



Von
der Gesundheit
der
Gelehrten
und derer
die in kränklichen Umständen sind.

S. I.

Mein erster Vorsatz, meine Herren! als ich berufen ward, in dieser Hohen-Schule eine Wissenschaft einzuführen, die bis jetzt keinen öffentlichen Lehrer hatte, war, Sie in dieser Stunde von den Verbindungen zu unterhalten, in welchen die Arzneykunst mit denen Wissenschaften steht, die schon viele Jahrhunderte durch, mit so vielem Glanz allhier gelehrt werden,

¶

und

und allen den Beystand aus einander zu setzen, den sie von ihnen erhält, und den sie ihnen hinwieder leistet.

Ueberaus angenehm würde es mir gewesen seyn, öffentlich zu bekennen, wie vieles und wichtiges sie von der Religion entlehnt. Mit Vergnügen würd ich die niederträchtigen Betrüger beschämt haben, welche sich unterstehen, die Religion der Aerzte anzuschwärzen. Eine wahre Freude würd ich mir daraus gemacht haben zu beweisen, wie viel Licht diese Wissenschaft über die Religion verbreitet, sie, die einzig mit der Untersuchung des vollkommensten der Geschöpfen beschäftigt, aus dem bewundernswürdigen Mechanismus des gesunden Menschen, und aus der wenns möglich ist noch wunderbarern Heilung des Kranken, die unwidersprechlichsten Beweise des Daseyns und der unendlichen Weisheit des Schöpfers herauszieht. Wir wollen annehmen, die Menschen hätten ihres Gottes gänzlich vergessen, bald werden die Aerzte ihnen die erhabenen Begriffe wieder ins Gedächtniß zurückrufen, die ihre Wissenschaft ihnen von diesem unsterblichen Wesen giebt, von welchem kein Mensch, man erlaube mir es zu sagen, richtiger und erhabener geredet hat als sie.

Welch eine Menge von Schriftstellern müßte ich hier anführen, wenn ich sie alle anführen wollte! Allein könnte ich den Hippocrates vorbegehen, unser Oberhaupt, der unter allen Schriftstellern am ersten behauptet hat, das Ungefehr sey ein Nichts, und alle Begegnisse die man ungefehr Zufälle nennt, werden durch den Willen des Allerhöchsten geleitet:

leitet (a) : Einen Galen, den man dem Hippocrates an die Seite setzt, und der umständlich dargethan, daß

N 2

die

(a) Wenn die Religion des Hippocrates ohne einigen Grund angefallen ward, so ist sie auch mit vieler Stärke vertheidiget worden. Johann Stephano, ein venetianischer Arzt, gab im 1638 zu Venedig ein kleines sehr interessantes Werkgen, betitelt *Hippocratis Cui Theologia*, heraus, worinn er die Uebereinstimmung der Lehrsäge dieses Arztes, und der Lehrsäge des Plato, Aristoteles und Galens mit der christlichen Religion beweist; und Drelincourt in 1688. eine griechische Rede über die nämliche Materie, welche ins französische übersetzt worden. Gundling, Professor zu Halle, gab zu Anfang dieses Jahrhunderts, unter dem Titel *Oria*, in deutscher Sprache, eine Sammlung von Dissertationen, worunter sich eine, *Hippocrates ein Atheist* betitelt, befindet; allein Herr Goetike hat in einer Rede und nachher in seiner Geschichte der Arzneywissenschaft, Herr Triller in einer lateinischen Dissertation (*Hippocrates atheismi falso accusatus*,) welche erst neulich, mit beträchtlichen Vermehrungen, in der Sammlung seiner kleineren Schriften, wieder aufgelegt worden; Herr J. Le Clerc in seiner *Biblioth. anc. & moderne* t. 15. p. 428; Herr J. A. Schmid in einer zu Helmstädt gedruckten Dissertation (*Theologia Hippocratis*); Herr Fabricius in einigen Anmerkungen zum dreizehnten Theil seiner *Biblioth. graeca*, und endlich Hr. El. Fr. Zeisler, in einem kleinen Werkgen, betitelt: *Apologia pro Medicis*, 8. Amsterdam 1736; diese alle haben die Nichtigkeit der verhassten Beschuldigungen gegen die Lehre des Hippocrates so wol erwiesen

4 Von der Gesundheit der Gelehrten und

die einzigen Wunder des menschlichen Daumens das Daseyn eines Gottes beweisen, und daher sein Buch von dem Gebrauche der Theilen des menschlichen Körpers, ein Denkmal zum Ruhme dieses Wesens errichtet, genannt hat (b): Den *Polycrest*, dem seine erhabene Frömmigkeit den glorreichen Zunamen des grossen Freundes Gottes erworben (c): Boyle der selbst so viel schönes geschrieben, und durch eine fromme Stiftung, welcher er grosse Einkünften hinterlassen, für alle künftige Jahrhunderte, die geschicktesten Leu-

erwiesen, daß niemand mehr die Reinigkeit derselben in Zweifel ziehen darf. Ueberall wo er den Anlaas hat von etwas zu reden das mit der Gottheit einige Verwandtschaft hat, redet er als ein Mann der voll der tiefsten Ehrfurcht für sie ist. Und wer könnte stärker davon überzeugt, und mehr davon erfüllt seyn als die Aerzte? Sie sehen sie allenthalben, und die Wunder ihrer Werke fallen jeden Augenblick unter ihre Sinnen. Man könnte gleichsam sagen, die Gottesgelehrten beschäftigten sich damit und die Aerzte betrachteten sie.

(b) *Galen* bezeuget nicht minder Religion als *Zippocrates*; und wenn man gleich in einem seiner Werke zwei Stellen antrifft, wovon die eine das Christenthum des Mangels der Beweisthümer beschuldigt, und die andere das eifrige Anhängen der ersten Christen an ihre Lehre lächerlich zu machen sucht, so beweist dieses noch nicht daß *Galen* ohne Gottesfurcht gewesen, sondern nur daß er kein Christ war.

(c) *Θεοφιλάτος*.

Leute in England zur Vertheidigung sowol der natürlichen als der geoffenbarten Religion, gegen die Irrgläubigen und gegen die Ungläubigen geweiht hat: Sydenham seinen Freund, den neuen Hippocrates; den unsterblichen Locke; den grossen Boerhaave; den berühmten Hofmann, einen wahrhaftig gottesfürchtigen Mann, obgleich er von einigen Ueberbleibseln des Aberglaubens nicht gänzlich frey war; und damit ich von unsern Zeitgenossen rede, einen Tralles der die Sophismen des de la Mettrie (d) so siegreich widerlegt; einen von Haller, der in einer Abhandlung, worinne man diejenige Stärke antrifft, welche alle seine Werke bezeichnet, die Grundsätze und die verderblichen Folgen des Unglaubens untersucht, und den Grundwahrheiten und den gesegneten Wirkungen des Christenthums (e) entgegen gesetzt hat. Wahr ist, je aufgeklärter die Aerzte sind, desto stärker widersetzen sie sich dem Aberglauben und allen seinen Ränken, den abgeschmackten Träumereyen des Pöbels von allen Ständen, dem Wahnwitz einer verwirrten Einbildungskraft, den jeder Doctor für die Richtschnur des wahren ausgiebt, weil es seine eigene Meynung ist; sie lachen über jene Hirngespinnste, die man an den Platz der Wahrheit aufstellen will, sie weigern sich den Schatten für den Körper zu umfassen; daher dieses Geschrey, diese Beschuldigungen, diese Schimpfungen, diese schwarze Verläumdungen womit man zu allen Zeiten diejenigen überschüttet, die zu einer gegründeten Lasterung die wenigste Gelegenheit geben.

H 3

Ei

(d) *Anima humana, &c.*(e) *Discours sur l'irreligion.* Neuchâtel, 1755.

6 Von der Gesundheit der Gelehrten und

Eine angenehme Beschäftigung würde es mir gewesen seyn jene enge Verbindung, jenen vollkommenen Zusammenhang, jene gegenseitige Abhänglichkeit, die sich zwischen der Sittenlehre und der Gesundheitslehre befindet, auseinander zu setzen, und ich würde diese Straße um so viel zuversichtlicher betreten haben, da sie von den zween größten Meistern, dem Hippocrates und dem Galen, schon vor langem gebahnet worden. Der erstere bemüht sich, in seiner kleinen Abhandlung von der Lebensordnung, beynabe einzig und allein, die Gleichheit der Seelen aller Menschen fest zu setzen, und behauptet, alle Grade ihrer Weisheit oder ihrer Thorheit, in den Graden ihrer Mäßigkeit, oder ihrer Unmäßigkeit zu finden.

Der zweyte hat mit gutem Erfolge den Einfluß der verschiedenen Zuständen des Körpers auf die Kräfte der Seele gewiesen. Schon vor mehr als sechszehn Jahrhunderten hat er die Weltweisen, welchen die Sorge für die Aufzucht der Jugend oblag, sie möchten diejenigen deren Sitten verderbt wären nur ihm übergeben: „Die so nicht glauben wollen daß die Nahrung im Stande sey die einten gemäßiger, andere ausgelassener, noch andere unkeusch, viele nüchtern, unternehmend, furchtsam, sanft, bescheiden, mürrisch, zu machen, die mögen zu mir kommen, und von mir lernen was ihnen zukömmt zu essen und zu trinken; sie werden finden daß sie zur Weisheit viel tüchtiger, und zur Bervollkommung der Kräfte ihrer vernünftigen Seele weit geschickter sind, wenn ich durch dieses Mittel ihre Einsicht und ihre

Gedächts

„Gedächtnis werde gestärkt, wenn ich sie werde fleißiger und weiser gemacht haben. Denn neben dem das die Speisen und das Getränk angeht, will ich sie von dem Einflusse der Winde, von der Temperatur der Luft die uns umgibt, von den Orten die man vorziehen und von denen die man ausweichen soll, unterrichten (f).

Wenn ich meinen Gegenstand auch noch so weitläufig abgehandelt hätte, so würde ich doch das alles was die Rechtsgelehrtheit mit der Arzneywissenschaft gemein hat, nicht erschöpfen. Will der Gesetzgeber Gesetze machen: Will der Richter auf seinem Richtstuhle, die Waage der Gerechtigkeit in der Hand, über Fragen aus dem bürgerlichen, aus dem peinlichen, oder aus dem Kirchenrecht absprechen, er wird eine Menge Fälle vorfinden, wo er unsere Grundsätze, und jenen weitläufigen Ast der Arzneygelehrtheit, den man die gerichtliche (*medicina forensis*) nennt, nicht entbehren kann.

Man würde den größten Theil der Physik durchgehen müssen, wenn man alle Theile, die ihr mit der Arzneykunst gemein sind, anzeigen wollte. Die ersten Weisen die sich mit der Betrachtung der Natur beschäftigten, beschäftigten sich auch mit der Heilung der Krankheiten; Pythagoras, Empedocles, Democritus, u. a. vereinigten die schönsten Kenntnisse der Physik und der Arzneykunst. Hippocrates war der erste der diese beyden Wissenschaften trennte,

A 4

nicht

(f) Das Buch *quod animi mores, corporis temperamenta sequantur.*
cap. 3. Charterius tom. 5. p. 457.

8 Von der Gesundheit der Gelehrten und

nicht um sie auf immer von einander abzusondern, sondern um einen so unermesslichen Körper von Wissenschaft, den ein einzelner Mann nicht ganz studiren konnte, und der groß genug war mehrere zu beschäftigen, in Theile aufzulösen, ohne jedoch zu vergessen, daß es Glieder sind, die natürlicherweise zu einem und ebendemselben Ganzen gehören.

Derjenige Theil dieses Ganzen, der sich mit dem Körper, als Körper betrachtet, beschäftigt, hat den Namen Physik beygehalten, da unterdessen die andern besondere Namen erhalten haben, welche sich auf die verschiedene Gattungen von Körpern, die sie betrachten, beziehen. Der menschliche Körper ist der Gegenstand der Arzneykunst. Und was ist die Arzneykunst ohne die Physik? Wer die Kräfte und die Eigenschaften der Körper und die Gesetze der Bewegung nicht kennt, der wird die Heilungskunst niemals lernen: Die Lehrer der Arzneykunst geben sich mit dergleichen Schülern nicht ab. Allein wie die Arzneykunst der Physik viel zu danken hat, so leistet sie dieser auch sehr viel. Und wie sehr haben die Aerzte sie nicht bereichert? Gilbert, ein engländischer Arzt, ist der erste der die electricischen Erscheinungen gut auseinander gesetzt: Boyle, ein Doctor zu Oxfort, hat der Physik mehr Dienste geleistet als sonst kein Gelehrter; Boerhaave hat durch seine Versuche über die Elemente, ihr eine ganz neue Gestalt gegeben; und, damit ich nicht mehrere nenne, der berühmte Muschembroek, den alle Physiker einmüthig für ihren Heerführer erkennen, hat den Grund zu seinem Ruhm, durch Schriften über die ausübende Arzneykunst, gelegt.

Die

Die Verbindung zwischen dem Studium der Arzneykunst und dem Studium der Sprachen, der Historie, und der Literatur ist zwar weniger merklich; dennoch ist sie wesentlich. Welcher Arzt würde sich nicht schämen, in der Geschichte und den schönen Wissenschaften unwissend zu seyn? Welcher macht sich nicht ein Vergnügen daraus, die Väter der Arzneykunst in ihrer Grundsprache zu lesen; und welcher bedauert es nicht, daß er die Sprache der arabischen Aerzte nicht versteht, von denen man bis izt nur schlechte Uebersetzungen hat?

Auch diesen Wissenschaften leistet die Arzneykunst hinwieder gute Dienste. Die Geschichte hat Dunkelheiten, die die Arzneykunst allein aufklären kann. *Celsus*, den diejenigen, die ein zierliches und reines Latein reden wollen, Tag und Nacht durchlesen, ist einer der berühmtesten Aerzte des Alterthums. *Plinius* hat zwar die Arzneykunst nicht ausgeübt, aber er hat sie verstanden, er hat fast einzig und allein für sie gearbeitet, und von seinem Werk hat man, und das mit grossem Recht, gesagt, man treffe darinn nicht bloß Hülfe zur lateinischen Sprache an, wie in andern Schriftstellern, sondern es fasse dieselbe ganz in sich. *Aretius*, den wir als einen grossen Meister in der Kunst der Gesundheit verehren, ist es auch nicht weniger in der griechischen Sprache. *Galen* besitzt eine ihm eigene Beredsamkeit. *Alexander von Tralles* hat ebenfalls seine eigene; und die Liebhaber des arabischen gestehen ein, daß es nirgends so rein angetroffen werde, als in den Schriften der Aerzte.

Beym ersten Anblick scheint es demnach, aus dem was ich bisdahin gesagt habe, eine so reiche Materie würde leicht abzuhandeln gewesen seyn; allein eine genauere Untersuchung hat mich ganz anders davon urtheilen gemacht. Ich überlasse diesen schönen Gegenstand grössern Männern, und habe in der ausübenden Arzneykunst selbst, einen Gegenstand gewählt, der Euch durch sich selbst gefallen könnte, und weiter nichts erforderte, als ganz einfältig aneinander gesetzt zu werden. Der Bauer spricht von seinen Ochsen (g), der Bootsknecht von Binden; ich als Arzt, aufgefordert vor einer gelehrten Versammlung zu reden, habe mir mit der Hofnung geschmeichelt, ihre Aufmerksamkeit zu gewinnen, wenn ich mit Ihnen über die Gesundheit der Gelehrten reden würde.

§. 2.

Schon vor langer Zeit hat man angemerkt, daß das Studiren der Gesundheit des Leibes wenig zuträglich wäre; Celsus warnte die Gelehrten vor den Gefahren ihres Berufs, und ertheilte ihnen gute Råthe, um solchen zu steuern. Plutarch, dieser vortrefliche Kenner alles dessen das gut und löblich ist, gieng noch weiter, und wollte, daß die Gelehrten nicht nur die Lehren der Arzneykunst ausübten, sondern daß sie sie selbst durchstudirten; er fand es unvernünftig, wenn sie ihr Leben öfters unnützen Studien aufopferten, da sie inzwischen die Kunst der Gesundheit verabsäumten. Ohne Zweifel ist ih-

nen

(g) De tauro dicit arator, navita de ventis,
Quod medicorum est promittunt Medici.

neu nicht bekannt, sagt er, daß diese schätzbare Kunst lange Zeit einen Theil der Weltweisheit ausmachte, und daß die Arzneykunst vornemlich denen nothwendig ist, die ihren Leib, durch mühsames Nachdenken, und durch nächtliches Wachen, entkräften.

§. 3.

Die Krankheiten der Gelehrten haben zwei Hauptquellen; die emsige Beschäftigungen des Geistes, und die stete Ruhe des Leibes. Um ein genaues Bild davon zu entwerfen, braucht es weiter nichts, als die schädlichen Wirkungen dieser beyden Ursachen umständlich zu erzählen.

§. 4.

Die Metaphysik untersucht die Ursachen des Einflusses des Geistes auf den Leib, und des Leibes auf den Geist: Die Arzneykunst beschäftigt sich mit Gegenständen, die weniger groß, aber vielleicht gewisser sind, und begnügt sich, ohne zu den ersten Ursachen dieser gegenseitigen Wirkung der beyden Substanzen, aus denen der Mensch zusammengesetzt ist, aufzusteigen, mit der genauen Beobachtung der daher entstehenden Erscheinungen. Die Erfahrung lehrt sie, daß dieser bestimmte Zustand des Körpers nothwendig diese bestimmte Bewegungen der Seele hervorbringt; daß diese bestimmte Bewegungen der Seele nothwendig diese Bewegungen des Leibes hervorbringen; daß, indem die Seele sich mit Denken beschäftigt, ein Theil des Gehirns sich in einem Zustand der Spannung befindet, der ihn ermüdet: Sie treibt ihre Untersuchungen nicht weiter, und hat auch nicht nöthig mehr davon zu wissen.

Die

Die Vereinigung des Geistes und des Körpers ist wirklich so enge, daß man kaum begreifen kann, wie der eine wirken könne ohne daß der andere diese Wirkung in mehr oder minderm Grad mit empfinde. Die erschütterten Werkzeuge der Sinnen übertragen dem Geist den Gegenstand seiner Gedanken, indem sie die Fasern des Gehirns erschüttern; und mittlerweile daß die Seele sich damit beschäftigt, sind die Werkzeuge des Gehirns in einer mehr oder weniger starken Bewegung, in einer mehr oder weniger grossen Spannung; diese Bewegungen ermüden das Mark des Gehirns, und diese zarte Substanz befindet sich, nach einem langanhaltenden Nachdenken, eben so entkräftet, als ein starker Körper nach einer heftigen Leibesübung. Wer in seinem Leben nur ein einziges Mal strenge nachgedacht hat, der wird diese Erfahrung an sich selbst gemacht haben; und es giebt nicht einen Gelehrten, der nicht schon zum öftern mit einem heftigen Kopfwehe, und vieler Hitze in diesem Theile, aus seinem Studirzimmer gegangen sey; und dieses hängt von dem Zustand der Mattigkeit und Erhitzung, worinn sich das Hirnmark befindet, ab; der Abdruck dieser Müdigkeit läßt sich auch in den Augen wahrnehmen; und wenn man einen im Nachdenken vertieften Mann betrachtet, so sieht man, daß alle Muskeln des Gesichts gespannt sind, ja sogar zuweilen erscheinen sie in Zuckungen. Schon PLATO sah die Gefahr eines allzustarken Nachdenkens ein: Wenn die Wirkung der Seele zu heftig ist, sagt er, so bringt sie dem Felbe Stöße bey, die ihn kraftlos machen; wenn sie bey gewissen Gelegenheiten sich gewaltsam anstrengt, so

em

empfindt es der Leib, er wird erhitzt und geschwächt. Ramazzini, ein berühmter italiänischer Arzt, hat die nämlichen Beschwerden bemerkt: Die Vereinigung der Seele und des Leibes ist so, daß sie das Gute und Böse, das ihnen begegnet, zu gleichen Theilen unter sich theilen; der Geist ist zu allen Geschäften untüchtig, wenn der Leib durch außerordentliche Uebungen ermüdet ist; und eine allzu lange anhaltende Anstrengung zum Studiren zerstört den Leib, indem sie die animalischen Geister verschwendet, die zu seiner Erquickung nöthig sind. (h)

Um diese Einflüsse der Arbeiten des Geistes auf die Gesundheit des Leibes einzusehen, dürfen wir uns nur erinnern.

1. Etwas, das ich schon angezeigt und welches die Empfindung einem jeden der denkt, und sich bey dem Denken beobachtet, lehrt, ist, daß das Gehirn während dem Denken beschäftigt ist.
2. Daß ein jeder Theil des Leibes, der beschäftigt ist, sich ermüdet, und daß, wenn die Arbeit allzu lange anhält, seine Berrichtungen gestört werden.
3. Daß alle Nerven vom Gehirn ausgehen, und zwar genau von demjenigen Theile des Gehirns, der das Werkzeug des Denkens ist, und den man gemeinlich das *Sensorium commune* nennt.
4. Daß die Nerven einer der vornehmsten Theile der menschlichen Maschine sind, daß keine einzige Berrichtung ist, zu der sie nicht nothwendig seyen, und daß, sobald ihre Wirkung in Unordnung geräth, die ganze animalische Oeconomie es mit empfindt. Nach diesen einfachen Grundsätzen wird nun ein jeder leicht einsehen, daß, wenn das

Gehirn

(h) *Opera omnia*, p. 648.

Gehirn, durch die Wirkung der Seele, entkräftet ist, die Nerven nothwendig leiden müssen, und daß ihre Zerrüttung die Zerrüttung der Gesundheit nach sich zieht, und endlich das Temperament zerstört, ohne daß irgend eine andere fremde Ursache hieran Theil habe.

§. 5.

Die bösen Folgen des Lesens nichtsbedeutender Schriften sind, daß man darüber die Zeit verliert und das Gesicht ermüdet; Bücher hingegen, die durch die Stärke und den Zusammenhang der Ideen die Seele ausser sich selbst erheben, und sie zum Nachdenken zwingen, erschöpfen den Geist, und entkräften den Leib; und je lebhafter und anhaltender das Vergnügen war, desto schädlicher sind die Folgen davon. Alles, sagt der Herr von Montesauiou, ermüdet uns in die Harre, und vornehmlich grosse Vergnügen. Die Fasern, die die Werkzeuge davon gewesen, haben der Ruhe nöthig; man muß andere gebrauchen, die besser im Stande sind uns zu dienen, und die Mühe, so zu reden, vertheilen. (i) Malebranche ward, als er den Mensch des Cartesius las, von einem heftigen Herzklopfen befallen; und demahlen besudt sich in Paris ein Professor der Rhetorik, dem es übel wird, so oft er an eine schöne Stelle im Homer kömmt (k).

In solchen Fällen bringt die allzustarke Anstrengung des Geistes eine merkliche und schleunige Zerrüttung im Körper hervor.

(i) Petit porte - fenille, p. 113.

(k) Lorry, de melancholia & morbis melanchol. Tom. I.

vor. Der Herr von Sauvages hat zwar einmal ein gerade entgegen gesetztes Beyspiel gesehen, welches aber den wechselseitigen Einfluß beyder Substanzen ebenmäßig beweist. Ein edler Genueser sah nämlich Anfälle von gichterischen Zuckungen jedesmal zum voraus, und konnte ihnen durch eine starke Anstrengung des Geistes zuvorkommen: Allein diese Gewalt, womit er Gewalt abtreiben wollte, hatte endlich die traurige Folge, daß er in Raserey verfiel und starb (1).

§. 6.

Das Gehirn, welches, man erlaube mir diese Vergleichung, der Schauplay des Krieges ist, die Nerven, die daraus entspringen, und der Magen, der viele sehr empfindliche Nerven hat, dieses sind die Theile die gewöhnlich am ehesten und meisten von der übermäßigen Bemühung des Geistes leiden; wenn aber die Ursache lange fortfährt zu wirken, so ist beynabe kein einziger Theil, der es nicht empfinden müsse.

§. 7.

Herr van Swieten gedenkt eines verdienstvollen Mannes, der seine Gesundheit durch nächtliches Studiren (m) ganz zu Grunde gerichtet: Er verfiel in einen äußerst beschwerlichen Schwindel, sobald er mit einiger Aufmerksamkeit auch nur ein kurzes Histörchen, oder eine nichtsbedeutende Erzählung anhören wollte, und so oft er sich Mühe gab, etwas, das er vergessen hatte, ins Gedächtniß zurückzurufen, in heftige Wangigkeiten; oft sank er sogar nach und nach in Ohnmacht,
und

(1) Nosol. method. Classis 4. Art. 19. T. 1. Ed. 4. p. 579.

(m) Dieses ist eben das, so die Alten *Lucubrations* nemmett.

und er verspürte eine mühsame Empfindung von Mattigkeit. Das verdriesslichste dabey war, daß er diese unwillkürliche Bemühung nicht aufhalten konnte; wie sehr er sich auch bemühte sie zurückzuhalten, so mußte er sie wider Willen fortsetzen, bis ihm ganz übel war (n). Herr Viridet, mein Mitbürger, hat eine Frau gekennet, die von einer heftigen Colick befallen wurde, so oft sie ihren Geist zu irgend einem Geschäfte anstrengte (o); und ein neuere Schriftsteller gedenkt eines Mannes, dem der Arm sehr merklich aufschwoh, so bald er nachdachte oder eine lebhaft empfindung ausstand (p). Ich bin von einem adelichen Engländer um Rath gefragt worden, der während seinem Aufenthalt in Rom sich dem Studium der Mathematik so stark ergab, daß er nach einigen Monaten nicht mehr im Stande war seine Augen zu gebrauchen, obgleich man an denselben nicht den geringsten äußerlichen Fehler entdeckte. Er ließ sich vorlesen, aber bald hernach verlor er auch den Gebrauch seines Gehirns, und war nicht im Stande nur einige Minuten lang das allergegleichgültigste Gespräch auszusprechen.

Mein Freund, Herr Zimmermann, führt ein anderes Beyspiel von gelehrter Entkräftung an, das viel zu interessant ist

(n) *Commentar. in Boerhaav. aphor. T. 3. p. 413.*

(o) *Traité du bon chile. t. 2. p. 647.* Dieses nur wenig bekannte Werk, obgleich es schon in 1735. nicht lange vor dem Tode seines Verfassers erschienen, verdiente, wegen der grossen Anzahl von guten Bemerkungen, die es enthält, mehr bekannt zu seyn.

(p) *M. Borden's Prix de l'Acad. de Chir. t. 6. p. 199.*

ist als daß ich es unangeführt lassen könnte: Ein junger schweizerischer Edelmann, sagt dieser geschickte Arzt, gerieth mit der größten Hitze ins Studium der Metaphysik; in weniger Zeit verspürte er eine Ermattung des Geistes, welcher er neuen und verstärkten Fleiß entgegensezte; die Schwachheit vermehrte sich, und er verdoppelte seine Anstrengung. Dieser Kampf dauerte sechs Monate, und das Uebel nahm so sehr überhand daß der Körper und die Sinnen davon litten. Einige Arzneymittel stellten den Körper wieder ein wenig her, allein der Geist und die Sinnen versanken durch eine unmerkliche Gradation in den vollständigsten Grad von Unempfindlichkeit. Ohne blind zu seyn schien er nicht zu sehen; ohne taub zu seyn nicht zu hören; ohne stumm zu seyn redete er nicht mehr. Uebrigens schlief er, er trank, er aß ohne Lust und ohne Eckel, ohne zu fodern und ohne abzuschlagen. Man glaubte ihn unheilbar, und gab ihm keine Arzneymittel mehr; dieser Zustand dauerte ein ganzes Jahr. Um diese Zeit las man in seiner Gegenwart einen Brief überlaut; er fährt auf, beklagt sich murmelnd und hält seine Hand fürs Ohr; man gewahrt dieses und liest noch lauter; alsdann schreyt er und giebt Zeichen des heftigsten Schmerzes; man wiederholt den Versuch, und der Sinn des Gehörs wird durch den Schmerz wieder frey gemacht. Alle andere Sinnen werden nach und nach auf gleiche Weise wieder hergestellt, und bey der Rückkehr eines jeden Sinnes verspürte man eine Verminderung der Unempfindlichkeit; allein die Entkräftung und die Schmerzen behielten ihn lange Zeit am Rande des Grabes; endlich siegte die Natur, fast ohne einige Hülfe

der Arzneykunst; er ward gänzlich hergestellt, und ist heut zu Tage einer unser bester Philosophen (q). Es ist nicht möglich diese Erscheinungen anders zu erklären als durch die Schwäche der Nerven, und durch den Einfluß der Seele auf dieselben.

§. 8.

Was die Wirkung der Seele auf den Magen betrifft, so giebt sich dieselbe täglich durch Erfahrungen, die jeder an sich selbst machen kann, zu erkennen. Der am meisten denkt, verdaut am schlechtesten, alles andere gleich gesetzt; wer am wenigsten denkt, verdaut am besten. Man sieht sehr oft Dummköpfe viel essen und trinken ohne daß sie Beschwerden davon hätten, obgleich sie eine sitzende Lebensart führen, und eben nicht von einer stärkern Leibesbeschaffenheit sind als andere. Wie viel giebt es nicht im Gegentheil geistreiche Köpfe, die beschwerlich und mühsam dauen, obgleich sie ein gutes Temperament haben, und sich viel Bewegung geben? Das nämliche Gesetz der Organisation des menschlichen Körpers, dem zu Folge heftiges Erbrechen eines der ersten und vornehmsten Symptomen der Verletzung des Gehirns, nach empfangenen Schlä-

(q) Diese Bemerkung ist aus dem Capitel, von den Wirkungen der Anstrengung des Geistes, hergenommen, welches Herr Zimmerman seinem Werk, von der Erfahrung in der Arzneykunst, einverleibt hat, und welches er gütigst beliebt hat, mir zu gefallen, nach der ersten Ausgabe dieses kleinen Werkes, zu übersetzen; dieses Capitel ist voll der nützlichsten Sachen, die ich noch mehr gebrauchen werde.

Schlägen an das Haupt ist, findet sich bey allen Reizungen dieses Werkzeuges ein; der Grad der Wirkung steht immer mit dem Grade der Ursache in Verhältnis; und ist es gleich selten daß die Anstrengung des Geistes so weit getrieben wird, daß sie auf der Stelle die nämlichen Wirkungen auf die Nerven hervorbringe, welche ein heftiger Schlag hervorbringen würde, so ist es doch nicht ohne Beyspiel. Ein Mann voll Genie, der mit einer übermäßigen Hitze sich an eine Arbeit machte, sagte mir vor einiger Zeit, er hätte nachdem er einige Stunden lang mit Lebhaftigkeit gearbeitet, weil er die Kräfte seiner Seele erhöht fand, auf einmal verspührt, daß ihm der Kopf schwach würde; seine Ideen wurde verwirret, er konnte nichts mehr fassen, es ward ihm übel, und er hatte wiederholtes Erbrechen. Mein erlauchter Freund, Herr Dome gedenkt eines Gelehrten, der sich durch Arbeiten seinen Magen dergestalt verdorben hatte, daß er gleich nach der Mahlzeit sich erbrechen mußte. (r) Es ist sehr gewöhnlich, daß Personen, die lange und scharf nachdenken, den Appetit völlig verlieren. Ein edler Däne, den seine kränklichen Umstände letztern Sommer gen Lausanne führten, empfand dieses auf eine so merkliche Art, daß seine Bedienten, wenn sie sahen, daß er länger als eine gewisse Anzahl Stunden seinen Geschäften obgelegen, ihm die Tafel nicht decken mußten. Unmöglich hätte er alsdann essen können. Er mußte in solchem Fall jedesmal einen starken Spazierritt thun, um sich von seiner Abmattung zu erholen, und wieder Kräfte und Appetit zu bekommen. Diese verdrießliche Folge

B 2

über

(r) *Traité des vapeurs hysteriques*, p. 248.

übermäßigen Studirens ist eine von denen die am allgemeinsten wahrgenommen worden. Aristoteles mußte beständig eine Blase mit einem aromatischen Oel angefüllt auf dem Magen tragen, und Marcus Aurelius Antoninus hatte sich den seinigen durch die unaufhörliche Spannung, worinn die Regierung der Welt, und die Uebung in den Wissenschaften seine Seele hielten, dergestalt zu Grunde gerichtet, daß er nach dem Bericht des Galenus, seines ersten Leib-
 arztes, Unverdaulichkeiten ausgesetzt war, von denen er sich nur durch ein vier und zwanzig stündiges Fasten, und durch ein Glas warmen Weins, worinne etliche Pfefferkörner eingeweicht waren, heilen konnte. Der nämliche Schriftsteller hat uns die Geschichte eines Frauenzimmers Arria genannt, die er sehr liebte, aufbewahrt, welche als sie sich mit dem größten Fleiß dem Studium der platonischen Philosophie überließ, ihren Magen solchergestalt geschwächt hatte, daß sie nicht mehr im Stande war Nahrung zu sich zu nehmen, und ihre Kräfte hatte sie auf einen solchen Grad verlohren, daß sie sich nicht mehr anderst als auf dem Rücken liegend halten konnte (s):
 Boerhaave, der lange Zeit in einer Stadt gelebt, wo die Wissenschaften stark cultivirt werden, sagt, das Studiren verderbe zu allererst den Magen, und wenn man diesem nicht vorbeue, so könne das Uebel in eine Schwermuth ausschlagen. Ein schlechter Magen, sagt ein berühmter portugiesischer Arzt, verfolgt die Studierenden wie der Schatten den Körper.

(s.) *De theriac, ad Pisonem, cap. 2. Chart. t. 13. p. 932.*

per. (t) Ich selbst habe Kranke gesehen die für dergleichen ge-
lehrte Unmäßigkeit, anfänglich durch Verlust des Appetits,
durch ein gänzlichcs Aufhören der Daurung, eine allgemeine
Mattigkeit, welche die Folge davon war; nachgehends durch
Krämpfe, Convulsionen, und endlich durch Verraubung aller
ihrer Sinnen, bestraft wurden.

§. 2.

In kurzem fällt, durch eine unvermeidliche Erwidcrung,
das Uebel das der Geist dem Körper zugezogen hat, auf den
Geist selbst zurück, weil das höchste Wesen gewollt hat, daß so
lange diese zwei Substanzen die gleiche Bahn zu laufen hätten,
die Verrichtungen des Geistes bis auf einen gewissen Grad,
von der Gesundheit des Leibes abhängig seyn sollten: Diese
Wahrheit ist zu allen Zeiten erkannt worden. Der jüngere
Plinius hat sehr nachdrücklich gesagt, die Stützen des
Leibes unterstützten den Geist (u), und Democritus
lange vor ihm: Die Stärke des Geistes vermehrt sich mit
der Gesundheit; wenn der Leib krank ist, so ist der Geist
zum Nachdenken untüchtig (x). Es ist desnahen nicht zu
verwundern daß er abnimmt, nachdem er das Hirn erschöpft
und die Nerven geschwächt hat. Man mache mir keinen Ein-
wurf mit der Aufführung des Plato, der einen ungesunden
Ort zu seinem Hörsaal auswählte, in der Einbildung sein Geist
werde zum Nachdenken mehr aufgelegt seyn, wenn seine Ge-

B 3

sund-

(t) *Annoti Lusitani curat. Medic. p. 153.*

(u) *Epist. lib. 2, epist. 9.*

(x) *Epist. ad Hippocrat. Foes. t. 2, p. 1228.*

sundheit weniger stark wäre. In diesem Fall: war Platons Aufführung seiner allgemeinen Lehre ganz entgegengesetzt, und verhältnismäßig zu seiner grossen und zum Fettwerden geneigten Leibesbeschaffenheit; darum wünschte er sich auch das Fieber, damit er magerer würde. Auch mache man mir keinen Einwurf mit einigen sehr kränklichen Gelehrten; denn wenn man ihre Gesundheit mit aller Aufmerksamkeit untersucht, so wird man finden, daß die Zerrüttungen die sie auszustehen hatten, ihren Sitz nicht im Gehirn oder in den Nerven hatten, welche, da sie nicht selten eine sehr grosse angebohrne Stärke besitzen, durch die Zerrüttungen anderer Organen, nur wenig in Unordnung gebracht werden, und im Stande bleiben den Verrichtungen der Seele die nöthigen Dienste zu leisten.

§. 10.

Die ersten Zufälle die eine Schwächung der Nerven eigentlich zu erkennen geben, sind, eine Gattung Kleinmüthigkeit die man vorher nicht kannte; Mißtrauen, Furcht, Traurigkeit, Niedergeschlagenheit, Verzagtheit: Ein Mann der ganz unerschrocken gewesen, fängt an alles zu fürchten; die leichteste Unternehmung setzt ihn in Schrecken, der geringste unborgesehene Zufall macht ihn beben, die geringste Unpäßlichkeit scheint ihm eine tödtliche Krankheit, und der Tod ist ihm eine abscheuliche unausstehliche Vorstellung. Es hat Tyrannen gegeben, welche Weltweisen, die sie haßten, zum Tode verurtheilt haben, allein sie waren nicht im Stande ihnen denselben fürchten zu machen; wieviel grausamer würden sie gewesen seyn, wenn sie ihnen das Leben gelassen, und hingegen die Schrecken welche die

die Martern der Hypochondriken ausmachen, in ihnen hätten erregen können? Wir sehen täglich Gelehrte, bey denen diese Krankheit zu keimen anfängt, gezwungen ihre geliebte Bücher zu verlassen: Ihre Nerven werden schwächer und machen sie zur Aufmerksamkeit unfähig; sie verlieren das Gedächtniß; ihre Ideen werden dunkel; Hitze im Kopf, Herzklopfen, eine allgemeine Entkräftung, die Furcht plötzlich zu sterben, machen ihnen die Feder aus der Hand fallen. Ruhe, nahrhafte Speisen, Leibesübung, geben ihnen einen Theil der Kräfte wieder; sie kehren zu ihren Büchern zurück, die sie bald hernach wieder verlassen müssen. Unter dergleichen Abwechslungen geht der Tag hin; am Abend sind sie müde, niedergeschlagen, sie legen sich zu Bette, und bringen eine schlimme Nacht hin; die Reizbarkeit ihrer Nerven hindert sie am Schlaf, und setzt sie oft außer Stand zu denken. Ich kenne einen jungen Mann der sich hartnäckig den philosophischen Studien ergeben, und nun kein Buch mehr öffnen kann ohne Convulsionen der Haupt- und Gesichtsmuskeln zu bekommen; es ist ihm dannzumal als ob ihm der Kopf mit Stricken zusammengebunden werde. Es würde ohne Nutzen seyn eine grössere Anzahl von Beispielen anzuführen, die das Werk vergrößern würden, ohne irgend etwas zum schon jetzt mehr als vollständigen Beweis der Schädlichkeit des hartnäckigen Studirens, und seines verderblichen Einflusses auf die Kräfte des Nervensystems, hinzuzufügen. Die Beschäftigung im Cabinet, sagt Rousseau, macht die Leuthe weichlich, sie schwächt ihr Temperament, und die Seele kann ihre Kräfte schwerlich behalten, wenn der Leib

die seinen verlohren hat. Das Studiren verschleißt die ganze Maschine, erschöpft die Lebensgeister, zerstört die Kräfte, entnerot den Nuth, macht verzagt, und unfähig sowol den Beswehrden, als den Leidenschaften zu widerstehen (y).

