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

Herausgeber: Sauter'sches Institut Genf

Band: 22 (1912)

Heft: 6

Artikel: Alt werden und jung bleiben : Vortrag auf dem Münchener Bundestage des Deutschen Begetarianer-Bundes am 18. Juli 1908

Autor: Meyer, Bruno

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1038148

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: 20.08.2025

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. 6. 22. Jahrgang der deutschen Ausgabe. **Juni 1912**

Inhalt: Alt werden und jung bleiben. — Skrofulose. — Gedanken über die Impfung. — Gesundheitsschädigungen beim Warmbaden. — Korrespondenzen und Heilungen: Ischias; nervöse Kopfschmerzen und Schlaflosigkeit; chronische Luftröhrenentzündung; Wechselfieber; Gelenkrheumatismus. — Der Kampf gegen die Impfung in Nord und Süd.

Alt werden und jung bleiben.

Vortrag auf dem Münchener Bundestage des Deutschen Vegetarianer-Bundes am 18. Juli 1908.

Von **Bruno Meyer**, Rudolstadt.*)

* * *

Werte Zuhörer!

Man hat mich freundlich und dringlich meiner Garten-, Holzstall- und Radlersorgen für ledig erklärt und erwartet, daß ich vor Ihnen für die uns teuere vegetarische Sache ein gut Wort einlege.

Ich selbst halte mich nicht geschaffen für Pionier- und Agitatordienste: je tiefer ich das redlich erworbene Glück körperlicher und seelischer Neugeburt ermessen lernte, umso sparsamer ward ich daher mit Kundgabe meiner Erkenntnisse. Aber dem Rufe bin ich doch um der Sache willen mit rechter Freude gefolgt. — Meine Erfolge sind auch die von Ihnen allen, Erfahrenen und Ungeschulten, angestrebten. Der Aufgabe, die ich mir gestellt, gerecht zu werden, lasse ich also mehr, als sonst gewohnt, eigene Erfahrungen in den Vordergrund treten. Ich bitte, das dem Unstudierten nachzusehen. Ich werde aber deutlich und deutsch sprechen, Lessings dabei gedenkend: „Ein jeder sage, was ihm Wahrheit dünkt, und die Wahrheit selbst sei Gott empfohlen".

Meinem Thema schließt sich ein altes Sprichwort an, auf das ich erst kürzlich hingewiesen wurde:

Alt werden Gottes Gunst,
jung bleiben Menschenkunst.

Wie kümmert diese Kunst, zu der Dankbarkeit wie Klugheit verpflichten sollten, heute bei uns hin, die wir doch Pflege und höchstes Gedeihen unserer tierischen Hausgenossen ernsten Studiums wert erachtet haben!

Unsere Kultur hat manches höchst Mangelhafte, ja geradezu Schlechte zur Gewissenssache gemacht, doch vom guten Gewissen wohlerfüllter Leibespflicht wissen die wenigsten in der Menge. Eines folgt dem andern.

An Staat und Kirche richten lange schon ernste Zeugen der Not dringende Mahnungen nach dieser Seite hin. Sie sprechen für das Gesamtwohl deutlichste Sprache. Die Mahner sind die Kranken- und Siechenhäuser, die Irren- und Strafanstalten. Sicher fehlt oben nicht Einsicht und guter Wille, aber wohl die eiserne Hand, die rückhaltlos den Kehrbesen handhabt.

*) Dieser Artikel ist für Jedermann, auch für nicht Vegetarianer, sehr interessant. (Die Red.)

