



Tabellarische Vorstellung des Inhalts.

Erstes Abendgespräch.

I. Von den Pflichten gegen uns selbst, und zwar

- 1) In Ansehung unsers Körpers und dessen Gesundheit. Seite 9.

Diese wird erhalten:

- a) Durch Vorsichtigkeit, S. 10.
- b) Durch Mäßigkeit, S. 11.
- c) Durch Arbeitsamkeit, S. 13.
- d) Durch erlaubte Vergnügungen, S. 16.
- e) Durch Reinlichkeit, S. 18.