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

Herausgeber: Sauter'sches Institut Genf

Band: 27 (1917)

Heft: 11

Artikel: Die leibliche und seelische Hygiene entsprechen einem Naturgesetz [Fortsetzung]

Autor: Imfeld

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1037942

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: 09.07.2025

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

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

Herausgegeben unter Mitwirkung von Aerzten, Praktikern und geheilten Kranken.

Nr. 11. 27. Jahrgang der deutschen Ausgabe. November 1917.

Inhalt: Die leibliche und seelische Hygiene entsprechen einem Naturgesetz (Fortsetzung). — Der Krieg und das Kind (Fortsetzung und Schluß). — Hippokrates über die ärztliche Kunst und die Aerzte (Fortsetzung und Schluß). — Zum Barfußgehen. — Heißer Kaffee. — Korrespondenzen und Heilungen: Fallsucht; Neurasthenie; Krampfadergeschwüre; Luftröhrenentzündung. — Verschiedenes: Geruch und Verdauung. — Wo leben die meisten Hundertjährigen?

Die leibliche und seelische Hygiene entsprechen einem Naturgesetz.

Von Dr. Imfeld.

Mens sana in corpore sano.

(Fortsetzung)

4. Der Mut (Virtus).

Der Mut ist hier im Sinne des Wortes Virtus der alten Römer zu nehmen, was so viel bedeutet als Männlichkeit, seelische und körperliche Kraft, Energie und Lebensmut.

In diesem Sinne aufgefaßt ist der Mut eine von der Natur gebotene Tugend, und zwar eine sehr hochstehende, denn die seelische und körperliche Kraft ist ein wirksames und unumgänglich notwendiges Mittel zu unserer Selbsterhaltung und zu unserem Wohlleben. Der mutige und starke Mann, im Besitze seiner vollen körperlichen und seelischen Kraft, im Besitze eines starken ungebrochenen Willens, erleidet keinen Widerstand, er empört sich gegen jede Ungerechtigkeit, er verteidigt sein Leben, eine Freiheit und sein Eigentum und, wenn notwendig, das Eigentum, das Leben seines Nächsten und die Freiheit seines Vaterlandes. Er beschützt den Schwachen, er ist die Stütze des Wehrlosen. Durch seine physische und moralische Kraft, durch seinen starken Willen zur Arbeit, verschafft er sich und seiner Familie eine unbesorgte Existenz und genießt sie in ruhigem Seelenfrieden. Wird er aber von einem Unglück heimgesucht, das er nicht selbst verschuldet hat und trotz seiner Vorsicht und seiner Klugheit nicht von sich hat abwehren können, dann erträgt er dasselbe mutig und ergeben, ohne von diesem Schicksalsschlag sich niederbeugen zu lassen, sondern, im Gegenteil bereit, durch seine Energie und seine Kraft den erlittenen Schaden wieder gut zu machen. Das ist der Grund warum die alten Lehrer der Moral die Kraft und den Mut zu den hervorragendsten Tugenden rechneten.

Der Gegensatz des Mutes ist die moralische Schwäche, welche sehr oft mit der Feigheit Hand in Hand geht. Sind wir berechtigt die Schwäche und die Feigheit als Laster anzusehen? Darüber ließe sich streiten. Wenn die moralische Schwäche die Folge der körperlichen Schwäche ist, könnte man sie wohl kaum als Laster kennzeichnen; das wäre nur dann der Fall wenn sie unabhängig wäre von einer physischen

Schwäche oder von einer Geisteskrankheit. Die Feigheit wäre noch eher als die Schwäche ein Laster; aber auch hier ist nicht ausgeschlossen, daß die Schwäche des Körpers und des Geistes dieselbe entschuldigen können.

Die moralische Schwäche, d. h. der Mangel an Energie, Willenskraft, Entschlußfähigkeit und Initiative, sowie die Feigheit sind im Grunde keine Laster, sondern vielmehr Gebrechen, oft sogar ein Unglück, sie sind in allen Fällen was die Alten als eine unheilbringende Fatalität bezeichneten.

Die Schwäche und die Feigheit sind die Quellen unzähliger Uebel. Der schwache, und noch mehr der feige Mann, lebt unter beständigen Sorgen, unter fortwährender Furcht und Angst; er ist unfähig den Kampf für seine Existenz zu kämpfen und seine materiellen und moralischen Interessen zu wahren. Durch die, meistens unbegründete, Furcht vor Angriffen und Gefahren untergräbt er seine Gesundheit; diese Furcht ist ein Uebel das nie zum Heile gereichen kann, sie macht den feigen Mann zum Sklaven eines Jeden der seine Gewalt über ihn ausüben und ihn unterdrücken will. Durch seine Unterwürfigkeit, die alle seine Abwehrmittel lahm legt, verliert er die zu seiner Existenz notwendige Selbständigkeit und macht sich vom Willen und von den Launen aller Welt abhängig.

Wir haben schon betont, daß die moralische Schwäche und die Feigheit die Folge der physischen Konstitution und des individuellen Temperaments sein können. Das Gleiche gilt auch vom Mut und der moralischen Kraft, die, wie wir übrigens schon angedeutet haben, bis zu einem gewissen Grad, von der Gesundheit und der physischen Kraft abhängen können. Das ersehen wir übrigens schon daraus, daß Mut und moralische Kraft, Feigheit und moralische Schwäche sich oft durch das Blut von Generation zu Generation forterben. So ist es auch tatsächlich festgestellt, daß selbst bei Tieren gewisse physische und moralische Eigenschaften sich bei allen Individuum derselben Rasse vorfinden.

Wenn nun aber die moralische Schwäche und die moralische Kraft zum guten Teil von der individuellen Konstitution und dem individuellen Temperament abhängen, welche ihrerseits von der Nahrung beeinflußt werden, so frägt es sich schließlich ob es nicht in unserer Macht steht durch unsern Willen einerseits die Schwäche zu bekämpfen, anderseits den Mut uns anzueignen?'

Wenn das nicht der Fall wäre, dann wäre ja die moralische Kraft keine Tugend; sie ist eben deshalb eine Tugend weil es von unserem Willen abhängt dieselbe zu erlangen.

Zunächst geben die Erziehung und der Unterricht uns die Mittel an die Hand die moralische Kraft zu erstreben und sie uns zu eigen zu machen; dann aber ist es Sache unseres Willens und unserer Energie, die moralische Schwäche, ja soviel als nur immer möglich auch die physische, zu bekämpfen, und deshalb ist der Mut, d. h. die moralische Kraft, eine Tugend.

(Fortsetzung folgt.)

Der Krieg und das Kind.

Von Dr. med. **Löhmann.**

(Fortsetzung und Schluß.)

Die gegenwärtige Kriegszeit gibt diesem Empfinden des Kindes ja überreichliche Nahrung, und unverständige Erwachsene tragen nicht selten, durch törichtes und unüberlegtes Reden in Gegenwart der Kinder, noch kräftig dazu bei. In erster Linie wird es naturgemäß die Furcht vor der feindlichen Soldateska, vor Mord, Brand und Plünderung sein, die das Kind erregt,