

Die leibliche und seelische Hygiene entsprechen einem Naturgesetz [Fortsetzung]

Autor(en): **Imfeld**

Objektyp: **Article**

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

Band (Jahr): **27 (1917)**

Heft 10

PDF erstellt am: **13.09.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-1037939>

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

Monatsschrift des Sauter'schen Institutes in Genf

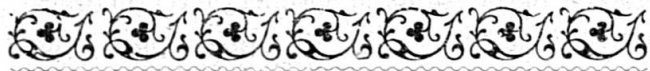
Herausgegeben unter Mitwirkung von Aerzten, Praktikern und geheilten Kranken.

Nr. 10.

27. Jahrgang der deutschen Ausgabe.

Oktober 1917.

Inhalt: Die leibliche und seelische Hygiene entsprechen einem Naturgesetz (Fortsetzung). — Der Krieg und das Kind. — Hippokrates über die ärztliche Kunst und die Ärzte. — Obstikuren, und bei welchen Krankheiten sind dieselben anzuwenden? — Warum soll man den Hals frei tragen? — Korrespondenzen und Heilungen: Entzündung des Ellbogengelenks; Entzündung der Brustdrüse; chronische Darmentzündung; Geschwür an der Zunge. — Verschiedenes: Der beste Weg alt zu werden. — Zurück zu der einfachen Lebensweise.



Die leibliche und seelische Hygiene entsprechen einem Naturgesetz.

Von Dr. Imfeld.

Mens sana in corpore sano.
(Fortsetzung.)

3. Die Keuschheit.

Die Keuschheit, d. h. die Sittsamkeit in sexueller Beziehung ist eine von einem Naturgesetz gebotene Tugend. Die Zügelung des Geschlechtstriebes und die Mäßigung in seiner mit so tief eingreifenden physischen und psychischen Empfindungen und Erregungen verbundenen Befriedigung ist nicht nur gut und vorteilhaft, sondern selbst, zur Erhaltung der Kräfte und der leiblichen und geistigen Gesundheit, unumgänglich notwendig. Die Erfahrung lehrt uns ja, daß man, bei Beherrschung der Sinnlichkeit und bei weiser Regelung des sexuellen Lebens, seine Existenz, bei voller körperlicher und geistiger Kraft, verlängern kann.

Die Ausschweifung ist schädlich; die absolute Enthaltbarkeit aber auch. Nur der goldene Mittelweg ist, beim gesunden Menschen, das Richtige.

Die Natur verbietet die Ausschweifung, weil sie, sowohl für die materielle wie für die moralische Existenz, die Ursache von unzähligen Uebeln ist. Wer sich diesem Laster hingibt, entnervt und schwächt sich; seine geistigen und körperlichen Arbeiten werden ihm zur Last; er ergibt sich dem Müßiggang und der Verschwendung, welche seine Existenzmittel beeinträchtigen, ihn in der öffentlichen Achtung heruntersetzen und seinem Kredit schaden. Er verwickelt sich in Verlegenheiten, Sorgen und Mißhelligkeiten jeder Art; oft setzt er sogar sein Leben den größten Gefahren aus. Er wird das Opfer schwerer und langdauernder Krankheiten, die sein Blut vergiften und seine Kräfte herunterbringen; die Erschöpfung und Erschlaffung des Nervenlebens führen ihn zum Stumpfsinn, und schließlich fällt er einem vorzeitigen und siechen Alter anheim.

Ihrerseits aber ist für den gesunden Menschen die absolute Enthaltung keine Tugend, sondern vielmehr eine Sünde gegen die Natur, weil sie dem Zweck derselben entgegenesetzt ist.

Die absolute Keuschheit ist weder dem Individuum noch der Gesellschaft nützlich, ja, im Gegenteil schädlich. Zunächst schadet sie der Menschheit indem sie dieselbe eines wichtigen

Faktors ihres Reichthums und ihrer Macht be-
raubt, nämlich ihrer weiteren Fortpflanzung;
überdies ist die Selbstsucht der Junggesellen,
welche, mit wenigen Ausnahmen, nur für das
Wohl ihrer eigenen Existenz besorgt sind, den
allgemeinen Interessen der Gesellschaft entgegen-
gesetzt.

