

(a) daß selbst das Weinen eben wie das Zurückhalten des Athems hiezu merklich helfen könnte, indem beides eine Leibesübung abgäbe.

Außerdem hatten sie eine Menge anderer Spiele, als Cricilasia, Trochus, Petaurus, Pilamalleus und dergl., die alle dasselbige nemlich die Leibesübung zur Stärkung des Körpers zu befördern, zur Absicht hatten, wovon ich aber hier nichts weiter sagen darf. Sie können selbige ausführlicher beschrieben beim Mercurial finden. (b)

Nächstens ein mehreres; bis dahin bin ich ic.



Fünfter Brief.

Ich habe Ihnen in meinem vorigen Briefe von derjenigen Gymnastik der Alten geredet, wobei die Bewegungen vom Menschen allein abhängen: Es bleibt mir also, wenn ich meinem Versprechen Genüge leisten sol noch übrig von derjenigen Gymnastik der Alten zu reden, wozu der Mensch noch außer ihm andere Hülfe braucht.

(a) 5. Polit. Cap. ult.

(b) De arte Gymnastica Lib. III. Cap. VIII.

brauchte. Hierin hat bei den ältesten Völkern das Reiten, als die edelste Bewegung, wol den ersten Platz immer behauptet. Plato sagt, sie wäre jedem freien Menschen die anständigste. Wie sehr die Alten sich bemüheten, Data zu erhalten um über den Werth der Pferde urtheilen zu können, erbeller daraus was Galen sagt, (a) daß nemlich verschiedene Iso gar den Mist der Pferde untersucht und berochen hätten, um daraus den inneren Werth und die Beschaffenheit der Pferde bestimmen zu können.— In der mediz. Gymnastik erwartete man vom Reiten einen großen Nutzen. Sueton erzählt, daß Germanikus, ein Enkel des Kaiser Tiberius, auf geschwebenes Anrathen der Aerzte, durch's Reiten vom Schwinden der Weine wäre genesen worden.

Nach dem Reiten ward wol das Fahren von den Alten am höchsten geschätzt. Zuerst war die Art zu Fahren ganz einfach, und zwar nur in Wagen mit zweien Rädern: Plinius sagt am angef. Orte daß die Phrygier zuerst angefangen hätten in vierräderichten Wagen zu fahren. Und Hippokrates thut von sechsräderichten Wagen Erwähnung, welche bei den Scythen in Gebrauch gewesen seyn sollen. (b) Nach und nach schlich sich hier ein gewaltiger,

ja

(a) 7. Method.

(b) De aere, aquis & locis.

ja unglaublicher Luxus ein, der, wie überall den wohlthätigen Einfluß sehr verminderte, und nicht selten völlig unmöglich machte. Bei dem allen ward aber doch immerhin das Fahren sehr zur Stärkung des Leibes, fürnemlich aber bei siechen Körpern von den ältesten Aerzten angerathen: Sie gaben dieserhalb eine Menge Vorschriften, wo; in welcher Gattung von Wägen; wie lange; wie geschwind u. s. w. der Schwache gefahren werden sollte.

Auch wurden in den alten Zeiten zur Beförderung der Gesundheit und Stärke, Wassersparten vorgeschrieben, von deren Nutzen Aristoteles unter anderen bemerket, daß diejenigen welche viel zu Schiff fähren, eine viel gesündere und röthere Farbe hätten (a) Avicenna und Plinius nennen einige Krankheiten welche dadurch wären genesen worden. Sie machten aber einen großen Unterschied; ob jemand zur See; oder auf den Flüssen, in großen oder in kleinen Schiffen, in Ruderschiffen oder mit Seegeln, und zwar bei heftigem oder gemäßigtem Winde fahren sollte.

Ich komme jetzt auf's Schwimmen, welches in hohen Ehren gehalten wurde. Die Alten schätzten nemlich jedes Mitglied des Staats mehr oder weniger, nachdem es mehr vermögend

(a) 14. partic. probl. 12.

gend war dem Staate nützlich zu seyn, und zu dessen Vertheidigung im Fall der Noth, vieles beitragen zu können. Je mehrere körperliche Kräfte, und dabei Geschicklichkeit allen Gefahren zu entgehen einer daher hatte, desto mehr wurde er geachtet. Kein Wunder also daß sie bei dieser ihrer Verfassung die Kunst zu schwimmen in höchstem Werth; ja unentbehrlich, und zwar eben so nothwendig zur Bildung des Körpers hielten; als die Erlernung der Buchstaben zur Bildung der Seele den Grund legen mußte. Wenn sie daher einen für den Staat ganz unnützen Menschen, mit dem nichts anzufangen war, beschreiben wolten, war die Schilderung gleich fertig, indem es von ihm als einem Menschen der nirgendworin einmal die erste Anfangsgründe kannte, hieß, er hat weder Lesen noch Schwimmen gelernt. (*Nec literas, nec natatare didicit.*) Fürnemlich mußten die Soldaten im Schwimmen, bei den alten Römern sehr geübt seyn; es wurden ihnen deswegen öffentliche Plätze, wo sie dieses lernen konnten, angewiesen, wie Vegetius angiebt (a) Aristoteles verglich die Bewegung welche der Mensch beim Schwimmen machen muß, in Rücksicht auf den Einfluß auf den Körper, mit der des Laufens. (b) Da es aber zu den heftigen Bewegungen hingerechnet ward, so wurden auch vorher verschiedene Vorsichtsregeln beobachtet, damit

(a) Lib. I. de re militari C. 10.

