéjszefeknek,
 Leg-jobb étel, hidgyed, többinél ezeknek;
 Ha pediglen adod a' betegeseknek,
 Kenyérrel, 's a' nélkül se jóvald' ezeknek.

A' Sajt ó magáról.

A' tudatlan Orvos nevez ártalmasnak;
 Ó maga sem tudja, miért nevez annak;
 De kik tapasztalták erejét vóltomnak,
 El-híszem hogy tudgyák hasznát-is ók annak.

A' gyenge gyomornak adok én nagy erőt,
 Mert hamar meg-főzöm a' mi heene nem főtt,
 Ha ki eugem meg-ett más több étel előtt,
 A' mi meg-rekedt ott onnat hamar ki-jött.

A' kinek ételtől meg dagadt az hafa,
 En általsm léfzen annak tagulása,
 Ha ki a' természet dolgait jól tudja,
 En felőlem mind ezt ó meg-bizonyítja.

XXXVIII.

Az Étél, ital vételnek módgyáról.

Étel között gyakran egy egy kitalat igyál;
 De hogy beteg ne légy fokot ne zaballyál;
 Hafd fájdalmával hogy se-is kínlódgyál,
 Étél előtt néha Bortól se távozzál.

Az ételt dióval; húst rekefsz-bé sajtal,
 Egy-féle dió jobb, 's hasznod léfzen azzal;
 Más ártalmas, harmad, fenyeget halállal.
 Minden tyukmonyt ónts-meg egy egy pohás
 borral.

XXXIX.

A' Körtvélyről.

Bor italt el ne hagygy Körtvély étel után.
 Dió-is orvosság méreg ellen nyilván.

A'melly Körtvély terem mert náluok itt a' fán,
 Bor nélkül ezüeked méreg léfzen nyilván.

Főve léfzsz orvosság Körtvély méreg ellen
 Ártalmos pediglen főtelen és nyersen,
 Gyomrod neheziti; de tágította főtten.
 Álma étel után könnyűdni menny menten.

XL.

Tserefsznyéről.

Ha Tserefsznyét eszel, léfzen nagy hasznodra,
 Ettől terem testben vérnek-is a' jova,
 'S gyomrodát tisztítja, sőt ha ott léfz magva,
 Követ-is belőled szépen ki-öfzlattya.

XLI.

Szilváról.

Hivesit tégedet, 's tágit gyomrot szilva;
 Sokat használ hidgyed, néked annak jova.

XLII.

Baratzkról.

Módozon edd, és idd, Baratzkot a' mustal:
 Így szokás meg-enni szállót-is dióval.
 Afzszu szőlő lépnek vagyon ártalommal;
 Jó harntról: 's veséd tisztítja azonnal.

XLIII.

Fügeről.

Hogy-ha Füget téfzsz a' mérges fekélyre,
 Futusó mirigyre, golyvára, kelésre,
 'Sirós ruha gyanánt ragasztod ezekre,
 Vagy ki fakadnak, vagy el-öfzolnak végre.

Ha pedig Fügere Mákot reá hintesz:
 Meg-törött tsontnak-is forradást készitesz.

Ugyan ezt meg-éve tetveket tenyésztesz:
'S izerelemre mozdít; de ártalmat vérszész;

XLIV.

Náspolyról.

Náspoly vizeletre téged sokszor készít;
A' béledbe pedig mikor jutand szorit:
Keménnye jóssággal kívánságra indít,
Mentől lágyabb pedig annál jobban segít.

XLV.

Mustról.

A' Must-is emberben indít vizeletet,
Puffasztja a' gyomrot, mozdít emésztettet.

XLVI.

Ser, és Etzet.

Temérdekül testben Serrel a' medveféség,
Inaidban pedig lesz attól erőféség,
Hafznoson kővérit, vér lesz attól elég.
Vizeltet, haft lágyit, puffaszt nem kevéség.

Hívesít egyszersmind ugyan a' Ser téged;
Etzet-is színtén úgy, 's szárasztja bő véred.
Melancholiát hoz, magvot apaszt benned,
Szárának árt, 's kővért száraszt bizony hidgyed.

XLVII.

Répa.

