

Wenn ihm das Wasser nicht schmeckt, so magst  
 sich in dem Wein pflegen. Von sich täglich  
 Mühe gibt, die Natur in ihrer Ordnung zu  
 halten, so hat er am leichtesten.

8.) Wer so lange in seiner Cabine will  
 liegen bleiben, bis er von der See krank,  
 mit nichts mehr fühlt; so ist gemeinlich  
 lange See krank. Wer sich so viel als  
 möglich in die frische Luft erweicht, so erleichtert  
 und verkürzt sich die See Krankheit.

9.) Wenn man einem frischen Tag gehabt und  
 an dem geschwitzt hat, und man bleibt abends  
 von dem Küste an; lange auf der See,  
 unter, so kann man sich manchmal mit  
 besonderer Krankheit zu versehen.

10.) Wenn sich die Brüder und die Schwestern  
 unter etwas beschäftigen; so haben sie unter  
 andern, dem Nutzen davon, daß ihnen die  
 Zeit nicht lang wird. Und dieses kann einem  
 sonst verdaulichere werden, als die See  
 Krankheit an sich selbst ist.

11.) Wenn man am Tage schlief, so wird  
 einem fernach die Nacht lang und oft sehr  
 beschwerlich. Wer am Tage sich unter zu  
 erweicht und in einer gewissen geschäftigkeit  
 bleibt, so hat er die Nacht leichter.

12.) Mit dem Schiffe Volk freundlich und