Gymnastikens allmänna grunder / af Ling, dels af Författaren, dels, enligt dess yttersta vilja, efter dess död, redigerade och på trycket utgifna.

Contributors

Ling, Per Henrik, 1776-1839.

Publication/Creation

Upsala : Palmblad & Comp. : Leffler och Sebell, 1840.

Persistent URL

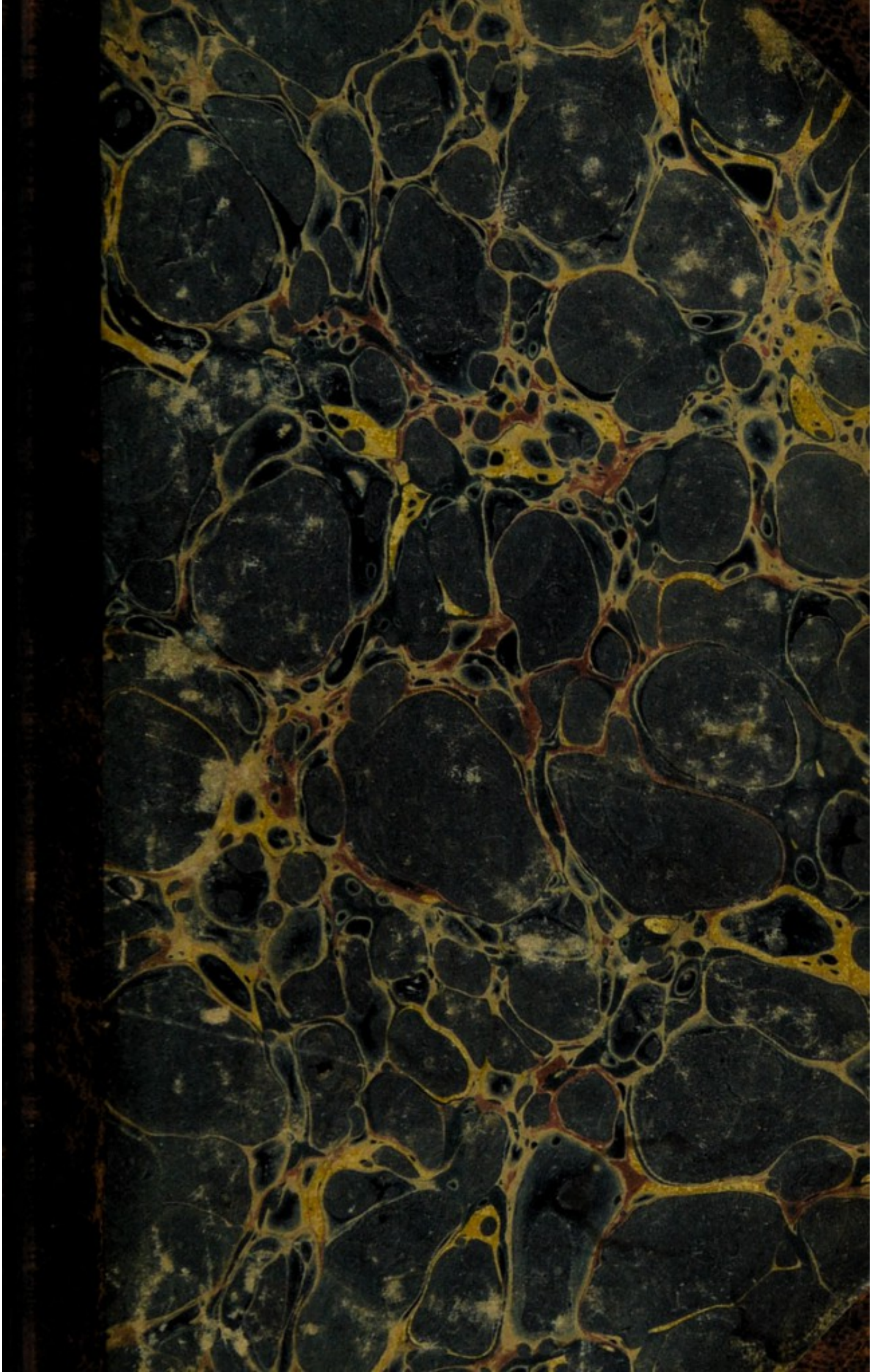
https://wellcomecollection.org/works/uaez8xm5

License and attribution

This work has been identified as being free of known restrictions under copyright law, including all related and neighbouring rights and is being made available under the Creative Commons, Public Domain Mark.

You can copy, modify, distribute and perform the work, even for commercial purposes, without asking permission.

Wellcome Collection
183 Euston Road
London NW1 2BE UK
T +44 (0)20 7611 8722
E library@wellcomecollection.org
https://wellcomecollection.org



Supp 57,461/A

GYMNASTIKENS

Allmänna Grunder

AF

LING,

dels af Författaren,
dels, enligt dess yttersta vilja,
efter dess död,
redigerade och på trycket utgifna.

UPSALA
Palmblad & Comp. 1834.
Leffler och Sebell. 1840.

WELLCOME
LIBRARY
INSTITUTE

GYMNASTIK,

meddelad

i Stockholms Gymn. Centr. Institut,

och enligt

RIKSENS HÖGL. STÅNDERS

Beslut

utgifven

af

LING.

Till

SVERGES GYMNASTER.

Pædotriba a Gymnaste diversus ut a Medico coquus. (Galenus de Sanitate tuenda. Lib II.)

Öfver 30 år har jag begrundat och utöfvat Gymnastiken. Under denna tid hafva i flera länder dels Gymnaster, dels Läkare, framträtt och skrifvit öfver detta ämne. Jag har gått min egen väg, och derföre icke skrifvit. Att på ett nytt sätt framställa en ny sak, är ett betänkeligt företag.

Hvad jag här anfört, har jag, mer eller mindre söndradt, ofta upprepat för de Gymnaster jag bildat. Här finnes således för dem icke mycket nytt, och likväl är denna bok egentligen skrifven för Gymnaster. Om jag rätt genomtänkt mitt ämne, och tydligen framställt det, kunna dessa uppsatser ändock gagna; ty sanningen har det Evigas bild: den föråldras icke.

I alla tider och länder hafva stora hjeltar, läkare och filosofer ifrat för kroppsbildningen;

men genom Atleternas råhet och öfverdåd föll Gymnastiken både hos Greker och Romare, sedan veklig vällust lockat folket att hälre vara åskådare än deltagare i ett kämpaspel. Så skall den pånyttfödda nitälskan för gymnastik inom få mansåldrar utdö, om Läkare och Gymnaster icke vetenskapligen nära den. Båda hafva redan börjat skrifva, flitigt skrifva om gymnastik; men de förstå icke hvarandra. De förre sakna sinne för rörelseformler, och de senare sinne för vetenskaplig forskning. Gymnastikens förfäktare må utbasuna att tusentals friska blifvit genom gymnastik modigare och starkare än förut, att tusentals sjuka, som fåfängt begagnat läkemedel, blifvit friska medelst gymnastik; allt detta bevisar ändå icke hvad gymnastik är eller bör vara, ty dess vedersakare svara med rätta att de sett millioner friska bli starkare och starkare utan så kallad gymnastik, och att de sett tusentals sjuka gå friska ur sjuksängen genom blott kemisk inverkning. Det är således icke på detta sätt gymnastikens nytta och nödvändighet bevisas. Skälen dertill måste tagas ur mennisko-organismens lagar; först då kan gymnastikens idé redigt framträda.

Sådan är planen i denna bok, och om jag lyckats i utförandet, blir det Gymnasten mindre svårt att inse om och huru hans åtgärd kan bli gagnelig för olika individer,

icke blott efter deras förhandvarande tillstånd, utan jemväl med afseende å föregående medfödda eller tillfälliga brister hos dem. Måtte hvad jag nu yttrat, icke synas förmycket om en bok som denna!

Att först upprödja ett fält är svårt, att sedan förbättra det är lättare, att sköta och skörda det är lättast; likväl tänker aldrig den sista odlaren på den första; ty han beräknar blott sin egen möda. Samma glömska väntar också mig, det vet jag; men jag beder Gud att framtida Läkare och Uppfostrare måtte hvar efter annan utvidga och förbättra dessa mina försök; ty då torde gymnastiken engång hos nordbon återfå samma stora betydelse, som den hade i Platos, Hippokrats och Galeni sinne.

Stockholm 1834.

LING.

GYMNASTIKENS ALLMÄNNA GRUNDER.

Hufvudämnen:

Första Afdelningen.

Menniskoorganismens Lagar.

Andra Afdelningen.

Pedagogiska Gymnastik. grunder.

Tredje Afdelningen.

Militära Gymnastikens grunder.

Fjerde Afdelningen.

Medikala Gymnastikens grunder.

Femte Afdelningen.

Åstetiska Gymnastikens grunder.

Sjette Afdelningen.

Gymnastikens Vehiklar.

Första Afdelningen

Menniskoorganismens Lagar.

INNEHÅLL:

Första Afdelningen

1.

Menniskoorganismen som Ett Helt.

Att Ett endast är Ett, (således hvarken mer eller mindre) är en sanning, erkänd af alla; men använd af få [1]). Då vi här tala om Menniskoorganismen, antaga vi den som *Ett för sig bestående Helt;* dess biförhållande till den yttre verlden komma således icke här i fråga, utan såsom gagneliga eller menliga inflytanden på nämde organism. Skall nu denna betraktas såsom *Ett Helt*, hvilket, såsom detta Hela sig företer, i alla punkter är begåfvadt med Lif; så kan man icke eller förbise någon af dess beståndsdelar, ty detta Hela antoges då vara *mindre* än Ett Helt. Ville man åter betrakta någon af dessa beståndsdelar under diktad mångfald, så skulle detta Hela antagas för *mera* än Ett Helt.

1) Här är uttrycket: Ett taget i sin allmänna betydelse, icke efter begreppet om matematiska storheten.

2.

Lif och Materia.

Lifvet är det oändliga, och antager detta oändliga en *viss gestalt som väsen,* då måste denna gestalt, för att vara skild ifrån andra väsen, hafva någon begränsning, det vill säga hafva *ändlighetens;* och detta ändliga kalla vi *materia.* Men materien kan icke gifva sig sjelf ett väsen. Lifvet är det enda, som bestämmer dess tillvaro. All form är således uttryck af Lif. Derföre har sjelfva den så kallade oorganiska naturen ett lif, d. v. s. ett tillvarande, uttryckt icke allenast igenom dess skenbara former, utan äfven genom kohesion m. m., och framför allt genom hvarje *artafändring;* emedan, utom denna Lifvets sinnebild, all materia skulle vara likartad.

Som nu lifvet icke kan i tid och rum uppenbara sig utan genom materien, och denna icke heller kan sägas vara till utan genom Lifvet, så måste också menniskoorganismen uppenbara sig genom dessa båda, och äfven dess väsen, likasom alla organismens företeelser, kunna hänföras till vissa grundformer.

3.

De tre grundformerna.

Lifvet (det gudomliga) i full frihet, d. v. s. *fråntänkt materiens yttre vilkor*, uppenbarar sig uti menniskan såsom *förnuft* [2]), fast dettas lägre yttringar forma sig efter organismens materiela verktyg: syn, hörsel, känsel o. s. v. Men Lifvet, i fullt samband med materien d. v. s. denna senares högsta betydelse eller tillvarande, framter det som vi kalla Lifskraft.

---

2) Olika författare hafva på olika sätt bestämt skilnaden mellan Lif och materia. Om vi tänka oss materien (den Oorganiska naturen) såsom en i sig lifegande princip i full passivitet, d. v. s. det negativa Lifvet, hvilket för vår sinnliga fattning ännu icke framträdt under lifsform, såsom aktif princip eller positift lif; så torde man i en populär afhandling som denna kunna bruka ordet materia i motsatts till ordet lif. För menniskan såsom förnuftsvarelse måste hvart och ett naturväsen till och med hennes eget, vara till blott genom det begrepp, som hon fäster dervid. Men begrepp (tanke) är något, som går utom detta väsen; och sjelfva förmågan att med sinnesverktygen förnimma eller uppfatta nämda väsen (vare sig ett främmande eller hennes eget), detta allt är något annat

Denna, nämligen lifskraften, har trenne hufvudsakliga yttringssätt eller grundformer: den *dynamiska*, den *kemiska*, och den *mekaniska*. 1:o Den *dynamiska*, hvari Lifvet, likasom uttalande sitt eget sjelfständiga väsen, söker lösgöra sig från materien. 2:o och 3:o Den *kemiska* och den *mekaniska*, hvari *Lifvet* i förening med materien, under lägre potenser uppenbarar sig; dock tyckes i den kemiska potensen Lifvet mera åskådligt framträdande, och i den mekaniska potensen materien, hvarföre båda kunna anses såsom under egna betinganden stående former.

Totalbegreppet af dessa tre grundformer beteknar en fullkomlig organism och *alla tre ingripa i hvarje företeelse*, som deri framstår; men *de olika förhållanden, som dessa grundformer hafva till hvarandra, utgöra fenomenernas olikhet sinsemellan.* Vare detta sagdt engång för alla, på det ingen måtte tro, att härmed åsyftas en sönderdelning af dessa tre grundformer, enär fråga är om organismens idé; ty vi skilja dem endast åt,

---

än hvad samma väsen är, såsom skildt ifrån allt begrepp eller tanke inom oss. Är nu begrepp (förnimmande, uppfattning, tanke) annat än väsendet utom begreppet, så måste begrepp vara uttryck af Lif (det sig sjelf bestämmande d. v. s. Gudomen); emedan detta är det enda, *som kan ingripa i allt.*

såsom former, hörande till ett och samma grundbegrepp.

4.

Fenomenernas oändlighet.

I årtusenden har man antagit förenämde tre grundformer, och i årtusenden torde menniskotanken förgäfves sträfva, att få en mera enkel och fullständig framställning af organismen, om än de förklaringar, vi här framlagt, äro felaktiga. Forntidens vise gjorde sig ett dylikt begrepp om menniskovarelsens trefald, såsom *själ*, *ande* och *kropp* [3]).

Men huru kunna så i oändlighet åtskilda, fenomener framstå genom berörda trenne grundformer? Svaret hafva vi redan i det föregående. Lifvet (det oändliga), såsom emanation af Gudomen, kan icke begränsas i verksamhet. Det är, liksom Den, på engång *i allt* och *öfverallt*. I sin högsta *frihet* är det förnuft: förmäldt med materien, Gudomligheten inkarnerad, måste lifvet, såsom lifskraft,

---

3) Detta öfverenstämmer äfven med de gamle nordboers föreställning härom; ty med ande menades själen, förenad med kroppen, och derföre hette *dö* att *andas*; äfvensom man i vissa landskaper ännu säger: *själas*.

verka på alla punkter, annars skulle det sjelft vara materia och således organismen totalt eller partielt upphöra. Vidare härom i stycket 8.

Materien, till sin idé motsatt Lifvets idé, se stycket 2. måste stå i beständig konflikt med detta, och således äfven med sig sjelf i hvarje del, hvarje punkt af organismen; ty det är endast genom Lifvet, som materien undfår en form, hvilket redan är anmärkt. Om vi kalla detta förhållande polaritet, magnetism o. s. v. torde vara lika nära med naturens idé; nog af, att genom detsamma måste organismen, betraktad som ett *enda Helt*, *alltid förändra sig till sig sjelf*, och, endast genom sin begränsning till det yttre, vara densamma, fastän skenbarligen, d. ä. såsom *Individ*. Lifvets idé: oändlighet, sammanlagd med materiens idé: ändlighet, måste i detta hänseende utgöra en summa, som är den högsta på detta klot [4]. Derföre kallas också menniskan en liten verld.

---

4) Enligt hvad vi förut sagt, kan här, med materiens ändlighet, icke förstås dess totala tillintetgörande, utan endast dess beständiga vexling i form d. v. s. dess beroende af allt utom sig i tid och rum, såsom vilkor för formen.

Hennes tanke och fantasi omfatta och upphinna alla sferer; hennes lifsprincip tillegnar sig alla jordens alster, äfven sjelfva dess gifter, och hennes mekaniska förmåga och färdighet liknar alla djurs; men under dessa inre och yttre stridiga företeelser är hon ändock blott *ett enda Helt.*

5.

Helsa; sjukdom.

Då vår organism icke kan till sig sjelf vara ett fullkomligt Helt, utan genom sina *delars rätta förhållande till detta Hela;* så måste *Helsa* vara likstämmighet (harmoni) emellan delarna af denna vår organism, och *Sjukdom* tvärtom vara rubbning i dem (disharmoni). Då nu menniskan såsom en afspegling af hela verldslifvet, kan i verksamhet och njutning tillegna sig *allt*, så måste hon äfven vara underkastad *alla* kroppsliga lidanden. En fullkomlig organism blir således blott ett ideal; ty all helsa måste vara relatif, om den ej skall upphäfva begreppet om dödlighet. Och likasom Lifvet (det oändliga), äfven under sin inkarnation, har miljontals skepnader, hvarunder det framträder (såsom vilja, afsky, sorg, fruktan m. m.) så antager äfven ämnet, förmäldt med Lifvet,

mångfaldiga olika skepnader i helsa, sjukdom, svaghet, styrka o. s. v., fastän så väl det ena som det andra endast äro företeelser i de gradvis vexlande grundformerna, och således tillhöra organismens *enhet* till sig sjelf.

Häraf skälet, hvarföre en *rätt betänkt* uppfostran icke kan afse blotta sinnets och förståndets utveckling (det dynamiska) utan måste syfta till organismens *Helhet*, d. v. s. äfven bestämma huru ynglingen bör näras, badas, härdas i luften (det kemiska) för att icke genom veklighet förslappas, och tillika anordna hans rörelse, hvila, kroppshållning och tekniska färdigheter m. m. (det mekaniska). Endast detta tillhopa är en fullständig uppfostran. Häraf äfven skälet hvarföre en sjuk ej allenast får sig bestämda de läkemedel och födoämnen, som äro honom gagneligast (det kemiska), utan äfven hans rörelse, hans ställningar under hvilan (det mekaniska), och det sätt hvarpå hans kinkiga lynne m. m. måste behandlas (det dynamiska). Endast detta tillhopa är en fullkomlig sjukvård. Som hufvudämnet för denna bok är den mekaniska behandlingen af menniskoorganismen, så börja vi med att först betrakta denna grundform.

6.

Den mekaniska grundformen.

Allt, som lefver, rörer sig; ty Lifvet i förening med materien är sjelft en fortsatt förändring i tid och rum. Men vehikeln för en frivillig rörelse är muskelkraften (den mekaniska grundformen), fastän dennes förmåga att röra sig är lifskraften sjelf d. v. s. det dynamiska i förening med det kemiska och mekaniska. Denne senare agenten kan höjas eller nedstämmas, antingen genom kemisk eller dynamisk inverkning. Starka drycker och häftiga sinnesrörelser bevisa både det förra och det senare; och båda förenämde agenter tillhopalagde göra inverkningen ännu större, såsom vid feberyrsel, fallandesot m. m. förnimmes.

Då nu den mekaniska grundformen blott är *en*, så måste äfven lagen för dess yttringar vara blott *en;* och då man med ordet gymnastik vill uttrycka rörelser, som äro *enliga med menniskoorganismen*, så måste gymnastiken, ehuru mångfaldig i sina former, dock alltid vara blott *en* till organismens idé. Sålunda sammanfalla de olika begreppen af *aktif* och *passif* rörelse till *en och samma grundform*, nämligen organismens mekaniska agent. Rörelsernas olikhet bestämmes af subjektets olika behof, och de höra således blott till en och samma grundform antingen de i pedagogiskt afseende användas såsom ett *förvaringsmedel*

(preservatif) eller i medikalt afseende för att häfva en *redan framtrådd* sjukdomsform. Så i det ena som det andra fallet syftar gymnastiken att beverka organismens harmoni, och dess yttringar höra alltid till den mekaniska grundformen; fastän (såsom vi förut sagt i st. 3.) ingen af de tvänne andra grundformerna dervid bör förbises.

7.

Den kemiska grundformen.

Är den *mekaniska* grundformen blott *en*, så måste den *kemiska* äfven vara det; emedan, (som vi förut sagt, st. 3.) de begge äro blott *ett qvalitatift uttryck* af Lifvet förent med materien. Då nu den kemiska grundformen blott är en, så kan man lika så litet tänka sig denna flerfaldig, som den mekaniska. Häraf följer, att allt hvad vår organism tillegnar sig af den yttre naturen, står under *en och samma* grundform, nämligen den kemiska, och att likaså litet som den mekaniska grundformen kan sönderfalla i frisk och sjukrörelse, likaså litet kan den kemiska grundformen till sin *inre betydelse* sönderdelas i *läkemedel* och *födoämnen* (medikament och aliment). Allt som blifvit tillagadt i det stora köket, hvilket man kallar apotek, och i det lilla köket inom vårt hus, bibringas, emottages, förenas och söndras af

vår organism medelst samma organer och efter en och samma lag [5]).

En långt drifven *hunger* eller *törst* är åtföljd af allmän nedstämning i organismen, af feber, yrsel, raseri och omsider *döden*. *Mat* eller *dryck*, hvarigenom alla dessa sjukdomsformer och deraf föranledd död kunna häfvas, måste således äfven vara ett *medikament*, så vida det användes med afseende å subjektets stämning. Missbruk har förändrat allt: hvad som förr var mat är nu medikament och tvärtom [6]).

---

5) Må den inskränkta sjelfkärleken bele detta yttrande! Det vederlägges derigenom likaså litet, som det på minsta vis kan nedsätta den sanna medicinen från hennes vetenskapliga högsäte. Hennes värde som *vetenskap* utvidgas i samma mon, som hennes *inre* väsen framträder utan yttre flärd. Ett pulver eller piller betyda lika litet i materielt afseende, som en mekanisk vridning eller tryckning på en kroppsdel; men idén af dessa kemiska eller mekaniska formler, *rigtigt* använd till organismens idé, utgör bådas enda och sanna värde.

6) Tropikens kryddor äro nu mat för de förfinade klasserna, men medikament för vår bonde. En ringa portion af peppar kurerar

Man invänder, att rigtigt använda läkemedel yttra sig i organismen blott genom sin motverkan på vissa delar af densamma, och således mera partielt rigta sin verksamhet på den sjukliga delen. Detta är sannt. Men enahanda är också förhållandet med födoämnena; ty, såvida de icke äro *likartade*, måste de också hafva *olika beståndsdelar*, och följakteligen olika yttringssätt, d. v. s. olika *verkningssfer* i organismen. Vore det icke så, skulle organismen till sig sjelf icke kunna vara olika i dess större och mindre delar, och således äfven *likartad* både till sina allmänna och enskilta systemer. Man säger väl att starkare och svagare födoämnen, t. ex. kött, och vattensoppa m. m. afgifva samma organiska beståndsdelar. Vore det så, borde produkten af tvenne *olika* krafter (födoämnen), lagda till en och samma grundkraft (den organiska), utgöra en och samma summa, d. v. s. blifva alldeles *lika* i sin verkan, hvilket är orimligt. Således kunna olika födoämnen, hvarken i qvantitatift eller qvalitatift hänseende meddela kroppen samma organiska beståndsdelar, hvilket äfven förnimmes af den olika verkan, som

---

honom, men icke de förra. Hvitlök, fordom ett nordiskt födoämne, såsom ännu hos Ryssen, har blifvit inskränkt till ett läkemedel hos oss.

hvart och ett födoämne har både *för* och *efter* matsmältningen. Försigtiga läkare gifva sjuklingen stundom endast brödpiller, sockervatten, m. m. Att tro det dessa ämnen icke äro hvad man förstår med medikament; emedan de såsom sådane blott *kunna verka på den dynamiska potensen*, vore äfvenledes origtigt och stridande mot det grundbegrepp af organismens *enhet*, som förut är framstäldt i st. 3.

Äfvenledes göres det inkast att gifterna icke kunna vara födoämnen. De äro det likamycket, som de hetsigaste kryddor eller som opium, hvars saft är hvardagsdryck för Österlänningen. Båda skada organismen, när de missbrukas; så äfven hvarje annat missbrukadt medel af hvad beskaffenhet som helst. Lagen för vår organism är den, att affjerma allt, som dermed ej bör eller kan förenas. Detta, säger man, är just fallet med gift; men huru kunde qvicksilfret verka ända till tändernas och andra delars förstörelse, om kroppen blott och bart reagerade mot detsamma? Däremot har man sett menniskor, som så vant sig vid att förtära gift, att de omsider icke kunnat dö, utan genom de största doser. Berättelserna om långsama förgiftningar t. ex. med aqua tophana o. d. torde bevisa att vid desamma, gifterna assimilera sig med krop-

pen. Då man mot febrar och andra åkommor använder arsenik, verkar väl detta genom reaktion, men alla födoämnen, äfven de oskyldigaste kunna sägas reagera på organismen. Förutan konflikt mellan denne och födoämnet, skulle detta senare hvarken kemiskt upplösas eller mekaniskt kringföras i kroppsdelarne, ännu mindre derå yttra någon verkan och således icke heller någon återverkan (reaktion). Formen, under hvilken dessa indigestibla ämnen gifvas, bestämmer visserligen till största delen möjligheten af deras assimilation. Sålunda verkar gullkulan blott mekaniskt genom sin tyngd, men gullpulvret kemiskt; emedan det under en mera fördelad mekanisk form, kan af sugkärlen upptagas. Likaså jernet, brukadt under samma former. Man har stundom sett menniskor dagligen förtära flintstenar och glasstycken. Är väl detta mera förenligt med vår natur, än metallerna och deras beredningar? Om däremot dessa icke verka annorlunda än som kaustika retmedel, så är ju detta allt, hvad som i allmänhet vinnes och åsyftas genom starkare kemiska inverkningar. Hvad man i allmänhet kallar medikament verkar fort på oförderfvade naturer, så äfven det man kallar aliment; men den sjuke blir icke frisk af det senare och måste ofta fåfängt försöka det förra. Det är merendeis blott en

qvantitatif, icke en *qualitatif* princip, som ligger till grund för detta. Om måttlighet i mat och drick är nyttig för den friske, måste hofsamhet i läkemedlens bruk äfven vara ett vilkor för den sjukes förbättring. Den mekaniska agenten är äfven i detta hänseende lik den kemiska. Okunnigt folk kallar det en stark natur, då dosen af det kemiska medlet måste fördubblas, men dels förhåller det sig tvärtom, dels beror detta af serskilta personers organiska mottaglighet för olika inverkningar. Så är det äfven med den mekaniska inverkningen. Den mest genomgripande sjuklighet är just den, som yttrar sig såsom torpid svaghet, hvarvid sjuklingen senast anger verkningen af en rörelse, hvilken hos friskare organismer strax förnimmes, t. ex. genom blodets kastning, lokalömhet m. m. Likasom inverkningen af ett kemiskt medel stundom framstår i samma ögonblick, som det meddelas kroppen, så framträder äfven den mekaniska inverkningen vid minsta beröring på en nerf utan någon synbar orsak eller mekanisk ändring i kroppens yttre delar.

Dessa likheter mellan den mekaniska och den kemiska grundformen skola fullständigare framställas i 13:de st.

8.

Den dynamiska grundformen.

Då hvar och en af förenämde tvänne grundformer, under hvilka de olika företeelserna framstå i vår organism, är blott *en enda*, så måste äfven den *dynamiska* grundformen, hvarunder lifvet i sin högsta potens framträder uti organismen, vara blott *en enda*, fastän den uppenbarar sig på oändligt olika sätt, allt ifrån förnuft intill den allraobetydligaste verkning eller förnimmelse i den allraminsta punkt af vår organism. Härigenom blifver också menniskan den fullkomligaste af alla varelser: Guds beläte, enligt skriftens uttryck. Men då menniskan ensam kan framstå, såsom det högsta, förmedelst sin högre fullkomlighet; så kan hon äfven bli den lägsta af alla varelser, om hon nedstiger från denna gudahöjd. Derföre har också endast hon pligter; men icke de öfriga djuren. Som kropp och själ göra menniskoväsendet till *ett helt*, så kunna de icke heller serskilt utbildas, utan på enderas bekostnad. Vilden och filosofen äro i detta fall lika lottade.

Det är tvifvelsutan orätt att i sitt urbegrepp vilja skilja lif och förnuft. Enligt hvad vi anmärkt i st. 3, är förnuft lifvet i

sin högsta frihet, hvarunder menniskan endast brukar den materiela vehikeln af formler; ty från begreppet menniska kan begreppet materia icke helt afsöndras; hon vore då blott en ande. Genom dessa formler är förnuftet d. v. s. lifvet i sin högsta betydelse, sig sjelft ovetande, fästadt vid ämnets bostad, jorden; fastän, förglömmande sig sjelft som individ, det endast söker sin frändskap med Alltet (universum).

Lifvet, organiskt beständt genom materien och förnimmande sig såsom *individ*, handlar, som sådant, endast dynamiskt, d. ä. medlande mellan det ändliga och det oändliga. Äfven i denna skepnad är lifvets *omöjlighet att hvila* likaså verklig, som då det, i fullkomlig frihet från materien, framträder som förnuft. Den dummaste kan tänka, om än väckt endast af sina sinnesverktyg; men han förnimmer icke sjelf, att han tänker; ty de materiela inverkningarne öfverväga hans förnuft. Så blir äfven tankspriddhet lätt förklarlig, nämligen genom en organisk ojemvigt, och orätt kallas detta *tanklöshet;* ty denne senare uttrycker materiens högre välde hos menniskan.

Man anmärker att många stora tänkare och skalder varit *lytta* eller *sjukliga;* att

man kan mista en arm eller ett ben, och likväl fortgår det dynamiska, och det kemiska förhöjes. Detta allt är i *vissa hänseenden* sannt; men månne icke dessa tänkare och skalder blifvit större, om deras kroppsförmögenheter varit fullkomligare? Den friskaste är icke i stånd af så starka själsansträngningar strax *efter* måltiden som *före* densamma; skulle då icke en sjukling äfvenledes bero af den kemiska inverkningen? Och har ej den lytta menniskan upphört, att såväl i kemiskt som mekaniskt afseende vara ett helt? Brist på viljans *fullkomligare* verktyg, således på hennes tekniska vehiklar, närmar henne ju till en lägre djurklass; ty *viljan* är lifvets frihet subjektift framställd, liksom förnuft är lifvets frihet objektift betraktadt. Således utgöra båda tillhopa menniskovarelsen i sin högsta betydelse.

9.

De tre grundformernas motsvarighet i naturen.

Det torde icke vara orätt, om man anmärker, att dessa tre grundformer hafva sina motsvarigheter icke allenast i menniskoorganismens egna företeelser, utan äfven i den yttre

naturen. Båda delarna tyckas lätt förklarliga, då nämde organism, såsom den fullkomligaste, måste på en gång vara en afbild af denna senare och tillika stå i det nogaste samband med sig sjelf, se st. 4. Vi finna således till dessa tre grundformer en motsvarighet i de tre *naturrikena*, hvari djurriket kan uttrycka den dynamiska, växtriket den kemiska, och metallerna den mekaniska grundformen. Det första, hvars former äro sferiska, uttrycker sig lika mycket genom sina stora organiska centralapparefjer: hjertat, lefvern, hjernan, som förnämligast genom viljan, och en högre dynamik. Det andra, cylindriskt till sina former, likasom magens inelfvor och blodkärlen, och till sitt lif fjettradt vid rum och tid, förenar med sig andra ämnen eller förenas med dem och har dymedelst en kemisk karakter. Det tredje, hvars former äro dels liniära, dels krystalliskt mångvinkliga och hvars lif endast kan yttra sig inom de trångaste beting af kohesion, attraktion o. s. v., har dymedelst det mekaniskas begränsning, fiberlinien och lamell-lagret, till sin bild.

Äfven kunna de tre zonerna jemföras med menniskoorganismens tre grundformer. Den heta zonen (den kemiska) har den högsta vextlighet och färgspel, de vildaste djur-

arter och menniskor. Den kalla zonen (mekaniska) har minsta färgspel och vextlighet, mesta mörker och berg, minsta antal af djur och menniskor. Den tempererade zonen (dynamiska) har jemvigt i vextlighet och befolkning, glädtighet och konstsinne.

I anseende till organismen sjelf, kunna dess tre grundformer anses hafva en motsvarighet i organismens tre hufvudsystemer, så i centralt som periferiskt hänseende. Hjernan är hufvudpunkten för nerfsystemet, hvilket tyckes representera den dynamiska grundformen. Hjertat och lungorna, hufvudsätet för cirkulationssystemet, samt lefvern och mjelten tyckas föreställa den kemiska grundformen. Armar och ben samt bålets stora muskelapparat kunna motsvara den mekaniska grundformen.

Äfvenledes finnes i menniskoorganismen en viss likstämmighet mellan de tre grundformerna och de trenne temperamenterna, af hvilka det *sangviniska* motsvarar den kemiska, det *flegmatiska* den mekaniska och det *koleriska* den dynamiska grundformen. Det fjerde eller det melankoliska (nervösa), en olikartad blanning af de föregående, är icke ett sjelfständigt temperament, utan snarare en sjukdomsform, och är derföre, ej utan

skäl, af nyare fysiologer uteslutet. Om man än ville antaga att dessa förenämde temperamenter äro orätt definierade af forntidens lärde, och man i stället ville anse dem efter ett nyare bedömningssätt, såsom härrörande af encephaliska förhållanden till hela organismens öfriga delar; så hafva de likväl samma motsvarighet till de tre grundformerna, hälst dessa, enligt hvad vi sagt i st. 3, endast äro till såsom nuancerade uttryck af Lifvet i förening med materien.

