

Die früheren Zahnbrecher schleppten beim Ausziehen der Zähne ihre Opfer zuweilen an der Zange mehrmals über die Stube hin und zurück, nicht selten rissen sie ihren Patienten auch ein Stück Kinnlade mit heraus. — In der That bekommt man Zahnweh, wenn man an solche Marter nur denkt.

Ich nehme hierbei Gelegenheit, alten und jungen Leuten die Pflege ihrer Gesundheit recht dringend ans Herz zu legen. Haltet in Allem Maas und Ziel: Im Essen wie im Trinken, so bei allen anderen Genüssen. Die Gesundheit ist das höchste Glück der Menschen. Hütet euch vor allzugroßer geistiger und körperlicher Anstrengung. Das Gleichgewicht zwischen Arbeit und Ruhe muß möglichst beobachtet werden. Fühlt Ihr Euch unwohl, so sucht die Ursache dazu auf: ob es Erkältung, Unmäßigkeit, Ueberanstrengung oder was es sonst war. Vermeidet Ihr dann die Ursachen, so wird sich das Uebel von selbst heben. Eine geregelte Diät ist das beste Mittel um gesund zu bleiben. Verweichlicht Euch nicht, härtet Euch lieber ab, genießt fleißig frische Luft, gutes Wasser und macht Euch bei jeder Jahreszeit Bewegung in freier Luft. Unser alter Heldenkaiser Wilhelm I. hat nie Medicin eingenommen und hat dabei ein sehr hohes Alter erreicht.

Der Verfasser ist weit davon die ärztliche Hilfe für entbehrlich anzusehen, allein der Mensch kann nach Hufeland bis zu einem gewissen Grade seine krankhaften Gefühle durch Willenskraft niederkämpfen. Wer seine körperliche Konstitution genau beobachtet, kann in den meisten Fällen von Unwohlsein sich selbst Arzt sein.

Kap. XVI.

Das Volksschulwesen.

Für Universitäten und Hochschulen wurde viel früher von den Regierungen gesorgt, als für die Volksschulen.*)

Während erstere schon im 15. und 16. Jahrhundert gestiftet wurden, kamen die Schullehrer-Seminarien erst in der Mitte des vorigen Jahrhunderts an die Reihe. So wurde z. B. in Berlin das erste Schullehrerseminar im Jahre 1750 gegründet und um dieselbe Zeit entstanden auch in anderen deutschen Ländern gleichartige Bildungsanstalten.

So wie alle Wissenschaften ursprünglich in den Klöstern geübt und gepflegt wurden, so war es auch der Schulunterricht. Diese Zöglinge nannte man Klosterschüler. Wenn letztere eine gewisse wissenschaftliche Reife erlangt hatten, so verbreiteten sie ihre Lehren in verschiedenen Ländern, wo sie sich in weltliche Kreise einführten und dort nach und nach auf die segensreiche Höhe gebracht wurden, in der sie jetzt in unseren Volksschulen bestehen.

*) Ueber die erste Volksschule in Berlin ist in dem I. Kapitel eine sehr interessante Nachricht zu finden.