**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:** 16.12.2025

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 Mitwirfung von Merzten, Brattifern und geheilten Granten.

Mr. 7.

## 6. Jahrgang.

Juli 1896.

Inhalt: Gesichtsmassage. — Ueber die Methoden der Ernährung. — Korrespondenzen und Heilungen: Leistenschriftenentzündung; Gebärmutterpolypen; Karbunkel; Rheumatismen am Halse und am Kopfe; Augenentzündung mit Thränensluß; Blutarmuth in Folge von Bürmern; Zahnsleischgeschwulst; Knieschmerz; Rheumatismus; hochgradiger Schnupfen; Harnverhaltung; Storbut; Neuralgie; Taubheit und Ohrensausen; geheilte Lungensschwindsucht. — Berschiedenes: Einsluß des Brodes auf die Zähne; über Diphtheritisserum; Villa Paracelsia.

## Gesidytsmassage.

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

Bei der Handmaffage wirft der Magnetismus des Massirenden mit und oft nicht gerade zum Borteil des zu Maffirenden; außerdem fonnen Die Vorteile und Annehmlichkeiten ber Maffage erst allen Kreisen zu gute kommen, wenn jeder sich selbst zu massiren in der Lage ist. daß deshalb die Handmaffage durch dazu ge= eignete Bersonen verworfen werden fonnte, em= pfiehlt sich doch aus diesen und andern Gründen die Benutung eines geeigneten Apparates. Um zweckmäßigsten ist der seit Sahrhunderten bei ben Japanern gebrauchte, bei uns in verbefferter Form eingeführte und gesetlich vor Nachahmung geschützte japanische Massage=Apparat: ein Rugel= gelenk aus hartem Holze. In dem Rugelgelenk, das zugleich als Handgriff dient, bewegt sich eine glatte oder gerippte Rugel frei nach allen Seiten und geftattet, jeden Körperteil zu berollen, zu durchkneten, zu drücken u. f. w. Der Apparat in dieser verbesserten Form ist von Sachver= ständigen in Zeitungen aller Art sehr aner= fennend beurteilt worden; Taufende von Gremplaren befinden sich bereits in den Sänden des

Bublifums und erfreuen fich großer Beliebtheit. - Nach derselben Idee ist ein kleinerer Apparat und in jüngster Zeit ein besonders praftischer Apparat (letterer führt die Bezeichnung Aphrodite) fonstruirt worden für - Gesichts= maffage. Der Apparat für Körpermaffage und der für Gesichtsmassage stehen in einem ahnlichen Berhältniffe zu einander wie die Sternmittel zu den fosmetischen Sternpräparaten und da alles ineinander greifen, eins durchs andere gedeihen und reifen foll, so ift begreiflich, daß bie 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 Bervollkommnung bes Menschen beiträgt, zu einer Reformation gleich= fam an Haupt und Gliebern. Natürlich wie bie Sternmittel ohne Maffage, fo fann man die Massage und also die Massage-Apparate auch ohne die Sternmittel benuten und Erfolge erzielen; aber ungleich größer ift ber Gewinn, wenn Massage und die Anwendung der Sternmittel verbunden wird.

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

Schönheitsmängel und Fehler ins Treffen zu führen ift. Manches von Bedeutung ift allerdings nur sehr oberflächlich berührt worden, wie 3. B. in Sat 1. die Beeinflugung des Denkens, Fühlens und Wollens, die Bucht, bezw. die Selbstzucht. Dazu moge bier noch die Bemerfung nachgetragen werden: Es ift befannt, daß die Leidenschaften Gemüth, Gefundheit und Schönheit untergraben und zerstören. Aehnlich aber verhält sich's mit allen sittlichen Schwächen und Gebrechen. Sie abzulegen und fo feinen Charafter und feinen innern Menschen unausgesetzt ebenso aufzubeffern, wie seine Körperfonstitution, darauf muß bedacht sein, wer das Ziel wirklicher Rörper= und Gesichtsschönheit anstrebt. Darin liegt eine ernste Mahnung zugleich für Eltern und Lehrer, überhaupt für alle, welche berufen find, an der Erziehung des Menschengeschlechtes zu immer höherer Vollkommenheit mitzuarbeiteu.