Az édesült Répa hafznos a' gyomornak,
Tűsk bogy szelet támaszt az alsó hurkának,
Vizeltet, 's ártalmas romlással a' fognak,
Fővetlen, has fájált szerez neked, 's májnak.

XLVIII.

XI. VIII.

Az élő állatoknak belső részei.

A' Sziv a' gyomorban későn emésztődik,
Emésztés után-is keményvé verődik;

A' Gyomorról színtén illy dolog értetik;
Külső része pedig jobbnak itéltetik.

A' Tüdő pediglen könnyebb emésztésű.

'S hamarébb el-forvad gyomorban, mint a' szű,

Agy-velőkben sintsen egy-is olly jó ízű,

Mint a' melly szájunkban a' Tyúk fejéből jó.

XLIX.

Kömény mag.

A' Köménynek magva, hogy ha ki ezzel élt;

Alsó vég burkától el tiltott dohos szélt;

Sőt Kömény, 's Kaporról valaki jól itélt,

Ezekből magának illy négy hasznót remélt.

Hideg-lelést el-tilt, 's merget-is el-űzi,

A' Sáros gyomornak tisztulását 'szerzi,

Szemeknek látását igen elesíti,

E' jókat teneked a' Kapor meg-szerzi.

L.

Anis.

A' jó szagn Anis szemet világosít,

Még étellel pedig gyomrot-is erősít,

Montól édesbb ízű, benned több jót indít,

Minden tetemidben olly erőssen épít.

LI.

*Nád gyökér hamva tulajdonképpen: avagy
éget korom.*

A' ki újonnában vágott sebet érez,

Hogy vére meg-allyon korom hamval hntez;

Nem balálos febet ha ki véle kötöz,
 Egyéb flastromoknál hamarább gyógyít ez:
 Hasznos ez a májnak, 's a Fa-hé) a' szúnek,
 A' Moh-fü pediglen úgy az agy-velőnek:
 Édes gyúker étel igen jó tudónek:
 Keserű (gyúker) gyomornak: kaporna-is lépnek.

LII.

Sórci.

Mikoron ebédelsz, vagy ülsz vatsorára,
 Sótartót tégy elé akkor az asztalra:
 Mérget el üz a' Só, 's hoz jó izt szájadra:
 Nemi ditsérik étket Sónélkül számadra.

Száraztanak a' Sós étkek, és bevitnek,
 Látalt ostobitnak, magot kevesitnek.
 Rúbet nemiznek, 's könnyven vízketegesitnek,
 Néha pedig ugyan ezek hívesitnek.

Azert elsőbben-is ez asztalra Sót tégy,
 Elsőbben-is onnan többnél Sót el-végy.
 Ebéd 's vatsoradon Sónélkül el ne legy:
 Mert nem lesz jól gyomrod, mikor onnat elmőgy

LIII.

Izek, és azoknak minéműségek.

Hevitnek ez hármas: sós, erős, keserű,
 Hidegit etzetes kenyeny, 's tenger izü.
 Olajos, sutalan, zsíros, édes kedvü,
 Vérdet lesz ezektől helyes mértékletü.

LIV.

Boros Kenyér.

Négy jeles haszna van a' Boros Kenyérnek.
 Fogat tisztít, 's éles látalt ad a' szemnek,

Ha véred nints, vért gyűjt azzal a' testednek;
Bő vért apaszt vele rend kívül élőknek.

I.V.

Étel idejének tartása.

Minden embereknek hagyom 's parantsolom,
Szokott órát tartson ételnek, jóvallom;
Hanem kényszeríti nagy szűkség, úgy mondom
Hippocratest erre bizonyoságnak vallom.

Mert ha szokott időn-kül lépzen vatsorád,
Dögletes Pestis ebből támad reád;
Ebédi rend-tartást ha időhöz szabnád,
Az orvoságot-is ezzel meg-haladnád.

LVI.

Az étel-béli rend-tartásnak módgya.

Millyent egyél, 's mikor, hányszor, hol, és
mennyit

Doktori *Régulán* tartsd-meg ennek rendit;
Ézeknek módgyáról ne gondoly tsak semmit:
Mert a' rendeletlen étel roszszat iudít.

LVII.

Sós Kaposzta.

Hogy ha elégségre eszel Sós Kaposztát;
Meg-fogja bélednek ki-vágyó falakját;
Ha levében iszol, tágasítod üttyát:
Iével egygyütt húsa meg-ereszti gáttját.

