

Beiträge

zur

Belehrung und Unterhaltung.

Nr.

Dresden, den 24. May 1809.

57.

Ueber Zeichen und Werth der Gesundheit und die hauptsächlichsten Zerstörungsmittel derselben.

Nächst dem Besitze des Lebens selbst kann dem Menschen wohl nichts näher am Herzen liegen, als Gesundheit, freie ungehinderte Ausübung aller einzelnen Vermögen und Kräfte, die allein den vollständigen Genuß des Lebens zusichern, allein dem Besitze des Lebens selbst seinen Werth geben kann.

Unbesonnene, die ihr eure Gesundheit vielleicht zu wenig achtet, die ihr durch Schwelgereien und Ausschweifungen aller Art in dieses edelste Gut eures Lebens einkürmet, die ihr rastlos an den Wurzeln eures Daseyns naget, um es zu untergraben, ihr wißt nicht, versenket in den Taumel der Gegenwart, welche Leiden euch in der Zukunft erwarten, die ihr mit eigener Hand frevelhaft euch bereitet. Jetzt ergötzet es euch, die vollen Pokale in steigendem Maaße zu leeren, den Schwelgereien der Tafel den größern Theil der Zeit zu widmen, die Nächste in rauschendem Zirkel zu durchrasen, und die Gesetze der Natur verhöhrend, mehr

träumend als schlafend (denn der sanfte ruhige Schlaf fliehet aus dem Wohnsitz des Taumels) den Tag über mit erschlaffter Kraft still hinzubrüten, bis ein neuer Sturmwind am Abend euch zu neuen Vergnügungen hinstreift. So werden nun allerdings mehrere Jahre im Wahne des Taumels unter dem Wechsel der Zerstreuungen herzhast durchlebt. Aber welches sind die Folgen? Wenige Jahre genügen oft den Wahn zu enthüllen. Fraget solche Unglückliche, die den Lohn ihrer Unbesonnenheiten schon davon tragen! Schwäche des Körpers und der Seele, schlechte Verdauung, Kopfschmerzen, Engbrüstigkeit, Bluthusten, Gliederreißen, Trübsinn und alle Qualen der Hypochondrie folgen den Ausschweifungen der Jugend auf dem Fuße nach und überraschen den Jüngling oft noch in der Mitte des Taumels, wo er in irrigem Wahne, erst noch recht leben zu wollen, sich rühmte. Und wären es nicht entscheidende Krankheiten, die ihn gänzlich aufs Krankenlager hinwerfen, so ist es ein nicht minder empfindliches beständiges Kränkeln, der Verlust der Jugendkraft, jenes äppigen Hervortretens in der Welt, womit der gesunde Jüngling, ahndend seinen innern Adel und

hohe Würde, und durch das Gefühl seiner körperlichen Kraft emporgehoben, kühn erscheint, drohend einem Heer von Hindernissen, so ist, sage ich, der Verlust dieser Kraft, an dessen Stelle weibliche Schwäche, Kleinmuth, Launen u. s. w. folgen, schon hinlängliche Bestrafung für ein wüthes Jugendleben. Der durch Ausschweifungen zerrüttete Jüngling fühlt nun bloß die Last seines Körpers; nur ein Schatten von dem, was er sonst war, zeigt sein blaßes eingefallenes Gesicht, die Kälte und abwechselnde Hitze der Haut, der Verlust der Verdauung u. s. w. den Grad von physischer Erschlaffung. Andere zerstören ihre Körperkraft durch übertriebene geistige Anstrengungen, durch Leidenschaften, die entweder wie ein loderndes Feuer schnell den Körper durchdringen, den Kreislauf des Blutes durch verstärkten Stoß des Herzens mit Gewalt antreiben, Stic- und Schlagfluß bewirken können, z. B. der Zorn, oder (z. B. der Aerger, Neid, die Traurigkeit, Angst) durch allmählig niedergedrücktes Kraftgefühl das Leben in seinen innersten Wurzeln untergraben, mangelnde Verdauung, Schwäche, Abzehrung u. s. w. erzeugen. Ueberspannte und anhaltende Anstrengungen der Seele sowohl als des Körpers erschöpfen die Lebenskraft. In der Melancholie entstehen körperliche Beängstigungen und Qualen, weil der trübe Sinn der Seele krankhaft auf den Körper zurückwirkt. Wie viele Leiden werden dem Menschen oft durch eine fehlerhafte Erziehung bereitet, die die edelsten Keime zerknicken, die schönste körperliche Form verunstalten, die verschiedenen körperlichen und geistigen Grundanlagen verderben, ersticken oder doch ihre vollständige

