Zeitschrift: Annalen der Elektro-Homöopathie und Gesundheitspflege:

Monatsschrift des elektro-homöopathischen Instituts in Genf

Herausgeber: Elektro-Homöopathisches Institut Genf

Band: 12 (1902)

Heft: 8

Rubrik: Betrachtungen über "sonst und jetzt"

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: 30.11.2025

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

sindet. Somit wird dauernd der Körper gesschwächt, was noch mehr besagen will, wenn man bedenkt, daß der wachsende Körper mehr verlangt als der in seiner Entwicklung schon zum Stillstand gekommene. Unterstützend wirken endlich noch die bis jetzt wenigstens fast durchsweg unzweckmäßigen, den natürlichen Körpersformen sich nicht anpassenden Schulbänke und Tische, die gleichfalls dem naturgemäßen Wachstum des Körpers und seiner Organe hinderlich sind — kurz, alle die Bedingungen sind hier vorhanden, die es dem tuberkulösen Giste leicht machen, haften zu bleiben, zu wachsen und sich zu vermehren.

Roch viel beträchtlicher werden alle diese Schädigungen auf einen in seiner Widerstandsfraft von vornherein nicht genügend gestählten tindlichen Körper einwirken. Was das Kind des Wohlhabenderen immer noch wieder ausgleicht burch beffere Ernährung, Rleidung, Wohnung, Bäder, Aufenthalt in durchaus reiner Luft fern von den großen Städten, - all bas fällt beim Rinde des Minder= oder Unhe= mittelten fort. Um allertrauriasten endlich aestaltet sich die Sache, wenn ein foldes Rind der letten Rategorie ichon leidend, ichon "ifro= philos" oder an den Folgen der englischen Krankheit immer noch laborierend, erblich schon für die Aufnahme des tuberfulofen Giftes besonders beanlagt, und auf einmal den dop= pelten Anfturm ber Schule auf feinen "Geift" und auf seinen "Rörper" aushalten foll.

Fast könnte man es als ein Wunder bestrachten, daß nicht noch mehr, als es thatssächlich schon der Fall ist, die Lungentuberskulose unter den Schulkindern, respektive den jungen Leuten, die die Schulzeit eben überstanden haben, um sich gegriffen hat.

Berlin.

Richard Rrause.

Betradstungen über "fonst und jeht."

Lehrreiche Lebenstäufe.

Im Altertum trotten Redner und Philossophen dem Zahn der Zeit oft 100 Jahre lange; allein Georgias, der Lehrer des Fostrates, sagt uns auch, wie dies zuging: "Weine Bernunft macht mir keine meiner Handlungen zum offenbaren Borwurf, meine Jugend verstlagt mich nicht, und so habe ich mich auch nicht über mein Alter zu beklagen."

Nikolaus Leonikenus hielt zu Ferrara noch als 96jähriger Greis Vorträge über Physik. Jemand, dem dies Wunder nahm, befragte ihn um das "Geheimnis," so alt zu werden, ohne in Altersschwäche zu verfallen.

"Mein Mittelchen," erwiderte Leonifenus, "ist sehr einfach; ich habe in der Jugend keusch und rein gelebt und im Mannesalter das Berstäumte nicht nachzuholen gesucht."

Boltaire nahm feine Buflucht zu brei Mitteln, um sein leben möglichst zu verlängern: förperliche llebung, die er fehr liebte, weltliche Zerstreuungen und Abwechslung in ben Gegenständen ber Arbeit. Es ftanden, fagt man, fünf Schreibpulte in seinem Zimmer, auf benen fünf verschiedene Werfe angefangen waren. Wenn er sich von der Geistesarbeit ermüdet fühlte, fo fand er Zeit, Baumeifter, Landwirt, Gartner ober Winger zu fein. Er lief von feinem Zimmer zu feinem Schaufpielhaus, feinen Pflangen, feinen Weinftochen, feinen Tulpen ; von bort tam er zu feinen Forschungen, feinen schriftstellerischen Arbeiten gurud. Satte für ihn die Ginsamkeit Reize, so verwarf er ebenso wenig die gesellschaftlichen Bergnügungen, wobei die Lebhaftigfeit feines Beistes und bas Stechende seines Wites ihm allzeit Siege sicherten. 84 Rahre alt, verließ er jenes Land, wo er fo lange feine Rube, feine Unabhangigfeit und seine Gesundheit bewahrt hatte. Er fam nach Paris, wo er bald an Altersschwäche starb.

