

**Zeitschrift:** Sauter's Annalen für Gesundheitspflege : Monatsschrift des Sauter'schen Institutes in Genf  
**Herausgeber:** Sauter'sches Institut Genf  
**Band:** 17 (1907)  
**Heft:** 1

**Artikel:** Naturgemässe Erziehung der Jugend  
**Autor:** Haufe, Ewald  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1038262>

### **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:** 14.01.2026

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

physikalisch gedacht bewirkt schwarze Farbe durch die Lichtanwandlung höhere Wärme, weiße Farbe, weil das Licht zurückgestrahlt wird, einen Schutz gegen Wärme, weswegen man z. B. die Fenster von Gewächshäusern weiß anstreicht um die Wärmesteigerung im Innern zu verhindern. Wenn das nun auch für das Lebewesen richtig wäre, dann gehörte der Neger in die Polargegenden und der Eisbär an den Äquator. Warum ist es umgekehrt? Die Antwort liegt in dem einen Wort: Sonnenstich. Das Licht ist als Licht ein für das Leben leicht gefährlich werdender Einfluß. So weiß man jetzt, daß Sonnenlicht fast alle Krankheitsbakterien zerstört, und im Sonnenstich erfahren wir die Wirkung übermäßiger Belichtung an uns selbst. Schwarze Farbe steigert allerdings die Wärme, aber sie beschützt vor der heftigen Einwirkung der Lichtstrahlen, wirkt ihnen gegenüber als Beschattung und dann hat die Natur bei dem Neger als Schutzzug gegen die starke Wärmewirkung die starke Entwicklung der Wasser- und Fettschweißdrüsen.

Nun handelt es sich noch um die Gefäße und Nerven der Haut. Die ersteren sind an nackten Körperstellen und bei Nachtgebern stärker entwickelt und damit als Wärmeregelungsvorrichtung nach beiden Seiten hin, d. h. nach Kälte wie Wärme, gleich schlagfertig. Bezüglich der Nerven gilt, daß sie durch Verdickung der Oberhaut einen sehr wirksamen Schutz erhalten. Die Hautgefäße nackter Körperteile haben mithin weniger reizbare Nerven. Prof. Dr. Jägers Monatsblatt

(Fortsetzung folgt.)

## Naturgemäße Erziehung der Jugend.

(Vortrag von Dr. Ewald Haufe)

Schluß

In die ersten Lebensjahre fällt noch ein wichtiger Akt, ich meine den Firmungsakt gegen

künftige Krankheiten, das Impfen; daß die moderne Impferei eine der größten medizinischen Verirrungen ist, sehen viele noch nicht ein. Bei unserer heutigen Wissenschaft, namentlich an der Hand der Lehre vom Stoffwechsel, muß es den Denkenden nur befremden, solchen Anschauungen Glauben zu schenken, denn wissenschaftlich beweisen können sie selbst die Impfgeschwärmer nicht. Doch auch in dieser Frage dämmert es schon auf; von den Medizinern selbst sind ebensoviele Gegner schon, als es noch blinde Verehrer gibt. Eine naturgemäße Erziehung also wird auch diesen Standpunkt zu überwinden haben.

Mit dem 7. Jahre reift das Kind dem zweiten Lebensabschnitte, der Schule, entgegen. Die sauberen Schulräume begrüßt es mit Freuden, denn nicht fremd fühlt es sich dadrinne. Dieselbe reine Luft wie in Gottes freier Natur umfächelt das Kind, dasselbe Grün der Pflanzen, wie in heiterer Flur, wird seine Augenweide; derselbe freundliche Ernst des Lehrers ist ihm der bekannte Vaterblick, dieselbe liebende Stimme, der sanfte Liebeshauch der Mutter. Es findet Natur und Eltern in der Schule wieder, nur größer ist die Familie jetzt, der es für nur wenige Stunden täglich angehört. Das Ideal der Schule ist uns also die Familie, in der Knaben und Mädchen durcheinander in Unschuld aufwachsen. Und gerade hier stoßen wir wieder auf einen Punkt, der nicht naturgemäß zu nennen ist, ich meine die Trennung der Geschlechter.

