

F. P—g:

Kakó si varuj oči.

1. Umij si vsako jutro obraz in oči, ne z ledenomrzlo, še manj pa z gorko vodo, ampak z vodo, ki je stala v zakurjeni sobi!
2. Ne nosi preozkih ovratnikov, ki ovirajo odtok krvi iz glave in tudi od oči!
3. Ne mudi se nikoli v izprijenem zraku, prahu ali dimu!
4. Če se koplješ v morju, v reki ali v jezeru, se ne potaplaj z odprtimi očmi!
5. Ne glej v solnce, v ogenj ali presvetlo luč! Rímski vojskovodja Regul je izgubil vid, ker so ga pustili, da je dalj časa gledal v solnce.
6. Izvrši svoje delo kolikor mogoče pri dnevni luči, ne v mraku!
7. Če moraš delati pri svetilki, jo postavi na svojo levico; pazi tudi na to, da gori plamen mirno!
8. Črnílo, s katerim pišeš, ne sme biti svetle barve ali modro, ampak naj bo črno. Lahko je pa tudi modro, če se izpreminja v črno.
9. Beri samo knjige z razločnimi črkami!
10. Če moraš brati eno uro, nekoliko časa prenehaj, da se pomiré oči!
11. Ne beri zvečer v postelji! Ne beri, če se pelješ z vozom ali vlakom!
12. Oči naj bodo oddaljene od tvojega pisanja ali beriva najmanj 25—30 cm. Pri večji razdalji si v nevarnosti, da postaneš kratkoviden.
13. Če pa v tej razdalji ne moreš več razločevati črk, si pa ne izberi poljubnih naočnikov, ampak se pusti preiskati od zdravnika!
14. Če ima tvoj součenec rdeče oči, se ga ne dotikaj! Tudi si ne nadevaj njegovih naočnikov in ne uporabljaj istega perila in istih žepnih robcev!
15. Pazi, če kak deček v tvoji bližini strelja z lokom ali s puško!
16. Ne bavi se nikoli s smodnikom in ne devaj si na oko roke, če si prej imel v njej vžigalico! Že veliko otrok je vsled tega oslepeło.

Modrost v pregovorih domačih in tujih.

Lonec.

Lonec se po glasu oceni.
 Lonec diši po tem, kar je bilo v njem.
 Lonec, ki je dveh, malo skuha.
 Še lonci na polici se skregajo.
 Vsak lonec ima svoj pokrov.
 Na tak lonec tak pokrov!
 Ni zmetati vsega v en lonec.
 Dokler v loncu kipí, prijaznost žíví.
 Ko bi lonec na ogenj mislil, ne bi skipel.

Kdor hoče vse lonce obližati, si jezik rani.

Kdor ima z lonci opraviti, se umaže.
 Kdor svojemu loncu primiče, najbolje omiče.

Bolje okoli svojega lonca šetati, ko na tujem polju plesati.

Ali z loncem ob kamen ali s kamenom ob lonec: težko je loncu.

Kaj lonec, če ni kaj vanj!

Lonec, ki vodo zajema, je kmalu proč.

Kar deneš v počen lonec, tistega je kmalu konec.