Hogy hafadat neked zűlden el-ne tsapja,
A' élűd szinétől bár víz jól meg-mossa:
Mert hogy ha gyomrodba bű-mégyen moholva,
El-ludd nyilvánssággal, a' gátat el-tsapja.

LVIII.

Mályva.

A' régi Doktorok Mályvák felől írják:
 Hogy gyomorba hē-ment eledelt lágvittyak :
 Gyökere vakarása hasad meg-indittyak:
 'S Afzszonyon meg-állott hó-szánuot mőzdittyak.

LIX.

Mentha.

Mentha gelesztától hogy ha jó nem volna,
 Gyomorból artalmas férget ki nem tolyna,
 'S abban émelvedes tőle nem osholna.
 Magaról mindennek hazugságot szólna.

LX.

Sállya.

Miért hal-meg kinek kertye tenyészit Sállyat ?
 Mert halálnak kerben nem ladd orvofságot,
 Ő a' ki ináknak crótelea voltát,
 'S kéz refzketellek-üz , 's hideg-lelés sállját.

Sállya, l evendula , Halhód tők , 's Kőkőrtsin,
 Torma , és Varádits mind agy , és mind kitsin,
 Guttát meg-gyógyítóak emberek tagjain:
 Sállya terweizeret crósis akár kin.

LXI.

Rutha.

A' Rutha nemes fű , mert látást élesit:
 Ennek etejéről ember jobb szemet nyit:
 Nyerfen éve , szemet homálytól meg-tisztit:
 Főzfőtől szerámet üz , de Afzszonyban szit.

A' ki Ruthával él lesz tiszta életű,
 A' látásra pedig igen éles szemű.

Fluvidjét jovitvya, 's léfzen ravaſz fejű,
Fótt Rúthának vize holhat el-úzni bú.

LXII.

Veres hagyma.

Doſtorok hagymáról nem egyaránt értnek.
Mert ártani mondgya Galénus ezeknek,
Kiknek epéjek nagy, 's maragos mérgűek;
Haſznosnak mondgya azt nyalas vérűeknek.

Aſclepius írja nem kevés haſznosoknak:
Mert jók a' gyomornak, 's ortzának ſzint adnak,
Ha meg-tört Hagymával fejét a' kopafznak;
Gyakran kened, diſzit meg adható ſanak.

Éb maráſtól néked Veres hagyma haſznál,
A' mint némiellvektől e' felől haſhatuál:
Fitzettel, és Mezzel kit ha timporálnál,
S elébb kötuéd ezzel egvéb orvofágnál.

LXIII.

Mustár-Mag.

I Kítsin mag a' Mustár, ſzáraz, 's melegítő;
Még-is ſzeméidből könyvet is ki-hoz ó:
Fejedet tiſztítva, benne van olly erő:
Arralmas ételnek mérgetől-is mentó.

LXIV.

Bárfony ſziú Viola.

A' Viola néked haſznál fő-fajáſtól,
Hogy ha nehézsége vagon anák bortól:
Egvéb fájdalmat is el-úz az ágyadból:
Mondjak hogy meg-gyógyít nyavalya rontásból.

LXV.

Tsalyán.

A' betegeseknek álmat ad a' Tűslyán ;
 Okádált sem hágy ez lenni senki torkán,
 Az bkródéstól-is el-tiltya ő nyilván;
 Nézbe keverd magvát, Kólka szoritván.

A' rögzött Hurutot ki-irtya belőled:
 Tüdődnek hévségét el-űzi bár hidgyed:
 Hasad dagadását ez által nem érzed:
 Ő meg-erősíti minden inad, 's ized.

LXVI.

Isóp.

A' torhát, és nyálat Isóp ki-tisztítja,
 Belső részeidben valahol találja:
 Mézzel elegy főzve tüdődet javítja :
 Ortzádnek pediglen jeles színét adgya.

LXVII.

Turbolya.

Turbolyát meg-törvén mézzel elegyits-meg,
 Ennek erejével senét gyógyithatsz-meg.
 Az oldala fájót kend-meg ezzel, 's nem aycg,
 Levele has-menést, hányást-is indit-meg.