Man fennt die große Sorgfalt, die Rant seiner Gesundheit zuwandte : Wer weiß nicht von seinem regelmäßigen Leben, seiner genauen Daseinsordnung, seiner bis in's fleinste ge= henden Borficht, feinen Gefundheits-Borfchriften. aufgestellt und geübt, um bas Rrantwerden gu vermeiden. Giner feiner Lebenszeichner melbet. Die große Domuhr habe nicht mit größerer Regelmäßigfeit ihre Aufgabe erfüllt, als Immanuel Rant die feinige. Stets um 6 Uhr des Morgens aufstehend, und um 10 Uhr des Abends zu Bett gebend, nahm er im Laufe des Tages Leibesübungen vor, wobei er steis durch die Rase atmete, um die in die Lunge bringende Luft zu erwärmen. Die legte er Strumpfbander an, weil er ben Umlauf des Blutes nicht hemmen wollte, Trinfen, Gffen, Arbeit, Leibesübung, alles war mit berfelben Bünftlichkeit geordnet. Vornehmlich vermied er auf's forgfältigfte jeden Gedanten, ber feinen Schlaf hätte beunruhigen fonnen. Ziehen wir diese in's Rleine gehende Vorsicht nicht in's Lächerliche, mit ihr hat Rant 80 Jahre gelebt, gefund an Leib und Seele ; er ift ber Bater ber neuzeitlichen Philosophie (Bernunft-Forschung) in Dentschland geworden, feine Arbeiten maren von großer Ausdehnung und Tragweite, sein Ruhm und fein Rame find unvergänglich.

Bahllos wären die Beispiele, mit denen man jene Wahrheit beweisen könnte, daß viele berühmte Leute frühzeitig würden den Tot gestunden haben, hätten sie sich nicht zu einer ihrer Leibesbeschaffenheit und ihren Arbeiten entsprechenden Lebensführung gezwungen. Etliche Männer des Altertums haben auch sehr wohl die Kunst gefannt, eine dürftige Gesundheit weit hinauszuführen. Nach einer langen Aufsählung der Körpergebrechen des Augustus sagt Sueton: "Solcherweise, immer schwach, ertrug

er weder Kälte noch Hitze mit Leichtigkeit; ins dessen," so fügt der Geschichtschreiber hinzu, "er hielt diese gebrechliche Gesundheit mit einem Maß von Sorgfalt aufrecht."

Augustus lebte in der That trotz seiner Körpergebrechen 66 Jahre.

Unter den Menschen der Reuzeit wollen wir den berühmten Baumeister Wren anmerken. Er hatte einen sehr zarten Körperdan. In seiner Jugend schien es sogar, als ob er Anslage zur Auszehrung habe. Aber vermöge einer vernünftigen und geordneten Lebensweise brachte er es bis zu einem Alter von 91 Jahren.

Die Mutter von Hobbes erschreckt, wie man sagt, durch die berühnte, unbesiegliche, spanische Flotte, kam vor der Zeit nieder, und das Kind besaß eine äußerst große Schwäche; dennoch lebte Hobbes 92 Jahre und schrieb 42 Werke. Aber sein Leben ist ein Muster von Mäßigkeit, Keuschheit und Fürsorge für die Gesundheit.

Michel Angelo besaß von Haus die schönsten Geisteskräfte, den stärksten Körperbau und bewahrte jene wie diesen durch eine sehr genügsame Lebensweise. eine außerordentliche Enthaltsamkeit, sowie durch die Kunst, ohne übermäßige Körperanstrengung zu arbeiten. Wan kennt die große Zahl seiner Meisterwerke, und er ist 90 Jahre alt geworden.