Wir haben keine Ursache, eine solche vorzunehmen, denn weder verschiedenartige geistige Anlagen, noch besondere Bildung in diesen Jahren, die der eine oder andere Teil naturgemäß benötigte, noch die Gefahr für sittliche Entwicklung verlangt dies. Scheiden wir nicht, was Gott zusammengefügt hat, denn die Erfahrung zeigt uns zu bestimmt, daß ein na-

turwidriges Absperren beider Geschlechter gerade das heraufbeschwört, was wir dadurch verhindern wollen. Eine Zeit, die aus moralischen Gründen so fest auf die Absonderung der Geschlechter besteht, verrät nur, daß die sittlichen Bande schon bedeutend gelockert sein müssen. Man lasse sie nur frei und ungezwungen unter dem überwachenden Auge mit einander verkehren (kann man dies doch auch außer der Schule nicht hindern) und die beiden so gegensätzlichen Pole werden sich wunderbar ausgleichen und der Nutzen gegenseitigen Verkehrs wird groß sein. Und wahr ist die Ansicht des Philosophen Krause, wenn er sagt: „Die männliche und weibliche Jugend müssen überall und in allen Lebensaltern, in allen Teilen menschlichen Lebens und menschlicher Bestimmung frei und miteinander umgehen und sich allseitig und allgestaltig gesellen, wenn menschliche Bildung auf Erden ausblühen, wenn die Menschheit selbst vollendet werden soll.“ So vereint erziehen sie sich wechselseitig bis zum 12. Jahre, während von da ab die Trennung eintreten kann.

Ein solches Bild der Schule macht allerdings auf einen Naturfreund den besten Eindruck. Die kalte Wirklichkeit aber zeigt uns Verhältnisse, die keineswegs naturgemäß zu nennen sind. Zu viele Schulstunden, überflüssige Hausaufgaben, Ueberanstrengungen mit geistigen Arbeiten und Vernachlässigung der körperlichen, vieles in Lehrmethode u. s. w. ist nicht naturgemäß, es bringt Schaden.

Noch weit größern aber verursacht die schlechte Schulluft, ein viel zu unterschätzter Feind unserer Gesundheit. Sehen wir uns mehr nach den Ursachen unserer Krankheiten um, so finden wir nur zu wahr die Worte Bettendorfs bestätigt, daß nämlich schlechte verdorbene Luft eine Hauptquelle derselben ist. Und wer weniger an Autoritäten sich anlehnt

und selbst denkt, dem muß dies einleuchten. Aus der Nahrung bereitet sich wohl Blut; die sauerstoffreiche Luft ist es aber erst, die es lebensfähig macht. Unterbleibt diese Reinigung wird der ganze Organismus aus faulen Stoffen zusammengesetzt und so zu allen möglichen Krankheiten disponiert. Die schlechte Schulluft also ist so recht angetan, unser ohnehin so schwindsüchtiges Zeitalter noch rascher dem Grabe entgegenreifen zu machen. Wollen wir daher naturgemäß erziehen, muß es auch hier anders werden und eine hohe Regierung würde sich groß um die Menschheit verdient machen, wenn sie auch die sanitäre Frage in den Schulen recht kräftig in die Hand nehmen möchte.

Aufgabe der Erziehung ist Bildung des Charakters. Wenn zwar dieser in der Schule nicht beendet werden kann, so müssen wir doch die Grundfesten legen und den Ausbau dem reifenden Menschen selbst überlassen. Man mache daher das Kind schon in der frühesten Zeit fähig zum Handeln und überlade nicht seine Kraft, wodurch die Lust ersticke. Nur auf schmalen Pfaden führe man es weiter und vermeide die breiten Straßen bunter Vielwissenheit; denn dadurch überladen wir nur, wir zerstreuen. Vergessen wir nie, nur „in der Beschränkung zeigt sich der Meister.“ Stellen wir überhaupt allen Unterricht in den Dienst der Erziehung, denn diese ist viel wichtiger, als die gewöhnliche Abrichterei. Alles ist ja der Mensch durch die Erziehung und Plato und Aristoteles haben recht, wenn sie sagen: Die Erziehung macht den Menschen im Vereine mit einer guten Natur zum zähmsten unter allen Tieren, aber auch zum wildesten Wesen das es auf Erden gibt. Alle Erziehung ist Gewöhnung, daher eine Lebensweise. Somit erziehen wir auch nicht mit Worten, sondern durch ein Vorleben, durch unser Beispiel. Der Nachahmungstrieb ist im Kinde am vollkommensten ausge-

prägt; wozu man also das Kindlein erziehen will, das muß man vor allem erst selber sein. Des Lehrers Bild ist ja des Kindes Ideal, es wird ihm die Form, nach dem das weiche Wesen sich bildet. Wollen wir also naturgemäß erziehen, müssen wir weniger moralisieren, sondern mehr unser Tun und Lassen sprechen lassen.

