

Man kann auch zu viel schlafen, und das merkt euch wohl, lieben Kinder, damit ihr nicht Langschläfer werdet wie Georg und Heinrich waren. Diese wollten als Kinder, niemals gleich aufstehen, wenn die Mutter sie weckte, sondern liessen sich wohl drei Mal wekken, ehe sie die Augen öffneten, und Anstalt machten, sich anzukleiden. Darum kamen sie fast jeden Tag zu spät in die Schule, und mussten, deshalb oft Strafe leiden. Die Mutter ermahnte sie vergebens, sie möchten sich doch endlich das Langeschlafen abgewöhnen, denn künftig würden sie früh aufstehen müssen, und dann würde es ihnen sehr schwer werden. So kam es denn auch, als sie zu einem Tischler in die Lehre gebracht waren. Dieser war mit seinen Lehrlingen sehr strenge, und daher mussten die beiden Langschläfer viel Beschämung und harte Strafen erdulden, ehe sie sich daran gewöhnen konnten, früh und rasch aufzustehen. Nun gedachten sie oft an die gütigen Ermahnungen ihrer Mutter, und beweinten zu spät ihren Ungehorsam. Als sie sich endlich daran gewöhnt hatten, mit Aufgang der Sonne aufzustehen, wurden sie noch ein Mal so gesund und munter, als sie zuvor gewesen waren, und ihr Lehrmeister hatte sie nun recht lieb, denn sie waren tüchtige Arbeiter.

Ohne dringende Nothwendigkeit sollten niemals Kinder bei Erwachsenen, oder mehrere Kinder in Einem Bette schlafen; denn so muß eines des andern Ausdünstungen einathmen, und dabei kann man nicht gesund sein, und nicht ruhig schlafen. Aber noch schädlicher, und sehr gefährlich ist es, wenn ein gesunder Mensch in einem Bette schläft, worin ein Kranker gelegen hat, ohne daß es zuvor gelüftet und ausgeklopft worden ist. Ist die Krankheit sehr bössartig gewesen, so muß man die Betten verbrennen, oder tief vergraben.

9. Von den Wohnungen.

Wenn eine Wohnung gesund sein soll, so müssen die Stuben und Kammern hell, geräumig und lustig sein. In dunkeln, dumpfigen und feuchten Wohnungen werden die Menschen ungesund und schwach, gichtisch und kränklich, sogar dumm, verdrießlich und schwermüthig. Kinder gedeihen in solchen Wohnungen nicht, sondern werden blaß, schwelzen, zehren aus, und sterben. Wer aus Armuth in feuchten Kellerstuben wohnen muß, kann sie verbessern, wenn er ihnen von innen und von Außen vieles Licht, und so viel als möglich reine Luft zu verschaffen mag, den niedrigeren Fußboden erhöhet, und die feuchten Wände frisch und trocken ausmauert.

Stuben und Kammern müssen alle Tage gekehrt und