

38.

Wer nicht in gesunden Tagen die Diätetik im Auge behält, gelangt nie dahin, daß er die Summen der ihm vom Schöpfer verliehenen Lebenskräfte auflebt.

Wildberg.

39.

Unsere Lebensfeinde haben sich in neueren Zeiten auf eine fürchterliche Weise vermehrt, und es unterliegt keinem Zweifel, daß der Grad von Luxus, Kultur, Verfeinerung und Unnatur, worin wir jetzt leben, unser Leben eben so beträchtlich exältirt, als er die Dauer desselben in eben dem Verhältnisse verkürzt.

Hufeland.

40.

Wenn der Mensch zu seiner Gesunderhaltung von der Diätetik für Gesunde rechten Gebrauch machen will, so muß er sich selbst beobachten, die diätetischen Vorschriften nach den durch die Beobachtung seiner selbst gefundenen Eigenthümlichkeiten prüfen, um daraus folgern zu können, in wiefern sie auf ihn anzuwenden sind, und darnach die ihm angemessene Lebensordnung wählen.

Wildberg.

41.

Es gereicht keineswegs zur Gesunderhaltung, noch ist es zureichend zu derselben, wenn der Mensch in diesen