LXVIII.

Mezei őrvény - gyűkér.

Az őrvény-gyűkérrel Szű-fájás meg-szúnak.
 Őtet, és a' Kűthát hogy ha őszve török,
 'S mind kettő levében szakadt ember ifzik,
 Nagy bizonynal mondgyák, tőle meg-vigafzik.

LXIX.

Tsombord.

Ha Tsombordot törve borral elegy, ifzol,
 Mérges teketé sárt gyomrodból ez ki-tol:

És hogy ha kőszvényben felettébb kioldódol,
Mondgyak; ha régi-is, testedből el-olozol.

LXX.

Torma.

Hulló halat meg-tart Tormának a' leve:
Fog-fájástól meg-ment ennek az ereje.
Ha pediglen mézzel őszve léfzen törve,
Szeptől-is el-olozat, ha meg-kened vele.

LXXI.

Vérebulló-fű.

A' fetske fiának ha szemek meg-vakul;
Azoknak az Anyók Vérebullóhoz nyúl;
Pimas azt írja, 's nem-is tudatlanul;
Ha szemek ki-folyt-is, de attól meg-gyógyul.

LXXII.

Füz-fa.

A' Füz-fának levét ha fülédbe töltöd,
Abban való férget minő-egyig meg-öldöd,
Ha pediglen h-ját Etzethen meg-főzöd.
A' testeden levő Sümölyst el-űzöd.

Hogy ha vízben iszod-meg ennek virágját,
Testednek el-úzi búja indulatját,
'S annyira meg-hűti, 's száraztva a' süllvát,
Hogy a' nemzésnek-is meg-foghatod útyát.

LXXIII.

Sáfrány.

A' kinek szivében ragyon szomorúság,
Valaki azzal él, lesz abban vigasztág,
Erőtlen tagokban jó ettől vastagtág,
Majat-is meg-űjt, olly jeles csuofág.

LXXIV:

LXXIV.

Pár - hagyma. 1

Hogy ha meddő leányt vagy aszfzonyt találnál
'S ezeknek Pár hagymát enni gyakran adnál,
Tenyészők lennének. De ha kenni hagynál,
Vére-follyó orrot ; folyástól meg-fognál.

LXXV.

Borr.

A' melly Bors fekete, nem rest hast el-tfapni,
Nyálás vért ki-tisztít, 's ételt segít főzni;
Fejér, gyomrot tisztít, 's hűrűtöt kész úzni.
Hányást előz: Hideg-lelés fog így vészni.

Ha bizonyos napot tart az Hideg-lelés,
A' mig nem érkezik rád a' részketés,
Idd-meg a' tört Borfot, 's nem ér-el a' nyegés.
Fülveti rólad ezt erős Bors be-vévés.

LXXVI.

A' nehezen ballásrol.

Étel után mindgyárt álmat el-távoztass,
Semmi dolgot akkor szer felett ne folytass;
Gyakor részegséget, kérlek, hogy el-mulass,
Mert ezek szerzik, hogy fűleddel ne halhass.

A' vatsora után kevétség vagy fenn állj,
Vagy ezer lépéssel ide 's tova setálly:
Sok fűredéltől, és nap hevétől meg-vállj:
Hanyalt, gyomor-töltést, 's kiáltást-is utállj.

LXXVII.

A' fül tsengé.ről.

Magad erőltetés, hosszvas éhség, hányás,
Verevés, sok esés, részegség, és fázás,

A' kiknek ezektől nem lehet el-válás,
Tseugó fülük léfzoek, 's beléjek áll zúgás

LXXVIII.

A' Látásnak ártalmi.

A' gyakor feredés, bor, 's szerelem lángja,
Fokhagyma: bors, és fűt, pár, és veres hagyma,
Szél, bab, lentse, sirás, mustárnak-is magva,
A' napra nézés-is, szem-világ ártalma:

Tűz, szertelen munka, bűja kőzőkődés,
Erős étel, ital, por, és szemetetés,
Ártalmas a' szemnek, napra szembe nézés,
Ejjeli, 's nappali vigyázás, és ürzés.

LXXIX.

A' látást meg-erősítők.

Szopora, és vére hulló fűvek haszna,
Egyaránt használnak Rósa, és a' Rutha,
A' kinek a' szemét az homály bé-fogta,
Ezeknek vedd vizét, világát meg-bozza.

