

nahm mir also fest vor, von Zeit zu Zeit ein Mahl zu fasten, und habe es bis jetzt gehalten.

Ich rathe euch, Kinder, daß ihr dieß auch thut; auch darn, wann ihr aus der Aeltern Hause entfernt werdet, eure einfache Kost beybehaltet, und bisweilen eine Mahlzeit aussetzet.

Die gekünstelten Nahrungsmittel haben für den Gaumen zu viel Reiz, der uns leicht verleitet, davon zu viel zu gengen, sie sind der Gesundheit nachtheilig, und der öftere Genuß derselben macht den Menschen ungeschickt seine Schuldigkeit zu thun.

Der menschliche Leib kommt mir vor wie ein Pferd; wenn dieses zu gut genähret wird, so gehorcht es dem Reiter nicht mehr, und wirft ihn oft ab.

Das Fasten hingegen, wenn es bisweilen geschieht, erhält den Leib gesund, würzt unsere Speisen, und macht uns zum Nachdenken und zur Arbeit aufgelegt. Es ist also gewiß Gottes Wille, daß wir bisweilen fasten sollen.

Hey diesen Worten nickte Heinrich Julten zu; diese antwortete ihm wieder mit einem Kopfnicken, und Stephan zeigte auf seinen Magen, legte beyde Hände drauf, und versicherte durch seine Geberden, daß er auch dabey sey.

Sechs und zwanzigster Abschnitt.

Was die Kinder unter einander vorhatten, das offenbarte sich bey der Mittagsmahlzeit. Ein jeder

des