§. 10.

Die Kopfarbeiten bringen nicht allein die Schwächung und die übermäßige Beweglichkeit der Nerven, sondern auch die eigentlichen und schwersten Nervenkrankheiten selbst hervor. Galenus hat einen Gramaticker gesehen, der in die fallende Sucht verfiel, so oft er mit Hitze dachte oder lehrte (z), und Pechlin kannte eine Dame, die allemal einen leichten Anfall von eben dieser Krankheit bekam, wenn sie mit Aufmerksamkeit etwas las oder schrieb (a). Ich selbst, und Herr van Swieten hat die nämliche Bemerkung gemacht, habe Kinder von der besten Hofnung, die von harten und unvernünftigen Schulmeistern genöthigt worden, ohne Aufhören zu studiren, für ihr ganzes Leben epileptisch werden gesehen. Hofmann gedenkt eines jungen Menschen, der für einen Augenblick in Epilepsie verfiel, so oft er seinen Geist oder sein Gedächtniß ermüdete; so bald er aufhörte zu studiren, hörte das Herzklopfen auf, und er gelangte wieder zu seiner Gesundheit (b). Der berühmte Petrarch bezahlte seine Liebe zu den Wissenschaften um den nämlichen Preis. §. 11.

(y) *Préface de Narcisse, œuvr. divers, t. 1. p. 172.*

(z) *De loc. affect. l. 5. c. 6. Charter. t. 7. p. 492.*

(a) *Observ. med. phys. L. II. Obs. 29. p. 283.*

(b) *Medici ration. de epileps. §. 19.*

§. II.

Neben den Nervenkrankheiten, welche das Studiren dadurch, daß die Nerven in Verwirrung gerathen, verursacht, bringt es noch eine Menge von andern Uebeln hervor. Ein berühmter Mathematiker, der von einem ererbten Podagra angegriffen war, und dessen Aufführung immer untadelich gewesen, beschleunigte desselben Anfall, indem er sich mit allzugroßem Eifer an die Auflösung eines schweren Problems machte (c). Der Herr von Leibniz, einer der größten Männer, die jemals gelebt haben, ward in den letzten Jahren seines Lebens von eben dieser Krankheit gepeinigt, die, nachdem sie in Unordnung gerathen war, auf die Nerven fiel, und ihm wenige Stunden vor seinem Tod heftige Zuckungen verursachte (d). Der besondere Zufall, der dem Chevalier d'Epemay begegnete, ist bekannt: Nach einer vier Monate lang anhaltenden emsigen Beschäftigung, verlor er ohne einige Zufälle von Krankheit den Bart, die Augenwimpern, die Augenbraunen, endlich die Haupt- und alle übrige Haare des Leibes (e). Diese Erscheinung läßt sich durch den Mangel der Nahrung in den kleinen Bollen, welche den Haaren zur Wurzel dienen, ohne Mühe erklären. Dieser Mangel der Nahrung konnte dreyerley Ursachen haben: 1. Die Unordnung in den Verrichtungen des Magens, des ersten Werkzeuges der Daurung und Ernährung; 2. die Verminderung der Wirkung der

B 4

Ner-

(c) *Van Swieten t. 4. p. 305.*(d) *Bruckeri Vita Leibnitii §. 24. Opera omnia. T. 1. p. 98.*(e) *Gazette de France, 23. Fevr. 1763.*

Nerven, die an der Nahrung so vielen Antheil haben, und die, durch die Seele beschäftigt, nothwendig schlecht für den Leib arbeiten; 3. jenes kleine Fieber, dem einige Gelehrten unterworfen sind, und welches, indem es den Nahrungsfaß verzehrt, die Gelehrten blaß und mager macht, und sie endlich ins Abnehmen und in eine gänzliche Auszehrung stürzt. Dieses Fieber kommt daher, daß eine heftige Anstrengung des Geistes zuweilen die Bewegung des Herzens verstärkt, und seine Schläge vermehrt; noch öfter aber entspringt es aus einer schlechten Daunung. Denn ein übel verarbeiteter Nahrungsfaß reizt die Werkzeuge des Kreislaufes, verursacht dadurch ein Fieber, und erweckt, wenn die Werkzeuge des Athemholens auch schwach und empfindlich sind, zugleich einen Husten, der, mit dem Fieber verbunden, in Auszehrung, oder in ein Schleichfieber ausarten kann, und aber weder durch kühlende noch durch die gemeinlich sogenannten brustlösenden Mittel, welche die Ursache des Uebels nur vermehren würden, geheilt seyn will: Ich habe solchen durch den blossen Gebrauch der Rhabarber geheilt; und es ist ohne Zweifel in dieser Art von Auszehrung, wenn man sie so nennen will, wo die warmen Bäder von Cautevets, u. s. w. so berühmte Dienste leisten. — Inzwischen haben andere, dem eben erwähnten analogische Wasser die nämliche vortheilhafte Wirkung, wenn solche geschickt gebraucht werden.

§. 12.

Um sich einen Begriff von den Wirkungen einer allzustarcken Anstrengung des Geistes zu machen, so läßt sich selbige

zum

zum öftern als ein Verband ansehen, das man allen Nerven angelegt, und das, indem es ihre Berrichtung aufhebt, die nämliche Wirkung in dem ganzen Bau hervorbringt, welche ein Verband, mehr oder weniger fest zugezogen, auf einen Ast eines Nervis angelegt, auf die Theile, worein sich dieser Ast vertheilt, hervorbringen würde. Das Nachdenken erschöpft auch auf gleiche Weise wie alle übermäßige Ausleerungen thun, welche den Körper abmärgeln, entkräften, die Säfte allzusehr verdünnern, und eine allzugrosse Beweglichkeit der Nerven hervorbringen. Die allzuhäufigen Uderlässen, Elystiere, Auswürfe des Speichels, häufiger Abgang des Urins, kurz jede übermäßige Ausleerung, schwächt die Wirkung der Gefässe allzusehr, vermindert die Menge der Säfte, und verhindert dadurch die Zubereitung des Nervensaftes, oder der Lebensgeister, im Gehirn, von denen alle Wirkung der Nerven abhängt. Das Nachdenken, indem es die Nerven in einem Zustand von anhaltender Wirkung hält, verbraucht allzuviel von diesen Lebensgeistern, und verhindert das Gehirn an ihrer Zubereitung; also in beyden diesen Fällen muß diese köstliche Flüssigkeit, welche die allerreinste Substanz, die meist gearbeitete des ganzen menschlichen Baues, die nothwendigste zu unsern Berrichtungen ist, fehlen, oder sie ist verdorben, und daher entspringen eine Menge von Unordnungen. Allein zwischen der Entkräftung der Nerven, die von allzuhäufigen Ausleerungen herkömmt, oder von allzusehrenden Leibesarbeiten, welche ebenfalls entkräften, indem sie allzuviel von den Lebensgeistern verschwenden, und derjenigen, die von der Anstrengung

gung des Geistes kömmt, ist dieser sehr wesentliche Unterschied, daß die erstere dieser Ursachen wirklich, für eine Zeitlang, die genugsame Absonderung dieses köstlichen Liquors verhindert, aber die Werkzeuge desselben nicht in Unordnung bringt, da hingegen die andere, die Anstrengungen des Geistes, das Werkzeug selbst angreifen, wie ich es weiter unten deutlicher auseinander sehen werde. Die erstere entzieht der Fabrik den zu verarbeitenden Stoff, die zweyte bringt die Arbeitsmaschinen selbst in Unordnung; und diese Unordnungen des Gehirns, Früchte eines übermäßigen Studirens, soll ich untersuchen. Sie hängen von drey Gesetzen der thierischen Einrichtung ab, welche so viele besondere Artikel ausmachen sollen.

§. 13.

Das erste ist dieses, daß nämlich, wenn die lange Zeit beschäftigte Seele dem Gehirn eine allzustarke Bewegung eingebracht hat, sie nicht mehr Meister ist solche zu hemmen: Diese Erschütterung setzt sich wider ihren Willen fort, und indem sie auf die Seele entgegenwirkt, bringt sie in derselben Ideen hervor, die wahrer Wahnsinn sind, weil sie den äußerlichen Eindrücken der Gegenständen nicht mehr entsprechen, sondern der innern Disposition des Hirns, von welchem irgend ein Theil unfähig wird die neuen Bewegungen, die ihm die Sinnen übertragen, zu empfangen. *Tasso* hatte öftere Anfälle von Wahnsinn. *Spinello*, ein berühmter toscanischer Mahler, gab, als er den Fall der aufrührerischen Engel malte, dem *Lucifer* so furchtbare Züge, daß er darüber selbst von Entsetzen ergriffen wurde; und sein ganzes übriges Leben durch glaubte er unaufhörlich diesen

diesen bösen Geist vor sich zu sehen, wie er ihm Vorwürfe machte, daß er ihn unter einer so häßlichen Gestalt vorgestellt habe. **Dascal**, einer von den größten Geistern, hatte nach übertriebenen Arbeiten und scharfen Nachdenken, das Gehirn dergestalt verwundet, daß er sich einbildete immer einen Abgrund voll Feuer an seiner Seite zu haben; die unaufhörliche Bewegung einiger von seinen Fasern übertrug ihm ohne Aufhören diese Empfindung, und seine durch die Nerven überwundene Vernunft war niemals im Stand diese Idee zu besiegen. Wie viel andre noch mehr, die ihr allzuhoch gespannter Geist für immer über die Gränzen des Wahren hinausgerissen? Man findet in dem Leben der größten Männer sehr oft Züge, die das Gepräg von Wahnwiz zu tragen scheinen. Man bewundert das Genie des **Aristoteles**, aber seine Aufführung gegen den **Pythias**, kommt uns nichts desto weniger unbegreiflich vor: Seine Gattin anzubeten, braucht man eben kein Narr zu seyn; aber ihr Opfer darzubieten, ist ein Streich eines verrückten Kopfes. **Caspar Barloeus**, ein Redner, Dichter und Arzt kannte alle diese Gefahren; er warnte auch seinen Freund **Constant**. Zühens zum öftern vor demselben (f); aber in Ansehung seiner selbst war er blind, und sein übermäßiges Studiren schwächte ihm sein Gehirn dermassen, daß er glaubte, sein Körper sey von Butter: Er floh das Feuer sorgfältig; endlich

(f) *Nec litteras, scribē er an ihn, nec versus rescribe ne in novum discrimen valetudinem dubiam adducas. Facile enim ex attentione incalescent spiritus, hinc sanguis, hinc habitus corporis.* **BARLOEI** Epist. lib. I. ep. 4.

lich seiner unaufhörlichen Schrecken überdrüssig, stürzte er sich in einen Sodbrunnen. Schon seit zwanzig Jahren betraure ich einen Freund, der sich durch sein Genie sowol als durch seine Gemüthseigenschaften fürtrefflich auszeichnete, einen Mann fürs Große geboren, der sich auf die Wissenschaften überhaupt, so wie auf die Arzneywissenschaft legte, deren Fortgang er gewiß befördert haben würde; Lesen, Versuche anstellen, Meditiren, das waren Tags und Nachts seine Beschäftigungen: Im Anfang verlor er den Schlaf, nachgehends hatte er vorübergehende Anfälle von Wahnwiz, endlich wurde er ganz ein Narr, und man hatte grosse Mühe ihm das Leben zu retten. Andre hab ich gesehen, die das Studiren anfänglich wahnwizig und toll machte, und die am Ende ganz kindisch geworden.

Ich kenne einen Mann, noch grösser durch seine Tugenden als durch seine hohe Geburt, der, nachdem er zwölf Stunden ohne aufzuhören an der Verfertigung eines Memorials von höchster Wichtigkeit gearbeitet hatte, in eine gänzliche Verwirrung versiel, die so lange dauerte, bis der Schlaf seine Sinnen wieder beruhigt hatte.

Die Beobachter führen eine Menge dergleichen Fälle an, und ich habe von einem glaubwürdigen Zeugen gehört, der durch seine theologischen Disputationen, durch seine polemische Schriften, und durch seinen Commentar über die Offenbarung so berühmte Peter Jurieu, habe sein Gehirn dergestalt geschwächt, daß, obgleich er in verschiedenen Absichten seine gesunde Vernunft behielt, er dennoch seine öftern Coliken den Scharmüzeln zuschrieb, die sieben in seinem Eingeweide eingeschlossene

geschlossene Reuter sich einander ohne Aufhören lieferten. Andre hat man gesehen, die sich vorstellten, sie wären Laternen; einige, die den Verlust ihrer Schenkel beweinten.

Diejenigen Leute werden am geschwindesten durch die Anstrengungen der Seele in Unordnung gebracht, die sich ohne Aufhören mit dem gleichen Gegenstand beschäftigen; dannzumal ist nur ein einziger Theil des allgemeinen Sinnplatzes (Sensorium) gespannt, und er ist es allezeit. Die Verrichtung der andern erleichtert ihn nicht; dieser Theil wird müde und geschwinder verdorben. Wenn in dem ganzen Körper nur ein einziger Muskel, oder nur eine geringe Anzahl von Muskeln, unaufhörlich arbeiten, so leidet der Körper ungleich mehr, als wenn die gleiche Menge von Verrichtung, auf alle Muskeln nach und nach; vertheilt wäre. Eben so verhält es sich mit dem Gehirn; wenn seine verschiedene Theile einer nach dem andern wirken, so ermüdet es sich weit weniger; der ruhende Theil gelangt wieder zu seinen Kräften, unterdessen daß die andern in Bewegung sind: Dieser Uebergang von der Arbeit zur Ruhe ist das allersicherste Mittel zur Erhaltung.

Ich habe eine Frau gekannt, welche bis ins Alter von fünf und zwanzig Jahren sehr vernünftig geschienen, die, nachdem sie sich unglücklicher Weise an die Secte der Herrnhuter oder Mährischen Brüder gehängt, dergestalt von der Liebe zu Jesu Christo, den sie ihr Lamm nannte, entzündet und durchdrungen war, daß sie sich nur mit dieser einzigen Idee beschäftigen konnte, und ohne eine andere Ursache in Zeit von etlichen Monaten ganz kindisch wurde; es blieb ihr
nichts

nichts als die Erinnerung dieses ihres Freundes. Ich sah sie sechs Monate lang beynah täglich, und bey allen Besuchen die ich bey ihr machte, erhielt ich auf alle meine Fragen keine andre Antwort, als diese einzige Worte: Mein süßes Lamm; und dieses wiederholte sie von einer halben Stunde zur andern, mit niedergeschlagenen Augen. So lebte sie sechs Monate lang, und starb endlich an einer Auszehrung. Allein wir haben nicht nöthig die Beyspiele weit von uns arzfusuchen; auf dieser Hohenschule haben wir ohnlängst einen verdienstvollen Jüngling studiren gesehen, der sich in den Kopf feste die Quadratur des Eirkels zu entdecken, und darüber als ein Narr in einem auswärtigen Hospital gestorben ist.

§. 14.

Das zweyte Gesetz, dem der menschliche Körper unterworfen ist, und von welchem ein Theil der Krankheiten des Gehirns, welche das Studiren verursacht, abhängen, ist daß die Säfte zu dem Theil, der in Bewegung ist, getrieben werden. Morgagni hat zu Bologna einen Gelehrten gekannt, der anfang aus der Nase zu bluten so oft er des Morgens, ehe er aus dem Bett aufstand, meditirte (g). Wenn das Gehirn in Bewegung ist, so empfängt es eine neue Menge von Blut, welche, indem sie den Gefäßen allzuviel Spannung und Bewegung giebt, jene Empfindung von Schmerz und Hitze hervorbringt, von der ich geredt habe; und noch andere weit gefährlichere Uebel, je nach den verschiedenen Dispositionen des Gehirns, des Geblüts und dem Zusammenlauf fremder Umstände

(g) *De sedibus & causis morborum cap. 3. §. 13.*

stände. Dergleichen Uebel sind die Geschwulsten, Pulsader-
Geschwulsten, die Entzündungen, Eiterungen, Verhartungen,
Geschwüre, die Hauptwassersucht, die Hauptwehen, die Ver-
wirrungen der Sinnen, die Schläfrigkeit (Dummheit), die
Convulsionen, die Schlassucht, die Schlagflüsse, die Schlasso-
figkeiten welche die Gelehrten peinigen, und, wenn sie an-
haltend sind, einer unzähllichen Menge von Leibes- und Ge-
müthskrankheiten Thür und Thor aufsperrern.

Sernel redet von einem Gelehrten, der einem unaussteh-
lichen Kopfschmerzen, den man auf dem Hauptwirbel mit ei-
nem Finger hätte decken können, unversehrt gewesen, in des-
sen Hirnschale man die harte Hirnhaut, an eben dem Ort,
wo er den Schmerzen empfunden hatte, ganz verdickert und
entzündet fand. Herr *Lieutaud*, der alle Theile der Arz-
neykunst beleuchtet, mit verschiedenen vortreflichen Werken be-
reichert, und sich seit der ersten Ausgabe dieser Abhandlung,
durch seine praktische Anatomie, die schon durch seine Bemer-
kungen allein ein höchstschätzbares Werk wäre, ein ewiges Recht
auf den Dank aller erleuchteten Aerzte erworben hat: Herr
Lieutaud, sage ich, leihet mir einen Fall, der sehr geschickt
ist, die Wahrheit obiger betrübter Vorstellungen einem jeden
lebhaft vor Augen zu legen: Ein junger Mann von 25. Jah-
ren, der dem Studieren ungemein ergeben war, wurde nach
einer hartnäckigten Anstrengung des Geistes von einem hitzigen
Fieber, mit dem schrecklichsten Kopfschmerz begleitet, befallen.
Am fünften Tage fiel er in eine Verwirrung, welche sich durch

E

nichts

nichts stillen ließ, und starb am siebenten. Man fand in dem Todtenkörper die Gefäße von dem Adergewebe in den Hirnhöhlen (Plexus cheroides) mit Blut voll gestopft, und die Höhlen selbst sowohl als die übrigen Theile des Gehirnes mit Blutwasser angefüllt (h).

Herr Zimmermann hat selbst einen Zufall erlitten, der ebenfalls stark beweist, wie eine starke Anstrengung des Geistes das Blut zum Gehirn leitet. Ich will denselben hier mit seinen eigenen Worten mittheilen, aus einem Briefe, den er mir vor mehr als einem Jahr schrieb: „Vorgestern wurde mir aufgetragen, ein sehr wichtiges Memorial für unser Publikum aufzusetzen. Da Gefahr im Verzug war, so entschloß ich mich es auf der Stelle auszufertigen, und machte mich mit einer entsetzlichen Hitze darüber. Ich mußte verschiedene unentbehrliche Untersuchungen zu dem End anstellen, und brachte das Memorial innert 4. Stunden zu Ende. Ich legte mich ganz wohlbesindend, aber mit einem aufgewecktern Geist zu Bette als ich lange nicht an mir verspührt hatte. Ich schlief ein: Aber gestern beym Aufstehen, hatte ich einen solchen Kopfschmerzen, daß ich glaubte, es wäre kein solcher in der Natur zu finden. Ich kam fast von Sinnen, und es blieb von meinen Verstandeskräften nichts übrig, als das Vermögen, mir selbst zu sagen: Das

(h) *Historia anatomico-medica. L. 3. Obs. 164. T. II. p. 184.* dieses vortrefliche Werk sollten die Aerzte fast nie aus der Hand lassen. *Nocturna versata manni. &c.*

„Ist die Wirkung einer allzubeftigen Anstrengung des Geistes.
 „Der Schmerz nahm bis um Mittag zu. Cremor Tartari,
 „sehr warme Fußbäder, Mandelmilch, und kleine Dosen von
 „Kina haben mir endlich geholfen.“ Nach langen Anstrengun-
 gen des Geistes verfiel Boerhaave in eine Krankheit die
 sechs Wochen lang dauerte; er war zu gleicher Zeit so gleich-
 gültig gegen alles, daß nichts vermögend war ihn zu interessi-
 ren (i). Wem ist der unruhige Schlaf unbekannt, der auf
 eine Kopfarbeit folget, und mit einer unangenehmen Empfin-
 dung von Spannung und Schwere im Haupt begleitet ist?

Eine leichte Reizung des Gehirns ist genugsam, Schlaf-
 losigkeit zu verursachen; eine stärkere Reizung verursacht Zu-
 fungen, Schlafkrankheiten; auf den höchsten Grad getrieben
 aber den Schlagfluß, den nur allzu gewöhnlichen Tod der
 Gelehrten. Sie werden durch eben den Theil gestraft, der ge-
 sündigt hat. Das Studiren führt wegen seiner gedoppelten
 schädlichen Wirkung die es hat, daß es nämlich das Gehirn
 schwächt, und eine grössere Menge von Feuchtigkeiten zu dem-
 selben hintreibt, am Ende die verdriesslichsten Uebel herbey,
 die sich oftmals erst alsdann offenbaren, wenn andere Umstän-
 de zusammentreffen, wodurch viel Geblüt zum Haupt getrieben
 wird. Mehr als einmal hat man grosse Prediger, und berühm-
 te Professoren, auf der Kanzel selbst sterben gesehen, wie die-
 ses in Leipzig dem berühmten Curtius begegnete. Titus
 Livius hat uns die Geschichte des Königes Attalus auf-
 bewahrt, der als er die Beotier zum Bündniß mit den Römern

(i) *Prolecion. ad institut. t. 7. p. 145.*

vermahnte, mitten in seiner Rede starb; und bey einer academischen Feyerlichkeit in Basel, strengte einer von den Candidaten, der sich schon vorher durch langes Studiren ermüdet hatte, seine Kräfte während der Ceremonie bey dem recitiren seiner Rede dergestalt an, daß er vom Schlage getroffen auf der Stelle starb (k).

Ich selbst habe einen ehrwürdigen Geistlichen gesehen, der an einem Pfingstfeste, nachdem er lange und mit Nachdruck gepredigt hatte, bey dem Austheilen des H. Abendmals, zu zittern anfing; er stammelte, verfiel in Wahnsinn, nachher in einen Schlagfluß, und darauf in Kindheit, worinn er sechs Monate lebte. Morgagni gedenkt eines Predigermönches, der mitten in seiner Predigt vom Schlage hingerast ward. Dergleichen Beispiele sind nicht selten: Allein es braucht nur nicht einmal öffentlicher Reden, bey Gelehrten Schlagflüsse hervorzubringen; sie finden oft statt, ohne daß irgend eine andere Ursache, ausser der Disposition, welche von ihrer Lebensart veranlaßt wird, sie bestimme. Herr Zimmermann giebt mir auch hier noch eine höchstinteressante Bemerkung an die Hand. Ein schweizerischer Geistlicher, der sich durch seine Predigten einen verdienten Ruhm erworben, suchte diesen Ruhm zu unterhalten, las sehr viel, componirte seine Predigten mit äußerster Sorgfalt, und lernte sie mit sehr grossem Fleiße auswendig: Unter dieser beständigen Anstrengung seines Geistes verwelkten, bey dem allmählichen Verluste seiner Munterkeit, seine Kräfte, und sein Gedächtniß, das er um so mehr

anstreng-

(k) Felio. Platari eb. p. 28.

anstrengte je mehr es abnahm. Endlich wollten die neuen Ideen nicht mehr haften; aber er erinnerte sich noch immer der alten. Zuletzt bekam er einen Schlagfluß, der ihn auf der einen Seite lähmte; Er ward in die Bäder zu Baden in der Schweiz gebracht, und starb daselbst in seinem zwey und vierzigsten Jahr.

Einen öffentlichen Lehrer zu Bern, der in den morgenländischen Sprachen sehr erfahren war, einen Mann in der Blüthe seiner Jahren, und von unermüdetem Fleiß, sah man den Verstand verlieren und in Kindheit verfallen; die Ursache dieses Zufalles war Wasser, das sich in den verschiedenen Theilen seines Gehirns ausgeleert hatte (1).

In Wepfers medicinischen Bedenken finden wir die Geschichte eines jungen Mannes von zwey und zwanzig Jahren, von gutem Hause, der nachdem er Tag und Nacht unaufhörlich studirt hatte, in Wahnpiß und bald darauf in Raserey verfiel, in seiner Wuth verschiedene Personen verwundete, und seine Wache tödtete (m). Selbst die Starrsucht, (Catalepie) diese so seltene Krankheit, ist eine Folge von allzustarker Anstrengung des Geistes, und Fernel führt eine sehr merkwürdige Beobachtung davon an. Ein Mann, sagt er, der Tage und Nächte mit Studiren und Schreiben zubrachte, wurde

E 3

plötz

(1) *Haller element physiol. t. 4. p. 317.* Eine sehr umständliche und sehr interessante Geschichte von dieser Krankheit befindet sich in obervähntem Werke des Herrn *Zimmermann*; allein ihre Weitläufigkeit verbietet mir sie hier einzurücken.

(m) *Observat. de affectib. capit. obs. 85. p. 327.*

plötzlich von dieser Krankheit befallen; alle seine Glieder erstarrten in der Stellung in der er war als das Uebel ihn befiel; er blieb sitzen, die Feder in der Hand, und die Augen auf das Papier geheftet, so daß man glaubte er wäre mit seinen Studien beschäftigt, bis man, nachdem man ihn gerufen und nachgehends gezerret, endlich wahrte, daß er alle Bewegung und alle Empfindung verloren (n). Endlich ist noch das Nachtwandeln auch eine Wirkung der nämlichen Ursache: In Leipzig sahe man einen Studiosus Medicinæ der, nachdem er zween Monate lang mit einem außerordentlichen Eifer gearbeitet, seinen Schlaf gänzlich verdorben hatte; sobald er einschlieff, bey Tag oder bey Nacht, stand er auf und setzte sich an die Arbeit, gleich als wenn er wachend wäre; er durchsah seine Schriften, nahm das Castellische Wörterbuch zur Hand, suchte Wörter auf, ward verdrießlich wenn er sie nicht zu finden glaubte, lächelte zufrieden wenn er glaubte sie gefunden zu haben, schrieb sogar sehr leserlich, und legte sich nachher wieder zu Bette, allwo er seinen Schlaf fortsetzte (o).

Unter denen Uebeln, die diese grosse Menge von Säften dem Gehirn verursacht, sollen wir nicht vergessen, daß sie sehr viel zu dem unglücklichen Zustand beyträgt, welcher die Milzkrankheit (das hypochondrische Uebel) hervorbringt; die Fasern des Gehirns dähnen sich auseinander, werden schwach, weich und unfähig den verschiedenen Eindrücken zu widerstehen, und das macht die besondere Eigenschaft der nervichten Hypochondrie aus.

S. 15.

(n) *Pathol. lib. 5. cap. 2. oper. omn. p. 406.*(o) *Bohn ap. Haller thes. medic. pract. t. 7. p. 439.*

§. 15.

Das dritte Naturgesetz, dem zufolge Kopfarbeiten noch andere Uebel hervorbringen, ist, daß die animalische Faser durch die Uebung erhartet. Der ganze Mensch erhartet im Alter, und das Alter ist ein allgemeines Zusammenschrumpeln; bey Handwerkern werden die Theile welche arbeiten callös; bey Gelehrten wird es das Gehirn selbst, und öftermals werden sie unfähig Ideen aneinander zu hängen, und lange vor der Zeit alt. Bey Kindern ist das Gehirn zu weich, bey Alten ist es zu hart, und diese beyden Excesse verhindern auf gleiche Art die Erhaltung der Erschütterungen welche das Denken erwecken. Das Gedächtniß wankt, wie Galenus (p) anmerkt, zum ersten, und ist ein Vorbote der abnehmenden Vernunft.

§. 16.

Wir müssen nicht glauben als ob nur tiefes Nachdenken die Nerven schwächte; es braucht, wie Gunzius angemerkt hat (q), weiter nichts, als das Gesicht zu ermüden, um von einer unzähligen Menge von Nervenkrankheiten angefallen zu werden. Es ist kein Mensch der nicht aus der Erfahrung wissen könne, wie sehr eine lange Anstrengung der Augen das Haupt schwächt; und ich habe es zum öftern an mir selbst wahr gefunden. Wenn nach einem Anfall von Fieber, oder irgend einer andern Unpäßlichkeit, es sich zuträgt, daß ich, ehe ich wieder zu Kräften gelanget, einen gleichen Gegenstand

§ 4

lange

(p) *De loc. affect. l. 3. cap. 5.*

(q) *Ad libellum Hippocrat. de humor. p. 211.*

lange Zeit betrachte, so befällt mich Schwindel, Reiz zum Erbrechen, und ich verspüre in dem ganzen Leib eine schmerz-
hafte Empfindung von Müdigkeit und Entkräftung.

§. 17.

Diejenigen welche die Vertheidigung des Studirens über sich nehmen, das ich weit entfernt bin anzugreifen zu wollen, und welchem ich glaube nützlich zu seyn, indem ich die Gefahren anzeige, denen man sich aussetzt, wenn man sich demselben unmaßig überläßt, werden mir verschiedene Gelehrte anführen, die, gesund an Leib und Gemüthe, ein außerordentlich hohes Alter erreicht haben. Sie sind mir nicht unbekannt; ich habe ihre Geschichte gelesen; ich habe sogar selbst einige dergleichen gekannt; aber nicht alle haben das gleiche Glück. Es giebt nur wenige, die so glücklich und so gesund seyn, so schwere Arbeiten ungestraft zu ertragen; und wer weiß noch, ob sie nicht dafür gestraft worden sind, und ob sie es nicht noch weiter gebracht haben würden, wenn sie sich eine andere Lebensart gewählt hätten? Wahr ist's, wir müssen es gestehen, daß die mehresten von jenen grossen Männern, die das menschliche Geschlecht für seine Meister erkennt, ihr Alter sehr hoch gebracht haben; dergleichen sind Homer, Democritus, Parmenides, Hippocrates, Plato, Plutarch, der Cansler Baco, Aldrovandus, Galliläus, Harvey, Wallis, Boyle, Loke, Leibniz, Newton, Boerhaave: Aber läßt sich daraus der Schluß machen, lange anhaltende Beschäftigungen des Geistes, wenn sie übermäßig sind, seyen nicht schädlich? Vor
einem

einem so falschen Schluß wollen wir uns wol hüten; dieses läßt nur allein vermüthen, es gebe Leuthe, die zu dergleichen Excessen gebohren sind, und vielleicht sey diese glückliche Anordnung der Fasern, welche grosse Männer formirt, die nämliche mit derjenigen, die zu einem hohen Alter führt.

Mens sana in corpore sano.

Ueberdas, haben diese grosse Männer vielmehr durch die Stärke ihres Genies, als durch die Unverdroffenheit ihrer Arbeit, ihre Namen unsterblich gemacht. Sanfte Rubestunden, Zerstreungen, die der Ruhm selbst nothwendig nach sich zieht, Leibesübungen zu denen sie die Pflichten ihres Standes nöthigten, haben das Uebel, das ihnen das Studiren zufügte, wieder gut gemacht.

In diesem Augenblick erinnert ihr euch alle, ja ihr nennt ihn, ehe ich ihn euch nenne, jenes ehrwürdigen Mannes, der mehr als fünfzig Jahre lang die Zierde und die Lust dieser Hochschule und dieser Stadt gewesen (r): Von seiner Jugend an bis auf seine letzten Tage hatte er die Wissenschaften cultivirt; in allen denjenigen, die eigentlich zu seinem Beruf gehörten, und deren Umfang sehr weitläufig ist, war er tief erfahren; nicht eine, von der er nicht unterrichtet war. So viele Kenntnisse setzten nothwendig grosse Bemühungen voraus; dennoch hatte seine Gesundheit nichts davon gelitten, und wir haben ihn sein sechs und achtzigstes Jahr antreten gesehen, ohne daß er etwas, weder von der Stärke seines Genies, noch

E 5

von

(r) Herr Volker, öffentlicher Lehrer der Cateches. und der morgenländischen Sprachen.

von der Lebhaftigkeit seiner Sinnen, verlohren hätte. Wollt ihr mir dieses Exempel einwerfen? Nein, meine Herren: Denn das Andenken an die kleinern Umstände seines Lebens, wird ihn euch als ein Muster aller Gelehrten, zur Nachahmung vorstellen. Er wußte ein Gelehrter zu seyn, ohne aufzuhören ein Mensch zu bleiben: Er wußte die tiefsten und verschiedensten Kenntnisse zu erlangen, ohne seine Pflichten der Wissenschaft aufzuopfern, während dem er die Pflichten des Bürgers, des Vaters, des Lehrers, des Freundes, des Mitglieds der Gesellschaft erfüllte, gleich als wenn er nur Bürger, Vater, Lehrer, Weltmann gewesen wäre. Er gieng hin, die Kräfte seines durch Arbeit ermüdeten Geistes durch Leibesübungen bey dem Anbauen seines Gartens zu ersetzen; sowol bey der einen als bey der andern Beschäftigung unterstützte ihn jene Frölichkeit, jene Anmuth, die das Studirzimmer tödtet, und die man nur in dem Umgang mit Menschen, denen man Gutes thut, beybehält. Wenn wir die Lebensart des Herrn von Fontenelle untersuchen, dessen Name in dem Verzeichniß der zu einem hohen und glücklichen Alter gelangten Gelehrten oben an steht, so werden wir ebenfalls überzeugt, er habe einzig und allein dadurch, daß er die Annehmlichkeiten des bürgerlichen Lebens mit den gelehrten Beschäftigungen verbunden, ein so hohes Alter, ohne die geringste Gebrechlichkeit, erreicht. Alle diese Lebensarten haben also gar keine Aehnlichkeit mit der Lebensart der Schulgelehrten, einer Gattung Leuthen, die den Alten kaum bekannt war, die man zur Zeit des Verfalles der Gelehrsamkeit entstehen, und zur Zeit

der

der Erneuerung der Wissenschaften wieder erscheinen sah; die an die Arbeit angeheftet, wie der Tagelöhner an sein Grab-
sheit, mit gewissen indianischen Sackirs könnten verglichen
werden. Wie diese sündern sie sich vom menschlichen Geschlech-
te ab; wie diese, fasten sie sich ganz freiwillig, ohne daß öf-
ters auch nur der geringste Vortheil für die Gesellschaft her-
auskomme; und der ganze Unterschied besteht einzig in den
Werkzeugen ihrer Martern. Die einen stellen sich der brennen-
den Hitze der Sonne bloß, oder der größten Schärfe der Käl-
te; sie zerfetzen sich mit Nägeln, Ketten, Geißeln; Die an-
dern tödten sich mit Büchern, Manuscripten, Medaillen, al-
ten Innschriften, unauslösbaren Buchstaben, und am aller-
meisten mit der gänzlichen Unthätigkeit des Leibes, welche die
zweyte, zum Unglück nur allzufruchtbare Quelle der Krank-
heiten der Gelehrten ist, und deren Gefahren man sehr leicht
einsehen wird, wenn man einen Blick auf die Structur des
Menschen werfen will.

§. 18.

Der menschliche Körper besteht aus Gefäßen und aus da-
rinn enthaltenen und in Bewegung gesetzten flüssigen Theilen.
Wenn die Gefäße weder zu viel, noch zu wenig Stärke, wenn
die flüssigen Theile ihre angemessene Dichte haben, wenn sie
nicht zu viel und nicht zu wenig bewegt sind, so befindet sich der
Mensch im Stande der Gesundheit. Allein, das müssen wir
wol bemerken, die Bewegung des Geblüts ist es, worauf es
hier am meisten ankömmt; so bald sie sich verändert, so ver-
ändert sich mit ihr der Zustand der festen und der flüssigen
Theile:

Theile : Ist sie zu stark , so erhartet die festen Theile , die flüssigen verdickern sich ; ist sie zu schwach , so wird die Faser schlapp , das Geblüt dünne. Der ganze Körper entspringt aus dem Nahrungsfaß , der leichter ist als jeder andere feste oder flüssige Theil ; die Bewegung bringt seine (Kugeln) kleinen Theile zusammen , vereinigt sie , macht sie dichter ; und wenn die Bewegung anfängt schwächer zu werden , so erlangen die verschiedenen Theile des Körpers den Grad der Dichte und Festigkeit nicht , den sie zu ihren Verrichtungen nöthig haben.

Das Herz ist die erste Grundursache der Bewegung im menschlichen Leibe ; von ihm wird die ganze Masse der flüssigen Theile in Bewegung gesetzt ; aber alles kann es allein doch nicht ausrichten , und darum hat ihm der Urheber der Natur verschiedene Gehülfen zugegeben , die ihm niemals mangeln können , ohne daß der Kreislauf schwächer werde , und daher verschiedene Krankheiten , die ihren Grund in dieser Schwächung haben , entspringen. Unter diesen zur Beförderung des Kreislaufes und zur Vermehrung der Wirkung der Gefäße bestimmten Hülfsmitteln , ist die Bewegung der Muskeln eines der wirksamsten. Man kann sich davon überzeugen , wenn man täglich sieht , wie die Wundärzte , nach einer Aderlässe , die Bewegung des Bluts befördern , indem sie den Kranken einen runden Körper umdrehen lassen ; oder noch besser , wenn man beobachtet , wie sehr die Leibesübung das Schlagen des Pulses beschleunigt. Die vornehmsten Wirkungen der Leibesübung sind , daß sie die Fasern stärkt , die flüssigen Theile in ihrem angemessenen Stande unterhält , die Eßlust erweckt , die

Abson-

Absonderungen und vornehmlich die Ausdünstung erleichtert, den Muth erhebt, und in dem ganzen Nervensystem eine angenehme Empfindung erregt.

§. 19.

Die Wirkungen hingegen einer allzu unthätigen Lebensart sind, daß sie die Kräfte der Muskeln verzehrt, und sie durch die Entwöhnung ausser Stand setzt, die Bewegung zu ertragen: Der Umlauf des Geblüts, eines beträchtlichen Bestandes beraubt, und nur allein den Kräften des Herzens und der Gefäßen überlassen, wird anfänglich in den kleinsten Gefäßen, endlich in dem ganzen Körper, schwächer. Die Wärme nimmt ab, die Säfte stocken und verderben; die einen werden dünne, die andern verdickern sich, alle fallen in Verderbniß, und da die natürlichen Absonderungen und Ausleerungen nicht mehr ordentlich von statten gehen, so bleibt der Körper von unreinen Feuchtigkeiten beschwert, deren regulare Ausleerung der sicherste Erhalter einer dauerhaften Gesundheit ausmacht: Ihre Schärfe untergräbt nach und nach den Körper, die Kräfte schwinden, das Geblüt wird wässerigt; daher unter andern Krankheiten, die bey Gelehrten so gewöhnliche Wassersucht, welche zuweilen das Gehirn selbst angreift, wie wir es oben schon gesehen haben, und wie ich seit kurzem ein neues Beispiel davon an einer ehrwürdigen Magistratsperson gehabt, die eine starke Leibesbeschaffenheit, nicht durch Studiren, aber durch Kopfarbeiten, die dabey verdrießlich waren, und durch eine sitzende Lebensart herdorben hatte.

