Zeitschrift: Sauter's Annalen für Gesundheitspflege: Monatsschrift des

Sauter'schen Institutes in Genf

Herausgeber: Sauter'sches Institut Genf

Band: 17 (1907)

Heft: 7

Artikel: Todesahnung

Autor: Kellenberger, H.

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1038279

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: 10.12.2025

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

lich zur Ergänzung bes Nahrungsregimes ber geiftig Beschäftigten absolut notwendig fein?

Diese "nervina" (Nervenmittel), welche eigentlich mehr wie Arzneis als wie Nahrungssmittel betrachtet werden sollten, können, in Augenblicken von eintretender Schwäche der intellektuellen Kraft, von größtem Nutzen sein. Deshalb sollte man sie auch für solche Augenblicke reserviren, in welchen das ermüdete Geshirn seine Tätigkeit zu versagen droht und es dabei trotzdem gezwungen ist, eine noch unsvollendete, dringende Arbeit zu Ende zu bringen.

Wer aber immer ein sitendes und eingeschlossenes Leben führt, muß sich sehr in Acht nehmen diese tostbaren Hilfsmittel zu miß= brauchen. Durch ihre Tendenz die Tätigkeit des Gehirnes zu fehr anzuregen und anzuipornen, durch ihre allzu tonische Wirfung auf die Blutgefäße, erhöhen ber Tee und Raffee zu ftart den Blutdruck und begünftigen dadurch die Entwicklung der Arterio-Sclerofis (Berfalfung ber Arterienmande). Wenn bie geistig Beschäftigten morgens eine Taffe Milch mit wenigem Raffee trinfen und im Berlaufe. des nachmittags eine Taffe leichten Tees, fo fann das feine schlimmen Folgen nach sich ziehen, sondern im Gegenteil, nur von guter Wirkung sein ; ben sehr starken schwarzen Raffee sollen fie aber, wie schon gesagt, nur für dringende Ausnahmefälle zurückbehalten. Sie werden dann um fo mehr Ruten davon ziehen, je weniger ihr Organismus schon daran gewöhnt ift und beshalb um so leichter auf bie Reizwirfung bes Cafeins reagirt, und fie werden die Nachteile einer dronischen Bergiftung sich ersparen.

Für noch so eingeschränkt daß dieses Nahrungsregime erscheinen mag, so ist es doch noch mehr als zureichend um das Leben eines Individuums zu erhalten, welches wenig förperliche Tätigkeit und Arbeit entwickelt. Es ist also bennoch von großer Wichtigkeit den Intellektuellen anzuraten, täglich etwas körperliche Nebungen vorzunehmen, um die Funktionen ihres Organismus in normaler Weise vor sich gehen zu sehen. Spaziergänge, Reiten, Radfahrer, Fechten, Zimmergymnastik sind notwendige Hilfsmittel für jeden der die Ausscheidungsstoffe der Ernährung und des physiologischen Stoffwechsels auf das Minimum reduzieren, und so das vorzeitige Altwerden seiner Organe, mit Einschluß dessenigen des Denkvermögens, verhüten wiss.

Todesahnung.

Wenn der Mensch an sein eigenes "Ich" die Frage stellt, woher bin ich gefommen und wohin gehe ich wieder, bin ich ein Wesen ohne irgend welche Lebensbestimmung auf die Erbe geworfen, ein Bufall ber Natur, ein Brobuft welches nur durch momentane harmonie zwischen zwei Lebewesen ins Leben gerufen, so stutt er an seiner Frage und schiebt dieselbe auf die Seite weil fie ihm unbequem und unlösbar porfommt. - Es ist ja selbstverständlich, daß man sich nicht gerne befaßt mit Thematen welche alle möglichen Ansichten erzeugen; aber gerade darin liegt der Kernpunkt der Wichtigfeit, daß ein jeder Mensch, ob Mann ober Frau, ob Rind oder Greis sich in Stunden des harmonischen Alleinseins ohne Beeinfluffung äußerer Eindrücke, sich baran erinnert, baß in ihm ein "Etwas" enthalten, welches bas Berlangen in sich birgt mit bem Weltenall in Harmonie zu fein; benennen wir es mit bem Wort Gefühl, bem Drang zum harmonischen Ausgleichen zwischen Körper und Denken.

