

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

**Herausgeber:** Sauter'sches Institut Genf

**Band:** 28 (1918)

**Heft:** 7

**Rubrik:** Das Geheimnis alt zu werden und im Alter das Leben zu verlängern

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **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. [Voir Informations légales.](#)

### **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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 21.12.2024

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

Aber nicht der Nutzen, den das Tier uns gewährt, noch die Freude, die wir an ihm empfinden, oder die Freundschaft, die uns mit einzelnen verbündet, ist es, was uns seine Schonung zur Pflicht macht; sondern jene innere Stimme der Mitfreude und des Mitleidens; sie erhebt den Tierschutz weit hinaus über die niedere Stufe des Nutzens zu der Höhe sittlicher Weltanschauung.

Wir fühlen es deutlich in uns, daß alles Unrecht gegen das Tier, auch wenn wir uns davon Nutzen versprechen, weit überwogen wird von der Schuld, deren uns ob solcher Sünde unser Gewissen zeihet.

Das ist seit je der Standpunkt edlerer Völker und Menschen gewesen: So haben sie gefühlt, gedacht, gehandelt. Der Tierschützer tritt in eine erlauchte Gemeinde aller Völker und Zeiten ein.

Und seine Aufgabe steht ihm klar vor Augen; einmal zur Erkenntnis gekommen, die der Jüder mit dem Worte ausdrückt: „Das bist Du!“ (tat twan asi), kann er sich ihr nicht entziehen, ohne seine Würde als Mensch einzubüßen, denn Würde, das heißt Menschlichkeit.

„Wie ich bin, so sind diese Wesen,

Wie diese, so bin ich.

Sich selbst in anderen erkennend.

Töte man nicht, noch bereite man Qual.“

Sutta Nipāta.



## Das Geheimnis alt zu werden und im Alter das Leben zu verlängern.

(Aus dem französischen übersetzt.)



Aus einem sehr beachtenswerten Buch von Dr. Boigeny entnehmen wir die folgenden Gedanken und Grundsätze.

Zu allen Zeiten waren die Menschen dafür besorgt, ihr Leben zu verlängern. Der König David riet den Greisen sich mit gesunden und

fröhlichen jungen Leuten zu umgeben. Man erzählt, daß ein gewisser Dermippus, der in Rom eine Töchterschule dirigierte, bis zum 118. Jahre lebte, weil der Anblick der heiteren Jugend ihn in hohem Maße erfreute und bei gesundem und frohem Mut hielt. Im Mittelalter wandte man gewisse Zaubertränke an, um durch dieselben sich ein längeres Leben zu sichern. Selbst der weise Roger Bacon rühmte zu diesem Zwecke die Wirksamkeit des Goldes, der Perlen, des Bernsteines und des Bezoarsteines. Die strenge Beobachterin seiner weisen Gesundheitsvorschriften, die Gräfin Desmont starb erst im Alter von 140 Jahren; ihre Zähne sollen sich drei oder vier mal neugebildet haben und ihr Haar zum zweiten Mal. Es scheint aber, daß dem Papst Nikolaus dem vierten, derselbe Zaubertrank, der die Gräfin so jung und bei so langem Leben erhielt, nicht gut bekam, und daß er daraus keinen Vorteil hatte ziehen können. Wer hat denn nicht vom Stein der Unsterblichkeit und vom vegetabilischen Schwefel sprechen gehört oder gelesen?

Im Mittelalter glaubte man an die Sternkunde. Man sagte, daß die Sterne einen unmittelbaren und ununterbrochenen Einfluß auf das Leben der Menschen haben. Ja, nach dem Stand der Sterne am Tage, an der Stunde und der Minute der Geburt eines Menschen, konnte der kundige Sterndeuter die verschiedenen Ereignisse seines Lebens und seines Todes voraussagen. Man weiß, daß in den Universitäten die Sternkunde gleichzeitig mit Kabbala und der Geomantie<sup>1)</sup> gelehrt wurde. Unter der Form von Medaillen, oder von Ringen, sind zu allen Zeiten Talismane und Amuletten als sichere Schutzmittel gegen Gefahren und Unglück

<sup>1)</sup> Aus Geo = Erde und Mantela = Wahrsagekunst = die darin bestand, daß man Erde oder Staub auf einen Tisch warf und aus der daraus sich bildenden Figur die Zukunft wahr sagte. (Redakt.)

jeder Art, und namentlich gegen den bösen Blick, in Ehren gehalten worden.