Die Richtigkeit der vorstehenden Angaben durch Beispiele nachzuweisen, sind wir aus Mangel an Raum nicht in der Lage. 3ch will defhalb nur noch bemerken, daß wesent= liche Besserung in allen, Heilung in sehr vielen Fällen erzielt wurde und daß im jugendlichen Alter fast alle Schönheitsfehler zu beheben find. Von den Schönheitsgebrechen, die im Laufe der Sahre von mir behandelt worden find, bier eine kleine Blütenlese: Bu großer und gu fleiner Ropf, eckiger (Raten=)Ropf; zu langes, zu breites, zu hageres, zu fleischiges Gesicht; zweierlei Gesichtshälften; Angeschwollensein, Aufgedunsenheit, Raubheit, Trockenheit, Flecken, Miteffer, Sommersproffen, Gefichtstupfen, Glangen, Rlopfen, Zittern, Bucken, Spannen, Stechung, Brennen, Ziehen, Stoffen, Anacken; Gefühl von Spinngeweben, von Giweifeintrochnen, von Ralte und Taubheit im Gefichte; Bergerren; Falten, Riffe, Rungeln, Ausschläge, Beulen, Warzen, Blasen, Knoten, Blüthen, Schwüre,

Flechten; finsteres Aussehen, eingesunkene Schläse; eingesunkene, spitze, knollige Nase, weiße und rote, kalte, vor-, rück- oder seitwärts gerichtete Spitze derselben; abstehende, angeklebt scheinende, zu rote oder zu blasse, heiße und kalte, lausende und schmerzende Ohren; alle Mängel des Teints; vorzeitiges Ergrauen, Aussallen, Bersitzen, 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 dirurgischen Eingreifen gewohnt ift, lassen sich wesentliche Erfolge in der Gesichtsverschönerung meift nicht erzielen; für die Zwischenzeit treten bann aber hauptfächlich die Sternkosmetiken versöhnend ein, so daß schon in dieser Zeit die Mängel wenig ober gar nicht bemerkbar werben. Aber gerade diese allmählige 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 beffer zu werden. Man wird sich wundern, wenn man's nur versuchen will, wie ffrofulose Rinder, im Laufe der Behandlung und mährend die Anzeichen der Strofulose im Gesicht, am Ropfe und Halse verschwinden, in ihrem gangen Wesen besser, lieber, artiger, williger, freundlicher, intelligenter werden und etwaige bose Reigungen gang von selbst ab-Bang ähnliche Beobachtungen, wird legen. man machen, wenn Erwachsene sich in der angegebenen Weise von Schönheitsfehlern befreien: Wirst Du beffer, wird's in der Welt beffer; wird ein Glied oder Organ beffer, vervollfommnet sich bein Gesicht, so wird bein Rörper und bein ganges Wefen nach allen Seiten bin beffer und zu höherem und edlerem lebens= genusse befähigt. Ich halte das Bestreben, die Gesichtsverschönerung allgemeiner zu machen,

beghalb für ein heilfames Gegengewicht gegen die Leichtfertigkeit, ich möchte fagen Frivolität, mit der man feine Glieder dem Meffer und ber Einwirkung von Giften überläft: gegen die maffenhafte Zunahme von Verunftaltungen und Gebrechen des Leibes; gegen die Geringschätzung, mit der man den Werth des Menschen vielfach beurtheilt; gegen die Ungenirtheit und Schamlofigfeit, mit ber menschliche Gebrechen oft zur Schan getragen und oft auch bespöttelt werden; ich halte fie für einen Bebel gur Befundung und Bervollkommnung des einzelnen Menschen und der ganzen Menschheit auf wahrhaft naturgesetlichem Wege, der zugleich den Intentionen der chriftlichen 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 ben ber Beide Bilatus mit ben Worten hinwies: «Ecce homa!», "Seht welch ein Mensch!" labet ebenfalls zur Rach= folge ein, auch darin, den Tempel unseres Leibes aus einer Mörderhöhle zum Bethause zu machen, aus dem ber Frühlingsjuhel nicht blog herausklingt: "O wunderschön in Gottes Erde", sondern auch ber Inbel ausbrechen foll über die fortschreitende Bervollkommung und Beredelung ber Menfchen: D wunderschön ist die Menschheit, ja — wunderschön!

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

# Meber die Methoden der Ernährung.

Bon Dr. Manuel Leven, "Bibliothèque Universelle et Revue Suisse". (Aus dem Französischen übersetzt.)

Der Vegetarismus sollte nach meiner Unsicht, nach zwanzigjähriger Erfahrung am Kranfenbette, 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 Berlust des Körpers zu ersetzen.

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

Reiche und Arme, Gelehrte und Handwerker, der Baner, 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 wiedersholten Malen des Tages ihren Magen mit Speisen, ohne sich im Geringsten darüber Rechenschaft zu geben, welche von diesen ihnen nüglich 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 bewölferten Centrum wohnt ist vorwiegend Begestarianer; er lebt von Brod, Milch und Milchprodukten, Gemüsen und Obst und trinkt Wasser; er konsumirt eben, was er in seinem Lebensskreise findet. Fleisch kommt nur in größeren Zwischenräumen auf seinen Tisch, namentlich an besonderen Festtagen; das Schwein oder die Kuh, welche er am Ansange des Jahres