Likaledes kunna andra begrepp om menniskoorganismen bestå med dessa tre grundformer; ty *produktiviteten* är det dynamiska, *assimilationen* det kemiska, och *evolutionen* föreställer motsvarigheten af det mekaniska. Det första är naturens hemliga verkningskraft; det andra dess ofullständigare framträdande i organiska former och den tredje dessa formers högsta utbildning under de serskilta lefnadsperioderna.

10.

De tre grundformerna hos individen.

Som ingen materia finnes i verkligheten till, ty gudomligheten uttryckes endast deri-

genom, att ingen punkt finnes, hvarest hon icke framstår, eller, såsom skriften säger: den är allestädes närvarande; så måste hvarje ting vara ett ting för sig sjelft, annars vore det icke till. Existens är derföre *bestämmelse af hvad ett ting är:* det vill säga, att det verkligen finnes. Men hvart och ett så kalladt oorganiskt ting blir äfvenledes organiskt just för det att det är någonting sjelft.

Då hvarje organism står i oupphörlig beröring med den yttre verlden, hvars inverkningar i flerfaldiga afseenden stundligen anslå den, och då en och samma organism äfvenledes beror af sina egna delars olika förhållanden sins emellan, så måste den, liksom allt annat i verlden, stå i en ständig vexling och aldrig kunna tänkas eller ett enda ögonblick vara *lika med sig sjelf;* ty lifvet kan icke tänkas annorlunda; då, säger jag, förklarar sig begreppet af individ (subjektivitet) förnämligast genom omöjligheten af likhet emellan två väsen, hälst de icke kunna hafva någon bestående likhet till sig sjelfva. Då nu ingen, hvarken i psykiskt eller fysiskt afseende, kan gifva någon bestämd egenskap åt en organism, hvilken deri förut icke haft sitt medfödda typiska anlag, så är individualiteten dymedelst räddad och den moraliska principen för hvarje individ sålunda orubbelig.

Själens och kroppens förmögenheter äro förut bestämda genom individens bestämmande, och deras utveckling är tidens verk; men derigenom bibehålles organismens enhet i ännu högre betydelse, och alla de moraliska band, som fängsla sjelfsinnet (egoismen), blifva dymedelst heliga i samma ögonblick, som menniskan sträfvar till en högre fullkomlighet.

Den beständiga konflikt, hvaruti hela organismen punktvis måste stå till sig sjelf, är, såsom uttryck af Lif, äfven ett uttryck af *frid*, och kan icke förnimmas förrän *sjukdom*, d. v. s. en rubbning inträffar i denna förut jemlika verkan och motverkan emellan delarna. Den *friske* förnimmer icke blodets omlopp, matens smältning, hjertats, lungornas och tarmarnas rörelser, m. m., och likväl är allt detta verkligheter. Det gifves under menniskans tillvaro här i tiden blott två momenter, hvarvid de trenne grundformerna kunna anses likstämmigt sammanverka, enligt den typ, hvartill deras produkt syftar; derföre äro också dessa de mest betydande för menniskovarelsen; de äro: existensens *början* och dess *slut*, d. v. s. organismens första inträde i tiden och dess allrasista trädande derur.

11.

Födelsen.

I sitt första moment, eller, ordagrannt taladt, i *aflelsen*, måste organismens alla tre grundformer, liktidigt verka i sin högsta fullhet. De tu äro då ett, som skriften säger: den manliga och den qvinliga principen sammanträffa i ett och samma moment och till sin högsta potens. Deraf njutningens höjd; deraf organismens nedstämning efteråt. Den, hos båda, liktidiga öfverspänningen af alla tre grundformerna måste beverka den förra, och den senare blifva genom isoleringen, desto mera ingripande.

Allt hvad som i detta moment är abnormt i de tre grundformerna hos det förenade dubbelväsendet blir orsaken till de ärftliga lyten eller sjukligheter, som hos fostret uppstå; och likasom sjukdomstecknet till formen skiljer sig från sjukdomen, se 17 st., så vexlar äfven ärftlig sjukdom sin form från ursprunget och visar sig de första åren blott som sjukdomsanlag; men framträder omsider efter utvecklingsperioden, i sin *urform*, likasom andra fullt bestämda åkommor. En venerisk far får friska barn, men smittan framträder inom få år. En venerisk mor får strax sjuka barn; ty den qvinliga

principen (passiva), är motsatt den manliga (aktiva). Att barnet strax blir sjukligt kommer icke deraf, att modren i sig burit fostret; ty då skulle en son eller dotter aldrig få fadrens, endast modrens lyten. Det är tvärtom mycket allmänt att sonen får modrens, dottren får fadrens lynne och lyten. Naturens mångfald i form fordrar detta, och på samma sätt kroisera ofta ärftliga lyten och krämpor i samma slägtlinier, och det är då begripligt, hvarföre hvarannan individ af samma ätt kan hafva förstånds eller kroppslyten, eller den lytta brodren får friska barn och den friska brodren lytta, oaktadt begges makar äro lika friska.

Dubbelheten af könsföreningen gör det möjligt för menniskan, den högsta bland alla organismer, att frambringa en sig likavarande organism, ty utom denna sexualhopsmältning skulle individen, såsom ensamt aflande och frambringande, dö, likasom plantan och insekten, och menniskan således aldrig kunna gå till sitt syfte här i tiden, och på detta vis *uppfylla jordena;* utan försvinna som dessa, sedan hon frambragt sin like. Derföre är också hermafroditismen ett uttryck af organismens ofullkomlighet, och denna form framträder mera hos djuren, ju lägre de stå i naturordningen. Derföre är äfven en lyck-

lig ägtenskaplig förening erkänd af alla tiders visa, såsom jordlifvets högsta sällhet. Existensens fortvarande måste genom fadersoch moderskänslan mista sin egoistiska skepnad, förmedelst de mödor och pligter, som dessa känslor ålägga.

Efter aflelsen (konceptionen) röjes organismens beständiga strid med den nya deri bofästade organism, hvilken ständigt söker att besegra den äldre. Dymedelst uppstår hos modren en beständig fluktuation emellan alla tre grundformerna och de framträda antingen som oro, under vako eller sömn, dysterhet, svartsjuka o. s. v. (dynamiskt) eller som kräkningar, åtrå efter onaturliga födoämnen m. m. (kemiskt) eller såsom kramp, konvulsioner m. m. (mekaniskt).

Alla dessa vexlingar beherrska organismen tills det vigtiga ögonblick inträffar, då lifvet och döden stå på hvar sin sida om modren. Då verkar i olika momenter än den mekaniska kraften i sin högsta potens, och de andra två tyckas hvila, än åter emellan verkarna är dynamikens välde högst: hopp och ömhet vexla om under dessa ögonblick. Endast i abnorma förlossningar har den kemiska agenten öfvervigt redan i början. I naturliga förlossningar tyckes det dy-

namiska och mekaniska skifta, och det kemiska agerar blott neutralt, genom uttömningar ur lifmodren, och efter födelsen genom allmän stegring af hudutdunstningen. När den nya jordvarelsen framträdt i dagen, blir åter frid och hvila. Det dynamiska återtar nu sin högre magt hos modren; men fostret erfar den kemiska inverkningen genom luften, för att ur detta lifvets rike hämta sitt första verop. Det dynamiska slumrar ännu hos fostret och dess mekaniska vehiklar försättas småningom i verksamhet; så måste det tillgå, om en varelse skall fullkomnas till menniska. Den måste då mogna långsamast af alla varelser; likasom eken, det starkaste af träd, vexer långsamt emot de svagare.

12.

Lefnad och död.

Lefnaden, existencen såsom fortsatt, kan kallas den yttre formens oupphörliga oscillation emellan den manliga och qvinliga principen; men menniskoåldrarne motsvara de tre organismens grundformer. Barndomen är obestämd både till ande och form. Den är elementernas undulation. Vågen har ännu icke stannat; den visar ännu icke om den

skall luta mera åt ena eller åt andra hållet. I ungdomen tycks den kemiska agenten verksamast; deraf denna beständiga oro och storm af passioner. I mannaåldren röjes en betydligare jemvigt mellan det kemiska och mekaniska; således framträder det dynamiska mera fritt; deraf den tilltagsenhet, den verksamhet och det mod, som utmärker mannen. I ålderdomen visar sig synnerligast den mekaniska agenten. Värme, matsmältning, verksamhet aftaga; minne, mod och glädje försvinna; och en hög ålderdom går, som man säger, öfver till barndom. Samma undulationer framstå i organismens systemer. Vi hafva förut, i st. 9, omtalat dessa grundformers likstämmighet i de öfriga organismens företeelser, och vi ämna, att ännu tydligare handlägga detta i 13 och 14 st. Men ännu återstår att orda om födelsens motsvarighet; döden.

Liksom tillblifvande är den högsta samtidiga potensering af alla tre grundformerna i menniskoorganismen, se 11 st., så kan man säga att dödsmomentet är en motsats dertill och dessa tre grundformers jemlika nedstämning i ett och samma moment. Man måste antingen förutsätta, att menniskan förnimmer huru och när hon dör, eller också att den dynamiska grundformen är lika ned-

stämd med de öfriga två. Allt sjelfmedvetande tyckes försvinna i dödsmomentet. Så äfven vid det vanliga insomnandet. Sömnen kallades derföre hos de gamle dödens broder eller afbild. Personer, som med yttersta mod gått döden till mötes på schavotten eller på stridsfältet, hafva gifvit lika litet tecken till förnimmande af detta moment, som enhvar annan derunder.

Är döden ett totalt öfvergående från det subjektiva, så måste den vara ett totalt öfvergående till objektiviteten, och varelsen dymedelst icke kunna förnimma sig såsom varelse (individ). Aflelsen och döden stå i detta afseende på samma indifferenspunkt.

Således tyckes att, i döden, det dynamiska måtte vara lika litet hufvudagent som det kemiska och mekaniska. Lifvet och materien äro liksom återförsonade i detta sista ögonblick, och fastän deras afsked ofta är smärtans högtid, en motsats till aflelsen; så blir dock följden af detta afsked frid, då tvärtom aflelsens följd blifver strid. Lifvet tyckes stundom liksom bereda sig till denna skilsmässa från materien; ty vanligen förhöjes det dynamiska kort före döden, antingen genom religiös undergifvenhet, såsom hos lungsigtige, eller genom en heroisk ståndak-

tighet, såsom hos nervsvage, annars så ytterst retlige, eller genom en våldsam yrsel, såsom hos febersjuke. Äfven den kroniske sjuklingen känner sig må bättre kort före döden. Ja, de som hastigt dö af slag, hafva vanligtvis kort förut en dynamisk öfverspänning, såsom munterhet, lättrörlighet, vrede, o. s. v. Öfvergången till denna dynamiska lyftning är ofta motsatt den materiela förnedring, hvari den döende under sin lefnad framstått. Den snålaste varelse utdelar då sina förut så kära, samlade skatter. Gudsförnekaren, som under sin lefnad trotsat både död och evighet, blifver oftast, antingen af vek fruktan eller ren omvändelse, öfverförd till de mest religiösa betraktelser; och den hatfulle, hvars sinne ingenting kunnat förmildra, räcker i detta vigtiga ögonblick en försonande hand till sin fiende. På detta sätt besannas uttrycket att **döden är lifvets seger.**

Materien söker väl också ofta att arbeta sig opp genom en känsla af hunger eller törst o. s. v. kort före döden, men det är blott en afskedsmåltid, som den begär. Att fullständigt utveckla det vigtiga ämnet om existensens fortfarande efter döden, hörer icke hit; likväl fordrar sambandet med det föregående, att några ord yttras derom. Såvida man icke antager, att anden, efter detta

jordlif aflägganden all kroppslighet, absorberas i Allifvet, gudomlighetens högsta idé; så torde den satsen kunna gälla, att såsom den materiela begränsningen *här i tiden* bestämde individens varande, så måste äfven lifvet i en mera förädlad omslutning kunna tänkas *individuelt fortgående;* ty annars blefve individen genom döden detsamma som Gud, d. v. s. oändlig, sig sjelf bestämmande. Menniskoanden, fortlefvande i en mera utvidgad sfer, känner deremot icke den begränsning, som vidlåder kroppsligheten här nere i tiden och rummet. Måhända båda dessa begrepp öfverensstämma med vår heliga skrift: i förra fallet heter det, att den döde får se Gud ansigte mot ansigte; i senare fallet gäller begreppet om de dödas uppståndelse, eller som apostelen säger: en ny ande och en ny kropp förvänta vi genom Herrans kraft.

13.

De tre grundformernas likstämmighet i organismens yttre företeelser.

Vi hafva i det föregående sökt visa de tre grundformernas motsvarigheter i den yttre naturen och i menniskoorganismens allmänna lagar; vi kasta nu ögat på de i densamma

serskilta företeelser, hvilka väl stå under dessa lagar, men ändock hafva individualitetens begränsning.

Betraktad såsom ett enda helt, har menniskoorganismen sin *yttre* och *inre* likstämmighet för hvarje grundform, d. v. s. alla de fenomener, som medelst yttre ting kunna mekaniskt beverkas i menniskoorganismen, hafva uti densamma sin gifna grund, liksom hvad af yttre ting kan kemiskt beverkas i vår organism, har i densamma sin motsvarighet, allt med vilkor af graduerad förändring efter organismens helso eller sjukdomstillstånd. Samma förhållande röjes i det dynamiska.

Men denna likstämmighet är icke nog. Organismens enhet fordrar, att äfven uti individens minst betydande förhållanden, den strängaste likstämmighet måste finnas emellan dessa tre grundformer, d. v. s. att alla de yttre fenomener, som den kemiska agenten kan beverka, kunna äfven likstämmigt af den mekaniska eller den dynamiska agenten frambringas.

En hvar vet att svettning, kräkning, samt hvarje annan afföring, äfvensom yrsel, glädtighet, matlust, sömn kunna åstadkommas genom kemiska medel; fastän olika hos olika subjekter. Samma fenomener kunna

äfven, till mindre eller högre grad genom dynamiska medel väckas hos personer med retbar natur, t. ex. genom långsam oro, genom hastig sorg, genom stark vrede eller våldsam förskräckelse, genom muntert bordsällskap, en icke underhållande läsning eller samtal, genom mycken tankeansträngning, genom en glad omgifning o. s. v.

Likaledes kan man äfven genom mekanisk inverkning uppväcka yrsel, t. ex. om man vrider sig några hvarf omkring, med ögonen starkt fästade på en viss punkt, som är lodrätt öfver hufvudet. Så kan man äfven uppväcka kräkning medelst sjögång, våldsam gungning eller också blott med ett finger, satt i gomhvalfvet, verka matthet och svettning genom öfverdrifven kroppslig ansträngning, och efter en overksam stillhet uppväcka liflighet genom en måttlig rörelse, samt befordra sömn, matlust och öppning. Berörde mekaniska inverkningar äro företeelser, som den okunnigaste känner, och likväl hafva senare tiders lärde förbisett dem, af idel uppmärksamhet på den kemiska agenten allena.

Men det, som man minst bemärkt, är att rörelse äfvenledes kan *kyla;* ty man har liksom på förhand uppgjort att rörelse kan endast *värma*. Den gör det visserligen, då

fråga är om *sund* behöflig värme; men den nedstämmer den *osunda*, af yttre eller inre orsaker, beverkade upphetsningen. Betraktom bonden, i stark solhetta arbetande på ängen; hans kropp är vida mindre het än den rike lättingens, som i sitt skuggrika rum sträcker sig på en kylig rörsoffa; och hästen, som, efter starkt springande, ledes omkring, afkyles deraf hastigare, än om han strax får stå stilla. Han kunde icke blifva svalare under denna omkringledning, om rörelse endast värmde; ty rörelsen, ehuru ringa, skulle då, om icke föröka, åtminstone underhålla samma temperatur i kroppen. En yngling eller hetblodad man, som i sängen plågas af värme, blir afkyld om han går häftigt af och an på kammargolfvet, oaktadt han är påklädd och har vida mera betäckning än då han låg i sin hårda och kyliga säng. Dansarn, flytande i svett, går häftigt fram och åter i danssalen, der samma utdunstning af ljus, svett och starka drycker fortfar, och han blifver ändå svalare. *Svettning kyler*; och detta, jemte förändringen af de olika vinklar i muskler, ådror, m. m., som i den ena och den andra rörelsen måste uppstå, utgöra tillhopa afkylningen möjlig, oaktadt kroppen röres. Men det säkraste beviset är, att en person, som är i full svettning, t. e. i handen, på ryggen o. s. v., äfven kan

genom yttre mekanisk inverkning, inom få ögonblick afkylas.

Värme är således icke en uteslutande följd af rörelse; en jemt fördelad värme uppstår endast om kroppen rörer sig efter sitt behof. Derföre kan hos en sjukling, som svettas vid hvart steg, denna mattande utdunstning häfvas genom afpassad rörelse. En hvar vet att kallbad efteråt värmer; att man ock kan bringas till svettning om man dricker en mängd kallt vatten, och att man tvärtom kan afkylas genom ett lagom varmt bad, äfvensom man ofta fryser efter hetsiga drycker; bränvin kan t. e. likaså väl kyla som värma, hvarföre skulle då rörelse endast kunna värma, icke kyla? Den sanna likstämmighet, som finnes emellan organismens större sferer, måste äfven finnas mellan dess mindre. Men vi böra erinra, att den öfverdrifna hetta, som åtföljer febersjukdomar, kan af ingen rörelse nedstämmas; ty dess väsen är helt annat än den värme, som genom rörelse eller yttre ögonblicklig inverkan uppväckes i vår organism. Vidare härom i nästföljande stycke.

14.

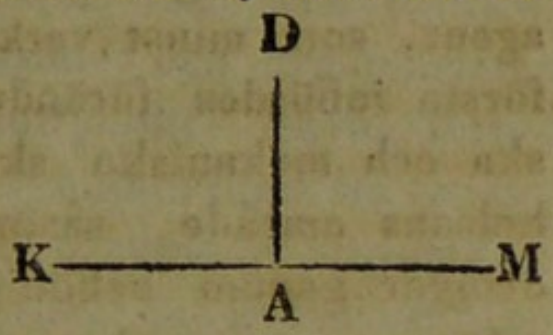
De trenné grundformernas sammanverkan inom organismen.

Naturen alltid lika *oändlig i mångfald som följdriktig i sin enhet af medel*, tillåter icke att någon af dessa tre grundformer fullkomligen saknas vid någon enda företeelse i menniskoorganismen; ty denna organism upphörde då att vara *Ett Helt;* men hon befaller att en af dessa grundformer skall hafva öfvervigt vid hvart fenomen, och att således genom en beständigt afändrad olikhet emellan alla dessa tre hufvudyttringar, en sig, ända till oändlighet, utvecklande växling i fenomenerna skulle uppstå. Sålunda verkar det kemiska ämnet dynamiskt genom sin inre betydelse af Lif, och mekaniskt genom sin tyngd och retning; det mekaniska åter verkar kemiskt medelst förändring i vätskornas fart och värme, samt dynamiskt genom lifsverksamhetens allmänna eller enskilta stegring i serskilta kroppsdelar; det dynamiska verkar kemiskt och mekaniskt såsom grundorsak och ledare emellan dem båda.

Organismens mekaniska och kemiska agenter kunna således anses som motsatta poler och den dynamiska såsom den linia, hvilken i obestämd vinkel emot dem utgår

från deras indifferenspunkt. Ömsesidigt öfvervägande hvarandra närma eller fjerma de sig denna linia; ty hon är upphållaren i naturens våg, eller rättare: hon är naturen sjelf d. v. s. lifskraften eller det inkarnerade Lifvet, och de öfriga två blott vilkorliga betinganden för det skenbara eller materiela i Lifvet.

För att gifva mera åskådlighet åt denna sammanstämning af de tre grundformerna, vilja vi föreställa oss dem [7]) under nedanstående symbol, hvari D betecknar det dynamiska, K det kemiska, M det mekaniska och A Lifvet i sin högsta potens, och följaktligen utgångspunkten för alla tre hufvudagenterna.



Om punkterna K och

7) Som menniskoorganismens mekaniska grundform är hufvudämnet för denna bok, så förbigår man här allt, hvad nyare forskningar utspanat af dess kemiska grundform, och försöker med geometriska bilder åskådliggöra organismens inre och yttre företeelser, helst det är omöjligt att utfinna ett språk, som i alla länder kunde gälla och tillika uttrycka den oändliga mångfald af mekaniska inverkningar, hvilka en sann gymnastik innefattar.

M tänkas i fortfarande jemvigt och D lodrätt, således rätvinklig till dem, betecknar detta en fullkomlig organism; men en dylik är ett ideal, hvars verklighet i vår tid och verldsdel icke kan finnas, se st. 5. Olustighet, krämpa, sjukdom d. v. s. organismen mer eller mindre rubbad ur sin jemvigt, kan således bildvis föreställas om K eller M punkten mer eller mindre stiger, mer eller mindre sjunker.

För att åter häfva ojemvigten fordras då hufvudsakligen att öka förmågan hos den agent, som minst verkar. De vanligaste och första inbördes förändringarna på den kemiska och mekaniska skalan höra ännu under helsans område, såsom inbördes vexelförändringar genom behöfliga födoämnen och rörelser m. m. Graderna dernäst tillhöra redan ett abnormt tillstånd, yttrande sig såsom sjukkänsla t. ex. af trög matsmältning, olustighet, illamående af för liten eller för mycken rörelse o. s. v. Vid större rubbningar i organismen, framstå ännu större förändringar mellan punkterna K och D, eller M och D. Ordentliga sjukdomsprocesser: feber, fallandesot m. m. inträffa, och ju större missförhållande emellan förenämde punkter, desto farligare och och ohjelpligare sjukdomsform antydes deraf. När öfvervig-

ten af M eller K skiftevis vexlar, är detta redan ett godt tecken, bevisande att ingen stående sjukdomsform ännu fullkomligen bemäktigat sig organismen. Tänkes åter punkten K nära till punkten D, d. v. s. om lifsprocessens kemiska aktion hastigt närmar sig den dynamiska, så får den mekaniska dymedelst en motsvarigt våldsam öfvervigt, såsom vid konvulsioner, stelkramp m. m. I ett motsatt förhållande får den kemiska agenten hastig öfvervigt, såsom i blodstörtning, nervslag m. m. Genom yttre indikationer tyckas stundom alla tre agenterna vara lika overksamma (de tre lin. söndrade) och organismen dymedelst stå på sin nollpunkt; likväl fortgå hemlighetsfullt dessa agenters innersta funktioner, fastän med högsta ojemnvigt sinsemellan, och det är liksom vore de redan skilda från punkten A. Detta fenomen kallas *skendöd*.

Då menniskoorganismen i sin idé alltid förhåller sig till sig sjelf såsom ett enda Helt, är det lika origtigt att uteslutande syfta mera åt den ena eller andra af dessa tre grundformer, enär fråga är om organismen i sin högsta betydelse såsom frisk; likasom det vid sjukdomstillfälle vore origtigt, att egenvilligt förbise *hvilkendera* af nämda tre organismens agenter man *hufvudsakligast* bör söka förhöja, fastän *alltid med hänsigt*

till de tvånne öfriga. Det vore således orätt att försöka gymnastiskt behandla en febersjuk, i hvars organism det mekaniska redan är i full öfvervigt, genom blodets påskyndade omlopp, andedrägtsorganernas häftiga rörelse, eller alla leders våldsamma skakningar.

Af det anförda skönjes, att ju våldsammare rubbningen är i organismen, desto hastigare och märkbarare brytes linien KM och antar vinklar eller bågar. Som nu den *kemiska* agenten är lika oskiljaktig från den *mekaniska* och *dynamiska*, som någon af dessa senare ifrån *den förra;* så måste det vara omöjligt att genom *blotta medikamenter* hjelpa en kropp i alla sjukdomstillfällen, hvarföre läkare äfven ofta ålägga patienten *rörelse*, eller anbefalla honom *förströelser* med läsning o. a. d., ja, esomoftast endast gifva honom så kallade palliativer, åsyftande en dynamisk inverkning, se st. 8. Men i sådana fall, der han inser den kemiska inverkningens otillräcklighet, och finner att patientens sjukdom alltjemt fortfar, der måste då det *kemiska* icke vara *den* grundform, genom hvilken helsan skall återbringas, och således en af de andra två, antingen den dynamiska eller mekaniska, vara den, som man bör begagna. Ty lika så origtigt som det vore att ålägga

en frisk att endast äta och dricka, aldrig söka rörelse eller förströelse, lika origtigt måtte det vara att alltid i sjukdomstillfällen uteslutande begagna blott den kemiska agenten, hvars identitet, såsom medikament och aliment, vi redan förut omtalat i 7:de st. Förfares på detta sätt, så göres *denna agent* till den *enda* verkliga potensen i vår organism, och de två andra densamma underordnade. Olika åldrar fordra olika födoämnen, och hvad magen förut tålt, blifver med tiden ofta skadligt; likaså blifva under sjuktillståndet näringsämnena förändrade. Man säger ju vid allvarsamma sjuktillfällen, att patientens kropp *är för svag*, att *inga läkemedel* mera kunna verka, o. s. v. Det är då icke *läkemedlet*, som direkt verkar, utan organismen sjelf, hvilken tillegnar sig detsamma, så länge den är retbar, det vill säga, så länge den såsom *ett Helt* kan verka, och detta Hela yttrar sig icke under en *enda* grundform, utan under alla tre tillsammantagne, såsom här förut ofta blifvit anmärkt; annars skulle, sedan man en gång funnit ett läkemedel, som återbragt en kropp till helsan, denna kropp icke kunna dö, så vida den alltid begagnade detta medel. Det är just det växelvälde, hvilket det mekaniska, kemiska och dynamiska tillhopa utöfva i vår organism, som gör, att den aldrig kan vara

densamma till sig sjelf, således alltid dödlig d. ä. förstörbar; och likasom aflelsen är de tre radiernes D, M, K liktidiga *utgång* från Lifvet i sammanbindningspunkten A; så är döden dessa radiers samtidiga *söndring* från punkten A.

15.

Grundformerna i psykiskt afseende.

Vi hafva redan i början (st. 2) anmärkt, att lifvet är det Gudomliga, hvilket i *allt* bestämmer tillvarelsen (existencen), och ingen lär då med rätta kunna tillvita oss materialistisk ensidighet, då vi säga att de trenne grundformerna äfven bestämma individens psykiska egenheter. Vi hafva tillika försökt att i fysiskt hänseende, genom symbolen af en våg, åskådliggöra dessa grundformer; och denna symbol blifver kanske ännu mera beståndande, så vida man rätt afser vår mening i det följande.

Likasom häfstångens förlängande från A till K eller från A till M föröker verkningen hos K eller M, så höjes den kemiska eller mekaniska agenten, ju mera dess utändar fjerma sig från Lifspunkten A.

Således se vi aldrig en mycket stor och starkt frossande individ liflig. Dess dynamiska agent är likasom undangömd i den materiela massan, och framträder endast som högmod, bitterhet, o. s. v. Derföre hafva också mycket storvexta personer sällan fortplantningsförmåga. De gamle valde mycket stora och föra män till herrskare; men de gjorde det icke, såsom en snillrik författare [8]) sagt, i öfvertygelse om dessas psykiska förmåga, utan på grund af deras fysiska öfvervigt: en nödvändig egenskap under fordna näfverättstiden.

Men likasom det kemiska och mekaniska, d. v. s. organismens materiela uppenbarelser, förökes genom sitt fjermande från lifspunkten A, så måste tvärtom det dynamiska förlora uti intensitet genom sitt fjermande ifrån A. Häraf den ytterst subtila angifning, som röjes i den dynamiska grundformen vid minsta sinnesretning, allt efter som subjektet är svagare, det vill säga: ju mera linien D är *utdragen* från sitt ursprung A; ty genom detta fjermande kan lifvet (A) icke framstå fritt (såsom förnuft); emedan det dynamiska måste ständigt oscillera emellan sin egen punkt D och lifspunkten A samt de båda materiela yttringspunkterna K och M.

---

[8]) Jean Paul.

Lifvet (punkten A), det oändliga, kan icke minskas eller ökas; men, såsom vi förut nämt, kan dess inkarnerade representant lifskraften förändras och yttra större eller mindre intensitet, d. v. s. linien D (det dynamiska) kan förändras i sin *längd* och sin *rigtning*: ett fenomen häraf är *galenskap*, hvilken har antingen en kemisk eller en mekanisk grund; också lutar dervid linien D antingen åt K eller M linien. Derföre äro galna både handfasta och storätare. Deras vansinne yttrar sig antingen genom öfverdrifven kättja, högmod, trätsjuka, o. s. v. (allt kemiska yttringar af blodets ojemna kastningar till det mentala eller animala systemet); eller också äro dessa galningar, oaktadt deras stora kroppsliga styrka, stela, dödströga och slutna för alla intryck. Men om punkten D fjermat sig så långt ifrån A, Lifvets fria tillstånd (förnuftet), att det dynamiska sålunda fullt förlorat sin intensitet, såsom organismens upprätthållare; då plägar vansinnet yttra sig i religiösa, mjältsjuka eller öfverlärda grubblerier och är då mera mildt, d. v. s. mindre materielt till sin natur, fast det uppstått och tilltagit genom den onaturliga rigtningen från A punkten i stället för att närma sig till densamma; ty ju längre denna linia D-A blir emot vågbalken K-M, ju mera måste den minsta vibration i denne senare in-

verka på D-A. Må man icke förtyda denna bild! Min mening är icke att D linien skall förkortas så mycket, att den nästan faller in i punkten A; ty då skulle materien eller timligheten för en sådan jordvarelse upphöra, och han beständigt handla mera såsom ande, än som menniska.

Vare detta en inledning till att förklara den sinnebild af det psykiska, vi nu ämna framställa. Om vi tänka oss linien K-M dragen i *oändligt* olika vinklar mot D linien, antingen liggande *rät mellan sina utändar*, eller ock *vinklande sig sjelf vid punkten A;* samt oändligt många bågar, som, dels koncentriska, dels icke koncentriska, i hänseende till punkten A (Lifvet), med rigtning från K mot D eller från M mot D stundom skära D linien, stundom icke hinna till densamma, då skulle vi genom dessa bågars *olika långd*, deras *olika afstånd* från punkten A, samt deras *olika rigtningar* mot densamma, måhända kunna föreställa oss huru psykiska anlag hos olika individer olika graderas; ty häraf uppstår en oändlighet: 1. i vinklarnas grader, 2. i bågarnes längd och 3. i radiernas längd, hvilken oändlighet motsvarar hvad vi förut ämnat framställa, nämligen den eviga nuanceringen, som är dels emellan individer i allmänhet, dels hos hvarje individ till sig sjelf i olika momenter.

Cirkeln, hvilken alltid varit det oändligas symbol, kan väl också här lämpligast brukas såsom sinnebild af det psykiska (Lifvets, Oändlighetens faktor i tiden). Längden eller kortheten i cirkelns radier visar det fysiskas närmande till, eller fjermande från medelpunkten, således Lifvet i sin högre eller mindre frihet, d. ä. *förnuftet i sin högre eller ringare förmåga.* Som hvarje cirkel innehåller fyra räta vinklar, så kunna de grader, som uppstå i de vinklar, som vågbalken K-M gör mot D linien, visa det fysiska systemets afändringar, i likhet med hvad vi förut sagt, och detta allt i förening med det psykiska systemets afändringar hos olika individer, sålunda den fysiska och moraliska existensen, sedda i en och samma symbol.

Den till medelpunkten A närmaste bågen skulle då föreställa de högsta anlag eller karakterer, i hvilka det dynamiska är högst uttaladt och så vidare, allt som bågarne utvidgas och deras radier förlängas åt den kemiska eller mekaniska potensens utändar. Likasom dessa två grundformer i fysiskt afseende molekulsvis närmas eller fjermas i sina linier; så måste i psykiskt afseende ett evigt olika närmande och fjermande finnas emellan alla tre grundformerna.

När bågen öfvergår från M linien, men slutar på längre eller kortare afstånd från K linien, eller tvärtom, eller också, likásom sönderfallande, obetydligt berör alla tre linierna M, K, D, då kallas individen obestämd, utan egen grundkarakter. Detta är den vacklande principen: organismens hermafroditism, om man så må yttra sig. Det är måhända icke orimligt, om man säger att sjukdomsformernas gradationer på detta sätt skulle kunna åskådliggöras, enligt temperament och öfriga fysiska och psykiska biförhållanden, hvilkas identitet med de tre grundformerna vi förut omtalat i 9—12 styckena.

16.

Sambandet mellan det fysiska och psykiska.