In zweiter Linie aber schadet die absolute
sexuelle Abstinenz den Individuen, die in der-
selben leben, zunächst dadurch, daß dieselben
der Beziehungen und Zuneigungen entbehren,
welche die Quelle der häuslichen und gesell-
schaftlichen Tugenden sind. Ueberdies kann
die absolute Enthaltbarkeit, unter gewissen Um-
ständen des Alters, der Lebensweise und des
Temperaments, der Gesundheit schaden und zur
Ursache von ernstlichen Krankheiten werden, denn
sie ist die Verneinung des Naturgesetzes, auf
welchem die Reproduktion der Menschen beruht.
Diejenigen, welche das Leben in strenger Keusch-
heit über die Maßen loben und als Tugend
preisen, befinden sich im Widerspruch mit der
Mahnung, welche, mit dem Naturgesetz über-
einstimmend, sagt: „Wachset und mehret
Euch!“

Also, weder Zügellosigkeit noch absolute Ent-
haltbarkeit. Die wahre, die einzige Lösung des
Problems liegt in der Liebe, welche den Mann
und das Weib in der Ehe zusammenführt und
die den Zweck verfolgt, das Gebot: „Wachset
und mehret Euch!“ zur Tat werden zu lassen.
Das Kind muß die Frucht sein der durch eine
legitime Liebe geweihten Verbindung des Mannes
und des Weibes.

Beim Weibe gilt, aus vielen schwerwiegenden
Gründen, die Keuschheit als eine noch größere
und noch viel notwendigere Tugend als beim
Manne.

In der That ist beim Weibe die Unkeuschheit,
sowohl für sie, als auch für die menschliche
Gesellschaft, mit noch viel größeren und bedenk-

licheren Uebelständen verbunden als beim Manne.
Ohne die moralischen Uebelstände und die Krank-
heiten in Betracht ziehen zu wollen, welchen
das Weib ebenso sehr ausgesetzt ist wie der Mann,
so ist bei der Jungfrau der Verlust ihrer Un-
beflecktheit von der größten Tragweite, denn
dieser Verlust hat in der Regel eine Aenderung
des physischen und moralischen Temperaments
zur Folge und bedingt sehr oft ein Hindernis
zur Verheiratung.

Aber die allerbedenklichste Folge der Unsit-
tlichkeit beim Weibe ist die Gefahr Mutter zu
werden, der es sich aussetzt. Wenn eine Jung-
frau, ein lediges Weib, oder eine Witwe, in
außerehelichem Zustand, Mutter wird, so führt
diese gesetzwidrige Lage zu einer Quelle von
Schande und öffentlicher Verachtung, was das
ganze Leben mit Sorge und Bitterkeit erfüllt
und jede ernstliche Versorgung und gesellschaf-
tliche Stellung unmöglich machen kann. Ueber-
dies kann der Mutter noch die Bürde der Er-
nährung und der Erziehung des vaterlosen
Kindes zu Teil werden. Unter Umständen wird
sie, wegen Mittellosigkeit oder anderweitigen
Umständen, dieser Pflicht nicht oder nur unter
schweren Opfern genügen können; sie wird das
notwendigste entbehren müssen und dem Elend
anheimfallen; ihre armselige Existenz, sowie die
ihres Kindes, werden dadurch zu einem Kreuz-
weg voller leiblicher und seelischer Sorgen und
Qualen.