Newton, dessen gewaltiger Geist sich gewiß Anstrengungen unterzog, wie kaum ein anderer, wurde 85 Jahre alt, befand sich fast unausgesetzt wohl, bediente sich nie einer Brille und soll bei seinem Tode noch alle Zähne bis auf einen einzigen gehabt haben: Newton war von Natur schwächlich und zart gebaut; er wußte dies und schonte seinen Körper, obwohl er seine ganze Kraft seinen Büchern zuwandte. Er lebte stets einsach und hielt strenge Diät. Er machte sich, so oft seine Geschäfte es gestatteten, Bewegung. Seine Sanstmut, Leutsetragen standen mit seiner hohen Berühmtheit in einem auffallenden Gegensatz. Allein nichts trug gewiß zu seinem Wohlbefinden mehr bei, als seine völlige Leidenschaftslosigkeit. Selbst in seinen wichtigsten Arbeiten mußte er, wenn er sich erschöpft fühlte, eine Pause eintreten lassen; und während der letzten 10 Jahre seines Lebens beschäftigte er sich gar nicht mehr mit Mathematik.

Fontenelle stand ein halbes Jahrhundert lang an der Spite der Gelehrten und Schongeister. Er mar fehr fleißig, brachte aber auch viel Zeit in Gesellschaft der großen Berren, Gelehrten und Schöngeister am Hofe des Regenten bin. Er mar Stubengelehrter und Weltmann zugleich, liebte bas Studieren ebenfo fehr als das Weltvergnügen und genoß fast ohne Ausnahme einer trefflichen Gesundheit, obwohl er beinahe ein Jahrhundert lebte. Allein er wußte mit seiner Existeng Haus zu halten, jedem Tag seinen gemessenen Teil an Freude und Arbeit anzuweisen — furz das in die Praxis einzuführen, wovon andere meift nur - ichwaten. Er verdanfte fein hohes, heiteres Alter feiner Weisheit, indem er ohne ein Ascetifer zu fein, boch seiner Vergnügungssucht nicht den Zügel schießen ließ und der Ratur nie unbilligen Zwang auferlegte! Er wußte frühzeitig, daß die Gesundheit die erste ift, welche allen Rullen des Lebens erft Wert geben muß, indem man sie ihnen voranstellt; er suchte sich also dieses höchste irdische But zu erhalten, ohne sich des= halb fleinlicher Sorgfalt zu unterziehen. Er lebte mäßig in allem; ja, er wußte sich felbst in ber Borficht zu mäßigen. Jeber Tag hatte bei ihm seine bestimmte Ordnung, von der Fontenelle nur höchst selten abwich und die ihm felbst in ben Strudel des Weltvergnugens folgte. Go nahmen die organischen Bewegungen bei ihm eine folche Regelmäßigkeit an, daß die

Jahre wie die Tage fast spurlos an ihm vorüberzogen, und der Tod endlich ihm schmerzlos die Augen schloß, weil die Uhr des Lebens abgelaufen und der Pendel nicht länger schwingen konnte.

Statt feinen Rörper zu besitzen, um die geistige Thätigkeit aufzustacheln (wie manche thöricht genug thun), schonte unser Philosoph die Kräfte des ersteren, um die der letteren ju fteigern. In diefer Sinficht befolgte er hochft einfache Lebensregeln : er aß stets nur mäßig, und faftete, wenn er feine Egluft verfpurte; ebenso suchte er nie geistig zu schaffen, wenn er nicht dazu aufgelegt war. Dagegen arbeitete er jeden Tag, ohne einen einzigen im lleber= maß zu arbeiten. Ferner suchte er sich immer in einer heiteren Stimmung zu erhalten : "benn was hilfe sonst" - pflegte er zu sagen -"alle Philosophie?" (Mit Recht nennt Franklin - eine trübe Gemütsordnung - eine Rrantheit ber Seele).

Selbst als er das Gehör eingebüßt, wurde er nicht verdrießlich, auch der zweite P. Abraham a Santa Clara (Bater Simoni) besitzt ganz das Zeug, weit über hundert Jahre alt zu werden, und doch sind die Anstrengungen dieses Apostels naturgemäßer Lebensweise geradezu tolossal!

Heiterfeit, Mäßigfeit und Ruh' Schließt dem Arzt die Thüre zu. Mäßig sein, keusch und züchtig. Macht verständig, start und tüchtig.

(Schluß folgt).

Korrespondenzen und Heilungen.

St. Gallen, Den 10. Juni 1902.

Herrn Dr. Jinfeld, Arzt des elektroshomöopath. Institutes in Genf.

Sehr geehrter Berr Dottor.

Am 13. April bat ich Sie um Ihren schrift= lichen Rat, um, wenn immer möglich, mich