

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

**Herausgeber:** Sauter'sches Institut Genf

**Band:** 16 (1906)

**Heft:** 7

**Artikel:** Alkohol und soziales Elend [Fortsetzung]

**Autor:** Forel

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1038048>

#### **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:** 09.02.2026

**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. 7.

16. Jahrgang der deutschen Ausgabe.

Juli 1906.

Inhalt: Alkohol und soziales Elend (Fortsetzung). — Wie wird man alt? — Korrespondenzen und Heilungen: Blutarmut; Diarrhoe, Husten; Verdauungsschwäche, Nervosität, Neuroasthenie; Nervenschwäche, Verdauungsschwäche, Asthma; Gebärmuttergeschwulst, Gebärmutterentzündung, Gebärmutterblutungen, Hämorrhoiden, Verdauungsschwäche, Schwindel, Nervosität; Brustkrebs; Herzverweiterung, Nervosität, Neuroasthenie; Rheumatismen, Luftröhrenentzündung, Hämorrhoiden, Haarausfall. — Anzeigen: Villa Paracelsia.

#### Alkohol und soziales Elend.

Vortrag von Prof. Dr. Forel.

Gehalten in der Versammlung eines Abstinenzvereines  
in Zürich.

(Fortsetzung)

#### Schlechte Bedürfnisse.

1. Faulheit und körperliche Verweichung. So sehr das Bedürfnis nach Ruhe infolge großer Anstrengungen berechtigt ist, so gefährlich ist es, dies Bedürfnis zu einer künstlichen Schlafsucht, Bummelsucht und Faulheit, sich entwickeln zu lassen. Die Faulheit bringt eine Atrophie, d. h. eine Schrumpfung des Körpers und des Geistes, der Muskeln, der Nerven und des Gehirnes nach sich. Es ist ein allgemeines Naturgesetz, daß alles Untätige schrumpft und verkommt, d. h. vom Tätigen überwuchert wird.

Die Verweichung, sowohl körperlich wie geistig, ist gewöhnlich die Folge der Untätigkeit. Sie wird immer mehr und sehr rasch zu einem künstlichen Bedürfnis, nach allerlei Kunsthilfen im Leben, nach weichen Kanapees,

Sophas, Schlafröcken, feinen Speisen und dergleichen mehr, die den Menschen immer unfähiger machen, sich im Kampfe um's Dasein zu behaupten. Sie macht überempfindlich und hypochondrisch und verbindet sich sehr gewöhnlich mit einem weiteren schlechten, ächt modernen Bedürfnis, nämlich:

2. Dem Bedürfnis zu mediziniren, das gewöhnlich aus einer beständigen Beachtung aller möglichen kleinen körperlichen Unbehagen entspringt. Nicht nur die immer mehr wachsende Schaar der ächten Hypochondrier, sondern bald wohl die Mehrheit der Menschheit, auch unsere heutigen Bauern und Proletarier gewöhnen sich immer nach Puls und Nerven zu greifen, sich bei jeder Gelegenheit krank, arbeitsunfähig und schwach zu wähnen, alle möglichen Arbeiten für zu strenge zu halten, besonders die so gesunde und kräftigende Landarbeit, und infolge dessen in einem fort an sich herum zu kuren. An diesem Herumkuren haben nicht einmal die Aerzte den Hauptanteil. Eine erschreckende Schaar schwindelhafter Gimpeßänger füllt die Annoncen der Zeitungen, und dieses pathologische Bedürfnis unserer modernen Verweichlichten und Kurbedürftigen gehörig

auszubeuten. Das ganze ist ein wirklich erbärmliches Schauspiel, dem ein ernster und anständiger Arzt fast machtlos gegenübersteht.

