**Zeitschrift:** Sauter's Annalen für Gesundheitspflege: Monatsschrift des

Sauter'schen Institutes in Genf

Herausgeber: Sauter'sches Institut Genf

**Band:** 16 (1906)

Heft: 6

Artikel: Der Einfluss der Gemütsharmonie auf die Gesundheit des Körpers

Autor: Kellenberger

**DOI:** https://doi.org/10.5169/seals-1038046

## 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:** 14.12.2025

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

stehen heutzutage zahllose pathologische Bersirrungen der Kunst, vor welchen wir hier warnen möchten, indem wir den Satz ausssprechen, daß eine wahre Aesthetik niemals mit der wahren Ethik in wirklichem Widerspruch sein darf. In seinen Studien über Aesthetik hat der leider verstordene Prosessor Soret in Genf überzeugend dargetan, wie dieselbe in der höchsten Hannigkaltigkeit des Ginzelnen besteht. Die Verherrlichung des Schlechten (ich meine nicht seine Darstellung) ist aber die Verherrslichung der Disharmonie und daher an sich unästhetisch.

5. Die Ethik, b. h. ber Altruismus, die Gesittung, ist neben den zwei vorhergehenden und eigentlich denselben superordinirt, das stärkste der zivilisatorischen Bedürsnisse. Ja, das ethische Bedürsnis ist die Grundlage der wahren Religion und zwar eben aller Religionen, die Anspruch auf diesen Namen machen dürsen. Nicht theoretisch, sondern praktisch sollte sie zum Zweck und Jdeal der täglichen Arbeit aller Menschen werden, sollte sie Lebenszweck und Bedürsnis eines Jeden sein.

Wie viele edle zu befriedigende Bedürfnisse gibt es nicht in der Aultur der Nächstenliebe, der täglichen Ausopferung seiner Gelüste für das Wohl der andern, in der Freude an der Freude anderer, in dem Bedürfnis nach uneigennützigen Leistungen zum Frommen der ganzen Menschheit und in der reinen Freude an deren Gelingen, in der beständigen lieberwindung seiner eigenen Triebe und Schwächen zu Gunsten der Harmonie des Ganzen!

Diese Beispiele dürften genügen um die Berechtigung bes Fluches Lassa les über die "Bedürfnislosigkeit" vollständig darzutun.

(Fortsetzung folgt).

# Der Einfluß der Gemütsharmonie anf die Gesundheit des Körpers.

Rellenberger, Nervenarzt in Walzenhausen, Berifau.

Im heutigen Beitalter; im Beitalter bes Fortschrittes aller materiellen Richtungen, im beständigen Jagen nach Bervollkommnung ir bischer Bequemlichkeit und irdischen Genusses, im Zeitalter wo die Gegensätze sich immer mehr und schärfer ausprägen, wollen wir uns wieder einmal im Geiste zurückversetzen in jene wohlige Behäbigkeit, in jenen Ruhestand des Gemütes, welcher im Stande ist das seelische Gleichgewicht des Menschen wieder herzustellen.

Liegt es nicht im Bestreben und in der Natur des Individuums diesem innern Orange Folge zu leisten, und doch wie weit entsernt sucht man das was den Menschen in den heimeligen, behaglichen Glückszustand versetzt, welcher einen so intensiven Einfluß ausübt auf den Gesundheitszustand des ganzes Organismus.

Betrachten wir einmal die harmonische Tätigsteit des ganzen menschlichen Organismus, verssenken wir uns in die Tätigkeit der Psyche jedes Einzelnen, dann werden wir herausssinden, welch' unendlich großen Einfluß die Gemütsharmonie auf die Gesundheit des Körpers ausübt. Was ist Krankheit und was ist Vesundheit, was ist Frohsinn und was ist Niedergeschlagenheit, was ist Glück und was ist Unglück; sind diese Empfindungen sichtbar oder unsichtbar?

