

unserm zahmen Ochsen? Weil die Luft, die uns umgiebt, für alle Lebendigen der wahre Brunn der Gesundheit und des Lebens ist.

Um gesund zu leben, sollte man sich von Kindheit an in freier Luft zu leben gewöhnen. Die Nationen, die das Glück haben, eine gesunde Gegend zu bewohnen, etwa am Fuß eines Gebürges mittlerer Höhe, an laute- ren Quellen und Strömen, die mehr von Milch und Feldfrüchten leben, als von Fleisch, und in ihrer Armuth doch wohlhabend genug sind, Reinlichkeit in ihrer Woh- nung und Kleidung zu erhalten; die übertreffen an Wuchs, Farbe und Gestalt die Bewohner der feuchten sumpfsichten Ebne: Heidebauern sind dauerhafter, als die Völker im leimigten Marschland. Ich sah in Schonen gerade, freundliche Gestalten, wohlgewachsene Jüng- linge und Jungfrauen, baarfuß und mit reiner Lein- wand bekleidet, einhergehen, und wenig ungestalte, verkrüppelte Menschen. Ihre Farbe, ihre Zähne, ihre Sprache, denn sie articulirten die Worte mit guten Sprachorganen, waren Zeugnisse ihrer vorzüglich guten Gesundheit.

Im Gegentheil findet man nirgends mehrere ver- fallene Leichengestalten als in solchen großen Städten, wo die Menschen oft in Fülle leben, aber, immer empfind- licher gegen die Luft, sich des feinen Himmels die größte Zeit des Jahres enthalten, daher auch viele Manu- facturen und Gewerbe, weil sie die Arbeiter im Staub und bösen Dünsten zu leben zwingen, insgemein die Gestalt und die Gesundheit der Menschen verderben.

Aus so schönen Wirkungen der frischen Luft wird man einsehen, wie unrecht diejenigen thun, welche die
Ges