

Ausbildung der linken Hand

Autor(en): **Katscher, Leopold**

Objektyp: **Article**

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

Band (Jahr): **17 (1907)**

Heft 7

PDF erstellt am: **11.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-1038277>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Sauter's Annalen

für Gesundheitspflege

Monatschrift des Sauter'schen Institutes in Genf

herausgegeben

unter Mitwirkung von Ärzten, Praktikern und geheilten Kranken.

Nr. 7.

17. Jahrgang der deutschen Ausgabe.

Juli 1907.

Inhalt: Ausbildung der linken Hand. — Etwas über das Nahrungsregime der geistig Beschäftigten. — Todesahnung. — Korrespondenzen und Heilungen: Die besten Hausmittel; Harnbeschwerden; Abortus, Gebärmutterblutungen; Rose; Gelenkrheumatismus.

Ausbildung der linken Hand.

Von Leopold Katscher.

Balwin, Biervliet, Volk und Buschan hatten erkannt, daß das Vorwiegen der Rechtshändigkeit beim Menschen mit der besseren Ernährung der linken Hirnhälfte zusammenhängt, daß der Blutzufluß zur linken Hemisphäre stärker ist. Lüddeckens („Rechts- und Linkshändigkeit“) stellte auf Grund unanfechtbarer Forschungsergebnisse fest, daß diese Lehre richtig sei, und daß nicht nur die Hand, sondern die ganze rechte Seite bei Rechtshändern, die ganze Linke bei Linkshändern in Betracht komme, und zwar sei die Gelinktheit nicht nur durch die „Prävalenz der rechten Hirnhälfte“ zu erklären, sondern auch durch das Vorhandensein sämtlicher Erscheinungen, die bei Rechtshändigen auf der rechten Körperseite vorkommen, auf der linken. Damit sind alle früheren Theorien und Hypothesen — die von Barclay, Buchanan, Rosenberger, Struthers, Wilson, Keade u. a. — die sich auf unstichhaltige, anatomische, astronomische, kulturelle, historische und andere Ursachen stützten, widerlegt, namentlich auch soweit sie

das Vorherrschende des Gebrauchs der rechten Hand auf allmähliche Angewöhnung oder Anpassung zurückzuführen suchten. Es ist danach kein Wunder, daß es außerordentlich schwer gelingt, gelinkt geborenen Menschen die Linkshändigkeit abzugewöhnen, und daß es kaum je möglich ist, einen Linkshänder vollkommen an den Gebrauch der Rechten zu gewöhnen.

Der Versuch einer solchen Ab- und Angewöhnung wird leider sehr oft gemacht, nicht selten sogar gewaltsam. Benutzt ein kleines Kind die Linke unwillkürlich zum Handschütteln, oder zu anderen Verrichtungen, so wird ihm das streng untersagt. Selbst Lehrer und Ärzte sind in großer Zahl unwissend und gedankenlos genug, die Gelinktheit lediglich für eine üble Kindergewohnheit zu halten, die man zuweilen mit den dümmsten Mitteln zu beseitigen versucht, freilich meist ohne jeden Erfolg. Ueber diesen Punkt schreibt der hervorragende Arzt Lüddeckens: „Viele meiner Linkshänder klagten über die unverdienten Züchtigungen, die ihnen ihre Eigenheit in der Jugend eingetragen hatte. Später, im praktischen Leben, hätten sie erst recht erkannt, wie unberechtigt, nicht nur