Charaktere braucht unsere Zeit, die weniger schwätzen, um so mehr aber handeln. Tatkraft zu wecken und zu üben, muß also eine weitere Aufgabe einer naturgemäßen Erziehung sein. Um aber diese unserer Jugend als Begleiter in die Welt mitgeben zu können, muß besonders die körperliche Erziehung naturgemäß gepflegt werden, denn nur im gesunden Leibe waltet ja der kräftige Geist. Wo Sitttum durch die Andern friecht und Schwäche an den Gliedern nagt, ist kein Boden, aus dem Energie steigt.

Stählen wir mit der Erziehung zur Tatkraft besonders auch die moralische, denn zügelt diese die tierischen Triebe nicht, so entsteht Sittenverderbnis; erwärmt und begeistert sie nicht die Intelligenz, so fehlen die Elemente höherer Produktivität. Und gerade an dieser fehlt es der Gegenwart, da die Intelligenz bereits einen solchen Höhepunkt erreicht hat, der sie in ihrer ganzen Hohlheit darstellt. Daher ohne naturgemäße körperliche Erziehung gleicht die geistige einem Holzwurme, der das Gefäß von innen heraus zernagt. Mit Recht legt schon Rousseau auf die körperliche Ausbildung das Hauptgewicht, denn was hilft es auch, einem Instrumente Töne zu entlocken, dem die Resonanz fehlt. Lernen wir übrigens von der Erziehungsweise der Spartaner. Diese erzogen ein Volk, das die Welt bezwang und die Welt sich bildete. Neben Ruhe und Ernst, des strengen Gehorsams und der Pflege der Bescheidenheit stand Abhärtung, Selbstbeherrschung und Entschlossenheit oben an. Als Kinder der freien Natur war ihr Lieblingsaufenthalt der offene Gottes-

tempel und bei einfacher naturgemäßer Nahrung, die ausgeprägten vegetabilischen Charakter an sich trug, wurden sie ein Heldenvolk, an das noch heute die Unsterblichen von Thermopylä erinnern. Ziehen wir aus diesen Beobachtungen die Konsequenzen und wir haben was uns zum großen Teil bei unserer Erziehung fehlt.

Soll die Erziehung eine naturgemäße sein, so muß sie schon im kleinsten Kinde die erhabene Menschenwürde, das Bild der Gottheit selbst erblicken und so dem Kinde schon jede sittliche Achtung zollen, unter der nur ein freier Mensch gedeihen kann. Und diesen Vorzug hat die englische Erziehung vor der deutschen. Soll also Selbstbewußtsein und Selbstachtung seiner Menschenwürde wach werden, muß vor allem das Kind schon als ein zu achtender Mensch behandelt werden. Daher fort mit den rohen Ausfällen weder in Wort noch Tat gegen die unmundigen Hilfslosen, fort mit den gemeinen körperlichen Züchtigungen, die nur zu häufig ein fatales Zeugnis der moralischen Schwäche dem Lehrer ausstellen; fort auch mit den allzubeflissenen Schulmeistern. Wie soll das Kind sich selbst achtend werden, wenn es sich beständig wie ein Sklave behandelt sieht, wie selbstständig werden, wenn es fortwährend gegängelt wird! Fort selbst mit den Belohnungen. Dem Kinde muß nichts abgekauft werden, sondern die Liebe zu Eltern und Lehrer sei es, die es handeln heißt. Nur dadurch, daß wir den tierischen Trieben keine Nahrung geben, erziehen wir nur wahre Menschen und dies ist eben die Aufgabe einer naturgemäßen Erziehung. Aus diesem geht hervor, daß ich der Liebe zur Kinderwelt das Wort rede und ich erkläre ausdrücklich, daß auf der Liebe allein alle Erziehungskunst beruht. Ein liebendes Herz entfaltet sich nur im Sonnenstrahl der Liebe. Diese aber keimt wieder nur dort auf, wo das

Unkraut der Leidenschaften nicht wuchert, also nur im sanften, milden Herzen. Und dieses müssen wir Erzieher unseren Kleinen zu erhalten und zu nähren suchen. Dieses geschieht aber nur dadurch, daß wir besonders ihren Zerstörungstrieb steuern, die uns umgebende Welt als eine gute erscheinen lassen und wir selbst nur in Liebe mit ihnen verkehren.

