seiner Uebungen, damit er gesund bleibe und ferner tüchtig zum Fortschritt in Kraft und Gewandtheit; denn die alte Lehre des Maßhaltens gilt in Allem. Du sollst Deines Leibes Kraft nie überspannen und Dich zur Abmattung und lähmenden Abspannung bringen. Eben darum sollst Du die Uebungen zur rechten Zeit wechseln, damit frische Glieder und Muskeln in's Spiel kommen, und die gebrauchten ruhen.

Die letzte Stelle nimmt folgender Grundsatz ein:

Du sollst die Erziehung des Leibes nicht treiben auf Kosten der Bildung des Geistes und Deiner Pflicht, damit Du nicht leibesstark und geistesschwach seiest, wie einer, der nur Gefallen hat an der Stärke des unvernünftigen Rosses.

Reinhard. Was ist hier für eine Erklärung beigefügt?

Ernst. Du sollst nicht vergessen, daß der Geist der eigentliche Mensch ist, daß seine Entwickelung über der leiblichen steht. Darum sollst Du der geistigen Ausbildung nicht die Zeit stehlen für die leibliche, sondern in dieser thun, was Recht ist, und die Zeit weislich gebrauchen und eintheilen, auch kein Geschäft darob versäumen.

Reinhard. Ihr habt diese nützlichen Lehren alle wohl behalten, die ein Jeder sich einprägen sollte.

Erste Abtheilung.

Reinhard. Wir gehen nun vom Gespräch über die Sache zu derselben selbst über, und machen mit den

Vorübungen

den Anfang.

Da Ihr nicht Alle eine und dieselbe Körperbeschaffenheit habt, so wird es zweckmäßig sein, die schon früher einmal

https://doi.org/10.24355/dbbs.084-202208051346-0