

samer kehrt es zu seiner normalen Lebensthätigkeit zurück. Dieses Gesetz bewahrheitet sich durch den ganzen Organismus nach allen seinen Theilen. Einen, der langem Hunger ausgesetzt war, wird schnelle Ernährung dem Tode nahe bringen, oder gar tödten. Der, welcher lange Zeit in einem Gefängnisse geschlossen saß, würde gleiches Schicksal zu erwarten haben, wenn er sogleich eine große Fußreise im schnellen Schritte unternehmen wollte.

Pitschaft.

99.

Das Greisenalter begnügt sich mit wenigen Nahrungsmitteln am leichtesten, dann das Mannesalter, weniger das Jünglingsalter, am wenigsten aber die Kinder, zumal die, welche viele Lebhaftigkeit besitzen.

Hippocrates.

100.

Die Ernährung muß im Verhältniß zum Gebrauche der Säfte und der Kräfte stehen, so daß jemehr Stoffwechsel Statt findet, auch um so mehr Stoffersatz nothwendig ist. Daher erheischen diejenigen, die noch in voller Blüthe des Lebens begriffen sind, wo große Lebenskraft vorhanden ist, wo das organische Räderwerk einen raschen Umschwung hält, die meiste Nahrung. Das Leben kann man in seiner Erscheinung mit einem brennenden Lichte vergleichen; wo also wenig verbrannt wird, da ist auch wenig Brennmaterial nöthig.

Pitschaft.