Entwicklung erschweren und hindern kann. Einmal vielleicht nur saugt der durstige Säugling von der Brust seiner erschrocknen zornigen Mutter, und erhält Gift statt Labung. Mangel an Nahrung, ungesunde Kost, Aufenthalt an Orten, denen es an gesunder Luft fehlt, wo Unreinlichkeit gleichsam zu Hause ist; unterlassene körperliche Bewegung, Arbeiten, die mit unzweckmäßiger Stellung, besonders bei anhaltend gekrümmtem Leibe verrichtet werden, oder wo man Stoffe verarbeitet, die schädliche Ausdünstungen verbreiten, sind eine neue Gattung von Einflüssen, die die Gesundheit untergraben. Eben so unzweckmäßige Kleidung, die nicht nach den Verhältnissen der Lufttemperatur eingerichtet wird. Sich zu leicht, zu warm zu kleiden, beides hat seine eigenthümlichen Nachtheile. Wie manches blühende Mädchen wurde durch eine einzige Erkältung ein Raub des Todes, Vergnügungen, die durch Abspannung von zu großer Anstrengung dazu dienen sollen, Körper und Geist mit neuer Kraft zu befeelen, sind oft eine neue Quelle der Zerstörung. Rauschende Tänze, Leidenschaften, aufgeregt durch Liebe, Spiel u. s. w. mangelnder Schlaf, vergiften die Augenblicke des Lebens, die sie hatten verschönern sollen. Ferner hat jeder besondere Theil des Körpers seine besondern Feinde. Wie mancher verlor seine Sehkraft durch einen einzigen Blickstrahl, der nur einmal seine Sehnerven berührend sie lähmte; ein plötzliches Kanonenkrachen sprengt die Trommelhaut, macht taub. Die Lungen werden durch dieselben Anstrengungen, die mäßig benutzt das Lebensgefühl erhöhen, z. B. Sprechen, Singen, Blasen von Instrumenten, angegriffen

und
trieb
gefu
Gar
The
dure
Ueb
dau
gem
dara
scho
bere
Mo
lich
sinn
ge
welc
Lebe
gen
ven
liche
trin
Ber
heit
Gif
sten
nigf
die
tiger
niß
mit
brau
ken
gan
oder
die
Wit
gen

und zerstört, wenn diese Anstrengungen übertrieben sind, lange fort dauern, zu heftig angepornt werden, so daß der baldige Tod des Ganzen aus der Verletzung des einzelnen Theils hervorgehen kann. Wie schnell kann durch unpassende schwelgende Kost, durch Uebermaß von geistigen Getränken die Verdauungskraft geschwächt werden, so daß allgemeine Schwäche, allmählige Auszehrung daraus hervorgehen. Der Verlust der Zähne schon stört die Ernährung, da ohne die vorbereitende Arbeit der Zähne vergeblich der Magen sich anstrengt. Ferner, wie schrecklich die Folgen der Ausschweifung in der sinnlichen Liebe sind, werden wir in der Folge noch ausführlicher berühren. Endlich, welche bössartige Einflüsse können schnell das Leben bedrohen. Wem sind die Verheerungen der Pocken, des Scharlachs, des Mercurienfiebers unbekannt? Wem die andern plötzlichen Lebensgefahren des Ertrinkens, Ertrinkens, des Sticks und Schlagflusses, des Verblutens u. s. w. Unvorsichtigkeit, Bosheit, Verzweiflung brachte die zerstörendsten Gifte in den Körper, die unter den grausamsten Qualen das Leben vernichten. So mannigfaltig sind die schädlichen Einwirkungen, die die Gesundheit des Menschen beeinträchtigen. Wie wichtig ist uns daher die Kenntniß alles dessen, das uns schaden könnte, damit wir entweder durch vorsichtigen Gebrauch das relativ Schädliche zu unsern Zwecken benutzen, oder das absolut Nachtheilige ganz aus unserer Atmosphäre verbannen, oder endlich Mittel kennen lernen, durch die wir der schon schädlich gehabten üblen Wirkung kräftig entgegen zu arbeiten vermögen, damit das köstlichste Gut unsers Lebens

(Gesundheit) erhalten, oder die verlorne wieder erlangt werde.

(Der Beschluß nächstens.)

Historische Miscellen.

