

trinkens wird erst schädlich, wenn man eine Gewohnheit daraus macht. Man trinke ihn daher sehr mäßig und nie regelmäßig. Der Winter ist die beste Jahreszeit für seinen Genuß, im Sommer vermeide man ihn. Für elektrische Temperamente ist Weißwein zu empfehlen, während magnetische dem Rotwein den Vorzug geben sollen. Der Wein war zu allen Zeiten als ein Heilmittel bekannt und wird es auch immer bleiben.

### Die Spirituosen

können ebenfalls als Heilmittel gebraucht werden und leisten gute Dienste, wenn sie ausnahmsweise angewendet werden bei Gärung, schwacher Zirkulation und zur Blutreinigung. Man verwende nur die allerbesten Qualitäten, Kognak oder Rum.

### Kognak mit Salz.

Die medizinischen Eigenschaften aller Spirituosen werden erhöht und die schlechten Wirkungen des Alkohols gemindert, wenn man etwas Salz zusetzt. Im Kognak mit Salz haben wir ein vorzügliches Universalmittel, sowohl inwendig als äußerlich anwendbar. Man nehme 2 Teelöffel voll Salz zu einem Liter Kognak und schüttele beide zusammen fünf Minuten lang gründlich.

### Bier.

Mit dem Genuß dieses Getränkes sei man sehr vorsichtig. Bei Leber- und Lungenleiden jedoch kann gut vergorenes Bier gute Dienste leisten; es enthält wohltätig wirkende Bakterien. Die Verdaulichkeit des Bieres wird durch Zusatz einer Prise Salz gefördert. Bei schwacher Verdauung und Blutarmut soll das Bier mit einem glühenden Eisen abgelöscht werden. Ein glühendes Eisen in ein Glas Bier gesenkt zieht nicht nur schädliche Säuren an, sondern gibt auch Eisen in löslicher Form ab. Wasser auf dieselbe Weise behandelt ist ein besseres Mittel bei Bleichsucht als alle Eisenpräparate. — Nach einem heißen Bad wirkt Bier außerordentlich stark ausscheidend und schweißtreibend.

Elektrische Temperamente sollen äußerst selten von alkoholischen und narkotischen Getränken Gebrauch machen, während magnetische Leute freiern Gebrauch davon machen dürfen, denn letztere sind kalter Natur, leiden mehr an schwacher Blutzirkulation und bedürfen daher solcher Anregungsmittel. Die Wirkung dieser Getränke bei Fleischessern