I afsigt att mera förtydliga den nyss framställda symbolen, torde det vara lämpligt att vidare orda om den psykiska gradvexlingen i förening med den fysiska; ty båda två, bestämmande samma individ, måste utgå från Lifvets och materiens hemlighetsfulla förbund i tiden. Huru öfvervägande det förra är mot den senare, inses lätt, då man betraktar en hafvande qvinnas ringa materiela ersättningsmedel genom sömn och föda. De dubbla

kemiska och mekaniska agenterne inom henne sjelf och fostret, utgöra tillhopa ett fyratal, hvilket hennes egen dynamik måste ensamt motväga; ty fostrets är snarare menlig än gagnelig för hennes väsen, emedan allt hvad fostret lider måste hon lida af, och om det lider förmedelst modrens lidande, så orsakar detta en dubbel ojemvigt hos henne. Derföre blir också qvinnans lynne dystrare efter hvarje nedkomst, om ock hennes helsotillstånd tyckes förbättradt och fastän hennes fantasi ständigt försätter henne i det sorglösa barnlifvet, hvar gång hon smeker eller sköter sina små. Men det är genom dessa Lifvets egna underbara företeelser, som dess oändlighet tydligast uppenbarar sig.

I menniskolefnadens (existencens) allmänna fortgång, gifves det tre multiplikatorer af organismens qvoter, motsvarande dess tre grundformer. Dessa heta *vilja*, d. ä. en mera dunkel eller redig sjelfförnimmelse (dynam.); *näring:* antingen födoämnen eller luft m. m. (kem.); och *rörelse* antingen sjelfständig eller beroende af organismens inre förhållande (mekan.). De yttra sig hvarje ögonblick olika, till och med uti en och samma organism och uti den allraminsta punkt deraf. Detta är icke slump, det är nödvändighet; ty likhet kan likaså litet finnas i

det minsta, som i det största. Funnes den, då vore Lifvet (det gudomliga) *ändligt*, icke oändligt, och det vore således det samma som materien, hvars uttryck är begränsning. Men *viljan* (det med materien förenade halffria Lifvet) öfverspänd till lidelse (passion) eller nedstämd till fullkomlig liknöjdhet, blir sjelf materiens slaf och, motarbetande sitt eget upphof (Lifvet), drifver hon det materiela allt längre från hufvudpunkten A (Lifvet i sin frihet, Förnuftet). Näringen, drifven till svälgeri eller också nedsatt till svält, nedstämmer den kemiska agenten, och *rörelse*, drifven öfver den fysiska kraften eller också nedsatt till lättja, förslöar den mekaniska. All öfvervigt tillintetgör jemvigten; och endast denne senare är uttryck af helsa, se 4:de st.

Lifvet i sin högsta betydelse är, bör och måste vara organismens beherrskare, och viljan är det i psykiskt afseende, som lifskraften är i fysiskt, således måste de tvänne materiela multiplikatorerna: föda och rörelse, närmast bero af den förra. Hvad yttre tvångsförhållanden inverka på henne, hör icke hit. Vi tala här om menniskoorganismen såsom ett *Enda Helt*, icke dess beroende af yttre beting, såsom luft, värme, ljus, o. s. v. Men emellan vilja och förnuft fin-

nes en medlare, som kallas *inbillning;* liksom emellan viljan och materien finnes en medlare, som kallas *förnimmande* (perception). Ett beständigt vacklande emellan dessa båda utgör det dubbelväsende, som röjes i vår natur: det mentala och animala, eller rättare: det rent menskliga och det rent djuriska. Blanningen af dessa båda utgör hvad vi kalla menniska i ordets hvardagliga betydelse. Framträdande, såsom en ren förnuftsvarelse, aflägger hon denna sfinxbild [9]).

Men då Lifvet förent med materien uttrycker sig under materiel form, såsom idé, måste de psykiska företeelserna kunna till någon del fysiskt angifvas. Många hafva vidrört detta hemlighetsfulla ämne, och, utan afsigt att utgrunda det outgrundliga i vår organism, vågar man här yttra några ord om den synbarligaste materiela vehikel för det dynamiska: nerverna. Dessa hjernans

---

[9]) Gradationerna i de psykiska företeelserna, torde förklaras i dessa få ord: att menniskan såsom förnuft-väsen först måste förnimma ett intryck (känsla), dernäst bestämma sitt eget individ efter detta intryck, sedan sätta den yttre naturen i bredd med sitt individ, och slutligen frântänka sitt individ och endast afse alltet (universum).

fortsättningar hafva sina rigtningar både från och till densamma, och nervsystemet torde således kunna anses som ett kommunikationsmedel emellan den högre och den blotta djuriska naturen. Vår organism, betraktad som ett Helt, måste förnimma allt, hvad som kommer inom dess sfer, så vida vi anse Lifvet för organismens regulator. Men hvad är detta förnimmande till sitt väsen? Om än vi kunna antaga att den sympatiska nerven, åtminstone medelbarligen, (invändigt genom ganglierna och på kroppsytan genom en utbredning, liknande den af synnervens i ögat), finnes vid hvarenda punkt af vår organism; så är den i alla fall blott en materiel vehikel för Lifvet, tillika med hela det öfriga nervsystemet; ett allmänt förnimmande yttras äfven af de lägsta djur, och man nämner det *känsel;* men de hafva icke redig uppfattning af det, som de förnimma. Vid sjukdomstillfällen är menniskan vanligtvis utan redigt medvetande, derföre kan äfven den skickligaste läkare sällan sjelf bedömma sitt tillstånd, då han är sjuk. Ägde sjuklingar ett redigt medvetande skulle de sjelfva ofta kunna förutsäga sin dödsdag, och hvarje medfödd eller åkommen krämpa skulle då rubba vårt mod och vår verksamhet. Lifvets Herre har äfven i detta fall beredt vår timliga sällhet.

Men om vi äfven antaga att förmedelst nerverna framstår i vår organism ett redigt förnimmande af företeelser, uppkomna inom eller utom densamma, skulle likväl hvarje uttryck oupphörligen repeteras igenom nerven sjelf, sedan den en gång emottagit detta intryck; ty, såsom lifskraftens högsta vehikel, är nervernas verksamhet störst d. v. s. minst begränsad af materien. Derföre finnes ingen del af organismen mera omöjlig för forskaren att i dess finare fördelningar utgrunda, än nerver och ganglier. Om de än afskäras på lefvande djur, äro de i samma ögonblick icke mera ett lifsorgan och deras qvarlefva eller kemiska beståndsdel kan icke lösa Lifvets stora gåta.

17.

Det animala och mentala systemet [10].

Oaktadt dessa stora hinder för forskningen, må det här vidare yttras öfver samma

---

10) Vi hafva här undvikit det vanliga uttrycket vegetatift Lif, och tro att det tillhör djuret, icke menniskan. Liksom vexterna i sig förena metallernas *icke sjelfrörlighet* med det vegetativa, så hafva djuren det vegetativa

ämne, och den frågan framläggas, om ganglierna i deras egna sammanställning till de öfriga delarna i vår organism, icke äro ett interpunkteringssystem i den psykiska och fysiska korrespondensen, och om icke, förutan dem, en och samma vilja och hvart och ett förnimmande skulle oupphörligen upprepa sig sjelft?

Skiljaktiga fysiologer hafva kallat ganglierna afledare och isolatorer, men detta röjer mera ett fysiskt än psykiskt syfte. Man anser också hjernan sjelf som ett stort ganglion. Detta bestyrker ännu mera nyss anförda gissning, såvida man vill antaga en viss centralpunkt för det dynamiska. Att de nerver som *återgå till hjernan* icke, såsom de ifrån ryggmärgen, hafva några ganglier, tyckes äfven bestyrka denna förmodan; ty blott de *utgående* nerverna, såsom kommunikationsmedel ifrån det mentala till det animala, behöfva denna interception, för att kunna endast och allenast fullborda sin funktion, såsom *utgående*. Strängarna på ett klaver måste förses med omlinningar för att hindra deras vibrationers fortsättning.

---

i förening med det animala (frivillig rörelse och lif), och menniskan har i sig det animala och mentala.

Vi ämna derföre icke säga att nerverna sjelfva äro lika med spända strängar; men antyda härmed endast den skenbarliga likheten emellan fortplantningen af ljudet och nervernas känslighet.

Nervernas tillstånd måste bero af kemiska och mekaniska inverkningar i de delar, till hvilka dessa nerver gå, och, försatta af dem i ett mera materielt förhållande, blifva de icke skickliga redskap för den högre dynamiska agenten; d. v. s. de få endast den mera förkroppsligade lifskraftens uttryck, icke det mentalas (Lifvets). Derföre måste de förökas i samma mon, som delarne, i hvilka de utbreda sig, höra till det mentala systemet. Häri ligger skälet hvarföre, i förhållande till nervernas storlek, det finnes flera ganglier i de delar, som tillhöra organismens lägre funktioner; ty allt, hvad som sker i organismens djuriska sfer, skulle annars affektera dess högre dynamik. Vore det åter så; skulle vi förnimma hvarje pulsslag, hvarje lungornas, hjertats, sugkärlens, muskelfibrernas och tarmarnes allraminsta rörelse, och vi skulle så beständigt öfverhopas af dessa oräkneliga materiela intryck, att vi icke vore i stånd af en enda redig tanke.

Ett abnormt tillstånd af detta slag är inbillningssjukan hos hypokondriska personer. De äro i ett beständigt förnimmande af hvad inom dem sker, *men detta förnimmande*, uppkommet genom en sjuklig overksamhet i ganglierna, såsom interceptionsmedel, *måste vara oredigt*, emedan allt, äfven nerverna sjelfva, beständigt aflekterade och aldrig hvilande, förmedelst gangliernas bristande interceptioner, måste oupphörligen retas. Ju mera dessa sjuklingar fästa tankarne vid sin sjuklighet, ju mera tilltager den. Detta tyckes äfven bevisa sjukdomens grundorsak; ty det är icke en dynamisk inverkning af sorg eller bekymmer, som verkar på dem, utan blott en missledd, ofta omedvetande, ansträngning att begrunda sig sjelf. Detta bemödande måste, enligt sitt väsen, nära sjelfva sjukdomen. När starka drycker eller någon passion, eller starkare rörelser satt de öfriga delarne af deras organism i öfvervigt, då utplånas för en stund denna egoistiska känsla af djurisk tillvaro. Äfvenledes tyckes stundom hafvande tillståndet röja en dylik känsla, men detta är mindre underligt; emedan ett annat väsen bestämt affekterar modrens; och man kunde nästan kalla hypokondrien ett onaturligt hafvande tillstånd. Derföre äro personer med denna sjukdom ytterst retbara och för att hjelpa dem, är den mekaniska a-

genten ofta säkrast, om den rigtas åt det af organismens systemer, som, enligt sjukdomens yttringssätt, tyckes vara mest i undervigt. Vanligast säger man att denna sjukdom härrör af underlifvets förslappning; detta är ock i så måtto rätt, som de djuriska funktioner, på hvilka desse sjuklingar mest rigta sin inbillning, höra till den lägre delen af vår organism; men ofta ser man hypokondrister, hvilkas sekretioner m. m. äro normala; således måste hos dem interceptionsvehikeln vara bristande och sjukdomens grund böra utletas efter de föreställningar, som de göra sig om sin egen varelse.

Om förberörde ändamål *kan tillåggas ganglierna*, då blir det också mindre outgrundeligt, hvarföre den ena individen kan alldeles sakna eller också hafva samma anlag, som en annan individ, och huru dessa anlag gradueras icke blott efter individ, utan också efter ålder, uppfostran och andra förhållanden.

Sålunda kunde, såsom en materiel vehikel, muskelfibrernas olikhet utgöra det, som vi kalla olika handlag eller mekanisk utvecklingsförmåga; likasom desse fibrers beroende af Lifvet, gradvis uttryckes genom nerver och ganglier. Det ena kan icke um-

bära det andra, om organismen skall utgöra ett Helt. Derföre hafva också små barn och mycket sjuka eller föråldrade personer föga psykisk eller fysisk förmåga. Vi se ofta huru svåra sjukdomar utveckla tröga, orklösa barn till liflighet. Det var då blott det materiela, som hindrade Lifvets högre verkning. Man skulle häraf kunna förmoda att *dumhet* mera är en fysisk än verklig psykisk bristfällighet; ty huru kan Lifvet (det Gudomliga) vara bristfälligt, utan förmedelst inkarnationen? *Låttja* är likaledes det materielas öfvervigt, och har ofta dumhet till sitt följe. Den kroppsliga overksamhet, hvilken esomoftast röjes hos en mera mentalt utvecklad person, är en följd af hans beständiga tankespänning. Den dynamiska agenten söker oupphörligt och onaturligt hålla sig nära vid A punkten; K och M linierna måste derigenom lida en förminskning af Lifskraft. Af samma skäl äro också småvexta personer i allmänhet mera ihärdiga, häftiga och rörliga än de storväxta, så vida ingen af hufvudagenterna i de förras organism genom serskilta omständigheter är undervägande.

Vi hafva förut (i 12, 13 st.) anmärkt den fysiska mångfalden i menniskonaturen. Denna sammanlagd med det psykiskas oräk-

neliga afändningar, måste frambringa den mest oändliga vexling i existencen och göra menniskan till det helas afbild. Häraf skulle vi måhända kunna förklara huru en sann mekanisk rörelse, eller en med organismen afpassad föda, kan potensera den dynamiska förmågan, äfvensom ett opassande födoämne, eller en börda på rygg eller bröst gör oss modfällda, ja, blott en obehaglig lukt eller en trång sko, stundom sätter vår dynamik i menlig stämning.

18.

Den yttre mekaniska behandlingens inverkning på organismens inre.

Innan man går längre i framställningen af *Rörelse*, torde det vara nödigt att först stadga begreppet om dess allmänna inverkningslagar. Mången har gjort och mången gör ännu den frågan, huru det är möjligt, att *en yttre* mekanisk handling eller behandling kan verka på de *inre delarna af vår kropp?* Svaret ligger redan i begreppet af detta sista ord. Enligt hvad vi sagt i 4 och 5 styckena måste vår organism, betraktad såsom *Ett Helt*, stå i den fullkomliga-

ste enhet med sig sjelf; ty förutan denna vore hau endast *delvis* lefvande, och utgjorde således icke *en* utan *flera* mindre organismer. Då en kemisk inverkning kan gå *ifrån det inre till det yttre* af vår kropp; — ty det näringsämne, som genom matstrupen nedsväljes, afsätter i jemlik fördelning till kroppens yttersta punkter de ämnen, hvilka den samma behöfver tillegna sig; — så måste äfvenledes en mekanisk inverkning kunna gå från *det yttre till det inre.* Utom detta samband, huru kunde väl cirkulation, nutrition o. s. v. vara möjliga? En merkurialsalva, som brukas *utvändigt*, verkar likväl invändigt; ja, ända till vissa delars förstöring, om den missbrukas. Förkylning är en yttre menlig inverkan af luften, som vanligast angriper hudens kärl samt slemmhinnan; men snart öfverflyttas den till bröst, mage, o. s. v.

Detta allt säger man är blott kemiskt och genom dess agent äro dylika företeelser möjliga, icke genom den mekaniska. Kan då den minsta kemiska företeelse i vår organism uppstå utan i förening med den mekaniska agenten? Ett motsatt begrepp skulle göra minst två organismer af en enda och således upphäfva dess begrepp om ett enda Helt. Vi förbise sugkärlens mekaniska funk-

tioner i vår kropp, och fråga huru en växt kan föda sig genom sina rötters och blads beröring med den yttre, så kallade oorganiska, naturen, och ifrån dessa föra de undfångna näringsämnena till hvarje punkt af sin organism? Sker ej detta likaså väl genom mekanisk, som genom kemisk beverkning; eller äro dess kärl annat än mekaniska befordrare af cirkulationen? Skulle då menniskoorganismen, den fullkomligaste af alla, vara urstånd att genom yttre mekanisk inverkning emottaga en inre förändring? Huru kan då en menniska dö af ett starkt slag för bröst, tinning, mellan skullrorna eller af en öfverstark lyftning? Ett kallt störtbad eller varm stråldusch verkar mera mekaniskt genom sin tyngd, än kemiskt genom sin temperatur, och det förnimmes likväl inom hela organismen.

Måhända det följande kan tydligare förklara den mekaniska agentens yttringar. Allt, som finnes i vår organism, antingen som en del af densamma, eller såsom ett främmande ämne, måste till ett visst moment hafva en viss rumfyllnad (volum); och hvarje förändring af rum hos en del förutsätter en motsvarande rumförändring hos den närmaste delen, o. s. v. i de fjermare, allt efter den första rumförändringens betydlighet i anseende

till volum eller ämne. Sålunda måste den obetydligaste vinkel, som antingen genom kroppens egen ställning eller genom yttre inverkning sättes på en nerv, åder, muskel, sena o. s. v, beverka en förändring i dess närmaste delar och vidare i aftagande fortsättning, tills första verkningen ifrån dess första grad blifvit fortsatt till dess yttersta grad; likasom dallringar i luften, vattnet m. m., slutligen förtyna. Har nu förenämde vinkel börjats vid de största delarna af nerv, åder, muskel m. m., så blir äfven, efter vinkelens storlek, förändringen i allmänhet desto större, hvilket tydligen erfares vid hvarje stöt eller yttre våld, som rigtas åt elastiska delar; ty de andra, hvilka icke äro elastiska och således, vid yttre angrepp, icke bilda någon inåtgående vinkel, emottaga angreppets första moment och brytas således; emedan de reagera liktidigt emot detta yttre angrepp.

Erfarenheten visar att olika slöjder och handteringar olika inverka på deras idkare, så väl i det yttre som inre af deras väsen. Äfven lär den oss att den minsta tryckning på en nerv retar den; en starkare smärtar den; en ännu starkare bedöfvar den och den allrastarkaste tillintetgör den. Om det icke vore så, skulle aldrig en stöt, lyftning m.

m., kunna i ett enda ögonblick döda, utan blott förstöra den närmast åtkomliga delen. Vidare säger erfarenheten, att man sofver bättre, äfven som sjuk, om man lägger sig i en viss, efter kroppen och bädden passande ställning. Hvad bevisar detta, om icke den mekaniska inverkningen på kroppens inre? Personer, hvilka besväras af något inre lidande, söka alltid en viss ställning mot bord, stol o. a. s., för att genom dessa yttre vinklar, lindra den inre smärtan. Denna deras sjelfgjorda ställning är också en säker ledare för gymnasten, i sjuktillfällen.

Äfven i qvantitatift hänseende, är den mekaniska inverkningen lika med den kemiska. Om, för att bringa jemvigten åter i en sjuklig organism, det blott berodde på ett yttre tings öfverstyrka, att häfva denna ojemvigt, och detta yttre tings kraft icke behöfde, till den allraobetydligaste ringhet, gradueras efter den sjukes tillstånd, då skulle icke eller det kemiska behöfva qvantitatift gradueras; emedan det i allt motsvarar det mekaniska, se st. 15.

Att ett *förtidigt*, *öfverdrifvet* arbete hindrar växten både hos menniskor och djur, är allmänt bekant; men häraf följer icke den slutsats, att en rigtig gymnastisk behandling

hejdar växten hos ynglingar. Många, till och med läkare, som erkänna gymnastikens nytta, tro detta, och förmoda att kroppen, i stället för att växa i längd, får ersättning i delarnes proportionela utvidgande och styrka. Det sista är sannt; icke det första. Det är blott ett förtidigt och för hårdt arbete, som hindrar organismens utveckling eller åtminstone fördröjer den. Men det finnas många småvexta personer, fast deras kroppar knappt röra sig till eget behof, långt mindre öfver detsamma. Att en kropp genom en afpassad rörelse får mera muskelmassa och fasthet, bevisar icke att den blifvit hejdad i sitt tilltagande i längden. Då det kemiska och mekaniska genom denna afpassade rörelse komma i behörig jemvigt till hvarandra, måste kroppens tillvext derigenom lika befordras på alla punkter och i alla rigtningar, enligt sin individuela bestämmelse. Detta visar sig också på skelettet tydligast; ty de motsvariga benen till höger och till venster, i ett normalt skelett, äro alltid lika till *längd*, fast olika i fasthet och tjocklek; emedan benpipan i den arm eller det ben, som varit mest öfvadt, förnämligast dragit nutritionen till sig.

Andra Afdelningen.

Grunderna för Pedagogisk Gymnastik.

INNEHÅLL:

Andra Afdelningen.

1.

Gymnastikens elementer.

Med gymnastikens *teori* förstås här läran om *kroppsrörelser*, *i enlighet med de lagar*, *menniskoorganismen framter.* Vi hafva i första afdelningen visat, att dessa lagar endast syfta till fullkomlig *likstämmighet* mellan organismens delar, och att *helsa* är uttrycket af denna harmoni uti organismen; men genom menniskans förhållande såväl till sig sjelf, som till den yttre verlden, och ännu vidare, genom menniskonaturens nuvarande förfall, måste gymnastikens elementer utgrena sig i *fyra olika* hufvudrigtningar: en *subjektift aktif*, en *objektift aktif*, en *subjektift passif*, och en *objektift passif.* Alla fyra dessa olika förhållanden hafva sin basis i de tre grundformerna, emedan dessa äro organismens potenser. I första fallet tänka vi oss menniskan handlande förmedelst *sin egen* kraft, för att underhålla och utveckla densamma; i andra fallet är hennes handling *en strid* med en

annan yttre kraft, hvilken söker tillbaka inverka på henne; i tredje fallet är hennes organism i en viss rubbning, uti hvilken hon mindre kan handla sjelf, än *låta sig behandlas*, d: v. s. emottaga mekanisk inverkning af *yttre* medel; i det fjerde eller sista fallet uttrycker menniskan blott sitt *inre väsen*, i förhållande till ett annat. Härigenom uppstå fyra hufvuddelar af gymnastik, hvilka kallas:

1. *Pedagogisk gymnastik*, förmedelst hvilken menniskan lär sig att sätta *sin* kropp under sin *egen* vilja.

2. *Militärgymnastik*, hvari menntskan söker, förmedelst ett yttre ting d. v. s. vapen, eller ock medelst sin egen kroppsliga kraft, under sin vilja, sätta *en annan yttre vilja*.

3. *Medikalgymnastik*, hvarigenom menniskan antingen medelst sig sjelf, i passande ställning, eller medelst andras biträde och inverkande rörelser, söker *lindra eller öfvervinna de lidanden*, som uppstått i hennes kropp, genom dess abnorma förhållanden.

4. *Åstetisk gymnastik*, hvarigenom menniskan söker att kroppsligt åskådliggöra sitt *inre väsen:* tankar och känslor [1]).

---

[1]) Det tyckes vid första anblicken, som skulle den ästetiska gymnastiken icke vara objektift

Gymnastikens totalbegrepp står i fullkomligt samband med hvad, i början af första afdelningen, blifvit sagdt om *enheten;* derföre äro gymnastikens fyra hufvuddelar äfven sinsemellan likstämmiga; ty de rörelser, som tillhöra hvar och en af dessa delar, måste vara *ett* med organismen. Den *pedagogiska* gymnastiken utvecklar det medfödda anlaget till *enhet* mellan delarna. I den *militära* sökes *enhet* mellan kroppen och vapnet, i förhållande till motståndarens yttrin-

---

passif utan objectift *aktif*; men då man jemför densamma med militärgymnastik (den objektift aktiva), så har man redan i den åstetiska gymnastiken afgjort, att densamma endast genom passivitet uttalar sig. När man först medelst tecken hotar sin fiende; och sedan mördar honom med ett vapen, så är den första tempo objektift passif; ty den uttrycker blott individets *inre väsen,* i förhållande till ett *annat yttre väsen;* men den andra tempo, hvari det hatade föremålet krossas, är rent af objektift aktif och tillhör således den militära gymnastiken. Detta skönjes tydligare af mimiken, och allratydligast af ett sannt konstverk: en bildstod, en historiemålning, o. s. v.; ty denna objektiviserar en menniskas eller en mytisk figurs inre väsen, likasåväl när den är i full hvila, som när den är i full strid.

gar. Genom den *medikala* söker man *återterställa den enhet mellan delarna*, som, genom deras abnorma förhållanden blifvit förlorad; och genom den *åstetiska* uttrycker subjektet den *enhet*, som är emellan dess *andeliga* och *kroppsliga* väsen. Således hafva alla fyra hufvuddelarna äfven ett *inbördes* samband; och den Gymnast, som förbiser enheten i och emellan dem, har ingen lag utan blott godtycket, eller modet, till ledare för sina handlingar.

Sedan allt begrepp om fysisk uppfostran försvunnit i vår verldsdel, har man gifvit konstgymnastiken: lindanseri, konstridning, equilibristeri m. m., ett större värde än densamma, som sådan, i verkligheten förtjenar [2]). Likväl har man denna att tacka, för det senare generationer icke ansett kroppsrörelser såsom helt och hållet *omöjliga* i vår tid; men den *ensidiga* utveckling, som konstgymnastiken har och måste hafva, på grund af sitt enda syfte, att *förvåna åskådaren*, är alldeles stridande mot de vilkor, vi förut antagit för menniskoorganismens *harmoniösa*

---

[2]) De Indiska jonglörerna böra härvid mindre strängt bedömmas; ty de syfta mera till likstämmig och mångsidig utbildning än de Europeiske, hvilkas konst är ytterst ensidig.

utveckling. I vår verldsdel och i vår tid kan denna slags gymnastik anses hafva samma upphof och verkan på samhällena, som fordom atletismen hade hos sydlänningarne; hvarföre Hippokrates, som sjelf dagligen begagnade och för sina patienter föreskref gymnastik, sade om Atleterna, att *de sjelfve icke visste om de hade en själ.*

2.

Begreppet om pedagogisk gymnastik.

Redan är i första afdelningen visadt, att endast organismens *enhet* till sig sjelf kan anses som uttrycket af dess verkliga tillvarande. Vi hafva äfven i föregående st. sagt att gymnastikens teori är läran om kroppsrörelser i enlighet med menniskoorganismens lagar; således måste *enhet* i densamma vara förnämsta syftet och medlet för nämde rörelser; ty all uppfostran, som verkar strid, antingen mot den ytre eller inre naturen, strider ock mot allmänna verldsordningen, således både mot delarna och mot det hela. Skall nu en harmonisk utveckling i delarne vinnas, måste man bortlägga den fördom, som vår tids så kallade belefvenhet bjuder, att endast öfva höger hand. Origtigheten

deraf inses lätteligen af den, som förstår, hvad en rigtig harmonisk utveckling vill säga; och mången har vid olyckstillfällen blifvit tvungen att, på gamla dar, lära med venster, hvad han redan bordt kunna såsom ung [3]).

Hvarje bemödande att utveckla menskliga förmögenheter, kroppens eller själens, är en uppfostran; således hvarje gymnastik äfvenledes en *läroanstalt*, och måste den, som sådan, vara till alla delar bestämd och allsidig, d. v. s. icke uteslutande rigtas åt någon viss del af kroppen; ty vanligtvis vill enhvar *hälst* göra, det han kan *bäst* göra, emedan detta är honom lättast; men på detta sätt blefve all gymnastik ensidig, och hvarje rörelse endast beroende af elevens godtycke, eller ock, såsom ännu oftare sker, ett ämne för gymnastiklärarens skryt och den okunniges beundran [4]).

---

[3]) Djuren, som icke hindras af den så kallade belefvenheten, hafva lika styrka och skicklighet så i båda frambenen som i båda bakbenen.

[4]) Många föräldrar vänta, att deras barn skola lära sig utmärkta konster genom gymnastik; men de bedraga sig, om de tro att den rätte Gymnasten bildar jonglörer. Må de be-

Hvar och en konstnär, liksom den, hvilken har ett yrke, som fordrar större teknisk färdighet, behöfver ständig öfning deri, om han icke skall förlora sin engång vunna kroppsliga säkerhet; och denna öfning är således äfven en gymnastisk uppfostran, fastän *ensidigt* rigtad till ett visst föremål, då den *pedagogiska* gymnastiken deremot måste vara allsidig, således icke syfta till en *uteslutande* konstfärdighet.

Vi hafva i föregående stycket sagt, att den pedagogiska gymnastikens syfte är att lära menniskan sätta sin kropp under *sin vilja.* I st. 16 af 1:a afdeln. är yttradt, att *viljan* är en, antingen *mera dunkel* eller *redig* sjelfförnimmelse. Den senare utgörer den *sanna* viljan; således kan här icke vara fråga om en vilja, som sträcker sig *utöfver möjlighetens gräns;* ty den är ett *oförnuft*,

---

trackta sina förut klenväxta eller klumpväxta älsklingar, och verkningen, af en rätt gymnastisk behandling, skola de finna i de unga kropparnes harmoniska utbildning. Om hvardagligt umgänge med barnen hindrar föräldrar och syskon att se den gradvis tilltagande liflighet och själskraft, som de förre medelst gymnastik erhålla, skola dock andra, som mera sällan se dem, erkänna dessa framsteg.

och blifver i en högre grad: vildhet eller galenskap. Muskelsferen och tyngdlagarna bestämma rörelsernas gränsor. En förnuftsvarelse bör icke sträcka sin vilja öfver sin verkliga förmåga, då sjelfva djuren genom blotta instinkten hejda sina företag efter deras kropps lagar. Vi hafva således engång för alla bestämt, att hvarje rörelse måste bero af menniskoorganismen; och hvad som går utom denna, är ett narrspel, lika *onyttigt* som *vådligt*.

Då nu ingen menniskokropp finnes, som icke behöfver rörelse, och hvarje kroppsdel, i mon af dess omfång, natur och betydenhet i organismen, fordrar sin lott i detta förvaringsmedel för helsan, så blir den obetydligaste öfning lika vigtig som den mäst konstiga; ja, den blir det desto mera, som den senare utgår af den förra. Yngre och äldre *kunna* gå; yngre och äldre *behöfva* likväl gå, såvida de icke skola vantrifvas; och hvad är gång annat än en jemn afvägning och ändring af bålets tyngd på nedre extremiteterna? Denna afvägning eller balansering blir då nödvändig att underhålla. Huru kan detta ske, med fullkomlig fördel för kroppen, om icke medelst en förenklad öfning, som bibringar jemvigt i förenämde kroppsdelar? Sålunda se vi huru man, för

att uppnå medlet af en sann gymnastisk utbildning och af dess underhållande, måste träda tillbaka till sjelfva urtypen för hvarje rörelse, d. v. s. återgå till denna rörelses allra enklaste tempo. Det småaktiga, som mången tyckes finna i en fullkomligen förenklad rörelse, försvinner sålunda för den, som förstår att rörelse är antingen *enkel* eller *sammansatt*. Att endast få begripa denna skilnad är en naturlig följd af nutidens brist på fysisk utbildning, och den slapphet, som deraf följer, vållar att man, äfven i intellektuel utbildning, allmänneligen söker öfverhoppa de första, enklaste begrepp i en vetenskap. Annorlunda var det med forntidens lärde, de voro män både till kropp och själ. Lagern prydde icke deras hjessa, medan fjunet ännu satt quar på deras haka. Emellan det fysiska och psykiska råder en likstämmighet, som vi icke förut anfört, den nemligen, att för dessa båda förmögenheter är det *enklaste alltid* det *svåraste*, och att, vid bådas utveckling, man likväl alltid måste *börja med det enklaste*. Detta är den en gång bestämda lag, för allt organiskt, i dess utvecklings process, ifrån den ringaste planta till den djupttänkande filosofen. All sammangyttring är strid mot *natur och mot förnuft*. Den lärde, som försöker att sjelfständigt tänka sig in i

ett vetenskapligt ämne, måste underkasta sig detta beroende, och den starkaste snabblöpare skall länge arbeta på att lära en enkel balansering, ehuru lätt den tyckes vara. Vi finne häraf att, i pedagogisk gymnastik, *ingen rörelse kan vara för enkel.* Hvad värde har väl ett alfabet, en cirkel, quadrat, eller triangel o. s. v. blott och bart såsom figurer? Likväl kan filosophen, astronomen m. fl. a. icke umbära dessa figurer. Såsom vehikel för vetenskapen få de ju en verklig betydelse? Så är det äfven med hvarje gymnastikrörelse, om den göres rigtigt; men fråntänkt organismens idé, är hvarje rörelse utan allt värde. Endast med hänseende till denna får den betydelse, och dess ovärde ligger då allenast i dess origtighet, antingen i fysiskt afseende, såsom *omöjlig*, eller i moraliskt afseende, såsom utan samband med det sanna pedagogiska, d. v. s. *likstämmighet i organismen;* ty den kropp, som icke har frid *inom sig sjelf,* är äfven i strid med sitt andliga väsen. Förslöade drinkares och veklingars retbarhet, äfvensom starka tygellösa slagskämpars okynne bevisa detta.

2.

Allmänna reglor för kroppsutbildning.

Såsom slutföljder (korollarier) af det som redan blifvit framstäldt, torde följande sattser kunna antagas, som allmänna grunder för kroppslig utbildning:

1. Gymnastikens syfte är att *rigtigt utbilda menniskokroppen, medelst rigtigt bestämda rörelser.*

2. *Rigtigt bestämda rörelser* kallas de, som hafva *sin inre grund i beskaffenheten af den kropp,* hvilken förmedelst de samma skall utbildas.

3. *Rigtigt utbildad* säges kroppen vara, *när alla dess delar äro i så fullkomlig likstämmighet sins emellan,* som möjligt är, efter hvarje persons enskilta anlag.