überflüssig, die Strenge der Erzieher gewesen sei, denn da sei ihnen im Beruf die Fähigkeit der linken Hand zugute gekommen, und sie seien häufig von anderen darum beneidet worden. Es ist auch in der Tat nicht einzusehen, warum man jemand einen besonders geschickten Gebrauch der linken Hand, mit oder ohne Prügel, abgewöhnen sollte. Im Gegenteil — abgesehen davon, daß gerade im Arbeiterstand Verletzungen der rechten Hand, nach denen die linke ergänzend eintreten muß, nicht selten sind — ließe sich unschwer nachweisen, daß in vielen Berufen, ob sie nun bloße Neußerungen der rohen Kraft oder besonderes Geschick und angelernte Fertigkeit erfordern, schon mit Rücksicht auf die Ermüdung einer Hand der Besitz einer zweiten, ebenso brauchbaren, von hohem Werte ist. Außerdem gibt es viele Gelegenheiten, wo der Gebrauch der Linken geradezu notwendig wird... Man sollte also die Linkshändigkeit zu möglichster Vollkommenheit ausbilden. An den Gebrauch der Rechten gewöhnen wir uns ganz von selbst; für einen vorwiegenden Gebrauch der Linken dagegen bestehen so gut wie keine äußeren Vorbedingungen."

H. Bloemfield Bare, ein englischer Kunstlehrer, hat kürzlich im „International Studio“ unter dem Titel „Bimanual training“ (Zweihand-Ausbildung) eine Studie veröffentlicht, in der er die Zahl der Gewerbe, Handwerke und sonstigen Berufe, bei denen die Doppelhandfertigkeit eine Hauptrolle spielt, auf zweihundertvierzig schätzt, einschließlich der Musik und der Chirurgie. Er tritt entschieden für die systematische Erziehung der Linken neben der der Rechten ein, d. h. für die sog. Ambidextrie, und er weiß erfreulicherweise mitzuteilen, daß, im Gegensatz zu den meisten Ländern, in denen der Handfertigungsunterricht auf die Rechte beschränkt ist, England und die Vereinigten

Staaten von Amerika auf dem besten Wege sind, die Ambidextrie einzubürgern. Die Schüler werden gelehrt, auf die Wandtafel große Kreise in einem Zuge zu zeichnen, abwechselnd mit der einen und der anderen Hand. Muster werden auch mit beiden Händen zugleich gezeichnet. Verwickelte Formen werden umgedreht und zur Uebung des Augenmaßes rechts und links nachgebildet. In den Schulen von Philadelphia wurde der bimanuelle Unterricht schon vor achtzehn bis zwanzig Jahren eingeführt, und zwar erfolgt derselbe hauptsächlich mittelst Wandtafelzeichnens, Lehmformens und Holzschnitzens. Jeder solche Lehrgang dauert bei einem halben Tage wöchentlich zwei Jahre. „Weit entfernt“, bemerkt Bare, „den Fortgang der übrigen Stunden zu hemmen, erweist sich dieser Kursus sehr nützlich, indem er die Haltung, den Charakter und den Geist der Kinder erheblich verbessert.“

In Japan lernen die Kinder mit beiden Händen schreiben und zeichnen. Warum also nicht auch bei uns? Ich selbst habe daher vor kurzem Schritte getan, um sowohl die österreichische als auch die ungarische Unterrichtsverwaltung nachdrücklich auf die Ratsamkeit der Einführung des Zweihändigkeits-Unterrichts hinzuwirken; nach den mir zugekommenen Nachrichten darf das Gelingen dieser Bestrebungen erhofft werden. Was Deutschland betrifft, so findet der wichtige Gegenstand dort bereits lebhafteste Beachtung. Die Kinder müssen schon vielfach allerlei Figuren zuerst mit der einen, dann mit der anderen Hand ohne jede Unterstützung des Arms auf die Wandtafel zeichnen, was gar sehr zur Kräftigung der Muskeln des linken Arms beiträgt. In den Handwerkschulen lernen die Schüler mit beiden Händen gleich gut sägen, hobeln, hämmern usw.

