

27. Um söl. Erindi flutt í Náttúru-
lækningafélagi Íslands 19.mai 1943.

6 blöð qto. + 3 blöð fol.
Reykjavík, 19.mai 1943.

Til skapna fædurum varn sálin helis þús sinnu betri en fada þannig,
 að einu hestherdum af sóluu þafugelli 10 hestherdum af velverðandi
 fædu. Þess nýðkænda fridjungi meiro en elli og kostur nýðkænnis er
 varn niðla meiro. Það fjóttí fari alvng sjálfstætt þ gæfa þeim söt umu
 bændum og í undan þennum og eftir. Þess, sem þungu söt þ elli, þungu ætti
 labasöt, stæu eða dæda

Hross, sem þungu í fjöru (fjörus hross) þá sjaldan notluuð þ þingandi
 stöf af hagi allan veterinum. Þjaraun var — og er miðstætt einu — láfis
 duga, elli máttu þess dæggi drottis sinnu og var þad sandstöt þis
 sem loks gerði ið af vid þess í langvarandi hændindum, en þess, semt þess
 nóg söt, marinn þjarna og þess, þungu ætti þjostmædi, fót, velli eða þess
 söt.

Þess, sem söt varn í yfir veterinum, þessu varn söt í þessu dægi og
 vörn söt söt ið vörn, niðla þess fram þessu eftir veterinum en sumarið.

Svo eftir söt varn vörn söt til manns ælðis, að hver ein vöti þessu í
 þessu söt þessu, alla lúid auðtur í þessu, þessu 1 — þessu af söt þessu
 til manns ælðis þessu þessu söt þessu veterinum. Of þessu þessu
 í þessu þessu þessu þessu söt þessu vid þessu þessu. Þessu þessu
 yfir þessu alls þessu þessu, ríng og ríng þessu, en einu þessu söt,
 en lúid vid þessu þessu þessu þessu yfir þessu þessu, þessu, þessu og af þessu
 þessu með ær ær þessu alls og vörn þessu söt þessu þessu þessu
 um en þessu, enda lúid þessu og þessu þessu alls í þessu þessu og
 stættu yfir allan veterinum og fram í vörn, ær þessu að þessu í vörn þessu
 þessu, eða þessu þessu í þessu þessu. Hross þessu þessu, þessu þessu,
 þessu þessu og mál þessu, sem þessu var uppi yfir þessu vid þessu,
 þessu og þessu, þessu í stætt auðtur þessu, þessu þessu var sjaldan notað
 þessu sem þessu vid þessu þessu mál og í þessu. Þessu þessu, sem
 mál þessu þessu, vörn ætti þessu í þessu: þessu vörn þessu og þessu til
 allan vörn, þessu þessu og þessu þessu.

Þá var af sölin talin tvöfalt meðal við stjaldhertidsbrá (Skruna)
 og þótt ég sé enginn laldrinn, vandi ég að geta þess, að fjöldi manna, hafi hafi
 í blánum og ídnum dæmdu landsins, hafa árlaga og sumari afti ári fangid
 söt hjá völdi við völdi þessari og sagt, að þann hafi gefit sér ótrúlega vel.
 Sölin þóttu einnig gott hald meðal, öfva bládrás og aukar mætar líofina
 niðar. Viðá eukendis, t. d. í Ameríku, Japón og Kína, eru sölin iðflutningu
 vara svo mildir, að iðflutningurinn manna er einnig milli þeirra árlaga.

Helstu framfarir mínar fyrir tíma 9, svo sem þeir Egeir Ólafsson
Þjorn Halldórson í Sandlaugsdali, Þjarni Pálsson Landlabourer og
Magnús Stephensen Norfærsskið, sem minn sálin hafa tekið og nota-
gældi þeirra fyrir minni og þeir, ljúka allir seft sama minni minni
þeirra minni gagnsemi þeirra, sem þeir hafa fundið og þeir eigi sálin minni
hollustu þeirra og heilbrigði við minni sjúkdómum.

Egeir Ólafsson segir m.a.: "Sálin er talin best af öllum sjúkan; vortum; þau
undir langbest og af þessu má sjá."

Sér Þjorn Halldórson ritar langt mál og miðid minn sálin og segir: "... Sálin gæra
mjúkt líf og undir fó, hafa þeyt og þeyt, en holl og verda fljótt hveijum minni
í undringu, líka fljótt veikir sér og léinaga. Sálin hafa minni þeir sálin, og en
holl í höndum sjúkdómum; þau gæra teði matarþyrt og þortu, laka og kljúga,
veirja sjúka, upphævingi og handlífi. Þau gæra alla náttúru rás líkamans, þau
þita minni ... Þeir, sem undir dýrliku hafa gefit og þu maga síns og blóðis, hafa gefit
af þeir ad matu sálin fyrir mat og þeyt undir dag.... "

THOMAS DE LA RUE & COMP

L.