Dieses

Dieses Ergiessen von Wasser im Gehirn, ist den größten Beobachtern nicht entgangen, und Herr van Swieten beschreibt seine Wirkungen mit so viel Stärke als Genauheit: „Die Gelehrten, sagt er, die eine sitzende Lebensart führen, und über ihren Büchern blasen werden, sind zum öftern einem Schlagfluß ausgesetzt, welcher von dieser Ursache abhängt, und nur mit langsamen Schritten, und gleichsam nach und nach ankömmt. Anfänglich werden sie matt; sie lieben die Ruhe und die Trägheit; ihr Geist wird stumpf; ihr Gedächtniß nimmt ab und wanket; nachgehends werden sie langsam, schläfrig, dumm, und öfters bleiben sie lange Zeit in diesem traurigen Zustand, ehe sie sterben. Mit äußerstem Bedauern habe ich Gelehrte vom ersten Rang, und die der Gelehrsamkeit grosse Dienste geleistet hatten, sich selbst mehr als um ein Jahr lang überleben, alles vergessen, und endlich vom Schlagfluß hinraffen gesehen (s).

§. 20.

Die Theile, die den Mangel der Leibesübung am geschwindesten verspüren, sind diejenigen, in welchen die von Natur schwache Gefäße den meisten Beystand zu Erhaltung der zur Bewegung der Säfte nöthigen Activität bedürfen; dergleichen sind vornehmlich die Werkzeuge des Unterleibes, welche zu dem höchst wichtigen Geschäfte der Verdauung bestimmt sind. Der Magen wird schwach; die Natur der zur Verdauung helfenden Säfte, die sich in demselben absondern, wird verdorben; die Daunung wird langsamer, beschwerlich, unvollkommen, weil
nach

(s) T. 3. p. 262.

nach verminderter Wirkung der Daunungskräfte die Nahrungsmittel, anstatt die Veränderungen zu erfahren, die zu einer guten Daunung erforderlich sind, beynabe nur verdorben werden, so wie es an jedem andern Orte geschehen würde, wo sie dem gleichen Grad von Feuchtigkeit und Wärme ausgesetzt wären. Die Vegetabilien entwickeln ihre Säure, welche durch das Reizen der Nerven Schmerzen, Krämpfe, und jene grausamen Säuren, die die unaufhörliche Empfindung von Brennen um das Herzgrübchen und in dem Hals, das man *le fer chaud* nennet, erwecken, ferners das Taubwerden der Zähne, öfters den Husten u. s. f. verursacht. Fette Sachen werden ranzigt: Eyer, Fleischspeisen werden faul, und verursachen fäulendes Aufsteigen aus dem Magen, brennenden Durst, Schleichfieber, unaufhörliche Bauchflüsse, eine allgemeine Entkräftung, unaussprechliche Unruhe. Die helle, seifenartige Feuchtigkeit, welche die kleinen Gefäße des Magens unaufhörlich ausdünsten, ist nicht allein unfähig die Nahrungsmittel aufzulösen, sondern sie selbst wird dicht, zäh, hart, hängt sich in Klumpen zusammen, welche die Eflust verstoren, und eine unaufhörliche Empfindung von Kälte und Schwere in diesem Theil verursachen.

§. 21.

Die Gedärme, welche die gleiche Organisation wie der Magen haben, erfahren die gleichen Zufälle, und wenn die Wirkung der Respiration, die, wenn sie stark ist, während dem Einathmen alle Eingeweide des Unterleibs drückt, und dadurch in denselben den Umlauf des Geblüts befördert, wenn, sag ich, die Wirkung der Respiration, die durch das Aufhören
der

der Bewegung der Muskeln, welche dieselbe mächtig belebt, abgenommen hat, so befindet sich auch die Wirkung aller dieser Werkzeuge geschwächt; man verfällt in Verstopfungen; es erzeugen sich, so wie im Magen, Anhäufungen von zäher, schleimichtter Materie, eine Quelle verschiedener Uebel, und denen die Gelehrten unterworfen sind, wie es dem berühmten **Justus Lipsius**, öffentlichen Lehrer der Geschichte zu Leyden begegnete, der, obgleich er unter der Aufsicht des berühmten **Zeurnius**, seines Collegen und Freundes stand, dennoch sehr lange leiden mußte, und nicht eher geheilt wurde, als bis er eine Masse von der Figur und Farbe seiner Gedärme von sich ließ. Es war ein zäher, fleberigter Schleim, die Frucht seiner sitzenden Lebensart und seines Studirens, der nach und nach den ganzen Darmcanal angefüllt hatte; dieser Schleim gieng in Fäulniß über, und hatte die ganze animalische Deconomie angegriffen; allein sobald der Grund der Krankheit zerstört war, so gelangte der Kranke wieder zu seiner Gesundheit (t). Aber, nicht jedermann ist so glücklich. Herr **Lieutaud** erzählt einen sehr interessanten Fall, der einen neuen Beweis von der Gefährlichkeit der sitzenden Lebensart darreicht. Ein den Wissenschaften ergebener Geis, der dem Schwindel und den Blähungen unterworfen war, litt nun eine geraume
Zeit

(t) *Adam vite medicorum.* p. 372. Sernel beobachtete eine vollkommen ähnliche Krankheit bey einem fremden Gesandten zu Paris, welcher, wie **Justus Lipsius**, durch die Ausleerung einer übermäßigen Masse von verhärtetem Schleim geheilt ward.

Zeit von fast beständigen Verstopfungen. Es befielen ihn Grimmen, Bangigkeiten, und ein gänzlicher Stuhlzwang. Sein Bauch ward aufgeschwollen, worauf ein Erbrechen erfolgte, und endlich der Tod. Der Magen und die Eingeweide zeigten Spuren von einer Entzündung. Der Grimmdarm war von einer grossen Menge weisser, harter und steinacher Materie entsetzlich angefüllt und aufgebläht, und stopfte ihn beynah ganz zu (u).

Die auf diese Weise angehäuften Excremente, drücken durch ihren Umfang die nahe gelegenen Theile zusammen, reizen durch ihre Schärfe die Gedärme, und ihre faulen Theile stecken die ganze Masse der Säfte an; daher jene grausame Coliken, welche die Geißel der Gelehrten sind, und die man um so viel mühsamer heilt, als Fehler in der Lebensordnung sie unaufhörlich wieder hervorbringen (x); daher jene Winde, worüber sich überhaupt alle Leuthe von einer sitzenden Lebensart beklagen, und die, indem sie sehr verschiedene Zufälle hervorbringen, öfters ganz andere Krankheiten glauben machen. Hr. Lieutaud, den ich so eben angeführt, und noch öfter anführen werde, weil man ihm viele, sehr wichtige Bemerkungen zu danken hat, sah einen fünfzigjährigen Gelehrten, der seit langer Zeit Blähungen und Verstopfungen unterworfen war, und endlich in die wahrhafte Windwassersucht fiel,

D

welche

(u) *Hist. anat. med.* L. 1. Obs. 292. T. 1. p. 72.

(x) Man findet in dem *Journal de Médecine*, t. 1. p. 352. die sehr interessante Geschichte einer grausamen Colik, die von hartnäckigen Studiren und Wachen erzeugt war, und sehr öftere Rückfälle hatte.

welche heftige Bangigkeiten und eine gänzliche Kleinmüthigkeit begleiteten. Dazu kamen Ohnmachten, Frost an den Füßen, und darauf der Tod. Seine Eingeweide wurden ganz von Winden zerdehnt gefunden, die durch ihren Druck den Kreislauf in verschiedenen Theilen hemmten, und dadurch bereits einen Anfaß von Krebs erzeugt hatten (y).

§. 22.

Der Magen und die Gedärme sind nicht die einzigen Eingeweide des Unterleibes, welche leiden; alle andern erfahren die nämliche Einflüsse der Unthätigkeit, und daher auch gleichförmige Unordnungen. Der Speicheldrüsen-Saft verdickt sich und wird unnütze; die Verrichtungen der Milz gehen nicht mehr gut von statten; die Verrichtungen der Werkzeuge, welche zur Absonderung und Zubereitung der Galle dienen, kommen ganz aus der Ordnung; diese zurückgehaltene Feuchtigkeit verstopft die Leber, wird dichte, verhartet, hört auf in die Gedärme gebracht zu werden; sie fehlt zu der zweyten Daunung; die Nahrungsmilch bleibt in den ersten Gedärmen stehen, verdorbt, und dieser Theil wird der Sitz der schwersten Krankheiten. Derjenige Theil der Galle, der in der Gallenblase aufbehalten wird, daselbst eine neue Zubereitung zu empfangen, die sie noch wirksamer macht, verdickt sich und erzeugt Steine, die unter dem Namen der Gallensteine bekannt sind, welche die Ursache der entsetzlichsten Coliken abgeben, von denen keine Heilung zu hoffen ist, auffer wenn diese Steine in die Gedärme hinübergehen und durch den Stuhlgang

aus-

(y) *Hist. anat. med. L. 1. Obs. 17. T. 1. p. 3.*

ausgeführt werden können. Wenn sie entweder zu groß sind durch den gemeinschaftlichen Gallengang durchzugehen, oder wenn die benöthigten Kräfte zur Forttreibung, und die nöthigen Umstände zur Erleichterung ihres Ausganges mangeln, oder endlich, wenn sie an Orten liegen, wo sie keinen Ausgang finden können, wie bey dem H. Ignatius von Loyola, der sie in der Pfortader hatte (z), so ist man verurtheilt sein Leben lang zu leiden und auf die grausamste Weise zu sterben. Wenn, anstatt zu erhartem, die Galle in Fäulniß übergeht, so erhält sie alsdann eine übermäßige Schärfe, die alle ihre Werkzeuge reizt, anfrist, entzündet und schwären macht, und die allerabscheulichsten Krankheiten hervorbringt, weil sie mit unaussprechlichen Bangigkeiten begleitet sind, die, wie ich selbst gesehen, Gelehrte, welche mit der größten Stärke des Geistes geböhren waren, zu einem Stand der Verzweiflung heruntergebracht haben, dessen sie sich in den Augenblicken der Ruhe die sie genossen, schämten.

§. 23.

Unter die Uebel, welche die sitzende Lebensart der Gelehrten bey nahe unausbleiblich hervorbringt, indem sie den Umlauf des Blutes in den Eingeweiden des Unterleibs in Unordnung bringt, und daselbst einen Anfang von Verstopfung verursacht, müssen wir die Hypochondrie zählen. Man theilt diese Krankheit in zwey Gattungen; in diejenige, welche einzig

D 2

und

(z) Sein Leichnam ward von Columbus, diesem berühmten Wiederhersteller der Zergliederungskunst, geöffnet. Von Swieten n. 3. p. 87.

und allein von den Nerven herkömmt, welche, wie wir oben gesehen, die Wirkung einer allzustarken Anstrengung des Geistes ist; und in die, welche von der Verstopfung der Eingeweiden des Unterleibes und von der aus der Ordnung gebrachten Verdauung abhängt: Sie ist eine beständige Folge der Unthätigkeit; und es ist leicht zu begreifen, da die Ursachen dieser beyden Gattungen von Krankheiten sich bey den Gelehrten vereint befinden, warum es so selten ist, daß sie nicht, in mehr oder minderm Grad, damit behaftet sind, und so schwer, sie von Grund aus davon zu heilen (a). Die Beispiele von diesem Falle sind so häufig, daß es beynah unnothig ist dergleichen anzuführen: Begehrte man dergleichen, so nenne ich einen Swammerdam, diesen geschickten Beobachter der Natur, der von der schwarzen Galle dergestalt geplagt war, daß er die, so mit ihm redeten, kaum einer Antwort würdigte; er sah sie an und blieb unbeweglich. Wenn er auf den Lehrstuhl stieg, blieb er zum öftern wie verstummt, ohne auf die Einwürfe, die ihm gemacht wurden, zu antworten. Kurze Zeit vor seinem Tode war er von einer melancholischen Raserey ergriffen, und in einem ihrer Anfälle warf er alle seine Schriften ins Feuer; endlich starb er mager und ausgehöret

(a) Ci dimostra l'esperienza, che i letterati, ben che fossero di gioviale temperamento, diventano a lungo andare lissi, taciturni, pallidi, macilenti e stranamente beflagliati da passione ipocondriaca, tiranna consueta di gente stazionaria. *Anton. Felici differtazioni epistolari*, p. 203.

gedörret wie ein Skelet, und hatte kaum noch die Figur eines Menschen beybehalten (b).

Wahr ist, man hat schon seit langer Zeit wahrgenommen, daß diese Gattung von Melancholie öfters den Wissenschaften nützlich ist, dadurch daß die Melancholischen, an eine einzige Idee geheftet, den gleichen Gegenstand, unter allen seinen Gesichtspunkten und ohne Zerstreung, betrachten und untersuchen. Aber war jemals ein Mensch so unsinnig, daß er gewünscht hätte, seine Einsichten um diesen Preis zu vermehren? Man ist immer zu gelehrt wenn man es auf Kosten seiner Gesundheit ist; wozu dient Wissenschaft ohne Glückseligkeit?

Es giebt zwar Leuthe, denen die Natur den Magen eines Kämpfers, stählerne Eingeweide, starke Nerven geschenkt hat, und die ungestraft Kopfarbeiten, eine sitzende Lebensart, ertragen und Ausschweifungen von allen Arten begehen können, ohne ihre Dauungsverrichtungen in Unordnung zu bringen; allein sind sie darum glücklicher? Keinesweges: Ihre Gefäße füllen sich mit einer allzugrossen Menge Bluts an; die Zellen, die dem Fett bestimmt sind, werden verstopft, die innern Werkzeuge von allen Seiten gedrückt. Sie werden träge und schwer; die geringste Bewegung setz. sie in Schweiß und außer Athem; sie sterben vor der Zeit, entweder am Schlag, oder von einem Steckfluß, oder von sonst irgend einer Krankheit, die von der Vollblütigkeit herrührt; und man hat ange-

D 3

merkt,

(b) Boerhaave *prælect. ad instr.* S. 896. t. 7. p. 275.

merkt, und das mit Grund, daß es oft ein Unglück für Gelehrte ist, wenn sie einen allzu guten Magen haben (c).

§. 24.

Es giebt auch nur nicht einen einzigen Theil des Leibes, den eine sitzende Lebensart nicht schwäche: Wenn das Geblüt einmal angesteckt ist, so greift es über kurz oder lang alle Theile an, die es durchströmt; die Lungen, deren Substanz aufferst zart ist; welche der erste Theil sind, zu dem die Nahrungsmilch gebracht wird; die allein so viel Blut aufnehmen als der ganze übrige Körper; die dazu bestimmt sind, ihm eine sehr wichtige Zubereitung zu geben, empfinden seine Veränderung bald; man fühlt Hizen über die Brust, Schmerzen zwischen beyden Schultern, Husten, unbequemliches Speyen; die Lungen werden von einer dicken Feuchtigkeit angefüllt, welche sie verstopft, und zum öftern grausame Engbrüstigkeiten hervorbringt; es entstehen in denselben geringe Entzündungen, Eiterungen, Geschwüre; es kömmt ein Schleichfieber dazu, das gemeiniglich die Folge davon ist: An einem Lungengeschwür starb der berühmte Trigland, nachdem er sehr heftige Schmerzen ausgestanden hatte; diese Krankheit war die Folge einer Cachexie, worein ihn sein Studieren gestürzt hatte, die sogar der Pfllege des grossen Boerhaave widerstand (d). Die Lungen des Swammerdam wurden zu einer wahren Steingrube; lange Zeit vor seinem Tode spie

er

(c) Dieses ist eine Beobachtung des *Lanicisi de mort. subitan.* libr. 1. cap. 22.

(d) *Marckii orat. funebr. in obit. Triglandii. Leid. 1705.*

er kleine Steingen aus. Vaugelas starb an einem Lungen-
geschwür.

§. 25.

Auch der Stein und die Krankheiten der Blase, sind eine Frucht der Liebe zu den Wissenschaften; Savanarola, Zeurnius, Casaubon, Beverovic, Sydenham, Leibnitz, und so viele andere haben die traurige Probe davon gemacht, und niemanden ist unbekannt, was für grausamen Schmerzen von dieser Art der erlauchte und gelehrte Antagonist der Wissenschaften unterworfen ist.

§. 26.

Eine andere schädliche Wirkung der sitzenden Lebensart ist, daß die unmerkliche Ausdünstung vermindert wird, diese höchst beträchtliche und allerwichtigste Ausleerung, deren Regelmässigkeit eine der vornehmsten Vormauern der Gesundheit ausmacht. Die Gefässe, durch welche sie verrichtet wird, sind so schwach, so klein, so entfernt von dem ersten Triebwerk der Circulation, den Ungemächlichkeiten der äussern Eindrücken so ausgesetzt, daß, wenn die Kraft der Circulation, durch die Bewegung der Muskeln, nicht unterstützt wird; wenn diese nämliche Bewegung, indem sie die Wirkung der Gefässe vermehrt, den Säften den gehörigen Grad der Zubereitung nicht verschafft, wodurch jedweder Theil, der ausgeführt werden soll, tüchtig wird, durch die Gänge, die ihm die Natur bestimmt hat, ausgeführt zu werden; so ist es beynah unmöglich, daß sie nicht aus der Ordnung komme; und sobald sie es ist, so bleiben die überflüssigen Feuchtigkeiten, davon der Körper sich ent-

ledigen sollte, irgendwo stehen, verderben die Masse der Säfte, stießen auf irgend ein Werkzeug zurück, und erzeugen Schmerzen, Flüsse, Schnuppen, jenen bey den Gelehrten so gemeinen Schleim, worüber *Horaz* sich so bitterlich beklagt, und der ihnen oftmals, wenn sie lange hintereinander lesen, Husten und mehr und minder unbequeme Verstopfungen der Nase verursacht, endlich unregelmäßige Fieber, daran keine äußerliche Ursache schuld ist, und wovon *Galen* uns in der Geschichte des *Premigenes* ein merkwürdiges Beyspiel aufbewahrt hat. "Dieser berühmte peripatetische Weltweise, der sein Leben mit Lesen und Schreiben hinbrachte, und schlecht ausdünstete, war sicher einen Anfall von Fieber zu haben, wenn er sich nicht täglich badete, damit das Bad die scharfe Feuchtigkeit der Transpiration ausführte, deren Zurückhaltung diese Anfälle hervorbrachte (e).

§. 27.

Wir haben gesehen, daß die Kopfarbeiten die Nerven unmittelbar schwächen; eine übermäßige Ruhe ist allein schon im Stand sie zu verderben, und sie bringt oftmals diese Wirkung sogar bey denen hervor, deren Geist so träge ist als der Leib. Sie sind der vornehmste Theil der menschlichen Maschine. So bald eine Berrichtung des Körpers in Unordnung geräth, so leiden sie davon, und ihre Unordnungen, wenn keine sichtbare Ursachen dazu vorhanden waren, haben mir zum öftern irgend eine entstehende Krankheit muthmassen gemacht, davon eine aufmerksame Untersuchung den Keim entdecken, und hie-

durch

(e) *Galen, de sanit. tuend. l. 5. c. II.*

durch es leicht machen könnte, denselben zu zerstören, ehe er zugenommen hätte. Es ist fürnehmlich sehr gemein, daß gewisse Unordnungen im Magen sich geschwinde durch die Unordnungen offenbaren, die sie in den Nerven veranlassen. Diese, die gleichsam in der Mitte zwischen der Seele und dem Leibe liegen, müssen die Vergehungen und Fehler von beyden büßen, und übertragen dem einen das Böse, das sie vom andern erlitten: Auf diese Weise schadet, durch einen fehlerhaften Zirkel, der Geist dem Körper, der Körper dem Geist, und beyde richten auf gemeinschaftliche Unkosten das Nervensystem zu Grunde.

Durch die Schwächung des Werkzeuges der Transpiration, wodurch solche sehr leicht in die äußerste Unordnung geräth, und dadurch, daß die Nerven so ungemein zärtlich werden, geschieht es, daß ein Gelehrter für die Eindrücke der äussern Luft so sehr empfindlich wird, daß er sich derselben nicht mehr ohne Gefahr aussetzen darf, und gleich einem lebenden Wetterglas auf die grausamste Weise unter jeder Veränderung der Luft, sonderheitlich aber von den Mittagswinden leiden muß.

§. 28.

Der Saame, den viele grosse Männer ohngefehr dem Nervensaft ähnlich geglaubt haben, verliert ebenfalls viel von seiner Wirksamkeit; und wenn wir, diesen Grundsatz vestgesetzt, zu gleicher Zeit betrachten, was jeder Theil des Vaters zur Bildung des Sohnes beitragen soll, so werden wir vielleicht finden, warum es so selten ist, daß grosse Männer würdige Söhne haben. Das belebte Klumpgen, welches *Harvey*

das punctum saliens nennet, entwickelt sich in den ersten Augenblicken nicht mit genugsamer Stärke; dieser Eindruck von Schwachheit läßt sich das ganze Leben durch verspüren, und ist desto merklicher auf die Werkzeuge des Denkens, je weniger das Gehirn des Vaters dieser belebenden Feuchtigkeit den Theil von Zubereitung gegeben hat, der dazu erfordert wird, wenn das Gehirn des Sohns einen hohen Grad von Stärke erlangen soll.

§. 29.

Ursachen, welche die Dauerung in Unordnung bringen, die Nerven erschöpfen, das Geblüt kraftlos machen, und alle Ausleerungen stören, müssen nothwendig Schwachheit hervorbringen; und dieses widerfährt den allzuheißigen Gelehrten. Als B. Briggs seine logarithmische Tabellen herausgab, gedachte er sie fortzusetzen; allein die Anstrengung seines Geistes war so groß gewesen, daß ihm die Kräfte schlechterdings fehlten (f), und er erlangte sie niemals wieder. „Obgleich die „Gesundheit des Herrn von Varignon, sagt der Herr von „Fontenelle, alles auszuhalten im Stande schien, so „zogen ihm doch seine Emsigkeit, und die Anstrengung in der „Arbeit eine schwere Krankheit über den Hals; sechs Monate „durch befand er sich in Gefahr, und drey Jahre lang in einer „Schwachheit, die eine sichtbare Erschöpfung der Lebensgeister „war (g).“ Andre verfallen in eine so allgemeine Erschlafung,

(f) *Saverien hist. des progr. de l'espr. hum. Sc. p. 460.*

(g) *Dans son Eloge, oeuvr. t. 6. p. 94.*

fung, daß ihre fleischigten Theile ganz weich und schlapp werden, ihr Puls schwach, ihr Zahnfleisch so locker, daß die Zähne ohne Schmerzen und ohne verdorben zu seyn ausfallen. Der nämliche Anfaß von Schwachheit, verbunden mit hitzigen Krankheiten, macht diese den Gelehrten äusserst gefährlich; und ein berühmter englischer Arzt hat mit gutem Grund angemerkt, daß die Krankheiten, welche für andere ganz gelind wären, für sie oft tödtlich werden könnten (h). Der Mangel an Kräften zieht den Verrichtungen während dem Fieber eine Unregelmäßigkeit zu, die ihren Lauf in Unordnung bringt; die Säfte gehen gleich anfangs zu einem Grad von gefährlicher Verderbniß über, das Gehirn wird vom Anfang an verwirrt, die Arzneymittel thun schlechte Wirkung, die Scheidungen der Krankheit bleiben aus, und der Kranke, der Rettung der Natur beraubt, muß, ungeacht der Hülfe der Kunst, unterliegen. Erst kürzlich sah ich ein trauriges Beyspiel davon in der Krankheit unsers verehrungswürdigen Rectors, den wir bey dieser Feyslichkeit mangeln (i), und dem die allgemeinen Wünsche die Jahre Rectors versprochen, dessen Leibesbeschaffenheit aber durch eine ausserordentliche Geschäftigkeit zu Grunde gerichtet ward. Der gleiche Augenblick, da sein Uebel anfieng, war durch eine so grosse Schwachheit bezeichnet, daß ich alle Hoffnung zur Heilung verlor, und ich sah den unerseßlichen Verlust voraus,

den

(h) *Morton de variol. c. 6. oper. omni. p. 382.*

(i) Herr J. Alph. Koffet, öffentlicher Lehrer der Gottesgelehrtheit, und seit einigen Monaten Rector. Starb Anfangs Aprils 1766.

den Religion, Tugend, Kirche, Vaterland, seine höchstbetrübte Familie, und diese academische Jugend so eben erlitten. Welch ein Mann, meine Herrn, welcher ein Colleague, welcher ein Freund, ist uns entrissen! Jenem Römer gleich, dessen Gemählde uns Plinius aufbewahrt hat (k), war sein Leben heilig, seine Genauigkeit in Erfüllung aller seiner Pflichten, so viel auch derselben seyn mochten, im höchsten Grad gewissenhaft; seine Güte, seine Sanftmuth unveränderlich, war er von einem jeden verehrt, ohne daß jemand jemals seine Gegenwart scheuete, weil er, ein Feind des Lasters, doch den Lasterhaften nie hassen konnte; sehr gelehrt, sehr veredt, waren seine öffentliche Vorträge voll von Sachen. Sein Styl sanft, fließend, abwechselnd, und man trifft in demselben jene Erhabenheit an, welche das Herz überwältigt und den Willen hinreißt. Während seinem Leben genoss er der allervollkommensten Hochachtung, und nach seinem Tode läßt er die lebhafteste und aufrichtigste Betrübniß hinter sich. Allein ich kehre wieder zu meinem Gegenstand zurücke.

§. 30.

Die Anstrengung des Geistes und die Unthätigkeit des Leibes sind die zwey vornehmsten Ursachen der Krankheiten der Gelehrten; allein sie sind nicht die einzigen. Es bleiben mir noch andere anzuzeigen übrig; und die erste die sich mir darstellt, ist selbst die Stellung eines Studirenden, eine Stellung die nicht anders als der Gesundheit schädlich seyn kann. Die Beugung welche die Gefäße über den Schenkeln und unter

(k) Euphrates; siehe *Plinii Caecilii epist. lib. 1. ep. 9.*

den Knieen , bey einer sitzenden Person , leiden müssen , hindern den Umlauf in den untern Theilen , welche in die Länge nothwendig davon leiden ; die Krümmung des Körpers drängt die Eingeweide des Unterleibes , ihre Berrichtungen werden gehindert , die Verdauungen erfahren eine neue Ursache zur Unordnung ; der öfters zusammengepreßte Magen leidet fürnemlich , und dieser mechanische Reiz , vereint mit allem dem was er von der Spannung des Gehirns und der Unthätigkeit leidet , macht die Gelehrten , mehr als andere Menschen , jener grausamen Krankheit unterworfen , die unter dem Namen der Cardialgie bekannt ist (1). Das Geblüt , das mit Mühe in den Blutadern des Unterleibs aufsteigen muß , häuft sich in der Goldader an , wohin es durch seine eigene Schwere getrieben wird , und wo es weniger Widerstand findet ; daher kömmt es , daß die Gelehrten so oft von der güldenen Ader gequält werden , einer unglücklichen Krankheit , die man lange Zeit sehr unrecht für eine nützliche Ausleerung angesehen , welche man zu unterhalten suchen mußte , deren Gefahren aber von grossen Aerzten endlich bekannt gemacht worden (m) , und die auch ich in einem andern Werk angezeigt habe (n). Sie sind zu
Zeiten ,

(1) Aretæus , Coelius Aurelianns , Aetius , haben schon angemerkt , daß dieses eine den Gelehrten gewöhnliche Krankheit sey ; siehe hierüber die sehr schöne Dissertation des Herrn Richter de Cardialgia , Gætting. 1750.

(m) Siehe die fürtreffliche Dissertation des Herrn de Haen theses pathologicae de hæmorroidibus , Viennæ 1759.

(n) Epistol. Zimmermanno p. 19. Sc.

Zeiten, so wie alle andere Blutflüsse, nützlich gewesen; aber die Gefahren die sie begleiten, sind so beträchtlich, daß sobald jemand davon bedroht wird, ein weiser Arzt beynahе immer trachten soll, ihnen zuvorzukommen, und dieses habe ich sehr oft mit dem glücklichsten Erfolge gethan.

§. 31.

Das nächtliche Studieren kann man als die vierte Ursache der Krankheiten der Gelehrten ansehen; es ist ihnen auf viele Weise schädlich.

1. Ein Mann der den Tag über gearbeitet hat, arbeitet viel zuviel, wenn er seine Arbeit bis weit in die Nacht hinein fortsetzt.

2. Die Zeit des Schlafes wird dadurch allzusehr abgekürzt, und ist zur Erquickung unzulänglich.

3. Der Schlaf der auf eine lange Anstrengung folgt, ist niemals stille und ruhig; er bringt die Wirkung nicht hervor, die er hervorbringen sollte, weil die Fasern des Gehirns ihre Bewegungen fortsetzen, die Gedanken immer fortwähren, ohne daß man im Stande wäre ihren Lauf zu unterbrechen: Man schläft nicht ein, oder wenn man ja einschläft, so ist es nur ein leichter Schlummer, der eher ein halbes Wachen ist während welchem die Ideen ermüden ohne möglich zu seyn, als aber eine gänzliche Fesselung der Sinnen, welche das Hauptmerkmal des wahren Schlafes ausmacht. Die Alten, klüger als wir, kannten diese Gefahr besser; sie wußten ihre Zeit zwischen Geschäften und Erholungen zu theilen; ihr Abend war fast niemals mit ernsthaften Beschäftigungen besetzt, und A

nius Pollio, dieser berühmte römische Consul und Redner, der die erste Bibliothek in Rom anlegte, wußte es so wol, daß das nächtliche Studiren schädlich wäre, daß er von der zehenden Stunde an, das ist zwey Stunden vor der Sonne Untergang, sogar keine Briefe mehr las (o).

4. Man handelt durch nächtliches Arbeiten den Gesetzen der Natur zuwider, die den Anfang der Nacht zum Anfange der Ruhe bestimmt hat; sie ladet uns dannzumal durch die feuchtere, kältere, ungesündere Natur der Luft, durch die Dunkelheit, durch die Stille, durch das Beyspiel aller lebenden Wesen, zur Ruhe ein; die meisten Thiere fühlen ihre Kräfte, beym Untergang der Sonne, merklich vermindert, und sinken in Schlaf bis zur Rückkehr dieses Gestirns, das der Luft alle ihre gesunde Eigenschaft wiedergiebt; verschiedene Pflanzen sogar gehen in einen Stand über, den man mit Recht ihren Schlaf genennt hat. Sollte denn der Gelehrte den Gebrauch der Nacht mit dem Bösewicht und den wilden Thieren theilen?

Die schädlichen Einflüsse der Nachtlust sind bey einigen Leuthen so merklich, daß Herr van Swieten einen Podagräner gekannt hat, der nach Sonnen Untergang nicht einmal einen Brief lesen konnte, ohne den Anfall seiner Krankheit zu beschleunigen. Nicht weniger gefährlich als das allzu späte zu Bette gehen, ist das meditieren im Bette selbst: Das Nachdenken treibt, wie ich schon gesagt, eine grössere Menge Bluts zum Gehirn; die horizontale Lage des Körpers erleichtert noch diese Wirkung; der Schlaf der darauf erfolgt vermehrt

(o) Seneca de tranquillitat. animi. cap. 19.

mehrt sie , und dieses Werkzeug muß desnahen nothwendig von einer solchen schädlichen Gewohnheit leiden , so wie der ganze Leib von der Beraubung des Schlafes , die eine Folge des nächtlichen Studierens ist , leidet : Man schwächt sich , man verspürt heftige Kopfschmerzen , die Nerven werden abgenutzt , ihre Bewegungen unordentlich ; die Ordnung der Ideen wird gestört , man verfällt in eine wahre Verwirrung , welche ein sanfter und ruhiger Schlaf vielleicht heben könnte : Allein was ist für Hofnung da , ihn wieder zu erlangen ? Unter allen aus der Ordnung gerathenen Verrichtungen ist der Schlaf am allerschwersten wieder herzustellen ; man verliert ihn freiwillig und mit Lust , man beweint ihn bitterlich , und beynah immer fruchtlos. Ich habe einen Brief von einer fünfzig jährigen Dame vor mir liegen , der die Geschichte ihrer Krankheiten also anfängt : „Ich habe von Natur eine gute Leibesbeschaffenheit ; allein in meiner ersten Jugend brachte ich viele Nächte mit Lesen durch , und befand mich von meinem achtzehnden Jahr an in einer Entkräftung , die der Anfang meiner zerstörten Gesundheit war ; ich hatte Flüsse ꝛc. und Schlaflosigkeit , die ich immer empfinden mußte ; noch jetzt bin ich sehr oft von diesen Schlaflosigkeiten heftig geplagt.“

Die glaubwürdigsten Schriftsteller , welche den fabelhaften Umständen von Aristoteles Tod gar keinen Glauben beymessen , stimmen darinn überein , daß er , von allzustrengem Nachtwachen abgemärgelt , und durch hartnäckigte Kopfarbeiten aufgezehrt , sein Leben geendiget habe.

5. Die fetten Dünste der Materien die man zum leuchten verbrennen muß, vermehren noch die Gefahr des Wachens, indem sie die Luft verderben und sie sowol für die Augen, als für die Nerven und die Lunge schädlich machen; man vermindert zwar diese Gefahr um vieles, wenn man Wachslichter brennt, allein bis auf einen gewissen Grad bleibt sie doch immer.

§. 32.

Die eingeschlossene Luft, welche Leuthe, die nur mit ihren Büchern leben, unaufhörlich einathmen, ist eine fünfte Ursache, auf die man gewöhnlich nicht genug Achtung hat, die sehr viel zur Vermehrung ihrer Beschwerden beyträgt. Eine reine, offene, ländliche Luft erfrischt, giebt Stärke und Munterkeit, erleichtert das Athemholen und die Ausdünstung, belebt den ganzen Bau des Leibes; es ist kein Mensch, der die Wahrheit dieser Erfahrung nicht an sich selbst bewiesen habe, und der nicht hieraus einsehe, wie nützlich eine solche Luft den Gelehrten seyn würde. Allein weit entfernt derselben zu genießen, leben sie im Gegentheil fast immer in einer Luft, welche, da sie selten erneuert wird, dick, voller Dünste, ohne Elasticität ist; die anstatt zu erfrischen erhitzt, anstatt zu beleben schwer, anstatt zu stärken schlapp macht, der Ausdünstung anstatt sie zu befördern schadet, und hierdurch die schlimmsten Wirkungen aller andern Ursachen, die den Gelehrten schädlich sind, vermehrt. Die Luft seines Gemaches nicht alle Tage erneuern, ist so viel, als in dem Unrath des vorigen Abends leben; und wer sind die Gelehrten, die ihn alle Tage erneuern?

Diese Gleichgültigkeit vieler Gelehrten, in Ansehung der Luft, die sie einathmen, erstreckt sich oft auf ihre ganze Person. Ich habe solche gesehen, welche die Reinlichkeit dergestalt aus der Acht ließen, daß sie Ekel erweckten, und sich allen Krankheiten aussetzten, welche eine Folge der Unsäuberlichkeit sind, die wir als eine sechste Ursache angeben wollen, die weit mehr Einfluß hat, als man ihr gemeiniglich zutraut (p), und wovon die Verminderung der Transpiration eine der verderblichsten Wirkungen ist. Die Unsauberkeit der Zähne, die so sehr oft vorkommt, hat ebenfalls ihre Unbequemlichkeiten und Gefahren: Wenn man es verabsäumt sie zu reinigen, so bedecken sie sich mit einem dicken und stinkenden Stein, der einen angestechten Geruch von sich giebt, alle die sich ihnen nahen vergiftet, ihren eigenen Speichel verfäult, ihr Zahnfleisch verderbt, ihnen häufige Flüsse, stechende Schmerzen, Entzündungen, Geschwüre, Entzündungen im ganzen Munde, endlich den Verlust der Zähne zuzieht, wodurch der Magen des Beystandes der Käuung beraubt wird, die für alle Leuthe so wichtig ist, und am allermeisten für solche, die wie die Gelehrten dem Ungemach unterworfen sind, daß ihre Däunungen schlecht von statten gehen, welche bey ihnen noch ferner von der bösen Gewohn-

(p) Wir haben über diese Materie eine ganz vorstrefliche Dissertation von einem der größten Aerzten, die Deutschland hervorgebracht. J. Z. *Platneri dissertatio de morbis ex immunditiis*, Lips. 1731. opuscul. t. I. p. 70.

wohnheit, fogar während der Mahlzeit zu lesen, und gerade hernach wieder an die Arbeit zu gehen, sehr viel leiden.

§. 34.

Diese siebente Ursache, deren schädlichen Folgen wenige von denjenigen, die es wagen sich ihnen auszusetzen, zu entgehen im Stande sind, ist eine von denen, welche den Magen am geschwindesten angreifen. Die Wirkung der Nerven ist zur Daurung so nothwendig, daß, wenn man in einem Thier die Nerven unterbindet, die zum Magen gehen, die Speisen darinnen in Fäulniß übergehen ohne verdaut zu werden (q); wenn die beschäftigte Seele die Austheilung der Lebensgeister zu der Zeit, wo sie diesem Werkzeuge unentbehrlich sind, zurückhält, so müssen die Daurungen nothwendig übel beschaffen seyn; die Speisen verweilen lange und werden schlecht verdaut; es entwickelt sich aus denselben viel Luft, der den Magen reizt, aufbläht, und nach dieser Aufblähung noch schwächer zurückläßt. *Allander* hat in seinem vortreflichen Schreiben an den *Plempius*, über die Krankheiten, welche die Ausübung der Magistratur nach sich zieht, sehr wol beobachtet, und auf eine der Theorie derselbigen Zeiten angemessene Weise sich ausgedrückt: Alle, die unaufhörlich dem Magen die Wärme entziehen, damit sie den Verrichtungen der Seele warteten, sind untüchtig zum Verdauen (r); und *Plempius* zeigt in seinem Werke die Gefahren dieser schlimmen Gewohn-

E 2

heit

(q) *Halleri oper. minor. t. 1. p. 359.*

(r) Dieser Brief im Jahr 1662. geschrieben, befindet sich vorhen an dem Werke des *Plempius de togatorum valetudine tuenda.*

heit ebenfalls an (s); etwas, das kein einziger von den Aerzten, die sich mit den verschiedenen Theilen der Diät abgegeben, und vornehmlich die über die Diät der Studirenden geschrieben haben, unbemerkt gelassen.

§. 35.