Wie eine wogende Welle übt der Gedanke als unsichtbare Macht seinen Einfluß auf den Organismus des Menschen. Krankheit ist eine Disharmonie zwischen Körper und Geist in irgend welcher Form, Gesundheit ist Harmonie zwischen Körper und Geist; Frohsinn ist der Ausfluß von Gesundheit; Niedergeschlagenheit berjenige äußerer peinlicher Ginfluffe ober feelischer Depressionen, welch' lettere eine Reaftion auf den Gesundheitszustand bes Menschen ausüben. Was ift Sarmonie im eigentlichen Wesensterne? Harmonie ist das vollständige Gepräge innerer, feelischer Bufriedenheit, welches einen ftets gunftigen Ginflug auf ben Organismus ausübt. Un was erfennen wir biefes harmonische Gepräge? Un dem Gesichtsausbrud bes einzelnen Individuums. Wie ift ber Gesichtsausdruck eines harmonisch lebenden Menschen? Mild, fröhlich, weich, rubig, frei bon leidenschaftlichen Aufwallungen. Was find die wesentlichen Gigenschaften eines barmonischen Menschen ?

Humanität ist das Grundprinzip jedes harmonischen Menschen. In strahlender Schönheit steht sie da als Sinnbild ächter Menschlichkeit, die Humanität geht in die Häuser der Berslassenen und Gesunkenen, überall werdet ihr sie erblicken als Symbol wahrer Menschlichkeit, alles mildernd und alles verbessernd, was noch zu verbessern ist. Nicht sieht man hier den Ausdruck des Borwurfes, welcher erschlassend auf den Organismus wirkt, nein, in beständiger Milde und steis aufmunternd tritt sie einher und atmet wieder neue Lebensfrast und neuen Lebensmut ein demjenigen, dem sie Not tut.

Erhaben ist die Humanität, weil dieselbe stets das Böse meidet und das Gute sucht, erhaben ist dieselbe, weil sie alles meidet was Böses erzeugt, erhaben ist sie, weil sie die Leidenschaften flieht, und erhaben ist sie, wegen ihrer großen Milde und wegen ihrem Bersöhnungsgeist.

Humanität erzeugt Freiheit, Freiheit des Geistes, Freiheit in sich, Freiheit in der nächsten Umgebung, überall die ausstrahlende, wohltuende Wärme, welche jedes Lebewesen angenehm berührt, erheitert und glücklich macht.

In der Humanität erkennen wir den Inbegriff alles menschlichen, der Nächstenliebe und der Selbstlosigkeit. Humanität ist das höchste menschliche Ideal und über alle niederen selbstischen Triebe erhaben.

Betrachten wir einmal in ein paar kurzen Zügen das Leben und Treiben in der Tierswelt: Woher kommt es, daß der Hund die Ratze anbellt und umgekehrt dieselbe ihre beskannten Berteidigungswaffen anwendet. Aus welcher Kraft fliegt der Bogel, mährend wir Menschen schon jahrzehnte lang vergebliche Bersuche mit Flugmaschinen gemacht haben. Jedes einzelne Individuum in seinem Geschlecht und in seiner Nasse ist vom Weltgedanken ersichaffen und in seiner Art bis zur Gegenwart sortentwickelt worden.

Die Welt ist im Rätsel, welches dem menschlichen Verstande unnahbar ist, überall wo wir hinblicken, sowohl in das Kleinste wie in das Größte, erkennen und fühlen wir ein geheimnisvolles, wunderbares Walten, welches über die menschlichen Begriffe erhaben ist. Sobald wir aber zu dieser Erkenninis angelangt, fühlen wir uns wohl und leicht und Kraft dessen werden wir viel Hindernisse und Schwierigfeiten, welche das Leben mit sich bringt, überwinden. Niedergeschlagenheit, die Zehrerin am menschlichen Körper wird in diesem Bewußtsein überwunden! Fröhlichseit wird den Menschen in allen Lebenslagen und Schicksalen überwinden helfen.

Ein Unterschied ist es zwischen Fröhlichkeit und Leichtsinn; Fröhlichkeit stärkt den Menschen, Leichtsinn, welcher auch eine scheinbare übersprudelnde Fröhlichkeit in sich birgt, kommt von innerer Unzufriedenheit welche das verborgene Leiden und die verborgenen Leidenschaften hinwegwischen will.

