

Ihr Ideal ist das Äußere, volle Formen, Pomp, schöne Kleider; sie lieben Gesellschaft und Vergnügen, sind rasch in ihren Entschlüssen und tun daher leicht Fehltritte, sind leicht begeistert für eine Sache, aber eben so schnell schlagen sie um. Sie sind rasch entmutigt und mangeln der Ausdauer, sind aber praktisch und tätig. Gefällige freundliche Manieren, Gesprächigkeit, Leutseligkeit und natürliche Lebhaftigkeit sind fernere Merkmale. Ihr Schlaf ist nicht tief und wird leicht fieberisch. Die Backenknochen sind hervorstehend.

Beim magnetischen Temperamente finden wir überall die Gegensätze. Es hat die Neigung, die Kraft mehr nach dem Innern zu richten und das Äußere mehr zu vernachlässigen. Die Muskeln sind weniger ausgebildet und das Fleisch ist schlaff, das Gesicht ist schmal. Magnetische Personen werden nie fett; sie haben solide schwere Knochen, gute Verdauung und guten Stuhlgang. (Diese natürlichen Anlagen können natürlich durch verkehrte Lebensweise geändert werden.) Sie vernachlässigen die äußern Formen und die praktische Seite des Lebens, verlieren sich gern in Theorien und sind vorsichtig in ihren Entschlüssen, oft so sehr, daß sie vor lauter Überlegung zu keinem Entschluß kommen. Sie sind kalter Natur und reserviert. Das Familienleben und die Einsamkeit ziehen sie dem Gesellschaftsleben vor. Ihr Gedankenleben ist tiefer und ihre Ausdauer größer. Ihr Schlaf ist ruhiger und muß wegen Mangel an Elektrismus länger dauern als beim elektrischen Temperament, denn der Elektrismus wird hauptsächlich im Schlaf entwickelt, ein Prozeß, welcher beim magnetischen Temperament langsamer vor sich geht und längere Zeit in Anspruch nimmt. Eine bestimmte Norm für die Dauer des Schlafes aufzustellen, widerstreitet den Naturgesetzen. Diese Anhaltspunkte mögen dem denkenden Leser genügen, um sein Temperament zu bestimmen und darnach seine Diät einzurichten. Wer das leitende Prinzip erkennt, wird in diesen Anregungen eine Fülle von Stoff zum Nachdenken und zu Vergleichen im täglichen Leben finden. Beide Temperamente sind gleich wichtig; es liegt kein Vorzug weder in dem einen noch in dem andern; keins kann entbehrt werden zur Herstellung des Gleichgewichts, dem Ziel unsres Lebens. Es glaube niemand, daß er die Ausgleichung schon erreicht habe. Solche Menschen sind im täglichen Leben beinahe nie zu finden.

Es ist jedoch nicht gemeint, daß magnetische Temperamente ausschließlich Gemüse und elektrische ausschließlich Obst genießen sollen. Damit würden wir uns wieder Extreme