4. Menniskokroppen kan i sin utbildning icke hinna längre, än hvad de anlag medgifva, som inom den samma äro nedlagde.

5. *Genom bristande öfning* kunna de hos menniskan medfödda anlag *döljas*, men icke *tillintetgöras.*

6. Genom *origtig, ändamålsvidrig öfning* kunna dessa medfödda anlag ännu me-

ra hindras att framträda. En origtig öfning blir således mera till *men*, än till *gagn*, för likstämmigheten i kroppens utbildning

7. All *ensidig utbildning* gör rörelserna svårare både att lära och bibehålla, en *mångsidig utbildning* förenklar och lättar dem.

8. *Stelhet*, eller *orörlighet* i en viss kroppsdel, är hos många personer vanligast en *ensidig öfverkraft*, hvilken alltid åtföljes af motsvarande svaghet i andra kroppsdelar.

9. Medelst *jemt fördelad* ansträngning kan öfverstyrkan i en kroppsdel nedstämmas och svagare delars kraft förhöjas.

10. Det är icke vissa kroppsdelars *större eller mindre yta*, som bestämmer personlig styrka eller svaghet; det är *förhållandet mellan alla kroppens delar*, som bestämmer detta. Således komma här icke heller i fråga de ärfda sjukdomsanlag, sjelfvållande bräckligheter o. s. v. hvilka vidlåda vissa personer.

11. All verklig och *förhöjd* kraft är en liktidig samling (Concentration) i delarnes verkningsförmåga (aktion och reaktion). — Denna måste således yttra sig i ett och samma moment, om kraften skall nå sin högsta potens.

12. Helsa och kraft, i sin fullhet, äro således entydiga; båda bero af likstämmigheten mellan kroppens alla delar.

13. Då man börjar sin gymnastik i de allra enklaste urformer, kan man, steg för steg, gå till de allra svåraste rörelser, utan minsta fara; ty eleven känner sin kraft och vet hvad han gör och kan göra.

3.

Rörelsernas sfer.

Hvar och en af människoviljan beroende och med organismen enlig rörelseform är tankekroppsligt utförd; och likasom hvarje tanke måste hafva en förnuftssanning, hvarifrån den ena slutföljden ledes efter den andra; så måste äfven hvarje sann kroppsrörelse hafva en bestämd utgångspunkt, hvarifrån den skall beräknas, vissa punkter, hvarigenom den går, och en viss slutpunkt, der den skall uphöra. För att kunna bestämma den första (utgångspunkten) fordras att eleven intager en bestämd ställning, hvilken vi kalla *utgångsställning*. Men som *hvarje* activt rigtig kroppsrörelse måste ligga inom kroppens muskelsfer, så blir derjemte, för att bestämma de punkter, hvar-

igenom rörelsen skall gå, för att hinna den rätta slutpunkten, det oftast nödvändigt att dertill begagna ytre handräckning eller stöd.

Den rörelse, som eleven, allenast förmedelst sig sjelf, verkställer, utan stöd eller hjelp af machineri, kallas *fristående rörelse.* Sjelfva stödet åter utgöres antingen af *läraren* allena, eller af *machineriet* allena, eller också genom *handräckning* af en eller flere personer, så väl *med*, som *utan* biträde af lärarne eller af machineriet, och den eller de, som gifva stöd, måste altid sjelfva iakttaga en sådan ställning, som svarar emot de rörelser, eleven skall göra. Detta sker:

1. Medelst öfre eller nedre extremiteternas (lemmarnes) *fixering* på viss punkt af eleven.

2. Genom ledvinklarnes förändring i samma mon, som *elevens* vinklar förmedelst rörelsen afändras.

3. Derigenom att stöden ständigt behålla sin egen kropp uti fullkomlig jemnvigt, medelst en mot deras *kroppsytas* vinklar svarande *bas.*

Iakttages allt detta, är stödet säkert, men i motsatt fall blir elevens rörelse obe-

stämd och följderna deraf icke sällan vådliga.

4.

Rörelser utan machineri.

Lika enkel, som den pedagogiska Gymnastiken är, i syfte och användande, bör äfven dess *utöfning* vara. Den utföres medelst *rörelser utan machineri*, och *rörelser med machineri*, hvilka likväl både till begrepp och till form äro identiska, och endast skilja sig åt i grader af styrka samt i olika vehiklar och localförhållanden.

Rörelser utan machineri indelas i *enkla* och *sammansatta*. De förra äro vanligtvis aldeles fristående och utföras af eleven sjelf, *utan allt bitråde;* vid de sednare deremot gifvas de fasta punkterna för rörelsen af de *stöd*, som eleverna lemna hvarandra. De allmännaste fördelarna af denna slags Gymnastik äro: 1. Att rörelseformlerna äro så *enkla* att hvar och en kan fatta dem och kroppsligt förnimma deras syfte. 2. Att dessa rörelser kunna ske på hvad ställe som helst, ute eller inne, så väl på öpna fältet eller vägen, som i skolrummet eller gymnastiksalen. 3. Att ett större antal ele-

ver kunna på en oah samma gång verkställa dem, och således mycken tid derigenom insparas. 4. Att till dem icke erfordras minsta apparelj och således äfven dylika omkostnader besparas. 5. Att, genom dem, eleverna vänjas vid bestämdhet och uppmärksamhet, emedan hvarje tempo måste liktidigt utföras af flere. 6. Att de stöd, som den ena afdelningen skall lemna til den andra, väcka sinnet till hjelpsamhet och uppmärksamhet mot andra. 7. Att de, som göra stöd, äfven dymedelst få afvexlande rörelse, och således både de rörelsetagande och stöden på en gång få bestämda kroppsöfningar. 8. Att mera finkänsla af rörelsen bibringas de rörelsetagande genom lefvande stöd, än genom döda machineriet.

5.

Enkla rörelser.

En rörelse kallas enkel, då skenbarligen blott en viss kroppsdel utför den, men som hvarje rörelse måste hafva en utgångspunkt, så måste äfven andra kroppsdelar, såsom antagonister, deltaga i rörelsen, oberäknadt de muskeldelar, hvilka, som sådana, deltaga i hufvudagentens rörelseform.

6.

Sammansatta rörelser.

Dessa kunna ock så tillställas att blott en kroppsdel dervid agerar, och de öfriga äro passiva; eller ock deltaga, såsom vanligt, flere kroppsdelar deri; eller också alla kroppens delar, såsom vid Språng och svåra balanceringar. — (Till sammansatta rörelser höra de allmännast i lifvet förekommande. 7. 8. 9.).

7.

Balancering.

Balancering är en liktidig sammanstämning i alla kroppens delar till en och samma ställning. Öfre eller nedre lemmarna eller ock sätet, vid ridning samt i slutet af ett språng uppå häst, äro härvid kroppens stödjepunkter, och yttra dessa stödjepunkter sig antingen genom en större bas, då båda fötterna eller armarna bilda den, eller igenom en mindre, då blott den ena foten eller armen utgör en häfstång emot kroppens öfvertyngd. Allmännast försiggår balancering vid gång och stående, då dessa förrättas med bestämdhet. — Det ges ock, som

man vet, olika stöd, hvarpå den balancerande menniskokroppen kan upbäras, såsom breda och fasta, säkra fotfästen (golf, plint) eller smala och osäkra såsom klot, lina, spets m. fl. Andra stödjepunkter än extremiteterna finnas egenteligen icke för en ren gymnastikrörelse; ty att taga hufvudet till stödjepunkt, så som barn och konstmakare göra, är en rörelse utan säkerhet hvarken till syfte eller begränsning, och dess verkan kan derföre äfven blifva vådlig. Halsens muskler öfvas bestämdare i alla olika planer medelst rörelser utan machineri. Att i upprätt ställning balancera tyngder på hufvudet är nyttigt, så vida dessa lämpas efter subjectets krafter.

8.

Gång.

Alla gymnaster göra denna sammansatta rörelse till första öfningen i deras lectioner, liksom till den första i deras mer eller mindre systematiska uppställningar af rörelseformerna. De röja derigenom sin brist på naturligt rörelsesystem. Bevis på denna onaturlighet i rörelsesystemerna finnes deri att många år behöfvas att lära denna

rörelse säkert, samt att samma rörelse ensam tillhör menniskan. Den behöfver således förberedas genom alla gradationer af öfriga med andra djurs mera beslägtade rörelser. — Om vi rätt uttryckt oss i det föregående, torde det vara begripligt, att man icke bör på något sätt devancera Naturen. Vår tids fel är att vilja i otid göra allt, häraf blir intet gjordt. Man vill att barnet skall börja för tidigt med själsansträngningar; så äfven med kroppens. Båda äro lika menliga. — "Lät barnet krypa, tills det kan gå" säger ett ordspråk, och detta gäller i physiskt som i psychiskt afseende. — Först i 7 eller 8 året bör barnet hafva offentelig Gymnastikbildning. Lätt anstränger det sig, mer än nyttigt är, genom täflan med äldre. För tidigt bör barnet ej arbeta med lemmarna, för att kunna bära sin egen kropstyngd. Detta är i förstone för mycket. — Först när kattungen och ekorren är halfvuxen, börja de klifva i träd. — Barnet bör ock uparbeta ryggen och dervid anliggande delar. — Den rörelse, vi kalla gång, är, då den med fullt behag och styrka utföres, den svåraste af alla. Knapt ser man en enda Equilibrist utföra den rätt: Han antingen trafvar eller har krökta knän, bögda skullror o. s. v., som betager Honom ledighet i Gång och visar större styrka på ett

ställe, än på ett annat. — Liksom barnet behöfver mångfaldiga rörelser, förrän det kan gå utan att falla, så behöfver den mera utveklade kroppen mångfalldiga förberedande rörelser, som *delvis* utvekla densamma, innan den *allmänna* jemnvigt kan framträda, som utgör en säker och naturenlig gång. — Då denna rörelse tillhör menniskan allena, är den tillika så uttrycksfull, att man bland flere obekanta personer lätt igenkänner en bekant på hans gång *).

9.

Språng.

af Kroppens hyd

Språng är ett tillintetgörande och en ögonblicklig förflyttning så i högd som längd, utan något fäste för fötterna, hvarom vidare

---

*) Anm. Lagarna för gången, hvilka hafva ett lika intresse för den högre militären, Gymnasten, Läkaren, Physiologen och Physikern, finnas naturtrognast med rön och försök utredda af bröderna Weber i deras mästerliga arbete: Mechanik des menschlichen Gehwerkzeuges, Leipzig 1836, hvilket nogast af alla visat den specifika skilnaden emellan Gång och Språng. L.

ses i Regl. för fristående Gymnastik, Sthlm. 1836, sid. 96. följ —

10.

Simning.

(Af Författarens antekning synes, det han, i fråga om denna sammansatta rörelse, ansett Franklins simlära hittils vara den bästa.) (L.)

11.

Rörelser med machineri.

(I föregående och efterföljande är antydt om detta — L.)

12.

Håfningar.

Alla rörelser på stående fot förhålla sig till häfningarna, och dessa återigen till äntringarna, likasom dessa förhålla sig till spränget. Häfning, både i lodrät och i vinkelrät ställning, är en kraftansträngning, som endast yttrar sig i extremiteterna, och hela den öfriga delen af kroppen är passiv.

13.

Äntringar.

Äntring är båda extremiteternas förening att kommendera kroppen i en viss högd och i olika momenter.

14.

Slingringar.

— — — — — —

15.

Spånningar.

— — — — — —

16.

Balanceringar på smala ytor, och med tyngder.

— — — — — —

17.

Voltigering på trähäst.

Vid de förberedande voltig-öfningarna, som ske på trähäst, måste hvarje rörelse vara beräknad, efter de fordringar, hvarpå voltigen, å lefvande häst, grundar sig. Båda hafva de, liksom alla andra rörelser, en viss utgångs- och slutpunkt.

18.

Voltigering på lefvande Häst.

Voltigering skiljer sig ifrån Ridt, dymedelst att:

a) Voltigören aldrig med någon kroppsdel anligger på hästen, utan likasom sväfvar öfver densamma;

b) aldrig begagnar något stöd af stigbögel eller betsel, utan blott ögonblickligen häfver sig på bommen eller i sadeln;

c) att rörelserna gemenligen äro vågräta, och endast vid upp- eller afsittning lodräta;

d) att ställningarna på mångfaldiga sätt afvexla, och icke inskränkas till en viss

kroppsställning. Derigenom utbildas icke allenast modet mera ihållande, utan äfvenledes alla olika kroppsdelar;

e) Voltigörens ben altid äro slutna, då han ej sitter i sadel, eller i likhet med ryttare;

f) att alla slutmomenter ske med böjda knän.

19.

Gymnastiska lekar.

Att utesluta sinnesförströelser ifrån gymnastiska kretsen, och endast inbjuda det trumpna arbetet och det strängt beräknade lärdomsnitet, detta är att döda Gymnastikens ande. — Men då Gymnasten skall låta glädjens element genomglödga allt, huru skall han kunna bibehålla ordningens?

Allt *sannt lif* är likstämmighet. Frid och glädje kunna ej hafva en annan, än denna, till fader; ty friden är Guds son här på jorden d. ä. försonaren i sitt inkarnerade tillstånd. Glädjen är den Guda-gnista, som i allt bör intränga, men det är den rena, oskyldiga glädjen. Engeln, som med det dragna svärdet ställdes vid *Paradiset*,

jagar endast de fallne från dess port. Lika så litet som själens och kroppens samverkning kan, här i tiden, åtskiljas, hos en förnuftsvarelse, lika så litet kan denna varelse framskrida i sann själs eller kropps bildning, utan denna glädje. Men då den sanna glädjen endast tillhör kropp och själ *sammanverkande* (ty djurens glädje är blott kroppslig), och tänkta *utom* strid med hvarandra, så måste denna glädje hafva ett alvarligt syfte till sitt mål. Detta finnes också i alla menniskors ädlare företaganden, emedan den rena glädjen endast i dem kan finnas. Den sanne konstnären, vetenskapsmannen o. a. bevisa detta.

Så äfven vid gymnastiken. Oskyldig glädje bör genomglödga alt; men denna kan icke skiljas ifrån ett sannt syfte, som afser kroppens verkliga fördelar, och dessa ligga, liksom glädjen, i den harmoniska utbildningen, icke i det ensidiga, egoistiska anslaget af ett visst kroppsliggjordt akord; ty sann glädje är, likasom sann vinst, altid en fredsmäkling emellan det andeliga och kroppsliga. På detta sätt sammansmälta äfven personer med personer, folkstammar med folkstammar, ja, slutligen hela menniskoslägtet med det högsta urväsendet. Grekland, sjelft politiskt söndradt i mångfaldiga stater och deras olika fordringar, utgjorde ett enda

helt vid sina folkfester, i deras *syften*, fast segraren ansågs som ett politiskt individ, föreställande sin nation. — Sjelfva *kampen* vid de vanligaste Gymnastiköfningar, t. ex. på lina eller stång, bör ock anses som lek, annars öfverdrifves den. Som i lek mera frihet råder, och flere olika förhållanden emellan de handlande individerne, så gälla icke deri den strängaste Gymnastikens lagar, med vilkor af försigtighet, fridsamhet, foglighet.

Tredje Afdelningen

Grunderna för Militär-Gymnastik.

INNEHÅLL:

Tredje Afdelningen

1.

Vapenföring i allmänhet.

Strid är lösen i hela Naturen, ty existensen sjelf är blott en fortsatt konflikt emellan lif och materia. Alt har sin fiende, som söker inverka och tillintetgöra det. Sjelfva den så kallade oorganiska naturen är i ständig strid. Både Köld och Värme arbeta, hvar på sitt sätt, på de fasta fjellarne, hvilka altjemt måste böja sina stolta hufvuden för öfverkraften. Sandreflar bortsköljas eller upvräkas af hafvet, och de stora revolutioner, som förorsakas, antingen längst ner i jorden, genom volkaniska utbrott, eller upöfver jorden, genom Cometernas närmande och fjermande; alt är en strid, och det måste så vara, ty funnes icke denna strid, så kunde icke heller Gudomligheten uppenbara sig i tiden, och den kunde icke vara sig sjelf bestämmande och evig, om alt skulle kunna fortfara att njuta samma orubbliga hvila, som dess Uphofsmans.

Men då Striden tillfallit Menniskan, såsom ett arf, sedan hon blifvit bofast på jorden; så måste menniskans strid uppenbara sig helt annorlunda, än den öfriga naturens fejder. Redan i hennes väsen ligger icke blott det frö till strid, som tillhör hvarje organisation, utan, såsom hvarje annat djur, har ock hon sina bestämda fiender ibland djuren, hvilka hon måste bekämpa; men så har hon äfven i detta fall en större sfer än de, ty hon står i strid med hela Naturen, i anseende till sin existens, och i beständig strid till sig sjelf, i anseende till sina pligter.

Beträffande Militära Gymnastiken, kunde man säga, att den uphäfver kroppens jemnvigt, och således är stridande mot Gymnastikens allmänna syfte, och jag medgifver att, såsom handvapen numera föras, är denna anmärkning rätt.. Men såsom Nordboen tvehändes förde sina tunga vapen, och såsom Sydboen förde sin sköld i ena handen och svärd eller lans i den andra, eller ock som bådas bågskyttar, genom begge armarnes lika ansträngning utvecklade sina kroppar till likstämmighet; så måste äfven vi handla i samma syfte, fastän i annan Vapenrustning.

Fäktning till höger och venster måste således brukas; den förekommer svår,

men är lätt. Endast genom den bibehålles harmonie i kroppsdelarne, och endast genom denna ett fullt förtroende till Vapnet.

Äfven här gäller derföre hvad vi så ofta sagt om Organismens Enhet; men denna bör icke allenast afse subjektets förhållande till sig sjelf, utan äfven till dess motståndare, samt till dennes och eget vapen. Således indelas Subjektets kropp i aktiv och passiv halfva, såvida blott en af dess händer förer vapnet, men som dessa tillhopa utgöra ett enda organiskt helt, måste de också i hvarje rörelse agera liktidigt och harmoniskt. Äfvenledes Vapnet består af tvänne hufvuddelar, den anfallande och den försvarande delen, den förra sträckande sig ifrån midten af klingan till dess ända, den sednare ifrån midten till fästet. Så är äfven angrepp och försvar ett, i deras gemensamma syften [1]), ty i ärlig mannastrid angriper fienden endast för att rädda sitt eget lif, likasom man med sitt försvar åsyftar detsamma.

---

[1]) Blott lönnmördaren, angriper utan behof att försvara sig; emedan han sjelf icke riktar sitt vapen emot angripare. Först när hämnden väckt sitt offer till sjelfförsvar, upstår kraft mot kraft (angrepp mot angrepp).

Militär-Gymnastiken har, i pedagogiskt hänseende, den stora egenskap, att tvinga eleven till manlig själsnärvaro; ty uti densamma måste beslut och handling vara i det alra noggrannaste förenade i samma momenter. Den hejd och det lugn, som riktiga vapenöfningar slutligen gifva, tillika med den högsta rådighet och raskhet i handling, verkar lika fördelaktigt på den häftige ynglingen, som på den långsamme. Att här icke är frågan om vanlig exercis, hvilken godtycket i vissa länder årligen förändrar, och okunnighet om menniskoorganismens fordringar, i andra länder, lika godtyckligt efterrapar; det inses lätteligen. Ännu mindre kan den militära Gymnastiken syfta till att göra ofredliga slagskämpar. — Duellisten förtjenar altid samma förakt i våra tider, som forntidens tänkare hyste för Athleterne, om hvilka Hippokrates sade, att icke de sjelfva visste om de hade en själ. Spaniorens tjurfäktning, Engelsmannens boxning och Nordboens icke längesedan försvunna sed, att spänna bälte, kunna icke hänföras till en sann militär-Gymnastik; de äro förlustelser och hämndupträden, lika grymma i sitt syfte, som ovärdiga en mera bildad tidsålder. En Vildsvinsjagt i Södern, en Björnjagt i Norden äro af helt annan natur. Der står

Menniskans mod och rådighet i en ständig pröfning, icke blott mot vildjuret, utan äfven i anseende till lokala och materiella svårigheter.

Vapen begagnas, antingen i allmän eller i enskild strid.

Den ena öfvergår vanligtvis till den andra, och således är nödvändigt, att en hvar kan använda vapnet till sin fördel, både vid det ena och andra tillfället.

Vid ett handvapens förande, måste ställningen altid vara sådan, att det skyddar kroppen; och vapnet sjelft måste vara sådant, till sin form, att kroppen, genom sin egen kraft, obehindradt kan föra det, både till angrepp och försvar.

De hufvudsakligaste handvapnen äro trenne: 1:o *Vårja.* 2:o *Sabel.* (Hugg- och Stickvärja) 3:o *Gevår med Bajonett* eller Gevär och Bajonett särskildt [1]).

---

[1]) *Anmärkning*: Lans (Pik), Hillebard och snärj-spjut kallas väl handvapen, men de äro ett mellanting af eld- och hand-gevär, ty de agera utom den muskelsfer, som den stridandes kropp har, hvarföre de äfven fordra längre öfning, hvilken redan från barndomen förvärfvas

Som dessa tre vapen hufvudsakligast verka inom den gräns, som den vapenförandes muskelkraft har, så måste lagarna, hvarefter dessa vapen föras, vara i allmänhet desamma, så för det ena vapnet, som för det andra, det vill säga: att grundställningen och grundrörelserna få icke strida emot hvarandra.

Hvar och en vapenförande bör söka förekomma sin fiende, d. v. s. antingen göra sitt *angrepp så fort*, att icke hans fiende kan afvärja det, eller också göra *sitt försvar* (parad) *så fort*, att fiendens stöt eller hugg icke hinner att skada honom. Derföre måste den vapenförandes rörelser altid ske med möjligaste *högsta hastighet*. Lik-

---

hos de nationer, der dessa vapen äro inhemska. Äfvenledes fordra de ett annat sätt att rida och en annan equipering än hos oss är öfligt; och ehuru de äro gagneliga i en stor armée, hvars Numerär icke lider vid att upsätta särskildta Regementen för särskildta vapen, torde de likväl med vår ringa Militär-styrka, och den korta tid, som hos oss är till vapenöfningar bestämd, kunna, för närvarande, umbäras, tills vår Nation fått en mera sjelfständig Fysisk utbildning. Om man förbiser det granna, och söker blott det noggranna i handterandet af detta Vapen, torde det vara mindre behöfligt för enskildt strid och pikens nytta hufvudsakligen kunna påräknas mot anfall i massa.

väl är hastigheten i rörelserna icke nog, för att vinna syftet, att förekomma fienden; ty hvarje rörelse måste äfven vara riktig. —

En rörelse med vapen är endast riktig, när den fullt tjenar till kroppens försvar. Häraf följer, att en rörelse med vapnet icke bör sväfva utom den utsträckning, som kroppens styrka har. Då nu kroppens muskelkraft är störst, så länge dess rörelser icke gå utom hans egen yta, så blifver hastigheten i rörelserna befordrad derigenom, att de begränsas af kroppens yta.

Om en rörelse skall blifva bestämd, måste man tänka sig en viss punkt, *hvarifrån* den utgår, och en viss punkt, *hvartill* den skall gå, samt de punkter *hvarigenom* den skall gå. Häraf upkomma 3:ne hufvudriktningar. Den första är den ställning, som en stridande måste, till sin säkerhet, intaga, både med sin kropp och sitt vapen, och den kallas *Garde.* Den andra är det ställe på fiendens kropp, der hans vapen skall inverka, och den tredje den rigtning, som hans kropp och vapen bör taga, för att rätt och först åtkomma detta ställe.

Ett anfall *kan icke utföras på hvad ställe och afstånd som helst ifrån fienden*, utan måste ske, antingen under närmande

till eller fjermande från honom, antingen i samma linia eller i en sidorörelse emot honom. Det förra kallas marche eller passade framåt eller tillbaka, det sednare kallas volter eller vändningar.

Genom Marchen kan afståndet ändras, emellan motståndarne, så mycket och så litet, som erfordras.

Paraden deremot är en mera forcerad rumförändring.

Allt detta gäller lika för värja, sabel och bajonett; men som dessa vapen äro till tyngd och till form olika hvarandra, så måste de äfven genom muskelkraften olika *begagnas*. Sålunda föres Värjan blott med en hand (höger eller venster) och åt en bestämd punkt af fiendens bål. Sabeln föres äfvenledes med en hand (höger eller venster), men åt flere punkter på utsidan af fiendens bål.

Geväret med bajonett, vida tyngre och längre än värja eller sabel, måste föras med *två händer*, och, likt värjan, angripa medellinien; men, tillika medelst kolfven stundom likasom sabelhugget, riktas emot utsidan af densamma.

Af denna anledning, fordras t. ex. i Bajonettfäktning ej en så stark bortvridning af

kroppens bortersta sida, som är nödvändig vid värjans förande, icke heller så många olika rörelser med blind-anfall (finter). —

Värjans direkta angrepp ske vanligtvis med utfall; ty hennes egen lätthet fordrar sådant, om hon skall intränga i fiendens kropp. Vid sabeln brukas dessa utfall mera sällan, emedan nämnde vapen är tyngre, och vid Bajonettvapnet äro utfallen oanvändbara af följande skäl:

1:o För att lära *rigtiga utfall* [1]) fordras vida längre tid, än till hela Bajonettfäktningen.

---

[1]) Med rigtigt utfall förstås här icke det alongerande, som andra länders fäktare påyrka, utan jag menar ett närmande till fienden, sålunda, gjordt mera genom kroppstyngdens öfverflyttande på den emot fienden närmaste foten, att på hvad yta som helst, min kropp äger full kraft och jemnvigt, fullt skydd af mitt vapen och med lätthet kan återgå till Gardställningen. Allt detta kan endast ske genom en parallel ställning emellan båda benen, rät vinkel i främre knäet och halfrät vinkel i kroppens och båda benens lutning emot planet, hvarom vidare i min Theori för värjan.

Som vår Svenska Värj- och Sabelfäktning blifvit, redan för 30 år sedan, till sina hufvudgrunder förändrad och olika med hvad, som ännu gäller hos andra Nationer; så måste äfven

2:o Är äfven den mer öfvade blottställd för bråckskador, ledbrott m. m., om han på oländig mark, skulle göra ett oriktigt utfall.

3:o Är kroppen icke skyddad af vapnet, och det åsyftade närmandet till fienden vinnes icke, så vida ej utfallet göres riktigt. (Se nedanstående Not).

4:o Kroppen kan icke, i ett utfall, motväga gevärets framsträckning och tyngd; således måste den sednare förminska kraften i den förra.

5:o Förminskas kraften och hastigheten, vid upresningen, förmedelst den långa häfstången. I öfrigt se Bajonett FäktRegl. — I Afdeln. Stockholm 1836. Andra Upl. Sid. 45 & 46.

Om Bajonettfäktaren träffar en mera betydande uphöjning, under sin främre fot, är ett utfall mindre farligt, — Men samma approch vinnes, om det främre knäet starkt böjes och kroppen framlutas..

Hvad angår vapnets skyddande gäller i all vapenöfning:

---

grunden för Svenska Bajonett-fäktningen vara olika med de ännu brukliga bajonett-rörelserna i andra länder.

1:o Att angrepp, så väl som försvar, böra ske med den del af vapnet, som bäst uppfyller dessa syften. 2:o Att den vapenförande sjelf altid skonar sitt eget vapen, men söker skada fienden. Således måste t. ex. Bajonett-fäktningens alla rörelser göras på det sätt, att Gevärets vigtigaste delar, kolf, lås och pipa, blifva oskadade, om än bajonetten skulle uppoffras dervid.

Vare detta nog om handvapnens begagnade i allmänhet.

2.

Allmänna Grunder för enskild Vapenföring.

En rörelse kan i allmänhet betraktas såsom rigtig eller origtig. Halft rigtig eller halft origtig kan ingen rörelse vara, ty antingen uppfyller den fullkomligen ändamålet, hvarföre den sker, och då är den rigtig, eller förfelar den sitt ändamål, och är då origtig.

Att kroppen är rigtigt organiserad förutsättes naturligtvis, såsom första vilkoret, att dess rörelse skall kunna vara rigtig. Kraften och hastigheten, hvarmed den yttras eller utföres, visar slutligen dess rigtighet;

hvsrtill åter andra vilkoret är, att kroppen, medelst gymnastiskt bestämda rörelser, till alla sina delar, blifvit harmoniskt utbildad.

Inom den lefvande organismen är mekanisk kraft alla delars progressiva och öfverensstämmande sträfvande, i lika tid och rum, till en viss punkt. I räta linien yttrar sig denna kraft, såsom högst. — Dernäst är den kraft störst, som utgår ifrån rät vinkel. — Full kraft kan, under samma tid, blott hafva en enda direktion. Gifvas åter tvänne direktioner åt en kraft, så försvagas bådas verkan, och infaller emellan bådas direktion, allt i mån af dessa krafters inbördes relation. — Justesse vid rörelse är kraft och hastighet i lika och samtidiga förhållande till hvarandra, uttryckta med gemensamt namn. — Vid all vapenföring kan kraft, hastighet och rigtighet icke åtskiljas; enär grundelementerna dertill utgöras af anatomi och mekanik. — Den förras lagar åsyfta här sjelfbestånd, den sednare kraft och uthållning. Menniskokroppen är sålunda en machin, som rör sig efter bestämnda mekaniska lagar. Att den kan stå uprätt, och ej faller, beror ock, till en del, deraf, att dess vinklar tjena hvarandra till stöd. — Rörelse åter är en förändring af kroppens ställning i sina vinklar, och utgår ifrån en viss

punkt, der rörelsen begynner samt yttrar sig endast genom ledgångarnas vinkeländringar. — Oböjliga kroppsdelar måste därföre följa ledgångarnas rigtning. — Vid vapenöfning yttrar sig äfven hvarje rörelse i tid och rum. Tid vinnes genom linierörelser, rum genom marscher och utfall.

3.

Vapenföringens allmänna vilkor.

All bestämd rörelse måste begränsas af 4 vilkor:

1:o *Rum.*

2:o *Tid.*

3:o *Rigtning.*

4:o *Kraft.* — Och dessa fyra vilkor måste kunna, sig emellan, vara identiska, för att kunna, i totalbegreppet af rörelsen, göras till en enda idé. — Att dessa 4 verkligen äro identiska, finna vi af följande analogi.

a) Det rum, en kropp skall genomlöpa, är alltid i förhållande till den tid, som dertill åtgår, eller omvändt: *Tiden* för rörelsen är alltid i förhållande till *rummet.* — Således står Tid och Rum i analogi.

b) Tiden, för en kropps rörelse, är äfven i förhållande till kraften, som sätter den i rörelse; således är *kraft* och *tid* analogi, och följaktligen äfven kraften med rummet.

c) Rörelsens rigtning (linien) måste vara i analogi med rummet, d. v. s. i rät linia, deräst kortaste tiden skall vinnas, således är linien analogisk med rum, tid och kraft. —

4.

Om anfall och försvar.

Man har länge föreställt sig att anfall och försvar voro motsatta, icke blott i utförandet, utan äfven i begreppet. I sednare fallet äro de det als icke, ty ingen annan än lönnmördaren (banditen) angriper sin nästa, när ingen fara är för eget lif, för sin stams eller sitt lands skydd. Uti hans begrepp ligger således icke syftet att förekomma någon af dessas fara. — Angrepp och försvar blifva sålunda identiska (ett betydande). Uti det mekaniska utförandet hafva de äfven samma egenskap, ty hvarje anfall, som icke så göres, att det i sig innefattar försvar, blottställer den anfallande

sjelf för ett värre angrepp af motståndaren; och hvarje försvar, som icke i sig innefattar angrepp, blottställer den parerande för fiendens anfall. Således måste allt angrepp göras så, att fienden icke kan annat, än göra försvarsrörelser, och allt försvar måste ske så, att fienden icke kan rusa fram och begagna rörelsen i diagonalen, som kallas parad (försvarsrörelse).

Då nu angrepp och försvar äro entydiga, finnes således i deras utförande en viss likstämmighet. Skilnaden mellan dem ligger endast uti det, vid all mekanisk rörelse nödvändiga beting, nemligen i tid och rum, hvarförutan ingen rörelse kan ske eller beskrifvas. — Den skilnad, som i detta afseende är, emellan anfall och försvar, består deruti, att, *i afseende till rummet*, det förra altid yttrar sig i *råta linien* d. v. s. kortaste vägen till fienden, och det sednare i diagonalen d. v. s. i anfallstaflans vågräta tvärlinie; i anseende *till tiden* åter har det förra beständigt tempo före det sednare, emedan intet försvar kan utföras, förr än angreppsättet är bestämdt, eller åtminstone synbart. —

5.

Om betäckning.