Unsere erleuchtete Schule jammert heute noch nach der als unerläßlich auch oben anerkannten Gesundheitslehre. Die Kirche hat andere Sorgen als die um leibliches Wohlergehen. Ihr genügt nach dem Zivil-Akt im Standesamt der Segensspruch: „Seid fruchtbar und mehret euch!" Keine Frage hat sie übrig an den Mann: Bist du lauter, und ist dein Weib, sind deine Nachkommen gesichert gegen die große Geißel der Kulturvölker? Unsere Sittenlehre setzt das Gewissen wohlerfüllter Leibespflicht tief unten; wo sie aber das leibliche Verhalten schärfer ins Auge faßt, wie in Sachen des Geschlechtslebens, da verfährt sie wie ein schlechter Erzieher: sie verhängt 17 Verbote, ohne auch nur ein Gebot auszusprechen, ohne ein Wort der Sorge und Pflege. Die Pflicht des Gesundbleibens kennt sie nicht. Die leuchtet aber auf der Fahne unserer noch kleinen, doch täglich in allen Weltteilen wachsenden Schar obenan und am Horizont dämmert für uns der Tag, an dem es für eine Schande gilt, krank zu sein. Kranke finden sich auch unter uns viele: sie griffen, erfolglos behandelt, zum Teil arzneikrank, zum rettenden Strohhalm. Manche unter uns müssen von Beginn an mit den Schäden rechnen, die Vererbung, die Erwerbsart, Not der Verhältnisse und eigene Schuld über den Körper verhängten. Manche gedenken auch durch den Speisezettel allein Körper und Seele zu retten; sie kommen sicher nie ans Ziel. Der Vegetarismus ist eben nur ein Glied einer Kette, wenn auch das stärkste; er ist praktisch ein unvergleichliches Mittel zu höherem Zweck: zu Herren soll er uns machen über natürliche, über entartete und verwilderte Triebe. Das kommende Geschlecht, veredelnden Einflüssen zugänglicher als wir, wird kräftig für unsere Lehre zeugen, an den Früchten wird man uns erkennen.

Heute werden wir noch nicht erzogen zu selbständigem Folgern und Handeln. „Dem jungen Ich faßte heute das Leben mit zwei starken Fäusten nach dem Nacken und sie kneten und formen den weichen Ton nach ihrer Weise und legen die Persönlichkeit, den Charakter lahm." Ueberlieferung und Gemeinschaft heißen die Fäuste, Tradition links, „die Leute" rechts, beide robust und rücksichtslos, in allen Lebenslagen der Studierten und Unstudierten tätig. Die Krone des Schuldrills ist heute noch ein geglücktes Examen, das Ausleben auf der Hochschule ist die Prämie für die gute Zensur und „reichen die Kräfte des „Ausgelebten" bis zur höheren Altersstufe, dann braucht er des Lebens zweite Hälfte, um den in der ersten anerzogenen Ballast von Lüge und Vorurteil wieder loszuwerden." (Kurt Breysig.)

Daß diese beiden Hemmschuhe freudiger Entwickelung unserer natürlichen Kräfte äußerst wirksam auch in der Ernährungsfrage, liegt offen zutage und der Kampf gegen sie ist den Anhängern der naturgemäßen Ernährungsweise nicht erspart geblieben. Er ist in aller Stille unausgesetzt durchgeführt worden und soweit mit Glück, als die öffentliche Meinung heute schon geneigt sich zeigt, den allwärts rührigen Reformen zum friedlichen Ausgleich die Hand zu reichen. Sie hat übrigens Grund genug dazu; denn was heute in ungeahntem Maße zur Erhöhung des hauswirtschaftlichen Wohlbehagens mitwirkt: die Tätigkeit der Knorr-, Hohenlohe-, Maggi-, Kathreiner-, der riesig wachsenden Dörrgemüse-, Konserven- und Weck-Industrie, sie begründete sich durchweg auf die eindringliche Anregung von Ernährungsreformen.

Lassen sie mich nun von der Menschenkunst des Jungbleibens sprechen, zu der die Tage rechter Not mir den Weg wiesen, zu der „die himmlischen Mächte" mir das Handwerkszeug lieferten. Ja, sie halfen redlich mit, stetig und treu; denn

„allen Gewalten
zum Trutz sich erhalten,
nimmer sich beugen,
kräftig sich zeigen,
rufet die Arme der Götter herbei."