Ja, fragen Sie nur alle die Menschen in Stadt und Land ob sie sich wohlig fühlen in dem beständigen Jagen und Nennen; zu einer Zeit, wo ein großer Teil derselben nicht mehr

im Stande ift, ein heimeliges Befprach führen ohne von einem Thema ins andere zu fallen; fragen Sie die Weltstädtler in ihrer Schnelllebigkeit, wenn fie viel zu früh an Sahren, mit sich und der Welt unzufrieden, am Rande des Grabes stehen und auf ihr ganges leben zurücklicken, ob fie mit bem Sauche innerer Befriedigung einen Rückblick auf ihr vergangenes Dasein machen, und fragen Sie diejenigen welche durch irgend ein bitteres Schicksal bem Menschenleben mit Gewalt einen Abschluß machen, wie es in ber gegenwärtigen Beit so oft der Fall ift, ob nicht die Matur und der Schöpfungsgedanke einen Strich macht gegen alle Abweichungen welche bemfelben bewußt ober unbewußt gemacht werden.

Nach welchen Gesetzen werden jährlich eine so große Menge von Menschen dahin gerafft, welche der Sinnlichkeit fröhnen und in der schönsten Blüte des Lebens gebrochen an Körper und Geist, gezwungen sind von ihrem Dasein Lebewohl zu sagen. Geregelte körperliche oder geistige Arbeit bietet die beste Garantie für ein gesundes und langes Leben.

Betrachten wir nun einmal einen Menschen welcher im Strudel des Daseins, im Kampfe um sein tägliches Brot, gebrochen an Lebensfraft, schwer frank darnieder liegt und mit aller Kraft sich noch einmal empor raffen will zu neuem Leben.

Der Trieb und ber beständige Wille liegt in ihm, aber die Lebensenergie hat nachgelassen, und so sieht er sich in die Lage versetzt, gegen seinen Willen mit dem Schicksal zu teilen welchem jedes Lebewesen ausgesetzt ist. Bei diesem Bewußtsein entrollt sich ihm, einem wandelnden Panorama gleich in merkwürdiger Alarheit, das Bild seines vergangenen Lebens. Unwillfürlich sieht er sich zurückversetzt in seine Jugendjahre mit seinen phantasievollen Vorstellungen für die Zufunst; in lebhasten Farben

sieht er die rosige Welt sich an; kein schrisser Ton unterbricht seine Jugendzeit, sei es dann wenn er hie und da unter den Folgen seiner Bubenstreiche zu leiden hatte.

Bei diesen Erinnerungen entflieht ihm ein faum bemerkbares Lächeln, die suge Errinnerung längst vergangener Zeiten.

Dann wieder entrollt sich ihm das Bild seiner ersten Liebe mit all den vielen Freuden und Leiden die eine solche Zeitperiode mit sich bringt; daran anschließend sieht er zurück auf die lange Zeit der Männer und Kampfesjahre, sieht heranblühen eine stattliche Anzahl von Kindern die unter der treuen Obhut seines Weibes und ihrer Mutter herrlich gediehen und anwuchsen.

Auf einmal entrollt sich ihm eine Träne und ein leises Schluchzen wird vernehmbar. Er steht vor der Bahre seiner langjährigen Begleiterin die eine kurze tükische Krankheit weggerafft, und vor ihm steht die Lücke immitten halberwachsener gerade jetzt so sehr der Pflege bedürftigen Kinder.

So geht der Schöpfungsgedanke vorwärts und gräbt in jedes Lebewesen seine bestimmten Leidensssurchen in irgend welcher Form, und diese Leidenssurchen bilden Weg zur Selbsterstenntnis und zur geistigen Entwicklung seines eigenen "Jchs".

Warum sollte man nicht ein Thema beshandeln, welches jeden Menschen angeht und welchem feiner ausweichen kann; wir sind doch alle dem gleichen Bestimmungsgesetz unterworfen und deshalb haben wir auch das Recht uns um dasselbe zu interessiren.