Dieser brennende Eifer zur Arbeit, wenn er zu jener so lächerlichen als tadelnswürdigen Ausschweifung getrieben wird, die nicht einmal erlaubt sich zum Essen und Trinken Zeit zu nehmen, zieht eine andere Unachtsamkeit nach sich, die ebenfalls beschwerliche Folgen hat, und die ich für die achte Ursache der Krankheiten der Gelehrten zähle; und dieses ist die schädliche Gewohnheit den Harn lange zurückzuhalten, und den Stuhlgang aufzuschieben. Diese allzulang hinterhaltene Unreinigkeiten verderben, werden dünne, reizen die Gedärme oder die Blase, verderben derselben schleimichte Substanz, und verursachen oft die grausamsten Krankheiten. Die kleinern Gefäße, davon alle Höhlen des Leibes voll sind, saugen fäulende Theilchen in sich, die, ins Geblüt gebracht, selbiges verfäulen, und, welches noch schädlicher ist, die Nerven hören nach einer gewissen Zeit auf, dem Reiz der Nothdurst zu gehorchen; zum öftern sogar macht sie die außerordentliche Spannung lahm; dannzumal haben die Blase und die Gedärme nicht mehr Kräfte genug den Harn und das Koth fortzutreiben (t); und man ist genöthigt sie durch Kunst zu reizen.

Unde

(s) p. 110.

(t) Schon Galen kannte diese Quelle von Krankheit, und belehrt uns, daß er verschiedene Personen gekannt, welche, nach et-

ner

Anderemal verfällt man in eine dem Anschein nach ganz entgegenge setzte Krankheit, obgleich sie von der nämlichen Ursache abhängt, und von der erstern nur in Ansehung des verschiedenen Theiles der Blase, welcher lahm wird, verschieden ist; dieses ist, da man den Harn nicht halten kann. Ich bin von einigen Personen um Rath gefragt worden, die darum, daß sie das Wasser allzulange zurückgehalten, das Vermögen es zu halten verloren hatten; es floß unaufhörlich heraus; und dieses ist unstreitig eine von den allerunangenehmsten Beschwerden, die einen befallen könnte, sowol für sich als für die, mit denen man umzugehen hat. Man kann auch noch viel harter wegen einer so lange erzwungenen Zurückhaltung bestraft werden; und jedermann weiß das klägliche End des unsterblichen Tycho Brahe, der, als er einst mit dem Kaiser Rodolph II., der ihn mit Wohlthaten überhäufte, im Wagen saß, seinen Harn allzusehr hinterhielt, und diese seine ehrenbietige übelverstandene Schamhaftigkeit mit dem Leben bezahlte.

§. 36.

Ich mache mir kein Bedenken die Enthaltung von aller Gesellschaft als die neunte Ursache der Krankheiten der Gelehrten anzusehen. Viele legen sich dieselbe anfänglich aus freyem

E 3

Willen

ner allzu langen Zurückhaltung des Harns, es sey izt aus Zerstreuung, wenn sie allzu beschäftigt waren, oder aus Trägheit, oder aus Wohlstand in den Tempeln, in Raths- und Gerichtssälen, bey Tische, die Kraft verloren hatten, ihn von sich zu lassen. *De Symptom. causis lib. 3. cap. 8. Et de loc. affect. libr. 6 cap. 4. Charter. t. 7. p. 98. Et 575.*

Willen auf, und überlassen sich ihr nachgehend aus voller Reigung; allein sie hat ihre wirkliche Unbequemlichkeiten. Die Menschen sind einmal für die Menschen geschaffen; ihr gegenseitiger Umgang führt Vortheile mit sich, deren man sich nicht ungestraft begiebt, und man hat mit Grund angemerkt, daß die Einsamkeit in Entkräftung stürzt (u). Nichts auf der Welt trägt zur Gesundheit mehr bey als die Frölichkeit, welche durch Gesellschaft belebt und durch Einsamkeit getödtet wird, und diese moralische Ursache des Verdrußes, zusamt den physischen Ursachen der Melancholie wovon ich oben geredt, stürzt öfters die Gelehrten in eine Traurigkeit, deren Wirkungen auf die Gesundheit ihr eben so verderblich sind, als die Wirkungen der Frölichkeit ihr gunstig seyn würden; sie erzeugt jenes menschenhäßige, verdrüßliche Wesen, jene Unzufriedenheit, jenen Eckel ab allem, welche man mit Recht als die größten Uebel ansehen kann, weil sie uns des Genusses alles Guten berauben.

§. 37.

Ich habe die allgemeinsten Ursachen der Krankheiten, die allen Gelehrten gemein sind, angezeigt; nun soll ich mit wenigem von denjenigen reden, die von dem besondern Gegenstand ihrer Beschäftigungen herrühren, und von denen, die nur gewissen Werkzeugen besonders eigen sind. Die Zergliederer bekommen öfters heftige Fieber, die ihren Grund in der angesteckten Luft haben, welche sie einathmen, und sind den Krankheiten ausgesetzt, welche von der Verderbniß der Galle abhängen. Das Geblüt der Todtenkörper, womit ihre Hände

unauf-

(u) Cicero de offic. l. 3. c. 1.

unaufhörlich benezt sind, macht zuweilen die geringste Verwundung, die leichteste Streifung für sie tödtlich. Die chymischen Versuche führen ebenfalls ihre Gefahren mit sich; mehr als ein Chymist ist das Opfer davon gewesen, und Boerhaave selbst wäre von dem Dunst eines sauren Geistes erstickt, wenn er nicht auf der Stelle seine Zuflucht zu einem alcalischen Geiste genommen hätte, den er zum guten Glück bey der Hand hatte, und dessen Dunst, indem er die Schärfe des ersten zerstörte, den Krampf stillte, den derselbe in den Lungen hervorbrachte. Einige Kräuterkundiger haben über der Erforschung und Untersuchung der Pflanzen ihr Leben eingebüßt. Allein diese Zufälle gehören eigentlich in die Classe der Krankheiten der Künstler; ich wende mich deßhalb zu denjenigen, welche das Studiren am eigentlichsten in einigen Werkzeugen verursacht,

§. 38.

Die Augen, wovon ich oben schon ein Wörtgen angeführt, haben unter allen am meisten zu leiden. Die unaufhörliche Ermüdung reizt sie; zuweilen werden die Augenlieder und das äussere des Auges entzündet, noch öfterer sind es die Nerven allein, die ohne einen äusserlich merklichen Fehler angegriffen werden; Ich habe verschiedene Personen gesehen, die in der Blüthe der Jahren sich eine so grosse Empfindlichkeit zugezogen hatten, daß sie das Licht nicht mehr ausstehen konnten und gezwungen waren in so finstern Gemächern zu leben und zu lesen, wo ich kaum im Stand war, die grössten Buchstaben zu unterscheiden; die Lichter fürnemlich, deren zitternde Flamme und

Dampf so unbequem sind, waren für sie unausweichlich, und sie konnten sogar den Glanz einer dünnen Wachskerze nicht lange vertragen. Es giebt andere, deren Augen, sobald sie einige Seiten durchgelesen, voller Thränen stehen, die trüb sehen, und bald darauf nichts mehr unterscheiden können. Die Unordnungen des Gesichtes, die durch eine allzugrosse Beweglichkeit der Augennerven veranlaßt werden, es sey jetzt nun daß sie von allzuvielm Lesen entstehe, oder daß sie von irgend andern Ursachen abhänge, sind sehr verschieden und sehr seltsam. Ich habe über diese Materie eine Menge sehr interessanter Beobachtungen beisammen, welche aber in einem andern Werke füglich angebracht werden können; und ich will diesen Artikel beschließen, wenn ich nur noch ein Wort über die Funken angeführet habe, welche die Gelehrten vor ihren Augen zu sehen sich einbilden, und von denen Herr Zimmermann, der diesem Uebel selbst eine Zeitlang unterworfen gewesen, sehr umständlich und mit vieler Geschicklichkeit in dem schon mehrmal angeführten Werke gehandelt hat. Dieselben finden sich allemahl ein, wenn die Beweglichkeit der Augennerven auf einen so hohen Grad gestiegen, daß sie, ohne von dem äussern Eindruck des Feuers gerührt zu seyn, durch eine Folge des unordentlichen Zustandes, worinne sie sich befinden, die gleichen und eben so lebhaften Bewegungen erfahren, welche die Gegenwart dieses Elementes hervorbringen würde.

§. 39.

Die Redner sind gleichfalls Krankheiten ausgesetzt, die von ihrem Beruf abhängen, und die ihnen schädlich sind: Das
laute

Laut-Besen ist zuweilen den Lungen zuträglich; ich hab es sogar mit gutem Erfolge gegen einige Krankheiten der Daumungs-
Werkzeuge angerathen: Aber eine starke und anhaltende Declamation, während welcher der ordentliche Gang des Athemholens unaufhörlich gestört wird, ist der Lunge sehr schädlich; sie wird gereizt, erhitzt, entzündet; daher entstehen Heisheit, Verlust der Stimme, Hitze auf der Brust, Husten, Blutspenen, Entzündungen, Schleichfieber, eine allgemeine Entkräftung, zuletzt die Schwindsucht; und diese nützliche Leuchte erlöschen gleich einer Lampe, die nur andere zu beleuchten gegläntzt hat. Cicero war von diesem Unglück bedroht. Die Aerzte warnten ihn, und rathen ihm für zwey Jahre lang den Rednerstul zu meiden; er folgte ihrem Rathe: Die Ruhe stärkte ihn und gab ihm die gesunde Leibesbeschaffenheit wieder, die er durch Arbeit verlohren hatte.

Am meisten zu beklagen sind die Prediger, die in der Kirche nichts anders zu thun haben, als ihre Predigten herzusagen; und die Rechtsgelehrten, die mit nichts anders beschäftigt sind, als ihre Prozesse aufzusetzen und sie dem Richter vorzutragen. Die einten und die andern richten ihre Gesundheit auf zweyerley Weise zu Grunde: Erstlich durch ihren Fleiß, gleich andern Gelehrten; zweytens durch das Declamiren, welches sie um so viel mehr angreifen muß, als ihre Lunge, an den langsamen Kreislauf, welcher die Folge einer sitzenden Lebensart ist, gewöhnt, nicht im Stande ist, diese starke Bemühungen auszuhalten.

Die Prediger sind besonders bey grosser Kälte der Gefahr eines zurückgeschlagenen Schweißes ausgesetzt, wenn sie, nachdem sie sich durchs Declamiren erhitzt, in ihrem Predigtstuhl, mitten in einer gefrorenen Atmosphäre ruhig dastehen müssen; und daher auch den Halswehen, der Heischerekeit, und den Schnuppen ungemein unterworfen (x).

§. 40.

Grosse Schauspieler sind den nämlichen Uebeln ausgesetzt wie die Redner. Der unsterbliche *Moliere* starb an einem Blutspeyen, nachdem er eines seiner Stücke mit vielem Feuer gespielt hatte. *Montfleury*, hatte vor ihm das gleiche Schicksal, indem er die Rolle des *Dressis* in der *Andromache* des *Racine* spielte; und man weiß, daß Herr *Bond*, ein brittischer Edelmann, mit bestem Recht in die *Saire* des Herrn von *Voltaire* verliebt, seinen Geist aufgab, als er den *Lusignan* vorstellte. Doch war dieser Tod vermuthlich eher die Folge einer heftigen Gemüthsbewegung, worein ihn dieser Auftritt setzte, als aber der Declamation.

Die Tonkünstler vornemlich sterben sehr oft an Brustkrankheiten, und ihre gedöfnete Leichname zeigen uns ihre Lungen entzündet, eyternd und schwürend. *Morgagni* hat einen jungen Menschen gesehen, der eine sehr schöne Stimme hatte,

den

(x) *L. Z. Wedelius*, in einer Dissertation de morbis concionatorum, Jenæ 1702. zählt unter die Gefahren der Prediger, diejenige, der sie sich aussetzen, wenn sie mit ansteckenden Krankheiten behaftete Leuthe besuchen. Allein diese Gefahr ist theils nicht gar groß, und dann auch den Gelehrten nicht eigenthümlich,

den die Uebung seines Talentes in die Schwindtsucht gestürzt; das Geschwür der Lunge erstreckte sich längs der Luströhre bis zum Kopf derselben und bis zur Kehle, und er erstickte, indem er sich Mühe gab, einen Eyerdotter niederzuschlucken (y). Ramazzini kannte eine grosse Sängerin, Scervina, die, so oft sie sich durch Singen ermüdete, in eine starke Heissherkeit verfiel. (z) Die Declamation und das Singen schaden nicht nur der Brust, sondern auch dem Kopf, der sich mit Blut anfüllt, weil die Lungen alsdann so beschaffen sind, daß sie die Halsadern verhindern sich auszuleeren. Eben diese Scervina bekam einen starken Schwindel bey jeder langen Cadenz. Mercurialis merkt schon an, daß das Singen Kopfschmerzen, heftige Schläge der Pulsadern an den Schläfen, Geschwulst der Augen und Ohrenklingen verursache (a).

Weit glücklicher als die Prediger und die Redner, sind die Landpfarrer und Seelsorger, weil selbst diejenigen unter ihnen, die dem Studiren obliegen, durch die Pflichten ihres Berufs, die sie aus ihrem Studirzimmer hinauszwingen, verhindert werden, sich demselben unmaßig zu überlassen. Den gleichen Vortheil haben die Aerzte; und die Sorge, die sie der Gesundheit anderer zu geben verbunden sind, verhindert sie ihre eigene zu verderben. Glücklich alle Studirende, die ihr Stand nöthigt, ihre Bücher zu verlassen, um andere Pflichten zu erfüllen; ihr Leib hat Bewegung; und obgleich ihr Geist öfters

nur

(y) De sedibus & causis morbor. t. 1. p. 228.

(z) De Morbis Artific. C. 37. Oper. p. 622.

(a) Gymnaastica. L. 6. C. 5.

nur die Arbeit abwechselst, so ist eben diese Veränderung schon eine Erquickung.

§. 41.

Das Declamiren erzeugt zuweilen einen Zufall, der eine Folge der heftigen Zusammendrückung ist, welche die Eingeweide bey allzulange anhaltenden Einathmen leiden, und der, obgleich weniger beschwerlich als die Brustkrankheiten, nichtsdestoweniger seine Gefährlichkeiten hat: Dieses sind die Brüche oder Ausfälle der Gedärmen, welche bey Rednern sehr oft vorkommen. Durch den Gebrauch eines Bruchbandes könnte ihnen vorgebant werden; ein solches wird unumgänglich erfordert, sobald sie vorhanden sind, weil man ohne dieses, so oft man stark reden muß, Folgen ausgesetzt ist die höchst schädlich seyn können. Die Mönchen und Klosterfrauen, welche ihrem Beruf gemäß viel singen müssen, sind eben dieser Krankheit sehr unterworfen (b).

§. 42.

Dieses sind die vornehmsten Krankheiten die ein allzugroßer Fleiß im Studiren hervorbringt; allein man muß nicht glauben, daß alle die sich den nämlichen Ausschweifungen ergeben, genau auf die nämliche Weise und in dem nämlichen Grad gestraft werden; die Ungleichheit der Temperamente, der Jahre; der verschiedene Beytritt fremder Umstände, bringen in den Wirkungen beträchtliche Verschiedenheiten hervor, deren aufmerksame Betrachtung nicht ohne Nutzen seyn kann.

§. 43.

(b) Ramazzini Obend.

§. 43.

Es giebt wenig Menschen, deren ganzer Bau so vollkommen wäre, daß eine völlige Harmonie unter der Stärke aller Theile Platz hätte; gemeiniglich giebt es irgend einen davon der schwächer ist, und dieser ist es beynahe allezeit, der die ersten und stärksten Eindrücke von dem übermäßigen Studiren, so wie von allen andern Ausschweifungen empfindet.

Wenn man einen schlechten Magen hat, es sey von Geburt, oder von den Folgen der Fehler in der Lebensordnung, so wird dieses Werkzeug die Strapazen des Studirens empfinden, mittlerweile die Nerven amoch alle ihre Stärke beyhalten werden; da im Gegentheil Leuthe die schwache Nerven und einen guten Magen haben, in sehr schwere Nervenkrankheiten verfallen werden, ehe ihr Magen in Unordnung geräth.

Wenn die fleischigten Fasern allzu schlapp sind, so wird man Müdigkeiten, Erstarrungen, außerordentliche Schwachheit, Aufschwellungen verspüren, ehe die Nerven und der Magen krank sind.

Diejenigen deren Lungen nicht zum besten beschaffen sind, werden in die Brustkrankheiten, von denen ich oben geredet, verfallen, und von einer Schwindsucht oder von einem Schleichfieber aufgezehrt werden, ehe sie die geringste Unordnung in den andern Eingeweiden verspürt haben.

Wenn die Gefäße des Hauptes schwach sind, so wird man von unaufhörlichen Kopfschmerzen geplagt seyn, oder von öfterem Nasenbluten, dem junge Leuthe, die viel studiren, sehr

unter

unterworfen sind, weil, wie ich schon gesagt, die Anstrengung des Geistes das Geblüt zum Gehirn treibt.

Selbst die Stärke, des Temperamentes hat ihre Gefahren. Junge Leute von der vollkommensten Leibesbeschaffenheit ergeben sich dem Studiren mit einer nicht zu ermüdenden Hitze; die starke Bewegung ihrer Seele vermehrt die Bewegung aller Organen, und sie verfallen in Entzündungskrankheiten, welche die Wirkungen eines anhaltenden Reizes bey den stärksten Temperamenten sind. Zuweilen sterben sie bey dem ersten Anfälle; gewöhnlicher dennoch erholen sie sich wieder; allein, wenn sie völlig hergestellt sind, ihr Temperament seine Kräfte wieder erhält, und sie sich den nämlichen Arbeiten ergeben, so verfallen sie wieder in die gleichen Krankheiten, und nicht selten sehen wir dergleichen junge starke Leute, die sich hartnäckigem Studiren ergeben, alle Jahre ein hitziges Fieber ausstehen; endlich, nach Verfluß einiger Zeit, vom Arbeiten und von Fiebern erschöpft, befinden sie sich ohne alle Kräfte, und werden von Schleichkrankheiten befallen, gegen welche ihnen keine Hülfe noch Rettung übrig ist.

§. 44.

Die Wirkungen des Studirens sind ebenfalls nach dem Alter in welchem man sich demselben überläßt, sehr verschieden; ein anhaltender Fleiß ist in der Kindheit tödtlich. Ich habe Kinder voll Geistes gekannt, die mit dieser weit über ihr Alter gehenden gelehrten Raserey befallen waren, und mit Schmerzen das Schicksal, das auf sie wartete, vorausgesehen: Im Anfange sind sie Wunder, am Ende Narren. Dieses Al-
ter

ter ist den Leibesübungen gewidmet die den Leib stärken, und nicht dem Studiren das ihn schwächt und am Wachsthum verhindert. Die Natur ist nicht im Stande zwei schnelle Entwicklungen, zu gleicher Zeit, mit gutem Erfolge, vorwärts zu bringen. Man hat Kinder gesehen, deren Leib ein ungemein schnelles Wachsthum hatte; und die letztern Memoires der Königl. Academie der Wissenschaften gedenken eines Kindes aus Languedoc, das im Alter von sechs Jahren die Leibesgestalt eines grossen Mannes hatte. Allein was widerfährt ihnen? Der Geist bleibt in einer immerwährenden Kindheit; ja diese Kräfte des Leibes selbst, frühzeitig aber von keiner Festigkeit, gehen mit eben der Schnelligkeit zu Grunde, als sie entstanden waren, und diese Wunder liegen in ihrem zwölften oder dreyzehnten Jahre im Grab. Wenn das Wachsthum des Geistes allzu schnelle ist, wenn die Talente sich frühzeitig entwickeln, und man einen dieser Entwicklung proportionirten Fleiß erlaubt, so empfängt der Leib gar kein Wachsthum, weil die Nerven nichts zur Nahrung beitragen; man verfällt in Schwindsucht und stirbt bald hernach an den grausamsten Krankheiten, wie man ein merkwürdiges Beispiel davon an dem jungen Ph. Baratier gesehen, »der in seinem achten Jahre das »hebräische, das griechische, lateinische und französische vollkommen inne hatte, des deutschen, seiner Muttersprache nicht »zu gedenken; der in seinem siebzehnten Jahre der gelehrteste Mann in ganz Europa, aber von seiner ersten Kindheit an den Flüssen und andern geringen Unpäßlichkeiten unterworfen war. In seinem achtzehnten Jahre wurde er von
»seinem

„einem Husten befallen, und in dem Lauf des nämlichen Jahres von einem Heer anderer Krankheiten; die Eflust und der Schlaf verlohren sich, und nun seufzte er einzig nach seiner Auflösung, die auch in einem Alter von neunzehn Jahren und etlichen Monaten erfolgte.“ Ich habe, sagt Boerhaave, einen jungen Menschen gekannt, der alles wußte, ein Ungeheuer von Gelehrsamkeit, der aber sein fünf und zwanzigstes Jahr nicht erreichte; und einen andern ebenfalls sehr Gelehrte, der Tag und Nacht arbeitete, und, ohne irgend eine bestimmte Krankheit, in seinem neunzehnten Jahre an der Auszehrung starb (c). Sie selbst, meine Herren, haben einen unserer Mitbürger gekannt, der mit den erhabensten und frühzeitigsten Talenten geboren war, dessen geschäftiger und durchdringender Geist, welcher sich ganz dem Studiren und Nachdenken ergab, zu einer Zeit die von der Natur zur Stärkung bestimmt ist, ihn viele Jahre lang in den traurigsten und gefährlichsten Zustand von Schwachheit stürzte. Eine Diät die fast ihres Gleichen nicht hat, und die Niederlegung seiner Arbeiten, führten ihm einen Schatten von Gesundheit zurück: Zum Unglück vergaß er wieder daß er nicht stark wäre, und starb in der Blüthe seiner Jahre, ein Schlachtopfer seiner Arbeitsamkeit (d).

In der Anleitung für das Landvolk habe ich angezeigt, wieviel die Bauersleute ihren Kindern dadurch schaden, daß sie selbige mit Arbeiten die über ihre Kräfte sind beschweren.

Aus

(c) *Prælect. ad instit. S. 1056. t. 7. p. 346.*

(d) Herr Phil. Loya von Ebezenn.

Aus allem was ich bis hieher gesagt habe, und wie erstaunend viel würde sich noch hierüber sagen lassen, sieht man, daß man denjenigen, die man mit gelehrten Arbeiten überladet, noch weit grössern Schaden thut. Eltern und strenge Lehrmeister, welche diesen erzwungenen Fleiß fodern, gehen mit ihren Kindern um wie jene Gärtner, welche die ersten Früchte zu Markt bringen wollen, mit ihren Pflanzen umgehen; sie opfern einige auf, damit sie sie zwingen ihnen Blumen oder Früchte zu geben, die immer von kurzer Dauer und in allen Absichten weit unter denjenigen sind, die erst zu ihrer gehörigen Zeit zu ihrer Reife gelangen; allein sie haben in Bewunderung gesetzt, man hat dem Gärtner seine Gewächshäuser und seine Gartenbeeten gelobt. Es ist vielleicht keine grausamere und übler-verstandene Erziehung als jene rasende Begierde, die Kinder zu vieler Arbeit zu zwingen, und grosse Progressen von ihnen zu fodern; sie ist das Grab ihrer Talente und ihrer Gesundheit, und ungeachtet alles dessen, was grosse Männer, die sie mit mehr Stärke als glücklichen Erfolg angegriffen haben, dawider sagen konnten, ist sie noch jezo, leider! nur allzusehr ausgebreitet (e).

F

Die

(e) Immer erinnere ich mich mit Vergnügen des letzten Willens des Anaxagoras, dieses berühmten Philosophen, der zuerst gelehrt hat, daß diese Welt das Werk eines verständigen Wesens sey, und, wie er selbst sagte, einen Tropfen Weisheit einer Sonne Goldes vorzog. Zu Athen, unter dem Vorwand von Gottesläugnung verfolgt, zog er nach Lampfacum, allwo er aller der Achtung

Die Uebel, welche ein allzugrosser Fleiß den Kindern zusetzt, werden noch weit schwerer, wenn dieser Fleiß sie an Studien bindet, für welche sie einen Abscheu haben; und in allen Altern, wenn man zu Kopfarbeiten gezwungen wird, deren Gegenstand mißfällt, stürzen die Uebel, die der Verdruß noch zu denen hinzufügt, welche von der Anstrengung des Geistes herrühren, den Kranken bald ins Verderben. Die Abwechselung des Gegenstandes ist allein im Stande sie zu retten. Ich habe, sagt Boerhaave, Leute gleichsam wieder ausleben gesehen, die von Studien, welche ihnen mißfielen, wozu sie gezwungen worden, zu andern übergehen konnten, die mehr nach ihrem Geschmacke waren (f).

S. 45.

So wie allzufrühzeitiges Studiren schädlich ist, nicht weniger gefährlich ist es, wenn man sich allzuspäte demselben ergiebt. Die Natur nimmt nur nach und nach Gewohnheiten an: Es giebt eine Zeit, wo sie selbige sehr schwer annimmt; und wenn ein Mann sein stärkstes Alter erreicht hat, ohne sich an

tung genos die er verdiente, und wo man sogar so weit gieng, daß man ihm einen Altar aufbaute. „Kurz vor seinem Tode besuchten ihn die angesehensten Häupter der Stadt und fragten ihn, ob er einige Befehle zu geben hätte: Er antwortete ihnen, er wünschte nichts anders, als daß man den Kindern erlauben möchte, sich alle Jahre, in dem Monat seines Todes, zu erlustigen. Sein Wille ward befolgt, und diese Gewohnheit dauerte noch zu den Zeiten des Diogenes Laertius.“ Bayle.

(F) Praelect. ad Instit. S. 1056. t. 7. p. 346.

an gelehrte Beschäftigungen zu gewöhnen, so ist zu befürchten, die Fasern seines Gehirns werden nur mit Mühe sich unter diese neue Bewegungen biegen, welche die neue Lebensart erheischt, und sie möchten in dergleichen unordentliche Bewegungen verfallen, wie die sind, welche den Bahnwitz ausmachen. Die Beyspiele von Leuten, die ihren Verstand verwirrt haben, indem sie sich zu einer Zeit den Studien ergaben, wo man anfangen sollte sie zu vermindern, sind gar nicht selten.

Ich habe seit der ersten Ausgabe dieses Werkens ein sehr gutes Buch von Hrn. *Batique*, meinem ehemaligen Mitschüler, ist berühmten Arzte in Berlin gelesen, aus welchem ich ersehe, daß er den meinigen ungemein ähnliche Bemerkungen hierüber gemacht hat. „Es ist äußerst gefährlich,“ sagt er, „in einem gewissen Alter, mit einlicher Anstrengung nach neuen Kenntnissen zu streben, besonders wenn solche viele Aufmerksamkeit erheischen. Ich habe viele Personen an Krankheiten, die den Kopf plötzlich in Unordnung gebracht, sterben gesehen, weil sie sich in einem Alter von vierzig und mehr Jahren den höhern Wissenschaften widmen wollten, und sich denselben mit Hitze ergaben.“ (g)

Im Jahr 1764. habe ich einen Fremden hier gehabt, der, nachdem er in seinem vierzigsten Jahr die Handlung aufgegeben, um sich auf die Wissenschaften zu legen, sich durch das Lesen eines *Locke*, *Newton*, *Clarke* u. das Gehirn verwickelte. Die Vermeidung alles Lesens, Zerstreuungen, angenehme Gesellschaften, Leibesübung, Arzneymittel, haben ihn

F 2

voll-

(g) Essai sur la digestion. Berlin 1768. p. 187.

vollkommen wieder hergestellt ; allein es war von keinem langen Bestand ; er hat seine metaphysische Beschäftigungen wieder vor die Hand genommen , und ist in den nämlichen Zustand zurückgefallen. Erst kürzlich bin ich für einen andern Kranken um Rath gefragt worden , der in seinem fünfzigsten Jahr ein Physiker und Geometer werden wollte , und darüber in eine Melancholie verfiel , deren Verstärkungen wahre Anfälle von Nartheit sind. Und wenn auch dieses Studiren in einem späthen Alter von Vernunft nichts schadet , so schadet es wenigstens der Gesundheit ungemeln. Peter Stone , ein englischer Gärtner , der noch in seinem sechs und zwanzigsten Jahr weder lesen noch schreiben konnte , in seinem neun und zwanzigsten aber das lateinische und französische inne hatte , Newtons Grundsätze unter seiner Arbeit las , und in seinem zwey und dreyßigsten Jahr ein sehr gutes Werk über den Integralcalcul herausgab , starb jung (h). Peter Unich , war in seinem fünf und zwanzigsten Jahr ein Hirte und Ackermann zu Oberpersuff , einem kleinen Dorfe im Tirol , 3. Meilen von Inspruck , und konnte kaum einige Buchstaben fragen : Hingegen beschäftigte er sich oft während seiner Arbeit mit dem Lauf der Gestirne , welche er mit großer Aufmerksamkeit beobachtete. Er war ein Astronom wie die Patriarchen ; und hätte er die Geschichte seiner Bemerkungen und des Anwachsens seiner Kenntnisse beobachtet , und denselben aufgezeichnet , so würde

dieses

(h) Man findet eine abgekürzte sehr interessante Geschichte seines Lebens in der langen Vorrede , welche vornen an der französischen Uebersetzung seiner Werke stehet.

dieses ein einziges, originales und äusserst interessantes Stück in der Geschichte des menschlichen Verstandes gewesen seyn. In seinem fünf und zwanzigsten Jahr vernimmt er, daß sich zu Inspruck Gelehrte befinden, die sich einzig mit der Betrachtung der Gestirne beschäftigten. Er läuft dahin; geht zu dem P. Zill, bekennt ihm seine Neigung, seine Unwissenheit und seine Lehrbegierde. Der Vater, über dieses Genie entzückt, wendet alle Sorge auf ihn, und Antich ist in kurzer Zeit ein gleich grosser Geometer, Sternkundiger, Geographe, Mechaniker, Instrumentmacher, und Schriftsteller. Allein er starb 1766. in seinem drey und vierzigsten Jahr, nachdem er verschiedene Jahre kränklich gelebt hatte. „Sein Geist zerret seinen Körper auf: Er erfuhr in seinen letzten Lebensjahren alle Mattigkeiten des Alters, und alle Gebrechen einer hinfälligen Gesundheit. Er ward gehörlos, und so schwer am Körper, daß er kaum mehr gehen konnte. Vier und zwanzig Stunden vor seinem End verlor er auch durch heftige Kopfschmerzen das Gesicht (i). So wurde die ganze Stärke, die diese zwey obbedeutete Männer durch Feldarbeiten erlangt hatten, bald durch eine denselben ganz zuwiderlaufende Lebensart zerstört, die sie besser ausgehalten hätten, wenn sie ihre Organe früher zu einer sitzenden Lebensart würden gewöhnt haben.

§. 46.

Eine einömalige Vermehrung der Geschäfte ist ebenfalls schädlich, und die einzige Bemerkung, die ich in dem ganzen weitläufigen Werk des Herrn Pujati angetroffen, ist diese,

F 3

DAß

(i) Dictionnaire des Hommes illustres. T. 3. p. 167.

daß ein berühmter Prediger, der von dem General seines Ordens nach einer Stadt zu predigen ausgeschiedt wurde, wo die Zuhörer eben nicht so leicht zu befriedigen waren, sich so heftig Mühe gab, seinen Credit zu behaupten, daß er sich eine unheilbare Epilepsie zuzog.

§. 47.

Es ist sogar für Gelehrte, die nicht mehr jung sind, gefährlich, sich mit einmal auf Wissenschaften zu legen, die von denen, welche sie hiedahin geliebt haben, verschieden sind. Die neuen Ideen, mit denen sie sich beschäftigen, setzen nothwendiger Weise neue Fasern des Gehirns in Bewegung, für welches dieses einen gewaltthätigen Zustand erregt, der das Nervensystem schwächt. Ich habe einen sehr erfahrenen Theologen gekannt, der seine Gesundheit dadurch gänzlich zu Grunde richtete, daß er seine gewohnten Studien aufgab, und sich auf die hebräische Sprache legte; und einen ehrwürdigen Pfarrer, der in seinem fünfzigsten Jahre, zu einem theologischen Lehrstuhl befördert, in eine Mattigkeit verfiel, die ihn ins Grab stürzte, indem er sich den Geschäften ergab, die dieser neue Beruf erheischte.

§. 48.

So wie die Veränderung der Art von Studien denen schädlich ist, die eines reifen Alters sind, so ist es die Fortsetzung der Arbeit nicht minder für Leute, die ein hohes Alter erreicht haben; Nur wenige sind mit einer so glücklichen Leibesbeschaffenheit geboren wie Gorgias von Leontium, der sein einhundert und achttes Jahr erreichte, ohne sein Studiren auszu-

anzufetzen; und ohne die geringste Schwachheit; oder wie sein Schüler *Isoocrates*, der seine *Panatheneen* in seinem vier und neunzigsten Jahre schrieb, und acht und neunzig alt wurde; oder wie *Morgagni*, der nun bereits seit sieben und sechzig Jahren die *Bierde* der *Hohenschule* von *Padua* ausmacht, und nun in seinem sieben und achtzigsten mit eben so viel *Reizigkeit* als *Stärke* und *Wissenschaft* öffentlich lehrt, aller seiner Sinne genießt, und die *Fremden* entzückt, die auf ihrer *Reise* durch *Welschland* es sich zur *Pflicht* machen, diesen grossen Mann zu besuchen; oder wie einer der größten *Ärzte* *Europens*, der, ob er gleich sein *Lebenlang* viel gearbeitet, und *siebenzig* Jahre alt ist, mir unlängst schrieb, er arbeite noch gewöhnlich *vierzehn* Stunden des *Tags*, und genieße der vollkommensten *Gesundheit*. Diese *Beispiele*, und andere ihres gleichen, machen kein *Gesetz*; es bleibt doch immer wahr, daß das *Alter* durch *eifriges* Arbeiten *beschwert* und sein *Fortgang* *beschleunigt* wird. *Unsr*e Seele ist freylich *unsterblich*; aber so lange sie mit dem *Leibe* vereinigt ist, folgt sie seinem *Schicksal*, und scheint mit ihm *geboren* zu werden, zu *wachsen*, und zu *veralten* (k). Die *Abnahme* der *Leibeskräfte* erinnert uns, die *Geschäfte* des *Geistes* zu *vermindern*; der eine ist nicht mehr im *Stande* die *gleichen* *Bürden* zu *tragen*, noch der andre die *gleichen* *Studien* auszuhalten, und die *Kräfte* der Seele nehmen ab wie die *Kräfte* der *Muskeln*. *Wenige* *Greifen* scheinen diese *Wahrheit* zu *fühlen*; es giebt keine, die sie

(k) *Gigni pariter cum corpore, et una
Crescere sentimus, pariterque fenescere mentem.*

verstehen wollen; alle sind, über diesen Punct, wie der Erzbischof von Granada (1): Aber sie ist nichts desto weniger richtig; und wenn die, welche ihre Arbeit, so wie ihr Alter anrückt, zu mäßigen wissen, hierdurch ihren Schwachheiten zuvorkommen und ihre Gesundheit befestigen, so machen sich ebenfalls diejenigen, welche zu rechter Zeit ihre Werke in ihre Pulte verschliessen, ihren Ruhm gewiß.

Solue senescentem mature sanus equum, ne

Peccet ad extremum videndus, Et ilia ducet.

HORAT.

Das Beyspiel eines grossen Schriftstellers welcher nunmehr seit sechzig Jahren, und ist in seinem drey und siebenzigsten mit eben so viel Feuer, und noch aufgeweckter schreibt als in seinem zwanzigsten, ist villeicht einzig.

„Ich habe, sagt die schon oben angeführte Brüsselsche Magistratsperson, die stärksten Leute gleich bey ihrem Eintritt ins Alter zu Grunde gehen gesehen, wenn sie fortführen sich so viel zu beschäftigen, als sie in ihren besten Jahren gethan hatten: Ihr Beyspiel mache uns weise. Unser Alter ist für einen angenehmen und anständigen Müßiggang gemacht; dieses ist die Zeit der Ferien: Wir wollen nach und nach von unsern Geschäften abbrechen, endlich wollen wir sie ganz aufgeben, und nachdem wir den grössern Theil unsers Lebens dem gemeinen Besten aufgeopfert, den letzten Theil für uns behalten: Die Befehle selbst weisen uns dieses Verhalten an: Im fünf und sechzigsten Jahr befreyten sie einen Senator

„von

(1) Siehe den dritten Theil der Begebenheiten des Gil-Blas.

„von seinen Verrichtungen , und übergaben ihn sich selbst
wieder,, (m).

§. 49.

Man muß sich nicht einbilden , als ob nur die eigentlichen Studien die einzige Ursache seyen , welche die Uebel hervorbringen könne , die ich hier geschildert : Jede starke Anstrengung der Seele wird die nämliche Wirkung hervorbringen , so wie ich schon verschiedene Beyspiele davon angeführt habe.

Man könnte dergleichen in grosser Zahl in der Geschichte der schönen Künste finden. Die Anordnung eines Gemähltes , die Composition eines grossen musikalischen Stückes , erfodern eine eben so grosse Anstrengung des Geistes , als die allerabstracktesten Studien ; und man würde täglich grosse Maler oder Tonkünstler unter allen Beschwehden der Gelehrten seuffzen sehn , wenn ihre Kunst selbst ihnen nicht Anlaß zu Zerstreungen gäbe , die sie von den Gefahren einer allzuanhaltenden Arbeit sicherstellen. Eine gut exequirte Musick allein ist öfters im Stand , Personen mit zarten Nerven so stark anzugreifen , daß sie davon sofort abgemattet werden. Ich habe ein Frauenzimmer besorgt , eine grosse Cembalistin , die gar wohl etliche Stunden nacheinander , ohne die geringste Ungelegenheit , spazieren konnte , dagegen aber , wenn sie ein Stück auf dem Flügel gespielt , von einem so heftigen Schweiß , und einer solchen Abmattung befallen wurde , daß sie etliche Jahre die Musick aufgeben mußte , und erst seit ihrer Genesung dieselbe wieder vor die Hand nehmen durfte. Während der Zeit

ihrer Krankheit konnte sie sogar weder einem Concert, noch einem Schauspiele beywohnen.

Eine übertriebene Frömmigkeit bringt sehr oft eine gänzliche Zerstörung der Gesundheit hervor. Herr Zimmermann hat über diesen Punkt verschiedene wichtige Beobachtungen gesammelt, welche die fromme Melancholie sehr wol abmahlen, deren Zufälle so seltsam, so schreckhaft, so grausam sind, als es nur seyn kann; und es giebt wenig ausübende Aerzte, die nicht traurige Beispiele von dieser Art gesehen haben sollten. Die Größe, die Schönheit des Gegenstandes, womit man sich beschäftigt; die Wollust welche das Gefühl begleitet, das eine dem Wesen aller Wesen ganz ergebene Seele erfährt, formiren eine lebhaft empfindung, welche in dem Gehirn eine allzustarke und lang anhaltende Spannung hervorbringen, als daß sie lange ungestraft könnte ausgehalten werden; in kurzer Zeit stürzt sie die Seele in den Wahnsinn der Schwärmerey, und den Leib in eine gänzliche Entkräftung. Ich habe die liebenswürdigsten jungen Leute weß werden und abzehren gesehen, so wie sie sich einem irrigen Systeme überließen, und aufhörten sich mit ihrem Beruf zu beschäftigen, um einzig und allein an den Urheber desselben zu gedenken, den man aber gewiß nicht besser ehren kann, als wenn man seinen Beruf erfüllt. Sie bedauern noch mit mir, meine Herrn, einen ihrer Schüler, der, mit den schönsten Talenten geboren, mit einer starken und schönen Seele, mit der größten Aufrichtigkeit, mit allen Tugenden, der Kirche einen verdienstvollen Hirten ankündete, und der, das Opfer ei-

ner Secte, der er unglücklicher Weise ergeben wurde, an einer schnellen Auszehrung starb, in welcher man seinen Leib sinken sah, so wie seine Seele entbrannte.