Darauf, daß diese gute Sache in Deutschland allgemeiner verbreitet, in Oesterreich-Ungarn

aber überhaupt erst eingeführt werde, arbeitet der österreichische Arzt Dr. A. Kupferschmid seit einigen Jahren in mehreren Schriften hin. In seinem reich illustrierten Buche „Theoretisch-praktische Anleitung zur Erhaltung und Ausbildung einer vollkommenen Finger- und Handfertigkeit“ behandelt er vorwiegend und in äußerst dankenswerter Weise die Ausbildung der Hände und Finger im allgemeinen und die der Linken im besonderen mittelst systematischer physiologischer Behelfe der besten Art. In der Broschüre „Die geschulte Hand und die Ambidextrie“ beschäftigt er sich mit dem letzteren Gegenstande spezieller und beleuchtet ihn kurz und klar von allen Seiten, von der pädagogischen, anatomischen, hygienischen usw. Er betont die Vorteile der Ambidextrie recht eindringlich und zieht — das verdient besondere Beachtung — auch den Schreibmaschinen-Unterricht in den Bereich seiner Betrachtungen. Er tritt für eine vernünftige, praktische Reform desselben auf Grund einer rationellen Finger-ausbildung ein und hebt die Notwendigkeit der Benutzung beider Hände auch auf diesem Gebiete hervor, damit die gegenwärtig nur sehr unvollkommen ausgenutzte Leistungsfähigkeit der Schreibmaschine aufs höchste gesteigert werde und diese dadurch ihre Bestimmung erst recht erfüllen könnte. Unter Hinweis auf die interessanten Veröffentlichungen des bekannten Fachmanns Otto Burghagen gibt Kupferschmid beherzigenswerte einschlägige Winke. Der Schlusssatz seiner Broschüre lautet: „Finger- und Handfertigkeit kann nur durch systematische Gymnastik erreicht werden. Daher muß um so strenger der Unterricht in der Ambidextrie an dieses Prinzip sich halten, weil ja hier noch die Schwierigkeit der Uebung mit der linken Hand hinzukommt“.

Mit der Linken wird besonders rasch das Schreiben erlernt. Wer einen Monat lang

täglich fünfmal das Alphabet mit der Linken zu schreiben versucht, wird schon Achtenswertes leisten. Ähnlich verhält es sich mit dem Nähen. Adolf von Menzel malte mit beiden Händen gleich geschickt, mit der Rechten in Öl, mit der Linken in Wasserfarben. Königin Viktoria schrieb und zeichnete mit beiden Händen gleich gut. Der englische Romanschriftsteller Charles Reade veröffentlichte schon vor zwanzig Jahren ein größeres Buch „The coming man“ („Der Zukunftsmensch“), in welchem er, der selber beide Hände gleich flink zu benutzen verstand, eifrig für die Erziehung der Jugend zur praktischen Zweihändigkeit eintrat.

Die planmäßige, zielbewußte Ausbildung der Linken behufs Erlangung größerer Arbeitskraft und Stärkung der linken Körperhälfte ist in der Tat „ein Ziel, aufs innigste zu wünschen“. Die Kulturmenschheit täten wirklich gut, der linken Hand mehr Beachtung zu schenken. Welcher Unsinn, die ohnehin so geringe Verwendung der Linken durch gedankenlose Absichtlichkeit noch mehr einzuschränken! Man gehe im Gegenteil darauf aus, daß die Kinder von Anfang an bewußt lernen, von beiden Händen einen möglichst ausgiebigen Gebrauch zu machen. Man lasse sie nicht nur jede Hand nach Belieben benutzen, sondern sehe gerade darauf, daß sie daheim und in der Schule die linke fleißig üben; denn Künstler, Literaten, Journalisten, Ärzte, Soldaten, Schreiber und Arbeiter jeder Art würden an Kraft und an Leistungsfähigkeit sehr gewinnen, wenn die Ambidextrie verbreitet wäre. Ein großer Teil der jetzt ausschließlich mit der Rechten verrichteten mechanischen Arbeit könnte bei entsprechender Schulung ebenso leicht mit der Linken getan werden. Namentlich würde man bei abwechselndem Gebrauch beider Hände nicht so rasch ermüden wie bei der Einhändigkeit, und die erzwungene Muße, die im Falle

von Verletzungen der Rechten so häufig eintritt, würde unnötig sein.

