

**Zeitschrift:** Annalen der Elektro-Homöopathie und Gesundheitspflege :  
Monatsschrift des elektro-homöopathischen Instituts in Genf

**Herausgeber:** Elektro-Homöopathisches Institut Genf

**Band:** 6 (1896)

**Heft:** 7

  

**Artikel:** Gesichtsmassage [Schluss]

**Autor:** Richter, Ottomar

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1038457>

### **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:** 21.02.2026

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

# Annalen der Elektro-Homöopathie

und Gesundheitspflege

Monatsschrift des elektro-homöopathischen Instituts in Genf

herausgegeben

unter Mitwirkung von Ärzten, Praktikern und geheilten Kranken.

Nr. 7.

6. Jahrgang.

Juli 1896.

**Inhalt :** Gesichtsmassage. — Ueber die Methoden der Ernährung. — Korrespondenzen und Heilungen : Leisten-drüsenentzündung ; Gebärmutterpolypen ; Karbunkel ; Rheumatismen am Halse und am Kopfe ; Augenentzündung mit Thränenfluß ; Blutarmuth in Folge von Würmern ; Zahnfleischgeschwulst ; Knieeschmerz ; Rheumatismus ; hochgradiger Schnupfen ; Harnverhaltung ; Skorbut ; Neuralgie ; Taubheit und Ohrensausen ; geheilte Lungen-schwindsucht. — Verschiedenes : Einfluß des Brodes auf die Zähne ; über Diphtheritisserum ; Villa Paracelsia.

## Gesichtsmassage.

Von Ottomar Richter, Berlin, Kirchbachstraße 6.  
(Schluß.)

Bei der Handmassage wirkt der Magnetismus des Massirenden mit und oft nicht gerade zum Vorteil des zu Massirenden; außerdem können die Vorteile und Annehmlichkeiten der Massage erst allen Kreisen zu gute kommen, wenn jeder sich selbst zu massiren in der Lage ist. Ohne daß deshalb die Handmassage durch dazu geeignete Personen verworfen werden könnte, empfiehlt sich doch aus diesen und andern Gründen die Benutzung eines geeigneten Apparates. Am zweckmäßigsten ist der seit Jahrhunderten bei den Japanern gebrauchte, bei uns in verbesserter Form eingeführte und gesetzlich vor Nachahmung geschützte japanische Massage-Apparat: ein Kugelgelenk aus hartem Holze. In dem Kugelgelenk, das zugleich als Handgriff dient, bewegt sich eine glatte oder gerippte Kugel frei nach allen Seiten und gestattet, jeden Körperteil zu berollen, zu durchkneten, zu drücken u. s. w. Der Apparat in dieser verbesserten Form ist von Sachverständigen in Zeitungen aller Art sehr anerkennend beurteilt worden; Tausende von Exemplaren befinden sich bereits in den Händen des

Publikums und erfreuen sich großer Beliebtheit. — Nach derselben Idee ist ein kleinerer Apparat und in jüngster Zeit ein besonders praktischer Apparat (letzterer führt die Bezeichnung Aphrodite) konstruiert worden für — Gesichtsmassage. Der Apparat für Körpermassage und der für Gesichtsmassage stehen in einem ähnlichen Verhältnisse zu einander wie die Sternmittel zu den kosmetischen Sternpräparaten und da alles ineinander greifen, eins durchs andere gedeihen und reifen soll, so ist begreiflich, daß die Benutzung beider Apparate dem Organismus ungleich mehr Vorteile bringen wird, wie wenn man bloß einen von beiden verwendet; aber es steht fest, daß der eine wie der andere, jeder für sich allein angewandt, zu größerer Gesundung und größerer Vervollkommenung des Menschen beiträgt, zu einer Reformation gleichsam an Haupt und Gliedern. Natürlich wie die Sternmittel ohne Massage, so kann man die Massage und also die Massage-Apparate auch ohne die Sternmittel benutzen und Erfolge erzielen; aber ungleich größer ist der Gewinn, wenn Massage und die Anwendung der Sternmittel verbunden wird.

