

540

Ich kann mich erinnern; was ich gestern in der Schule gelernt habe, und wie es in meiner Stube da und dort aussieht.

Das ich mir dieses wieder vorstellen kann, kommt nicht von meiner Hand oder von meinem Kopf, oder vom Fuß, sondern von meiner Seele; diese stirbt nicht mit, wenn der Leib stirbt.

### Von der Gesundheit.

Wenn an meinem Leibe alles so ist, wie es seyn soll; so heiße ich gesund. Ich muß ihn ernähren durch Essen und Trinken, und erhalten durch Bewegung und Ruhe. Die beste Bewegung ist die Arbeit, und die beste Ruhe der Schlaf. Ich kann aber krank werden, wenn ich zornig oder böse bin; wenn ich zu sehr springe, wenn ich mich zu sehr freue; mich kizle; — wenn ich zu viel oder unordentlich esse; — wenn ich erhitzt bin und trinke; wenn ich zu viel oder zu wenig schlafe; wenn ich unreinlich bin. Wenn ich falle oder mich stoße; da kann ich mir einen Knochen zerbrechen, ein Glied verrenken, oder etwas zerquetschen. Ich kann mir auch sehr großen Schaden thun, wenn ich mich erhize und dann erkälte. Vor dem allen will ich mich in Acht nehmen.

Die gewöhnlichsten Krankheiten der Menschen sind der Ausschlag, die Pocken, der Durchfall, das Fieber, der Husten, das Bauchweh, die Ruhr, der Schnupfen, die Schwindsucht, die Verstopfung.

Manche Leute haben an ihrem Leibe Fehler oder Gebrechen. Einige sind ausgewachsen, haben einen