Ich schicke voraus, daß sich die Fälle häufen, wo freundliche Menschen, die innerlich wohl durchweg von der Lauterkeit meines Ernährungssystems lange überzeugt sind, mit schmeichelhaft klingenden Worten den Sonderling begrüßen: „Ich staune Sie an!" „Wir bewundern Sie mit Ihrer blühenden Frische!" sind stehende Floskeln geworden. Nach der Quelle meines Gedeihens fragte bisher aber keiner der Erstaunten. Da denke ich: sie fürchten den Kern, preisen die Schale und halten sich so von moralischer Verpflichtung frei. Denn Bewunderung nötigt nur selten zur Nachahmung. Jüngst haben die Schmeichler mir nun gar das Prädikat des „festen Hünen" zugebilligt. Dem Schmeichelwort bin ich aber nie gerecht geworden. Von den reiferen Jünglingsjahren an hat es mir an stärksten Anfechtungen meiner Gesundheit nicht gefehlt. Schwere Skrophulose brachte im besten Mannesalter mir zweijähriges Elend, mit aus Anlaß ganz widersprechender Diagnosen. Erst spät ward von dem Arzte der Stein der Weisen gefunden und 40 Pfund ungereinigten Lebertrans halfen dann dem Versuchskaninchen auf die Beine. Ein Jahrzehnt vorher hatte dem Jüngling, der von Jugend auf unter den Genossen ein überragender Halm war, die ostpreußische Malaria und Wassersucht Denkzettel fürs Leben eingeprägt. Nach langem, bangem Schwanken damals genesen, stellte sich das Skelett zum Militärdienst. Ich gedachte nämlich, der Artillerie zuhilfe zu kommen, doch schnöde wies man den Patrioten zurück: „wegen Engbrüstigkeit und Anzeichen von Lungentuberkeln militär-untüchtig" lautete das Urteil der Kommission. Das Elend, welches endlose Chiningaben und im Laufe der Krankheiten eine ganze Garnitur von sogenannten drastischen Mitteln damals über mich brachten, bleibt unvergessen bis zur Stunde.

(Zeitschrift für Erziehung und Unterricht.)

(Schluß folgt.)

Skrofulose.

***

„Skrofeln" sind eine weitverbreitete Kinderkrankheit. Allerdings wird häufig von Laien für Skrofeln gehalten, was ganz etwas anderes ist; die Kinder werden mit „Kuren" gequält, die natürlich ihren Zweck vollständig verfehlen. Anderseits wird freilich oft genug das Leiden nicht rechtzeitig erkannt, und arg vernachlässigte Fälle kommen dem Arzt zu Gesicht. Endlich gibt es Eltern, die wohl wissen, daß ihre Kinder mit Skrofulose behaftet sind, die aber das „bischen Skrofeln" selbst behandeln zu können glauben, oder das Leiden unbehandelt lassen, weil „so etwas ja ganz von alleine ausheilt". Daß diese Meinung eine irrige ist, wird zu spät erkannt.

Freilich gibt es leichte Fälle, die wohl auch einmal von selbst ausheilen, Fälle, wo das Leiden edlere Organe verschont. Aber vernachlässigt können auch diese Erkrankungen äußerst schwere, später unheilbare Veränderungen hervorrufen, edle Organe können völlig der Zerstörung anheimfallen und solche Kinder zeitlebens Krüppel bleiben.

Skrofulose ist ein Leiden, das in den verschiedensten Organen, in den Drüsen, an der Hand, an Knochen, an Ohr, Auge, Nase, Lunge u. s. f. sich festsetzen kann. Bald ist es dieses Organ, bald jenes, welches hauptsächlich befallen wird, oft werden mehrere in Mitleidenschaft gezogen. Und zwar beginnt die Krankheit in dem einen Falle an der Haut, in einem andern an