Damit haben wir das Geschütz aufgeföhren, das leichte und das schwere, welches gegen die

Schönheitsmängel und Fehler ins Treffen zu führen ist. Manches von Bedeutung ist allerdings nur sehr oberflächlich berührt worden, wie z. B. in Satz 1. die Beeinflussung des Denkens, Fühlens und Wollens, die Zucht, bezw. die Selbstzucht. Dazu möge hier noch die Bemerkung nachgetragen werden: Es ist bekannt, daß die Leidenschaften Gemüth, Gesundheit und Schönheit untergraben und zerstören. Ähnlich aber verhält sich's mit allen sittlichen Schwächen und Gebrechen. Sie abzulegen und so seinen Charakter und seinen innern Menschen unausgesetzt ebenso aufzubessern, wie seine Körperkonstitution, darauf muß bedacht sein, wer das Ziel wirklicher Körper- und Gesichtschönheit anstrebt. Darin liegt eine ernste Mahnung zugleich für Eltern und Lehrer, überhaupt für alle, welche berufen sind, an der Erziehung des Menschengeschlechtes zu immer höherer Vollkommenheit mitzuarbeiten.

Die Wichtigkeit der vorstehenden Angaben durch Beispiele nachzuweisen, sind wir aus Mangel an Raum nicht in der Lage. Ich will deßhalb nur noch bemerken, daß wesentliche Besserung in allen, Heilung in sehr vielen Fällen erzielt wurde und daß im jugendlichen Alter fast alle Schönheitsfehler zu beheben sind. Von den Schönheitsgebrechen, die im Laufe der Jahre von mir behandelt worden sind, hier eine kleine Blütenlese: Zu großer und zu kleiner Kopf, eckiger (Kaken-)Kopf; zu langes, zu breites, zu hageres, zu fleischiges Gesicht; zweierlei Gesichtshälften; Angeschwollenheit, Aufgedunsenheit, Rauheit, Trockenheit, Flecken, Mitesser, Sommersprossen, Gesichtstupfen, Glänzen, Klopfen, Zittern, Zucken, Spannen, Stechung, Brennen, Ziehen, Stoßen, Knacken; Gefühl von Spinnweben, von Eiweißeintrocknen, von Kälte und Taubheit im Gesichte; Verzerren; Falten, Risse, Runzeln, Ausschläge, Beulen, Warzen, Blasen, Knoten, Blüthen, Schwüre,

Flechten; finsternes Aussehen, eingesunkene Schläfe; eingesunkene, spitze, knollige Nase, weiße und rote, kalte, vor-, rück- oder seitwärts gerichtete Spitze derselben; abstehende, angeklebt scheinende, zu rote oder zu blasser, heiße und kalte, laufende und schmerzende Ohren; alle Mängel des Teints; vorzeitiges Ergrauen, Ausfallen, Verfügen, Schwäche, Trockenheit, Spalten u. s. w. der Haare; Mohren-, Gebirgs- u. s. w. Hälse, Stiernacken; Schielen, Stammeln, Stottern u. s. w.

Freilich im Handumdrehen, wie man's von chirurgischen Eingriffen gewohnt ist, lassen sich wesentliche Erfolge in der Gesichtverschönerung meist nicht erzielen; für die Zwischenzeit treten dann aber hauptsächlich die Sternkosmetiken versöhnend ein, so daß schon in dieser Zeit die Mängel wenig oder gar nicht bemerkbar werden. Aber gerade diese allmähliche und fast unmerklich sich vollziehende, weil thatsächlich organische Umgestaltung des Menschen, ist von hohem Werthe, weil sie dem ganzen Menschen in jeder Beziehung Zeit und Gelegenheit gibt, vollkommen und besser zu werden. Man wird sich wundern, wenn man's nur versuchen will, wie skrofulöse Kinder, im Laufe der Behandlung und während die Anzeichen der Skrofulose im Gesicht, am Kopfe und Halse verschwinden, in ihrem ganzen Wesen besser, lieber, artiger, williger, freundlicher, intelligenter werden und etwaige böse Neigungen ganz von selbst ablegen. Ganz ähnliche Beobachtungen, wird man machen, wenn Erwachsene sich in der angegebenen Weise von Schönheitsfehlern befreien: Wirst Du besser, wird's in der Welt besser; wird ein Glied oder Organ besser, vervollkommt sich dein Gesicht, so wird dein Körper und dein ganges Wesen nach allen Seiten hin besser und zu höherem und edlerem Lebensgenusse befähigt. Ich halte das Bestreben, die Gesichtverschönerung allgemeiner zu machen,