LXXX.

A' Fog-fájásnak enyhítése.

Hogy nagy fájdalomtól fogaid enyhítsed,
Pár-hagymának magvát, 's Bilindocok meg-szed-
gyed,

Temjennel mind kettőt egygyütt meg-égessed,
Íótsér tsőjén ezzel fogaid fűstőllyed.

Vagy meleg etzeter tartsd fokaig szádban:
Ez tűnek gyökere főve legyen abban:
Mondgyák, hogy mikor van a' fog nagy fájás,

Meg-enyhődik tőle, 's léfzen lassadásban.

LXXXI.

A' Színak rekedéséről.

Olaaj, dió torkot rekedzt, és fő-fájás,
Az Ingólus ballal szertelen bor-ivás;
Nyers almában való nagy divatlanzkodás,
Torkot bé-rekedztnek, 's hangja léssen hibás.

LXXXII.

Az ember Torkának meg-ervoslása.

Bőjtölés, vigyázás, meleg étel-evés,
A dolog tétellel meleg párás vevés,
Kievés ital, és a' meg-tartott lehellés,
Ezeket ha tészed, szűnik a' köhögés.

Melly ha száll meljedre, mondatik torhának,
Ha torkodon vagyon, Rekett neve annak;
Ha nyeldeklődön van, nevezzed Follyásnak;
Ha pedig orrodon, híjjad ezt Náthának.

LXXXIII. :

Gége orvoslás: Szappans

Arany gelét, Kénkő, Méz. ha együtt lesznek,
Szappan: 's ez négy törve össze kevertetnek;
Gége gyógyulásra orvosságok lesznek,
Jó haszna, Szappannal szemek ha kenetnek.

LXXXIV.

Fő-fájásról: és Has-menséről.

Hogy ha bor italtól fejed fáj erőssen,
Meg-gyógyulásáért igvál a' szép vízben:
Mert hogy ha bort iszol gyakran mértékletlen,
Kövid időn csel nagy hideglelésben.

Ha fejed, 's homlokod fáj nap hévségétől.
Vak-szemed gyakran kend, 's meg-vigasztal ettől,

Es s'fótt Szedernek jó meleg levétől,
A' fő-fájás rólad el-áll mind ezektől.

Hogy ha mégyen hasad vérrel elegy folyván,
Meg-halsz, hogyha nem jársz ez *Régulák* úttván:
Közösködést el-hadgy; 's ne igyal szaporán,
Old magad hidegtől, 's ne-is taradgy muukan.

LXXXV.

Az Esztendőnek négy iszei: Hinyás.

Szárazzt az ételtől Nyárban tartóztatás;
De minden hónapban hasznos szádon hányás;
Ártó nedveségtől léfzen ez tisztulás,
Melly miatt gyomrodban volt igen nagy bomlás.

Tél, tavasz, ősz, és nyár az *Esztendőt* bírják:
Melegnek, 's nedvesnek Tavasz időt tartják:
Éret-is vágatni jobbnak akkor mondgyák:
Ritkán közösülést akkoron nem tiltyák.

Munkák gyakorlása, ide 's tova mozgás,
Has-menéssel egygyütt, veriték izzadás,
Gyakran meg-feredés, Doctori purgálás,
Ezekkel lesz Tassnek, Tavaszszal újulás.

Az hevítő Nyár-is száraz természettel,
Verhenyős sárt nemző az ő melegével,
Ely akkoron hives, és nedves étkekkel:
Ne üzd magad akkor Vénas követéssel.

Nem használ ez időn a' gyakor feredés;
Ritka legyen pedig ér-vágással élés:
Igen sokat használ nyugalom vévés;
Italodban pedig legyen meg-mérséklés.

LXXXVI.

*A' Tsontok, az emberi testben, számjacrént, 219.
vagy 248, Fogok 32, Érek 265.*

Két

Két száz tizen-kilencz Embernek Tfontyai:
 Harmincz-ketten vannak szám szerént Foga:
 Harom száz hatvan-öt testében Krei,
 Így kétszáz négy, 's négyszer tizen-ket Tfontyai

LXXXVII.

Az emberi testnek négy vend-béli Nedveségiről.

