Zeitschrift: Sauter's Annalen für Gesundheitspflege : Monatsschrift des Sauter'schen Institutes in Genf

Herausgeber: Sauter'sches Institut Genf

Band: 16 (1906)

Heft: 6

Artikel: Der Einfluss der Gemütsharmonie auf die Gesundheit des Körpers

Autor: Kellenberger

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1038046

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 04.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

stehen heutzutage zahllose pathologische Verirrungen der Kunst, vor welchen wir hier warnen möchten, indem wir den Satz aussprechen, daß eine wahre Aesthetik niemals mit der wahren Ethik in wirklichem Widerspruch sein darf. In seinen Studien über Aesthetik hat der leider verstorbene Professor Soret in Genf überzeugend dargetan, wie dieselbe in der höchsten Harmonie des Ganzen bei der größten Mannigfaltigkeit des Einzelnen besteht. Die Verherrlichung des Schlechten (ich meine nicht seine Darstellung) ist aber die Verherrlichung der Disharmonie und daher an sich unästhetisch.

5. Die Ethik, d. h. der Altruismus, die Gesittung, ist neben den zwei vorhergehenden und eigentlich denselben superordinirt, das stärkste der zivilisatorischen Bedürfnisse. Ja, das ethische Bedürfnis ist die Grundlage der wahren Religion und zwar eben aller Religionen, die Anspruch auf diesen Namen machen dürfen. Nicht theoretisch, sondern praktisch sollte sie zum Zweck und Ideal der täglichen Arbeit aller Menschen werden, sollte sie Lebenszweck und Bedürfnis eines Jeden sein.

Wie viele edle zu befriedigende Bedürfnisse gibt es nicht in der Kultur der Nächstenliebe, der täglichen Aufopferung seiner Gelüste für das Wohl der andern, in der Freude an der Freude anderer, in dem Bedürfnis nach uneigennützigen Leistungen zum Frommen der ganzen Menschheit und in der reinen Freude an deren Gelingen, in der beständigen Ueberwindung seiner eigenen Triebe und Schwächen zu Gunsten der Harmonie des Ganzen!

Diese Beispiele dürften genügen um die Berechtigung des Fluches Lassales über die „Bedürfnislosigkeit" vollständig darzutun.

(Fortsetzung folgt).

Der Einfluß der Gemütsharmonie auf die Gesundheit des Körpers.

Kellenberger, Nervenarzt in Walzenhausen, Herisau.

Im heutigen Zeitalter; im Zeitalter des Fortschrittes aller materiellen Richtungen, im beständigen Jagen nach Vervollkommnung irdischer Bequemlichkeit und irdischen Genusses, im Zeitalter wo die Gegensätze sich immer mehr und schärfer ausprägen, wollen wir uns wieder einmal im Geiste zurückversetzen in jene wohlige Behäbigkeit, in jenen Ruhestand des Gemütes, welcher im Stande ist das seelische Gleichgewicht des Menschen wieder herzustellen.

Liegt es nicht im Bestreben und in der Natur des Individuums diesem innern Drange Folge zu leisten, und doch wie weit entfernt sucht man das was den Menschen in den heimeligen, behaglichen Glückszustand versetzt, welcher einen so intensiven Einfluß ausübt auf den Gesundheitszustand des ganzes Organismus.

Betrachten wir einmal die harmonische Tätigkeit des ganzen menschlichen Organismus, versenken wir uns in die Tätigkeit der Psyche jedes Einzelnen, dann werden wir herausfinden, welch' unendlich großen Einfluß die Gemütsharmonie auf die Gesundheit des Körpers ausübt. Was ist Krankheit und was ist Gesundheit, was ist Frohsinn und was ist Niedergeschlagenheit, was ist Glück und was ist Unglück; sind diese Empfindungen sichtbar oder unsichtbar?

