

Guter Rat.

Was ich jetzt sagen will, wird manchem, der es liest, geringfügig und vielleicht lächerlich scheinen, aber es ist nicht lächerlich; und mancher, der es liest, wird meinen, ich habe ihn leibhaftig gesehen, und es wäre wohl möglich. Doch weiß ich's nicht und will niemand besonders meinen. Es gibt Gegenden hin und wieder, wo die Männer und Jünglinge im ganzen recht gesund und stark aussehen, wie es bei guter Arbeit und einfacher Nahrung möglich und zu erwarten ist. Sie haben eine gesunde Gesichtsfarbe, eine starke Brust, breite Schultern, guten Wuchs, kurz, der ganze Körperbau ist wohl proportioniert und tadellos bis unter die Kniee. Da kommt's auf einmal so dünn und so schwach bis zu den Füßen hinab, und man meint, die armen Beine müssen zusammenbrechen unter der schweren Last, die sie zu tragen haben. Das wißt ihr wohl. Manchem, der sich vor dem Spiegel einbildet, ein hübscher Knabe zu sein, geht es wie dem Pfau, wenn er auf seine Füße schaut, und deswegen zieht ihr den starken ledernen Riemen, mit welchem ihr die Strümpfe unter dem Knie zu binden pflegt, immer fester an und setzt ihn in eine Schnalle ein, wo er nie nachgeben kann, damit das Fleisch ein wenig anschwellen, sich herausheben und etwas gleichsehen soll, und *eben daher kommt's*. Denn der ganze menschliche Körper und alle seine Glieder erhalten ihre Nahrung von dem Blut. Deswegen läuft das Blut unaufhörlich von dem Herzen weg, zuerst in großen Adern, die sich nachher immer mehr in unzählig viele kleine Aederlein verteilen und vervielfältigen, durch alle Teile des Körpers bis in die äußersten Glieder hinaus, und kehrt alsdann durch andere Aederlein, die wieder Zusammengehen, folglich größer und an der Zahl weniger werden, zu dem Herzen zurück, und das geht unaufhörlich so fort, solange der Mensch lebt, und auf diesem Wege gibt das Blut dem Fleisch, den Knochen und allen Teilen des Körpers ihre Nahrung, ihre Kraft und Ausfüllung, und wird selber wieder auf eine andere Art durch tägliche Speise und Trank erhalten und ersetzt. Es geht da fast so zu, wie bei einer wohl eingerichteten Wasserleitung. Da wird das Wasser aus dem größeren Strome in kleinere Kanäle fortgeleitet. Aus diesen verteilt es sich immer mehr in kleinere Bäche und Bächlein, dann in Rausen, und endlich findet es jeden Grashalm auf einer Wiese, Klee- und Habermark, Liebfrauenmäntelein, und was darauf wächst, und gibt ihm seine Erquickung. Aber wo wenig Wasser hinkommt, da bleiben auch die Pflanzen klein und schlecht, und was kann davor sein? So ist es mit dem menschlichen Körper ungefähr auch, und je weniger derselbe durch die Kleidung gedrückt und eingeengt wird, desto freier und reichlicher kann sich auch das Blut durch seine Adern bewegen, desto besser werden auch alle Teile des Körpers mit dem Wachstum zu ihrer Kraft und Vollkommenheit gelangen und darin erhalten werden. Wenn ihr aber einen Arm oder ein Bein unterbindet und den Blutlauf aufhaltet, so wird auch diesem Glied seine Nahrung entzogen. Das geschieht nun, wenn man von früher Kindheit an die Beine unter dem Knie mit einem ledernen Riemen durch eine Schnalle so fest bindet. Die feineren und größeren Adern werden zusammengepreßt, es kann nicht so viel Blut ab und auf steigen, als nötig ist; die Knochen kommen daher kaum zu ihrer gehörigen Stärke, und es setzt sich nicht genug Fleisch und Fett um dieselben an. Da zieht man nun den Riemen immer fester an, und das hilft ein wenig zum Schein, macht aber eigentlich nur das Uebel ärger, wie es immer geht, wenn man nur auf den Schein sieht und zur Abhilfe eines Fehlers oder Gebrechens die rechten Mittel nicht zu wissen verlangt und mit den nächsten besten sich begnügt. Mein guter Rat wäre also der: Ihr sollt's machen wie andere vernünftige Leute auch. Man binde die Strümpfe mit geschmeidigeren Bändern über dem Knie, oder wenn man bei der alten Weise bleiben will, so ziehe man wenigstens die Riemen nicht fester an, als nötig ist, um die Strümpfe oben zu erhalten. Man muß nie mehr Kraft anwenden und mehr thun, als nötig ist, um seinen vernünftigen Zweck zu erreichen. Besonders müssen die Eltern früh darauf sehen, daß ihre Kinder die Strümpfe nicht zu fest binden. Alsdann wird das Blut seinen Weg schon finden und den Gliedern die Nahrung und Stärke geben, die ihnen gebührt. Das ist mein guter Rat, und wer keinen Glauben daran hat, der frage nur einen Arzt, oder den Herrn Pfarrer, die müssen's auch wissen. Aber folgen muß man alsdann. Denn wem nicht zu raten ist, dem ist auch nicht zu helfen.

!!! ABBILDUNG FEHLT !!!

(752 words)

Quelle: <https://www.projekt-gutenberg.org/hebel/hausfre1/chap019.html>