deßhalb für ein heilsames Gegengewicht gegen die Leichtfertigkeit, ich möchte sagen Frivolität, mit der man seine Glieder dem Messer und der Einwirkung von Giften überläßt; gegen die massenhafte Zunahme von Verunstaltungen und Gebrechen des Leibes; gegen die Geringschätzung, mit der man den Werth des Menschen vielfach beurtheilt; gegen die Ungenirtheit und Schamlosigkeit, mit der menschliche Gebrechen oft zur Schau getragen und oft auch bespöttelt werden; ich halte sie für einen Hebel zur Gesundung und Vervollkommenung des einzelnen Menschen und der ganzen Menschheit auf wahrhaft naturgesetzlichem Wege, der zugleich den Intentionen der christlichen Zeit entspricht. Die Natur, die sich alljährlich schmückt und verschönt, fordert ja den Menschen auf, ihrem Beispiele zu folgen und der Mann, der der schönste unter den Menschenkindern genannt wird, auf den der Heide Pilatus mit den Worten hinwies: «Ecce homo!», „Seht welch ein Mensch!“ ladet ebenfalls zur Nachfolge ein, auch darin, den Tempel unseres Leibes aus einer Mörderhöhle zum Bethause zu machen, aus dem der Frühlingsjubel nicht blos herausschlingt: „O wunderschön ist Gottes Erde“, sondern auch der Jubel ausbrechen soll über die fortschreitende Vervollkommenung und Veredelung der Menschen: O wunderschön ist die Menschheit, ja — wunderschön!

Ueber die Apparate für Selbstmassage siehe in den Annoncen die hierauf bezügliche Mittheilung.

## Ueber die Methoden der Ernährung.

Von Dr. Manuel Leven,

„Bibliothèque Universelle et Revue Suisse“.

(Aus dem Französischen übersetzt.)

Der Vegetarismus sollte nach meiner Ansicht, nach zwanzigjähriger Erfahrung am Kran-

kenbette, die Grundbasis der menschlichen Ernährung bilden. Ich will damit nicht behaupten, daß die Fleischkost absolut ausgeschlossen sein soll, nein, aber sie muß entschieden der Pflanzenkost untergeordnet werden, wenn der Mensch seine Gesundheit bewahren, wenn der Arzt seine Kranken, sei die Art der Krankheit welche sie wolle, mit Erfolg behandeln will.

Die Kenntniß der richtigen Ernährung ist dem Menschen absolut nothwendig. Jedermann sollte wissen was er essen und was er trinken darf um gesund zu bleiben; er sollte auch, wenigstens annähernd, wissen wieviel er essen und wieviel er trinken muß, um den täglichen Verlust des Körpers zu ersetzen.

Und dennoch ist die Frage der richtigen Ernährung eine noch ganz unbekannte Größe.

Reiche und Arme, Gelehrte und Handwerker, der Bauer, der seinen Acker bearbeitet, und der Städter, der innerhalb den vier Mauern in einem Geschäftsbureau sich sein tägliches Brod verdient, sie alle füllen täglich und zu wiederholten Malen des Tages ihren Magen mit Speisen, ohne sich im Geringsten darüber Rechenschaft zu geben, welche von diesen ihnen nützlich und welche ihnen schädlich sind.

Ist die Wahl der Nahrungsmittel zufällig eine gute, so wird die Gesundheit erhalten; ist aber dieselbe eine schlechte, so erfolgt Unbehagen und Unwohlsein und nach längerer Zeit entwickeln sich Krankheiten jeder Art; aber stets waltet der Zufall.

Der Landmann, der weit entfernt von einem bevölkerten Centrum wohnt ist vorwiegend Vegetarianer; er lebt von Brod, Milch und Milchprodukten, Gemüse und Obst und trinkt Wasser; er konsumirt eben, was er in seinem Lebenskreise findet. Fleisch kommt nur in größeren Zwischenräumen auf seinen Tisch, namentlich an besonderen Festtagen; das Schwein oder die Kuh, welche er am Anfange des Jahres