Wie eine wogende Welle übt der Gedanke als unsichtbare Macht seinen Einfluß auf den Organismus des Menschen. Krankheit ist eine Disharmonie zwischen Körper und Geist in irgend welcher Form, Gesundheit ist Harmonie zwischen Körper und Geist; Frohsinn ist der

Ausfluß von Gesundheit; Niedergeschlagenheit derjenige äußerer peinlicher Einflüsse oder seelischer Depressionen, welch' letztere eine Reaktion auf den Gesundheitszustand des Menschen ausüben. Was ist Harmonie im eigentlichen Wesenskerne? Harmonie ist das vollständige Gepräge innerer, seelischer Zufriedenheit, welches einen stets günstigen Einfluß auf den Organismus ausübt. An was erkennen wir dieses harmonische Gepräge? An dem Gesichtsausdruck des einzelnen Individuums. Wie ist der Gesichtsausdruck eines harmonisch lebenden Menschen? Mild, fröhlich, weich, ruhig, frei von leidenschaftlichen Aufwallungen. Was sind die wesentlichen Eigenschaften eines harmonischen Menschen?

Humanität ist das Grundprinzip jedes harmonischen Menschen. In strahlender Schönheit steht sie da als Sinnbild ächter Menschlichkeit, die Humanität geht in die Häuser der Verlassenen und Gesunkenen, überall werdet ihr sie erblicken als Symbol wahrer Menschlichkeit, alles mildernd und alles verbessernd, was noch zu verbessern ist. Nicht sieht man hier den Ausdruck des Vorwurfes, welcher erschlaffend auf den Organismus wirkt, nein, in beständiger Milde und stets aufmunternd tritt sie einher und atmet wieder neue Lebenskraft und neuen Lebensmut ein demjenigen, dem sie Not tut.

Erhaben ist die Humanität, weil dieselbe stets das Böse meidet und das Gute sucht, erhaben ist dieselbe, weil sie alles meidet was Böses erzeugt, erhaben ist sie, weil sie die Leidenschaften flieht, und erhaben ist sie, wegen ihrer großen Milde und wegen ihrem Versöhnungsgeist.

Humanität erzeugt Freiheit, Freiheit des Geistes, Freiheit in sich, Freiheit in der nächsten Umgebung, überall die ausstrahlende, wohltuende Wärme, welche jedes Lebewesen angenehm berührt, erheitert und glücklich macht. In der Humanität erkennen wir den Inbegriff alles menschlichen, der Nächstenliebe und der Selbstlosigkeit. Humanität ist das höchste menschliche Ideal und über alle niederen selbstischen Triebe erhaben.

Betrachten wir einmal in ein paar kurzen Zügen das Leben und Treiben in der Tierwelt: Woher kommt es, daß der Hund die Katze anbellt und umgekehrt dieselbe ihre bekannten Verteidigungswaffen anwendet. Aus welcher Kraft fliegt der Vogel, während wir Menschen schon jahrzehnte lang vergebliche Versuche mit Flugmaschinen gemacht haben. Jedes einzelne Individuum in seinem Geschlecht und in seiner Rasse ist vom Weltgedanken erschaffen und in seiner Art bis zur Gegenwart fortentwickelt worden.

Die Welt ist im Rätsel, welches dem menschlichen Verstande unnahbar ist, überall wo wir hinblicken, sowohl in das Kleinste wie in das Größte, erkennen und fühlen wir ein geheimnisvolles, wunderbares Walten, welches über die menschlichen Begriffe erhaben ist. Sobald wir aber zu dieser Erkenninis angelangt, fühlen wir uns wohl und leicht und Kraft dessen werden wir viel Hindernisse und Schwierigkeiten, welche das Leben mit sich bringt, überwinden. Niedergeschlagenheit, die Zehrerin am menschlichen Körper wird in diesem Bewußtsein überwunden! Fröhlichkeit wird den Menschen in allen Lebenslagen und Schicksalen überwinden helfen.

Ein Unterschied ist es zwischen Fröhlichkeit und Leichtsinn; Fröhlichkeit stärkt den Menschen, Leichtsinn, welcher auch eine scheinbare übersprudelnde Fröhlichkeit in sich birgt, kommt von innerer Unzufriedenheit welche das verborgene Leiden und die verborgenen Leidenschaften hinwegwischen will.