3. Die Steigerung egoistischer, tierischer Triebe durch die Genußsucht; die Züchtung der Feinschmeckerei des Geschlechtstriebes u. s. w. zum Selbstzweck. Wir gehören nicht zu den Asceten welche die natürlichen zweckmäßig eingerichteten Triebe unterdrücken wollen, denn diese Triebe sind sogar gut und notwendig wenn sie in einem Maße eingeschränkt werden, welches das Wohl und das Recht anderer Menschen respektiert und höheren ethischen und ästhetischen Bedürfnissen sich überhaupt anpaßt. Hier gilt der Spruch, abusus non tollit usum (der Missbrauch hebt den Gebrauch nicht auf).

4. Verlust von Zeit und Kraft in nichts-nützigen und zwecklosen Vergnügungen, in äußerem Puzz-, Karten- und Hazardspiel, Sport und dergleichen mehr. Dieser Punkt liegt etwas weniger klar. Solche Dinge, wenigstens ein Teil derselben, besonders Sport, harmlose Spiele, Schmuck, haben ihre Berechtigung wenn sie ausnahmsweise als Ferienerholung betrieben werden. Doch arbeiten sie äußerst leicht in leidenschaftliche, künstliche Bedürfnisse aus, die schädlich werden. Der reiche Mensch wird gar leicht danach trachten, sein Vergnügen und seine Freude an nutzlose Dinge zu knüpfen, die er dann als Sport und Erholung betrachtet.

5. Geschwätz und Geschreibsel; d. h. Worte und Phrasen an Stelle von Begriffen und Beschreibungen. Das ist auch ein höchst schädliches Bedürfnis, eine ächt modern zivilisatorische Entartung des schönen menschlichen Gutes der Laut- und Schriftsprache. Das Bedürfnis nach Kaffeeklatsch, nach faulen, pikanten Romanen, nach oberflächlichem sensationellem Zeitungsgespräch das durch die miserable Qualität

unserer modernen Schundliteratur künstlich unterhalten wird. Durch oberflächliche systematische Wahrheitsverdrehungen wird alles Schöne, Edle und Vertiefe in oberflächliches Geschwätz und Geschreibsel verflacht und in den Kot gezerrt. Die Menschen gewöhnen sich an diese Art Verflachung und Verschrobenheit des Urteils, weil sie sehr wenig Mühe kostet, kein tieferes Denken erfordert, und das künstliche Bedürfnis nach solchem geistigen Menu bedeutet eine der schlimmsten Sorten der Entartung unserer modernen Zivilisation.

6. Abnorme, vollständig künstliche Bedürfnisse schädlicher Art. Die bisher erwähnten schlechten Bedürfnisse waren eigentlich mehr Übertreibungen oder Entartungen natürlicher Triebe und Neigungen, die an sich gut oder harmlos sind. Das schlimmste von Allem ist die Erzeugung von an sich ganz unnötigen, der menschlichen Natur nicht anhängenden, direkt schädlichen, antizonalen Bedürfnissen, welche nicht selten die geistige und körperliche Gesundheit ruinieren und durch Schädigung des Seelenorgans des Menschen, seines Gehirnes, zu Verbrechen, Geistesstörung und Vertiefung führen. Hier steht oben an der Gebrauch aller narkotischen Gifte, des Alkohols, des Opiums, des indischen Hanfes, des Kokas, des Aethers, welche bereits verheerende Volksseuchen, Entartungen ganzer Völkerchaften, einen förmlichen Völkerwahnissn hervorgerufen haben, der Koka bei den amerikanischen Indianern, der indische Hanf im Orient bei den semitischen Völkern, das Opium in China und Indien (jetzt auch in den Vereinigten Staaten), der Aether in Irland, der Alkohol in Europa und von da aus in der ganzen Welt. Die Europäer fangen auch an, Dank den Chemikern, sich mit Morphium, Kokain, Chloral und anderen Alkaloiden mehr sich zu vergiften. Diese Art Bedürfnisse ist von A bis Z schäd-

lich und schlecht; sie bedeutet einen wahren sozialen Ruin. Wir wollen hier nicht alle Argumente wiederholen, die wir für unsere Behauptung aufgestellt haben, daß nur Vermeidung solcher Genussmittel, in Wirklichkeit Unglücks- und Verderbmittel, die Menschen von diesen frankhaften Sünden kuriren kann.