Med betäckning förstås det skydd, som vapnet gifver fäktaren, så väl i angrepp som i försvar. Uti angreppet vinnes betäckning endast då rörelserna utföras i räta linien, såsom den kortaste vägen till fienden. — Alla fäktskolor yrka betäckning, den de söka vinna genom vinkelstötar och genom antagande af flera anfallspunkter. — De afvika således från den enhetslag, som utgör grunden till hvarje sann och rätt genomtänkt vapenlära, hvars användande utvecklar sig än mera uti tid och rum såsom vilkor för alla rörelseformers beräkning. Genom vinkelangrepp, då nemligen vapnet bringas i annan rigtning, än den arm, som förer detsamma; uplöses kraften i tvänne direktioner, nemligen vapnets och armens. På detta sätt förloras icke allenast betäckning, utan äfven kraft och hastighet. — Vidare yttrar sig betäckningen genom den bredd, som klingans försvarsdel har mot anfallsdelen, således måste den anfallande, som icke har räta linien, blifva allt mer och mer satt ur densamma, ju närmare, han kommer till anfallstaflan. — Då nu härtill lägges den vinkel, som handleden bildar emot armen, så måste den, som begagnar nämnde

vinkel, tillika med klingans högsta bredd och fästets sköld, gifva så få anfallspunkter på sin kropp, att den, vid minsta rörelse i diagonalen, är skyddad under parad, och i stöt (emot anfallet) äga ännu större skydd medelst den räta linien. — Huru detta är möjligt förstå vi lätt, då man blott antar, att tvänne stridande, för att alltid vara nära till hands med sina vapen och för att ständigt hafva känning af det läge, fienden gifver sin klinga, både vid anfall och försvar, beröra hvarandras vapen, och alltid söka kortaste vägen mellan sig och motståndaren, under angreppet, d. v. s. söka medelpunkten af anfallstaflan genom *råta linien, såsom under anfallet utgörande den enda sanna betäckningen.*

Med anfallstaflan förstå vi den delen af fiendens kropp, som lättast kan angripas, och således, framför andra kroppens delar, måste försvaras. — Ju mindre anfallstafla, ju mindre punkter behöfva då förvaras.

Men dessa punkter böra icke beräknas efter den utsträckning, som i ett enda plan faller på fiendens kropp, utan äfven efter de afståndspunkter, som äro i anseende till fiendens anfallsdelar. Det är således icke nog, att kroppen så vändes till fienden, att han mot honom visar den möjligast minsta

yta, utan denna yta måste äfven utgöras af de punkter, som ligga närmast till utgångspunkten för alla vapnets rörelser. — Då nu vapnet föres endast inom den rätta anfallstaflans område, så kan fienden, i sitt angrepp, endast söka att åtkomma de punkter, som ligga utom detsamma. — Utgångspunkten, för alla försvars- och anfallsrörelser, är i midten af axelleden till den arm som förer vapnet; och som denna punkt så ganska föga kan höjas eller sänkas, så måste alla rörelser blifva begränsade, inom de punkter, som ligga kring och i samma plan med denna del, d. v. s. anfallstaflan för stickvapnet sträcka sig ifrån framdelen af öfre refbenet till det nedre. — Som halsen ligger längre ifrån denna linia, kan den icke med fördel angripas, ty den, som angriper den bestämda anfallstaflan, vinner då, genom olikheten mellan planen i hals och bröst, ungefär 6 tum i närmande till fiendens kropp, eller ungefär så mycket, som nyckelbenets längd. —

Att angripa ansigtet är åter lika felaktigt, oaktadt det tyckes vara närmare än halsen. Vid den höjning, som då måste göras, med hand och spets; blifver rörelsen vågformig, emedan den altid har samma utgångspunkt, som vid den rätta liniesträckningen.

Samma förhållande är äfven vid spetsens sänkning emot underlifvet eller benen. — Betäckningen bör således ses under en triangels form, hvars bas alltid faller på fiendens anfallstafla, och svarar mot dess utsträckning; den motstående vinkeln är båda klingornas skärningspunkt. — Den ena af de omfattande sidorna, i nämnde triangel, utgöres af armen tillsammans med den del af vapnet, som ligger emellan handens och klingornas skärningspunkt; den andra af dessa sidor utgöres af den del af fiendens vapen, som, ifrån denna skärningspnnkt, tänkes utdragen träffa min anfallstafla. Om fiendens angrepp afböjas, eller han icke iakttager koncentricitet i sin rörelse; faller den imaginära baslinien utom min kropp. — Jag är således i samma mon skyddad, som jag förstorar denna bas, dock så, att jag sjelf alltid inskränker mig inom gränsen af min muskelsfer och ej viker ur linien. Att klingans bredd samt handledens vinkel ökar betäckningen är förut redan anmärkt. —

Tvenne fäktande hafva således hvar sin triangel att afse, och söka således en hvar att få sin bas svarande mot sin egen anfallstaflas utsträckning, men att derunder få basen i sin fiendes anfallstafla så förminskad, som möjligt. — För att vara skyddad

måste således alltid den vinkel, som bildas af den imaginära baslinien och fiendens klingas spets, falla utom anfallstaflan, det vill säga, att basen måste motsvara anfallstaflans utsträckning i alla planer.

6.

Om Enhet i Grunderna för Vapenföring.

Likasom, i den pedagogiska gymnastiken, en fullkomlig enhet (harmoni) måste finnas, eller sökas, mellan alla kroppens delar, så måste äfven, i militär-gymnastiken, en sann harmoni vara icke allenast mellan dessa, utan äfven mellan dem och vapnet samt motståndaren. Häraf upstår: a) likstämmighet mellan vapnets delar; b) likstämmighet mellan kroppens delar; c) likstämmighet mellan kroppen och vapnet. —

Vapnet är ett enda helt, men består, enligt hvad förut blifvit anfördt, i anseende till fiendens anfallstafla, af tvänne hufvuddelar: anfallsdelen och försvarsdelen. Den förra går vanligen från halfva klingan till spetsen, den sednare från midten af klingan till fästets knapp. Dessa båda stå dock i fullkomlig likstämmighet till hvarandra i rörelsen, på det sätt att vapnets anfallsdel alltid riktas i rät linia mot fienden, det

vill säga, kortaste vägen emellan de båda stridande, men försvarsdelen föres till anfallstaflans yta, d. v. s. i tvärlinien (diagonalen) till anfallslinien (räta linien) mot fienden. — I anfallet föres vapnet således, räknadt ifrån utgångspunkten, i axelleden af den arm, som förer detsamma, i rät linia till midten af anfallstaflan, eller till stöt punkten på fiendens anfallstafla; men i försvaret föres försvarsdelen af vapnet i diagonalen (tvärlinien), och anfallsdelen bibehålles i räta linien. — På detta sätt kan vapnet anses vara *ett* till sig sjelft, spetsen i angreppet alltid riktad mot den närmaste punkten på fiendens anfallstafla, och handen alltid förer fästet så, att fienden icke kan vinna den för honom närmaste punkten på den andres anfallstafla, emedan han nödvändigt måste ligga på endera sidan af dennes vapen. — Som blott en enda rät linia kan finnas mellan dessa båda punkter, så måste den, som gör sitt angrepp, i räta linien, tvinga motståndaren ur densamma, d. v. s. att denna måste göra en vinkelrörelse mot räta linien. — antingen högre eller lägre, antingen till höger eller till venster, om densamma, emedan tvänne räta linier icke kunna tänkas på samma gång liggande emellan tvenne de samma punkterna, ty klinga kan icke tränga in genom klinga el-

ler fäste, och måste således vara på endera sidan, öfver eller under motståndarens klinga. —

Då nu betäckningen, enligt N:o 4, utgöres af den imaginära basliniens rätta motsvarighet till anfallstaflan, så måste enheten emellan vapnets anfalls- och försvarsdel, alltid iakttagas; likasom enheten mellan vapnet och kroppen samt mellan de begge stridande.

Följden af denna enhet, mellan alla kroppens delar och vapnet, är enhet mellan hvarje rörelse särskildt; d. v. s. att det ena tempo befordrar det andra. Enheten mellan de stridande åter afser icke allenast det för hvar och en erforderliga afståndet till motståndaren, utan ock öfverensstämmelse i afseende till tempo och begagnandet af de afvikelser, som, å ena eller andra sidan, göras mot enheten i anfalls eller försvarsrörelsen.

Fjerde Afdelningen

Grunderna för Medikal Gymnastik.

INNEHÅLL:

Fjerde Afdelningen

1.

Förhållandet mellan aktiv och passiv rörelse.

Mången, jag vet det, har belett det uttrycket passiv rörelse, emedan all rörelse måste vara aktif. Den är det visserligen i anseende till organismens inre, allmänna varande, men icke i anseende till individet sjelft eller till gymnasten; annars skulle det förra ensamt, utan den sednares påverkning, kunna bestämma alla sina delars afändring, både i yttre ställningar och inre muskelaktioner. Skilnaden emellan aktiv och passiv gymnastik torde kunna jämföras med olikheten mellan rörelserna *(af viljans organer)* af armar, ben, hals och rygg, såsom viljans verktyg och rörelserna i lungor, hjerta tarmar, m. m. såsom vitalitetens verktyg; men likasom dessa sinsemellan hafva ett oafbrutet samband, så fins äfven en inre förening i verkningarne af aktiv och passiv

rörelse. Huru verkar gnidning (frottering[1]) på en rheumatisk åkomma, huru åkning på en allmänt försvagad konvalescent? Äro desse patienters rörelse icke rent passiva, i ansende till den yttre vehikeln? Sjukgymnastikens rörelser kunna, i enlighet med hvad vi nyss anfört, indelas i 3:ne slag: a) helt passiva: b) halft passiva och c) aktift-passiva. Vid förra slaget är subjektet *alldeles i hvila*, helt eller halft liggande (vid strykningar, rullningar, malningar m. m.), helt eller halft sittande (vid bröstlyftning, flygning m. m.). Vid andra slaget är subjektet stående, sittande eller liggande, men gör sjelf en vinkel i arm, ben, rygg eller hals (sidvridning, knäböjning). I tredje fallet är ställningen på knä eller med delade ben, eller framstupa, eller på knäet liggande, sittande eller stående, hvarvid subjektet gör starkare motstånd, dubbla eller tredubbla vinklar.

---

[1]) Galenus, Greklands siste store Läkare, föreskrifver friktioner, såsom sjuk-gymnastik. Han indelar dem i 4 olika grader af styrka; men olyckligtvis äro formerna af forntidens medikal-gymnastik en hemlighet för oss, och detta kan till en del ursäkta och förklara den liknöjdhet, som sednare Århundradens store läkare haft, att återupplifva den samma, och att de åtnöjt sig med att endast omtala den, såsom ett fenomen i läkare-konsten och dess historia.

2.

Om den passiva rörelsens företräde framför den aktiva, i sjuktillfällen.

Vi hafva sagt, i 6 st., att endast *en* mekanisk grundform gifves för vår organism, att således den rörelse, som gymnastiken kan bibringa, är blott en till organismens idé, men betraktad från den yttre vehikel, som effectuerar rörelsen, kan den antingen ske af vår kropp sjelf, eller af en annan på den samma verkande kropp. Den förra rörelsen kallas då aktiv, den andra passiv, men effecten, af dem båda, blir motsatt (S. st. 6), ty den aktiva rörelsens qvot blir mera passiv och den passiva rörelsens qvot blir mera aktiv rörelse, Det måste så vara, ty annars skulle organismen antingen rent af skakas för våldsamt eller också allsintet. Den utbredning, som den aktiva rörelsen har, kan bli för stor, om den ej inskränkes af passiv motverkan; så ock den passiva rörelsen. Denna skulle blifva för ringa, om den icke, genom lifskraftens väckande, utbredde sig i delarna af organismen, medelst blodets omlopp, nerverna, m. m. —

Såsom frisk har individet rört sig *aktivt*, från dag till dag, från år till år Då detta ändå icke förmått bevara kroppen

från ett abnormt tillstånd, antingen den kommit deri genom länge eller hastigt samlade och för hälsan menliga intryck; så har den aktiva rörelsen upphört att äga fördelar för denna kropp. — Här vidtager den passiva rörelsen, antingen helt och hållet eller till en viss del, ifall abnormiteten är lokal, och icke allmänt ingriper i systemet. Om den aktiva rörelsen brukas efter en försvagande åkomma, feber, diarrhé o. s. v.; skulle mattheten ökas allt mer, och recidiv uppstå. Derföre se vi af erfarenheten, att några dagars hvila oftast botat smärre åkommor, utan vidare åtgärd, om magen tillika skonas från sin vanliga aktivitet. —

Anträngning kan väcka *kramp*, kasta blodet åt bröst, hufvud. o. s. v., förorsaka nervskakning, andtäppa, onaturlig svettning m. m. Och som sjukdomstillståndet är motsatsen till hälsotillståndet, så måste den passiva rörelsen vidtaga, då den aktiva icke mägtat häfva eller förekomma abnormiteten; likasom i kemiskt afseende, sjukmat måste begagnas, icke hvarje slags födoämnen i allmänhet. Eller huru skulle man kunna bestämt rikta inverkningen antingen åt andedrägtens eller matsmältningens eller blodomloppets organer, om jag lät den sjuke spänna de delar, han i en aktiv rörelse

måste begagna, det är alla viljans organer? Dessa inverka ju på de vegetativa; men på hvad sätt? Jo, endast *så länge till* de sednares fördel, som dessa kunna göra *behörig* reaktion. — Sedan blir inverkning menlig för dem. Att med hufvudet göra en stark rörelse, d. ä. sätta halsen eller ryggen i stark vinkel, då blodet är åt hufvudet, vore att befordra det onda; att göra ett språng, en lyftning under andtäppa o. s. v. vore lika menligt. — Vid abnormiteter är den naturliga verksamheten antingen nedstämd eller öfverspänd; den kan endast *passivt återbringas*, till sitt urtillstånd, ty den har aktift kommit derifrån. Då hälsa är likstämmighet i delarne, så måste delar, som äro i disharmoni genom yttre inpuls återbringas i harmoni; ty, genom sin egen verksamhet, häfva de upp den åsyftade harmonien, allt mer och mer, likasom, under så kallade friska tillståndet, grundabnormiteten i kroppen oförmärkt befordrar dennes förfall, just emedan harmonien alldrig eftersträfvas.

Att den passiva gymnastiken äfven är den förmonligaste till diagnostiken inses lätt; ty genom den aktiva uppstå endast de abnorma verkningar, som patienten redan erfarit; likväl böra desse undersökningar van-

ligen vara till en liten del aktiva, för att tvinga kroppen att angifva sätet för sjukämnet.

Gång åter ~~är~~ anses visserligen i den pedagogiska Gymnastiken den första och naturligaste af alla de rörelser, deri innefattas, men i medikal-gymnastiken är den en tvetydig hjelpare. Läkare säga väl i allmänhet: "Tag rörelse; gå, åk eller rid!" Men huru ändlöst olika är icke dessa tre rörelsers inverkning? — Den första fullt aktiv, den andra fullt passiv, dentredje aktift passiv. *Gång* är en ändring, omflyttning (locomotion), tillhörig den fullständiga, lefvande organismen. Den uppstår genom kroppstyngdens öfverflyttande framåt ifrån ena foten till den andra, och dess hastighet afändras således efter den mer eller mindre till rät vinkel närmande ställning mot planet; ju fortare man vill gå, ju mera måste kroppen luta framåt, och således vinkeln spetsas. — Gång, såsom sjukmedel, är sällan nyttig, om ej patienten fört ett stillasittande och från friska luften utstängdt lefnadssätt. Bland sjuklingar å Gymnastiska Institutet hafva många varit, som på Läkares inrådan, gått ett par svenska mil om dagen, och alla hafva blifvit sämre deraf, i synnerhet i lungorna.

Detta liknar den kur Herodicus föreskref sina patienter, då de skulle gå från Athén, genom Megara till Elevsis, vid pass 7 svenska mil, utan hvila och mat. Hippokrates, hans lärjunge, förebrådde honom derföre, att han *dödat sina fross-patienter*, genom för mycken gång. Om gång, såsom sjukrörelse i allmänhet, vore så användbar till hälsans återvinnande, som man tyckes tro; skulle väl få blifva angripne af de sjukdomar, mot hvilka man anbefaller den. Ty ~~hvar~~ den rörelse, som en hvar gjort, allt sedan han slutade krypa, borde väl vara ett *förvaringsmedel mot en åkomma*, om denna rörelse sedan skulle kunna *vara botemedel för densamma?* Det är just derföre, att vi alltid och snart sagdt uteslutande göra denna rörelse, som den är mindre gagnelig; ty den föröker disharmonien emellan organerna allt mer och mer, genom ensidigt styrkande af kroppens nedandelar. Att gå *naturligt* är nyttigt för en frisk kropp; men denna *naturliga* gång frambringar en helt olika vinkel mot planet, än den, som vår belefvade gång tillåter. Bondens *lufsande* gång är naturlig och hälsosam, just derföre att kroppen gör den efter sitt eget behof, icke efter yttre omständigheters lagar. När man går alldeles rak, med långa och hastiga steg;

arbetar kroppen sjelf emot den jemnvigt i omloppet, som den, genom gången, naturligen söker befordra.

3.

Sjukdomstecken.

Allt på jorden måste förändras. Detta är en nödvändighetslag, som å ena sidan uttrycker det oändeliga i verldsstyrelsens väsende, och å andra sidan betecknar det ändliga uti allt jordiskt. Således måste äfven alla menniskans njutningar och lidanden afvexlas, genom tidsskiften. Häraf beror ock nödvändigheten af sjukdomens förändring, hvilken uppenbarar sig, dels i ombytliga systemer, (sjukdomstecken) dels i föränderligheten af den allmänna, medikala behandlingen, då den skall bringas till subordination under naturens eviga Grundlagar. Såsom orsaker till denna föränderlighet kunna följande angifvas: 1) jordens inre vulkaniska förändringar, hvilka alltid medföra klimatets förändring, såsom en yttre följd; 2) jordens politiska förändring, medförande till yttre följd lefnadssättets förändring, icke allenast hos menniskan, utan äfven hos djuren, såväl de hustamda som de vilda, hvilka sednare allt

mera undanträngas af mennisko-racen. Dessa begge orsaker tillhopa utgöra en enda, betingande och motsvarande sjukdoms-förändringen i det hela, tänkt såsom dess naturföljd. Utan sådana skäl vore den blott en vidskepelsens skräckbild eller okunnighetens sköld.

Som nu det ena klimatets folk utbyter icke allenast seder och födoämnen, med det andra, utan äfven till och med klimat, åtminstone i secundärt afseende; så måste sjukdoms-behandlingen, som i det ena klimatet gäller, ett halft årtusende sednare vara användbart i ett annat land, fastän detta skenbarligen är skildt ifrån det förra, både i luftstreck och folklynne. Jag vill förklara mig tydligare. Greklands himmel, mild men ren och afväxlande, har på afstånd likhet med Europas nordiska klimater, sedan dessa undergått en så betydlig minskning i vintrarnes köld. Emellan södra verldens brännande kryddor och Nordens tarfliga vexter ligger Greklands vegetation, som en mellanlänk; hvad, som i landets födoämnen och afkastning saknas motsvarigt, har, genom verldshandeln, blifvit ersatt, och till större delen verkat ett närmande af det nordiska temperamentet till orientens, dock så, att vi fått dess negativa, icke dess positiva

välfärds-tillstånd; derföre behöfva vi, mer än någonsin, Grekens fordna helsomedel, Gymnastik och bad.

Allt, som vår organism i öfrigt framter, är en följd af dess inneboende krafter, hvilka vi, med ett kollektift uttryck, kallat grundformer; och denna följd har således, i dessa, sin orsak. Men följden måste, till sitt väsen, vara annat, än orsaken sjelf; således måste också Sjukdomens form eller följd vara annat än Sjukdomen sjelf i sitt upphof.

En Sjukdom, säger man, kan vara hänledd genom *yttre* inverkning på organismen, eller också genom organismens egen *inre* disharmoni, vare sig medfödd eller icke. Detta sätt att betrakta sjukdomen är ett pathologiskt begrundande, som visserligen tillkommer en sann Läkare; men icke kan man altid anse den *yttre* orsaken såsom verkligt *ledande* till sjukbehandlingen; ty *det* kan endast sjelfva *organismens* tillstånd vara, och dess *rubbning är sjukorsak;* dess *sjuktecken är följd.* Skulle yttre inverkningen ensamt antagas, som sjukorsak; så borde man äfven antaga att hvarje organism — eller åtminstone en och samma organism — skulle lika och alltid erfara en och samma yttre in-

verkning, tänkt i samma grad. Detta motstrider så väl erfarenheten, som begreppet om det oändliga af organismens vexelförhållanden till sig sjelf, och organismernas till hvarandra. Följderna af en svår förkylning, en stark stöt blifva således olika, efter den sjukes olika kroppsförhållanden, före dessa angrepp.

Då vi antaga att de 3 grundformerna liktidigt framträda, i alla menniskoorganismens företeelser, och att dennas olika förhållande, till sig sjelf, beror af de 3:ne grundformers olika förhållanden till hvarandra; så måste fenomenerna, som uppkomma, genom detta deras vexelvälde, vara alldeles olika, icke allenast till organismen sjelf, såsom Ett Helt, utan äfven i anseende till dessa tre grundformers inbördes *skenbara* framträdande. Blandas dessa företeelser så, att stundom den ena, stundom den andra grundformen tyckes skiftesvis, eller liktidigt, fastän på olika punkter, framträda; då är organismen ännu icke uti full ojemnvigt, och detta är mera ett sjukanlag, än en sjukdom. Men när den grundformen, hvilken sjukdomen, såsom *orsak*, tillhör, blifver undervigtig; då framstår sjukteckenet, såsom *följd*.

Man skulle kunna tro, att sjukorsaken kunde hänföras till den öfvervägande grund-

formen; men dess öfvervigt är, såsom vi redan sagt, blott en *följd*, och blir således endast ett sjuktecken; den *undervigtiga* grundformen är den felande; och i felet ligger sjukorsaken. Härigenom tyckas de fordna begreppen, om en hela kroppen genomgripande kraft och kraftlöshet (Stheni och Astheni), blifva mindre säkra. Om vi antaga att organismens fortgående beror af de 3 grundformernas samverkan till Ett enda Helt, eller af konflikten mellan lif och materia, eller den mellan olika krafter fortsatta striden, — hvilket allt till sin idé är detsamma —; så måste likväl organismens helsotillstånd bero af dess delars likstämmighet, och en sjuklig öfverkraft, hos den ena delen, antyder en sjuklig svaghet hos den andra; ty så länge verkan och motverkan äro i normalt förhållande; fortgår organismen, som ett harmoniskt Helt. Det är således svagheten, hos den undervägande delen, som, till en viss grad, gör möjlig öfverstyrkan hos en annan, hvilken icke, ifrån sitt första moment, kunnat tilltaga, om den andra delen *strax* kunnat motverka den. Enär så ej skett, framträder ojemnvigt d. v. s. sjukdom. Således är det icke styrkan i åderhinnorna, som gör att blodet stockas åt en viss del, ej heller är det sagdt att det är en motsvarande svaghet i de närmast an-

liggande delarne, som secundärt förorsakar detta, utan sjukdomen sjelf, framträdande såsom egoistisk, och såmedelst partiel lifsprocess, i ett organ, motsvaras af en anorganisk tendens i ett annat.

Sjukdomen, såsom *orsak*, tillhör vanligast en enda grundform, och visar sitt *tecken* äfvenledes genom en enda grundform, fast denna icke är densamma, som den förra; denna sjukdomsform kalla vi *Enteknad*. Men om sjukorsaken tillhör en enda grundform, och dess tecken röja sig i de 2:ne andra, eller också i alla 3 grundformerna, då kalla vi den *Flerteknad*. Sjukorsaken kan väl också tillhöra mera än en grundform, dock tillhörer i de flesta fall dess upphof en enda, och det är då på denna, som uppmärksamheten först bör vändas. Oftast äro likväl sjukdoms-fallen så beskaffade, att det är nödigt, att först undanrödja den sekundära sjukorsaken, för att sedan desto *lättare* kunna häfva den primära; likasom man, i samma ändamål, ofta är tvungen att väcka andra sjuktecken, än de, som redan framträdt, för att derigenom nedstämma de för handen varande.

Vid Flerteknade sjukdomar torde det i allmänhet vara säkrast att sist tillgripa den mekaniska inverkningen, och begagna den

kemiska, under det sjuklingen är svagast. Skälet härtill ligger icke deruti, att den kemiska agenten, vid dessa fall, är uteslutande verksam, utan deruti, att den mekaniska agenten, *under hvilan lemnad helt och hållet till blott sina inre animala funktioner får mera intensitet,* än då kroppen rör sig både med de animala och de mentala mekaniska organerna, såsom under frisktillståndet. Nämde agent kommer dymedelst i jemnvigt med den kemiska, hvilken, genom det ringa mått af främmande ämnen, som den sjuke förtär, nedstämmes till möjligaste minsta qvantitativa inverkning, och således svarar mot den till högsta passivitet inskränkta mekaniska inpulsen.

Detta röjes ännu mera så väl hos friska, som hos sjuka uti *sömnens* välgörande följder. Fysiologer hafva påstått, att sömn inträffar genom blodets strömmande till hjernan, och man skulle tro att det vore så, emedan man blir tung i hufvudet, när man behöfver sömn, den mentala kraften liksom domnar. Härvid är dock att anmärka: Om blodets strömmande till hjernan gjorde sömn, skulle 1) alltid den sömnige få hufvudvärk, hvilket snarare inträffar, när man sofver för mycket; likasom då man äter och dricker för mycket. Annars plär en lång sömn tvärt-

om styrka och lätta nerfsvaga och alla sjuka eller tillfrisknande personer. 2) Äfvenledes skulle öfre och nedre extremiteterna vara kalla på den sofvande, hvilket är just en motsatts; ty den, som fryser om dessa, när han sitter eller står, blir vanligen varm om dem, när han kommer i sömn. 3) Skulle sömnen, utom hvilken intet lefvande kan lefva, — denna sömn må räcka under dygn, månader eller en hel årstid — såsom ett ersättningsmedel för uttömda krafter, vara en *ensidig* funktion af blodet, då kunde den icke vara *styrkande;* ty all ensidighet i funktionerna är sjuklighet, såsom vi förut yttrat. Lethargi är ensidighet i blodets lopp, derföre är den en sjukdom. — Enligt vår tanka är det endast en fullkomlig aktivitet i det animala, och en motsvarig passivitet i den mentala mekaniska agenten, som gör den kemiska och den dynamiska öfvervägande, och dymedelst uppstår *sömn.* När alla viljans organer hvila, måste äfven det animala systemets muskler komma i helt annat förhållande, än då de förra röras; ty, som vi förut sagt, verkar det yttre på det inre. Således är ryggradens muskelaktion vid stående, sittande, gång m. m. tillräcklig, att verka på nerf och åder m. m., emedan dessas största stammar ligga närmast ryggraden. Annars skulle rörelse och stillastå-

ende verka lika på vår organism, hvilket vore en motsägelse. Vi se att aktif rörelse störer sömn; hvarföre också Lethargi ofta kan botas genom mekanisk behandling. Den passiva rörelsen deremot, vaggning, åkning o. s. v., söfver af samma skäl, som förut är anfördt. Att drömmar kunna uppkomma genom blodets ojemna fördelning, medgifves gerna; derföre plär också den sömn icke styrka, som njutes under drömmar, och derföre åtföljes en stark feber af yrsel; ty att yra är att drömma vakande.

4.

Sjukdom och Sjuktecken.

Sjukdomstecknet måste blända, emedan all sjukdom inverkar på den dynamiska grundformen, hvilkens vexelvälde måste förhöjas, i mon som sjukdomen tilltager: och dymedelst röjer sig Lifvets strid med materien ännu bestämdare. Individets yttre former (den kemiska och mekaniska) framträda, den ena i sin undervigt, i allt mindre och mindre vinklar och radier emot det dynamiska, och den andra deremot i sin öfvervigt i allt större och större vinklar och radier.

Då nu den undervigtiga polen (k eller m i vår anförda symbol) närmar sig till D linien, tyckes sjukdomen hafva sitt ursprung i det undervigtiga k eller m. Men detta är oftast skenbart, icke verkligt. Lifskraften (det dynamiska), sökande ständigt att motverka materiens totala förening med sig, likasom utskjuter åt den sida, der det sig närmande k eller m ligger; derigenom blifver det dynamiska sjelft försvagadt; men den sig närmande undervigtiga linien (k eller m) vinner i sin intensitet genom detta dynamikens meddelande, och utom hvilket den annars skulle, såsom en ensam kraft, upphäfvas, d. ä. söndras från punkten a och organismen dymedelst upphöra att handla såsom ett fullständigt Helt. Ett dylikt sjukdomsförhållande kallar man *nervslag*, och är, såsom sådant, mera partielt. Om åter, i motsatts härtill, k eller m linien skulle förtränga D linien, och skilja densamma från sitt ursprung, så kallas ett sådant förhållande *blodslag*, och är ofta mera universelt och dymedelst dödande, i fall dess orsak ej varit yttre våld och således mera partiel.

Som de 3 grundformerna *icke allenast yttra sig* i organismens *inre* ekonomi till dess sjelfbevarande, utan äfven böra svara till *de yttre* medel, som på organismen an-

vändas och af densamma emottagas, så måste dessa medel svara till organismens bestånd, och vara enlige (analoga) med dess inre grundformer; hälst intet fenomen kan uppstå, utan genom dessa 3 grundformers vexelverkan. Men likasom lifvet (det gudomliga) är det enda verkliga, så är den dynamiska grundformen typen för de 2:ne andra, ty om den icke vore det, skulle materien öfverväldiga lifvet, vid minsta ojemnvigt i organismen, och allt skulle, förutan lifvets motverkan, förvirras eller förintas. Ja, detta välde hos det dynamiska framträder ännu tydligare hos hafvande quinnor; men tydligast i den medfödda antipathi som vissa individer i all sin lefnad hafva för vissa djur eller ting, hvilken ofta i högsta grad yttrar sig genom det ena eller andra sinnesverktyget; dock allramest framträder förenämnde dynamik uti sexualförhållandet; — ty i detta har det sin högsta verkliga lag.

De flesta misstag i kurer hafva sin grund i den förvexling, man gjort, af sjukdomen sjelf och dess tecken eller vilkorliga angifning; och då så många lärde män misstagit sig häri, torde äfven de meningar, som här yttras, äga rätt till billigt öfverseende, i hvad dem göres behof deraf. Vi våga derföre säga att, enär den *dynamiska* grund-

formen är den högsta agenten, då framstår sjukdomen under *mekanisk* form. — Verkar det *mekaniska* starkast, tager sjukdomen det *kemiskas* skepnad; och är det kemiska hufvud-agenten, då visar sig sjukdomen i *dynamisk* potens. Således gör *skrämsel*, *glädje*, *vrede* (dynam.) antingen en *öfverkraft i musklerna*, *eller också betar det all kraft* (mekan.). Sammaledes gör rörelse att *vällmående*, *matsmältning*, *sömn* uppstå. En försträckning, en stöt (mek. retmedel) verkar äfven mekanisk häfning af delarne med dess hufvudverkan: inflammationen med hetta och rodnad, tillhör dock mera organismens kemiska än mekaniska yttringssätt. Och *kemisk* inverkning af spirituösa ämnen, af retmedel o. s. v. har alltid ett dynamiskt kännetecken af liflighet eller matthet, styrka eller slapphet, o. s. v. Detta framstår så i sjukdoms —, som i helsotillståndet; dock mest i det förra, emedan all sjuklighet är ojemnvigt, och öfvervigten hos det mest framträdande fenomenet måste öka undervigten hos de andra — eller också i motsats, dessa så starkt motverka, i förenad dubbelhet, att intet resultat blir af den potenserade kraften; dylika fall antyda en högre rubbning i organismen.

Som det icke finnes någon absolut sjukdomsform, utan blott individuelt-relatif, så

kan det icke heller gifvas något absolut läkemedel emot någon sjukdom. Gymnasten kan således icke behandla en organism efter nyck eller mod. Han måste akta sig för att blindt tro på någon viss rörelse. — All rörelse öfverdrifven verkar motsatt till dess idé. Sjukdomar antaga lynnet af klimat och lefnadssätt; ty de äro barn af dessa. Norrland har fått frossa, som alldrig förut var der känd. — Milda vintrar hafva troligen ditfört frossan.

Vi hafva i föregående stycke indelat sjukdomar i *Enteknade* och *Flerteknade*. Vi hafva äfven i detta stycke sagt att sjuktecknet vanligast framträder under en annan grundform, än den, hvilken sjukorsaken tillhör. Härifrån undantagas alla af yttre våld beverkade mekaniska, eller af kaustika kemiska medel beverkade förändringar i organismen. I sådana fall framträder alltid sjukorsak och sjuktecken i samma grundform; ty gifter äro kemiska ämnen, som stå i högsta strid till vår natur, likasom ett yttre våld i mekaniskt hänseende. Båda äro förstörande. De förras strid med den kemiska agenten i vår organism och de sednares med den mekaniska blir således desto synbarare. De kunna icke döljas under en annan grundform, och igenkännas derföre så lätt. — Också är den mekaniska behandlingen lika

litet den väsenteliga i frågan om en *förgiftning*, som den kemiska vid en *stöt*. Kräkning eller uttömning, väckt genom kemiska motmedel eller Antidoter, är vid den förra lika oundgänglig, som, vid den senare, de mekaniska hjelpmedlen, hvaribland manipulationer äro de enklaste och stråldusch m. fl., hvilka verka på ett sammansatt (kemiskt mekaniskt) sätt. Vi hafva förut sagt att sjukorsaken icke får beräknas ifrån de yttre fiendtliga förhållanden, hvari organismen kan tänkas, utan dess väsen bestämmes endast efter det sätt, hvarpå den, i sjelfva organismens yttre eller inre delar, framträder; således är icke en stöt att anse som *mekanisk orsak* i organismens rubbning: ty detta leder, som vi förut sagt, blott till ett fjermare pathologiskt begrundande. Det är den af det yttre angreppet uppkomna blodstockning, m. m., som betecknar sjukdomen, som orsak. Skulle man öfverskrida denna inskränkning vid sjukbestämmelsen, då finnes ingen gräns för sjukformerna; emedan hvarje orsak är sjelf följd af en annan föregående orsak, och denna åter följd af en annan orsak, och så vidare tillbaka.