Magnús Stephensen segir: "Min kraft og undring sálva hl minni allis, en margra þjóða
veirja og vortar eigin minni þeirra undanfarna allis, og öllum þess sama minni,
ad þau gefi eitthvert þið hollu og undir undandi fóð. Þeir minni og þeir ad, þeyt-
framt þeir sem þau eru þeyt og þeyt. Þau en þeyt ad vort og þeyt þeyt þeyt
og sálin Landlabourer og, Þjarni Pálsson þeyt í laka og þeyt þeyt
minn sálin, sálin sem minni þau uppi, ad þeyt þeyt, minn þeyt í þeyt þeyt þeyt
veirja í þeyt stóð í þeyt þeyt, og hollid sér og þeyt þeyt þeyt þeyt
í þeyt þeyt og minni þeyt, og þeyt þeyt þeyt þeyt minni þau undir
veirja, svo þau þeyt þeyt þeyt."

T og
undringu
þeirra

Æneid.

5

Hverning er Sálvama afled?

Þeirra er afled svo sem hér segir:

Þarid er, ipuioth á lóatunna oia unu hroða fram í fjörnum of sólin hús samau í
 grunnum hómum oia ósum, sem veðin eru; þau eru hús oia rifu upp líluf og arfi
 er reitun ein gandi. Veijselaga er flers gótt, að stórt gannur sé of þurkum í vord-
 um, Rinnri stundur fyrir háloji er hennið í ákverðum ^{Li fjörnum} stöðum, of þad au hoin affur
 um niðunndabil; sé þó sál othiu oia þurkum góður, en sálin bridd til flerris í klappir
 oia stargendan matiu, en ellu á sand, of látin hejja þannig ofir nottuna, séi staldaga of
 áfall er í vordum, annars eru þau seth í smá þringu of síðan bridd lojnu offir, of
 þurkum er. Hédan þau eru þurkum, en þau ríftuð fyrri lojnu of þeim sínuð lojnu
 á offir, einu of hejji, um þau eru flær vordiu, en þá eru þau lovin í hús, látin í sálva-
 leyðu of þergu, svo að hucitau henni út á þeim, en hús er sál þad of sylkur, ^{ofir} en þau hafa
 inni að halda, oia notkun hluði þeirra. Vendi sálin fyrir níllu rígninu, verda þau stýama-
 hvið of ónytt unu othiu. Ráð er til þess, að þótt sálin séu tekun þadun um þau vaxa, þá magi
 geyma þau óþremd í margar vitnu, jafnvel svo, að þau vaxi offir vinnuádr.
 vandalaust er, að matreida sálin svo, að þau séu "hermannumater", ljúffung, lofth
 of sadson.

Spurkald

Hó má Ginn og áður en sagt er af
 Hól. Þetta er ~~í fyrsta lagi~~ af ~~í fyrsta lagi~~ um sálva-át, og þótt þar væri ekki
 frómgf í því, var ein málk (Tupottur) mjólkur látin uggja þess fullkeru-
 inn miðdagisverður og svo miðid af sálvum efid með mjólkinni, þess hvers
 vilði eða fólki feryad, en það voru að eins nokkrum blóð; svo sáðom voru
 þau. Síðan í stofuadi heimili gálfur, um fyrir 47 árum, þefi í ávalt
 þótt nokkur þyrgrá sálva og uggf þeirra vóðtum daglega, en aldrei selt;
 hins vegar þefi í útvegad þau í þessum matvöru hægumánum, þess sozia
 ni, að þeir fái minna af þeir en þeir vilja og að þau "þessi ís", en da en
 það svo, og þefir ávalt veid. Þá þeir þess komast upp í ápid, vanda sálvur
 í þau, og þá eigi síður þeir áður allur, en þau fíto svo og fíoga, að menn
 vanda helli að gata þess, eins og áður en sagt var Eðveldinga, að þau fífi
 elbi um af.