Zu dieser Kategorie gehören auch harmlosere Gifte die den Organismus nur wenig schädigen und wenigstens niemals soziales Elend erzeugen, vor allem der Tabak; ihre Beseitigung wäre immerhin sehr wünschenswert. Auch abnorme Gewohnheiten müssen wir hierher rechnen, wenn auch dieselben nicht auf dem Schlucken giftiger Substanzen beruhen. Ich nenne die Prostitution oder den Verkauf des eigenen Leibes für Geld, die Sklaverei oder die Leib-eigenschaft und manche verwandte soziale Geschwüre.

Es unterliegt keinem Zweifel, daß die genannten Schmarotzer der Zivilisation fast ebensoviel ruiniren als letztere aufbaut, daß wenn sie zu stark wachsen, sie überhaupt durch die sogenannte Korruption den vollendeten sozialen Rückschritt, d. h. die Zersetzung der Zivilisation herbeizurufen im Stande sind.

Demnach soll eine wahre soziale Reformbestrebung darnach trachten, die Zivilisation zugleich in ihren guten Seiten zu fördern und sie von jenen schlechten Schmarotzern zu befreien. Sie muß somit gute Bedürfnisse schaffen und schlechte abschaffen.

Es fällt uns nicht ein zu behaupten, daß die Alkoholfrage die ganze soziale Frage enthalte. Wir wissen zu gut, daß es große Probleme giebt, die als Grundpfeiler der letzteren gelten müssen und wollen nur zwei derselben nennen:

Erstens, die von den Sozialisten speziell vertretene Frage des Arbeitslohnes, der Bekämpfung der „kapitalistischen Produktionweise“

und um die Ersetzung derselben durch etwas besseres und gerechteres.

Zweitens, die sexuelle Frage, d. h. vor allem die Frage der Überbevölkerung (Malthusianismus) und die Frage einer besseren menschlichen Zuchtwahl, d. h. der Verbesserung der Qualität unseres vielfach körperlich und geistig so miserabel schlechten und entarteten Menschen-geschlechtes.

Doch wenn man Zustände verbessern, wenn man ein wildbewachsenes Feld bebauen will, muß man damit beginnen, das ärgste Unkraut, dasjenige was beständig alles gute erstickt und alles verschlechtert, auszurotten, sofern es ausrottbar ist. Sieht ein Gärtner einen Wurm der die Wurzeln seiner Pflanzen frisst, so wird er nicht damit anfangen die Zweige zu okuliren, zu veredeln und die Pflanze mit seinem Dünger zu versehen. Er wird zuerst den Wurm töten.

Nun sagen uns gewisse Sozialisten, es genüge den sozialen Staat einzurichten um alles Elend zu beseitigen; der Alkoholismus und andere Unsitzen würden dann von selbst verschwinden. Wenn dieses wahr wäre, so ließe sich vielleicht die Frage erwägen, ob die Abstinenzreform richtig sei. Aber es ist grundsätzlich. Besitz, Reichtum, mäßige Wohlhabenheit, Freiheit, Gleichheit, Brüderlichkeit, schützen keineswegs vor dem Trunksumpf. Derselbe blüht zweifellos und ziffermäßig nachgewiesen sogar mehr beim Wohlstand als bei der Not; man höre lieber:

Ist die Trunksucht eine gewöhnliche Folge oder eine Hauptursache der Armut?

Die New-Yorker Zeitung „The Voice“ hat über diverse Fragen, unter anderen über die beiden folgenden bei neun Trinkeranstalten und bei elf öffentlichen Wohltätigkeitsvereinen Nordamerikas eine Enquête veranstaltet.