I vår organism kan ingen företeelse uppstå, utan genom de trenne grundformernas vexelverkan; och alla likartade fenome-

ners gradvisa olikhet sinsemellan uppstår genom den gradvisa olikhet, som finnes emellan de orsaker, som beverka fenomenet. — *Rheumatisk* åkomma är kemisk ojemnvigt (i blodkärlen o. s. v.), men den yttrar sig mekaniskt; ögat får kramp; armen domnar eller förlamas o. s. v., men i tillfrisknandet framträder den kemiska urformen sjelf: ögat rinner, armen svulnar. En lamhet, som uppstått genom förkylning, anses vanligen som ett mekaniskt fel; men det är kemiskt, enligt hvad vi förut sagt, och den häfves mekaniskt, genom gnidning, borstning, sträckning, dusch, o. s. v. [1]). Förstoppning, härledd af mekanisk undervigt, den peristaltiska rörelsens förminskning, kramp eller dylikt, häfves genom ett Laxativ. Förstoppning, härledd af kemisk orsak, brist eller öfverflöd på galla, slemsamling m. m., häfves genom den mekaniska vehikeln. Hufvudvärk, förorsakad genom blodets kastning åt hufvudet, kan vara både kemisk och mekanisk, och kan ofta nog genom mekanisk inverkning häfvas, — ja, of-

---

[1]) Att äfven kemiska medel i dylika fall kunna vara hjelprika nekas härmed icke. Vi hafve endast velat angifva en allmänlig regel, att vidare pröfva och utforska, när den ena, eller andra, af de stora agenterna, företrädesvis och först bör användas.

ta blott med att binda ett kläde hårdt om pannan.

Men när sjukorsaken stigit till sådan höjd, att den öfverväldigar organismen, då inträffar samma fall, som vi nyss förut sagt om våldsamma slag och starka gifter, det nämligen, att sjuktecknet framträder i samma grundform, till hvilken den, såsom sjukorsak, hörer; sålunda har en stark rötfeber alla sjuktecken i den kemiska grundformen, till hvilken den såsom sjukorsak också hörer. Giktanfallet, i sin höjd, har förstoppning, kräkning m. fl. kemiska tecken; men, i en mindre grad, yttrar den sig mekaniskt genom styfhet, kramp o. s. v.

5.

Nervsystemets Sjukdomar.

Då det är vigtigt, att, i rättan tid, förekomma organismens öfverväldigande, så måste det vara af nöden, att strax inse på hvilkendera af organismens grundformer, man, redan i sjukdomens första stadier, bör inverka. Vi vilja derföre till Gymnasters ledning göra några framställningar i detta ämne.

Som vi förut anmärkt, i ett föregående st., gifves det, i vår organism, 3:ne systemer, som motsvara dess 3 grundformer, nämligen cirkulations systemet, som föreställer den kemiska grundformen; nervsystemet, som afbildar den dynamiska och muskelsystemet, som närmar sig till den mekaniska grundformen, och då hvar af dessa systemer hafva sin hufvudpunkt i en viss del af organismen, fastän alla, likväl i sin inre betydelse, tillhopa utgöra dennes Enhet; så måste dessa 3:ne systemer, i sitt yttringssätt, hafva en viss likstämmighet sinsemellan, så i helso- som i sjuktillståndet. Således, likasom blodets lopp, i förhållande till hjertats aktion, i dess sjukdomar antingen är för starkt eller för ringa, och musklernas verksamhet, i underlifvet, antingen kan vara för slappt eftergifvande eller krampagtigt hopdragande, hvilket likaledes uttrycker en excentrisk (periferisk) eller concentrisk öfverdrift; så kan äfven verksamheten i nervsystemet, med hänseende till dess hufvudorgan, hjernan, vara antingen för mycket concentrisk eller excentrisk. Om Läkare benämt dessa två olikheter Stheni och Astheni kan här vara lika mycket; dock torde den anmärkningen böra göras, att, enligt hvad vi redan sagt, öfverstyrkan i den ena delen icke är positif; ty den skulle icke uppstå om den del,

hvilken reaktionen tillhör, kunde uppfylla sitt ändamål, och, det är således dennes svaghet, som gör den andras öfverstyrka. Vi erfara detta vid ett slag, eller en länge uthållen rörelse, då kramp angriper en viss muskel. Sådant inträffar icke, så länge denna muskels antagonist eller coagent har behöflig styrka.

Vi vilja här genomgå de hufvudsakligaste sjukdomsformer, som yttra sig i förenämnde 3:ne systemer af vår organism, och vi börja med nervkrämpor. — Af hvad vi sagt, om en onaturlig concentricitet eller excentricitet i nervsystemet, torde en hvar förstå, hvarföre en nervsvag och en nervretlig person måste behandlas olika. Den förra är i ett öfverdrifvet excentriskt den andra i ett öfverdrifvet concentriskt tillstånd. På den förra måste alla manipulationer på extremititerna börjas vid deras ytändar på nervutbredningarne, och på samma vis fortsättas uppåt, öfver bröstet, mellan refbenen ända bak emot ryggmärgen och uppåt nacken. — Den sednare deremot får afledande rörelser *från* axel till fingerspetsar, från länd till tåspetsar, från bröst till ljumske, från hals till mage, från hufvud till kors, från rygg till magens framdel o. s. v. Dessa manipulationer skola naturligtvis förenas med så-

daua ställningar, som den sjukes inre lidande bestämmer: med lyftning under armarna eller lindrig pumpning af bröstkorgen, eller jemnt anliggande tryckning öfver underlifvets sidor o. s. v., hvartill Gymnasten minst bör hafva 3:ne medhjelpare.

De vanligaste åkommor, som hos dylika sjuklingar inträffa, äro brösttryckning eller svindel under manipulationerne; hvarföre Gymnasten bör med de lindrigaste diagnostiska (undersöknings) rörelser, och i afändrade ställningar varsamt bemöda sig att utröna hvilka delar vid rörelsen förorsaka nämnde lidanden, för att derefter inskränka området för manipulationen. Vi vilje uplysa detta med ett enda Exempel; Fröken — 32 år gammal, som, under en nervfeber, tillika fått en svår bröstsvulst, och derföre länge måste ligga i en och samma ställning, hade, genom detta dubbla lidande, blifvit så nervsvag, att hon, ännnu två år derefter, icke tålte den allra minsta beröring på någon enda punkt af hufvud, hals, bröst, rygg mage, skullror, arm eller lår, utan att qväfvas deraf. Efter en lång undersökning befans ändtligen, att hon, ifrån armbåge till fingerspetsarna och ifrån knä till tåspetsarna, kunde, utan qväfning, beröras; och sedan vi, en half månads tid, sökt att med rörel-

ser, på det högsta, öka retbarheten i dessa delar, förminskades densamma i de förstnämde så, att vi kunde behandla dem likasom på andra nervsjuka. Vi hade sålunda genom en förberedande behandling satt denna sjukling i stånd till ytterligare mekanisk inverkning, enligt de allmännare grunderna för densamma.

Vi finna, af den föreslagna symbolen, att nervsjukdom mera hörer till linien D, emedan nervsystemets centralorgan (hjernan) föreställer den dynamiska grundformen, fastän materielt, emedan lifvet, i sin inkarnation, icke kan fråntänkas materien. Linierna k och m, det materiellas representanter, d. ä. den kemiska och den mekaniska grundformen, blifva således de, hvilka hufvudsakligast måste sättas i motverkan till linien D. Alla de medel, hvarigenom denna sista, medelst de 2 förra, kan åtkommas, böra härvid begagnas. Således bör man, allt efter olika sjukförhållanden, till återställande af organismens rubbade jemnvigt, göra punktskakningar på hjessa, rygg och mage liktidigt, eller särskildt; sammaledes långstrykningar, spetsrörelser eller hackningar på armar och ben samt *slagrörelser* på handlove och på fotsålor; för att kunna verka concentriskt eller excentriskt.

Det är en känd sak att en nervsjuk, mest af alla, bör aktas för sinnesretningar. Ju mera D linien utdrages från sitt ursprung a, desto mera förminskas dennas intensiva kraft. Sinneslugn är själsstyrka eller en förkortning af D, d. v. s. en sammanträngning till a, till förnuftet, eller lifvet i sin frihet. Vi hafva redan yttrat oss om hypokondriens sjukorsak, och hänvisa dertill, jemte de biförhållanden, hvilka, så väl i detta stycke, som i de efterföljande förekomma.

Hvad fallandesot beträffar hafva vi korteligen yttrat oss derom och få här tillägga, att enär densamma härrör af mask eller våldsam könsutveckling, sjelfkränkning o. s. v. *), då kan Gymnastiken med fördel användas, dock så till förståendes, att den begagnas emellan anfall, icke under desamma, emedan sjukorsaken sjelf är mekanisk och yttre våld skulle öka densamma. Man bör söka att, medelst den mekaniska agenten, föröka kraften hos den kemiska och gifva den ett totalingrepp i alla organismens delar; ty då måste sjukorsaken, såsom sjelf mekanisk, upphöra, —

---

*) Härrör åter denna sjukdom af en desorganisation i hjernan, då äro alla mekaniska åtgärder fåfänga,

Hufvudsakligen bör inverkningen rigtas åt alla de yttre kärlen, åt kors och mage. Starkare och starkare halftaktiva rörelser begagnas sedan, i vågrät och i upp- och nedvänd ställning. Slutligen bör muskelkraften jemt utvecklas och bäckenets delar hufvudsakligen så behandlas, att blodet ledes från könsdelarna — Skulle anfallen komma tätt på hvarann, göras manipulationerna ännu lindrigare, under mellanskofven. Vid sjukdomar, hvilka alltjemt fortfara, med högst obetydliga mellanskof (intervaller), kan en inverkning, genom samma grundform, som sjukteckenet tillhörer, sällan uträtta något, om sjukdomen gått så långt, att den fått sitt tecken i samma grundform, som den har sin orsak, hvarom vi förut talat, och der upphör vanligen den yttre mekaniska agentens förmåga, samt i de flesta fall äfven den kemiska, hvarföre Läkare då öfverlåta sjuklingen till sin egen naturs verksamhet. —

Att konvulsioner, genom Gymnastik, kunna häfvas, har samma grund, som det föregående; men härvid bör iakttagas, att afledande rörelser måste ännu oftare användas på armar och ben, och *det äfven under anfallen*, alldeles motsatt till det sätt, vi här ofvan uppgifvit, till en epileptisk persons behandling. Utom detta böra manipulationer-

na hufvudsakligen rigtas åt underlifvet. Den frossa, som, till sin orsak, är gastrisk och beslägtad med andra nervåkommor, kan väl, med rörelser å magen och ryggraden, samt dymedelst på ryggmärgen, vid dess allra första utbrott, förekommas; men när den hunnit framträda, som full feber och med bestämd typ, hör hon under den kemiska agenten.

6.

Blodsystemets Sjukdomar.

Efterföljande utkast, till behandlingen af blodsystemets sjukdomar, lemnas under vilkor, att den, som vill verkställa densamma, måtte *rigtigt*, *lindrigt och långsamt* dermed gå till väga; ty endast såmedelst är det möjligt, att komma i åtnjutande af rörelsernas helsoverkningar. Som nu Hemorrhoidal-krämpor äro bland de mest gängse åkommor, torde det vara lämpligast att framställa den mekaniska behandlingen af nämde sjukdomsform, för att dymedelst gifva ett allmänligt och kort begrepp, om behandlingen af blodsystemets abnormiteter. Vid Hemorrhoidal-sjukdoms olika artförändringar torde också mekaniska medel vara pålitligast,

hälst denna sjukdom, antingen ärftlig eller icke, vanligen uppkommer eller förökas genom hetsig föda och dryck, öfverdrifven könsnjutning, ensidig eller ringa kroppsrörelse o. s. v. Det första, som, vid Hemorrhoidernas behandling, bör iaktagas, är, att afleda blodet till armar och ben och föra det till kapillar-kärlen. Detta börjas först med lindriga böjningar och cirkelrörelser i ledgångarna och fortsättes vidare genom starkare långstrykningar åt rygg och mage. Omsider rigtas manipulationerna mera åt korset och bäckenet. När det förra, genom fortsatta lindrigare rörelser, är bragt i ett tillstånd af ömhet; lättas vanligen bröst och hufvud fullkomligen, och denna ömhet bör genom försigtigaste behandling underhållas minst en, högst tvänne veckor, under hvilken tid man låter sjuklingen göra halftaktiva armhäfningar samt aktiva lårrörelser i framstupa ställning på knä samt derjemte, med passivare vinkel-rörelser i korset och åt sidorna. Först flera dagar derefter anställas framböjningar med strykningar och sedan med tryckningar på ryggen samt liggande horizontela rörelser, och slutligen hastiga ställningar upp och ned.

Om hufvudvärk eller svindel före Gymnastikens begagnande eller under densamma

åkommit, bör, vid alla rörelser, en hand läggas på patientens hjessa, men utan den minsta tryckning. Gymnasten sjelf bör då, genom lindriga manipulationer på nackens och halsens pulsådror och sedan på dess blodådror, och slutligen på dem båda, söka leda blodet nedåt, och, såsom slutrörelse, för hvarje gång, göra en hals-cirkelrörelse, under lindrig tryckning på hjessan samt lätta manipulationer öfver ögonbågarna och darrtryckning på tinningarnas pulsådror.

Om magen, i sina funktioner, fortfar att vara oordentlig, oaktadt förenämnde rörelser; bör man söka inverka på den samma, dels genom *halft aktiva* spännrörelser, dels genom *helt aktiva* vinklingar åt sittbenen, och derest detta icke är nog, göras, i vågrätt liggande ställning, pressrörelser, hvilka direkt inverka på mellangärdets medelpunkt, och på tarmarna.

I öfrigt bör anmärkas, att, vid denna sjukdom, liksom vid alla andra, svårare tillfällen, Gymnasten bör veta, att i rättan tid, och på en enda gång, förändra hela sjukbehandlingen, så väl i anseende till ena delen af organismen, som till den andra. Denna förändring måste stå i ett noga förhållande, till de rörelser, man förut gjort, och till patientens förhanden varande till-

stånd. Det låter sig ganska lätt förklara, att en kropp, som, genom en långvarig sjuklighet, blifvit onaturligt retbar, serdeles i vissa delar, och som, genom kemisk eller mekanisk behandling, fått mera verkningsförmåga (d. v. s. mera naturlig retbarhet, i sina öfriga delar), genom denna total-förändring, måste komma i ett slags inre upprorstillstånd, och den bör således behandlas på ett sätt, som stillar detta uppror.

Att denna förändring icke bör stå i strid med den första behandlingen hafve vi förut sagt: den liknar blott den hvila, man stundom lemnar en feberpatient, för att se om sjukdomen icke derunder förändrar sig. — De manipulationer, som härvid böra begagnas, måste mera rigtas åt nervsystemet i allmänhet. Skulle Gymnasten finna äfven denna behandling mindre svarande för sitt syfte, att nedstämma blod- och muskelsystemet; bör han låta den sjuke afhålla sig ifrån all rörelse, hvar tredje eller fjerde dag, och han bör då hafva ljumma karbad, högst 3 till 5 minuter långa. Ett par veckor derefter, börjas behandlingen åter, med samma tilltagande styrka, som först nämndes, hvarpå åter följa några frivilliga mellanskof, (interstitier), oaktadt de för den sjuke icke tyckas behöfliga. Det må för öfrigt anmär-

kas, att dessa patienters behandling, så väl under aftagandet som vid tilltagandet, bör beräknas efter deras olika puls. Äfven erinras, att, derest den öppna gyllenådren inträffar, de starkaste rörelserna måste inställas och de mindre våldsamma göras lindrigare, så länge förenämnde uttömning varar. Detsamma gäller äfven om behandlingen under regleringen.

Om Hemorrhoidalisk *blodhostning* eller *blodpinkning* visat sig, bör den sjuke icke få göra några hel- eller half- aktiva häfningar, i det förra fallet, och i det sednare icke för starka korsböjningar eller lårrörelser. Hemorrhoidala blodhostningen behandlas med afledande långstrykningar nedom falska refbenen, under lätt och afväxlande lyftning eller pumpning under armarne och sådane bålvridningar, som lindrigt verka på mellangärdet. Hemorhoidal-blodpinkningen behandlas med lindriga manipulationer i grenet, strykningar utåt ljumskarne, nedåt låren samt sågningar öfver länderna, nära njurarnes läge. Småningom ökes detta till halftaktiva grenrörelser, först med ett lår i sender, och sedan med båda.

Personer, som äro angripna af s. k. *slemiga Hemorrhoider*, böra, till en början,

behandlas likstämmigt de förrige; men deras rörelser måste mycket längre vara passiva, emedan sjuklingarne härunder hafva särskildt anlag för väderstockningar och deraf följande kramphosta. Vanligtvis hafva de ock starka retningar i luftstrupen, hvarföre täta strykningar på halsen, samt ifrån axeln utför armen, böra, jemte starka sågningar på nacken, omvexla med öfrige rörelser i maggropen och mellan refbenen. Alla de ställningar, som kunna verka åt mellangärdet, äro högst nödvändiga och, derest ändtarmen är mycket förslappad, eller kramp och taggar infinna sig i sätet, böra grenrörelser användas samt retrörelser ifrån korset till sätet. Påkomma slemflytntngar ur könsdelen, böra de behandlas, på sätt vi förut yttrat om blodpinkning. — Det händer äfven att personer, med starka slemmiga Hemorrhoider, blifva mjältsjuka samt att de med hämmad vanlig gyllenåder blifva galna. De förras behandling blir en mellandel af hvad vi förut sagt om slemmiga Hemorrhoider samt hvad vi anfört om nervretliga sjuklingar; de andra böra hafva starka, högst inverkande rörelser; hvad med dem skall ske, bör ske fort. Deras sjukdomstecken är redan bestämdt, och det behöfs ingen diagnostisk behandling, Alla rörelser, som kunna verka åt hjernan böra användas i vågrät ställning,

och patienten bör, så fort ske kan, hållas upp och ned ett eller annat ögonblick i sender. — Mången har förundrat sig öfver detta sista medlet; ty alla tro, att blodet måste strömma till hjernan, när benen komma uppåt. Detta är likväl orätt. Om blodet endast skulle verka efter sin tyngd, kunde ju blod aldrig komma åt hufvudet, då det hålles upp under stående eller sittande ställning; och efter samma lag, skulle äfven blodet stocka sig till hufvudet, när man ligger, hvilket vi hafva vederlagt. Är sjuklingen rädd och håller andan o. s. v., under det han stjälpes upp och ned, då pressas blodet åt hjernan. Är han fullkomligen passiv, och låter Gymnasten och dess medhjelpare ensamt befordra omstjälpningen, då tvärtom kyles hans hufvud. Man får icke bedömma denna passiva rörelses verkan efter den, som uppstår vid en aktiv nedböjning, då bukmuskl[illegible]rna, andedrägtens betydligaste yttre organer, samt mellangärdet, refben m. m. pressas tillsammans i helt andra vinklar, och dymedelst hindra den friare blodrörelsen, hvarigenom denna, såsom ständigt motsvarande andedrägtens rythm, äfvenledes blir rubbad, och måste ensidigt tvingas åt halsens och hufvudets kärl [1]).

---

[1]) Detta alt inberäknadt, blir hufvudsaken härvid kroppens lefvande *efterverkan*, i sin motsats emot medlet. L.

Som starka Hemorrhoider omsider öfvergå till tvinsot, lungsot o. a. d., så få vi, i förening härmed, yttra några ord om denna *sjukdom i allmänhet*. Såsom vanlig bröstfeber, åkommen genom förkylning, slemstockning m. m., är det kemiska i undervigt och det mekaniska öfvervägande, genom hosta, kräkning m. m., och den bör således kemiskt behandlas, för att icke väcka kramp genom mekanisk inverkning, enligt hvad vi förut sagt. Men om sjukdomen fortgår och lungorna förete spår till börjande anfrätningar (t ex. tuberkler), svårighet att andas och att hosta inträffar, då är det mekaniska i undervigt; och det kemiska öfverlägset. Blodkärlen fyllas, inflammation och varbildning fortsättas Här bör den mekaniska agenten göras verksam, för att, genom de angränsande delarnas styrka, befordra lungornas kraft. Lindriga strykningar på armar, sidor och rygg, punktdarrningar under bröstet, pumpningar och lätta magrörelser äro här användbarast. Mellangärdet, nerver och kärl under refbenen, hvilka redan förslappats, böra styrkas, för att kunna befordra var- afsöndringar och upphostningen. Om ingen eller få af nämnde delar kunna bringas ur sin förslappning och andetäppan, samt nattsvetten tilltaga, då kan den mekaniska agenten icke mera reagera; den är blott en coagent. Det kemi-

ska kan väl ännu brukas, men blott som ett palliatif; det hejdar ej den nära förutstående upplösningen. Att lungsoten äfven bör behandlas med mekaniska medel hafva Läkare redan länge insett, och derföre tillstyrkt ridning, åkning, instrumentblåsning och sjöresor, hvarvid passiva rörelsen, lika väl som luften, verkar. [1]) — Också är lungsot sällsynt vid hafskuster. Att lindrig öfning på blåsinstrumenter och vociferation är högst nyttig, för svaga lungor, är visst, men äro de inflammerade, kan det ej hjelpa. Ridning är svår att så tillställa, att den ej ger för stark eller för svag, för långvarig eller för kort rörelse åt lungorna, utom det att sjuklingen, för att hålla jemnvigten med hästen, beständigt tvingas att hålla sig i samma ställning, som en frisk ryttare, och hästens rörelser äfven qualitatift kunna blifva menliga. Om motsvariga rörelser gåfvos på vippmasten, kunna de: 1) göras till yttersta grad lindriga, och punktvis ökas till den högsta grad; 2) rigtas åt hvad punkt, man behagar, af lungans eller mellangärdets område, medelst ställningens olika planvinklar, och 3) blifva aldeles passiva, emedan sjuk-

---

[1]) En Engelsk Läkare (Ramadge) har i detta ändamål inventerat en egen inandningsapparat till lungornas och hela bröstkorgens vidgande, medelst omvexlande inandning och utandning af varma vattenångor. L.

lingen, af medhjelparen, helt och hållet kan uppbäras under skakningen.

7.

Secretions-systemets sjukdomar.

Hit räkne vi 1) *Lefverns åkommor*, hvilka ofta yttra sig genom magens secretioner, nervretlighet o. s. v., De kunna äfven i allmänhet hjelpas medelst rörelser, hvilka först böra rigtas åt tarmkanalen, på sätt, som vi, i föregående stycke, heskrifvit Hemorrhoidal-patienters behandling, i anseende till detta organ. Sedan måste, framför allt, blodomloppet jemt fördelas; hvarefter starkare och starkare retrörelser göras på högra sidan, hvilken patienten, i ~~baklänges~~ liggande ställning, och med deladt gren, framvinklar, under det att medhjelparne dels trycka korsets vänstra sida uppåt, hållande sjuklingens knän orörlige, dels småningom, allt mer och mer, sträcka hans högra axel tillbaka.

Gradvis tilltagande grenrörelser böra göras med *ett ben* och rakt knä, hvilka rörelser alltid repeteras dubbelt oftare med högra benet, än med det vänstra. Allt efter som anletets färg blir lifligare på sjuklingen, böra rörelserna fördelas åt hela blod-

systemet, fast de sällan böra vara mera än halft aktiva. Hvad vi, uti föregående stycke, sagt om hypokondristers behandling gäller äfven här, till viss del, så vida sjuklingen, hvilket vanligast händer, är besvärad af väder, ängslan o. s. v.

2) *Njurarnas och blåsans sjukdomar* stå äfven under den mekaniska behandlingen; och sjelfva operatören är, som sådan, blott en beväpnad Gymnast. Rörelserna kunna visserligen likaså litet söndermala en redan bildad sten, som medikamenter kunna återsätta en bit inpå ett anfrätet organ; men rörelser kunna förekomma grussamlingar, likasom ett kemiskt medel kan förekomma anfrätningen. Som grusstockning är en öfvervigt i den kemiska agenten, hvilken icke kunde finnas, så vida den mekaniska ägt nog styrka, att genom sekretionens vägar affjerma dessa sjukämnen; så måste (enligt hvad vi tillförene yttrat) den mekaniska agentens rörelseformer kunna tillitas vid dessa åkommor, fastän blott såsom *förekommande*, enligt hvad nyss blifvit sagdt. Detta sker förnämligast genom graduerade retrörelser åt ljumskarne och grenet, framåtlutande korsvinklingar, hvilka rigtas snedt åt den sidan, der njurvärken förnimmes samt

starka grenrörelser, förenade med magvinklingar.

Berörde sjukdomar äro vanligen nära beslägtade med åkommor i underlifvet och med hemorrhoider o. s. v. Derföre böra de rörelser, som vi, för dessa, i föregående stycken, anfört, begagnas i förening med det speciella behandlingssätt, vi här omtalat; dock allt i förhållande till sjuklingens krafter och tillstånd, samt med den alvarliga erinran, att kuren alltid bör slutas med fullkomligt aktif Gymnastik, hvilken hufvudsakligen rigtas åt ryggrad, kors, bäcken och ben. Språng, hvilka sällan äro användbara för en patient, äro för dessa sjuklingar nyttiga, äfvensom de lindrigaste lyftningar i allmänhet; dock böra alltid suspensoirer nyttjas under dylika ansträngningar.

Om *hinder vid vattnets kastande* uppstått, antingen genom kramp, striktur o. s. v., bör sjuklingen behandlas efter hvad vi först sagdt om stenpatienter i allmänhet; och dessa rörelser omvexla med lindriga strykningar och punktskakningar på och omkring rörknölen (Bulbus) samt med sakta ringformig rullning öfver testiklarne — derefter Ländrörelser, i stående ställning, hvilka börjas med utböjda knän, som småningom

rättas under det att en medhjelpare, sakta eftergifvande, trycker på sjuklingens axlar. Sittande och sedan stående höftmalningar äro här nödvändiga, likasom de äfven böra användas mot sten- och grussamlingar i gallblåsan. Oförmåga att hålla urinen, sockersjuka, m. m. behandlas efter samma grundsatts med iaktagande af sjuklingens individualitet, om ej dessa krämpor åkommit genom venerisk smitta o. s. v. Gallblåsans sjukdomar behandlas i allmänhet lika med magens åkommor, dock med mera lokalinverkning, så i ställning, som i manipulationer.

Vi önskade att kunna här yttra något om mjältens sjukligheter; men då detta organs hufvudsyfte ännu icke blifvit till fullkomlig visshet utredt, kan man icke uppgöra bestämda rörelser för detsamma, och får således tills vidare antaga, att dess behandling bör någorlunda svara mot den, som vi bestämdt för Lefverns åkommor. Till sekretions-organerne höra äfven spott- och slemkörtlar och de secernerande eller slemhinnorne.

8.

Muskelsystemets Sjukdomar.

De betydligaste felagtigheter, som förekomma, i detta system, kunna indelas i

yttre och inre sjukdomsformer, likväl så till förståendes, att båda slagen tillhöra organismen, såsom Ett Helt, och således böra, efter dess idé, betraktas och behandlas. Till dessa inre åkommor räkna vi äfven vissa organiska fel i hjerta, lungor, tarmar, mellangärde o. s. v., hvilka förändra dessa delars volum och rörelse-förmåga samt de krämpor, hvilka icke hafva sin form i nerfverna eller vätskorna, utan allmännast yttra sig genom hudens och musklernas sjuktillstånd.

Vi hafva, i förra stycket, talat om Lungornas farligaste sjukdom och skola nu yttra något om hjertats lidanden. Dessa äro vanligen svåra att urskilja; men genom rigtiga Diagnostiska rörelser kunna de, med nästan full säkerhet, bestämmas, äfven då de icke genom Gymnastiken kunna botas. När sjuklingen ställes vid en stolpe, hans vänstra hand upplyftes och understödes samt bröstet i sned, något framlutande ställning och Gymnasten med ena handen försigtigt trycker öfver de sista refbenen och med andra handens utkant bågformigt trycker, än emellan bröst-refbenen, än emellan 6:te och 7:de ryggkotan, under det att medhjelparne dels försigtigt befordra denna tryckning, dels långsamt öka den sjukes si-

doframlutning, då framkallas vanligtvis tecknet af sjukdomen. Känner patienten dervid en svår värk i hjertat, då betyder detta ett *åderbråck*. Förnimmer han mera ytlig hetta deröfver, då är åkomman *rheumatisk;* röner han en bedöfning derunder; och att hjertat likasom vill stanna, då är detta en *tårsot* (atrofi). Förnimmer han deremot en kollring, då är det *våderstockning;* förmärkes en stark rörlighet, så betecknar detta *kramp* i hjertat. Förökas hjertats slag härvid, då är vanligen hjertats volum onaturlig. Vissa sjuklingar tycka också att deras hjerta är så stort och häfvet, att det icke får rum nog. Detta sjuktillfälle kan både vara verkligt och äfven sekundärt: i förra fallet har hjertat en för stor volum, och i det sednare äro blott dess väggar för svaga.

Sättet att behandla alla dessa åkommor måste ske med noggrannaste hand och öga. Ingen sådan sjukling bör hafva våldsamma rörelser. I allmänhet gäller för hans behandling följande hufvudsyften, 1) Förminskning af angränsande delars retning på hjertat: 2) Förminskning af blodets våldsamma gång till hjertat: 3) Förminskning af det öfverdrifna nutritions-anlaget i hjertat.

Det *första* befordras genom ryggradens naturliga uppbärande och hållning, såsom villkoret för bröstkorgens behöfliga utvidgande. Det *andra*, genom blodets ledning och fullkomliga utspridande till alla kroppens delar och i synnerhet till bäcken, armar och ben. Det *tredje* derigenom, att man åt mindre farliga delar (t. ex. armar, ben och kors) leder nutritionen, för att dymedelst göra en minskning deraf på det sjuka stället.

Att de sjuklingar, hvilkas lidande mera uttrycker en svaghet i hjertat, äfvenledes böra så behandlas, finnes lätt, då man besinnar hvad följderna af för stark näring blifva för ett svagt cirkulations-organ af den vigt, som hjertat är, och förenämnde tre syften kunna i allmänhet genom mekanisk åtgärd vinnas — derom har en mångårig erfarenhet redan bevisat. Gång och ridning äro otjenliga medel för dessa sjuka: de böra endast åka eller låta ro sig, för att njuta frisk luft, hvilken är dem högst nödvändig. — Gång och ridning inverka för mycket ensidigt uthållande kring kroppens axel, medelst behofvet af den jemna balanceringen och derigenom vållas för starkt blodtillopp i de delar, som närmast ligga intill det ifrågavarande organet. Lungorna äro äfven

dervid i för stor verksamhet: deras kraft förhöjes; och då andedrägt och blodomlopp äro 2:ne vigtskålar till hvarandra, måste nödvändigt hjertats både mekaniska vehiklar och således äfven dess kemiska yttringar förhöjas medelst ofvannämnde rörelse. Derföre är det sällan att den sjuke känner sitt hjerta stanna om natten, så vida han icke genom rörelse eller för starka födoämnen nyss beverkat det. Fria luften, hvars spänstighet genom dagsljuset är förhöjd, samt ensidig rörelse af gång, lyftning m. m. sätta muskelkraft, andedrägt och blod i annat förhållande, än de hafva i sängvärmen, mörkret och kammarluften. Man kan väl med en häftig rörelse återgifva hjertat sin verksamhet; men dymedelst förökes dess retbarhet och nutritionens öfverdrift. Den svåra smärta, som kännes, när hjertat åter skall sätta sig i gång, skulle väl väcka den sjuke, om han i sofvande tillstånd hade detta anfall.

Gymnasten bör med yttersta försigtighet behandla dessa sjuka, och i synnerhet befordra blodets jemna lopp, antingen förande detsamma till eller också från sitt hufvudorgan. Det förra sker genom manipulationer emot hjertat, längs efter större och mindre åtkomliga blodkärl, genom hårda åt-

lindningar på arm och ben; det sednare tvärtom genom blodets jemna fördelning till kroppens periferi, så att alla kapillar-kärl, såsom motsatts till den större cirkulationens hufvudorgan, få förökad mottaglighet. I öfrigt brukas allmänneligen samma rörelser, som vi tillstyrkt vid Lungsjukdomen; men Gymnasten bör, vid hvarje rörelse, rätta sig efter den tidslängd, under hvilken den sjuke vanligen tyckt hjertat stanna, och då han beräknat denna tid efter normala pulsslag, så har han deraf en skala för manipulationens styrka och rythm. Detsamma gäller äfven vid *hjertklappning;* ty den är oftast ett uttryck af hjertats öfverdrifna *rörelse-förmåga* (bultnings-kraft), följd af dess abnorma fibervolum.