§. 50.

Die Beschäftigungen der Fürsten, der Minister, der Magistrate, alles und jedes Nachsinnen, wenn man sich demselben überläßt; mit einem Wort, alles, was die Kräfte der Seele in eine starke und anhaltende Bewegung setzt, bringt die nämlichen Uebel hervor, wie das Studium der abstractesten Wissenschaften. Könige, Senatoren, Minister, Gesandte, Projectmacher, erfahren das nämliche Schicksal wie die Gelehrten, wenn sie auf ihre Geschäfte so viel Zeit und so großen Fleiß verwenden, als der Gelehrte auf seine Studien. Wahr ist, sie haben einen Vortheil, dessen Wichtigkeit ich schon oben angemerkt habe, nämlich daß die Pflichten ihrer Aemter sie oft zu Zerstreuungen nöthigen und zu einer Leibesübung, der diejenigen, die nichts als Gelehrte sind, erman- geln; allein auf der andern Seite sind ihre Arbeiten oft mit Verdruß und Unruhe vermengt, deren Einflüsse noch weit grau- samer sind, als die Einflüsse der Unthätigkeit, und die den Leib und die Seele zugleich darniederdrücken; auch sind solche Per- sonen, die den Geschäften der größten Unternehmungen, und den Sorgen, welche sie unausweichlich begleiten, ausdauernd im Stande sind, für mich immer unbegreifliche Erscheinungen. **Cesar, Mahomet, Cromwel**, und der vielleicht noch grössere **Paoli**, haben ohne Zweifel von der Natur mehr als menschliche Kräfte empfangen, und nichtsdestoweniger wür-

den

den sie ohne den Beystand der Leibesübung und der Mäßigkeit untengelegen haben. Allein lange genug hab ich mich mit der Beschreibung der Uebel beschäftigt ; es ist Zeit , daß ich auf die Heilmittel komme.

§. 51.

Die erste Schwierigkeit , die man bey den Gelehrten zu überwinden hat , wenn es um ihre Gesundheit zu thun ist , ist diese , daß man sie von ihrem Unrecht überzeuge : Sie sind wie die Verliebten , welche zornig werden , wenn man sichs untersteht ihnen zu sagen , der Gegenstand ihrer Leidenschaft habe Fehler ; zudem haben sie fast alle diese Art von Steifigkeit in ihren Ideen , welche das Studieren giebt , und die durch jene gute Meynung von sich selbst vermehrt , womit die Wissenschaft diejenigen , die sie besitzen , nur allzu oft berauscht , macht , daß es nicht leicht ist , sie zu überreden , ihre Aufführung sey schädlich. Ihr mögt sie warnen , ihnen Beweise anführen , bitten , schmälen , das alles ist öfters verlohrene Mühe ; sie betrügen sich selbst auf tausenderley Weise. Der eine zählt auf die Stärke eines Temperaments ; der andere auf die Macht der Gewohnheit ; dieser schmeichelt sich mit der Hoffnung , der Strafe zu entgehen , weil er noch nicht ist gestraft worden ; jener beruft sich auf fremde Beyspiele , die nichts für ihn beweisen ; alle setzen dem Arzt eine Hartnäckigkeit entgegen , die sie für Standhaftigkeit halten , in der sie sich selbst gefallen , und deren Opfer sie werden : Weit entfernt daß sie künftige Gefahren fürchteten , wollen sie zuweilen nicht einmal das gegenwärtige Uebel fühlen , oder vielmehr , das größte aller Uebeln für sie ist

ist die Entziehung der Arbeit; die andern alle rechnen sie für nichts, wenn sie nur diesem entgehen können. Wenn es mit ihnen zu demjenigen Grad von Beweglichkeit gekommen ist, der sie in die entgegengesetzte Extremität stürzt, und sie alles, sogar die eingebildeten Uebel befürchten läßt, so ist man darum nicht glücklicher mit ihnen; die Kleinmüthigkeit giebt ihnen nicht immer Gefölgigkeit, sondern eine Unbeständigkeit die noch ärger ist als die Halsstarrigkeit selbst, und welche nicht zuläßt, daß man auf die Vollziehung irgend einer ordentlich aneinanderhängenden Cur zähle. Ueberhaupt kann man von den Gelehrten sagen, sie seyen unter allen Kranken am schwersten zu leiten; dieses ist noch ein Grund destomehr sie von den Mitteln zu belehren, wodurch sie ihre Gesundheit erhalten und wiederherstellen können.

§. 52.

Das erste Verwahrungsmittel; dasjenige ohne welches alle andere Hilfsmittel unnütze sind ist, daß man den Geist ausruhen laßt. Ich weiß wol daß es eine sehr kleine Anzahl von so erhabenen Männern giebt, denen man diesen Rath nicht geben dürfte; es würde eine Art von Verbrechen seyn wenn man sie stören wollte: *Cartesius* der, in den erhabensten Gedanken versenkt, den Weg abzeichnet, welcher die Menschen zur Wahrheit leiten soll; *Newton* der die geheimsten Gesetze der Natur aufdeckt und auseinander legt, *Montesquieu* (n)

der
(n) Und auch dieser große Mann hütete sich, bis zur Ermüdung zu arbeiten. *Dictionnaire des hommes illustres*. Er wußte, wie sehr dergleichen allzuhartnäckigte Arbeiten abmügelten, und wie wenig sie meistens nützen.

der für alle Völker und für alle Jahrhunderte ein Gesetzbuch aufsezt, müssen in ihren Beschäftigungen geehret werden; sie sind für diese grosse Arbeiten geboren; das allgemeine Wohl fodert sie von ihnen. Aber wie viel zählen wir dergleichen Männer, deren nächtliches Studieren so wichtig sey? Die meisten verlieren ihre Zeit und ihre Gesundheit ohne einigen Nutzen. Der eine stoppelt die allerbekantesten Sachen zusammen; ein anderer sagt was schon hundert mal ist gesagt worden; ein dritter beschäftigt sich mit den unnützeften Untersuchungen: Dieser tödtet sich über der Verfertigung des elendesten nichtswürdigsten Zeugses, jener über dem Zusammenschreiben der abgeschmacktesten Werke; und keiner von ihnen denkt an das Uebel das er sich selbst thut, und an den geringen Nutzen welchen das Publicum daraus ziehen wird: Der grössere Haufe hat sogar niemals das Publicum im Auge, und verschlingt sein Studieren nicht anders als wie der Fresser die Speisen verschlingt, nämlich zur Befriedigung seiner Leidenschaft; worüber sie nur allzu oft viele sehr wesentliche Pflichten verabsäumen. Dringet mit Gewalt in sie, reißt sie aus ihrem Studierzimmer, zwingt sie zur Ruhe und zur Erholung, welche die Uebel entfernen und die Kräfte wieder herstellen werden: Zudem so ist die Zeit die sie ausser dem Cabinet zubringen nicht verloren; sie werden mit neuem Eifer zur Arbeit zurückkehren, und einige Augenblicke des Tags, die sie der Ruhe wiedmen, werden ihnen durch den Genuß einer langen Gesundheit, welche die Zeit ihrer Studien verlängern wird, reichlich belohnt werden. Ja, nicht selten entstehen die glücklich

lichsten Ideen mitten unter den Erholungsstunden (o); und unter den ländlichen Spaziergängen hat eines der schönsten Genie unsers Jahrhunderts seine unsterbliche Werke verfertigt. (p) Die Seele entfaltet sich leichter in freyer Luft; die engen Mauern eines Studierzimmers treiben sie in die Enge: Der Geruch der ländlichen Flur erhebt sie; der von der Lampe schlägt sie darnieder; und das Gleichniß Plutarchs ist vollkommen richtig: Wenig Wasser, sagt er, nährt und stärkt die Pflanzen, eine grössere Menge erstickt sie. Eben so verhält es sich mit dem Geist: Mäßige Arbeit nährt, übermäßige Geschäfte verzehren ihn (q).

Wenn es je einen Fall giebt, wo es viel daran liegt dem Uebel zuvorzukommen, so ist es in diesem. Die Krankheiten die ihren Sitz im Gehirn haben lassen sich nur mit Mühe aus dem Grunde heilen, und dieses Werkzeug ist eines von denen die am allerschwersten wieder zu Kräften kommen; je nothwendiger es den Gelehrten ist, desto mehr soll ihnen daran liegen es zu schonen, und mir dünkt, diejenigen Männer, welche durch unmäßige Arbeiten ihre Seelenkräfte verzehrt haben, und in Blödigkeit versunken sind, geben das dienlichste Schauspiel um den Gelehrten die Augen zu öffnen, und ihnen die kräftigste Lehre der Mäßigung zu predigen. Legen sie demnach

(o) *Vegeta & strenua ingenia, quo plus recessus sumunt, hoc meliores impetus edunt. Valer. Maxim. lib. 3. c. 6. p. 140.*

(p) *Animus eorum, qui in aperto aëre ambulant, attollitur. Plin. jun.*

(q) *De educatione puerer. cap. 12.*

nach den Eigensinn ab, ihre verderbliche Irthümer zu rechtfertigen und mit ihrer eigenen Gesundheit zu spielen; führen sie nicht das Beyspiel anderer an, denn das ist ein gefährlicher Fallstrick; verlassen sie sich nicht auf die Stärke ihrer Leibesbeschaffenheit, sie schwächen sie ja täglich; zählen sie nicht auf die Wirkungen der Gewohnheit, sie macht die Wirkungen der schädlichen Ursachen unfühlbare, aber sie hebet sie nicht; lassen sie sich das Glück, das sie bis dahin gehabt haben zu entrinnen, nicht taub machen gegen die Gefahr die sie bedroht; endlich lassen sie sich gewiß überzeugen, daß man sich nie ungestraft einer gewaltsamen Arbeit überläßt, und, wenn man ohne seine Gesundheit zu Grunde zu richten den Wissenschaften obliegen will, seine Studien zum öftern unterbrechen muß.

S. 53.

Die Vorstellung der Unthätigkeit, als einer zwothen Ursache der Krankheiten, welche der Gegenstand dieser Abhandlung sind, ist ohne Zweifel eben so viel, als die Leibesübung für eines der kräftigsten Mittel zur Erhaltung und Wiederherstellung der Gesundheit der Gelehrten angezeigt zu haben. In dem vorhergehenden Paragraph haben wir den grossen Nutzen der freyen Luft gesehen; dieser wird noch um vieles vermehrt, wenn man zu gleicher Zeit sich eine etwas merkliche Bewegung giebt. Die Vereinigung dieser zwey heilsamen Hülfsmittel erfrischt, erleichtert den Kreislauf, begünstigt die Ausdünstung, belebt die Bewegung der Nerven, stärkt alle Glieder. Ein jeder, der einige Tage in seinem Cabinet bey Geschäften zugebracht, wird fühlen, daß ihm der Kopf schwer wird, daß die Augen

Augen erhitzt, die Lippen und der Mund trocken sind; eine gewisse Uebelkeit in der Brust, eine leichte Spannung über dem Herzgrübchen, mehr Neigung zum Verdruß als zur Munterkeit, ein weniger süsser Schlaf, eine Schwere und ein Erstarren in allen Gliedern. Wenn er fortfährt sich eingeschlossen zu halten, so werden alle diese Symptomen sich vergrößern, und ein Keim aller der Uebel, die ich beschrieben habe: Spaziergänge von zwey oder drey Stunden vertreiben sie alle, und bringen Heiterkeit, Lebhaftigkeit und Stärke wieder. Die Gelehrten sind von den Einflüssen des Körpers auf die Seele nicht genugsam überzeugt, obgleich die größten Männer dieselben sehr gut kannten (r), und wol wußten, daß der Geist eben so wie der Leib unter der Gottmäßigkeit der Arzneykunst stehe. Die Seele, sagt Cartesius, hängt so sehr von dem Temperament und von der Einrichtung der Werkzeuge des Leibes ab, daß, wenn man ein Mittel erfinden könnte unsern Scharfsinn zu vermehren, man es nothwendig in der Arzneykunst suchen müßte (s). Was Car.

G

tesius

(r) Wir finden, über diese Materie, eine merkwürdige Stelle bey Moses Maimonides, dem ältesten arabischen Arzte: „Weil die Gesundheit, sagt er, sehr viel zur Kenntniß und zur Verehrung der Gottheit beyträgt, und der franke Mensch nicht fähig ist ihre Werke würdig zu betrachten, so ist es desnähen unumgänglich nothwendig, daß er sorgfältig alles ausweiche, was seinem Leibe schaden kann, und im Gegentheil alles aufsuche, was seine Gesundheit erhalten und vermehren mag.“

(s) *De methodo* No. 6.

tesius vorher sah, das hat Hoffmann erwiesen, und dieser grosse Practicus sagt ausdrücklich, er habe dumme Personen gekannt, denen er vermittelst der Bewegung die sie sich geben mußten, zur Vernunft geholfen (t). Alle Gelehrte sollten sich zum Gesetz machen, täglich wenigstens eine oder zwei Stunden der Leibesübung zu widmen; und Boerhaave wollte daß es vor dem Mittagessen geschähe. Das bloße Spazierengehen hat seine Vortheile, aber es ist nicht genugsam; und ich kann das öftere Reiten nicht genug anpreisen. Diese Leibesübung ist für den Kopf vortreflich, desgleichen für die Brust und vornemlich für die Eingeweide des Unterleibes, deren Verstopfungen sie zuvorkömmt und solche vertheilt, welche, wie wir gesehen haben, eine der gewöhnlichsten Krankheiten der sitzenden Personen sind. (u). Ich wünschte sogar, daß unser Jahrhundert und unsere Nachkommen gegen den Gelehrten die Verbindlichkeit haben möchten, die verschiedene Leibesübungen wieder in Gang gebracht zu haben, woraus die Alten einen Theil ihrer Pflicht machten, denen unsere Voreltern annoch mit bestem Vortheil ergeben waren, und die wir seit zwey oder

drey

(t) *De motu, optim. corpor. medicin. §. 9.*

(u) *Equitatio præ aliis hominibus litteratis, studiis deditis & speculativam agentibus vitam convenit, in quibus & simul optime sessio illa pessima, incurvato corpore, quam inter legendum, scribendumque vix vitant respirationem, motum diaphragmatis & musculorum abdominis sufflaminans, avertitur & corrigitur; equites enim decet ut erectum corpus gerant. M. ADOLPHI de equitatione. Eximio usu medico. §. 18. p. 52.*

drey Generationen so sehr vernachlässigen, daß in wenigen Jahren ihre Benennungen wahrscheinlich nirgends als in den Wörterbüchern zu finden seyn werden. Die Geschichte, welche ihnen bekannt seyn muß, zeigt ihnen eine Menge Beispiele von den guten Wirkungen der Leibesübung. *Zerodicus*, ein berühmter Arzt, der Lehrer des *Hippocrates*, der am ersten aus der Gymnastik oder der Kunst der Leibesübungen, einen Ast der Heilungskunst gemacht hat, stellte durch dieses Mittel seine eigene Gesundheit wieder her, und erreichte, der Schwachheit seines Temperaments ungeachtet das Alter von einhundert Jahren. Wenn er ihren Gebrauch zuweisen für seine Kranken allzuweit trieb, so kommt es daher, daß man geneigt ist für nützliche Entdeckungen allzusehr eingenommen zu seyn, und gleich im Anfang alle ihre Vortheile und alle ihre Gefahren nicht vollkommen einseht (x). *Strato* als er von einer Milzkrankheit, welches eine von den Krankheiten der Gelehrten ist, angegriffen ward, heilte sich einzig durch Leibesübungen davon (y). *Simonäus* befreyte sich durch das nämliche Mittel von einer Schwachheit der Nerven. *Galenus*, der bis in die etlich und dreyszig Jahre seines Alters schwächlich war, meldet uns selbst, er habe seine Gesundheit

G 2

nicht

(x) *Zerodicus* war ein Bruder des berühmten Redners *Gorgias* von Leontium der sein Alter auf 107. Jahre brachte, und ohne Zweifel dem Rathe seines Bruders folgte.

(y) Es hat einige Prinzen und verschiedene grosse Männer gehabt die diesen Namen getragen; dieser ist der *Strato* von Lampisakus, mit dem Zunamen der Physiker.

nicht eher herstellen können, als bis er täglich einige Stunden der Bewegung gewidmet. Socrates (2) und Agesilaus die mit ihren Kindern auf dem Stecken reiten, der oberste Priester Scävola, Scipio, Lælius, die mit dem Wurfsstein spielen, und vom Ufer des Meeres platte Steine schleudern (Braut über See machen) um sich von ihren Arbeiten zu erholen, und dadurch ihre Gesundheit, ihre Munterkeit und ihre Kräfte zu erhalten, dünken mir Beyspiele zu seyn, die man unsern berühmtesten Gelehrten vorlegen darf, ohne zu befürchten, daß ihr Stolz beleidiget werde, und mit einiger Hofnung sie werden es nicht verschmähen ihnen nachzuahmen.

„Die Erholungen des V. Malebranche waren Kinderspiele. Dieselber, so wenig ehrenhaft dieses dem ersten Anschein nach scheint, gefielen ihm aus Gründen, die einem Weltweisen Ehre machen: Er wußte nämlich, daß sie keine Spuren in seiner Seele zurückließen. So bald sie vorüber waren, blieb ihm nichts davon übrig, als der daraus gezogene Vortheil, sich von der Anstrengung seines Geistes erholt zu haben.“ Er hätte sie noch aus einem andern Grunde suchen sollen, weil die Kinderspiele die einzigen sind, welche einem Gelehrten wahrhafte Erholung verschaffen. Das Spiel ist kein Vergnügen, welches sich für sie schickt. Denn ein jedes Commercepiel erheischt eine Aufmerksamkeit, die man eben ausruhen lassen will. Hazardspiele würden sie weniger, oder gar nicht ermüden, und sie vielleicht aufgeweckt machen, wenn sie sich bereden könnten, was doch wahr ist, daß Hazard lediglich Hazard,

(2) *Arundine equitavit ipse Socrate. Val. Max. l. 2. c. 2.*

Hazard, und über denselben nichts zu speculiren sey. Dann führen sie ferners, wie das Commercespiel, den Nachtheil ebenfalls mit sich, daß sie dem sitzenden Leben derer nicht abhelfen, welche Bewegung nöthig hätten. Es ist zum erstaunen, sagt der jüngere Plinius, wie sehr die Bewegung und Leibesübung die Lebhaftigkeit des Geistes beseelen.

Das Fahren zu Schiffe ist eine Leibesübung, die man nicht allen Gelehrten anrathen kann; der grössere Theil hat keine Gelegenheit sich dieselbe zu verschaffen; Allein es ist ein vortrefliches Mittel, die verstopften Eingeweide zu entledigen, die Galle zu zertheilen, die Ausdünstung wieder herzustellen, alle Ausleerungen zu befördern, welches die, so Gelegenheit dazu haben, niemals vernachlässigen sollten. Die Alten kannten alle seine Vortheile (a), und Octavius Augustus, der ein Gelehrter war, und die Gebrechlichkeiten derselben hatte, zog diese Art Fahrzeug allen andern vor (b). „Er studirte frühzeitig, sagt sein Geschichtschreiber, und mit grosser Begierde die Beredsamkeit, und die schönen Künste; er hatte schwere Krankheiten; er war den Schnuppen und Flüssen unterworfen, und hatte Anfälle von dem Stein und von Entzündungen der Eingeweide (c); „

G 3

den,

(a) Herr Gilghrif ist ein berühmter Schotländischer Arzt, hat alle guten Wirkungen der Schifffahrt, in verschiedenen schweren Krankheiten, durch eine Reihe von Bemerkungen, in einem kleinen Werk, *On Sea-voyage*, betitelt, klärllich gezeigt.

(b) *Si quo mari pervenire posset potius navigabat. Sueton.*

(c) *In vita Oct. Aug. cap. 32.*

den, welche die Wissenschaften mit sich bringen, erfuhr, so wußte er doch, klüger als die heutigen Gelehrten, für seine Gesundheit alle die Sorge zu tragen, die sie erheischte, und sie bis auf ein schönes Alter zu erhalten.

Die Leibesübung, die man sich in einer wol aufgehängten Kutsche und auf schönen Strassen giebt, ist beynabe keine, so wenig als diejenige welche man den Kranken, die außer Stand sind auszugehen, durch verschiedene hiezu erdachte Maschienen, verschafft. Dieses sind schwache Rettungsmittel wenn bessere unmöglich sind; aber die Gelehrten sind immer im Stande, wenn sie nicht allzulange warten, viel bessere zu haben.

Die Leibesübungen, auf welchen ich am meisten halte, und die den Gelehrten am zuträglichsten sind, sind diejenigen, welche alle Theile des Leibes in Bewegung setzen; wie das Ballspiel, das Volantspiel, das Billiardspiel, das Mailspiel, die Jagd, das Kegelspiel, das Kugelspiel, sogar das Wurfscheinspiel; allein zum Unglück sind sie in einen so grossen Mißcredit gefallen, daß an verschiedenen Orten, dergleichen Leute, die man artige Leute nennt, sich beynabe schämen würden, sich darmit zu belustigen, und nicht begreifen wollen, daß die Hindansetzung dergleichen nützlichen Freuden, eine von den vornehmsten Ursachen der Vermehrung der Schleichkrankheiten ist (d). Es wäre sehr zu wünschen, man würde zum wenigsten in den Stiftungen, die sich in unsern Tagen zur Erziehung der Jugend so sehr vervielfältigen, sie wieder einführen, und

(d) Alle Gelehrte sollten das schöne Werk des *Mercurialis de arte gymnastica* lesen. Allein, es ist leider latein geschrieben.

und die Gymnastik würde wieder wie ehemals ein Gegenstand der Sorgfalt der Aufseher, und der Ergötzungen der Jugend werden. Ich begreife unter diesem allgemeinen Ausdruck auch die jungen Leute des andern Geschlechts, deren sitzende Lebensart ihre eigene Gesundheit, und, ich darf sogar sagen, das Glück der Gesellschaft zu Grunde richtet.

§. 54.

Eifrig in der Verfechtung ihrer Unthätigkeit, wollen die Gelehrten sich mit dem Beyspiel einer geringen Anzahl von Leuten rechtfertigen, die ohne Leibesübung ihre Gesundheit bis auf ein hohes Alter gebracht haben; oder mit dem Beyspiel der Frauenspersonen, obgleich ohne Grund, wie wir eben gesehen haben; oder mit verschiedenen Handwerkern, die eine sitzende Lebensart führen: Allein sie betrügen sich auf eine jämmerliche Weise, und die Fälle, die sie anführen, sind dem übrigen keineswegs ähnlich.

Wenn es wirklich viele Frauenspersonen giebt, denn zum Unglück läßt sich das von dem grossen Haufen nicht sagen, welche, ohne sich einige Bewegung zu geben, sich so ziemlich wol befinden, so kömmt es daher, daß sie andere Hülfsmittel haben, welche den Kreislauf erleichtern, und die den Gelehrten mangeln. Die Natur hat sie für die angenehmen Eindrücke empfindlicher gebildet; sie hat ihnen eine grössere Anlage von Munterkeit geschenkt; sie schwätzen mehr, und dieses Geschwätz selbst ist eine Art von Leibesübung, das mit ihren Bedürfnissen in gehörigem Verhältniß steht; die meisten essen weniger; sie erschöpfen sich nicht durch Nachdenken, das die

Gelehrten tödtet; ihr Schlaf wird während der Nacht nicht durch die unwillkürliche Fortdauer der starken Ideen, die sie den Tag über beschäftigten, gehindert; tausend kleine gesellschaftliche Begegnisse, die ein Mann, der in seinen Geschäften versenkt ist, nur nicht einmal wahrnimmt, sind für sie Gegenstände, die beträchtlich genug sind, die Leidenschaften auf einen solchen Grad in Bewegung zu setzen, als erfordert wird, den Kreislauf zu beleben ohne die Organen zu ermüden. Wenn man Männer von Lebensart antrifft, die ungeacht ihrer Unthätigkeit alt werden und sich wol befinden, so wird man, bey genauer Untersuchung, beynahe allezeit gewahr werden, daß sie die nämliche Vortheile gehabt haben, deren, wie ich so eben bewiesen, die Frauenspersonen genießen.

Was die Handwerker betrifft, die eine sitzende Lebensart führen, so müssen sich die Gelehrten hierinn nicht betrügen; ihr Fall ist sehr verschieden; sie haben nur eine Sache mit einander gemein, nämlich daß sie ihren Platz nicht so oft wechseln, als es wol zu wünschen wäre; aber, sogar in dieser Absicht, ist schon ein grosser Unterschied unter ihnen, massen der Gelehrte alle Tage seines Lebens sitzend ist; hingegen weiß der Handwerker sich wegen seiner sitzenden Lebensart, die er an den Werktagen führt, durch die Leibesübung, die er sich an den Sonn- und Festtagen giebt, schadlos zu halten, welches in einem Theil von Europa, etwas mehr als den siebenten Theil des Jahres, und in dem übrigen mehr als den Sechstheil beträgt. In jeder andern Betrachtung ist der Unterschied ausnehmend groß; Denn obgleich der Handwerker seinen

seinen Platz nicht verändert, so ist unterdessen doch immer irgend ein Theil seines Leibes in Bewegung, und diese Bewegung ist bey verschiedenen Künsten beträchtlich genug, sehr mühsam und ermüdend zu werden, obgleich man immer sitzt: Bey allen aber ersetzt das stete Anhalten ihre Kleinheit, und am Ende des Tages ist die Summe aller ihrer Bewegung, obgleich bey vielen zur Erhaltung der Gesundheit sehr unzureichend, doch sehr viel grösser als die bey vielen Gelehrten. Neben dem, wenn gleich dieser Handwerker die Bewegung der Nerven nicht durch genugsame Leibesübung belebt, so schwächt er sie doch wenigstens nicht durchs Studieren; seine Arbeit gewinnt ihm den Schlaf, den die Beschäftigung des Gelehrten demselben verlieren macht; das Meditiren nach der Mahlzeit stört seine Daunung nicht; seine Lebensart ist weit einfacher; seine Frölichkeit, seine Lieder erhalten ihn aufrecht; alles ist gegen den Gelehrten (e).

B 5

So

(e) Ich will keineswegs damit sagen, die Unthätigkeit sey vielen Handwerkern nicht schädlich; ich weiß, daß alle Künste ihre Ungemächlichkeiten haben, und daß vielleicht die Lebensart des Bauers die einzige ist, die der Gesundheit nicht zuwider sey: Sondern ich will einzig beweisen, daß die Unthätigkeit der Gelehrten vollständiger ist, und mit verdrießlichern Umständen begleitet als der sitzenden Handwerker ihre. Die Krankheiten dieser Classe von Leuten hängen von vier Hauptursachen ab; von dem Mangel einer genugsamen Leibesübung und der freyen Luft; von den öfters ungesunden Wohnungen, darinn sie sich anhalten; von den Materien, die sie verfertigen und zu ihrem Gebrauch nöthig haben; von der Ermüdung gewisser Theile des Leibes, auf denen alles das Mühsame ihrer Kunst beruhet.

§. 55.

So nothwendig aber die Bewegung für sie ist, so haben sie dennoch einige Aufmerksamkeiten nöthig, um auszuweichen, daß dieselbe durch Mißbrauch ihnen nicht schädlich werde. Die erste ist, daß sie sich niemals eine übermäßige Leibesübung erlauben, welche, anstatt ihnen wohl zu thun und ihnen Kräfte zu geben, sie abmattet. Allzusehr geneigt, immer in das äußerste zu fallen, gehen sie zuweilen von der größten Unthätigkeit zu der wirksamsten Lebensart über, und bilden sich ein, einige Tage, wo sie viele Leibesübung haben, werden das ersetzen, was sie in langer Zeit versäumt; das ist ein gefährlicher Irrthum. Nicht allein verzehren sie ihre Kräfte, und befinden sich nachgehends mehr abgemattet, sondern, da sie schwächere Gefäße haben, stehen sie in Gefahr, wenn sie die Bewegung mit einmal allzustark vermehren, einige derselben zu zerreißen, und verfallen in Nasenbluten, in Blutspeyen, ja sogar in Blutbrechen, wie ich es zu verschiedenen Malen gesehen; auch hat Seneca recht gehabt von den Leibesübungen, welche den Gelehrten zuträglich sind diejenigen auszuschließen, welche die Lebensgeister erschöpfen (f), und **Homoboniso** ein italienischer Arzt, der zu unsern Zeiten wider den Kreislauf des Geblüts geschrieben, glaubte, auf eben diesen Grundsatz gestützt, ein Mensch, der seinen Leib allzusehr ermüdete, wäre unfähig die nöthige Aufmerksamkeit auf die Geschäfte zu wenden (g). Et

(f) *Nam exercitationes, quarum labor spiritus exhaurit, hominem inhabilem intensiori ac studiis acrioribus reddit.* Epist. 15.

(g) *De regimine magnor. auxilior. p. 378.*

Eine zwote Vorsicht ist diese, daß man nicht sogleich nach der Bewegung wieder an die Arbeit gehe, und das aus zwey verschiedenen Gründen; der erste ist, weil man dannzumal der Ruhe nöthig hat, und die Wirksamkeit der Seele gar nicht eine Ruhe für den ermüdeten Leib ist, wie die Bewegung des Leibes für den Geist; der zweyte, weil das Gehirn, indem der Kreislauf durch die Bewegung belebt, und das Gehirn selbst durch diese vermehrte Bewegung beunruhigt wird, wenig geschickt ist, eine Kette von Begriffen zu verfolgen, deren Deutlichkeit von der Ruhe und von der Ordnung der Oscillationen abhängt (h). Es ist gewiß kein Gelehrter, der, wenn er durch einige Umstände genöthigt worden zu arbeiten, gerade nachdem er sich so viel Bewegung gegeben, daß sein Puls dadurch lebhafter geworden, nicht eine Art von Hin- und Herwancken und von Flüchtigkeit in seinem Kopf verspürt habe, welche ihm allzuvielle Ideen andot, aber nicht in der gehörigen Deutlichkeit.

Drittens ist es höchst wichtig, daß man gerade nach der Mahlzeit keine heftige Leibesübung vornehme. Die Daurung ist weder bloß eine Gährung, noch ein Auflösen, noch ein Zermalmen, sondern eine Verrichtung die von allen dreyen etwas hat, und die Ruhe erfordert; sie braucht die Wirkung der Nerven, wie wir schon angezeigt haben, und leidet wenn eine

heftige

(h) *Platneri de negotiosa actione propter valetudinem circumcivenda.* Diese vortrefliche Dissertation, voll der nützlichsten Sachen, und mit grosser Zierlichkeit geschrieben, ist für alle Aerzte ein köstliches Stück.

heftige Leibesübung dieselben anderswohin verwendet. Die Speisen müssen nicht unaufhörlich in dem Magen hin und her geworfen werden, weil dieses hin und her Werfen die angefangene Dauung in ihrer Verrichtung alle Augenblicke stört; und daher kömmt, daß, von allen gerade nach der Mahlzeit genommenen Leibesübungen der Trab des Pferdes die Dauung am allermeisten hindert.

Endlich, wenn man lange Zeit unthätig gewesen, so kann man sich leicht vorstellen, daß die ersten Leibesübungen mühsam seyn, und mehr böses als gutes zu stiften scheinen werden; allein man muß sich nicht abschrecken lassen: Wenn man bey sehr mäßigen anfängt, so wird man diese Beschwerlichkeiten ausweichen, und wenn man sie stufenweise vermehrt, so wird man nach und nach dahin gelangen, daß man sich viele Bewegung ohne Ermüden und mit dem besten Erfolge gehen kann.

§. 56.

Wenn die Gelehrten ihre Studien mäßigen und sich mehrere Bewegung geben werden, so werden sie die mehrern von denen Nebeln die sie sich selbst zuziehen, ausweichen. Allein da man nicht erwarten kann, daß sie alle den Rathschlägen folgen, die man ihnen in dieser Absicht giebt, so ist es nützlich ihnen eine Lebensordnung anzuzeigen, die zum wenigsten die Ursachen ihrer Gebrechen nicht vermehren helfe, und sogar im Stande sey zu ihrer Verminderung etwas beizutragen (i).

Wir

(i) *Vero è, che un letterato indefesso ne' studj, se usi un vitto regolato, innocente e parco, prova soffribili gl' incommodi di sua professione. Felice i dissertat. p. 203.*

Wir finden beym Hippocrates eine allgemeine Regel, welche den Gelehrten, so wie allen andern einzelen Personen, die Menge der Nahrungsmittel die sie nehmen sollen vorschreibt: Die Nahrungsmittel, sagt er, sollen mit der Arbeit in gehörigem Verhältniß stehen (k); denn, setzt er anderswo hinzu, wenn die Kräfte des Leibes die Nahrungsmittel übertreffen, das will sagen wenn man sie verdaut, so nähren sie und geben dem Leib Stärke; wenn aber die Kraft der Nahrungsmittel die Kräfte des Leibes übertrifft, das ist, wenn der Magen nicht im Stande ist sie zu verdauen, so bringen sie eine Menge von Ungelegenheiten hervor (1). Plutarch dringt sehr auf dieses gegenseitige Verhältniß zwischen der Leibesübung und der Menge der Speisen, zur Erhaltung der Gesundheit, und man wird seine Wichtigkeit einsehen, wenn man sich einer Wahrheit, welche ich schon festgesetzt, erinnert, nämlich, daß es die Wirkung der verschiedenen Werkzeuge ist, welche aus den Nahrungsmitteln die unsern Feuchtigkeiten gleichförmige Säfte auszieht, und sie in unsre eigne Substanz verwandelt. Wenn nun diese Werkzeuge, unter welchen der Magen das vornehmste ist, zu schwach sind, auf eine grosse Menge von Nahrungsmitteln oder auf solche die schwer zu verdauen sind zu wirken, so werden sie, anstatt in unsre Substanz verwandelt oder wie man es nennt assimilirt zu werden, verdorben, wie ich schon oben S. 20. anmerkt, indem sie ihrer eigenen Neigung zu dieser oder jener Art

(k) *Ὅτι οὐ πῶτος ἐστὶ ἡγεῖν ἢ τροφή.*

(1) *De loeis in homine, Foes. p. 421, und anderswo.*

Art von Verderbniß folgen , und bleiben ein fremder Körper der reizt und nicht nährt. Diese Kräfte also sollte ein jeder zu Rathe ziehen , und es laufen so viele Ursachen zusammen , sie bey dem größern Theil der Gelehrten zu zerstören , daß sie sich keineswegs schmeicheln können sie lange zu behalten ; zu dem wenn sie gleich gut verdauen , so müssen sie nicht vergessen , daß sie wenig ausdünsten , und daß schon um deswillen die Mäßigkeit ihnen nothwendig ist , damit sie den Zufällen zuvorkommen von welchen ich §. 23. geredet habe. Erzen sie sich mit dem Feldarbeiter in Vergleichung , und urtheilen sie ob ihre Lebensordnung die nämliche seyn könne. Der eine der immer an der freyen Luft , in beständiger Leibesübung , allezeit frohlich , sich niemals durch Nachdenken ermüdet , eines ordentlichen und ruhigen Schlags genießt , alle seine Ausleerungen in der besten Ordnung behält , ist immer in einem Stande der vollkommensten Gesundheit ; die hartesten Nahrungsmittel geben ihm keine Mühe , weil er alles besitzt was zu ihrer Verdauung erfordert wird ; seine guten Zähne fangen damit an daß sie solche wohl kauen , ein Umstand den die Gelehrten kaum kennen , denn beynah alle verschlingen ohne zu kauen ; der Speichel , die Daurungsäfte des Magens , der Krös- Drüsen- Saft , die Galle , die Feuchtigkeiten der Gedärme sind in ihrem höchsten Grad der Vollkommenheit , weil die Werkzeuge welche sie absondern gesund sind ; die muskulöse Fasern des Magens und der Gedärme wirken mit Nachdruck ; kurz , nicht eine Verrichtung geht schläfrig von statten : Die Unreinigkeiten gehen ab , der Milchsaft geht ungehindert in die Blutgefäße über , welche

in

in kurzer Zeit ein reines Blut daraus bereiten, dessen Ueberflüssiges durch den Harn und durch die Ausdünstung ausgeführt wird, und der Körper bleibt in einem vollkommenen Gleichgewicht. Wenn man einem starken Tagelöhner eine leichte Brühe, Leckerbissen, Gallerten, Hüner, weißes Brodt giebt, so wird er in sehr kurzer Zeit alles verdaut haben; er wird hungern, in heftigen Schweiß kommen, in Ohnmacht versinken wenn man ihm nicht eilends Speck, gedörrtes Fleisch, Käse, oder starkes Brodt reicht. Es lasse ein Mensch von einer schwächlichen Leibesbeschaffenheit sich gelüsten dergleichen Nahrungsmittel zu sich zu nehmen, so wird er heftige Schmerzen im Magen empfinden, oder Bangigkeiten die noch grausamer sind als Schmerzen; er wird sich eine starke Unverdaulichkeit zusuchen; diese Speisen, wenn sie verderben, werden zu einer Art von Gift werden welches die schädlichsten Folgen erwecken wird; und Boerhaave hat sie vor dieser Gefahr gewarnt: „Es giebt übermäßig gefrässige Gelehrte, sagt er, welche sich unterstehen die gleichen Speisen zu essen wie die Landleute, allein sie sind nicht vermögend diese Nahrungsmittel zu verdauen: Sie haben zu wählen, entweder müssen sie den Studien absagen oder ihre Lebensordnung ändern; wo nicht, so werden lange und gräuliche Verstopfungen der Eingeweide die Frucht ihrer Unbesonnenheit seyn (m).“

§. 57.

Die Aufmerksamkeit der Gelehrten muß auf die Auswahl der Nahrungsmittel und auf ihre Menge gerichtet seyn. Die
 Irthüm.

(m) *Prælection. ad instit. §. 1036. 4. 7. p. 227.*

Irthümer in der einen und in der andern Absicht sind höchst schädlich; doch mach ich mir kein Bedenken zu sagen, daß, wenn man genöthigt wäre in der Auswahl oder in der Menge zu fehlen, es immer noch weit besser wäre sie übel zu wählen, (und oft kann man hierzu genöthigt seyn) als aber zu viel zu sich zu nehmen, welches niemals unausweichlich ist.