Nú mátti spyrja: Hvernig er sálin matveidd og með þess ferid um líd gífur en
 neyð? Þarf elbi að af vatna þau eða sjóða? Nei, alls ekki! Afvörum er óþarf og
 sálin ^{á þess} getur aldrei þessid lít þess: Þau er baris í dístu í bardi, eins
 og þau komu fyrir úr sálvaeyðum, eins eða þess þess fyllar ("sálva hufi")
 og þess þó hvers miður nokkrum blóð milli þingra sá, Dóttir þess þess vel og
 stýttur af þess einarta blóði allan sand og stóllja ægri, leggur blóðið
 sá til ummurs með handfíoti og smjóri, eða fíu að þau er elbi úr fíóða
 mjólk með sálvum um. Þetta er allt af smurt og elbi er að varast, vanda þess, að
^{ad elbi} ~~þess~~ sand/korn eða áþessindi sé í sálvaáðum, þess efid er.

Sálvum má blanda samum við umum mat: Þjallagros, mjólk og mjólk, seydal
 brand og sadnar kottur, fíla þess blóðum upp í þessingja og þess þess komar,
 t.d. í þessum, þess þess og blóðum.

Þetta er ni þess almanna nokkrum sálvum og mátti segja þess svo, að sá þess
 nokkur í þessum hátt, sé þess elbi um vanda sérstóla matveidtu í ræða eða sam-
 þessingja, þau geti allir, en þess síður þess en elbi umum nokkrum sá, alveg eins og
 lómbin, þess þess um að "þess ápid", en þess um og m. a. sést á þess þess samþess-
 ingar eða matveidtu á þess, þess í vildi umum á. Hetta þess:

1. Eðstíu þessingur með sálvum og
2. Sálvaþessum.

Matveidta þess er elbi margþessari eða vanda samari en þess, en ekki að
 nota þau við bosthull þessingja og þessara, munu þess þessingja þess og þess gálf-
 sagt að nota þau. Þess um 10 eða 12 ár lídum síðan í þess elbi útvarpa erindi um

Í þessum vit er þó lofnum gefa þess, að í heimili mínu er stíllur barni mitt
 aðeins í 5 mánuða að aldri. Nýlega höfðum við söl þú til miðlepisvendar, en
 það höfum við oft; fótt er þá sálvalda eitt, vel hneitt palla söl, stæva
 það svo smátt sem er gef. og gef barninu. Það gretti sig dálitid þess
 það fann blístljúttagid, en brátt fótt það til að tryggja sölun og það er
 meira. Síðan er það svo sölgid í sölun, að við getum noumooz varid þess
 fyrir barninu, svo að það eiti þess ebbi meira en gödu hófi gegni.

Alveg í þessu lund er þú og varid með lounbun, þegar meins þess að
 gefa þessu söl á hantun: Fyrstu dagana, einu eða tveim, en ný og einfalt að
 fí þess til að eiti þess, en þegar þess eru þessin á áttid, er það beinlínis hofu-
 legt að láta þess gefa meins lounbun söl. Þessin rydja sér svo að, en
 þess fimm lykta, að hofu er í, að þess frodi þessin undir.

Þess hefir þessin virki, að samansíman fyrir á góti sölvaun, sér alveg óvissu og þess
 þessin ný störfuðad í þess, að t. l. þessin stæli, alibi hofu þessin í fótt þessin undir
 þessin u. m. k. með þess, að nota sölun til stæva þessin, þess ebbi hofu þessin
 sér úti í þess hálta í, að nota þessin sölvaun sér eða á þessin sölvaun
 þess, þessin til hofu þessin og heilsu þessin: Það er t. f. o. ebbi ný og fítt! —

Það mundi gleða mig ný og, ef þessin heidraða Váttunum lounbun þessin fótt þessin
 fóttist að þessin þessin til heidar, sem meir þessin eru eigi fóttist meins að litlu leppi,
 rydja sölunum og fjalla þessin þá brátt meðal almeinsins í lounbun, að þessin vandi
 vefur notuð þessin en áður en meins notuð stæid, og er þessin fóttunum vel til þessin.
 Að lofnum þessin er fóttunum fyrir það, að það þessin gefid meir kost í að fyllja einu
 þessin og er þessin gefa þessin fóttunum fyrir þessin fóttunum góðan árangur. Soo
 miðla til þessin þessin er á meins þessin og þessin meins, fótt er viti, að við þessin
 reis eð að draga, þessin brátt stæva meins á meins stæidun, þessin meins og
 þessin fóttunum meins. — Er þessin fyrir góða á þessin og veid af sölvaun í þessin, að
 einu þessin en hofu svo vel samid né flutt sem það vandi stæidun þessin samþessin
 meins en sér, að þessin er all-meinsin vandi meinsin að ræða, eigi einu meinsin fótt hofu-
 vrigdislogun sölvaun meinsin heldur og fjalla þessin.

Reykjavík, 19. maí 1943.

Þessin