Bråck är ett våld, som icke kan *hjelpas* utan blott *förekommas*, innan det blifvit fullbordadt, eller ock *hindras att uppnå sitt högsta förstöringsmoment.* Vid Ljumskbråck måste bukmusklernas senutbredningar och dessas medverkare styrkas, serdeles kring bukringen, på det att dessa musklers kraft må hindra bukringens vidare uttänjande. Under dessa manipulationer bör bråckbandet aftagas. Man rigtar i öfrigt rörelserna hufvudsakligast åt bukens regioner, och det i synnerhet om sjuklingen har för-

stoppningar, diarrhé, väder eller kramphosta, hvilka åkommor nödvändigt måste häfvas, innan bukringens medverkare kunna få någon fortfarande styrka. Nafvelbråck, pungbråck m. m. behandlas efter samma grundsatts och med afseende på de olika organerna. Att alla dessa åkommor behandlas genom samma grundform, till hvilken de som sjukorsak höra, öfverensstämmer med hvad vi sagt om yttre och inre våld eller förstörelser.

Skörbjugg hörer till den kemiska grundformens öfverkraft, och häfves således genom den mekaniska agentens potensering. Denna sjukdom kan härröra af både för liten och för mycken rörelse. I förra fallet ledes sjuklingen från halfaktiva rörelser, öfver hufvud rigtade åt alla organismens delar, till starkare och starkare heltaktiva rörelser. I sednare fallet börjas hans kur med allmänna passiva inverkningar, först på mage, armar och ben, sedermera de öfrige kroppens delar. En halft-aktif behandling försökes slutligen; men alltid med omkastning, hvar tredje dag, till den fullt passiva. Helt-aktiva rörelser böra sent och med högsta försigtighet användas; i synnerhet undvikas alla rörelser i stående ställning, eller våldsamma häfningar.

Vi hafva förut talat om sömn, och sagdt att (sömnsjuka) säkrast häfves genom rörelse; här få vi nämna att äfven sömnlösheten häfves med rörelse, antingen den härrör af öfverdådig lefnad och stillasittande eller af starka opiat-medel. I alla fall är den kemiska grundformen i öfvervigt och den mekaniska måste potenseras.

9.

Hud- och Feber-sjukdomar.

Fråtsår och *Skorf* kunna icke mekaniskt behandlas; ty de höra till förstörande sjukdomar, hvarom vi förut talat.

Skabb är en hudsjukdom och en öfvervigt i den inre kemiska agenten, den kan derföre genom rörelser häfvas d. v. s. medelst den mekaniska agentens förökning. Att så är, bevises icke allenast deraf, att dessa sjukdomar vanligtvis uppkomma af saltföda, förändring af vatten, bristande rörelse, o. s. v., utan äfven genom den verkan, som svaflet har på dem, likasom på hemorrhoidal-patienter, fastän detta medels yttring måste förändras efter sjukdomens yttringsform; men framförallt bestyrkes det ge-

nom den erfarenheten, att 70 — 80 skabbsjuke, på ett och samma ställe, blifvit, inom en tid af 6 veckor, genom Gymnastisk behandling, botade. Denna behandling bör i allmänhet börja med *aktiva*, förberedande rörelser och småningom öfvergå till fullt aktiv Gymnastik; hvarunder varma bad äro nödvändiga, samt täta ombyten af linne, halsdukar, strumpor o. a. s. på det att kroppens utdunstningar må aflägsnas. Alla böra hafva finare eller gröfre linnehandskar, för att icke genom maschineriet nedsmitta andra mindre angripna eller alldeles friska personer.

Skabb-patienten måste noga aktas för förkylningar. Om sjukdomen redan kastat sig åt de inre organerna, har den såmedelst ändrat sin natur, och tillhör då en annan grundform, hvarföre den antingen måste invertes kemiskt behandlas, eller också genom utvertes skabbympning återledas till sin första grundform. Hvad *Venerisk Skabb* och anfrätning vidkommer, höra dessa icke till den mekaniska behandlingen; ty venerisk sjukdom är ett förstörande gift, en kemisk öfver- och under-vigtighet och hörer således i likhet med allt yttre och inre våld till den grundform, hvari dess tecken yttrar sig.

Råformar, *Rosen* och andra hudsjukdomar kunna äfven Gymnastiskt behandlas med från sjukstället afledande manipulationer, så vida dessa åkommor icke hafva febersymptomer; ty då träda de utom den mekaniska behandlingens omfång.

Vattensot räknas väl icke till hudsjukdomar i allmänhet; men då den yttrar sig i hudens cellväfnad, tro vi oss, icke utan skäl, kunna införa den här. Enär vatten angriper benen, är det lätt att afhålla sjukdomen ifrån de högre, farligare kroppsdelarna. Manipulationerna göras lätt och ringformigt med flata handen, ifrån knä, ända till tåspetsar. Cirkelrörelser ske på fotleden, under försigtig utsträckning af densamma. På vadorna göras omsider skarpare och spetsiga långstrykningar utföre, och till slutet användas halfstarka hackningar, rundt omkring hela benet, samt slagretningar under fotsålan. Emellan alla dessa rörelser bör man då och då inblanda lindriga lår- höft- och grenrörelser, för att hindra sjukdomen från nämnde ställen. Skulle den deremot redan förut hafva angripit underlifvet, bör man i afvexlande vinkelställningar och med starka manipulationer nedåt, söka verka på detsamma. Bröströrelser böra göras med armarnes omcirkling, långstrykningar mellan

refbenen, punktskakningar i maghålan o. s. v. i olika vinkelställningar, för att hålla sjukdomen från bröstet. Den sjuke bör omsider ledas i lindriga aktiva rörelser; men han bör icke gå eller stå mycket; ty han skulle då lät kunna falla i en svår inflamatorisk Feber.

Vi hafva hittils förbigått Febersjukdomar, och endast yttrat några få ord derom, samt bestämdt uteslutit denna sjukform ifrån all mekanisk behandling. Den kemiska agenten är i febertillståndet uti synbar undervigt; deraf den beständiga *törst*, *hetta*, *stank* o. s. v., som åtföljer Febrar, likasom då man våldsamt rört sig. Hade den kemiska agenten öfvervigt i febrar, såsom man vanligen tror, skulle icke dessa tecken inträffa. Vi våga säga att vid de sjukdomar, som hafva en viss typ, är vanligen öfvervigten i den mekaniska grundformen; denne liksom räknar hjertats pendelslag. — Att den mekaniska agenten slutligen äfven försvagas, är en naturlig följd af organismens *Enhet*, hvilken gör alla 3 grundformerna till lika nödvändiga villkor för dess bestånd. Men huru stor förmåga har ej den mekaniska agenten i Febersjukdomar emot den Kemiska? Alla sekretioner äro hämmade, blodets, urinens, excrementernas färg för-

ändrad, och likväl kan den sjuke tala eller teckna, hvad han vill; han kan svälja Läkemedel, fast han icke kan smälta det; han kan förändra sitt läge och öfverhufvud, fast än svagt, göra allt, som till hans egen snygghet erfordras. Lungor, hjerta, ådror röra sig, fastän olika, oaktadt sjuklingen, från dygn till dygn, afhåller sig från alla yttre kemiska ting. — Han lefver som ett idisslande djur; det är blott en dynamisktkemisk repetition i organismen, ovillkorligt emanerande ur Lifvets princip, så länge denna ännu är qvar i den materiella omhöljningen, och det är i denna mening blott, som vi skulle kunna tala om ett vegetatift system i menniskoorganismen, ehuru det blott till en del är analogt med vexternas.

Vid akuta Febrar kan således ingen Gymnastik begagnas, icke ens vid de lindrigare, så vida de icke fortfara, tills kroppen blifvit af dem fullt förändrad, såsom vid långvarig Frossa, d. v. s. då den kemiska agenten är alldeles uttömd och frossan således måste taga en annan sjukform än hvad den i början hade: nämligen angripa bröst eller cellväfnad. Då kan den mekaniska behandlingen begagnas, likasom ett lindrigt laxermedel häfver en långvarig diarrhé. Det likartade blifver sitt eget korrektif, se-

dan organismens sjukdel urartat; ty med sjukdelens förändring måste äfven sjukdomen förändras. Derföre hafva alla svåra sjukdomar, än den ena, än den andra, sig olika krämpan, till följd. Inträffar Vattensot på frossan, då är detta kemiskt, och kan mekaniskt häfvas, likasom vattensot i allmänhet säkrast på detta sätt behandlas; hvarföre man fordom påhittat lindning af dref o. s. v. — Att den kemiska agenten, i detta, så väl som alla andra fall, bör såsom ett dietiskt medel begagnas, det säger sig sjelft, emedan orätt föda alltid skadar en sjuklig natur.

Vi sade att det likartade blifver sjelft ett korrektif, sedan organismens sjukdel urartat. Sålunda medför *Ruset*, en kemisk dynamisk inverkning, matthet, slapphet; men hjelpes med kräkning: Fruktan, glädje (dynam.) har darrning, spassmer till följd (Mekan.) men återstämmes genom dynamisk inverkning: tröst, hopp. — När orsaken upphör, försvinner följden; men fortfar den förra, en längre tid, då yttrar den sig sjelf som följd, fast under en annan grundform. Ett långvarigt supande förslöar tankekraften, och en långvarig sorg förstör matsmältningen o. s. v. Häraf skälet, hvarföre en Hypokondrist, som grubblat för mycket, i lärda saker, eller an-

dra spekulationer, mister allt minne och måste hafva förströelse; då tvärtom en dylik sjukling, som endast njutit, aldrig tänkt på annat än de mest materiella föremål, återfår sitt minne, om han sysselsätter sig med läsning. — Så äfven kemiskt: den sjuke, som alltid försakat starka drycker, bör njuta dem, men sparsamt; frossaren deremot skall småningom nedsättas från sina bachanaliska vanor.

10.

Skelettets eller Benens sjukdomar (deformiteter).

Till *Yttre* krämpor höra hufvudsakligen de vanskapligheter, som uppstå i skelettet, fast dessas grund, likasom alla andra åkommor, innefattas i organismens totalbegrepp. Att mekaniskt behandla en åkomma, som hör till den mekaniska grundformen, tyckes kanske vara en motsägelse till hvad vi förut yttrat; men man erinre sig att här sammanträffa sjukorsak och sjuktecken i en och samma grundform; och det undantag vi för dylika fall gjort, frikallar oss från motsägelse.

Att benbrott icke höra under Gymnastikens behandling, utan till operatörens, har

äfven sin grund i hvad vi förut yttrat om våld, förstörande krafter, gifter m. m. De knölar deremot, som af gikt eller tandvärk uppkomma, kunna genom afledande manipulationer häfvas, om kroppen i öfrigt rätt behandlas, på sätt, som vi förut yttrat om giktkrämpor. Vi öfvergå härmed till ett vigtigare ämne.

Man har i sednare tider gjort många försök att bota skelettets sjukdomar, och i synnerhet begagnat yttre mekanik dertill. Detta är till sin idé ganska rigtigt; men felet har legat deri, att man glömt lagarna för en lefvande organism, och således afsett dess yttre delar, men förbisett dess inre enhet. Att med ett yttre maskineri behandla en klumphand eller en klumpfot är således rätt; ty extremiterna, ehuru de icke kunna undvaras af en fullkomligt organiserad menniskovarelse, hafva likväl ringare betydelse i hänseende till lifsfunktionerna än hufvudet och bålen, emedan desse uti sig innefatta verktygen till alla de mentala och animala förmögenheter, hvarigenom vår tillvaro uppenbarar sig, och allt, som hindrar de sednare ifrån en fri fortgång, är således i full motsatts till organismens lagar.

Någon torde invända, att emedan alla medel verka antipathetiskt på vår organism,

så bör äfven en orthopedisk inrättning hafva samma egenskap, om ändamålet skall vinnas. Detta är orätt. En jemt uthållande likartad mekanisk inverkning är icke detsamma, som en ögonblicklig kemisk; ty denna går, genom den inre kemiska agentens motverkan, strax ifrån sin egen natur och förmäler sig med den inre, då deremot den yttre mekaniska agenten aldrig kan förena sig; utan ständigt strider mot den inre. Vi erfara detta vid bruket af trånga kläder, af ett obeqvämt åkdon o. s. v.; och om än vår kropp småningom blir mindre retbar vid detta tvång, är det likväl, såsom ett tvång, menligt för organismens animala förrättningar. Man kunde säga att ett bråckband också är ett tvång; det är det äfven; men det användes dels på få punkter, dels för att förekomma döden, dels med fullkomlig rörelse-frihet i hela den öfriga organismen.

Ingen kan hindra Lifvet att yttra sig som Lif; ty det är det gudomliga i allt hvad som är, och det är icke mera Lif när det upphör att yttra sig. Ehvad band eller hinder, man vill sätta, på ett träd eller en vext, i mon af hvarjes styrka, uttalar sig ändå Lifvet i denna vext, eller i detta träd, på hvarje annan punkt, der band eller hinder icke finnes, och det visar sin intensitet i förhöjd

grad på de första fria punkterna, ty der uppstå alltid betydliga förhöjningar och knölar. Då djurens lifsprincip är ännu högre, än vexternas, och menniskans högst af allas; måste samma lag ännu mera gälla för henne. Vi se också, huru ben och knävanskapas genom hårdt åtdragna strumpeband, huru skullrorna vexa utåt vid bruk af trånga snörlif, huru vrist och fotknölar blifva större genom trånga skoplagg. — Vi förbigå allt det menliga för organismens inre delar, som det ihärdiga tvånget, af ett yttre maskineri medför, och anmärka här blott den hejdning i de yttre kärlen m. m., som nödvändigt måste följa deraf, och således äfven i de inre.

Det oscillatoriska maskineri, som för få år sedan blifvit i Frankrike uttänkt för orthopediskt syfte, är snillrikt till sin idé, om än detsamma kunde fordra någon teknisk förbättring; och denna idé har tillika fört uppfinnarne på den tanken att genom Gymnastik befordra och fullkomna den orthopediska kuren, ehuru denna Gymnastik är föga användbar på svaga individer; ty den är fullt aktif. Redan i många år hafva vi här begagnat Gymnastiken i orthopediskt syfte och funnit dess stora verksamhet, äfven då den motarbetades icke allenast af

personens eget, svårare sjuktillstånd, utan äfven af dess yttre liknöjdhet för regim, bad, m. m. samt af kurens afbrott, som vanligast räckte blott 3:ne månader och under denna tid blott en, högst 2 gånger dagligen.

För att med säkerhet arbeta mot en snedhet i ryggraden, bör man först sätta organismen i allmänhet ur dess sjukliga tillstånd. Vanligen är en skrofulös konstitution första upphofvet till snedhet. Den befordras ännu mera genom bristande hudsjukdomar hos barn. Att i polariska klimat bruka tropikens kryddor, och dymedelst gifva en feberhetta åt blodet, under det man kläder sig tunt och lätt, som i södern, detta måste hindra alla för barnet nödvändiga hudafsöndringar.

Skyddskopporna — hvilka i många andra hänseenden gynna menskligheten — äro i detta afseende villkorligt menliga. Med den nya verldens hetsiga födoämnen fingo vi äfven dess sjukdomar; vi vilja njuta de förra men undvika de sednare. Detta är mot naturens lag; ty hvart luftstreck har sina egna alster och sina egna sjukdomar. De sednare äro vanligen ett korrektif emot missbruket af de förra. Hejdas detta korrektif,

utan att afbryta nämnde missbruk, då frambryter missbrukets följd under en annan sjukform — och vi hafva nu vanskapliga skeletter i stället för koppärriga ansigten, odugliga krymplingar, i stället för af koppor blinda eller döfva. Koppgift fyllde fordom kyrkogårdarna, nu fylla de Indiska kryddorna alla hus med halflefvande skuggor.

Må Vaccinatören göra oss rättvisa. Vi fordra blott att luxens öfverdåd skall hejdas, om man vill hafva ett medikalt gagn af skyddskoppor; annars blifver ordspråket sannadt: "Utantill blankt, innantill krankt." Bondens barn vaccineras äfven; men de blifva mera sällan sneda, ty öfverflödet har mindre lärt dem att förakta landets alster. De bruka kryddor blott vid sina största högtider och de hafva ännu blott kring städerna utbytt vatten och mjölk i thé och kaffe. — Detta vare nog för att angifva karaktären af de nu allmänna snedheterna — hvilka i synnerhet utbrista hos det vackra könet. — De hafva hos mankönet sin motsvarighet i de allmänna hemorrhoidalkrämporna, som angripa hela medelklassen tillika med de högre vällustingarna. Att äfven quinnor hafva dessa krämpor, liksom några män hafva snedheter, nekas icke; men könsskillnaden, menstruationen, barnsängen m. m. må-

ste å ena sidan beverka en förändring i sjukformen; och stillasittande arbete, sömnad, spelning, ritning o. s. v. å andra sidan gifva den onaturliga sjukformen ett utbrott. Att samma skrofulösa anlag vanligen är grunden till männernas hemorrhoider, som till quinnornas snedheter, bör anmärkas; men en starkare ben- och muskelbyggnad skyddar de förra ifrån denna yttre vanskapnad.

Hufvudsakliga sättet, att Gymnastiskt behandla snedheter, består deri, att man altid söker förhöja kraften hos den förslappade muskeln. — (d. v. s. Antagonisten till den sneda delen) samt dess medverkare (coagent) medelst starka strykningar eller hackningar derpå, under det den sammandrager sig. — Dessa rörelser ske i början stående mot en springstolpe, med den handen upplyftad, som korsvis svarar mot snedheten; sedan börjar man den motspännande tryckningen å bröst och sida, eller bröst och rygg, eller höft och sida, allt som snedheten är; hvilka tryckningar småningom ökas, under det lätta arm- eller lårstrykningar göras. Derefter ske passiva dragningar i liggande ställning, baklänges eller framstupa, så att man derunder kan göra starka retrörelser på de för slappa muskler. Slutligen användes aktiva häfningar, spänrörelser, o. s. v. gradvis

tilltagande. Styrkan af hvarje aktif rörelse bör rigtas efter snedheten i skelettet, och dettas förhållande till de inre delarna måste alltid afses, annars kan lätteligen inre kramp eller åderbråck uppstå. Salta bad äro hufvudsakliga härvid, men icke försvagande långa. Hvarje 3:dje eller 4:de vecka bör man efterse om snedheten förändrat sin vinkel eller kastat sig åt andra kotor, hvarefter rörelserna böra förändras.

Höftsjukan kan genom Gymnastik också förekommas under dess första angrepp, d. v. s. innan ledhufvudet kommit ur hölsan. Den sjuke måste vara fullt passif. Alla rörelser ske i liggande ställning; rundstrykningar göras öfver länder, långstrykningar öfver bakre och inre delar af låret, under det kalla saltbad begagnas.

Styfhet i lederna, på armar eller ben, behandlas efter de vinklar, som tillhöra ledgången i dess friska tillstånd. Styfhet genom skador efter vårdslösa åderlåtningar är svår om icke omöjlig att häfva; men vanliga senknytningar hjelpas genom strykningar i förening med lindriga utsträckningar. Att en verklig ankylos icke kan häfvas är naturligt; men en falsk ankylos är äfven på 60- 70 års personer möjlig att förminska,

om icke alldeles häfva, hälst om den uppkommit efter en ledvridning (luxation), som blifvit rigtigt reponerad. Om armbåga eller knäled är angripen deraf, måste tyngder eller spännare brukas under rörelserna; men icke på de andra lederna. Heta sandbad, i förening med Gymnastik, verka säkert, i synnerhet om styfheten är förenad med svullnad. *Lama lemmar*, med rheumatisk åkomma, böra behandlas på samma sätt, som de styfva, dock med den skillnad, att man bör söka leda öfvera-kraften från de delar, som äro närmast den sjuka, för att dymedelst öka dennes kraft.

Slutligen torde man böra anmärka, att det hos utländningar öfliga sätt, att med lod, eller bandmätningar utröna skelettets snedheter är högst osäkert. Bättre är, att vid höftsjukdomar lägga patienten på ryggen, låta fästa dess höfter af en annans hand, sjelf utsträcka benen, och se om knä och fotknölar sammanträffa eller icke. Härvid iakttages, att sjuklingen bör hindras från all muskelaktion under mätningen. Ryggsnedheter undersökas säkrast, om sjuklingen omfattas och fästes af Gymnastens ben och dess nackgrop af hans ena hand upptryckes, så att hufvudet och rygg böjas framåt; under det han med andra handen stryker öfver

ryggkotorna, för att bättre se deras afböjningar, i det moment, som hvarje kota framsticker medelst sjuklingens bemödande att uppresa sig. Afgjutningar i gips, af dylika sjukformer, äro både kostsamma och osäkra, om icke plågsamma och osedliga. —

Det fordras ett artistiskt öga, för att kunna bedömma skillnaden emellan kroppen och gipsaftrycket, sedan den förra kunnat under kuren förändras. Minst kostsamt och mest säkert är, att af tunt papp klippa lodräta och vågräta konturer af bål och hals, enligt vissa redan anförda vågräta och lodräta linier, allt som snedheten tyckes fordra. Dessa konturer böra jemt följa alla bålens rigtiga eller origtiga vinklar, utan att man behöfver trycka patienten intill den. Ett vandt fruntimmer gör detta på eget kön med största säkerhet.

11.

Rörelsernas grad eller quantitet.

Måtstocken för all rörelse är organismen sjelf. Det gifves ingen punkt deraf, som icke bör njuta rörelse, åtminstone secundärt ifrån de öfrige delarne. Men i rö-

relse är måttan, liksom i annat, det säkraste medlet, ehuru det svåraste att finna. Att röra sig *för litet*, d. v. s. att låta den mekaniska inverkningen *stå i missförhållande* till den kemiska, är lika så orätt, som att röra sig *för mycket*, d. v. s. att låta den mekaniska inverkningen öfvergå den kemiska. Då dessa båda grundformer altid måste stå i jemnvigt, om helsa skall finnas; så får den ena icke öfverväldiga den andra. Man säge hvad man vill till grekiska atletikens försvar. Dess tid var visserligen skön, på sitt sätt, men den var orsaken till nationens fall. Då man besåg andras kamp, var man nöjd att sjelf slippa deltaga deri. Den ensidiga kraft, som atleterna vunno och det öfverväldigande, kroppen fick öfver lifvet, ogillades af deras visaste Läkare. — Hippokrates sade att atleterna viste sjelfva icke om de hade någon själ, och Galenus talar hårdeligen emot Paedotribernas okunnighet om människoorganismen.

Att röra sig till trötthet är detsamma, som att äta tills det quäljer oss. — Båda delarna förslappa, i stället för att gifva styrka. Sjelfva gången, hur nyttig den än kan vara i frisk luft, blir skadlig för den friskaste människa, om den utsträckes öfver dess förmåga, antingen medelst sin hastighet el-

ler medelst sin uthållning. Så blir äfven hvarje annan rörelse, med häfningar, äntringar, simning m. m. skadlig genom öfverspänning. — Sak samma med den passiva rörelsen för sjuke.

Frågas nu: huru många och hvilka olika rörelser, människan behöfver; svaras derpå följande. — Likasom den kemiska agenten sträcker sig till allt — ja sjelfva metallerna och gifterna äro individuella behof för oss; likaså sträcka sig människoorganismens mekaniska yttringar till allt; ty vår kropp, afbilden af verlden, har i sig alla djurs mekaniska förmögenheter. Så är den äfven i dynamiskt (psychiskt) afseende en brännpunkt af alla djurs själsegenskaper, och den kan icke inskränkas till någon enskilt åsigt. —

Frågan blir således: huru starka kunna rörelserna i allmänhet bestämmas; och då afgör kroppen sjelf frågan. Man skulle väl ock härvid, till någon ledning, kunna hänvisa frågareu till de olika temperamenten hos subjecterna, men som dessa temperamenter, antingen de anses såsom den constituerande grunden i människosubjectiviteten, eller som encephaliska affiniteter, likväl hafva sin stämpel af de tre urformerna,

och de sjukligheter, dessa tillhöra, intaga hvar sin region, näml. hufvudet, bålen och lemmarna; så blir för Gymnasten, som för den sanne Läkaren, den säkraste ledningen, i hvarje fall, densamma, nämligen det inre och yttre öga, som ser och bedömer subjectet.

12.

Rörelsernas qualitet.

Subjektiva *vilkoret* gäller vid rörelsen i qualitatift afseende, likasom vid det quantitativa, likväl med ännu mera iagttagelse af den regeln, att Gymnasten hellre bör göra för litet än för mycket. — Det förra, såsom ogjordt, kan ökas; men det andra, såsom redan gjordt, kan icke minskas. All hastig potensering af en kraft är vådlig, men ytterst vådlig, enär delarne, som stå under denna kraft, äro sins emellan i strid. —

För att icke öfverse förenämde regel, bör gymnasten: 1) hafva en inre åskådning af den verkan, rörelsen skall göra på subjecktet, och således skall han kunna bestämma punkterna *hvarifrån*, *hvarigenom* och *hvartill* rörelsens verkan bör gå. Derföre bör subjektet sättas i en sådan ställning till

sig sjelf och till Gymnasten, att denne sednare äger, af det förra, alla ofvannämde punkter uti sin magt. 2) bör Gymnasten alltid så ställa sig till subjektet, att hans kropps vinklar kunna gradvis ökas eller minskas, efter som subjektets vinklar förändras. 3) att, likasom hvarje Lektion bör, på den friska organismen, dagligen börja med en ringare rörelse och tilltaga (crescendo) i mera ansträngande öfningar tills de vid Lektionens slut åter aftaga (diminuendo), så bör äfven, på den sjuka organismen, hvarje rörelse, ehuru passiv, börja med det aldra högsta pianissimo, aldrig öfvergå till ett fortissimo, men ständigt slutas i samma lindriga grad, som det började. 4) bör Gymnasten på det nogaste tillse att hans medhjelpare arbeta med, och icke mot, den rörelse, han åsyftat; detta vill säga att de altid skola agera i samma planer, som han; så att de fixera de punkter, som skola fixeras samt noga följa med den af Gymnasten riktade rörelsens linier (antingen liniert eller transverselt.) och låta moment sammanträffa med moment.

Sker rörelsen efter dessa lagar, tror jag den säker och öfverensstämmande med forntidens store Gymnasters (Hippokrats och Galeni) system. De flesta kirurger — ve-

tenskapsmän i theorien, men oftast slagtaredrängar i handlaget, fråga tvifvelsutan *huru en så lindrig rörelse kan verka?* Denna fråga tror jag redan besvarad i det föregående, får likväl vidare erinra, att då den kemiska inverkningen kan utvidga sig, ifrån punkt till punkt, inom alla organismens sferer; så måste dess correspondent, den mekaniska inverkningen, äfven kunna från punkt till punkt utvidga sig till alla nämnde sferer, hvilka den sjelf materielt constituerar; vidare, i afseende härtill, få vi erinra att denna passiva mekaniska inpuls, som, beräknad efter den stora yta, hvilken hvarje aktif rörelse genom de muskler, deri äro agenter, koagenter och antagonister och yttrad utanpå den tjockaste beklädnad, icke kan anses som en milliondél emot en aktif rörelses quantitet, och likväl verkar denna passiva inpuls förundransvärdt på den sjuka organismen. — Bör ej detta gifva en vink till den kemiska inpulsens begränsning? Mången tror sig, i stället, — uti Gymnastiken, finna en rent animal-magnetisk orsak härtill. — Magnetismen, liksom elektrisiteten, ingår i alla organismens fenomen, eller finnas dessa krafter icke till. — Här böre vi icke vidare beröra dessa frågor. De skulle afleda ifrån det enkla utvecklingssätt, vi här önskat följa. — På grund af den korre-

spondens, som är emellan den kemiska och mekaniska grundformen, kan man likväl underkasta detta ämne en anmärkning.

Är Lifvet det objektiviserande väsen i människonaturen, så är materien det subjektiviserande. Likasom det förra är allsidigt, oändligt; så måste äfven det andra, i konflikt med det förra, vara ensidigt och begränsande. Hvarje del af organismen blir derigenom susceptibel af lif, och således analog med lifvet af hvarje annan kropp, fastän denna kropp, såsom materia, är i strid med sig sjelf och i strid med den kropp, som hon skall assimilera sig med. — Verkningssumman blir således, genom organismens additionella utvidgande, lika stor, fastän dess factorer äro i första momentet ringa.

Vidare — om vi antaga möjligheten af magnetismens inverkan genom manipulationer, som icke komma inom subjektets sfer, huru kunne vi då tvifla på verkningen af rörelser, som beröra kroppen? — och om vi än betvifle den förra, kunna vi likväl icke förneka den sednare, ty vi skulle då aldrig förnimma en tryckning, ett slag o. s. v. — Magnetismen är endast en dynamisk form genom yttre mekanik och vehikel. Det,

som, i min tanka, mest talar för magnetismens inverkan på vår kropp är det fenomen, som uppstår vid kittling och i sexualförhållanden; enhvar som kittlar sig sjelf kan icke förnimma det, som när en annan kittlar honom. Så ock i sexual-förhållanden.

Femte Afdelningen

Grunderna för Ästetisk Gymnastik.

INNEHÅLL:

Femte Afdelningen

1.

Inledning till Åstetisk Gymnastik.

Den passivt objektiva eller Åstetiska Gymnastiken söker sätta kroppen i full jemnvigt med själen. Den lärer således att, förmedelst gifna ställningar och rörelser, i kroppen rigtigt uttrycka en tanke eller känsla. Den åstetiska Gymnastiken kunde väl i sig sjelf utgöra en särskild del af detta verk; men som dess omfång egentligen tillhör den bildande konstnären samt skådespelaren och Talaren, och dess bestämmelse egentligen beror på frisk-gymnastikens rätta grundläggning, och som enhvar, hvilken i sin kropp har en ren känsla af jemnvigt och sjelfständighet, inom sig sjelf förnimmer den bild, själen klart uppfattat, så har man trott sig här kunna förbigå denna del af Gymnastiken; dock med utkast till några få begrepp deröfver, såsom resultater af föregåen-

de och grunder för det efterföljande. De ställningar och rörelser, som tilhöra denna del af Gymnastiken, fordra den högsta jemnvigt uti kroppen, och måste således alltid förberedas genom allmän gymnastik, icke allenast af det skäl, att jemnvigt derigenom vinnes mellan alla kroppens delar, utan äfven derföre, att denna jemnvigt, såsom vi förut sagt, förhöjer det andeliga väsendets inverkan på det kroppsliga, och detta åter tillbaka verkar på det förra. I ästetiska Gymnastiken fordras hufvudsakligen Enhet. Om en enda kroppsdel der strider emot denna grundsats, blir hela kroppens uttryck förbrylladt d. v. s. oförståeligt. — Själens (tankens) uttryck blir då i strid med kroppens. Man skulle dock kunna säga att i den ästetiska gymnastiken är det mera själen, som verkar på kroppen, i den pedagogiska mera kroppen, som verkar på själen.

3.

Konstnårens sjelfständighet.

Sant uttryck och sann form kunna, i *tiden* och *rummet*, likaså litet tänkas skiljaktige, som själ och kropp i den fullända-de organismen. I *tiden* och *rummet*, säger

jag; ty i dessa måste *formen* lefva. *Utom dessa* lefver endast oändligheten, d. ä. *tanken*, eller rättare urtanken: Gud. Men likasom endast Gud lefver *utom* dessa, så måste han äfven, såsom *inkarnerad med formen*, d. ä. såsom af vår sinnlighet förnummen, lefva i *tiden* och *rummet*. Är nu Gud, (fullkomligheten eller tanken i sitt renaste urbegrepp) för jordsonen endast fattbar genom formen, d. ä. genom det enkla menskliga medvetandet af en högre makt; så måste han äfven i menniskans handlingar vara urtanken, såvida hon anses som *tänkande;* ty det gudomliga, såsom det fullkomligaste, måste å ena sidan känna ett begär att likna det, och å andra sidan känna sin begränsning, medelst *materien*, uttryckt i tid och rum. Men tiden är lögnfull; ty den är sinnlighetens fosterfar. Oändligheten är det enda sanna målet för menniskotanken; ty hvilken tanke, såsom sann, hör blott till ögonblicket? — Syftar nu en sann tanke till oändligheten, således icke till personlighet, så måste dess mål ligga *utom tiden*. Med tiden menas personlig begränsning. Häraf uppstår *friheten;* ty allt det, som sträfvar till oändlighet, måste *söka att vara fritt*. Är det fritt, kan ingen biomständighet verka derpå. Sålunda blifver all själsbildning sjelfständig; ty den är *sanning:* gudomlig-

hetens tolk. Sålunda blir äfven konstnären *sjelfständig*, om hans syfte är *öfver* tiden, och såsom han i det *verkliga* (idén), är öfver den materiella betingelsen (tiden och rummet); så måste *han* dana sin tid, *icke tiden* dana honom. Låter han det sednare inträffa, straffas han af tiden; ty oförtöfvadt har han mångfaldiga tidens barn, som likna och hinna honom. Han går då blott fram med tiden och dör med honom.

Allt i tiden påverkas af tiden; så måste äfven konstnären i sin första utbildning afficieras af sin tids ande; men likasom i allmänhet endast det är kraft, som vid påverkningen kan sjelf *återverka;* så är endast den konstnär, som kan, vid fullt utvecklad kraft, sjelf verka på sin tid. Och om förhållandet vore annorlunda, huru skulle väl bildningens framgång vara möjlig. Allt hade ju måst stanna på första punkten? — Men om det nu är den sanna konstnärens kännemärke, att han eger kraft att verka på sin tid; så måste sjelfständighet vara hans rätt och hans pligt.