Ich bin nicht gesonnen, alle nützliche und schädliche Nahrungsmittel umständlich anzuzeigen; sondern ich werde nur bloß die allgemeinen Classen derjenigen die man ausweichen soll, und derer die man sich erlauben kann, bekannt machen.

Nicht zuträglich sind 1. Alle fetten Speisen: Sie vermehren die Schlappheit der Fasern des Magens, entkräften die schon ohnedas schwache Wirkung des Speichels, der Darmsäfte, der Galle, der Feuchtigkeiten der Gedärme; veranlassen durch die Langsamkeit der Verdauung ein Uebelbefinden über dem Magen, und werden, wenn sie anfangen darinn zu verderben, anfänglich sauer, nachgehends ranzig, und bringen in diesen Theilen Zufälle von heftigem Reizen herfür (n).

2. Alle klebrichte, teigichte, sulzigte Speisen, welche bey nahe die gleiche Wirkung haben wie die fetten. Diese beyden Classen begreifen alles fette Teig- und Backwerk, vornehmlich das im Butter gebackene, alle Gattungen von Sulzen, die Füße von Thieren; einige Fische, wie z. E. die Aele, u. s. f.

3. Die

(n) Die vegetabilischen Fettigkeiten, wie das Del, der Chocolat, Butter, Milchrahm, u. s. w. werden insgemein sauer, ehe sie ranzig werden, die animalischen hingegen ranzig ohne sauer zu werden.

3. Die Speisen, welche von Natur hart, oder durch Räucheru und Einsalzen hart geworden sind, auf welche die schwachen Dauungskräfte allzulangsam wirken, welche allzulange in dem Magen verweilen, anfänglich durch ihr Gewicht und durch ihre Schärfe reitzen, während ihrem Aufenthalt verderben, und nachgehends durch eben diese Verderbenheit Reizungen erwecken.

Schweinefleisch, Spanferkel, auch Gänse und Entenfleisch vereinigen alles nachtheilige der drey obigen Artikel in sich, und sind meistens den Verdauungskräften der Gelehrten, auch müßiger und kränklicher Leuthe keineswegs angemessene Nahrungsmittel.

4. Diejenigen, welche viel Luft in sich schliessen, die, indem sie sich loswickelt, und durch schwache Werkzeuge nicht genugsam zurückgehalten ist, auch nicht so wie sie sich losmacht vertheilt wird, beträchtliche Blähungen erweckt, welche allezeit mit einer Empfindung von Uebelbefinden in dem ganzen Leibe begleitet sind, und vornehmlich mit einer leichten Verwirrung im Haupte, welche seine Berrichtungen störet. Diese Eigenschaft ist schuld, daß die Alten den Gebrauch der Saamen aus Hülsenfrüchten mißrathen haben, und daß Pythagoras, der sonst ein grosser Verfechter des Pflanzenreichs war, seinen Schülern besonders die Bohnen zu essen verbot (o).

§

5. M-

(o) Die Luft, die sich aus den Speisen loswickelt, ist eines der vornehmsten Hülfsmittel der Verdauung. Man würde von Speisen,

5. Alles, was entweder sehr sauer ist. Wir haben gesehen, daß die Gelehrten den Säuren sehr unterworfen sind: Oder auch was durch irgend eine andere Art von Schärfe allzusehr reizt, welches ihre zarten und beweglichen Nerven nicht im Stande sind zu ertragen.

§. 58.

Am meisten zuträglich hingegen sind: 1. Das zarte Fleisch von jungen Thieren, die man gewöhnlich aufischt, ausgenommen,

aus denen die Luft ausgezogen wäre, nicht lange leben können: Allein diese, wenn die Werkzeuge in gutem Stande sind, so nützliche, so nothwendige Luft, weil sich weniger davon loswickelt, und sich nach und nach loswickelt; weil sie so wie sie sich loswickelt, durch die Bewegung des Magens und der Därme in Ordnung gehalten und neuerdings angewendet wird, diese Luft schadet wenn die Daunungskräfte schwach sind, weil, wie wir schon gesehen haben, wenn die Speisen vielmehr verderben als verdaut werden, die Menge der Luft, welche sich losmacht, weit beträchtlicher ist; weil die Fortrückung der Speisen schlecht von statten geht, sie lange in dem Magen verweilen, und dieses Werkzeug mit einer Menge von Luft überladen wird, welche in dem ganzen Darmcanal hätte vertheilt seyn sollen; weil endlich diese Luft, stärker als die Organen, man erlaube mir den Ausdruck, von ihnen nicht regiert wird, sondern sich anhäuft, und indem sie alle Augenblicke durch die Wärme verdünnet wird, ungeheure Blähungen und daher heftige Schmerzen verursacht, die Verdauung hindert, und indem sie alle Eingeweide des Unterleibs zusammendrückt, solche in ihren Verrichtungen stört, zuweilen sogar Entzündungen in denselben erzeugt.

nommen, wie eben gesagt, das Schweinefleisch, und das Gänse- und Entenfleisch. 2. Die Fischarten mit Schuppen, die ein festes und zartes Fleisch haben, aus dem Meer, aus Flüssen oder aus Seen. 3. Die Saamen von Getreidarten, wie zum Exempel die verschiedene Arten von Weizen, Roggen, Gersten, Reis, Hafer. Auch muß man sich nicht einbilden, daß alle Saamen aus Hülsenfrüchten schädlich seyn, und obgleich sie mehr Luft enthalten als die andern, so hab ich doch niemals wahrgenommen, daß ein mäßiger Gebrauch, Leuten, deren Magen nicht gänzlich zu Grunde gerichtet ist, schädlich sey. Einige von diesen Saamen werden zu Brühe gemacht, und dienen zu den verschiedenen Suppen, die unter dem Namen der mählichten Suppen bekannt sind, welche, es sey mit Wasser, oder mit Fleischbrühe, je nach den Umständen, ein nahrhaftes Gericht, das leicht zu verdauen ist, und dessen man sich in sehr vielen Fällen mit großem Vortheil bedient, ausmachen. Die Weizen- Korn- und Roggenarten geben uns das Brodt her, von welchem ich weiter unten reden werde. 4. Kräuter, die weder zu schlappmachend, noch zu sauer sind: Die besten unter allen sind die verschiedenen Arten von Eichorien. 5. Die meisten von den gebräuchlichen Wurzeln, welche wie die Saamen durch ihren mählichten Theil ernähren, und die überdas fast alle einen überaus angenehmen Zucker bey sich führen, der eine Vermischung von Del und Salz ist, deren Wirkungen überaus zuträglich sind (p).

§ 2

welches

(p) Alle Wurzeln, davon man in der Küche Gebrauch macht, und ohne Zweifel viele andere noch, sind mit einem vortreflichen Zucker angefüllt,

welches das allgemeinste und vornehmste Nahrungsmittel bey allen gesitteten Völkern ausmacht, und von dem man bey den meisten andern einen ähnlichen Ersatz findet. 7. Die Eyer. 8. Die Milch. 9. Die Früchte. Allein der Gebrauch selbst dieser Nahrungsmittel kann durch einige wichtige Anmerkungen, welche wir zu machen für dienlich finden, noch gesunder gemacht werden.

§. 59.

In Ansehung der zarten Fleischarten ist anzumerken, daß sie entweder gebraten, oder mit sehr wenig Wasser gekocht, gespießen werden sollen: Kocht man sie in vieler Brühe, so gehen alle nährenden Theile in die Brühe über, und sie behalten weiter nichts als eine trockne zur Stärkung untüchtige Faser zurück. Zartes Rindfleisch, gutes Kalbfleisch, das Fleisch von Schaafen die an trocknen Orten ernährt worden, Hühner, junge Hühner, Kapaunen, junge gemästete Hühner, (nur müssen sie nicht allzu fette seyn,) welsche Hähnen, junge Tauben, junge Feldhühner, Lerchen, sind für schwächliche Leute die allzuträglichsten Speisen, und villeicht diejenigen, auf die sie sich einzig einschränken sollten.

Die Fische ohne Schuppen, Fische aus Teichen, die allzufetten, die nicht feste, die schleimicht sind, geben eine schlechte Nahrung ab, und man soll sie meiden. Der Fisch ist niemals gesunder, als wenn er im Wasser abgefotten ist.

Die

angefüllt, der dem eigentlichen Zucker des Zuckerrohres nichts nachgiebt, und den man sehr leicht ausziehen kann. Acht Unzen Chervisaft geben anderthalb Unzen Zucker. *Margraf. Mem. de l'Acad. de Berlin.*

Die Eyer, ganz frisch und roh, oder in der Schaa-
le sehr gelinde gekocht, sind eine Gattung von angeneh-
mer Speise, die gar nicht reizt, wohl nährt, leicht zu ver-
dauen ist; aber wenn sie nicht vollkommen frisch sind, so sind
sie schädlich, und wenn sie hart gekocht sind, so sind sie sehr
unverdaulich: Dieses ist eines der besten Nahrungsmittel für
Personen, die den Säuren unterworfen sind. Diejenigen,
welche nicht im Stande sind, das ganze Ey zu verdauen, be-
finden sich zuweilen sehr wohl, wenn sie nur das Weiße, wel-
ches sehr viel leichter zu verdauen ist, und schwächliche Leute
ungemein stärkt, geniessen (q).

Die Milch, das sanfteste, das verdaulichste aller Nahrungs-
mittel, ist für die Gelehrten ebenfalls sehr zuträglich, nur müs-
sen sie noch nicht von den Säuren beschwert seyn, und die
Milch nicht zugleich mit Nahrungsmitteln geniessen, welche sie
entweder verderben könnten, oder die, wenn sie schwer zu ver-

H 3

dauen

(q) Wenn es auch die Erfahrung nicht beweisen würde, so hätte
man es daraus schliessen können, weil das Weiße die erste Nah-
rung des jungen Küchleins ausmacht, das Gelbe hingegen ihm
nur in den letzten Tagen dient. Ja, wenn wir den Nachrichten
einiger Reisebeschreiber glauben dürfen, so dient das Gelbe vom Ey
des Tavon, einer Art von Meerhuhn der Philippinischen Inseln,
niemals zur Nahrung des Thierchens; und wenn es austriecht,
so findet sich das Gelbe noch ganz in der Schale. Allein wie läßt
sich diese Beobachtung mit denenjenigen vereinigen, welche unum-
stößlich beweisen, daß das Gelbe einen Theil des Thieres selbst
ausmache?

dauen sind, dieselbe allzulange in dem Magen, allwo sie verderben würde, aufhalten würden. Will man wol thun, so muß man sie entweder allein oder nur mit ein wenig Brodt, zu einer Zeit wo die Verdauung der andern Speisen geendet ist, zu sich nehmen.

Gleich neben die Milch können wir den Chocolat setzen, welcher eher zu den Speisen als zu den Getränken zu rechnen ist; er ist der abgekochte Tranck eines Saamens welcher zweien Theile in sich schließt; ein sanftes, nährendes, verdauliches Mal, und ein fettes, bitteres, durchdringendes Del: Diese Mischung macht ihn zu einem Nahrungsmittel das geschwind ernährt und stärkt, welches man aber dennoch nicht misbrauchen muß. Der Cacao nährt sanguinische Personen allzuviel; er vermehrt die Menge des Geblüts, und erhitzt sie: Als eine fette Speise verursacht er zuweilen Drücken über dem Magen, wird schlecht verdaut, benimmt die Eßlust, verursacht harten Leib, und überhaupt ist er nicht zuträglich wenn Verstopfungen vorhanden sind; anderemahl wird er sauer. Der Zusatz von Zucker macht ihn verdaulicher, aber die Gewürze, vornemlich die Vanille und der Ambra machen ihn für viele Leute unerträglich, und für alle, welche erhitzt sind und deren Blut leicht zu Kopfe steigt, höchst schädlich.

§. 60.

Die Früchte von denen man insgemein den meisten Gebrauch macht sind, Kirschen, Erdbeeren, Himbeeren, Brombeeren, Johannisbeeren, Maulbeeren, die verschiedene Gattungen von Pflaumen und Pfersichen, saftige Birnen, Aprikosen,

fen, Weintrauben. Nicht alle sind gleich nützlich; die Kir-
 schen, die Maulbeeren, die Pfersiche, die fastigern Birnen,
 die Weintrauben, scheinen mir den Vorzug zu verdienen. Ihre
 erfrischende und zum sauer werden geneigte Eigenschaft könnte
 zwar machen, daß man sie gleich Anfangs für Gelehrte
 wenig zuträglich halten würde, denen ich auch in der That
 einen allzu lange fortgesetzten oder allzuhäufigen Gebrauch der-
 selben nicht anrathen werde. Allein wir haben bey der Erzäh-
 lung der Uebel, denen das Studiren aussetzt, gesehen, daß das
 Stocken und Dickwerden der Galle eines der grausamsten ist,
 und diese Früchte sind das allertüchtigste Mittel von der Welt
 diesem Uebel zuvorzukommen und es zu heilen. Ihr Saft,
 der unter allen Seifenarten der lieblichste, auflösendeste, ange-
 nehmieste, der einzige nährende und stärkende ist, behält der
 Galle ihre Flüssigkeit bey, hebt die Verstopfungen, erweckt die
 trägen Gedärme, heilt die Melancholie welche von Verstopfun-
 gen des Unterleibes herkömmt, und ist denjenigen Gelehrten,
 von welchen ich S. 43. geredet habe, die Entzündungsfiebern
 ausgesetzt sind, überaus zuträglich; oder denen welche in
 Schleichfieber verfallen, die von Austrocknung, oder von einer
 faulenden Schärfe der Säfte herrühren; vornemlich sind sie in
 den S. 22. angezeigten Krankheiten, die von der Verdorbenheit
 der Galle herrühren, das wahre Specificum. Meiden muß
 man sie, wenn man der Säure allzusehr unterworfen ist, wenn
 der Magen und die Gedärme in einem Stand von Erschlaf-
 fung sind, wenn der ganze Körper allzuschlapp, das Geblüt
 allzu sehr aufgelöst, die Kräfte erschöpft sind. Selbst diejeni-

gen Personen denen sie zuträglich sind, vornemlich die Gelehrten, deren Magen beständig geschont werden muß, werden immer besser thun, wenn sie selbige zwischen den Mahlzeiten genießen, wenn der Magen leer ist, als am Ende der Mahlzeiten; besser wenn sie dieselben allein oder mit ein wenig Brodt genießen, als wenn sie solche mit andern Speisen vermischen; und vornemlich wenn sie oben drauf nur Wasser trinken, welches ihr eigentliches Daunungsmittel ist, anstatt des Feines der sie hart und fauer macht.

§. 61.

Es kommen bey der Wahl der Speisen Behutsamkeiten zu nehmen vor, welche man unmöglich durch allgemeine Regeln vorschreiben kann, die aber jeder entdecken muß, wenn er darauf Achtung giebt, was ihm zuträglich oder beschwerlich ist. Bey einigen Personen verdaut sich das Fleisch leichter als das Gemüse, welches ihnen eine unangenehme Empfindung im Herzgrübdgen zuziehet, und deren Gebrauch sie um deswillen sehr einschränken müssen; da im Gegentheile andere sich dabey ausnehmend wol und weit besser als beim Gebrauch des Fleisches befinden, welches wenn sie es nur ein wenig in Ueberfluß genießen ihnen Beklemmung, Schlaflosigkeit, Traurigkeit, Fieber zuzieht. Insgemein werden die Gartenfrüchte zur Nahrung der Gelehrten vorgezogen: Plutarch will sogar nicht daß sie auch nur wenig Fleisch genießen, dessen Gebrauch, sagt er, den Verstand schwächt. Wir können, diesem System ein Ansehen zu geben, das Beyspiel verschiedener ihres weitausgebreiteten Genies und ihrer Kenntnisse wegen berühmter

ter Philosophen anführen, welche niemals Gebrauch davon gemacht haben, als ein **Zeno**, **Plotin**, **Chrysanthus**. Der verstorbene Herr **Cocchi**, ein berühmter florentinischer Arzt, hat über diese Materie eine sehr wichtige Abhandlung geliefert (1); dennoch halte ich für nöthig zu erinnern, daß es ein gefährlicher Irrthum wäre, wenn man die Gelehrten schlechterdings auf eine pure vegetabilische Lebensordnung einschränken wollte, welche für verschiedene unter ihnen höchstwesentliche Unbequemlichkeiten haben würde. Oesters nämlich ist ihr Magen so schlapp, und ihre Verdauungskräfte so abgemindert, ihre Galle so elend beschaffen, daß sie nichts aus dem Pflanzenreiche verdauen könnten, und zu Grund gehen müßten, wenn sie sich dem unerachtet davon nähren wollten. **Galenus**, **Sethi**, **Plempius** stimmen darinn überein, daß sie die Flussfische als eines der gesundesten Nahrungsmittel für Gelehrte ansehen; man befundet sich nach ihrem Genus viel leichter als nach dem Genus des Fleisches. Ich habe einige Gelehrte gekannt, denen das Brodt beständig Säure erweckte, und welche nur wenig davon zu sich nehmen durften; und ein jeder ausübender aufmerkamer Arzt muß zum öftern beobachtet haben, daß das Brodt, dieses für gesunde Menschen so heilsame Nahrungsmittel, in gewissen Krankheiten nichts weniger als heilsam sey. Sehr öfters hab ich daher befehlen müssen, solches nur mäßig, und bisweilen auch, es beynahе überall nicht zu genießen. Die Eyer sind vielen Leuten beschwerlich, ohne daß man im Stande sey den Grund davon anzugeben.

H 5

Das

(1) *Del vitto Pitagorico per uso della medicina. Firenze 1744.*

Das nämliche gilt auch von der Milch; desuohen muß man in Absicht auf diese Nahrungsmittel, schlechterdings seinen Magen zu Rathe ziehen.

§. 62.

Obgleich die allereinfacheste Zubereitung die gesundeste ist, so darf man dennoch nicht alle Würzung von der Küche der Gelehrten ausschließen. Die schlappen Fasern ihres Magens, dessen Verrichtung nicht durch die Bewegung belebt wird, haben einige leichte reizende Mittel nöthig, welche sie aus ihrer Schläfrigkeit reissen; dergleichen sind Salz, Zucker, einige sanfte Gewürze, als Zimmetrinde, Muscatennüsse, und vornehmlich jene noch heilsamern, die wir in unsern Gärten bauen, Thymian, Majoran, Basilgen, Körbel, Fenchel, und andere von der nämlichen Classe; aber alle diejenige welche ein sehr scharfes Oel oder Salz bey sich führen, allzustark reizen, und deren Wirkung allzu anhaltend ist, muß man sorgfältig meiden. Alle Gelehrten sollten, wie *Horaz*, den Knoblauch lassen, und den Gebrauch des Senfs und des Pfeffers, welche voll eines wesentlichen fast brennenden Oeles sind, ausweichen. Sie sollten sich sogar für einem allzu häufigen und allzu öftern Gebrauch auch der gelindesten Würzungen hüten; man sollte sie niemals als einen Theil der gewöhnlichen Nahrungsmittel ansehen, weil alles was reizt den Kreislauf vermehrt, die Werkzeuge abnuhet, und die Tage verkürzt.

§. 63.

Eine für die Gesundheit sehr wichtige diätetische Regel, und an welche es um so viel wichtiger ist sich zu binden, je
schwächer

schwächer der Magen ist, ist diese, daß man die Vermischungen von verschiedenen Speisen ausweiche, und sich niemals mehr als zwey, höchstens drey Gerichte über jeder Mahlzeit erlaube: Wer sich auf eine einzige Schüssel einschränkt, thut noch besser; und ich kenne einen ehrwürdigen Greisen, der sich, als er vierzig Jahre alt und ziemlich kränklich war, zu einem Gesetze machte, niemals von mehr als einem Gerichte zu speisen: Er hielt sein Wort, und hat nunmehr, bey dem Genuß einer vortreflichen Gesundheit, aller Stärke des Geistes, und aller Lebhaftigkeit der Sinne, sein neunzigstes Jahr erreicht. Wenn man auch nur einen Augenblick über diese erstaunende Verschiedenheit von Gerichten nachdenkt, womit unsre Tafeln besetzt werden, und über die Menge von verschiedenem Zeug, womit man in einer sehr kurzen Zeit seinen Magen beladet, so wird man wenig Gebräuche finden, die lächerlicher seyn: Bemerket man die Folgen davon, so sieht man, daß es wenig schädlichere giebt. *Horaz* soll uns über diesen Punkt Unterricht geben; wir werden seine Rätze mit mehr Vergnügen und villeicht mit mehr Vertrauen annehmen, als der Aerzten ihre. „Willst du aber die Vortheile wissen, die eine ordentlich = wirthliche Haushaltung mit sich bringet? „So wisse, daß man sein gesund dabey bleibt; und hievon „überzeugt zu werden, so erinnere dich nur jener einfachen „Gerichte die dir so wol bekommen. Dahingegen, wenn man „Gebratenes und Gefotenes, Austern und Krammetsvögel, „durcheinander isset, so wird alles, was süß ist, zur Galle
„schla=

„schlagen, und der dadurch erregte zähe Schleim großes Polstern und Unheil darinne anrichten (s).

§. 64.

Wie gesund und einfach die Gerichte, deren die Gelehrten sich bedienen, auch immer seyn mögen, wenn sie, immer mit ihren Studien beschäftigt, nur maschinenmäßig und ohne zu kauen essen, worüber ich mich schon oben beklagte, so verabsäumen sie eines der nützlichsten Hülfsmittel zur Daunung. Nichts erleichtert dem Magen seine Arbeit so sehr als eine sorgfältige Käuung: Sie vermehrt die Absonderung des Speichels, welcher das beste Daunungsmittel ist (t); sie macht, daß er genau in die Speisen eindringt, deren Oberfläche sie vermehrt, indem sie selbige überaus klein vertheilt, und hiedurch geschickter macht, von den Säften des Magens durchdrungen zu werden. Da ihre Auflösung in dem Magen geschwinder geschieht, so verweilen sie weniger lange darinn; sie werden verdaut und verderben sich nicht, und eben hiedurch verursachen sie ihm keine Reizungen und ermüden ihn nicht; und da diese erste Daunung vollkommen wol verrichtet wird, so empfinden es alle übrige Berrichtungen, und gehen mit leichter Mühe von statten. Die Käuung hat überdas noch zween Vortheile. Der eine ist, daß man wirklich weniger isst, ohne jedoch weniger Nahrung zu genießten; der zweyte, daß sie sehr viel zur Erhaltung der Zähne beyträgt. Mit einem Wort, ihre Vortheile,

(s) *Accipe nunc, victus tenuis quæ quantaque secum afferat Es. Sc.*
Satir. 2. Lib. 2. v. 70. sq.

(t) *Macbride experimental essays. p. 15. 54. &c.*

le, in Absicht auf die Erhaltung der Gesundheit, sind von solcher Art, daß man sie nicht genug schätzen, und nicht zu viel auf den nur allzu gemeinen Schaden dringen kann, den man sich durch ihre Versäumniß zuzieht.

§. 65.

Da die Daurung bey den Gelehrten nur langsam von staten geht, so ist es ihnen nicht zuträglich öfters zu essen; und es ist ein grosser Unterschied zwischen dem Zustand eines mit halb-verdauten Speisen annoch zur Hälfte angefüllten Magens, welche Speisen alle seine Kräfte erfordern völlig verdaut zu werden, und dem Zustand eines Magens, der, von aller Speise entlediget, seine Kräfte wieder erhalten, und von Daurungssäften, welche neue Nahrung erwarten, ganz benezt ist: Alles, was man in dem erstern Falle zu sich nimmt, störet die schon angefangene Daurung, und kann gleich anfangs die ersten Veränderungen einer guten Daurung nie erfahren; desnahen ist es für die Gelehrten von äusserster Wichtigkeit, daß sie niemals zur unrechten Zeit speisen, und es ist in der That mehr als genug für sie, wenn sie des Tages dreymal speisen; zweymal sehr wenig, und einmal ein bißgen mehr. Ich habe verschiedene Personen, die sich durch Arbeiten den Magen und die Gesundheit in Unordnung gebracht hatten, wieder hergestellt gesehen, nachdem sie sich einer genauen Beobachtung der Lebensordnung unterzogen, die ich ihnen, nebst einigen Anleitungen in Absicht auf die Wahl der Speisen, deren umständliche Erzählung hier nicht an ihrem Ort wäre, angerathen hatte. Des Morgens, bey dem Aufstehen, tranken sie ein Glas
frisches

frisches Wasser; eine halbe Stunde hernach nahmen sie das Frühstück, und arbeiteten darauf vier bis fünf Stunden lang; dann gaben sie sich wenigstens eine Stunde lang Bewegung, und setzten sich nach einem kurzen Ausruhen zum Mittagessen. Die erstern Stunden nach dem Mittagessen waren entweder einem sehr sanften Spaziergang oder einichen gesellschaftlichen Pflichten gewidmet, wobey weder der Geist noch der Leib ermüden; des Abends beschäftigten sie sich annoch einige Stunden, und nahmen darauf eine sehr leichte Abendmahlzeit; welches letztere aus verschiedenen Gründen für Gelehrte sehr wichtig ist. Der erste ist, weil es, da der Schlaf ohne das mehr Geblüt zum Kopfe treibt, gefährlich ist, die Anfüllung der Gefäße durch ein grosses Abendessen, gerade vor dem zu Bette gehen, sehr zu vermehren (u); der zweyte, weil wegen verminderter Berrichtung der Nerven während dem Schlaf, die Daunungen, wobey diese Berrichtung unentbehrlich ist, nothwendig weniger gut von statten gehen; der dritte, weil, da der Schlaf der Gelehrten schon ohnedem sehr leicht ist, wenn sich viel Speeren in dem Magen befinden, sie die Ursache einer Reizung abgeben, welche, da sie alle Nerven in einer beständi-

gen

(u) Es giebt verschiedene Erscheinungen, welche diese Anfüllung der Gefäße des Gehirns während dem Schlafe beweisen; und täglich haben wir eine Erscheinung vor Augen, die sie handgreiflich beweist, nämlich das Knirschen mit den Zähnen, welchem viele Kinder, und sogar erwachsene Leute, im Schlafe unterworfen sind, und welches immer viel stärker ist, wenn man viel zu Nacht gespiessen hat.

gen Erschütterung hält, die Ruhe schlechterdings stört. Man ist nicht wachend, weil man nicht die Kräfte dazu hat; man schläft nicht, weil man nicht im Stand ist, derjenigen tiefen Stille zu genießen, welche den Schlaf ausmacht; und dieser Zustand ermüdet übermäßig, und richtet die Gesundheit zu Grunde: Man kömmt ihm zuvor, wenn man eins von den leichten Nachtessen nimmt, welche, wie man es von des *Platons* seinen sagt, sowol für den gegenwärtigen als für den morndrigen Tag angenehm sind, und den Leib gesund, den Geist frey lassen, da im Gegentheil ein volles Abendessen einen schweren Kopf, einen ermüdeten Leib und einen niedergeschlagenen und zu glücklichen Geschäften untauglichen Geist zurückläßt.

- - - Vides ut pallidus omnis
 Coena defurgat dubiâ? Quin corpus onustum
 Hesternis vitiis animum quoque pręgravat una,
 Atque affigit humo divinę particulam aurę.
 Alter, ubi dicto citius curata sopori
 Membra dedit, vegetus pręscripta ad munia surgit (x)

Sch

(x) Siehst du, wie alles von der üppigen Tafel sich blaß und träge erhebet? Der vom gestrigen Abend beladene Körper schlägt auch den Geist, diesen göttlichen Hauch danieder, und hestet ihn an die Erde. — Aber der nüchterne Mann schläft sanft nach einem kurzen Mahl, und erhebt sich mit Munterkeit zu den Geschäften des Tags. *Horaz*, II. B. 2. Sat.

Theophrast hat ebenfalls erinnert, daß, wenn man viel ißt und sich mit Fleischspeisen nährt, man die Vernunft schwächt, den Geist schwer macht, und sich eine Art Blödigkeit des Verstandes zuzieht.

Ich habe Gelehrte gekannt, die ihre zerstörte Gesundheit dadurch wieder hergestellt haben, daß sie zur Abendmahlzeit nur ein wenig Milch genossen. Würde man, werden vielleicht einige fragen, nicht noch besser thun, wenn man gar nichts zu Nacht speisen würde? Verschiedene Personen haben diesen Gebrauch, und befinden sich bey demselben wohl; allein er kann nicht ohne Unterschied allen Gelehrten zuträglich seyn: Denn da sie einen äusserst empfindlichen Magen und sehr zarte Nerven haben, wenn sie allzulange keine Speisen zu sich nehmen, so erlangen die Danungssäfte eine Schärfe, die, weil sie nicht durch die Speisen eingehüllt ist, den Magen reizt, und diese Reizung allein ist zureichend den Schlaf zu beunruhigen.

§. 66.

Diejenigen, die dem Vergnügen der Tafel ergeben sind, mögten etwa in Versuchung kommen, diese Vorschriften für strenge Lehren anzusehen, welche niemals punctlich befolgt worden, und die dem Buchstabe nach zu befolgen villeicht gefährlich seyn würde. Es ist leicht ihnen ihre Furcht durch eine Menge von Beyspielen zu benehmen, welche beweisen, daß eine noch weit grössere Mäßigkeit als diejenige welche ich vorgeschrieben, das wahre Mittel ist, eine vollkommene Gesundheit zu erhalten. **Anacreon**, der zu einem sehr hohen Alter gelangte, nährte sich allein mit Weinbeeren. **Augustus** dessen Gebrechen, wie wir gesehen haben, sehr viel Aehnlichkeit mit den Schwachheiten der Gelehrten hatten, kann ihnen als ein Muster der Mäßigkeit dargestellt werden: Er schränkte sich auf die allergeringste Menge von Nahrung ein (y). **Paulus der Eremit**,
der

(y) *Minimi cibi erat. Suet.*

der *S. Antonius*, *Arsenius*, der *S. Epiphanius*, vieler andern Einsiedlern, deren langes Leben weniger richtig bewiesen ist, nicht zu gedenken, lebten alle über ein Jahrhundert hinaus, indem sie sich einzig mit Brodt, mit Datteln, einigen Wurzeln, wenig Früchten und Wasser nährten. *Galenus* besserte durch Leibesübung und durch eine grosse Mäßigkeit sein Temperament wieder aus. *Bartholus*, dieser berühmte Restaurator der Rechte in dem vierzehnten Jahrhunderte, ist wo ich nicht irre der erste, der sich die Nahrungsmittel abgewogen. Er schränkte sie auf eine sehr geringe Menge ein, damit er hierdurch sein Genie zu allen Zeiten zu dem Studium, dem er sich mit einer Hitze überließ, von der man wenig Beispiele gesehen, gleich gut aufgelegt erhalten möchte (z). Aber am allermerkwürdigsten und lehrreichsten ist das Beispiel des *Ludewig Cornaro*, eines edeln Venetianers, aus einem der ältesten Häuser, und welches dieser Republik am meisten Dogen hergegeben. Schon in einem Alter von fünf und zwanzig Jahren war er von Magenbeschwerden,

I

Lenden-

(z) Man hat uns eine Anekdote aus dem Leben des *Bartholus* aufbewahrt, die eben nicht zum Vortheil der Wissenschaften ist, und nur allzu sehr beweist, daß, wenn man sich denselben ausschweifend überläßt, sie einen gefährlichen Anfaß von Hypochondrie, von Menschenfeindlichkeit und Eigensinn erzeugen. Er bekleidete eine ansehnliche Richterstelle, und verurtheilte auf den geringsten Argwohn zum Tode. Dieses machte ihn bey dem Volke so verhaßt, daß er, um desselben Wuth zu entgehen, gezwungen ward sich auf das Land zu flüchten.

Lendenschmerzen, einem Anfange vom Podagra, und von einem Schleichfieber angegriffen: Ungeachtet einer Menge von Arzneymitteln blieb seine Gesundheit bis in sein vierzigstes Jahr immerfort sehr schlecht: Dazumal sagte er allen Arzneymitteln gänzlich ab, und unterwarf sich der allermäßigsten Lebensart; denn er schränkte sich auf zwölf Unzen feste Speisen und vierzehn Unzen Getränkes des Tages ein, welches nur den vierten Theil der gewöhnlichen Nahrung eines Mannes in dem nämlichen Lande worinnen er lebte beträgt: Die Wirkung dieser Lebensordnung, welche er selbst in einem kleinen Werkgen, von den Vortheilen eines nüchternen Lebens (a), betitelt, beschrieben hat, war diese, daß die Beschwerden nach und nach verschwanden und einer dauerhaften und starken Gesundheit, mit einer Empfindung von Wohlseyn und Zufriedenheit, welche er vorher nie gekannt hatte, begleitet, Platz machten. In seinem fünf und neunzigsten Jahre schrieb er ein Werk über die Geburt und den Tod des Menschen, in welchem er das allerinteressanteste Gemählde seines eigenen Lebens macht.

„Ich befinde mich so gesund und munter als man es in dem
 „fünf und zwanzigsten ist. Täglich bringe ich sieben bis acht
 „Stunden mit schreiben zu; die übrige Zeit mit spazieren,
 „mit schwagen, oder ich fülle einen Platz in einer Musicgesellschaft aus: Ich bin frölich, ich finde Geschmack an allem was
 „ich speise, ich habe eine lebhafte Einbildungskraft, ein glückliches Gedächtnis, eine gute Beurtheilungskraft, und, was
 „für mein Alter wundernswürdig ist, eine starke und wolklingende

(a) *Luigi Cornaro discorsi della vita sobria.*

gungende Stimme., Er lebte über die Hunderte hinaus. Der gelehrte niederländische Jesuit, Leonhard Lessius, von der Methode des Cornaro ganz bezaubert, übersezte seine Abhandlung vom nüchternen Leben ins Lateinische, nahm die Ausübung davon für sich selbst mit dem größten Erfolge an, und verfertigte nach diesen Grundsätzen ein diätetisches Werk, in welchem er alle Vortheile der Mäßigkeit klärlich beweist (b). Ramazini hat uns die Geschichte des Cardinal Sfortia Pallavicini aufbewahrt, der, wenn er den ganzen Tag über, ohne etwas zu nehmen, gearbeitet hatte, sich des Abends mit einem leichten Nachtessen begnügte (c). Und, damit wir von neuern Zeiten reden, der unsterbliche Newton, der ein sehr hohes Alter erreichte, lebte während der Zeit seiner größten Meditationen einzig von ein wenig Brodt und Wasser, selten von ein wenig spanischen Wein, und sein ganzes Leben hindurch hat er fast niemals etwas mehrers genommen, als etwa ein wenig von einem jungen Huhn. Der berühmte Chevalier Law, ein Mann, der seinen Geist ausserordentlich angestrengt, aß, damit er seinen Kopf immer vollkommen heiter und alle Lebhaftigkeit des Geistes beybehalte, viele Jahre hindurch in einem ganzen Tage nur die Hälfte eines Hüngens,

J 2

und

(b) Leonh. Lessii Hygiasticon, seu vera ratio valetudinis bonae, Antwerp. 1563.

(c) Totam diem litterarum studio sine cibo largiebatur, mox cenam modicam sumptam ac studiorum cura ablegatam, somno & virium reparationi noctem totam impendebat. De litteratorum morbis dissertatio. Opera omnia p. 654.

und ungefehr ein Pfund Brodt; er trank nichts als Wasser oder wässerichte Liqueurs (d). Die Auswahl dieses Getränkes muß annoch als eines der sichersten Mitteln zur Erhaltung der Gesundheit angesehen werden.

§. 67.

Das Wasser ist das Getränk, welches die Natur allen Völkern zugetheilt hat. Sie hat es für alle Gaumen angenehm gemacht, und ihm die Eigenschaft, alle Speisen aufzulösen, mitgetheilt. Die Griechen und Römer sahen es mit Recht als die Universalpanacee an; und es ist in der That ein sehr grosses Heilmittel, so oft starke Tröckne zugegen, wenn man von Säure beschwert, oder wenn die Galle allzuschärf geworden ist. Man soll ein reines, sanftes, frisches Brunnenwasser wählen, welches mit Seife leicht schäumt, das Gemüse wohl kocht, das Leinenzeug gut wäscht: Wenn es alle diese Eigenschaften vereint, so erleichtert es die Daurung ganz ungemeyn; es stärkt, unterhält alle Ausleerungen, kömmt allen Verstopfungen zuvor, macht den Schlaf ruhiger, den Kopf heiterer, die Frölichkeit beständiger, und die Sitten sanfter. Vergleichen wir seine Wirkungen mit den Wirkungen des Weins, so fällt die Vergleichung ganz zu Gunsten des Wassers aus.

§. 68.