Um das Leben zu verlängern und um wieder jung zu werden ließen im 17. Jahrhundert die alten Leute die Transfusion von jungem Blut an sich vornehmen. Diese Methode war schon bei den Aegyptern, den Hebräern und den Griechen angewandt worden. Mit dem Blute eines schwarzen Lammes verjüngte Medea den Jason. Im Jahre 1667 heilte der Arzt Dengs einen jungen Mann von einer schweren Fieberkrankheit durch die Transfusion von 270 Gramm Blut das einem jungen Lamm entnommen worden war. In Italien wurde, nach Frascati und Manfredi, diese Heilmethode gewohnheitsmäßig angewandt, währenddem in Frankreich dieselbe durch ein Gesetz des Parlaments, in Folge von sehr schlimmen Zufällen, verboten wurde.

Im 18. Jahrhundert nahmen die Charlatane immer mehr zu. Nennen wir z. B. Saint Germain, der aus Santal, Senneblättern und Fenchel seinen Lebenstee zusammengesetzt hatte. Cagliostro war ein Magnetiseur, ein Zauberer und ein berühmter Abenteuerer. In Folge seiner Mitbeteiligung an der Affäre des Halsbandes der Königin, sowie in Folge seiner Freundschaft mit dem Cardinal Rohan, ist sein Name unter den berühmtesten dieses so trüben Jahrhunderts geblieben. Auch Mesmer hat die Berühmtheit erlangt. Er glaubte sich der größte Magnetiseur der Welt. Aber Franklin nahm es auf sich seiner schamlosen Ausbeutung der allzugläubigen Welt ein Ende zu machen.

Herr Boigen behauptet daß es die Bestimmung des Menschen sei, zweihundert Jahre lang zu leben und daß demnach alle Todesfälle entweder durch Unfälle verschuldet oder vorzeitig seien. Es unterliegt freilich keinem Zweifel, daß das moderne Leben mit all seiner Unruhe, seiner Hastlosigkeit, seinen Anforderungen und seinem

Luxus einen großen Einfluß hat auf die Verkürzung des Lebens. Davon abgesehen, essen wir nicht nur zu viel, sondern wir ernähren uns auch mit gefälschten und künstlich zubereiteten, an und für sich schädlichen Nahrungsmitteln, worunter unsere Gesundheit sehr zu leiden hat. Bei den alten Römern betrug der Lebensdurchschnitt nicht mehr als 30 Jahre. Im 14. Jahrhundert war er in Paris nicht über 17 Jahre, im 18. Jahrhundert stieg er auf 32 Jahre. Aus diesen Zahlen geht doch hervor, daß die Hygiene und die öffentliche Gesundheit Fortschritte gemacht haben.

Das Geheimniß ein hohes Alter zu erreichen, liegt nicht in der Anwendung von angeblichen Sternsalzen, oder der Goldtinkturen, oder der magnetischen Betten. Das Geheimniß ist zunächst in der Erbschaft der Gesundheit, d. h. in der Abstammung von gesunden Eltern, zu finden, dann in einem hygienisch wohlgeordneten einfachen Leben. Eine ruhige Seelenstimmung, ein fröhliches Temperament, die Vermeidung von nervöser Ueberempfindlichkeit, ein guter Magen, ein gesundes Herz und eine breite Brust sind die besten Talismane eines langen Lebens. Dazu ist noch notwendig daß Leber, Nieren und die Schweißdrüsen regelmäßig funktionieren und daß man sich einer guten und widerstandsfähigen Konstitution erfreue.

Wir haben schon betont, daß das Leben in den Großstädten den Menschen nicht zuträglich sei, denn die Luft, die man in denselben einatmet, ist unrein, sie vergiftet das Blut und macht das Gehirn und den Körper blutarm. Trotzdem wollen wir aber nicht die Ansicht von J. J. Rousseau teilen, der behauptet hat, der Mensch sei das Tier, welches am wenigsten geeignet sei in Gesellschaft zu leben.

Boigen gibt uns einen ausgezeichneten Rat, indem er uns empfiehlt nicht nur in unsere geistigen Arbeiten Abwechslung zu bringen,

sondern auch unsere sonstigen täglichen Arbeiten mit anderweitigen praktischen Beschäftigungen und angenehmen Zerstreuungen abzuwechseln. Da Aufregung und heftige Gemütsempfindungen einen störenden Einfluß auf die Atmung und die Verdauung haben, so sollen wir alle traurigen Gedanken, alle bösen Leidenschaften und alle unnützen Sorgen und Befürchtungen vermeiden. Der Gedanke an den Tod z. B. und die Angst vor demselben, bringt viele Menschen ums Leben. Das Ende unseres Lebens müssen wir, ohne Traurigkeit, als eine unvermeidliche Sache betrachten, als einen Schlaf, nur viel länger und auch viel tiefer als der gewöhnliche Schlaf.