Aus all' diesen Erfahrungen lernen wir erkennen, daß der Einfluß des Gemütslebens

kolossal einwirkt auf die Tätigkeit des Körpers bei jedem einzelnen Lebewesen. Von der Diagnose und Charaktereigenschaft des einzelnen Patienten psychisch aufgefaßt, werden wir die richtigen Mittel zur Heilung einer Krankheit anwenden können und dadurch unendlich viel Segen stiften.

Erblichkeit und Tuberkulose.

Dr. med. **Eduard Reich.**

Nicht die rasche Zunahme der Gesittung und mechanischen Vervollkommnung, sondern alles dasjenige, welches von Unvernunft und Lieblosigkeit ausgesäet und bewerkstelligt wird, die naturwidrige gesamte Lebensweise, die Folgen der Entartung des wirtschaftlichen und gesellschaftlichen Systems, welche die große Mehrzahl der Besitzlosen zu Elend ohne Grenzen verurteilt und die Mehrzahl der Besitzenden in die Arme fleischlicher Vergnügungen ohne Ende treibt, jene und diese durch Alkohol und Quecksilber in den Grundfesten erschüttert: dies alles gehört in das Gebiet, auf welchem die giftigen Quellen der Tuberkulose entspringen.

Wenn etwas Zeuge für die Entartung der gesitteten Menschheit ist, so ist es die Tuberkulose. Nicht durchseuchen muß diese armselige Gesamtheit, um von dem Verhängnis der Tuberkulose frei zu werden, sondern vernünftig, religiös, hygieinisch, wahrhaft gesittet muß das Leben werden, wenn mit Tuberkulose alle Seuchen und Uebel zuende sein sollen.

In dem kürzlich erschienenen Buche von Albert Reibmayr: „Die Ehe Tuberkuloser und ihre Folgen" (Leipzig und Wien, 1894, in 8°, Franz Deuticke) wird unter anderem geschlossen: „Die Tuberkulose ist nicht nur die verbreiteste Krankheit, sondern auch diejenige, an deren Folgen die meisten Menschen sterben und hat zu ihrer Verbreitung zwei Wege. Der Weg der Ansteckung ist der primäre und kommt hauptsächlich dort zur Geltung, wo noch eine Widerstandskraft ererbt wird, also bei Naturvölkern und niedrig gesitteten. Solange die Menschen jedoch ganz im Naturzustande leben, ist auch der Weg der Ansteckung verlegt oder sehr erschwert. Erst wenn Naturvölker mit höher zivilisierten Menschen in Berührung kommen und ihre natürliche Lebensweise aufgeben, kommt der Weg der Ansteckung zur Geltung. Bei fortschreitender Kultur und dadurch weniger scharfem Kampf um das Dasein mit den Naturmächten wird es einzelnen tuberkulösen Individuen ermöglicht, länger auszudauern und Kinder zu erzeugen. Damit ist der sekundäre Weg, jener der Vererbung, eröffnet. Zugleich aber wird mit der vererbten Krankheit auch die Fähigkeit vererbt, mit der Krankheit besser zu kämpfen. Die ererbte Widerstandskraft kommt ebenfalls von nun an zur Geltung. In diesem noch rohen Kulturzustande haben aber nur die allerwiderstandsfähigsten Kinder tuberkulöser Eltern Aussicht, das zeugungsfähige Alter zu erreichen und so lange der Kampf um das Dasein mit den Naturmächten ein scharfer ist, ist auch der Weg der Vererbung der Tuberkulose sehr erschwert. Mit der fortschreitenden Kultur und der Abnahme der Schärfe des Kampfes um das Dasein mit den Naturmächten eröffnet sich der Weg der Vererbung der Tuberkulose immer mehr, da mehr Nachkommen tuberkulöser Eltern Aussicht haben, das zeugungsfähige Alter zu erreichen; die Durchseuchung der Völker beginnt. Mit der längeren Dauer des Kampfes des Menschengeschlechts mit der Tuberkulose wächst auch die vererbte Widerstandskraft und darum wächst auch die Zahl derjenigen, welche die ersten Siebungen passieren und das zeugungs-