Der Wein wirkt als ein reizendes Mittel. Er reizt die Fasern und vermehrt die Bewegung; eine Wirkung die, oft wiederholt, das Leben nothwendig abkürzt: Dem sauer werden

(d) *Cheyne natural method of curing the diseases of the body* &c. part. 2. ch. 2. §. 4.

den unterworfen, vermehrt er die Säuren, welche ohnedies eine von den Beschwerden der Gelehrten sind; er führt zudem die für sie sehr grosse Unbequemlichkeit bey sich, welche schon allein sie vermögen sollte denselben zu meiden, daß er die Feuchtigkeiten mit Macht zum Kopfe treibt, und dadurch die Krankheiten dieses Theils, zu welchen die Studien ohnedem schon stark neigen, vermehrt. Selten werden heftige Kopfswehen vermindert, und niemals wird man dazn gelangen Schlagflüssen zuvorzukommen, wo man dieses Getränk nicht gänzlich untersagt, dessen täglicher Gebrauch, weit entfernt daß er die Dammung erleichtere, dieselbe beynabe bey allen Personen, die nicht einen sehr guten Magen haben, merklich stört. Man hat öfters angemerkt, daß diejenigen, welche nur Wasser trinken, einen helleren Geist, ein stärkeres Gedächtniß, und vortreflichere Sinnen besitzen. Demosthenes, G. Naudäus, Tiraqueau, Locke, von Haller, haben stets nur Wasser getrunken: Milton trank selten etwas anders. Der grössere Theil der grössten Männer, und alle die lange gelebt haben, tranken nur sehr wenig Wein. Der Wein ist beynabe in allen Nervenkrankheiten schädlich, welche die gewöhnliche Geißel der Gelehrten, und so unausweichlich die Folge des Studirens sind, daß ich keineswegs zweifle, diese Liebe zu den Wissenschaften, welche seit einem Jahrhundert die herrschende Neigung geworden, sey eine der vornehmsten Ursachen einer augenscheinlichen Vermehrung der Krankheiten dieser Art (e),

F 3

welche

(e) Die Nervenkrankheiten sind weit häufiger und mannigfaltiger als sie vor sechzig Jahren gewesen; dieses ist eine allgemein bekannte

welche eine anständige Lebensordnung, Leibesübung, gänzliche Vermeidung warmer Getränke und des Weins weit öfterer heilen,

te Wahrheit; jedermann nimmt sie wahr, beklagt sich darüber, und fragt nach den Ursachen davon: Es giebt derselben verschiedene. Die vornehmsten will ich hier anzeigen. 1. Die weit mehr ausgebreitete Liebe zu den Wissenschaften und Übung in denselben. Man könnte sagen, wie Cicero ehemahls von den Göttern sagte, es sey viel leichter einen Akademiker anzutreffen als einen Menschen. Diese Menge von Pressen, welche in ganz Europa ohne Aufhören arbeiten; diese Unermesslichkeit von Büchern die täglich aus denselben hervorgehen, setzen nothwendiger Weise eine Menge Leute voraus, welche vielleicht die wahren Eigenschaften der Gelehrten nicht haben, aber mehr oder weniger den Uebeln ausgesetzt sind die diese erfahren; und wir haben gesehen, daß die Nervenkrankheiten einen Theil davon ausmachen. So viele Schriftsteller brüten einen Schwarm von Lesern aus, und unaufhörliches Lesen erzeuget Nervenkrankheiten von allen Arten. Vielleicht ist unter allen Ursachen, welche der Gesundheit der Weibespersonen Schaden zugefügt haben, die unendliche Vermehrung der Romane seit hundert Jahren die vornehmste gewesen. Von der Kindheit bis ins höchste Alter lesen sie selbige mit einer solchen Hitze, daß sie sich gleichsam fürchten nur einen Augenblick davon abzulassen, sich keine Bewegung geben, und zum öftern bis weit in die Nacht hinein wachen, damit sie diese ihre Leidenschaft sättigen: Dieses richtet ihre Gesundheit schlechterdings zu Grunde. Derjenigen nicht zu gedenken, die selbst Schriftstellerinnen sind, und diese Anzahl wächst täglich an. Eine Tochter, die in ihrem zehnten

heilen als alle Arzneymittel. Dennoch ist meine Absicht nicht, daß man den Schluß mache, als ob ich den Gebrauch des

§ 4

Weins

ten Jahre anstatt herumzulaufen lieft, muß in ihrem zwanzigsten nothwendig eine Frau mit Wappeurs, und eine schlechte Säugmutter seyn. 2. Ein weit größerer Gebrauch der warmen Getränke, dessen Gefahren ich alle in dem gleich folgenden Paragraphen zeigen werde. 3. Die Vermehrung des Luxus, welcher eine viel weichere Lebensart sowol für die Herrschaften als für die Bedienten nach sich zieht, und die Anzahl der sitzenden Künste ungeheuer vermehrt hat, deren so sehr gepriesene Einführung den Ackerbau und die Gesundheit zu gleicher Zeit zu Grunde gerichtet. Ich habe in diesem Land einiche Dörfer gesehen, wo alle Einwohner, mit allerhand Holzwerk beschäftigt, ihr ganzes Leben mit Holzhauen, mit der Verarbeitung desselben, mit zu Marktesühren ihrer Waaren zubrachten; und dieses war die Gegend des Landes, wo man die schönsten, stärksten, gesündesten und wolhabendesten Leute antraf: Vor ungefähr dreyßig Jahren ließen sich einiche Steinschneider daselbst nieder; die Menge des Geldes nahm zu und verblendete, die Sucht zum Steinschneiden nahm überhand, die Holzarbeit fiel; einer thätigen Lebensart folgte eine sitzende, fremde Tagelöhner kamen ihre Felder zu bauen, die neue Handthierung ist ins Abnehmen gerathen; heut zu Tage ist dieses der Strich Landes, wo die meisten Schleichkrankheiten herrschen; die Leute haben aus der Art geschlagen, und der Wohlstand entfernt sich, um vielleicht nie wieder zurückzukommen, weil er die Gegenden sieht, wo die Einwohner schwach und müßig sind. Verschiedene Classen von Leuten die vor dreyßig Jahren selbst dienten, lassen heut zu Tage sich be-

dieneu;

Weins für Gelehrte schlechterdings verdammt; sondern ich möchte nur, daß man nicht sein tägliches Getränk daraus machte,

dienen; die zu Füsse giengen, reiten; die ritten, fahren in Kutschen; ja sie finden sogar das Schlagen der öffentlichen Wagen zu hart, und bald werden die gemeinsten Handwerker nicht mehr anders als in Kutschen mit sehr sanften Schnellfedern reisen. Man hält sich mehr als ehemals in den Städten auf; das unbestimmte Wort, Erziehung, hat ihre Ohren gerührt, und ohne zu wissen was für Begriffe man damit verhandelt, ist man in die Stadt gekommen seinen Kindern Erziehung zu geben; und da haben sie ihre Gesundheit, und vielleicht nur allzu oft ihre Sitten verdorben: Was haben sie dagegen gewonnen? 4. Mehr Leidenschaften: Der Luxus und das Stadtleben setzen sie nothwendiger Weise in Bewegung: Dieselben vermehren die Eitelkeit, die Habsucht, den Ehrgeiz, die Eifersucht, alles schädliche Leidenschaften, welche die Gesundheit verderben und alle Nervenkrankheiten hervorbringen: Sie schwächen die gesellschaftlichen Verbindungen, die Freundschaft, die Frölichkeit, welche so viel gutes thun. 5. Ein Geschmack an einer weit mehr erbigenden Zurichtung der Speisen, welcher nothwendig die Werkzeuge abnutzt, in Schwachheit, in Schleichfieber und in aller Gattung Nervenkrankheiten stürzt. 6. Eine unausweichliche Abart. Die Kinder müssen die Krankheiten der Väter mit empfinden; unsere Ur-Großväter haben angefangen von der allergeündesten Lebensart ein wenig abzuweichen, unsere Großväter waren darum von Geburt an ein wenig schwächer, wurden weichlicher aufgezogen, erzeugten Kinder die noch schwächer waren als sie selbst; und wir, das vierte Geschlecht, wir kennen die

machte, und daß man ihn als ein Arzneymittel ansähe: Es würde kein angenehmers, kein nützlicheres seyn als dieses, in Fällen von grosser Erschlappung, von Schwachheit, von Niedergeschlagenheit; man würde ihn gebrauchen, wie wir gesehen daß Newton ihn gebrauchte, zur Stärkung bey ausserordentlichen Arbeiten, zur Erquickung nach grossen Erschöpfungen, zur Ermunterung in Betrübniß: Aber zu allen andern Zeiten müssen die Gelehrten ihn gänzlich meiden, und sie dürfen sich vor der Gefahr, eine veraltete Gewohnheit abzubrechen, eben nicht scheuen. Diese Gefahr ist nichtig, und von hundert Personen, die auf einmal allen Gebrauch des Weins gänzlich aufgeben, sind nicht zwö die deshalb Ungelegenheiten verspüren. Wenn es den Gelehrten zuträglich ist Gebrauch davon zu machen, so sollen sie einen Wein gebrauchen der mehr nährend als geistig ist, weder Herbigkeit noch Säure besitzt, und stärkt ohne zu reizen, generosum & lene; Sorgfältig sollen sie jene geringe Weine ausweichen, die, wie

I s

van

die Stärke und die Gesundheit nur bey achtzig jährigen Greisen oder von hören sagen. - Es erfordert, sie uns wieder zu geben, entweder eine vernunftmäßige Aufführung, die sich nicht hofen läßt, oder einiche Jahrhunderte von Barbaren die man nicht einmal wünschen darf. 7. Die Einflüsse geheimer Krankheiten, welche das menschliche Geschlecht gleichsam bey seiner Wurzel zerstören, die so allgemein sind, und derer Behandlung hingegen, welche doch so einfach und so sicher seyn könnte, unglücklicher Weise noch so verschieden und ungewiß, öfters auch so grausam und verderblich ist!

van Helmont sagt, eher Eßig als Wein sind, und Säuren erzeugen, die Daurung hindern und die Nerven reizen.

§. 69.

Es giebt eine andere Gattung von Getränken, die den Studierenden nicht weniger schädlich sind als der Wein, und wovon sie einen weit stärkern Gebrauch machen. Dieses sind die warmen Getränke, deren Gebrauch seit einem Jahrhundert ungeheuer überhand genommen hat. Es schlich sich um dieselbe Zeit ein höchstschädliches Vorurtheil in die Arzneykunst ein: Man war über die Entdeckung des Kreislaufes noch ganz in Entzückung, und glaubte zur Erhaltung der Gesundheit müsse man dieselbe so viel als möglich erleichtern; zu diesem Ende müsse man dem Geblüt eine ausnehmende Flüssigkeit mittheilen, und bednachen sey es zuträglich eine grosse Menge warmen Wassers zu trinken: Cornelius Bontekoe, ein Holländischer Arzt, der nachgehends zu Berlin als erster Leibarzt des Churfürsten von Brandenburg gestorben, gab in 1679. ein kleines Werkgen, in Holländischer Sprache, über den Thee, Coffee und die Chocolate, heraus, in welchem er dem Thee die aller übertriebensten Lobsprüche beylegt, sogar in den übermäßigsten Dosen, bis auf ein und zweyhundert Tassen des Tages genommen, und worinn er läugnet, daß es dem Magen schädlich seyn könne: Dieser Irrthum verbreitete sich in dem ganzen nördlichen Europa mit einer erstaunenden Schnelligkeit, und hatte die verdrüßlichsten Folgen. Der Zeitpunkt seiner Einführung ist die Epoche einer schädlichen und in der Geschichte der Gesundheit merkwürdigen Veränderung. Leute die beob-

achten

achten, sahen das Uebel bald ein. *Duncan*, ein französischer Arzt, der sich zu Rotterdam niedergelassen, gab in 1705. ein kleines Werk heraus, worinn man, unter vieler schlechter Theorie, vortrefliche Einschlüge gegen den Gebrauch der warmen Getränke antrifft (f). *Boerhaave* erhob sich gegen diesen Mißbrauch mit Macht; alle seine Schüler haben ihn bekämpft, und alle grossen Aerzte denken nicht anders: Man hat es dahin gebracht seinen Fortgang zu hemmen, ja, sogar seit einigen Jahren, zu vermindern (g); aber zum Unglück erhält sich dieses Vorurtheil annoch bey den kränklichen Personen; sie bilden sich ein die Verdickung des Geblüts sey die Ursache ihrer Beschwerden, und diese Idee veranlaßt sie, diese übelthätigen Getränke fortzusetzen. Die Theekessel voll warmen Wasser, welche ich auf ihren Tischen antresse, erinnern mich an die Schachtel der Pandore, aus welcher alles Uebel ausgieng, nur mit diesem Unterschied, daß sie auch sogar die Hoffnung nicht zurück lassen, sondern im Gegentheil, indem sie Hypochondrie fortpflanzen, breiten sie Traurigkeit und Verzweiflung überall aus.

• §. 70.

(f) *P. Duncan Avis salutaire contre l'abus du Caffé, du Chocolat & du Thé*, Rotterd. 1705. 8. Dieses Werkgen ist heut zu Tage nicht mehr zu finden.

(g) Der Thee und der Coffee sind aus Schweden verbannt, und aus öffentlichen Blättern sehe ich, daß eine ganze beträchtliche Provinz in Deutschland dem Coffee freiwillig entsagt, so wie es die engländischen Colonien in America mit dem Thee gethan haben.

§. 70.

Der Scheingrund, welcher schwächliche Personen verleitet hat, einen so starken Gebrauch von warmen Getränken zu machen, ist nicht schwer üben Hausen zu werfen. Wahr ist, der Kreislauf geht bey ihnen oftmals schwach, langsam, schlecht von statten; die Feuchtigkeiten stocken, es entstehen Verstopfungen; aber alle diese Zufälle hängen von der Schwachheit der Gefäßen ab, und keineswegs von der Dichtigkeit oder von der Verdickung der Säfte, welche im Gegentheil nur allzuwenig dichte sind. Wenn man zu gleicher Zeit einem starken Landmann, und einem Menschen der sein Leben in seinem Studierzimmer zubringt, oder irgend einem andern Kränklichen eine Ader öfnet, so wird man des erstern Geblüt dick und dunkelroth finden, zuweilen mit einer weissen und harten Haut bedeckt, von der Natur derjenigen, welche man in hitzigen Krankheiten antrifft; des andern seines wird aufgelöst, wässerricht, wenig gefärbt, schleimicht seyn; derjenige Theil, welcher über dem Blut des erstern eine starke Haut formirt, macht bey dem andern nur eine weiche Gallerte aus; es wäre demnach an dem erstern sein Geblüt, wenn dieser Zustand des Geblütes kränklich wäre, durch vieles verdünnerndes Getränk zu erhalten; der andere darf keine andre Absicht haben als es zu verdickern, und muß deßwegen die grosse Menge alles und jedes Getränkes und vornemlich warme Getränke vermeiden, welche jenen Hang zur Wassersucht vermehren, der, wie ich schon oben §. 19. angezeigt, zum östern die Wirkung einer studirenden und sitzenden Lebensart ist; wie der jüngere *Düverney*

in

in den Memoires der Königl. Academie (h) hievon ein sehr merkwürdiges Beyspiel anführt. Aber am allermeisten und am ersten leidet der Magen von den schlimmen Wirkungen der warmen Getränke, welche auf vielerley Weise schädlich sind. Die grosse Menge, die man davon trinkt, schwellt denselben auf; seine Fasern, durch die Masse dieses Getränkes allzusehr gespannt, welches zu der nämlichen Zeit, da es sie durch seine Menge ausdähnt, durch seine Eigenschaft schlapp macht, verfallen in eine Erschlappung, in Schwachheit, und verlieren die zu ihren Verrichtungen nöthige Kräfte: Dannzumal verweilen die Speisen allzulange in dem Magen, und verursachen eine unangenehme Empfindung von Beschwerung, von der man sich zu entledigen sucht, indem man von neuem viel von einem verdünnenden abgekochten Trank zu sich nimmt, welches, indem es, gleich einem Strom, die halbverdauten Speisen mit sich fortreißt, wirklich für eine kleine Zeit Linderung schafft, aber in der That die Ursache des Uebels vermehrt.

Eine zwote Gefahr der warmen, und überhaupt aller häufigen Getränke, ist diese, daß sie die Dauungssäfte ersäufen, welche desnachen nicht die geringste Kraft haben, und da sie das wesentlichste Wirkmittel der Dauungen sind, so lassen sie sich nicht ungestraft schwächen, um so viel mehr, da kein Getränk im Stande ist sie zu ersetzen, und da die gepriesensten Magenarzneyen, von denen viele beynah allezeit schädlich sind, niemals dem Speichel und den Feuchtigkeiten, welche im Magen abgesondert werden, am Werthe gleich kommen. Man
muß

(h) Année 1702.

muß viel trinken, um sich wol zu befinden; man kann vornehmlich niemals zu viel Wasser trinken, sagen einige Leute, und vielleicht sogar einige Aerzte: Allein das heißt von den Gesetzen der animalischen Oeconomie und von den Wirkungen des häufigen Getränkes sehr schlecht unterrichtet seyn. Die Erschlappung des Magens, die Schwächung der Danungsäße, die Precipitation der Speisen ehe sie verdaut sind, seht, das sind die gewissen Folgen dieses allzugemeinen Mißbrauchs; sie sind mehr oder weniger grösser, je nach der Eigenschaft dieser Getränke. Diejenigen, welche man warm oder laulich nimmt, haben noch eine Gefahr bey sich, die ihnen besonders eigen ist; sie verderben nämlich jenen feinen Schleim, welcher den Magen, die Gedärme, und überhaupt alle hohlen Eingeweide inwendig bedeckt und überzieht, und ihre Nerven vor dem allzu starken Eindruck der Speisen oder anderer Körper, denen sie Durchgang verstaten, verwahrt. Wenn dieser Schleim durch das unaufhörliche Geschwemme eines laulichten Getränkes, das gemeinlich noch scharfe Bestandtheile bey sich führt, welche seine Gefahr vermehren, einmal weggespült ist, so erfahren die entblößt-liegenden Nerven nach dem Essen lebhafteste Schmerzen, wo man nicht besonders aufmerksam ist die sanftesten Speisen zu wählen: Die Gedärme, entblößt wie der Magen, verursachen die lebhaftesten Colikschmerzen; das Uebel verbreitet sich bis zu den innern Membranen aller kleinen Gefäße, und die Nerven, aller Orten gereizt, erlangen jene Beweglichkeit, welche das Unglück so vieler Leuten ausmacht.

S. 71.

Die Gefahr dieser Getränke wird, wie schon gesagt, durch die Eigenschaften der Pflanzen, womit sie angefüllt sind, um vieles vermehrt. Die allerschädlichste, wenn man einen östern und häufigen Gebrauch davon macht, ist unstreitig der Thee, den wir seit ungefehr zweyhundert Jahren aus China und Japan bekommen, und welcher die Schleichkrankheiten in denen Ländern, wo er sich eingeschlichen, so gewaltig vervielfältiget hat, daß man mit leichter Mühe urtheilen kann, wenn man auf die Gesundheit der Einwohner einer Stadt Achtung giebt, ob sie Thee trinken oder nicht; und eine der größten physischen Wohlthaten, die dem ganzen Europa begegnen könnte, würde das allgemeine Verbot der Einfuhr dieses verächtigten Blattes seyn, in welchem man kein anderes wesentliches Principium antrifft, als ein scharfes und äzendes Salz mit einigen adstringirenden Theilchen (i), welche dem Thee, wenn er stark ist,

oder

(i) Ein sehr erfahrner Rechtsgelehrter erwies mir die Freundschaft, nachdem er die erste Auflage dieses Werkes gelesen hatte, mir einen sehr höflichen Brief zuzuschreiben, worinne ich eine wichtige Beobachtung fand, welche er mir erlaubt hat dem Publicum mitzutheilen, dem sie sehr nützlich werden kann. „Im Jun. 1765. verspürte ich einichs Brennen beym Harn-laffen, welches mit mir unbekanntem Schmerzen begleitet war. Die umständliche Beschreibung, die ich dem Herrn Dr. . . . davon machte, beehrte mich, daß ich das Gries hätte, und er verordnete mir Pillen von Serpentin und eine Infusion von der americanischen Grieswurzel
„und

oder lange gezogen hat und erkaltet ist, einen styptischen Geschmack mittheilen, der die Zunge ein wenig angreift, aber,
in

und von Süßholz. Der Gebrauch dieses Arzneimittels trieb Stückgen von kleinen Steinen von mir ab, wie Stücke, die da zu gedient haben, einen kleinen Kern einzuschließen, deren eine Seite concav, die andre convex war, und welche Ecken und Winkel hatten &c. Ihr Durchgang war zuweilen sehr schmerzhaft, am öftersten aber erweckte er nur eine sehr geringe Empfindung. Ich war gewöhnlich hartleibig: Allein gegen dem Ende des Novembers verursachte mir der Gebrauch dieser Arzneimittel einen Stulzwang, der mich greulich leiden machte. Herr verbot mir alle Arzneimittel, verordnete mir Clystiere &c. Nachgehends fragte ich den Herrn Dr. um Rath, dieser verordnete mir Pillen von Seifen und noch andere Arzneimittel; der Stulzwang erfolgte wieder. Ich hatte in der allgemeinen Weltgeschichte gelesen, daß die Chineser weder den Stein noch das Gries kannten, und daß man dieses dem öftern Gebrauch des Thees zuschrieb, den sie ohne einige Vermischung als ein kaltes Getränk brauchten; ich probirte es mich nach dieser Vorschrift zu richten. Vorher hatte ich keinen Thee getrunken; dieses Getränk war mir also ganz neu. Ich nahm eine Viertelunze guten Japanesischen Theebou, goß einen großen Kessel siedenden Wassers darauf, und ließ die Infusion erkalten. Nachher goß ich das klare davon ab, und nahm des Morgens drey Tassen ein, ungefähr je eine Stunde von einander; zwey nüchtern, eine nach dem Frühstück, eine vierte zwey Stunden nach dem Mittagessen. Den ersten Tag war die Wirkung nur allein eine grössere Menge von Harn; aber den
zweiten

in dem warmen Wasser versäuft, seinen schlappmachenden Wirkungen nicht zuvorkommt: Diese sind so offenbar kenntlich,

K

Daß

„Zweyten Tag giengen des Morgens zwölf grosse Stücke, ein Keru
 „in der Grösse einer Erbse und kleiner Sand von mir ab, und, was
 „mir am meisten Vergnügen machte, der Gebrauch des Thees ver-
 „schafte mir einen Stulgang wie bey der vollkommensten Gesund-
 „heit. Ich habe seither dieses Getränk fortgesetzt, jedoch mit ei-
 „nigen Zwischenräumen, zuweilen von acht Tagen, den vergange-
 „nen Sommer sogar von einem Monat; die Wirkung ist beständig
 „die nämliche geblieben; und, weit entfernt dem Magen zu scha-
 „den, habe ich bessere Eßlust, ich dāue besser, ich schone mir in
 „Ansehung der Lebensordnung ohne Sklaverey; ich trinke weissen
 „la Cote-Wein mit drey Viertel Wasser, und am gewöhnlichsten
 „habe ich an einem mittelmäßigen Glas voll für eine Mahlzeit ge-
 „nug; keinen Käse, nichts Gesalzenes &c.

„Binnen zween Monaten habe ich meine sieben und siebenzig Jahre
 „vollendet. Es braucht sehr wenig, mir einen oder zween
 „häufigere Stulgänge zu verschaffen: Vor dem Gebrauch des Thees
 „war eine leichte Infusion von Engelsfüßwurz, kalt getrunken, zu
 „diesem Endzweck genugsam; ich gebrauchte sie vornehmlich, wenn
 „ich den Schnuppen hatte, und befand mich wol dabey.

„Ich bin darum so umständlich in meiner Beschreibung, damit Sie
 „im Stande seyn ihre Muthmassungen zu machen, warum der
 „gleiche Gebrauch des Thees bey andern die es versucht haben
 „nicht die gleiche Wirkung gethan hat; velleicht erforderte es eine
 „andere Dosis &c. velleicht haben sie nicht Gedult genug ge-
 „habt.

„Den

Daß ich zum öftern sehr starke und gesunde Männer gesehen habe, denen etliche Tassen Thee, nüchtern getrunken, Blödigkeiten, Gähnen, Uebelbefinden verursachten, welche einige Stunden anhielten, und die sie zuweilen den ganzen Tag über empfinden mußten. Ich weiß, daß diese schlimme Wirkung nicht auf jedermann so sehr merklich ist: Ich kenne einige Personen, die sich sehr wol befinden und doch täglich Thee trinken, allein sehr mäßig; zudem beweisen die Beispiele etwelcher Glücklichen, die einer Gefahr entwischen, niemals, daß die Gefahr nicht wirklich vorhanden sey.

§. 72.

Der Caffee läßt sich mit dem Thee nicht in die gleiche Classe stellen, da ihre Wirkungen nicht die gleichen sind. Obgleich der Caffee ein warmes Getränk ist, so schadet er dennoch in dieser Eigenschaft weniger, als vielmehr wie ein mächtiges Stimulans, welches durch sein bitteres und aromatisches Del die Fasern heftig reizt. Dieses Del, verbunden mit einem sehr verdaulichen und nahrhaften Mäle, würde ihm eine vorzüg-

„Den vergangenen Monat hab ich eine zu dreym Malen wiederholte
 „Erfahrung gemacht, Zucker in meinen Thee zu thun; er trieb
 „mir den Harn ab, und machte mich zu Stule gehen wie gewöhnlich,
 „aber ohne das geringste von Gries oder Stücke von
 „Stein.“

Diese Beobachtung, aus der man Vortheil ziehen kann, widerspricht keineswegs, so wenig als der Gebrauch, den die Chineser vom Thee machen, demjenigen, so ich vom Mißbrauch, den man in Europa davon macht, anführe.

zügliche Stelle in den Apotheken, oben an bey den bittern Magenarzneyen verdienen, unter welchen er die angenehmste und eine von den wirksamsten seyn würde: Allein eben dieses sollte seinen gewöhnlichen Gebrauch, welcher wahrhaftig verderblich ist, verbannen machen. Diese tägliche Reizung der Fasern des Magens verderbt endlich ihre Stärke; sein Schleim geht verlohren, die Nerven werden gereizt, sie erlangen eine außerordentliche Beweglichkeit; die Kräfte nehmen ab, und man verfällt in Schleichfieber und in eine Menge von Uebeln, deren Quelle man sich nur allzu oft zu verbergen sucht, und welche um so viel schwerer zu heben sind, als diese mit einem Del verbundene Schärfe nicht nur die flüssigen Theile anzustecken, sondern sogar den Gefässen selbst anzukleben scheint. Wenn man ihn nur selten trinkt so macht er frölich, zertheilt die schleimigte Materie im Magen, belebt desselben Bewegung, zerstreut die Schwere und Schmerzen des Kopfes welche von der Unordnung der Dauung herkommen, läutert sogar die Begriffe und schärft den Geist, wenn wir den Gelehrten glauben sollen: Auch machen sie starken Gebrauch davon. Allein trank ein Homer, ein Thucydides, Plato, Xenophon, Lucrez, Virgil, Ovid, Horaz, Petron, ja ich darf sogar kecklich sagen ein Corneille und Moliere, deren Meisterstücke die Wollust der spätesten Nachwelt ausmachen werden, tranken sie Caffee? Die Milch vermindert zwar den Reiz den der Caffee veranlaßt ein wenig, hebt aber alle seine schlimme Wirkungen nicht auf; diese Mischung hat sogar welche die ihr eigen sind. Ueberhaupt sollten Kluge Ge-

lehrte den Caffee für ihr Lieblings-Arzneymittel aufbewahren, und niemals ihr alltägliches Getränk daraus machen. Diese Gewohnheit ist um so viel gefährlicher als sie in kurzem in ein Bedürfnis ausartet, dem wenige Stärke genug haben sich zu entziehen. Man weiß daß man sich vergiftet, aber das Gift ist angenehm und man verschlingt es.

§. 73.

Die Auswahl der Luft würde annoch von der größten Wichtigkeit seyn. Sie wirket auf die Seele wie auf den Leib: Eine gesunde Luft, sagte Hippocrates (k), giebt Verstand; die Beotische und die Thracische machten den Geist plump,

Beotum in crasso jurares aere natum.

die Athenische machte ihn durchdringend; und Plato sagt, Minerva habe diesen Ort erwählt, die weisesten Männer daselbst zu auferziehen (1). Die Gelehrten sollten, so viel es immer in ihrer Macht stünde, eine gemäsigte, reine und trockene Luft wählen, welche vortreflich für die Lungen ist, den Kreislauf befördert, und den Fasern Stärke giebt: Eine kalte und dabey trockne Luft ist zu ertragen, aber eine feuchte Luft ist äußerst gefährlich; sie vermehrt die Ungemächlichkeiten der Gelehr-

(k) *De morbo sacro No. 17.*

(1) In seinem Timäus gleich im Anfang. „Vergeßt nicht zu bemerken, sagt er anderswo, daß die Lage der Dertter nicht wenig dazu beynügt die Menschen besser oder schlimmer zu machen. *De legib. lib. 5.*

Gelehrten, macht schlapp, hemmt die Ausdünstung, zeugt Catharren, Gliederreißen, Lähmungen (m). Die Gelehrten sind wie Augustus, und wie alle schwächliche Personen; sie mögen weder die allzugroße Kälte, noch vornehmlich die außerordentliche Hitze ertragen: Diese setzt ihnen sehr zu, weil es nicht so leicht ist sich vor derselben wie vor der Kälte zu verwahren. Milton versiel den Sommer über in eine Mattigkeit, die der Unempfindlichkeit nahe kam. Dodart gedenkt eines jungen Menschen von acht Jahren, dessen Genie sehr frühzeitig war, der während den Hundstagen sein Gedächtniß ganz verlor, und es wieder erlangte sobald die Luft einige Tage lang kühl ward (n); und Lancisi, dieser berühmte Leibarzt der Päbsten Innocentius XI. und Clemens XII. schrieb an seinen Freund Cocchi, er sey wegen der grossen Wärme, wenn kein frischer Wind blase, unfähig zum

R 3

Den

(m) Herr Pellegrini, ein berühmter Arzt und öffentlicher Lehrer der Zergliederungskunst zu Venedig, der eine sehr genaue und zierliche italiänische Uebersetzung des *Avis au peuple* &c. geliefert hat, welcher er einige höchstnützliche Anmerkungen beygefügt, hat eine Beobachtung gemacht, die alle Gefahr der feuchten Wohngemächer beweiset. Eine Frau in der besten Stärke der Jahren, vollkommen gesund, zog sich durch den Aufenthalt in einer feuchten Wohnung allezeit einen Anfall von Schlagfluß zu, der nur in einer trocknen Luft heilte; und dem sie gänzlich vorbeauete, als sie sich entschloß, dieses Gemach niemals mehr zu bewohnen. *Avertimenti al Popolo* p. 44.

(n) Histoire de l'Academie Royale des Sciences, ann. 1705.

P. 72.

Denken und zum Schreiben (o). Große Kälte reizt die Nerven und verursacht Leuten, die sehr bewegliche Nerven haben, Zuckungen; die Gelehrten sollen deswegen das äusserste von beyden ausweichen. Sie sind nicht immer meister den Ort ihrer Wohnung zu wählen: Nicht ein jeder kann nach Baja oder nach Alexandrien gehen, die gesündeste Luft aufzusuchen: Auf dem Lande zu wohnen, wo man am besten denkt und die reinste Luft einathmet, ist den Gelehrten nicht immer am gelegtesten, weil verschiedene Umstände sie zum öftern in den Städten festhalten; aber sie können zum wenigsten sich eine so gesunde Wohnung auswählen, als man sie finden kann; eine Wohnung, welche hoch, recht heiter, im Sommer dem Wind, im Winter der Sonne ausgesetzt sey, die von den Quartieren, in welchen es ungesunde Ausdünstungen giebt, wie zum Ex. von Schlachthäusern, von Fleischbänken, von Gerbereyen ic. entfernt sey. Sie müssen mit grosser Sorgfalt die Luft ihrer Wohnzimmer oft erneuern, und das ist mit einer von den Gründen, welche machen, daß die Camingemächer, wo sich die Luft immer erneuert, gesünder sind, als die Gemächer mit Defen (p): Ein anderer Vortheil der Camingemächer ist noch, daß man in denselben nicht so sehr ausgesetzt ist an die Füße zu frieren, wie in denen mit Defen; und dieses ist höchst wichtig. Wenn sie in einem Defengemache wohnen, müssen sie
sorg-

(o) *Lancisi ad Cacchi*, p. 47.

(p) *Breviter & sine tergiverfatione audeo definire, fessionem multo salubriorem esse ante luculentum focum, quam in hypocausto.*

Plempius de togat. valet. tuend. p. 57.

sorgfältig zusehen, daß der Thermometer nicht zu hoch stehe : Wenn der reaumursche lange auf zwölfen ist , so hat man Ungelegenheit davon ; ist er nur auf zehn Graden , und bleibt man einige Stunden sitzend , so erkalten die Extremitäten. Eilftthalber Grad ist der angemessenste ; niemals darüber ; noch viel lieber darunter. Ich rede hier ganz natürlich von einem Thermometer , der ziemlich weit von dem Ofen entfernt hängt. In den Samingemächern , wenn solche nicht sehr klein , oder das Feuer darinne nicht sehr groß ist , steigt der Thermometer selten über zehn Grade , wenn es aussen gefriert.

S. 74.

Das Frieren an den Füßen , dem man ausgesetzt ist so bald man sich nicht Bewegung giebt und nicht nahe beym Feuer ist , schadet schwachen Temperamenten nicht wenig : Es verursacht ihnen Betäubungen im Haupt , Hals- und Brustschmerzen , hartnäckigte Schnuppen ; es unterdrückt die Ausdünstung , stört die Daurung , verursacht heftige Colicken , und trägt viel zur Vermehrung der Schlassosigkeit bey. Ich habe Gelehrten den Schlaf wieder verschafft , welche die wirksamsten schmerzstillenden Mittel , eine Art von Arzneymittel die für sie beynabe allezeit gefährlich ist , ohne Nutzen gebraucht hatten , indem ich ihnen verordnete alle Abend , vor Schlafengehen , sich die Fußsohlen an dem Feuer so lange zu erwärmen , bis sie einigen Schmerz empfänden. Andere haben sich wol dabey befunden , Tag und Nacht , unten an den Fußsohlen , wenigreizende Pflaster zu tragen. Das G. blüt hat bey den Gelehrten so viel Geneigtheit zum Hirn zu steigen , daß sie kein einziges vernünftiges

tiges Mittel, diesem Zufall zuvorzukommen, hintanzusetzen sollen. Es hat solche gegeben die, damit sie länger arbeiten könnten, so beherzt waren eine in kaltes Wasser getauchte Salvete um das Haupt zu binden, ein gefährlicher Versuch und den ich höchlich mißrath: Sehr wol thut man aber, wenn man gewöhnlich das Haupt bloß oder nur wenig bedeckt hält, dasselbe alle Morgen, wenn die Haare es nicht hindern, so auch die Ohren, das Angesicht und den Hals, mit kaltem Wasser wäscht (q). Wenn man fühlt, daß das Haupt sich auf einmal anfüllt und erhitzt, so ist das beste was man thun kann, man bleibe für einige Augenblicke in der vollkommensten Unbeweglichkeit, so daß man sich nicht einmal erlaube zu reden; nachgehends nehme man ein wenig frisches Wasser, und vornehmlich meide man während einigen Stunden alles Nachsinnen gänzlich aus.

§. 75.

Diese Aufmerksamkeit, welche Leute, die viel studiren, haben müssen, die Feuchtigkeiten unaufhörlich von dem Haupte abzuwenden, soll sie abhalten sich des Nachmittags dem Schlafe zu ergeben, welcher diese Wirkung hervorbringt. Wenn man diese Gewohnheit an sich genommen, wenn man ihr nicht mehr widerstehen kann, so soll man wenigstens denselben so kurz machen als möglich, und dem Augustus nachahmen, den ich den Gelehrten schon einige Male zum Beyspiel vorgestellt habe: Wenn ihn die Lust ankam zu schlafen, ruhete er eine kleine Weile in den Kleidern aus, indem er die Füße bedeckte

(q) *Celsus de medicina, L. 1. c. 4.*

deckte und die Hand vor die Augen hielt (r). Ehe man einschläft, muß man den Halskragen und die Kniebänder auflösen.

§. 76.

Der Gebrauch des Tabacks ist noch ein anderer Mißbrauch, von dem man nicht gedacht hätte, daß die Gelehrten sich ihm ergeben würden. Der Taback, sagt der Canzler Baco, dessen Gebrauch in unsern Tagen eingeführt worden, ist eine Art von Tollkraut, (*Hyosciamus*), welcher das Gehirn verwirrt, so wie der Mohusast (*Opium*). Er wirkt auf unsre Sinnen eben so wie berauschede Getränke; und Leute, die anfangen zu rauchen, sind in dem nämlichen Zustande, wie die, welche zu viel getrunken haben. Wenn nachgehends dieses nicht mehr begegnet, so kömmt es daher, daß man sich ans Rauchen gewöhnt, eben so wie ans Trinken. Wir haben diese Gewohnheit jenen wilden Völkern zu danken, die, weil sie keine andre Beschäftigungen als das Jagen für ihre Bedürfnisse hatten, recht froh über ein Mittel seyn mußten, das sie für die Langeweile des Müßiggangs unempfindlich machte, und ihnen die Zeit tödten half.

R 5

ren

(r) *Sueton. in vit. C. O. August. c. 82.* Von den Ungemächlichkeiten des Mittagschlafs habe ich in einem Schreiben an den Herrn von Zaller geredet, (*Epistola de variolis, apoplexia & hydropo*). Diese schon bey den Alten bekannte Gewohnheit war bey ihnen eine Nothwendigkeit, um während der Hitze des Tages, in sehr heißen Ländern wo man sehr frühe aufstand, auszuruhen.

ren würde man nicht vermuthet haben, daß man dereinst die Gelehrten gewisser Länder, vor den Gefahren dieser Gewohnheit, welche sehr beträchtlich sind, würde warnen müssen; und ich mache mir kein Bedenken, zu behaupten, daß, wenn der Taback nicht allen Leuten schadet, er doch wenigstens dem größern Theil viel schade; jedeneoch den einen weniger als den andern, und daß er für niemanden nothwendig sey. Die Tabackraucher werden auf dieses nicht mehr achten, als die Trunkenbolde auf eine Abhandlung über die Gefahren des Weins: Allein ich werde zufrieden seyn, wenn ich junge Leute, welche noch keine Sklaven davon geworden sind, von dieser Gewohnheit abhalten kann; wenn ich denen, die für die Aufzuehung wachen, über einen Gegenstand die Augen öffnen kann, der bey genauer Untersuchung ihrer Aufmerksamkeit vielleicht würdiger scheinen wird, als sie es bisdahin nicht geglaubt haben. Der Tabackrauch (s), dessen Gebrauch Johann Nicot, französischer Envoye zu Lisabon, wo ich nicht irre, um 1560. in Europa zum ersten eingeführt hat, und zwar nach dem Beyspiel eines Holländers, der aus Florida anlangte, enthält ein überaus scharfes Salz und einen in dem ölichten Theile eingehüllten

(s) Dieser ganze Artikel, der mir hier gar nicht am rechten Ort zu seyn scheint, ist aus meinem Schreiben an den Herrn von Salier, *de variolis, apoplexia & hydropo* hergenommen. Ich hatte ihn bey der ersten Ausgabe dieses Werkes nicht einrücket; da aber der französische Uebersetzer ihn der seinigen beygefügt hat, so bin ich genöthigt worden, seinem Beyspiel zu folgen.

gehüllten betäubenden Schwefel (t). Die Reizung, welche dieses Salz auf die Speicheldrüsen verursacht, durch die Wärme annoch vermehrt, macht den Speichel häufig stießen, der, wenn er in den Magen kommt, bey Leuten, die nicht daran gewöhnt sind, Erbrechen und heftige Bauchflüsse erweckt: Diese Wirkungen hören nach und nach auf; aber dennoch merken die Raucher ziemlich beständig an, daß dieses ihnen den Leib offen hält: Sie sehen die Wirkung für wundernswürdig an, und sie ist es doch nicht mehr als es seyn würde, einen Stulgang nach einer eingenommenen Unze Manna zu haben (u). Ist es wahr, daß dieser bittere und purgirende Rauch zuweilen den Bindelwurm und die andern Würmer abtreibe, wie man es täglich sagen hört? Ich will es eben nicht läugnen, aber ich kenne keine Fälle, die es beweisen; und dieser Vortheil, wenn er wirklich da ist, ist viel weniger gewiß als die andern Ungemache, welche die Folgen dieses nämlichen scharfen Urwesens sind, wovon ein allzugrosser Speichelfluß, und alle die Uebel die er nach sich zieht, die vornehmsten sind. 1. Der Rauch macht nothwendiger Weise den Speichel stießen, und wenn man viel raucht, so kann man diesen Speichel nicht allen niederschlucken; man speyt ihn aus, und nachgehends mangelt er

der

(t) Man weiß, daß das Tabacköl, auf eine Wunde gegossen, ein geschwinde tödtendes Gift ist, obgleich das Auflegen der Blätter zuweilen nützlich seyn kann.