Aber weit davon entfernt der Gleichgültigkeit und der Entmutigung das Wort zu sprechen, rät Boigen zur Tätigkeit, zur Arbeit, zur Willenskraft und zum Verlangen sich zu unterrichten und den Kampf mit dem Leben zu kämpfen. Eigentümlich ist es z. B., daß viele große Künstler ein sehr langes Leben gehabt haben. So starb Michel Angelos in seinem 89. Lebensjahr, Van Dyck im 78., Corot im 79., Greuze im 80., Mattier im 81. und Largillière<sup>1)</sup> im 90. — Viele große Meister in der Musikkunst haben auch ein langes Leben gehabt. Die Höchsten und Mächtigsten dieser Welt sind es aber nicht denen ein langes Leben zugesichert ist. Unter 84 Königen und Kaisern von Frankreich hatt Ludwig XIV. der im 77. Lebensjahr starb, das höchste Alter erreicht<sup>2)</sup>. Die Philosophen, die Mitglieder der französischen Akademie, der Akademie der Künste und der Akademie der Wissenschaften in Paris, erreichen meistens ein achtungs-

volles Alter, dessen Durchschnitt sich auf 67 bis 70 Jahre berechnet.

Um zufrieden und lange zu leben, müssen wir uns darüber Rechenschaft geben, daß unser Lebensglück in uns selbst zu suchen ist und nicht in den äußeren Dingen, wie z. B. im Reichthum, im Adel der Geburt, in den Ehren, cc. Das Glück des Tages genießen ohne sich ängstlich um den morgigen Tag zu sorgen, seiner täglichen Lebensaufgabe genügen, das ist eine weise Lebensregel. Sich eines ruhigen Gleichmuts befleißigen, fröhlich und gut sein, unbesorgt das Leben lieben, ohne sich vor dem Alter noch vor dem Tod zu fürchten, das sind die besten Mittel um die Existenz zu verlängern.

Der große Sophocles war schon mehr als 100 Jahre alt als er den „Oedipus auf Colone“ schrieb. Der griechische Philosoph Theophrastus schrieb seine „Karikaturen“ in seinem 99. Jahr, Buffon in seinem 88. Jahr seine „Epochen der Natur“.

Alte Leute sollen in Bezug auf ihre Ernährung eine große Mäßigkeit beobachten; ein Glas guten alten Weines (Rotwein vorzuziehen), sei ihnen zu den Mahlzeiten vergönnt, aber nicht außer denselben. Sie sollen ein sehr regelmässiges Leben führen, bei welchem leichte Beschäftigung mit angenehmen Zerstreuungen, namentlich durch Genuß der Natur, abzuwechseln haben. Kinder und junge Leute sollen vorzüglich an ihrer Gesellschaft teilnehmen, nicht nur ältere und namentlich nicht kränkliche und griesgrämige Leute.

Hufeland, der große Weise, hat mit vollem Recht gesagt, daß Mäßigkeit in allen Dingen die größte Gewähr biete für ein langes Leben. Gleichmäßige Gesundheit, mittelmässiges Vermögen, Ruhe und Gleichmäßigkeit im Temperament, gute Konstitution, Willen zur Tätigkeit, durchschnittliche Intelligenz und gesundes Lebensregime, das muß man besitzen, oder es sich

<sup>1)</sup> Sämtliche vier berühmte französische Maler. (Redaktion.)

<sup>2)</sup> Dem wäre doch zu entgegen, daß Kaiser Franz Joseph in seinem 87. Jahre starb, der letzte gestorbene König von Bayern sehr alt war, die Päpste Pius XI. und Pius X. ebenfalls, und daß Papst Leo XIII. in seinem 93. Jahre starb. (Red.)

aneignen, um das Leben zu verlängern. Es gibt vielleicht Leute, die sich nicht geschmeichelt fühlen würden, wenn sie die Verlängerung ihres Lebens einer bescheidenen Intelligenz zuschrieben hätten. Unter dieser Bedingung wären die großen Geister zu bedauern. Aber sind sie denn so zahlreich, die großen Geister? Wären sie nicht eine Ausnahme, wäre ihre Zahl nicht eine sehr beschränkte, dann würden sie von gewöhnlichen Sterblichen kaum als solche anerkannt werden.