1. Bestärkt Ihre Erfahrung die Annahme, daß ein sehr beträchtlicher Teil der Trunksucht die Folge von Armut ist?

2. Wie waren in der Regel die ökonomischen Verhältnisse der Trinker zu jener Zeit, als sie die Trinkgewohnheiten annahmen: schlecht oder verhältnismäßig gut?

Die Antworten sind klar:

I. Frage: a) Trinkeranstalten: 7 „nein“; 1 „sehr selten“; eine Anstalt nimmt nur Kranke aus vermöglichen Ständen.

b) Wohltätigkeitsvereine: 8 „nein“; 3 „Die Armut ist eine Mitursache“; 1 „ja“.

II. Frage: a) Trinkeranstalten: 8 „gut oder verhältnismäßig gut“; 1 „unbestimmt“.

b) Wohltätigkeitsvereine: 7 „verhältnismäßig gut“; 3 „gemischt, bald gut, bald schlecht“; 1 „schlecht“.

Zum einzigen Verein (Omaha, Nebraska), der die Fragen mit „ja“ und „schlecht“ beantwortet hat, bemerkt die Redaktion der „Voice“; Omaha bildet immer eine Ausnahme.

Auch in der Schweiz beweisen die diesbezüglichen Erhebungen des eidgenössischen statistischen Bureau, daß der Prozentsatz der Alkoholtodesfälle in den schweizerischen Städten bei den Wohlhabenden größer ist als beim Proletariat. Wir können somit mit größter Bestimmtheit behaupten, daß, sollte selbst mit unseren Trinksitten oder mit anderen narkotischen Sitten, d. h. trotz derselben, das Ideal eines ganz allgemeinen Wohlstandes erreicht werden (was wir allerdings mit Cobden für unmöglich halten), dadurch die zunehmende alkoholische oder sonstige narkotische Verjüngung der Menschheit keineswegs eingedämmt werden würde. Sie ist eine Unsitte, die für sich ausgerottet werden muß.

## Wie wird man alt?

Wenn wir die Mitte des Lebens überschritten haben, wenn die Tage kommen, von denen wir sagen, sie gefallen uns nicht, so schauen wir 50jährigen gern nach dem Weg aus, den die 60-, 70- und 80jährigen um uns schon zurückgelegt haben, um zu erfahren, wie sie dies zugegebracht, wie sie sich dabei verhalten haben. Wohl kann sich, wie Poseidippes der Weise sagt, der Mensch von den Göttern nichts Besseres erschlehen als sanften Tod, aber heute, wie schon zur Zeit Nebukadnezars, wird noch häufiger gebetet: „O Herr! Schenke langedauerndes Leben!“ Nichts wohlfeiler, als den mannigfaltigen Gewohnheiten gegenüber, die uns da begegnen, zu sagen, eines schickt sich nicht für alle. Natürlich, nicht jeder kann und mag „vom ersten Sonnenblitze des Frühlings bis tief in den Herbst hinein barfuß gehen“, wie jene mit 81 Jahren gestorbene Frau Anna Maria Bolz, von der dies Dr. Riffel in seinem Buch „Die Erblichkeit der Schwinducht“ erzählt, wiewohl ich diesen Teil Freiluftbad für sehr gesund halte; jedoch Dr. Riffel setzt auch noch hinzu, diese „ferngesunde Frau“ hätte „weder Wind noch Wetter“ gescheut. Wieder ein neues Moment. Ihm und nicht bloß dem im Russland merkwürdigen Umstand, daß er niemals Schnaps getrunken, wird es jener unlängst im Städtchen Belgorod verstorbene russische Bettler zu verdanken gehabt haben, daß er ein Alter „von weit mehr als 100 Jahren“ erreichte. Er war neunmal verheiratet und hat sein ganzes Leben lang seinen Lebensunterhalt nur durch Betteln erstritten (M. P. Nr. 93 02).

Die Enthaltung oder wenigstens der sehr mäßige Genuß von geistigen Getränken ist ein