

Tabellarische

Vorstellung des Inhalts.

Erstes Abendgespräch.

I.	W	on den Pflichten gegen uns selbst, und zwar	
1.	In	Ansehung unsers Körpers	Seite
	und	dessen Gesundheit = = =	9
		Diese wird erhalten:	
a.	Durch	Vorsichtigkeit = = =	11
b.	Durch	Mäßigkeit = = =	14
c.	Durch	Abhärtung und eine ein= fache Lebensart = = =	17
d.	Durch	Arbeitsamkeit = = =	20
e.	Durch	erlaubte Vergnügungen =	24
f.	Durch	Reinlichkeit = = =	28
g.	Durch	Behutsamkeit in Anse= hung solcher Theile unsers Kör:	