## Korrespondenzen und Heilungen.

Berlin, 1. Mai 1918.

Herrn Dr. Imfeld,

Arzt des Sauter'schen homöopathischen Institutes  
in Genf.

Sehr verehrter Herr Doktor!

Die Mittel, welche Sie am 1. März meiner Mutter zur Behandlung ihres **Herz-, Knie-, Gelenk-, Leber- und Magenleidens** angeraten haben, sind wirklich von einer ausgezeichneten Wirkung gewesen. Meine Mutter war so sehr am Magen krank, daß man Magengeschwür, oder gar Magenkrebs befürchtete. Sie verordneten Angioitique 1, Febrifuge 1, Lymphatique 5 und Organique 1 in dritter Verdünnung zu nehmen, morgens und abends je 3 Korn Nerveux trocken, zum Essen (nur flüssige Nahrung) je 2 Korn Lymphatique 1 zu nehmen; außerdem empfahlen Sie einmal täglich die Magen- und Lebergegend mit gelber Salbe einzureiben.

Die Besserung begann kurze Zeit nach Beginn der Kur, und in wenigen Wochen war meine Mutter von ihrem Magenleiden so gut wie geheilt.

Nun muß ich Ihnen aber etwas berichten was Sie gewiß sehr in Erstaunen setzen wird. Kaum daß meine Mutter, durch die von Ihnen verordnete Kur besser wurde, da stürzte sie am

28. März, d. h. vor 5 Wochen, so unglücklich über eine Leiter, die auf sie fiel, daß meine Mutter, 77 Jahre alt, einen **Oberschenkelbruch** davon bekommen hatte. Erst am 3. Tage nach dem Unfall konnte der Chirurg meiner Mutter einen definitiven Verband anlegen und sie im Streckbett zurecht legen.

Da die Kniee meiner Mutter, in Folge langjähriger Arthritis sehr geschwollen und verknoorpelt waren (sie konnte nur sehr schlecht und unter großen Schmerzen gehen), so hatte sie im Streckbett furchtbare Schmerzen. Ich ließ sie nicht ins Krankenhaus bringen, sondern pflegte sie zu Hause allein und zwar ausschließlich mit den Sauter'schen Mitteln.

Um einer von den Ärzten voraussichtlich erwarteten Lungenentzündung vorzubeugen, gab ich meiner Mutter zur Beförderung des Stuhlganges täglich 2 Stuhlzäpfchen mit Lymphatique und wusch sie mehrmals täglich ganz mit einer Lösung von Nerveux, Febrifuge 1, Angioitique 1, Organique 1 und Lymphatique 5; rieb die Herzgegend mit weißer Salbe ein, die Leber-, Magen- und Milzgegend mit gelber Salbe, gab ihr überdies die am 1. März gegen Magen-, Herz- und Knieleiden von Ihnen verordneten Mittel weiter, dazu noch Nerveux morgens und abends und Lymphatique 1 nach jeder Mahlzeit. Folgendes war das Resultat:

Die beiden Ärzte, welche meine Mutter behandelten, erklärten ihren Zustand für erst **außerordentlich** gut, wie „bei einem jungen Menschen“. Nach drei Wochen konnte das Bein ohne jeden Verband gelassen werden. Und von diesem Zeitpunkt an massierte ich sanft und begann nach fortwährendem Waschen mit den schon angegebenen Mitteln und Einreiben mit weißer und auch roter Salbe — das Bein zu bewegen. Abends bekommt die Mutter Heißluftbäder, täglich eine Stunde lang, nach diesen massierte ich das Bein. — Am Tage nach der Auspackung des Beines sagte unser Hausarzt: „Der Zustand Ihrer Frau Mutter ist tadellos. Das Herz ist besser geworden und die Geschwulst an der Leber finde ich nicht mehr; es geht Ihrer Mutter so gut wie einem jungen Menschen.“ Gestern kam auch der Chirurg, sah die Mutter an, stellte sie auf die Füße und ließ sie drei und nochmals drei Schritte gehen — natürlich von ihm gestützt, und sagte: „Ganz erstaunlich, allem Anschein nach alles tadellos geheilt; kaum eine kleine Verkürzung von zirka 2 Zentimeter wird zurück bleiben und diese mit der Zeit sich auch