Aus all' diesen Erfahrungen lernen wir erkennen, daß der Einfluß des Gemütslebens

folossal einwirkt auf die Tätigkeit des Körpers bei jedem einzelnen Lebewesen. Bon der Diagsnose und Charaktereigenschaft des einzelnen Patienten psychisch aufgefaßt, werden wir die richtigen Mittel zur Heilung einer Krankheit anwenden können und dadurch unendlich viel Segen stiften.

# Erblichkeit und Tuberkulofe.

Dr. med. Eduard Reich.

Nicht die rasche Zunahme der Gesittung und mechanischen Vervollkommnung, sondern alles dassenige, welches von Unvernunft und Lieb-losigkeit ausgesäet und bewerkstelligt wird, die naturwidrige gesamte Lebensweise, die Folgen der Entartung des wirtschaftlichen und gesellschaftlichen Systems, welche die große Mehrzahl der Besitzlosen zu Elend ohne Grenzen verurteilt und die Mehrzahl der Besitzenden in die Arme sleischlicher Vergnügungen ohne Ende treibt, jene und diese durch Alkohol und Quecksilber in den Grundsesten erschüttert: dies alles gehört in das Gebiet, auf welchem die giftigen Quellen der Tuberkulose entspringen.

Wenn etwas Zeuge für die Entartung der gesitteten Menschheit ist, so ist es die Tuberskulose. Nicht durchseuchen muß diese armselige Gesamtheit, um von dem Verhängnis der Tuberkulose frei zu werden, sondern vernünftig, religiös, hygieinisch, wahrhaft gesittet muß das Leben werden, wenn mit Tuberkulose alle Seuchen und Uebel zuende sein sollen.

In dem fürzlich erschienenen Buche von Albert Reibmayr: "Die She Tuberskuloser und ihre Folgen" (Leipzig und Wien, 1894, in 8°, Franz Deuticke) wird unter anderem geschlossen: "Die Tuberkulose ist nicht nur die verbreiteste Krankheit, sondern auch

diejenige, an beren Folgen die meisten Menschen fterben und hat zu ihrer Berbreitung zwei Wege. Der Weg der Ansteckung ift der pri= mare und fommt hauptfächlich bort gur Geltung, wo noch eine Widerstandsfraft ererbt wird, also bei Naturvölfern und niedrig gesitteten. Solange die Menschen jedoch gang im Naturzustande leben, ist auch der Weg der Unsteckung verlegt ober febr erschwert. Erft wenn Naturvölfer mit höher zivilifierten Menschen in Berührung tommen und ihre natürliche Lebensweise aufgeben, fommt der Weg der Unsteckung gur Geltung. Bei fortschreitender Rultur und baburch weniger scharfem Rampf um bas Da= sein mit den Naturmächten wird es einzelnen tuberfulösen Individuen ermöglicht, länger auszudauern und Rinder zu erzeugen. Damit ist der sekundare Weg, jener der Bererbung, eröffnet. Zugleich aber wird mit der vererbten Rrantheit auch die Fähigkeit vererbt, mit ber Rrankheit beffer zu kämpfen. Die ererbte Widerstandsfraft kommt ebenfalls von nun an gur Geltung. In biefem noch roben Rulturzustande haben aber nur die allerwiderstands= fähigsten Kinder tuberfuloser Eltern Aussicht, das zeugungsfähige Alter zu erreichen und fo lange ber Rampf um bas Dasein mit ben Naturmächten ein scharfer ift, ist auch ber Weg der Bererbung der Tuberfulose sehr er= schwert. Mit ber fortschreitenden Rultur und der Abnahme der Schärfe des Rampfes um bas Dasein mit ben Naturmächten eröffnet sich der Weg der Vererbung der Tuberfulose immer mehr, da mehr Nachkommen tuberfulöser Eltern Aussicht haben, das zeugungsfähige Alter zu erreichen; die Durchseuchung der Bölfer beginnt. Mit ber längeren Dauer bes Rampfes des Menschengeschlechts mit der Tuberkulose wächst auch die vererbte Widerstandsfraft und barum wächst auch die Bahl berjenigen, welche die ersten Siebungen passieren und das zeugungs=