

# Leipziger Tageblatt

und

## Anzeiger.

N<sup>o</sup> 105.

Sonntag, den 14. April.

1844.

### Essen und Trinken.

Ludwig Cornaro von Padua, ein begeisterter Kämpfer des 16. Jahrhunderts, ein Apostel für die Tugend der Mäßigkeit, Enthaltensamkeit und Ordnungsliebe im Essen und Trinken, hat in seinen vier Abhandlungen darüber sehr zu beherzigende Worte gesprochen, die wohl werth sind, im Gedächtniß behalten, von Zeit zu Zeit dahin zurückgeführt und mehr und mehr bekannt zu werden.

Cornaro sagt: Dem Menschen sey mit seinem Körper vom Schöpfer ein kunstreich eingerichtetes Werk anvertraut, für das es Jammer und Schade sey, wenn mit ihm sorglos umgegangen, dasselbe verwüstet und zerstört werde; es sey eine Hauptpflicht des Menschen, dieses kunstreiche Werk pfleglich und sorgsam zu behandeln. Darauf los gegessen und getrunken, so lange es schmeckt, — solche Lebensweise sey das Hauptmittel, das schöpferische Kunstwerk zu zerstören. Das Hauptmittel, es zu erhalten, sey Mäßigkeit, Enthaltensamkeit und Ordnung im Essen und Trinken. Wer gesund bleiben wolle, dürfe und solle nur wenig essen. Würden jene drei Tugenden geübt, so werde, selbst bei einer schwachen Constitution und auch bei einem hohen Alter, die Gesundheit erhalten. Diese drei Tugenden besäßen die Kraft, eine schlechte Constitution sogar zu verbessern.

Eine mäßige Lebensweise verleihe dem Körper eine wunderbare Kraft, aus den Speisen und Getränken nur gesunde Nahrung zu bereiten. In einen reinen Körper fänden Krankheiten wenig Eingang. Wer mäßig, enthaltsam und ordentlich im Essen und Trinken lebe, werde, weil dadurch die Lebenskraft geschont werde, nur selten, oder gar nicht und fast nur von leichten Krankheiten befallen. Mäßigkeit verhüte, daß der Mensch nicht von jeder Anstrengung, von jedem Wechsel der Luft, von jedem Gemüthsaffect niedergeworfen werde. Wenn man mäßig lebe, sei Hitze, Kälte, Wind, Schnee und Regen von geringem Gewicht für den Körper. Mäßigkeit schärfe die Sinne, mache den Körper geschickt, den Geist lebhaft, das Herz kräftig, das Gedächtniß stark und jede Bewegung leicht.

Wenn der Mensch gehörig darauf achte, was seiner Gesundheit zuträglich oder schädlich sey, so würde Jeder sein eigener und zwar sein bester Arzt werden, da diese Pflicht Niemand besser und bequemer übernehmen könne, als Jeder selbst. Wer mäßig, enthaltsam und ordentlich im Essen und Trinken werden wolle, müsse vor allen Dingen seiner Vernunft die volle Herrschaft über seine Gelüste verschaffen, dem Saumen den Krieg ankündigen und dessen Wollust völlig entsagen.

Mäßigkeit und Enthaltensamkeit seyen lästig und langweilig; daß daher junge, gesunde und kräftige Leute bei ihren häufigen Zerstreuungen und Vergnügungen wenig Lust dazu hätten, sey zu bedauern, aber weniger zu verwundern, da bei ihnen die moralische Kraft, dem gewaltsameren Sinnenreiz der Jugend zu widerstehen, zu schwach sey. Aber wenn man fünfzig Jahre alt geworden, dann solle man billig der Vernunft Gehör geben und sich von den Gelüsten des Saumens nicht mehr beherrschen lassen; vor Allen Die, welche mit den Folgen schwacher Verdauungswerkzeuge zu kämpfen hätten.

Verblendetes, unglückliches Vaterland! ruft Cornaro aus, siehst du nicht, daß die Unmäßigkeit eine weit größere Anzahl deiner Bürger wegrafft, als Pest und Kriege? O vertreibe diese neue Pest, die unsere Vorfahren nicht gekannt haben, und verstopfe mit ihr die Quelle zahlloser Leiden und Uebel!

(A. A. u. N. d. D.)

### Etwas für die Wohlfahrtspolizei und den Verein gegen Thierquälerei.

Daß sich die Wege des ehemaligen Reimerschen Gartengrundstücks durch die unzähligen Baufahrten bei schlechtem Wetter zu einem großen Morast umgestalten können, in welchem schon beladene Wagen bis an die Achse eingesunken sind, ist bekannt, — daß aber dieser Morast mitunter so grundlos ist, daß sogar Pferde, sage Pferde, versinken können, kaum glaublich, aber dennoch factisch! Denn am 3. d. M. Nachm. 3 Uhr war ein Pferd bis an den Bauch eingesunken, und mußte vermittelst um den Vorderleib gelegter Ketten und untergelegter Breter durch ein anderes Pferd aus dem Lämpfel gezogen werden. Ich war mit einer Menge anderer Personen Zeuge dieses Auftritts, und wir staunten alle, daß sich in einer Stadt wie Leipzig, welche sich das Muster der Ordnung zu sein dünkt, inmitten einer sehr stark befahrenen Straße grundlose Moräste befinden, welche Menschen und Vieh gefährden. Es drängten sich dabei mir unwillkürlich sehr verzeihliche Zweifelsfragen auf, die ich um meiner Wisbegierde Genüge zu leisten, hier zur Beantwortung vorlege:

1) Kann der Eigenthümer solcher Baucolonien nicht gesetzlich veranlaßt werden, auf morastigen Wegen Holzbahnen, in der Mitte mit Kies ausgefüllt, für die zahlreichen Baufahrten anzulegen? — die Holzbahnen sind doch schon lange genug, namentlich bei Eisenbahnbauen, angewendet worden; warum bringt man sie also nicht auch hier in Anwendung, wo Menschen, Thiere und Geschirre gefährdet sind?