

unverdorben, rein und unverfälscht sein. Besonders bringe man auf öftere Reinigung der Eßgeräte, aber auch der Zähne, des Mundes und der Hände. Da kleine Kinder alles gern zum Munde führen, so habe man acht, daß durch giftige Stoffe, Farben u. dgl. nicht Schaden entstehe. Auch behüte man die Kinder, daß sie nicht unverdauliche Gegenstände, wie Kirsch- und Pflaumenkerne, Bohnen, Münzen, Nadeln, in den Mund nehmen, von wo aus sie leicht in die Verdauungs- oder Atemungsorgane gelangen und die schlimmsten Zustände herbeiführen können.

Bei der Hautpflege ist vor allem auf allgemeine Reinlichkeit durch Bäder, Waschungen und stets reine Leibwäsche zu halten. Der Aufenthalt im Wasser darf nicht zu lange ausgedehnt werden. Das Baden geschehe nicht unmittelbar nach dem Essen, nicht nach heftiger Körperanstrengung, nicht an gefährlichen Orten. Mit dem Baden sind Hautabreibungen und entsprechende Körperbewegungen zu verbinden. Bei schwächlichen, blutarmen Kindern muß man kaltes Wasser nur mäßig und vorsichtig verwenden, wenn man den Körper wirklich kräftigen will.

Die Kleidung bedarf ebenfalls großer Sorgfalt. Einfachheit, Reinlichkeit, Zweckmäßigkeit und Ordnung sind hier die ersten Forderungen. Die Kopfbedeckung sei leicht und nur gegen übermäßige Hitze und Kälte schützend. Der Hals soll von Kindheit an bloß gehalten werden. Bei großer Kälte und beim Übergang von warmer in kalte Luft bekleide man ihn, jedoch nicht zu warm und zu eng. Halstücher sind im warmen Zimmer stets abzunehmen. Die Unter- und Oberkleider müssen weit sein, damit kein Teil des Körpers durch sie gedrückt werde. Das Schuhwerk sei bequem und so beschaffen, daß der Fuß warm und trocken bleibt.

Die Grundlage aller Erziehung sollte Einfachheit sein. Wenn wir das Kind hierzu führen wollen, so müssen wir es an möglichst wenig Bedürfnisse gewöhnen. Wir erweisen ihm dadurch eine unschätzbare Wohltat. Dem Kinde, dem der Luxus in der Kleidung und in Speisen, dem das Uebermaß in Freude fremd ist, bleiben auch Eitelkeit, Stolz, Raschsucht, Genußsucht, Unbescheidenheit, Habsucht, Neid, Mißgunst fremd; ihm blühen unzählige Freuden mehr als dem mit Genüssen aller Art übersättigten Kinde; es ist glücklich in seinem bescheidenen Kleidchen; es ist froh bei seinem einfachen Mahl; das Unbedeutendste kann ihm Freude machen; Enthaltksamkeit, Bescheidenheit, Selbstbeherrschung und hauswäckerischer Sinn, welche schöne Früchte der Erziehung zur Einfachheit!

Von großer Wichtigkeit ist der Schlaf des Kindes; darum darf der regelmäßige Verlauf von Schlafen und Wachen nicht gehemmt und gestört werden. Nie suche man den Säugling munter zu erhalten, wenn er einschlafen will, und nie störe man seinen Schlaf durch starke Sinnesindrücke, wie Geräusche, grelles Licht. Je jünger das Kind ist, desto mehr Schlaf bedarf es. Beim Einschlafen gewöhne man das Kind nicht an Wiegen, Fahren, Tragen oder Einsingen; all das wird sonst Gewöhnung, bringt