(u) Die purgirende Eigenschaft des Tabacks ist, durch die zuweilen kräftige, anderemal allzuheftige Wirkungen der Clystiere von dem Decoct und von dem Rauch dieser Pflanze, erwiesen.

der Daunung, weil beynah die ganze übrige Zeit keiner mehr abgesondert wird. Die Werkzeuge, an diesen Reiz gewöhnt, verrichten ihr Amt nur unvollkommen wenn er ihnen mangelt; und man sieht, daß die Raucher nicht mehr ausspeyen, sobald sie ihre Pfeiffe weggelegt haben. 2. Die allzu östern Etiche verderben die Kräfte des Magens und der Gedärme, die Esflust wird schwächer, der Magen und die Gedärme werden träge; endlich kömmt die Daunung ausser Ordnung, und die grossen Raucher versinken fast in die nämliche Nebel wie die grossen Trinker. 3. Die Schärfe der Salzen des Tabacks steckt die Säfte selbst an. 4. Da der Tabackbrauch zu vielem Trinken nöthigt, so wird dieses übermäßige Getränk eine neue, mehr oder weniger schlimme Quelle von Uebeln, je nach der Art von Getränke, dessen man sich bedient.

Das narcotische Principium bringt andere noch schlimmere Nebel hervor. Es vermehrt die Unordnung des Magens, so wie alle Anodina; verursacht Unruhe und Schmerzen im Haupte, Schwindel, Bangigkeiten, Schlassucht und Schlagflüsse, wie man nur allzuvielle Beyspiele davon hat. Hieraus sieht man, wie gefährlich man sich betriegt, wenn man raucht um sich vor dem Schlagflus zu verwahren. Ich selbst habe viele Leute gekannt, und von einer noch grössern Anzahl gehört, die von dieser Krankheit hingerast worden, zur nämlichen Zeit, als sie dieses berühmte Bewahrungsmittel gebrauchten, welches ganz gewiß eher ein Schlag-zuziehendes als ein Schlag-verjagendes Mittel ist. Ich kenne nicht einen grossen Raucher, der recht alt geworden sey. De Zeyde betraurte einen gelehrten

lehrten Arzt höchlich, der sich in der Blüthe der Jahren durch einen allzustarken Gebrauch des Tabacks tödtete; und man ist nicht bestürzt, wenn man die Liste der grausamen Krankheiten ansieht, welche von dieser Ursache erzeuget, und von glaubwürdigen Schriftstellern angeführt werden. Van Helmont, Tulp dieser gelehrte Bürgermeister von Amsterdam, und viele andere haben Schlagflüsse von daher entstehen gesehen. Die Aerzte von Breslau führen das gräßliche Beyspiel jener zween Schlesiſchen Brüder an, die, nachdem sie sich ausgefordert, welcher von ihnen am längsten unausgesetzt rauchen würde, beyde vom Schlage hingerast wurden, der eine an der siebzehnten und der andere an der achtzehnten Pfeiffe. Die Abhandlungen der Naturforscher (Naturæ Curiosorum) führen eine fallende Sucht an; De Heyde und Tulp sehr schwere Brustkrankheiten; P. Borelli eine Gelbsucht; der verstorbene Herr Werthof das Podagra; Herr van Swieten äusserst langwierige Krankheiten der Leber; Herr von Haller eine Schwindsucht ic. Ich selbst habe das grausamste Kopfswehe und eine brennende Hitze des Mundes und des Halses auf das Rauchen etlicher Pfeifen Tabacks erfolgen gesehen, welches man zur Vertheilung eines Zahnwehes, das dadurch nur noch heftiger geworden, gebraucht hatte.

So hat also der Tabackrauch gar keinen Nutzen? Wenn ich ihn ohne einige Einschränkung als ein tägliches Vergnügen verdamme, so will ich damit eben nicht sagen, daß er nicht zuweilen als Arzneymittel nützlich seyn könne. Bey Leuten von einem schlappen und feuchten Temperament, kann dieser Rauch,
durch

durch ein langes und dünnes Rohr eingefogen, an dessen Wänden sich das narcotische Del anhängt, wie der Ruß an ein Camin (x), zuweilen die allzuschläfrigen Speicheldrüsen reizen, die Bewegung des Magens und der Gedärme ein wenig beleben, einige Krankheiten, welche von einem allzugrossen Ueberfluß von Wässerigkeit abhängen, vertheilen. Er hat auch zuweilen einen allzugrossen Speichelfluss vermindert, wenn derselbe von einer ausserordentlichen Erschlaffung der Speicheldgänge herrührte, auf welche dieser Rauch wirket, wie die scharfen Magenstärkungen auf einen völlig erschlappten Magen wirken. Mit der Luft die man einathmet in die Lunge gebracht, hat er zuweilen einigen Engbrüstigen Erleichterung verschaffen können, indem er den dicken Schleim, der ihre Luftröhrenäste verstopft, zum Ablösen und zum Auswurf gebracht. Ich habe gelesen, daß er fetten Leuten Linderung verschafft: Geschah es daher, daß er ihre Eflust verminderte, daß er die Bewegung der Fasern ein wenig vermehrte, oder daß er den Säften Schärfe mittheilte? Hofmann hat wahrgenommen, daß er heftige Koliken geheilet; aber er sagt nicht, ob als ein purgirendes oder als ein Schmerzstillendes Mittel?

S. 78.

(x) Die Perser und ein Theil der Türken bedienen sich viele Schuhe langer Pfeifen; sie rauchen sitzend oder auf ihre Weise liegend, und ein Theil des Pfeifenrohrs geht durch ein Gefäß mit Wasser. *Russel. history natural of Alep. p. 82.* Dadurch wird der Rauch ausnehmend sanft gemacht und hat beynabe alle seine Schärfe verlohren; auch läßt er ihnen weder den Geschmack noch den Geruch von Taback zurücke.

§. 78.

Der Schnupstabaß, womit man die Nase alle Augenblicke anfüllt, ist ebenfalls nicht ohne Gefahr. Seine gewisse und beständige Wirkung ist, daß er die Nerven der Nase reizt, und ich sehe nicht ein, was für gute Wirkungen diese Reizung bey einem gesunden Menschen hervorbringen kann. Die stärksten Leute, wenn sie ihn mißbrauchen, haben Schwindel; schwächliche Personen werden so heftig davon geplagt, daß sie Ohnmachten daher bekommen; und ich kenne sehr viele Frauenpersonen, denen eine Prise Tabak, nüchtern genommen, einen Anfall von Vapours verursacht. In die Länge wird der Geruch stumpf, und alle Nerven sogar versinken in eine Art von Erstarrung. Man hat die gefährlichsten Zufälle von einem Klumpen Tabaks, der sich im Magen formirt hatte, entstehen gesehen (y), und ganz neue Beobachtungen lassen mich an der Wahrheit des Vorwurfs, den man dem Tabak macht, nicht zweifeln, daß er nämlich das Gedächtniß schwäche und dem Gesicht schade; ein mächtiger Beweggrund die Gelehrten von seinem Gebrauche abzuschrecken.

§. 79.

(y) *Trilleri Dissertatio de tabaci ptarmici abusu.* Opusc. T. I. p. 221. Dieser gelehrte Arzt hat die Gefahren des Gebrauchs dieses Pulvers sehr bündig erwiesen, welches, wie er sagt, durch einen Königlichen Befehl vom 17. Dec. 1760. in ganz Spanien unter scharfen Strafen verboten worden. Verschiedene andere Potentaten, als der König in Persien, der Türkische Kayser, der Großherzog von Rußland, der Pabst, der König in England, haben schon vormals getrachtet, allen Gebrauch des Tabakes in ihren Staaten zu verbieten.

§. 79.

Dieses sind nun die vornehmsten Beobachtungen, welche man über die Ursachen der Krankheiten der Gelehrten, und über die Mittel ihnen zuvorzukommen, machen kann. Allein wenn die Unordnung einmal so hoch gekommen, daß sie des Bestandes der Arzneykunst bedürfen, so muß man sie nach den Regeln behandeln, welche dieselbe für die Art von Krankheit, womit sie befallen sind, vorschreibt, welche Regeln nicht der Gegenstand dieser Abhandlung sind; dennoch aber muß man auf ihre Lebensart einige Acht haben, welche immer einigen Einfluß auf ihre Gesundheit behält, und eine ihrem Zustand angemessene Auswahl der Arzneymittel erheischt.

§. 80.

So bald ein Gelehrter wahrhaftig krank ist, so ist die erste Verordnung die man ihm machen soll, daß er alle seine Studien gänzlich beyseits lege: So strenge ihm auch dieses Mittel scheinen mag, so unentbehrlich ist es (z); und das heißt in der That ihm einen sehr schlechten Dienst erweisen, wenn man in diesem Fall einige Nachsicht für ihn hat. Er muß vergessen daß es Wissenschaften und Bücher giebt; die Thüre seines Studierzimmers muß für ihn verschlossen seyn, und er muß sich einzig der Ruhe, der Frölichkeit, der Landlust überlassen, und das werden wozu die Natur die Menschen geschaffen

(z) *Difficile est longum subito deponere amorem,*

Difficile est: verum hoc, qua libet, efficias.

Una salus haec est, hoc est tibi pervincendum.

Catull. 82.

fen hat, ein Ackermann oder ein Gärtner: Es giebt nur dieses einzige Mittel, ihn von seinem Nachdenken abzuziehen, und man stellt ihn nicht her, so lange er fortfährt zu meditiren. Wenn man ein Mittel ausfinden könnte, welches ohne Gefahr die Denkkraft überall aussetzte, so würde es das Specificum für die Krankheiten der Gelehrten seyn.

§. 81.

Wenn die Schwachheit ausnehmend groß ist, muß man ihnen zuweilen die Milchcur verordnen, wenn man es nämlich dahin bringen kann, daß sie solche verdauen. Der berühmte *Houdart de la Motte*, dessen Gesundheit immer sehr schwach gewesen, ward genöthigt, eine lange Zeit nur von Gemüse und Milch zu leben (a). Anderemal muß man mit einer äußerst sanfter Diät die Liqueurweine als eine mächtige Herzstärkung vereinigen, wenn nur noch keine Verletzung in der Brust, oder kein Schleichfieber zugegen ist, welches von einer solchen Verletzung herrührt; (denn öfters sind dergleichen Schleichfieber auch die Wirkung einer schwachen Däunung.) Alsdann stillt sie der Wein, indem er dieser Schwäche abhilft. Wasser aus Eis (*à la Glace*), für das gewöhnliche Getränk, ist eine vortrefliche Stärkung, wobey der schwache Magen der Gelehrten sich zum öfters wol befindet.

§. 82.

Die Fiebrerrinde ist in den Entkräftungen, welche die Folge von allzugroßem Fleiße sind, ein unfehlbares Heilmittel: Sie stellt die Däunung wieder her, stärkt die Gefäße, giebt dem

Q

auf

(a) *Année litteraire* 1768. t. I. p. 93.

aufgelösten Geblüt seine Dichte wieder, erleichtert die Absonderungen, und vornehmlich die Ausdünstung; giebt den Nerven Stärke, und hinderhält ihre unordentliche Bewegungen. Einer unsrer geschicktesten Geometern ermunterte, wenn er durch seine Ausrechnungen ermüdet war, seine Lebensgeister dadurch, daß er ein grosses Glas von einem abgekochten Kinkinatrank, das er immer zur Seite hatte, austrank.

Man gebraucht seit einicher Zeit ein neues Holz, das aus Guyane kömmt, und das man das bittere Holz von Surinam oder das Quasiabholz nennt: Es ist sehr leicht und dennoch sehr hart, blaß-gelb, ohne Geruch, aber von einem bittern, sehr durchdringenden Geschmack; noch bitterer als die Chinarinde, und scheint nicht unangenehmer zu seyn. Was ihren wesentlichen Unterschied, sowol im Geschmack als in den Versuchen ausmacht, ist daß das Quasiabholz das adstringirende Principium, welches die China besitzt, nicht hat: Was die Wirkungen betrifft, so haben mich hierüber gemachte Beobachtungen überzeugt, daß dieses neue Holz nielleicht noch vorzüglicher ist als die China, wenn es darum zu thun ist, einem geschwächten Magen wieder Stärke zu geben, die Daurung wieder herzustellen, Blähungen zu zertheilen, Verstopfungen die von Schwachheit herkommen zu heben, welches alles dasselbe für Gelehrte sehr nützlich macht; und daß hingegen die China in allen Fällen wo Fieber, Brand, Eiter, Würmer, Sichter zugegen sind, den Vorzug behält (b).

§. 83.

(b) Herrn Schinz, einem berühmten und erfahrenen Arzte in Zürich, hab ich es zu verdanken, daß er zuerst mich mit diesem vorrefe

§. 83.

Die kalten Bäder, deren Uebereinstimmung mit der China ich anderswo gezeigt habe, sind ebenfalls ein für Gelehrte sehr zuträgliches Mittel: Sie geben dem Magen, den Muskeln, den Nerven ihre Stärke wieder, ja die Seele selbst setzen sie wieder in den Stand neue Beschwerlichkeiten zu ertragen; und ich habe verschiedene junge Leute gesehen, die, wenn sie vom Studiren ermüdet und entkräftet sich ins Bad begaben, sich allezeit, wenn sie herauskamen, eine besondere Stärke der Seele und eine neue Lust zur Fortsetzung ihrer Studien fühlten. Allein man muß nicht warten bis die Schwachheit außerordentlich ist, weil alsdann das Bad mehr böses als gutes stiften würde: Sein erster Eindruck ist, die Feuchtigkeiten auf die innern Werkzeuge zurückzutreiben, und seine gute Wirkung hängt von der Gegenwirkung dieser Organen ab; wenn sie nicht Kräfte genug haben, um entgegen zu wirken, so ist die Wirkung mehr schädlich als nützlich.

Die Alten kannten die guten Wirkungen des Bades so gut, daß sie beynabe keinen Tag, was für Geschäfte sie auch haben

L 2

moch-

vortreflichen Arzneymittel bekannt gemacht. Es macht den Gegenstand einer Abhandlung aus, die sich in dem sechsten Theile der von dem Herrn Linnæus, unter dem Titel *Amantitates academica*, herausgegebenen Sammlung befindet, und ich sehe mit Vergnügen daß sein Gebrauch immer mehr in Schwang kommt. Man hat sich auf die in der ersten Ausgabe dieses Werkens geschehene Anzeige hin desselben mit gutem Erfolge bedient. Auch ist solches nicht so fähig verfälscht zu werden, als die China.

mochten, ohne sich zu baden, vorbegehen ließen. Wahr ist, sie gebrauchten die lauen Bäder sehr stark, allein das geschah aus Gründen die bey den Gelehrten nicht statt haben können: Wenn diese Art von Bädern ihnen zuweilen sehr wol bekommen, so findet dieses in besondern Umständen von Erhitzung, Entzündung, Austrocknung statt; aber überhaupt erfüllen sie die vornehmsten Anzeigen nicht, welche gewöhnlich in den Krankheiten von übermäßigem Studiren vorkommen: Sie vermehrten die Beschwerden des Augustus: Sein Leibarzt Antonius Musa verordnete ihm seiner Schwachheit ungeacht die kalten Bäder; sie bekamen ihm vollkommen wol. Ich selbst bin zu verschiedenen Mahlen von Leuten, die ihre Gesundheit durch Kopfarbeiten zu Grunde gerichtet hatten, um Rath gefragt worden, welche sich durch Nüchternheit, durch Ruhe und vornehmlich durch kalte Bäder, deren Wirkungen sehr merklich waren, wieder hergestellt haben.

§. 84.

Das Reiben ist ein anderes Hülfsmittel, das man nicht verabsäumen soll. Wenn man alle Morgen, im Bette, auf dem Rücken liegend und die Kniee ein wenig erhöht, sich den Magen und den Unterleib mit einem Stück Flanelle reibt, so vermehrt man den Kreislauf in allen Eingeweiden des Unterleibes, man baut den Verstopfungen vor, man vertheilt sogar diejenigen, welche schon angefangen sich zu formieren, man macht die Galle fließen, man erleichtert die Ausleerungen, man stellt die Daunung wieder her. Wenn man den ganzen Leib reibt, so begünstigt man die Ausdünstung und belebt den Kreislauf;

lauf; das Reiben kann denselben auf einen solchen Grad beschleunigen, daß, wenn es stark und lange anhaltend ist, man ein hitziges Fieber hervorbringt; und hiedurch also ersetzt man ein wenig den Mangel der Leibesübung. Die Alten, welche allen Vortheil dieses Gebrauchs kannten, gebrauchten denselben nicht allein als ein Heilmittel, sondern als ein alltägliches Mittel die Gesundheit zu erhalten. Man hatte diese Gewohnheit unglücklicher Weise fast gänzlich verlohren; die engländische Aerzte stengen zu Ende des vorigen Jahrhunderts an, sie wieder einzuführen, und für niemanden ist sie zuträglicher als für die Gelehrten. Doch ehe sie sich ihr bedienen, rathe ich ihnen nachzulesen, was Celsus und Galen über diese Materie geschrieben haben.

§. 85.

Wie nützlich ihnen auch die Heilmittel immer seyn mögen, von denen ich so eben geredet, so sind es die mineralischen Wasser nicht weniger. Es giebt derselben verschiedene Arten: Alle können in gewissen Fällen ihren nützlichen Gebrauch haben; allein diejenigen, welche am allgemeinsten zuträglich sind, welche am gewöhnlichsten durch die ersten Zufälle der Krankheiten der Gelehrten angezeigt werden, sind die einfachen und die eisenhaltigen Sauerwasser (c). Der Urheber der Natur,

L 3

der

(c) Einige Aerzte nennen sie alcalische Wasser, eine Benennung, die dem Namen Sauerwasser ganz entgegengesetzt ist; die eine und die andere sind in der Natur gegründet; allein ich ziehe die Benennung alcalische vor, weil sie durch die Wirkungen dieses Heilmittels gerechtfertigt wird.

der ihnen mächtige Kräfte beygelegt, wollte, daß sie außerordentlich ausgebreitet wären: Es giebt wenig Länder, wo man sie nicht antrifft, wohl aber solche wo sie sehr häufig sind; man entdeckt täglich welche, und unter die wirksamsten zählt man die von Eger in Böhmen, von Tonstein (d) im Erzbistum Cöln, von Seltzer in dem Churfürstenthum Trier, von Pesterthal im Elsaß, von Büßang in Lothringen, von Amphion oder von Evian in Savoyen (e), von Rolle am Lausannersee in einer glücklichen Lage, die welche man in Lausanne selbst antrifft; und um noch stärkere zu nennen, diejenigen von Forges in der Normandie, von Calsabigi zu Pasi, von Ribas in Spanien, von Tonbrigde in England, von Altwasser in Schlessen auf den Gränzen von Polen, von Medewi und von Wicksberg in Schweden, von Schwalbach in Frankenthal, von Spa in dem Fürstenthum Lüttich, von Pyrmont in der Grafschaft Waldeck. Allein die von Seltzer, von Schwalbach, von Pyrmont und von Spa können leicht statt aller andern dienen, und die von Seltzer, von Schwalbach und von Spa sind diejenigen, die am allgemeinsten gebraucht werden; man trinkt sie in ganz Europa. Ihre gewisste Wirkungen sind, daß sie die Verstopfungen der Eingeweide des Unterleibes heben, die Daurung wieder herstellen, den Schlaf wieder bringen, die Ausdünstung erleichtern; hieraus sieht man, wie
 nutz

(d) *Acidule Antonina.*

(e) Anstatt der Sauerwasser von Evian läßt mich der Parisische Uebersetzer die warmen Schwefelwasser von Aix in Savoyen anrathen. Ich merkte diesen Fehler an, weil er gefährlich ist.

nützlich sie für die Gelehrten seyn müssen. Wenn man zu dem Guten, das sie für sich selbst wirken, annoch den Vortheil hinzusetzt, der von der Unterlassung aller Arbeit herkömmt, von der freyen Luft die man einathmet, von der Bewegung die man sich giebt, von der Diät die man beobachtet, so wird man leicht die wunderwürdigen Curen begreifen können, die sie zu Stande bringen; und vornehmlich, wenn man sie an dem Ort selbst gebraucht; einestheils weil sie daselbst allezeit stärker sind, anderntheils weil die Reise, die Abwechslung der Gegenständen, die Zerstreuung, so viel Gutes wirken als die Wasser selbst; und man weiß, daß nur allein Reisen, die von Gelehrten wegen Besichtigung entfernter Bibliotheken unternommen worden, sie von der Hypochondrie, der sie unterworfen waren, geheilt haben. Dennoch müssen sie, ehe sie mit einem aufgeklärten Arzte darüber geredt haben, niemals solche Wasser gebrauchen; je wirksamer sie sind, desto schädlicher können sie werden, wenn man sie zur Unzeit oder schlecht gebraucht. Der gelehrte *Morhof* versiel in einem ziemlich hohen Alter in eine *Cacoehymie*, die eine Folge von Verdruß war, wollte die *Pyrmontischen Wasser* wider das Einrathen seines Arztes gebrauchen, und starb auf seiner Rückreise (f).

§. 86.

Wenn die Gelehrten von irgend einer hitzigen Krankheit befallen werden, so soll man nicht vergessen, daß der Kranke, den man zu behandeln hat, ein Gelehrter ist, und selten die Stärke besitzt, welche man bey Leuten aus andern Classen an-

(f) *Behrens Solent, dietetic. p. 480.*

trifft. Es ist schon angemerkt worden, daß sie den Entzündungskrankheiten, welches die Krankheiten starker, vollblütiger, wolbelebter Männer sind, weit weniger unterworfen sind, als den Fäulungskrankheiten, welche die Folge von schlechter Daurung und von Verstopfungen der Eingeweide des Unterleibes sind. Auch ist ihnen das Aderlassen weniger zuträglich als das Burgiren (g): Das erstere stürzt sie plötzlich in Entkräftung, und ich habe wahrgenommen, daß, wenn irgend eine unabweichlich nothwendige Ursache nöthigte, Gelehrten zur Ader zu lassen, welchen das Studiren die Gesundheit schon in Unordnung gebracht, sie beynahe allezeit Zufälle von der Nerven-Hypochondrie verspürten. Man schrieb den Tod des *Cassendi* Aderlassen zu, welche ihm alsobald seine Kräfte raubten. Herr *Gesner*, öffentlicher Lehrer der Naturwissenschaft in Zürich, einer von den Männern, die der Schweiz am meisten Ehre machen, blieb, nachdem man ihm in der Blüthe seiner Jahre, um eines leichten Fiebers willen, in Paris viel Blut weggelassen hatte, mehr als sechs Monate in einer Mattigkeit, von der er sich mit grosser Mühe kaum erholte (h). Ein anderer Arzt von meinen Freunden erzählte das nämliche Schicksal; und alle Aerzte, die in gelehrten Städten die Arzneiwissenschaft ausüben, haben ganz gewiß Anlässe gehabt, sich von dieser höchst wichtigen Wahrheit zu überzeugen: Die schlimmen Wirkungen einer übelangebrachten Aderlässe, bey einem schwächlichen Menschen, werden nicht so geschwind wieder ersetzt als man etwa denken möchte.

§. 87.

(g) *Ramazzini* p. 656. (h) *Vita Gesneri* p. 2.

§. 87.

Die Purgirmittel dringen weit besser auf den Grund der feberischen Krankheiten der Gelehrten, als die Aderlässen: Sie sind eines von den Heilmitteln, die bey ihnen auf die glücklichste Weise wirken, und schwerlich endet sich ihre hitzige Krankheit wol, so lange sie nicht ausgeführt sind. Auch ist dieses ihr Lieblingsmittel, dem sie sehr ergeben, und das sie sogar in gesunden Tagen zu mißbrauchen geneigt sind. Die Verstopfung, der sie unterworfen sind, verursacht ihnen Ueblichkeiten, davon sie nur durch einige Stulgänge entlediget werden, und Arzneymittel, die ihnen diese Wohlthat verschaffen, dünken ihnen ausnehmend nützlich; und in der That würde es gar nicht schädlich seyn, sich derselben zuweilen zu bedienen, wenn sie nur ein sanftes und stärkendes Purgirmittel auswählen. Der Canzler *Baco* empfiehlt ihnen die Rhabarber, die er mißbrauchte (i), und der ich die Aloe vorziehe, welche schon *Celsus* angerathen hat, und unter allen Purgiermitteln dasjenige ist, welches der Daurung am wenigsten schadet; solches scheint die Wirkung von Seife zu haben und die Galle zu ersetzen, deren Kräfte

L 5

te

(i) Non possum probare inlilitatum *Verulamii*, qui, ut in ipsius vita traditur, sex aut septem diebus ante cibum rhabarbaro usus est, ut immune corpus excrementis redderet. Satius fuisset, si, correctâ paulatim victus ratione, ab omni remedio abstinisset. Sic enim excrementis, ipsoque adeo remedio purgante, toties assumendo, facile carere, vitamque haud dubie longius producere potuisset. *J. G. Bergerus de commodis vite febricæ* §. 25.

te öfters bey den Gelehrten verlohren sind. Wenn die Galle im Gegentheil allzu scharf geworden, welches unaufhörliche Coliken bey ihnen erzeuget, weil die Nerven beständig gereizt werden, so muß man die allergeleindesten Laxiermittel gebrauchen, und das frisch ausgezogene Casienmark ist unter allen das zuträglichste. Auch der Cremor Tartari ist in solchen Fällen sehr oft nützlich. Sie mögen aber gebrauchen welches sie immer wollen, so kann ich sie doch nicht genug vor der Gefahr des allzu öftern Gebrauches warnen: Dieses öftere Purgieren gewöhnt den Leib daran, daß er nicht genährt und daher geschwächt wird; zudem werden die Gedärme je länger je träger, und endlich hört ihre Verrichtung gänzlich auf; der feine Schleim, der sie innwendig bekleidet, geht weg, und läßt die Nerven entblößt, welches heftigen und öftern Coliken aussetzt, die zu einer sehr sanften Lebensordnung nöthigen, von der man nicht im geringsten abweichen kann, ohne die grausamsten Schmerzen zu leiden.

§. 38.

So bald die Gelehrten Fieber haben, muß man auf ihr Gehirn aufmerksam seyn; dasselbe geräth sehr leicht in Unordnung, und das leichteste Fieber stürzt sie zum öftern in eine Verwirrung, die um so viel gefährlicher ist, als sie die Wirkung der Nerven auf den Körper vermindert; und diese Verminderung vermehrt die Schwachheit und stört die Abfälle der Krankheit, die immer um so viel schlechter von statten gehen, als die Nerven in größerer Unordnung sind. Die Nerven der Gelehrten leiden, so bald dieselben ein wenig krank sind; so-
gleich

gleich haben sie Kopfwegen; die Helle, das Geräusch, die Gesellschaft, alles ermüdet sie, und ich habe zu verschiedenen Malen einen einfachen Anfall von täglichen Fieber mit Schwachheit und Zufällen begleitet gesehen, die einen, der ihre wahre Ursache nicht kennt, im Stande waren zu erschrecken, und die man für Zufälle von Bösartigkeit ansehen konnte.

§. 89.

Die Erholungen gehen immer langsam von statten, die Rückkehr der Kräfte besglichen; absonderlich empfindet der Geist den Einfluß der Krankheit, und ich habe nicht einen Gelehrten gesehen, der sich in diesen Umständen nicht über sein Gedächtniß und über eine Schwachheit des Kopfes beklagt hätte, die auf seinem Gesicht durch ein Aussehen von Blödsinn ausgedrückt war. Wenn sie so unvorsichtig sind, ihre Beschäftigung wieder vor die Hand zu nehmen, ehe sie vollkommen hergestellt sind, so bereiten sie sich selbst die verdrüßlichsten Uebel; der Kopf, die Augen, der Magen werden zuerst gestraft, und alle Verrichtungen müssen es mit empfinden. Die Wirkung der Anstrengung des Geistes auf die Nerven ist so deutlich, daß ich mehr als einmal gesehen, wie das Nachdenken, oder auch nur ein aufmerksames Lesen die Wirkung der Purgirmittel verhinderte. Wenn sie ihre Erholung vernachlässigen, so setzen sich die Gelehrten der Gefahr aus, ihre Gesundheit niemals wieder völlig zu erlangen, und sich zu jeder wichtigen gelehrten Unternehmung untüchtig zu machen. Das heißt wol schlecht gerechnet, wenn man das Wol seines Lebens dem Vergnügen, sich einige Tage früher dem Gegenstand seiner Lei-

denſchaft zu überlaſſen, aufopfert: Allein die Leidenschaften calcu-
culiren niemals, und die Leidenschaft für die Wiſſenſchaften
iſt vielleicht die blindſte von allen. „Sie zerſtört, ſagt Ares-
tãus alle andern; die Liebe zum Vaterland, die kindliche,
die brüderliche, ja ſo gar die Liebe ſeines eigenen Daſeyns.
Und, ach! was zerſtört ſie nicht? (k)

Was die Gelehrten Genesenden am meiſten ermüdet, das
ſind die Schlafloſigkeiten. Es koſtet ihnen weit mehr Mühe den
Schlaf wieder zu erlangen als andern Kranken: Zuweilen ha-
ben Liqueurweine in dieſem Falle eine ſehr gute Wirkung, vor-
nehmlich bey denen, die an dieſen Gebrauch nicht gewöhnt ſind.
Sie wirken wie die ſchlafenmachende Arzneyen und haben ihre
Gefahren nicht; im Gegentheil ſie ſtellen die Kräfte des durch
ſauſichte Getränke, welche die Krankheit nothwendig gemacht
hatte, geſchwächten Magens wieder her; ſie rufen die Kräfte
wieder zurück und erheben den Muth.

§. 90.

Wie viel Sorgfalt die Gelehrten auch immer für ihre Ge-
ſundheit haben müſſen, ſo höchſtwichtig iſt es dennoch, daß ſie
ſich nicht zu Sklaven dieſer Sorgfalt machen. Man beſchul-
digt ſie, ſie nehmen ſehr leicht Gewohnheiten an ſich; und ei-
ne ſtrenge Gewohnheit iſt eine wahre Knechtschaft. Ich habe
Gelehrte gekannt, die ihrer Lebensordnung ſo ſehr unterthan
waren, daß ihr Geiſt in der vollkommenſten Abhänglichkeit des
Leibes ſtand. Und was ſoll man von einem Menſchen den-
ken, den die aufgeschobene Stunde der Mäßigkeit, die verän-
derte

(k) De Sign. & caul. diuturn. morbor. L. II. C. 6.

berte Wärme der Stube, die verrückte Stunde seines zu Bettegehens oder seines Aufstehens, zu allem untüchtig macht? Newton gewöhnte sich frühe, leicht bekleidet zu seyn, um sich dadurch an jede Witterung, und an jede Temperatur der Luft zu gewöhnen, ohne davon Ungelegenheit zu verspühren. (1) Ich erinnere mich vor vielen Jahren ein Werk gelesen zu haben, worinne man beweisen wollte, daß die Gelehrten sich alle Bequemlichkeiten verschaffen sollen. Ein Mensch der leidet ist freylich außer Stande mit Aufmerksamkeit zu arbeiten; allein die wahre Art für die Gelehrten, sich ihre Bequemlichkeit zu verschaffen, ist, daß sie sich gewöhnen alle ihre Bedürfnisse einzuschränken.

S. 91.

Nun hab ich, so gut als es mir möglich war, die Ursachen, die Zufälle, die Verwahrungsmittel, die Heilmittel der Krankheiten, welche ein allzugrosser Fleiß hervorbringt, auseinandergesetzt; dennoch finden Sie, meine Herren, daß meine vorge setzte Arbeit noch nicht vollkommen ist, und Sie erkennen, daß ich das tüchtigste Mittel zur Erhaltung der Gesundheit auffer gelassen, jene Zufriedenheit des Geistes welche die Reinigkeit der Sitten giebt; Die gute Ausführung ist die Mutter der Frölichkeit, und die Frölichkeit die Mutter der Gesundheit; der Gelehrte findet seine Lehre in Sorazens Merkmalen des glücklichen Mannes,

Mens conscia recti in corpore sano.

Weise und gelehrt sind lange Zeit gleichbedeutende Worte gewesen, und man lernte die Tugend und die Wissenschaft in den

na. n.

(1) Dick. des Hommes illust.

nämlichen Schulen; ein Gelehrter ohne Sitten war ein unbekanntes Geschöpf,

Quid Musæ sine moribus vana proficiant?

Man verachtete Leute, die, unaufhörlich mit der Erforschung des schönen und guten beschäftigt, das gute sehen und das böse thun, und sich hiedurch des sanftesten aller Vergnügens, der Erinnerung einer guten Handlung berauben, deren Wirkungen, gleich denen Wirkungen aller angenehmen Empfindungen, sind, daß sie allen Berrichtungen eine Stärke, eine Leichtigkeit, eine Regelmäßigkeit mittheilet, welche die Grundsäulen einer dauerhaften Gesundheit ausmachen; da im Gegentheil die Traurigkeit, die unfehlbare Frucht der Gewissensbisse, die Fasern in Erschlappung stürzt, die Verdauung stört, die Kräfte verzehret und zur Auszehrung führet. Ich erinnere mich nie ohne außerordentliche Bewegung, der Beängstigungen einiger Leute, die, weil sie die Gaben die sie empfangen hatten gemisbraucht, den Augenblick, der einer so übel vollführten Laufbahn ein Ende machen sollte, mit einem schwer zu beschreibenden Schrecken herannahen sahen; und mit dem innigsten Vergnügen denke ich gegentheils an das sanfte und trostvolle End jener ehrwürdigen Personen, die, nach der Anweisung des Plinius, ihr ganzes Leben durch gelebt hatten, wie man sich vornimmt zu leben, wenn man sehr krank ist, und die bis ans Rand des Grabes, in einem hohen Alter, die Süßigkeiten eines unbesleckten Gewissens, die Lebhaftigkeit ihrer Sinnen, und die Stärke ihres Geistes genossen haben. Der berühmte Geschichtschreiber Paul Jovius fragte voll Bewunderung den Nicol. Leonice ni, einen der berühmtesten Gelehrten des fünfzehnten

ten Jahrhunderts, durch was für eine geheime Kunst er neunzig Jahre lang ein untrügliches Gedächtniß, vollkommene Sinnen, einen geraden Körper und eine starke Gesundheit erhalten habe? Dieser Arzt gab ihm zur Antwort, daß sey die Wirkung der Unschuld der Sitten, der Ruhe des Geistes und der Nüchternheit (m).

§. 92.

Es würde ohne Nutzen seyn, hierüber noch umständlicher zu werden. Ich will desnachen mit einer Anmerkung endigen, die vielleicht nothwendig seyn möchte, um einem sophistischen Einwurf zuvorzukommen, den man aus diesem Werk herausziehen könnte. Es legt dasselbe eine Abschilderung der Uebel vor Augen, welche eine übermäßige Begierde nach dem Studiren erzeuget; allein man muß sich hüten daraus den Schluß zu machen, als ob ich die Studien für gefährlich ansehe, und als ob ich davon abwendig machen wolle: Diese grosse Frage ist noch unentschieden, und ich bin weit davon entfernt, mich in diesen berüchtigten Proceß hineinbegeben zu wollen. Wenn es auch wahr wäre, welches ich aber nicht glaube, daß sie zum Glücke der ganzen Gesellschaft überhaupt betrachtet nichts beitragen, so wird man doch, nach meinem Sinn, nicht läugnen können, daß die Wissenschaft nicht das Glück desjenigen vermehret, der sie besizet, wenn er sie nicht auf Unkosten seiner Pflichten oder seiner Gesundheit erworben hat (n). Wenn ich

Durch

(m) *Vividum, inquit, ingenium perpetua vite innocentia, salubre vero corpus hilari frugalitatis presidio facile tuetur. Petr. Castellani vite Medic. Sc. Leonicensi* ward in 1428. zu Vicenza geboren, und starb zu Ferrara in 1524. nachdem er die Arzneykunst mehr als sechszig Jahre lang daselbst gelehrt und ausgeübt hatte.

(n) *Adolescentiam alunt, senectutem oblectant, secundas res ornant, adversis solatium præbent; delectant domi, non impediunt foris, pernoctant nobiscum, peregrinantur, rusticantur. Cicero oratio pro Archia.*

durch viele Beispiele die Gefahr des allzufrühzeitigen Studirens gezeigt, so wollte ich damit nicht behaupten, man müsse die erste Kindheit in einem gänzlichen Müßiggang lassen; das ist meine Meynung nicht. Ich halte die Kinder für fähig, ohne böse Folgen, schon in den ersten Jahren ihres Lebens einige Kenntnissen zu erwerben (o); aber ohne Zweifel müßte man es anders anstellen, als man bisdahin gethan hat: Vornehmlich scheint es mir äußerst wichtig zu seyn, daß man schon bey der allerersten Erziehung sein Augenmerk auf den künftigen Beruf richte: Die Erziehung junger Leute die man den Studien bestimmt, sollte von derjenigen verschieden seyn die man jungen Leuten von andern Classen giebt, und der erstern natürliche Gaben sollte man in der Jugend am meisten schonen. Von zehn Kindern von neun Jahren die zu verschiedenen Beruffen bestimmt sind, wünschte ich, daß dasjenige, welches man den Wissenschaften widmet, das ungelehrteste wäre: Im zwölften Jahre, in dem Alter wo *Pascal* und *Newton* noch kein Latein verstanden, würde es anfangen den Vorzug zu gewinnen, im sechszehnden würde der Unterscheid ungemein groß seyn. Wenn ich diejenigen tabelte, welche sich den Studien mit Leidenschaft überlassen, so hatte ich die nicht im Gesichte, welche die Wissenschaften auf eine kluge Weise üben; und so wie man sich den verdrießlichsten Uebeln aussetzt, wenn man der Liebe zu den Wissenschaften gar alles aufopfert, so setzt man sich der Schande aus, wenn man in einer gänzlichen Unwissenheit bleibt. Als der *Yuca Atabaliba* die Unwissenheit des *Fr. Pizarre* entdeckt hatte, faßte er eine unüberwindliche Verachtung für ihn; nach meinem Sinn ein fürtreflicher Beweis für die Nothwendigkeit der Erziehung.

(o) *Quamlibet parum sit, quod contulerit aetas prior, majora tamen aliqua discet puer eo ipso anno, quo minora didicisset. Hoc per singulos annos prorogatum in summam proficit: Et quantum in infantia praesumptum est temporis, adolescentiae acquiritur: Quintilianus de instit. orat. lib. i. cap. i.*



direns
die er
meine
se Fols
missen
rs an
es mit
Erzie
Erzie
te von
ndern
an in
neun
inschte
dmet,
er wo
würde
würde
tabel
so hat
n auf
ichsten
en gar
man in
b a l i
afte er
Sinn
ng.

tamen
oc per
infan
noti

