

der Geschäfte, der Geisteskraft, der Diät u. s. w. liegt das größte Geheimniß, um alt zu werden. Alle Extreme, sowohl das zu viel, als das zu wenig, sowohl das zu hoch, als das zu tief hindern die Verlängerung des Lebens.

Hufeland.

27.

In der ersten Hälfte des Lebens ist thätiges, mühseliges, selbst mit Strapazen verbundenenes und dürftiges Leben, in der letzten Hälfte aber eine ruhigere und gleichmäßigere Lebensart zum Alter zuträglich. Ebenso verlängert eine reiche und nahrhafte Diät, Uebermaß von Wein und Fleischkost nicht das Leben. Die Beispiele des höchsten Alters sind von solchen Menschen bekannt, welche von Jugend auf mehr Pflanzkost, Wasser und Milch genossen haben.

Hufeland.

28.

Das verschiedene angeborne Temperament, worunter wir den verschiedenen Grad der Reizfähigkeit und ihr Verhältniß zur Seelenkraft verstehen, hat einen großen Einfluß auf die Lebensdauer des Menschen. Je mehr das Subjekt zum phlegmatischen Temperament gehört, desto mehr, desto stärkere Reize sind anwendbar.

29.

Ein Grad von Reizung, der bei einem Sanguinischen Aufreibung und Erschöpfung bewirken würde, ist hier wohl