Die Gefahren, welcher sich die Frau aussetzt,
die infolge eines ehebrecherischen Verhältnisses
Mutter wird, sind übrigens von einer noch viel
größeren Tragweite. Selbst in den Fällen, in
welchen es ihr gelingt dem Gatten gegenüber
den Schein der Treue zu bewahren und die
Frucht des Ehebruchs als eine legitime aner-
kennen zu lassen, so wird dennoch dieses Kind,
dessen Vater nicht ihr Gatte ist, für die Mutter
eine fortwährende Ursache von Unruhe und

banger Sorge sein, denn sie wird stets unter der Furcht leben möglicherweise sich selbst zu verraten, oder es sonstwie erleben zu müssen, daß einmal, unerwartet, die Wahrheit an den Tag kommen könnte. Uebrigens kann das Kind, nach dem Ableben des auf Grund des Betruges gesetzlich anerkannten Vaters, zum unrechtmäßigen Erben eines Theiles oder des ganzen Nachlasses desselben werden. Nur in Ausnahmefällen bleibt aber der Ehebruch ein Geheimnis. Gewöhnlich kommt dasselbe an den Tag und wird das ehebrecherische Weib für ihren Fehler zur Verantwortung gezogen. Sie wird die schrecklichen Folgen desselben tragen müssen, sie wird unglücklich sein; Tag und Nacht, und bis zu ihrem Tode, wird sie gepeinigt sein durch die in ihrem Gewissen und in ihrer Seele nagenden Vorwürfe der bitteren Reue. Ueberdies werden aber noch oft das Unglück und das Herzeleid auch das Leben des armen und unschuldigen Kindes der Sünde verbittern.

Von den Weibern, die sich verkaufen und von der Prostitution leben, haben wir hier kaum zu sprechen. Wir wissen ja übrigens, daß dieselben, selbst dann, wenn sie durch ihre erniedrigende Profession zu großem Reichtum und zu einer glänzenden Stellung in der Welt der Galanterie gelangen, schließlich doch in Armut und Elend fallen und einem traurigen Ende entgegen gehen. — Das sei aber doch betont, daß diese Krämerinnen der Liebe, aus vielen hier nicht weiter zu nennenden Gründen, den Männern noch gefährlicher sind als sich selbst.

Das Naturgesetz mahnt uns sogar vor den bloßen unsittlichen Gedanken und Begierden uns in Acht zu nehmen, denn dieselben entflammen die Sinne und führen zur verbotenen That. Das ist um so gefährlicher, weil, infolge eines andern, in unserem körperlichen Organismus sich geltend machenden Naturgesetzes, diese Handlungen zu einem Bedürfnis werden, welches

zu bestimmten Zeiten befriedigt zu werden verlangt, gerade so wie irgend eine andere physiologische Funktion. Der durch gar zu oft wiederholte Befriedigung des sexuellen Bedürfnisses erlittene Kräfteverlust wird aber der Gesundheit schaden, ja selbst das Leben gefährden. Das ist der Grund, warum unreine Gedanken und Begierden fern gehalten werden müssen.

Die geschlechtliche Sittsamkeit ist eine erhabene Tugend, denn sie läßt uns Scham und Ekel empfinden vor jeder unmoralischen Handlung. Sie erhält die Reinheit und die Ruhe der Seele. Durch sie wird der Leib gesund und stark bleiben wie ein kräftiger Baum im Walde. Durch sie werden die Anmut und die liebliche Schönheit und Frische der Jugend am längsten beibehalten.

Der Glanz dieser Tugend wird sich in der ganzen Person, die sie besitzt, widerspiegeln, und zwar in ihrer korrekten und unschuldigen Haltung. Das sittsame Weib ist geachtet, gesucht und genießt die Vorteile die ihr eine glückliche und nützliche Existenz ermöglichen. Verheiratet wird es eine tugendhafte Gattin sein und eine musterhafte und liebende Mutter; Witwe oder unverheiratet wird sie von aller Welt, sei es in der Familie, sei es in einem unabhängigen Beruf, geehrt und hochgeschätzt. Es wird ein glückliches Leben führen, und sowohl sich selbst als seinem Nächsten nützlich sein können. — Das unsittliche Weib hingegen wird, im Gegenteil, von allen verachtet und verstoßen werden. Die Schmach und das schwarze Elend werden die letzten Gefährten seiner Existenz sein. —

(Fortsetzung folgt.)