Unsere Liebe können wir, besonders an den Schwächern und bei den unter den Menschen stehenden Tieren beweisen; und daß wir dies sollen, spricht schon ein alter Grieche, Triptolem, so aus: „Ihr sollt Gott über alles lieben, nach Gott aber die Menschen und nach den Menschen auch die Tiere!“ Nichts verhärtet ein fühlendes Herz mehr, als Grausamkeit mit der Tierwelt. So lange das Tier nicht als ein für Schmerz und Freude empfängliches Wesen betrachtet und ihm nicht ein Recht auf Leben zuerkannt wird, ist es eine pure Illusion von unsern Kindern die Sanftmut und Milde; die Liebe zur Welt und den Geschöpfen zu erwarten, die uns ein friedliebendes Volk in der Zukunft sichert.

Wollen wir ein Volk im Geiste der wahren Humanität erziehen, so müssen vor allem die Lesebücher, die Grundlage der Schulbildung, eine andere Färbung bekommen. Die blutroten Blätter, die uns mit gräßlichen Menschenerschlagereien zu unterhalten suchen, müssen vertilgt, Kriegslieder verhallen, historische Raufbolde vergessen werden und statt diesen anmutigen, herz- und gemütherhebenden Naturschilderungen geboten werden, wo unter den Segnungen des Friedens die Völker in Liebe und Einfachheit sich der schönen Erde, des heiteren Himmels erfreuen und dieses große Haus Gottes nicht als ein Jammerthal, sondern als ein Paradies im weiten Weltenraume erkennen. Zu solchen Anschauungen verhelfen wir unserer Jugend und ich bin überzeugt, die

Menschenaufgabe hier, der Lebenszweck des Erdenkindes wird dann besser verstanden.

Den Materialismus wollen wir aus unsern Schullesebüchern entfernen und unsere Jugend auf die Sonnenhöhen einer idealen Weltanschauung stellen, denn nur die Ideale nähren die Schwungkraft des jugendlichen Geistes und diese sind das wahre Element, in der jugendliche Begeisterung und Tatkraft gedeihen. Nur die Ideale schaffen freie Völker und von jeher waren die freiesten Völker auch immer die idealsten. Sobald sie aufhörten, für die Idee des Schönen und Guten Sinn zu haben, sobald sie durch Genußsucht käuflich wurden und im Materialismus erstarrten, gingen sie an unterzugehen. (Zeitschrift für Erziehung u. Unterricht).

### Korrespondenzen und Heilungen.

Montpellier (Frankreich), 23. Nov. 1906.

Herr Dr. Imfeld,

Arzt des Sauter'schen Institutes in Genf.

Hochgeehrter Herr!

Ich bin sehr glücklich, Ihnen mitteilen zu können, daß der vierjährige Knabe, welchen Sie am 13. dieses Monats wegen **eitriger Brustfellentzündung** in Behandlung genommen, sich bereits in einem Zustande von großer Besserung befindet. Die Behandlung besteht in A 2 + A 3 + O 3 + 3 Korn F 1 in der ersten Verdünnung, wovon der Knabe 2-stündlich 1 Kaffeelöffel zu nehmen hat, morgens und abends hat er 1 Korn N und 3 Korn F 1 trocken zu nehmen, mehrere Mal des Tages ein paar Korn P 4, zu jeder Portion Milch oder Suppe 1 Korn L 1, und die Brust ist abends mit Weißer Salbe einzureiben. Diese Mittel haben eine wunderbare Wirkung gehabt. Das sehr hohe Fieber, welches sehr starken Chinindosen widerstand, hat nach 24-stündiger Kur mit Ihren Mitteln nachgelassen. Der beständige