

# Beiträge

zur

## Belehrung und Unterhaltung.

Nr.

Dresden, den 7. Juny 1809.

63.

Ueber die Kunst lange und viel zu leben. \*)

Leben besteht nicht in Athemziehen, sondern in kräftiger Wirksamkeit, in der Übung unserer Organe, unserer Sinne, und aller Vermögen unsers Wesens, die uns das Gefühl unsers Daseyns verleiht. Nicht der hat am meisten gelebt, der die größte Summe von Jahren gezählt, sondern der, welcher das Leben am meisten gefühlt hat. (Rousseau.)

Der Mensch soll alt werden (lange leben) aber er soll auch ein thätiges Leben führen. Es ist Pflicht, sein Leben möglichst lange zu erhalten, aber die Rücksicht auf ein langes Leben hebt jene Aufforderung nicht auf, die die Menschheit an ihre einzelnen Glieder zu machen berechtigt ist: daß ein jeder in seinem Kreise möglichst thätig sei, daß von ihm das Leben in seiner ganzen innern Fülle benutzt werde. Kurz kann die Dauer des Lebens seyn, aber derjenige lebt viel, der seine Kräfte nuzte, sich veredelte, kurz, der ein thatenreiches Leben führte. Thätige

kräftige Naturen bewickichtigen also keinesweges die bloße Dauer des Lebens, sondern ihnen kommt es darauf an, in ihrem Kreise möglichst thätig zu seyn. Die schwächsten an Körper und Geist sind es, die das Leben bloß nach den Jahren, nicht nach den Thaten, berechnen. Hohes Alter ist ihr einziger Zielpunct. Daher vermeiden sie die Anstrengungen ihrer Kräfte, da ein höherer Grad von Thätigkeit immer früher zum Graue führt, als ein geringerer, da anhaltender Auswand von Kraft, rege Wirksamkeit des Geistes, Lebensgenüße, Leidenschaften das Leben abkürzen. Nur die unedlern Nationen des Erdkreises, die auf der untern Stufe des Erdkreises stehen, z. B. die Neger an der nordwestlichen Küste von Afrika, haben eine so thörichte und tolle Liebe zum Leben, daß sie demselben alles aufzuopfern bereit sind. Willig lassen sie sich martern, beschimpfen und mißhandeln; gerne unterwerfen sie sich dem drückendsten Joche der Tyranny, kalt sehen sie ihre Frauen und Kinder unter den Händen von Europäischen Wilden bluten, wenn ihnen dieses alles nur eine längere Exi-

\*) Burdach Diätetik für Gesunde.