(b) 23. partic. probl. 9.

damit dem Körper dadurch kein Nachtheil wiederfahren möchte, wovon Antyllus einige Regeln aufbewahret hat; (a) und worunter wol die vornehmsten scheinen gewesen zu seyn; daß vor dem Schwimmen der Körper gesalbet, und durch Reiben etwas erwärmet wurde. — Mit dem Schwimmen verbanden sie nun zugleich den Nutzen des Badens, welches sie von solcher Nothwendigkeit hielten, daß sie in jedem Gymnasium zugleich Bäder einrichteten, in welchen die Lehrlinge zu bestimmten Zeiten sich baden mußten. Jedoch machten sie ausserdem in Rücksicht der Wirkung des Badens auf den menschlichen Körper unter diesen oder jenen Umständen, einen großen Unterschied; ob das Baden nemlich in kaltem oder warmen Wasser; in einem engen Bade; oder im Fluß; oder wol gar in der See geschehen müste, als welches letztere Aristoteles den anderen Bädern vorzog. (b)

Ohnerachtet aller der heftigen und mühsamen Bewegungen welche die Alten, zur Erlangung der Stärke, vorschrieben, suchten sie doch so viel wie möglich, bei den Bewegungen das Gemüth munter und fröhlich zu erhalten. Galen sagt daher: (c) daß unter allen körperlichen Uebungen diejenige die allernützlichste sey, welche nicht allein den Körper

34

(a) 8. Oribasius Lib. 6. Cap. 27.

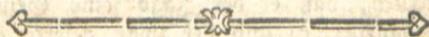
(b) 23. partic. probl. 12. & 14.

(c) Lib. de ludo parva pile, Cap. I.

zu ermüden, sondern zu gleicher Zeit das Gemüth zu erfreuen im Stande wäre. Unter diese Art Bewegungen rechneten sie vorzüglich die Jagd: Jedoch wolten sie hierunter keine andere Art der Jagd verstanden haben, als wobei durch anhaltende Übung der Körper bewegt ward; als welches man ganz deutlich bei Plato sehen kan: (a) kein Wunder also, daß auch die allerältesten Aerzte, wie Chiron, Machaon, Podalirius, und Aesculap die eifrigsten Jäger waren, so wie Xenophon solches erzählt. (b) Galen zog zwar das Ballspiel (*ludus parvæ pilæ*) der Jagd vor, aber doch nur aus der Ursache, weil letztere mehr Umstände erfodere. Plinius der jüngere sagt ausdrücklich, daß er der Jagd seine Gesundheit verdankte: (c) und der zwar gelehrte arabische Arzt Rhazes trieb es so gar so weit, daß er im Ernst behaupten wolte; (d) es hätte sich bei einer grasirenden Pest einmal zugetragen, daß ohnerachtet selbige eine große Menge Menschen weggeraffet hätte, doch alle diejenigen, welche durch vorheriges Jagen, sich eine starke Leibesbeschaffenheit erworben hatten, glücklich davon gekommen wären. Bei dieser Gelegenheit muß ich an den Vorwurf Sie erinnern, welchen Dyonisius von Syracusa da er einmal

- (a) L. VII. de legibus, in fine.
 (b) L. de venatione in princ.
 (c) Lib. 5. epist. 18.
 (d) 3. Contr. 13. C. 3. v. Galen. lib. de puero epilept. comm. 115.

zu Racebänen an einem großen Gastmal war, und keine Lust zum Essen bezeigte, sich zuzog, und der Koch ihm vorwarf, daß der Abgang seines Appetits von keiner andern Ursache entstehen könne, als weil er weder durch Fagen, noch durch Laufen den Körper vorher geübet und ermüdet hätte. So unentbehrlich glaubten die Alten, die Bewegung für den Körper; und schwerlich wird sich jemand unterstehen dürfen sie darin zu tabeln, wenn schon ihre damalige Verfassung, und Grad der Aufklärung hier und da, bei ihnen solche Einrichtungen zu ersodern schienen, welche man im ganzen jetzt nicht mehr als nützlich annehmen kan. Leben Sie wol.



Sechster Brief.

Sie wissen mein Freund! daß keine Sache in der Welt ganz gut, oder ganz böse; sondern nur jederzeit nach den Umständen in gewissen Relationen gut, oder böse, nicht allein scheinen, sondern wirklich seyn kan, und daß außerdem die wenigsten Menschen gegen sich selbst treu genug sind die Wahrheit, so viel die menschlichen Kräfte es erlauben, ergründen zu wollen: daß aber auch einige hingegen zu kurzsichtig, und andere durch Vorurtheile zu sehr verblendet seyen, um eine gewisse Sache von ihren