Den Ästetiska Gymnastiken måste enligt den definition, vi gifvit derpå, hufvudsakligast inverka på talaren, skådespelaren, och den bildande konstnärens modell; den

blir således ett utvecklingsmedel för plastisk poesi, bildhuggeri, måleri samt musik, i mån som denna är införlifvad med den första. Liksom tal och sång, måste hvarje gest hafva en bestämd rythm; och i likhet med dessa tidsafmätningar, har den bildande artisten sina vissa momenter, i hvilka han tänker sig den figurs handling, som han vill framställa.' På detta sätt sammanträffa alla dessa sköna konster till lika uttryck äfven af tid och rum.

Quantitatift betraktade äro gestikulationernas mängd mest inskränkta för bildhuggaren; något mera mångfalldig för talaren; för målaren äro de ännu flera, men skådespelaren och sångaren hafva de största sferer deruti. Qualitativt hafva de äfven mycket olika omfång. Bildhuggaren måste på det allranoggrannaste beräkna de attituder han väljer. Talaren måste äfven hejda sig ifrån allt svärmande och personligt förfördelande. Målaren kan gifva hvarje slags uttryck åt sina figurer, blott taflan bibehålles i sin enhet. Vilda bataljstycken och den religiösa eremit-lefnaden höra lika mycket till hans område. Dock har skådespelaren den vidsträcktaste sfer, likasom han äfven, i sin aktion, upptager alla gestens momenter och kan handla mera efter

sin individuallitet och sin tids fordring, helst tidens smak vanligen bestämmer valet af skådespel.

Då här icke är fråga om deklamation, få vi blott erinra, att talaren och skådespelaren ha enahanda lag att lyda, i det fallet, att talets eller sångens rythm måste noga sammanträffa med gesten, och att i samma mån, som dessa båda tilltaga i styrka, blifver äfven gestens sfer förhöjd.

Det gifvas trenne inre motsatta inverkningar på vårt väsende, hvarifrån alla öfriga så kallade känslor framstå. Man kan kalla dessa båda hufvudsakliga intryck: frid och strid; den förra uppstår af en fullkomlig likstämmighet mellan människans väsende och den yttre naturen; den sednare af en ojämnvigt, dels i anseende till hennes inre väsen sjelft, dels i anseende till den yttre naturen. Det förra benämmer man glädje, (moralisk helsa) kärlek, vänskap, beundran, längtan, bön, tillgifvenhet, ödmjukhet, o. s. v.; det sednare (en moralisk sjukdom): hat, afund, vrede, fruktan, ängslan, sorg, förtviflan o. s. v. Som verkan och motverkan, enligt hvad vi förut sagt, utgör all tillvarelses idé, uttrycket af ande och kropp, så äro äfven i den ästetiska

Gymnastiken dessa vexelförhållanden hufvudsakligaste urtypen. Frid och strid herrskar öfverallt och i allt; menniskonaturerna framte den på tvefaldigt vis, inom sig (subjektivt) och utom sig (objektivt). Frid är en fullkomlig jämnvigt, d. v. s. *lugn*, och detta är hufvudvilkoret för all skön konst, ty skönhet, sanning och harmoni eller frid äro ett, men denna frid framträder i hela menniskoslägtet, mest fullkomlig hos barnet. Ja sjelfva sömnen, som, hos hvarje, fysisk eller moralisk frisk individ, är ett uttryck af negativ frid, är hos barnet fullkomligt positiv; derföre är äfven barnets sömn skönast, liksom alla dess rörelser. Lifvet framträder öfverallt i dess individ och utveckllingen framgår i ohejdadt lopp, från moment till moment, så vida icke barnet är angripet af en bestämd sjuklighet. Barnets formerade rörelser gifva äfven ett mönster, för konstnären, att framställa icke blott högre menskliga egnsekaper, utan äfven de gudomliga.

Hufvudställningarne äro fya:

1:o *Stå*: med eller utan stöd, hvilande eller ~~med~~ under handling.

2:o *Gå*: långsamt eller fort.

3:o *Sitta:* hvilande eller

4:o *Ligga:* (i half eller hel hvila).

Kroppens bestämda rigtningar äro sex:

1:o Framåt.

2:o Bakåt.

3:o Till höger.

4:o Till venster.

5:o Uppåt.

6:o Nedåt.

Likasom frid och strid yttra sig, antingen inom subjektet sjelft eller utom detsamma, eller vexelvis på en gång; så hafva äfven rörelsernas rigtningar antingen ett syfte till individet sjelft, eller till ett väsen utom detsamma, eller också samtidigt till beggedera.

Första villkoret för all ädel rörelse är jemnvigten i kroppen, utom hvilken ingen punkt gifves för någon af rörelsens olika momenter. Om, i *stående* ställning, det minsta deraf förfelas; liknar rörelsen det i första momentet *af gång*. Blifver ojemnvigt

uti gången, häntyder den tvärtom till första momentet uti stående ställning, d. v. s. hejdande i farten. Känslan bestämmer jemnvigtsmomentet, och öfverhufvud gäller den sats, att ju flera fingerleder utsträckas, desto mera lyftes äfven armbogen för att förkorta häfstången, såvida kroppen icke har en mera baklutad ställning, eller en sidorigtning, hvarigenom armens häfstång förkortas. Härvid undantages: om bortre armen brukas såsom motvigt, då den mot föremålet nyttjade främre armen äfven, med framlutad kropp, kan utsträckas (detta är förut förklarat i militär-gymnastiken). Såsom exempel må man anföra dessa ord: "det var *du*, som belog min fader." Tonvigten på *du* uttryckes med framsänkt panna, ögat sigtande längs öfver armpipan, som jemte hand och pekfinger och med tummen nedåt vänd rigtas mot den tilltalade.

Endast när figuren tänkes i full hvila, kunna händer och ögon falla i hvad plan och på hvad punkter som heldst; men så fort en ästetiskt sann rörelse skall visas, har denna sin bestämda gräns inom den högre delen af mennisko-organismen, d. v. s. den delen, som hufvudsakligen tillhör de vegetativa functionerna, ligga utom denna ästetiska gräns; således hållas aldrig hän-

derna för magen, sätet eller könsdelarne; blott den komiska gesten tillåter detta, ty den är en motsats till det sant sköna. Vinklarne i armen måste, enligt föregående sats, af[illegible] med handens och sjelfva fingrarnas rörelse. Sålunda, om man vill påkalla någons uppmärksamhet eller uttrycka ordet: *gif akt*, hålles tummen upprätt, alla fyra fingrarna böjda i rät vinkel till tummen och öfverarmen lodrätt mot planet. Vid en starkare fordran af uppmärksamhet hålles tummen i samma ställning, men pekfinger och långfinger sträckas tillsammans och öfver-armen gör $\frac{1}{2}$ rät vinkel från sidan. För att påkalla högsta uppmärksamhet, hålles tummen i samma ställning, men alla fyra fingrarna sträckas, och handen är vid pannans höjd. I första fallet är handen i höjd med hjertats eller känslans region; i det andra med (luftstrupens) stämmans region, vid det tredje vid (hjernans) tankens sfer.

4.

Om den Dynamiska potenseringen af vår kropp.

Liksom den kemiska och mekaniska kraften kunna, hvar för sig betraktade, ge-

nom yttre inverkningar, förhöjas till öfvervägande grad, å endera sidan, eller också, genom bristande förmögenheter, nedstämmas under sin nödvändiga höjd; likaså kan äfven den dynamiska, medelst yttre inpuls, förhöjas till öfverkraft öfver de andra, eller också, under sin nödvändiga punkt, nedstämmas. Den dynamiska förhöjningen sker antingen genom *religiös inverkning*, eller genom *kärlek*, eller genom *själsbildningens affekter*. Religionen, alla förnuftsvarelsers *verkliga behof* och verkliga njutning, är, liksom den kemiska yttringen, ljuf, när den afpassas efter själens förmögenheter, men bibringar ett öfverskott af kraft, som förslöar, om den ensidigt och till svärmeri framtvingas. Dess natur är, såsom allt rent och fridsamt, ett närmande till barnaåldern.

Hvarje sjelfständig rörelse, som åtföljer en i min själ uppfattad ren idé, är således en tanke, kroppsligen uttryckt. — Denna tanke måste ligga inom organismens förmåga att uttrycka. — Såsom sådan är organismen endast ett Tankens organ; men då måste detta organ också i hvarje del uttrycka denna tanke; annars blir uttrycket åtminstone mörkt, om icke osannt. — Den, som vill uttrycka ömhet och knyter näfven,

säger med sin kropp helt annat, än hvad tanken ville säga.

Grunderna för dessa utryck finnas i menniskonaturen — det är i den sanna, rena barn-naturen — och der såg Greken sina idealer. — Samhällsmenniskan var honom ett förderfvadt modell. Den rena, utaf ingen beräkning besmittade, sig sjelf ovetande handlingen är den enda sanna, och denna finnes endast i barnsinnet. Derföre kan man också på hvardagsspråket — det enda naturliga språket ibland äldre, — öfversätta, d. v. s. meddela begreppet af hvarje attitud i allmänhet. Grunderna dertill ligga så djupt i menniskosinnet, att vi icke kunna misstaga oss derom. Vi vilja i största korthet beröra detta ämne.

1:o All kärlek är ett *närmande*, allt missbehag ett *fjermande*. Således *lutar sig vännen*, fadren, älskaren emot sitt föremål, då tvärtom den förskräckte, den missnöjde, den fiendtlige lutar sig baklänges och fjermar sig från sitt föremål. 2:o All strid yttrar sig i *hoptrångd*, spetsig form (bild af lans, värja). All kärlek yttrar sig i en vid sfer; ty kärleken, lifvad för allt, ser i sitt föremål allt i lifvet; och denna sfer sluter sig så strängt, att intet annat kan intränga

sig deri. Omfamning är således 2 väsenden sammanslutande sig till ett enda. Detta sker icke med raksträckta armar, som vi se på vår skådeplats, utan med blott så stor öppning mellan händerna, som det rum är, hvilket det föremål, man vill omfamna, intager. Om jag räcker ett papper åt någon med sträckt arm och handled, i aldeles rak linie, så uttrycker denna form en fiendtlighet, ett trotsande, eller förakt, på hvardagsspråket: "*Der har ni det.*" Ger jag det åter med rundad rörelse i handleden och armleden; så uttrycker det vänskap, vördnad — och handen, först vriden mot mig sjelf, innan den närmar sig föremålet, liksom säger: *Se här, ifrån mig till er.*

Höghet uttryckes genom *höjd.* Hufvudet och bröstet, som de högsta delarna, både i fysisk och moralisk mening, måste således bestämma denna känsla. Häfves bröstet, är det slolthet, sänkes det är det ödmjukhet. — En öfverdrift häfver således vanligen båda. Nedsänkes hufvudet, är det ödmjukhet. Nedsänkes bröstet, är det, i förhållande till gradtalet, försakelse, fruktan, slafviskhet. En spetsad panna, näsa, haka, rigtade mot föremålet, är förakt, fiendtlighet. Rundad nacke eller rygg, är det tillgifvenhet, ödmjukhet.

Dansen har naturligtvis den *rundade* formen, antingen i kedja eller enskildt. — Theaterdansen, som, i sin meningslöshet, skild från mimik och gestikulation, blott vill visa *vissa krum-språng*, aflägger detta och måsste göra face åt åskådarne.

5.

Förberedning till Åstetiska rörelser.

Liksom uti organismen finnes trenne potenser (Chemiska, Mekaniska, Dynamiska), hvaraf de två första äro motsatta poler, och den 3:dje är att anse såsom mellanstånd; så skulle man kunna säga, att behaget, genom sitt uttryck af rundade former, liknar det kemiska, obehaget med sina skarpvinkliga och spetsiga former, det Mekaniskas liniära bild- och yttringssätt; men mellanståndet utgör det Dynamiska, hvilket är ett högre uttryck af lif, och uttalar sig mera passivt, än de förra. Likväl må konstnären aldrig anse sig oberoende af någon af dessa tre, ty likasom, i organism., konflikten emellan de två förra potenserna, beverkas af det Dynamiska, och denna tillbaka af dem påverkas, så blifver äfven hvarje

Ästetisk framställning, sann genom den begränsning, som hvar och en af de tre först angifna sinnesstämningarna (behagligt, obehagligt och passion) gifva honom; ty om blott en af dem skulle helt och hållet råda; blefve hela framställningen excentrisk, och således emot skönhets-lagen: harmoni, inre och yttre, d. v. s. ren tanke och proportion. Svårigheten, att gifva tydliga och fullständiga reglor för en ästetisk rörelse, beror af flere nästan oöfvervinnerliga hinder. Läraren måste derföre inskränka sig till vissa hufvudställningar. Den brist af en sant fysisk utbildning, som uttryker sig i vårt tidehvarf, gör nödvändigt att börja undervisningen med de enklaste rörelser; och redan dessa förutsätta, att eleven genomgått den Pedagogiska Gymnastiken. — Likasom barnet är naturligare i sina rörelser, än en genom samhällslifvet tillstelnad äldre person; så är ofta äfven vilden sannare i sina kroppsliga uttryck. — Grekens konstdans var sant ästetisk, ty den utgick från deras religiösa bildning, i förening med deras öfriga förhållanden till Staten; men nutidens dans är mera underkastad godtycket, likasom paraden och exercisen, samt öfverskrider ej sällan måttan och är ofta långt under den.

För att bringa eleven till sjelfkänsla af den rörelse, han ger, böra alltid bål och hufvud noga intaga den ställning som står i förening med handens och fotens uttryck. Denna ställning gifver alltid full andedrägt, och befordrar således circulationens jemnvigt. Likasom allt tal antingen rigtas till en person, eller gäller om en person eller om den talande sjelf; så blifver äfven detta förkroppsligade tal rigtadt till någon af dessa trenne olika föremål.

Som jemnvigten i vår kropp uppstår genom lemmarnas verticallinier till hvarandra, räknadt från deras skiljningspunkt i bäckenet, så måste gestikulationen, om den skall göras med säkerhet, ske medelst dessa liniers balancering, d. ä. venster öfverdel motsvarar höger underdel och tvärtom. Instruktionen måste derföre utgå från den enkla rörelsen att öfverflytta kroppstyngden från den ena foten till den andra. Härtill uppställas Eleverna på ett led, i half vänning, till höger eller venster, ansigtet åt fronten, armarne fritt hängande; främre foten framflyttas en fots längd; kroppstyngden på bakre benet.

Så vida känslan, som beherrskar kroppen, är *en*, måste äfven uttrycket af den-

samma vara *ett*, d. v. s. genom hela kroppen, på samma sätt talande; så att den liksom afkläder kroppen dess kroppslighet, och öfveralt genomskiner klart och tydligt. Ästetiska Gymnastiken fordrar full harmoni i hvarje rörelse. Hufvudställningarne, som kroppen antager, i den Ästetiska Gymnastiken, äro således fyra: stående, gående, sittande och liggande, äfvensom vändningarne äro: uppåt, nedåt, åt sidorna, bakåt och framåt.

Förberedande rörelser till Ästetiska Gymnastiken.

Utgångsställningen: kroppstyngden hvilar jemnt på begge fötterna, som bilda rät vinkel, öfre delen af kroppen inactiv.

1:sta Rörelsen: Ena foten flyttas framåt, ungefär en fots längd, kroppstyngden öfverflyttas på densamma; andra fotens häl stiger något från marken, under det tån roterar obetydligt utåt, knäet sjunker något, och benet förblifver, äfvensom öfre delen af kroppen, fullkomligt passivt.

2:dra Rörelsen: Ena foten flyttas bakåt, lika långt, som vid föregående rörelse; kroppstyngden på densamma; — andra benet, som, tillika med den öfriga kroppen, är inactivt, förblifver med foten på sitt förra ställe, hela fotsålen mot marken.

3:dje Rörelsen: —Kroppstyngden jemnt på bägge fötterne; armen böjes så, att den bildar rät vinkel i armvecket, och mot kroppen, *under det* att handen, utgående från den halft pronerade ställning, den har i sin hvila, beskrifver ett cirkel-segment med fingerspetsarna (hvars medelpunkt är handleden), under supination, och stannar i nästan fullt supinerad ställning, med fingrarna fallande, utan tvång, efter sin tyngd.

4:de Rörelsen: Kroppens ställning, som i föregående; handen supineras, under det armen hänger längs sidan, till hälften, hvarefter, då armen böjes i rät vinkel, handen beskrifver, under pronation, cirkel-segment med fingerspetsarna, hvilket, liksom vid föregående, har handleden till medelpunkt, och stannar i pronerad ställning; fingrarna, utan tvång, sträckta.

5:te Rörelsen: — Händer och fötter röras i förening; under steg framåt eller tillbaka, göres någon af de ofvannämnde eller supinerande rörelserna.

Detta i allmänhet; nu till enskilta kroppsdelars allmänna förhållande.

Hufvudet och Halsen.

Det förra är den dynamiska agentens högsäte; och får samma agent sitt yttre rörliga uttryck i den sednare (halsen) samt ännu väsendtligare i

Sinnesverktygen.

Att man, genom en sant utförd gymnastik, kan, till otrolig färdighet, utbilda menskliga sinnesverktygen, är säkert. Huru lär sig väl skytten, att, på hårsmånet, bedömma sin ställning till rofvet? Huru uppöfvas hörseln hos en tonkonstnär? Huru smaken och lukten hos en kemist? Huru känslan, hos en blind, att till och med kunna urskilja ärger? Jo, endast genom mekanisk inpuls. Möjligheten ligger der förut, i mentalt afseende; men anlagen dö, utan mekanisk tillhjelp och öfning. — —

— — — — — — — — —

Quinnans smak och lukt är vanligen säkrare än mannens; ty hon uppöfvar den såsom kokerska m. m.

Känslan är för bägge könen någorlunda likstämmigt uppöfvad. — Må man icke förblanda denna egenskap med känslighet, som är nutids-qvinnans fel, liksom obestämdhet och vankelmodighet nutida mannens.

Bröstet

är det sentimentalas säte. Anropan till Gud uttryckes sålunda genom bröstets höjande, hufvudet böjes tillbaka, armarna sträckas uppåt, armbågen högre än axeln, så att armen kommer utom min muskel-sfer, till följe af det öfverlåtande, som är en nödvändighet här, händerna supinerade, och i olika höjd, bestämd genom contrebalancen mot det bakåt sträckta benet.

Vid anropan om beskydd af Gud, hopsjunker bröstet deremot, händerna pronerade, och armarne böjda så mycket mer, som, den deraf uppkomma, tyngden erfordrar. —

Begrundande: Framlutadt hufvud, underarmarna lagda bredvid hvarann öfver bröstet, kroppen passif — armbågarna hängande efter sin tyngd till kroppen. — Djupare eftertänkande: ena handens pekfinger stödjande under hakan, armbågen stödd mot andra handen, hvars underarm hvilar tvärsöfver bröstet. — Största ansträngning vid tänkande uttryckes genom ena handens pekfingersstödjande mot den framlutade pannan.

Buken

är det vegetativas säte. Uttrycket deraf är det mest passiva. Allmänna uttrycket af

glädje är ock ett fullkomligt passivt tillstånd, der det inre animala och psychiska lifvet, jemnt och harmoniskt fullgöra sina förrättningar; ett inre välmående, uttryckt genom en hvilande lätt och bequäm ställning. — Andra graden af glädje är vänskap, och den tredje är kärlek. Den första är det religiösa tillståndet, ej syftande åt något utomvarande föremål, utan, som concentreradt inom sig sjelf, äger en inre fred. — De andra begge hafva ett bestämdt föremål, mot hvilket de vända sig och förkroppsliga sig derföre mera genom åtbörd.

Fingrarnas enskildta karakter.

1:o *Tummen:* beteknar fasthet och bestämdhet, (derföre svarar han i kraft mot alla de fyra öfriga fingrarna och måste hopbinda dem vid en stark hopknytning i handen). Har handen något att föra; binder tummen pek- och långfingret; knytes tomma handen binder han äfven ringfingret [1]).

2:o *Pekfingret:* är undervisande, och syftar bestämdt åt ett visst föremål. —

---

[1]) Tummen fick blott 2 leder; fingrarna 3; ty tummen, genom sin korta häfstång, måste antingen motarbeta fingrarna eller också, genom sin anläggning öfver fingrarna, hjelpa dem.

3:o *Långfingret* uttrycker lugn och sansning; såsom fingrarnas juste milieu, är han herrskaren i alla handens rigtningar.

4:o *Ringfingret:* brukas sällan ensamt.

5:o *Lillfingret:* uttrycker lätthet och grace.

Sjette Afdelningen

Gymnastikens Vehiklar.

INNEHÅLL:

Sjette Afdelningen

1.

Gymnastens personlighet.

Hittills hafva vi afhandlat de allmänna grunderna för Gymnastikens fyra hufvuddelar. Nu återstår att nämna gymnastiklärares åligganden, derest de vilja uppnå gymnastikens syfte. Den skilnad, som Greken gjorde, emellan pädotriber och gymnaster är svår att antaga; ty egentligen bör hvarje lärare i grunden känna sitt yrke; och då friskgymnastik har ett medikalt syfte och många mindre åkommor lätt kunna häfvas med friskgymnastiken; och sjukgymnastiken, i sitt sista moment, bör sammanfalla med friskgymnastiken; och då hvarje bildad borde lära att rätt och ledigt föra sin kropp, samt enhvar frisk borde kunna, i farans stund, försvara sig och fosterlandet; så blir ästetisk och militär gymnastik äfven behöflig för en rätt utbildad gymnast, om han skall kun-

na verka i alla delar af den fysiska uppfostringen.

Här blir således icke frågan om de personer, hvilka, för sin bergning, åtaga sig att leda ungdomens gymnastik med beräkning, att, efter vissa års förlopp och erhållen befordran, som prester eller officerare, lemna gymnastiken åt sitt öde och i maklig ro framlefva sina mannaår. Frågan är här blott om dessa sällsynta varelser, som hafva kraft och mod att egna sig åt ungdomens och åt landsmäns fysiska förkofran; ehuru man äfven bör hoppas, att de Gymnaster, som i förtid tröttna vid detta mödans verk, äfven, i sina högre militärtjenster eller såsom religionens tolkar i landsbygden, uppmana de yngre till att bilda sin kropp, för att bringa sagtmod och frid i sin andliga natur, och således mer och mer befordra gymnastikens stora syfte.

Sanna kunskaper äro de medel, hvarigenom menniskan både kan och tvingas att uppfylla sitt kall. Men Gymnasten måste alltid förena teori och praktik. Den gymnast, som föraktar den ena eller andra af dessa, är ett vacklande rö i alla sina handgrepp; ty han vet icke när och hur han skall använda den eller den rörelsen. En gymnast,

har grundlighet och icke praktik liknar en konstdomare, som endast vet men icke kan utföra det han vet. Anatomien, denna heliga genesis, som framlägger skaparens storverk för menniskoögat, som lärer henne på en gång huru liten och dock huru stor hon är, den vare gymnastens käraste urkund; men han använde dess liflösa former icke som sådana, utan skåde dem med sann siare-anda uti fullt lif, verkande icke såsom massa, utan såsom gudaväsendets (andans) vehikel, och af det samma i hvarje punkt besjäladt. Härtill fordras anatomiens oskiljaktiga maka, fysiologien. — — — — — —

2.

Gymnastens blick och sätt.

Läkaren är den förste gymnasten; han bestämmer fostrets helsa genom en för modren afpassad rörelse; han bestämmer äfven fostrets skötsel. — Man talar om läkarens öga; här tala vi om gymnastens.

Man bör afse kroppsbygnaden. Det är ett stort fel hos Läkaren, om han glömmer detta. Det yttre verkar likaså mycket

på det inre, som det inre på det yttre. Alla menniskokroppens väggar äro reagenter till de inre rörelserna, och uttrycka de, såsom sådana, de inre organernas beskaffenhet. En stor buk anger alltid inre sjuklighet, serdeles om bukskinnet är vida mörkare och sträfvare, än den öfriga huden. Ett platt bröst är altid tungandadt. Ofta uppstår en mångårig förstoppning af ryggradens orätta böjning och häfves genom dess upprättande genom rigtiga (Gymnastiska) kropprörelser. De särskilta sjukdomar, som åtfölja hvarje handtverk, äfvensom de af dem, som bero utaf subjektets liderlighet, gifva Läkaren och gymnasten en säker vägledning. — Åtminstone har jag från dessa hämtat åtskilligt för min patologi, äfvensom från Läkare-anekdoter, så vidt dessa hört till mekaniska grundformen.

Förmågan, att kunna lära sig inse hvilkendera af de tre grundformerna är undervägande, utgör den sällsynta egenskap, som man i hvardagsspråket kallar läkareöga, och detta måste vara desto skarpare, som sjukdomsformen vanligen är olika sjukdomsorsaken; ty den förra är blott följd, således ett skiftande amalgam af alla tre grundformerna, i stöd af organismens enhet.

3.

Ordning bland eleverna.

(jemnlikhet, sedlighet)

— — — — — — — — —

4.

Om Födoämnen.

Vårt väsende är (som förut sagdt) *ett enda helt;* men måste, såsom afvikande från detta urtillstånd, *delas* i tvenne; så bör äfven det födoämne kroppen antager alltid betraktas på 2:ne sätt. — Häraf uppstår första frågan: hurudant detta ämne förhåller sig till den första kemiska potensen eller matsmältningen; och den andra frågan: detta ämnes förhållande till den andra kemiska potensen eller assimilationen i den lidande delen. Det första är *negatift*, det andra *positift.* — Om en giktperson, hvars mage alltid tyckes vara god, men hvilken likväl alltid har mycket syrämne, förtär sådan föda, som, enligt sina beståndsdelar, borde gagna den lidande delen i 2:ne instanser, men ökar likväl magsyran såsom första instansen; så stjelpes patienten af denna föda i en värre gikt, ty födoämnet kan icke tänkas af magen för-

brukadt på annat sätt, än efter magens tillstånd, och detta phlegmoniska tillstånd, måste kemiskt inverka på födoämnet och hindra dess gagn i andra instansen. Derföre är en utspädande föda af osyrade soppor gagnelig för giktsjuklingen.

5.

Bad, luft, renlighet.

— — — — — — — — —

(Härom har Förf. redan delvis, här och där, sig yttrat. Dessutom anföres här följande. L.):
I fria luften böra öfningarna ske om sommaren; och lekar med snöbollkastning, skridskolöpning, kälkfart m. m., ske om vintern. Luften är allt lefvandes helsobrunn.

6.

Klädnaden.

Som man går och står bör man kunna handla. Att öfvervinna hinder styrker både kroppen och viljan. Den fege och late finner hinder i allt, som han skall företaga. —

7.

Sinnesförströelser.

(Kamp och Täflan.)

Äro visserligen nyttige för den tröge, men äro äfven skadlige för individer af häftigare eller svagare naturer. I starka, ensidiga rörelser bör täflan sparsamt väckas. I de af olika tempo och olika planer sammansatta är den mindre farlig, ty sjelfva afvexlingen gör rörelsen mindre våldsam. Derföre är kampen nyttig; derunder förekomma mångfaldiga olikartade ställningar och hvarje ögonblick väckes sinnet hos en trög ungdom.

8.

Gymnastik-inrättning.

Hvad angår Gymnastik-inrättningarne, böra de vara så enkla, som möjligt. En hvar Gymnast, som anser maschineriet för annat än biorsaker, har aldrig begripit hvad en lefvande organism är. Att inrätta våra kroppsrörelser efter de maschinerier, vi förut inrättat, och icke dessa efter de kroppsröreler, vi böra frambringa, är ett afvogt sätt, ett begär att synas vidunderlig. När

man betraktar en Gymnastik-inredning, bör man, i vinken säga på hvad ståndpunkt dess construktör är, som Gymnast. All sann rörelse är en förändring i kroppsdelarna till hvarandra och denna förändring måste ske genom kroppen sjelf, det är: kroppen måste blifva potenserad genom sig sjelf. Men, som all massa är underordnad de allmänna tyngdlagarna, och som all sann eller bestämd rörelse går ut från en viss gifven punkt, genom vissa gifna punkter, till en annan viss gifven punkt; så blifver åtgärden af det yttre maschineriet endast ett medel, att gifva vissa fasta punkter för en kropp, som skall röra sig, och således dessa yttre vehikler så enkla, att de af hvarje slöjdvand borde kunna inrättas.

Yttre medel äro:

Plinter och Madrasser.

Springstolpar.

Spännstolpar.

Kortlinor.

Långlinor.

Stänger och Master.

Balancer, bräden och stolpar.

Häfplankor.

Slingerstegar.

Vippmast.

Voltige-hästar och sadlar.

Springvall och Springgrop.

Simbrygga och Simgördel.

Olikheten i dessa inrättningars dimensioner, för fullvexta och för halfvexta personer, förhåller sig allmännast, såsom 7 till 10.

9.

Gymnastikens Språk.

Sedan SjukGymnastiken nu mera vunnit allmännare förtroende; har bemödande blifvit gjordt, att bringa dess rörelseformer under en viss terminologi. Denna kan antingen tagas af kroppen sjelf, medelst bestämda längd-linier och tvär-linier af densamma (likasom buken indelas i vissa regioner), eller också tagas de af språket med hänseende till begynnelse-ställningarna för rörelsen.

För öfrigt behöfver ock hvarje yrke, hvarje vetenskap sitt språk och sina yttre medel. För att göra Gymnastikens språk begripligt för alla länder hafve vi sökt indela kroppen i vissa regioner *).

---

*) Enligt Författarens *ursprungliga* plan hade han här, emot slutet af detta arbete, infört Figur-tekningar med beskrifning om en, ifrån ytan till det inre, genomförd indelning af menniskokroppen. — Af Hans egenhändiga marginal-tillsatser, med blyertspenna, finnes dock, att Han sedermera, med orden: "uteslutes" eller "kan uteslutas," antingen tänkt att aldeles utelemna denna region-indelning, eller, hvilket synes vida troligare, ämnat den till sin "Rörelselära," enär ifrågavarande plancher, med bilagd beskrifning å sagde region-indelning, äfvenväl funnos inlagda uti en särskildt pappersbundt, hvars öfriga innehåll var egnad åt den speciella Gymnastiken, eller den egenteligare Rörelse-läran, hvartill detta arbete, enligt sin titel, blott gifvit "allmänna grunder." L.

SLUTANMÄRKNING.

Den störste bland Sveriges store Naturforskare har yttrat den mening, att tusentals Commentatorer födas af hvar enda Inventor. — En sådan rödjare, inom tankens och handlingens områden, var den man, hvilkens skrifteliga efterlemningar i Gymnastiken vi underteknade åtogo oss, att, enligt författarens på sotsängen yttrade vilja, som orden sig föllo: "*redigera och trycka.*" Till en början hafve vi nu inskränkt oss att fullborda Hans 1834 påbörjade, men då ej längre, än till och med sid. 84. tryckta afhandling, benämnd: "Gymnastikens allmänna grunder." Handskriften var redan 1831 till Direktionen öfver Stockholms stads Undervisningsverk inlemnad. — Sedermera återtogs den dock, att af Författaren utvidgas. Så uppstod närvarande skrift, hvars alla luckor likväl Författarens svåra lidande allt mera betog honom förmågan, att, i en mera helgjuten form, fylla. — Väl mägtade han ännu att fullborda ett och annat af sin ungdoms större utkast i dikt och sånger.—

Den mannakraft, som först gaf *Svenska* Gymnastiken lif och betydelse, var dock i det hela bruten. Blott tidtals, och stundtals, mägtade den fordom så starka viljan, att återuppkalla ett aftonskimmer af den flyende dagen. — Under dessa framtvingade mellanstunder, af en uttärd och genomsjuk mans behof att hvila, tillkommo likväl "Soldat-undervisningen" samt" Reglementen för Militär-Gymnastik" och "Bajonett-fäktning"; dessutom gymnastiska aforismer, hvilka sednare författaren troligen ämnat införlifva med dessa Gymnastikens allmänna grunder, men som nu ej kunnat, egenmägtigt af oss, deri intagas; liksom vi ej heller tilltrott oss vidtaga några förändringar eller infläta många egna tillägg och anmärkningar till denna skrift. — Om en ny upplaga kommer i fråga, kan allt sådant, lättare än nu, ske. Detsamma gäller äfven de egentligare och speciella afdelningarna af Rörelseläran. — Åtskilligt kan, ifrån naturvetenskaplig (physiologisk) synpunkt, vara att invända emot flere förklaringar ibland dessa Gymnastikens allmänna grunder. — Den omfattande åsigt af verldsordning och lif, som söker, att ur Naturkunnighetens grundläror utveckla Gymnastiken, skall dock, förr eller sednare, göra sig gällande. — Dessförutan är det ej heller den här gifna, mer eller mindre lyckade förklaringen om Gymnastikens användning, utan denna sjelf, med sina redan traditionella och allt mer perfectibla läror och handgrepp, samt deraf

beroende verkningar, som, i vår tid, liksom i forntiden, berett denna sak sin framgång. — Kunde blott den historiska erfarenheten hindra densamma, att ännu en gång urarta! —

P. J. LIEDBECK. AUG. GEORGII.