Négy-féle vérből áll az embernek teste:
 Tiszta Vere*, Sárga, Nyálas, 'és Fekete?
 Verhenyős vérükben Földnek természete,
 Nyálasokhoz közel Viznek van ereje,
 A' kikben pediglen van tiszta piros vér,
 Higséggel elegyült azokban még az ér,
 Fekete vérühöz meleg természet fér:
 Tűznek erejével ez vetekedni mér.

A' Tiszta vér nedves, meleg, 's aeres,
 A' Nyál hives, nedves, 's a' Viz abban bőves:
 A' Sárga vér szárazt, 's természeti tüzes:
 Fekete-is szárazt, 's Földhöz hasonlit ez.

LXXXVIII.

A' tiszta vérből álló természetnek mértékletiről.

Ez természet kövér, tréfás, 'és játékos:
 Híreket hallani olly igen ávitos:
 Bort, szerelmet, ételt üzni kívánságos:
 Vidám, nyájas beszéd nála gyorsaságos.

Minden tanulásra alkalmasab másoknál,
 Minden kitsin okból haragot nem fondál:
 Bő-kezű, szeret, vig, szine pirossan áll,
 Danoló, 'és mérész, testes, 's kedvel szolgát.

LXXXIX.

A' Sárga vérükről.

A' sár penész vérű haragra hirtelen,
 I Mafoknál elébb vágy kívánsággal ilyen,
 I Könnyen tanul, étkes, sővése szertelen,
 I Bó kezű, és bátor, héjaz-is igen fen.

Igen szőrös, borzos, tsalárd, és fékozló,
 I Haragos, és bátor, semmit nem gondoló,
 I Kavafzsággal telyes, teste karcsun álló.
 : Száraz, sarga színű: felőle mind való.

XC.

A' Nyálas, és Taknyos Vérűekről.

A' nyálas vérűeknek van kevés erejek,
 Szélyesek, vállafok, törpe természetek,
 Hoz ezekővéreket: nem közép rendűek:
 Szorgalmatofságra nem adgyák elméjek.

Sőt inkább álomban idejeket töltik,
 Ostobák, és késő mozgásra mindenik,
 Erzékenységek roszsz, 's ortzajok fejerlik:
 Mivel a' nyal bennök igen bővölködik.

XCi.

A' Fekete vérűekről.

Hátra még a' vérnek a' Fekete neme:
 Buják, 's szomorúkat hoz ennek ereje:
 Nem sok szavuk ezek tanulók felette:
 Nem-is von álomhoz ezeknek a' kedve.

Fel-tett szándékokban van alhatatofság,
 Nem hiszik dolgokban, hogy legyen batorság,
 Irigy, komor, fősvény, van bennök kíván-ág,
 Tsalárd, félénk, fogta szinek-el sárgaság.

XCII.

*A' Jzinekről: Minil a' négy-féle Vár bőrsé-
 gének jelei.*

Ez vérek adnak izzt emberi állatnak,
 A' Nyálas vérűek fejei színt mutatnak;
 Tiszta vérűeknek ortzájok pirossak;
 Sárga vérűek pedig verhenyőst mutatnak.

Ha felettébb bőves tagjaiddban véred,
 Im ilyen jelekből könnyen meg-isméred:
 Ortzád hogy ha vereds, ki dűlyedt két szemed,
 Ereik is puffadtak: 's meg-nehezűl tested.

Igen serényen jár az életnek ere;
 Az teli lévén, lágy, fájdalommal tele;
 Kivált homlokodban vagy on enek jele;
 Hasadnak is kemény bé-vett eledele.

Nyelved, és az inyed akkor igen szárad:
 A' nagy szomjuságtól torkod is el-fárad:
 Álmos vagy 's mindenkor csak édes a' nyálad,
 A' mi édes, azt is keferűnek fogtad.

A' felettébb való sárga sárnak jelei.

Kezed melegsége Sárga sárt mutatya,
 Ha bibirtsós nyelved, az is annak útya,
 Fül-tengés, és gyakor úkrödés ezt tartya:
 A' nyughatatlanság ezent bizónyittya

Ha gyakran szomjuzol: 's ganéjod híg, zsíros;
 Has-fájás is olly jel, melly neked bizonyos;
 Gyakor tsömör, és ha szű nytlallás sullyos;
 Inyed az ételre nem igen kívános.