Frantz von Bourbon, noch jung an Jahren, stand mit einem französischen Heere dem Marquis von Guast, Befehlshaber der Armee Carls V. gegenüber. Als jener sich zum Angriff bereitete, ließ der Marquis ihm sagen, daß er über seine Keckheit erstaune, bei so jugendlichem Varte es mit einem so erfahrenen Krieger, wie er sei, aufnehmen zu wollen. — Der junge Held ließ ihm darauf zur Antwort sagen: daß es nicht die Varte der Franzosen seyen, womit sie kämpften, sondern deren Schwerter, womit er ihn zu schlagen und zu besiegen hoffe.

Als der Wildling Galgacus sein Volk zum Wehrtampf gegen die Römer führte, rief er, um es zu ermuthigen, ihm die Worte zu: Auf zum Kampf! Brüder, denke an eure Vorfahren und an eure Nachkommen.

Die Versteigerung der Meubeln, welche die berühmte Marquise von Pompadour hinterließ, dauerte ein ganzes Jahr lang. Diese Versteigerung war ein Schauspiel, wohin man aus Neugierde ging. Hier sah man vereinigt was der erfinderische und wählteste Elgensinn nur wünschen konnte, und das Köstlichste und Seltenste was alle vier Welttheile an Natur- und Kunststoffen hervorbringen.

B — i.

Dem engl. Capitain eines Kauffarthenschiffes von 120 Tonnen, passirte auf Antigua, einer caribischen Insel in Westindien, folgendes seltsames Unglück. Er hatte sein Schiff in den Hafen von St. Johann gebracht, besesiget, und war mit seinen Leuten in den Wald geflüchtet, weil ein Orkan ausgebrochen war, welcher einige Stunden anhielt und nur durch einen Platzregen gedämpft wurde. Das Schiff war von dem Orkan ganz ausser dem Wasser und umgeworfen worden, so daß die Mastenspitzen im Sande vergraben waren. Kurz darauf erhob sich der Wind zum zweiten Male von der entgegengesetzten Seite, welcher das Schiff nicht nur wieder aufrichtete, sondern auch wieder auf's Wasser brachte.

Wir haben im 2ten Stücke des laufenden Jahrgangs dieser Blätter die französischen Marschälle und mehrere Generale und Kronbeamte angeführt, welche jetzt nach den neuen, ihnen verliehenen, Titeln genannt werden. Folgende aus dem Almanac de la Noblesse 1809. (in Paris 12.) entlehnten Angaben, dienen als Nachträge.

I. Generale:

Junot, Herzog v. Abrantes	} Colonels Généraux.
Marmont, Herzog v. Ragusa	
Arrighi de Casanova, Herzog v. Padua	} Divisions-Generale.
Savary, Herzog von Novigo	
Bagest Becker (Div. Gen.)	Graf von Mons.
Leblond (Div. Gen.)	Graf von Saint-Hilaire.

V e r b e s s e r u n g e n :

No. 55. Seite 451. Zeile 6. l. Joh. v. Brügge. Zeile 12. l. wodurch sie an viele Glasermeister gekommen, die solche an mehreren Orten verbreitet se.
 — — Seite 452. Zeile 8. l. welches man unter den alten Ueberresten ganz vermisst.

II. Kron- und Staatsbeamte:

Eaulaincourt, (Oberstallmeister, Gesandter in Petersburg) Herzog von Vincenza.

Duroc, (Groß-Marschall des Kaiserthums) Herzog von Friaul.

Eretet, (Minister des Innern) Graf von Champemol.

Lacué, (Staatsminister) Graf von Cessac.

In Paris verfertigt man jetzt Thermometer, die an einem Cylinder befestigt sind, und vermittelst welcher man die Temperatur in einem gährenden Gefäße erforschen, auch zugleich von der gährenden Flüssigkeit, so viel als zum Kosten erfordert wird, vom Boden des Gefäßes heraufholen kann. Durch Versuche über den Wärme-grad, den die gährende Flüssigkeit haben muß, wenn sie sich in der höchsten Vollkommenheit befindet, läßt sich folglich der Augenblick genau angeben, wenn der Wein oder jede andre gährende Flüssigkeit abgezogen werden muß, um am wohlschmeckendsten, kräftigsten und dauerhaftesten zu seyn.

Ein kürzlich in Paris unter dem Titel: (Des avantages de l'Esprit d'observation dans les sciences et les arts avec quelques remarques relatives à la physiognomie) herausgekommenes Werkchen, sagt: die großen Nasen bedeuten den hohen Alter. Alle 80, 90 und 100jährige Greise hatten lange Nasen, Fontenelle hatte eine ungeheuer große Nase, und wurde 99 Jahr 11 Monate alt.