Ja, sehen Sie nur an, dieses alte Mütterschen und diesen Greis, wie sie mit dem Leben abgeschlossen, mit freundlichem und herzlichen Entgegenkommen, alle an sie gerichteten Fragen mit verplüffender Klarheit und Deutlichkeit beantworten; seht nur welch' milber Strahl

aus ihnen leuchtet wenn sie aus ihrem versgangenen Leben ihre Erfahrungen mitteilen; seht ihre Augen blitzen wenn sie in ihren Schilderungen ihr vergangenes Leben zur Darsstellung bringen, und seht den milden Hauch den all die vergangenen Lebensschicksale herangereift; gibt es etwas Schöneres als hineinzublicken in diese mit dem Weltenschicksal ausgesöhnten Augen. Gewiß haben auch sie die Bitterkeiten des Lebens kennen gelernt, aber aus dieser Bitterkeit ist der süße Kern herausgesunden worden, welcher emporhebt über all die Leidenschaftlichkeiten des Lebens.

Und wieder blicket hinein in die Augen leidenschaftlicher Menschen welche in ihren alten Tagen noch gebunden an alle materiellen Ansgelegenheiten unzufrieden ihr Leben fristen und nicht begreifen und daran denken, daß es eine Scheidewand gibt welcher Niemand entrinnen kann.

Ahnung ist ein Wort welches in unserer deutschen Sprache eine tiefgehende Bedeutung hat; sie zeigt immer und immer wieder ein tief seelisches Moment an, bei demjenigen den sie erfaßt, und gewöhnlich sind es diejenigen Menschen welche mehr für andere als sür sich selbst denken, bei denen das Seelenleben abgeklärter sich abgewickelt; ein Gefühl tiefster Erhabenheit ergreift sie, wenn sie nicht zurückschrecken vor dem Gedanken welcher sich ihnen aufdrängt in Stunden seelischen Alleinseins. Dann wird es ihnen klar, daß sie sich nicht beängstigen brauchen, vor einer Zukunft welche dem menschlichen Fühlen zum großen Teil versschlossen so nahe liegt.

In tiefer Erhabenheit steht sie da, die vers
föhnende Schöpfungsnatur, gleicht alles aus
was dem menschlichen Verstande unerreichbar
zu sein scheint, und hilft ihm hinweghelfen über
die bittern Schicksale in dem erkämpften Bewußtsein, daß es ein "Etwas" gibt welches

über allen menschlichen Verstand erhebend aus- föhnend und ausgleichend ift.

Bei diesem Gedanken dürfen wir ruhig demjenigen Teil unseres Lebens entgegensehen, welcher als Abschluß bes Daseins bezeichnet wird.

Ueber die Mauern können wir mit unserm menschlichen Auge nicht sehen, aber die Ahnungen sind ein Etwas Seiendes welches dem menschlichen Verstande als Rätsel dasteht.

S. Rellenberger, Nervenargt.

Korrefpondenzen und Beilungen.

Einige unserer älteren Jahrgänge der Unsnalen durchlesend, haben wir zufällig eine in hohem Grade interessante Korrespondenz der Frau Gräfin H. von Bismarck zu Gesicht bekommen, die wir unseren Abonnenten von 1907 mitzuteilen uns nicht enthalten können, um ihnen zur Kenntnis zu bringen was 1895 die hohe Dame über die Sauter'schen Heilmittel schrieb. Die in der Januarnummer der Annalen von 1895 veröffentlichte Korsrespondenz lautet wie folgt:

Die besten Hausmittel.

Ein sehr beherzigenswertes Urteil über die elektro-homvopathischen Heilmittel veröffentlicht die Gräfin H. von Bismarck in der Wochenschrift für die Deutsche Frauenwelt "Von Haus zu Haus", herausgegeben von Anny Wothe, daß wir zum Abdruck bringen.

"Die Gesundheit ist ein köstliches Gut und dankbar ergreifen wir bewährte Mittel, sie wieder herzustellen, wenn sie uns oder den Unsrigen teilweis verloren ging. So mancher scheut sich bei jedem Anlaß sofort einen Arzt zu holen. Dies ist besonders auf dem Lande oft auch schwierig. Es gibt ja viele Haus-mittel, die allgemein bekannt und wohl in den