Ha gvenge a' pulsus, nagy bizonyosság ez is:
 Az pediglen kemény, gyorsan jár, 's meleg is:
 Ha szárazst testedben, 's keferű inyed is:
 Gyakrabban tüzet látst; mikor álmodol is.

A' felettébb való Nyálas vérnek jelei.

Mikor a' Nyálas vér regnál tagjaiddban,
 Metlenné teszi valamit veszté izádban

Minden ételt meg-ünsz : nyálad fetseg szádban,
 Tfontod, gyomrod, fejed vannak fájdalomban :
 Akkor a' mozgó ér benned mozog ritkán,
 Az pediglen késő, lágy, és igen hitván:
 Hafzontalan álmat, t'falárdót látsz nyilván:
 Motsárt, 's vizeket jársz, mintha vólnál úszván.

A' bővülődő Fekete vérnek jelei.

Mikor testedben bőv nedvesség salakja:
 Bőröd fekete szín, 's kemény a' pulzusla:
 Vizeleted pedig igen hig, és ritka,
 Szorgalmatos gond-is szivedet badgyasztya.
 Irtózatos álom tűnik az elmédben;
 Félsz, és szomorú vagy aluvó helyedben:
 Bőtögsz, nyálalsz, 's szájad van igen rozsz ízben:
 T'fengés, avagy zúgas vagyona dal tüledben.

XCIII.

Mennyi idősbős illik az ér-vágás.

Tizen-hét esztendőn az ér-vágást kezdgyed:
 Merit nagy erő badgya azzal - el a' tested.
 Bor itallal hoztadd azután-meg véred:
 T'fakettel lassan gyúl-meg nedvességed.
 Szemnek világot ad, 's teltnek tisztaságot:
 Agyat, 's elmét ujjit, és a' velős tfontot:
 Has-menést meg-állit; bélt javit, és gyomrot:
 Az érzékenségnek ad ó tisztaságot.

Hogy ha nem alhatol, álmat hoz szemedre:
 Restséget el-úzi, ne szálljon telledre:
 Hallást-is élestit, ne jusz híketségre:
 Szót tisztit: erőt ad. Mind segít ezekre.

XCIV.

*Mellyik Holnapban illik eret vágatni, 's mellyikben
 artson, P a Sz*

Ez három Hólnapok jók Vér-botsátásra.
Sz. György, és a' Pünköszt. és Sz. Mihály hevs,
Ezekben a' napok változnak gyakorta,
Nem különben mint hóld, 's vízben lakó vidra.

Első napja nem jó a' Pünköszt havának;
Utolsó napjai Sz. György, 's Sz. Mihálynak,
Kiken nincs ideje a' Vér-botsátásnak;
Sugyan ez napokban hagygy béket lud-húsnak:
Íóbbibeu, mind vénnek, 's mind ifjunak sza-
bad

Tlak Mihály, 's Pünkösztben, 's Györgyben ój-
jad magad,
A' meg-írthárom nap kivül: 's ezt jól tudgyad;
Hogy sok ezteendőkre napjaidat nyújtjad.

XCV.

Az ér-vágásnak akadályi.

Az hideg természet: hideg tartományban,
Es kik vannak igen súlyos fájdalomban,
Kik feredés előtt taradtak Vénusban;
Ne gyönyörködgyenek ezek ér-vágásban;

Sőt kik igen ifjak: vagy meg-aggot: vének,
Hofszas betegséget vagy a' kik szevedtek,
Etellel, itallal vagy igen töltöztek,
Éret meg-vágotni ne igyekezzenek.

Azok se pediglen a' kik igen gyengék,
Gyomrokat kényesén, 's pubán kényeztették,
Érett ualomal, 's fanyalogva ették,
Kreket vágotni meg ne mérészellyék.

XCVI.

Mik tartassanak meg az ér-vágás körül.

Mikor eret akarsz telteden vágotni,
Meg kell a' vágandó eret zsirral kenni:

to 1/2
38

Gyermek könyvtárol mintája
mintha egy farságy
Kis kő hegymű borítók
széles kődelegent m. ifj.



1/2326 VII 1865

Orlauer Berta