Man mache dem überlieferten Vorurteil gegen die linke Hand allgemein ein Ende! Wie die Dinge jetzt liegen, sind die bloß Ge-linkten gegen die nur Rechtshändigen geradezu im Vorteil, denn sie, und nur sie, sind eigentlich doppelhändig, da infolge der üblichen Erziehung auch ihre Rechte ziemlich ausgebildet ist, während sich die Linke bei ihnen von Natur flink zeigt. Möchten Schule und Haus recht bald überall veranlaßt werden, sich die zielbewußte Ausbildung der vernachlässigten Linken zur Aufgabe zu stellen, zu einer Aufgabe, die zu den wichtigsten der modernen Pädagogik gehören sollte! Die Lebenskunst.

Etwas über das Nahrungsregime der geistig Beschäftigten.

(Dr. Imfeld.)

Für alle Menschen, die einem geistigen Berufe leben, und deren Tätigkeit vorzugsweise oder ausschließlich eine intellektuelle ist, hat die Frage ihrer Nahrung eine große Bedeutung. Dieselbe ist aber nicht leicht zu lösen. Das Äquivalent der mechanischen und chemischen Muskelarbeit läßt sich wohl berechnen, dasselbe ist aber bei der intellektuellen Arbeit nicht der Fall. Die vielen Nachforschungen, die man in diesem Sinne angestellt hat, sei es daß sie sich auf die Temperaturschwankungen des Gehirnes beziehen, welche unter dem Einflusse des Denkens stattfinden, oder sei es daß sie die chemischen Veränderungen in Betracht ziehen, welche die geistige Tätigkeit auf die Ernährung des Organismus hervorruft, belehren uns nicht über das Bestehen eines chemischen Äquivalents des Gedankens.

Alle Hygienisten sind aber übereinstimmend

der Ansicht, daß es durchaus nicht gleichgültig sein dürfte einen mit geistiger Arbeit beschäftigten Menschen sich nach seiner Phantasie ernähren zu lassen.

Es ist ja leicht einzusehen daß der Zustand der Blutzirkulation in unserem Gehirne und daß die Beschleunigung oder Verlangsamung unserer Ernährung einen bemerkbaren Einfluß auf die Tätigkeit unserer Intelligenz haben müssen. Jedermann weiß ja daß schon eine etwas kopiföhere Mahlzeit genügt um uns einzuschläfern und gleichzeitig damit unsere Dankkraft zu unnebeln und zu erlahmen.

Die Menge Nahrung, die einem geistig Beschäftigten zuträglich ist, läßt sich freilich nicht mathematisch bestimmen (das hängt auch sehr von der Gesundheit, der Kraft, dem Temperament und der Begabung des Individuums ab), wenn man aber die Erfahrung zu Rate zieht, so ist in dieser Hinsicht eine annähernde Schätzung doch nicht unmöglich.

* * *

Zwei Fragen sind vor Allem in Erwägung zu ziehen, nämlich diejenige der **Menge** und diejenige der **Qualität** der Nahrung.

Die Intellektuellen, welche in der Mäßigkeit die Erhaltung und Zunahme ihrer moralischen Energie und ihrer geistigen Tätigkeitskraft suchen, sind die Mehrheit. Für denjenigen der das Temperament und die Lebensweise der einem geistigen Berufe Angehörigen kennt, hat diese Tatsache nichts Überraschendes. Die geistig Beschäftigten sind meistens nervöse und arthritische Individuen. Sie leben ja gerne in ihrer Arbeitsstube, haben wenig Zerstreuung, wenig körperliche Tätigkeit, und kommen wenig an die Luft. Diese Lebensweise gibt sehr leicht Veranlassung zu träger Blutzirkulation, zu mangelhafter Oxydation des Blutes, zur Ansammlung im Organismus der schädlichen