Zeitschrift: Sauter's Annalen für Gesundheitspflege: Monatsschrift des

Sauter'schen Institutes in Genf

Herausgeber: Sauter'sches Institut Genf

Band: 27 (1917)

Heft: 10

Artikel: Die leibliche und seelische Hygiene entsprechen einem Naturgesetz

[Fortsetzung]

Autor: Imfeld

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1037939

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

Sauter's Annalen für Gesundheitspflege

Monatsschrift des Sauter'schen Institutes in Genf

Herausgegeben unter Mitwirkung von Aerzten, Praktikern und geheilten Kranken.

Mr. 10.

27. Jahrgang der deutschen Ausgabe.

Oktober 1917.

Inhalt: Die leibliche und seelische Hygiene entsprechen einem Naturgesetz (Forsetzung). — Der Krieg und das Kind. — Hippokrates über die ärztliche Kunst und die Aerzte. — Obstkuren, und bei welchen Krankheiten sind dieselben anzuwenden? — Warum soll man den Hals frei tragen? — Korrespondenzen und Heilungen: Entzündung des Ellbogengelenks; Entzündung der Brustdrüse; chronische Darmentzündung; Geschwür an der Zunge. — Berschiedenes: Der beste Weg alt zu werden. — Zurück zu der einfachen Lebensweise.

Die leibliche und scelische Hygiene entsprechen einem Naturgesetz.

Bon Dr. 3mfeld.

Mens sana in corpore sano. (Fortjegung.)

3. Die Reufchheit.

Die Renschheit, d. h. die Sittsamkeit in sexuseller Beziehung ist eine von einem Naturgesetz gebotene Tugend. Die Zügelung des Geschlechtstriebes und die Mäßigung in seiner mit so tief eingreisenden physischen und psychischen Empfindungen und Erregungen verbundenen Befriedigung ist nicht nur gut und vorteilhaft, sondern selbst, zur Erhaltung der Kräfte und der leibslichen und geistigen Gesundheit, unumgänglich notwendig. Die Erfahrung lehrt uns ja, daß man, bei Beherrschung der Sinnlichkeit und bei weiser Regelung des sexuellen Lebens, seine Existenz, bei voller körperlicher und geistiger Kraft, verlängern kann.

Die Ausschweifung ist schädlich; die absolute Enthaltsamkeit aber auch. Nur der goldene Mittelweg ist, beim gesunden Menschen, das Richtige.

Die Natur verbietet die Ausschweifung, weil fie, fowohl für die materielle wie für die moralische Eristenz, die Ursache von unzähligen llebeln ift. Wer fich diefem Lafter bingibt, entnervt und schwächt sich; seine geistigen und förperlichen Arbeiten werden ihm zur Laft; er ergibt fich dem Müßiggang und der Berschwenbung, welche feine Eriftengmittel beeintrachtigen, ihn in ber öffentlichen Achtung herunterseten und seinem Rredit ichaben. Er verwickelt fich in Berlegenheiten, Sorgen und Mighelligfeiten jeder Art; oft fett er fogar fein Leben ben größten Befahren aus. Er wird bas Opfer ichwerer und langdauernder Krantheiten, die fein Blut vergiften und feine Rrafte berunterbringen; die Erschöpfung und Erschlaffung bes Mervenlebens führen ihn zum Stumpffinn, und schlieglich fällt er einem vorzeitigen und fiechen Alter anheim.

Ihrerseits aber ist für den gesunden Menschen die absolute Enthaltung keine Tugend, sondern vielmehr eine Sünde gegen die Natur, weil sie dem Zweck derselben entgegengesetzt ist.

Die absolute Reuschheit ist weder dem Indis viduum noch der Gesellschaft nützlich, ja, im Gegenteil schädlich. Zunächst schadet sie der Menschheit indem sie dieselbe eines wichtigen Faktors ihres Reichtums und ihrer Macht beraubt, nämlich ihrer weiteren Fortpflanzung; überdies ist die Selbstsucht der Junggesellen, welche, mit wenigen Ausnahmen, nur für das Wohl ihrer eigenen Existenz besorgt sind, den allgemeinen Interessen der Gesellschaft entgegengesetzt.

In zweiter Linie aber ichabet bie absolute fernelle Abstinenz den Individuen, die in der= felben leben, zunächst badurch, daß dieselben ber Beziehungen und Buneigungen entbehren, welche die Quelle der häuslichen und gesell= schaftlichen Tugenden sind. Ueberdies fann bie absolute Enthaltsamteit, unter gewissen Umständen bes Alters, ber Lebensweise und bes Temperaments, ber Gefundheit ichaden und gur Urfache von ernften Rrantheiten werden, benn fie ift die Berneinung bes Raturgesetzes, auf welchem die Reproduktion der Menschen beruht. Diejenigen, welche bas Leben in ftrenger Reusch= heit über die Magen loben und als Tugend preifen, befinden fich im Widerspruch mit ber Mahnung, welche, mit dem Naturgefet übereinstimmend, fagt: "Bachfet und mehret Euch!"

Also, weder Zügellosigkeit noch absolute Enthaltsamkeit. Die wahre, die einzige Lösung des Problems liegt in der Liebe, welche den Mann und das Weib in der She zusammenführt und die den Zweck verfolgt, das Gebot: "Wachset und mehret Euch!", zur Tat werden zu lassen. Das Kind muß die Frucht sein der durch eine legitime Liebe geweihten Verbindung des Mannes und des Weibes.

Beim Weibe gilt, aus vielen schwerwiegenden Gründen, die Reuschheit als eine noch größere und noch viel notwendigere Tugend als beim Manne.

In der Tat ist beim Weibe die Unkenschheit, sowohl für sie, als auch für die menschliche Gesellschaft, mit noch viel größeren und bedentlicheren llebelständen verbunden als beim Manne. Ohne die moralischen llebelstände und die Krankscheiten in Betracht ziehen zu wollen, welchen das Weib ebensosehr ausgesetzt ist wie der Mann, so ist bei der Jungfrau der Verlust ihrer Unsbestettheit von der größten Tragweite, denn dieser Verlust hat in der Regel eine Aenderung des physischen und moralischen Temperaments zur Folge und bedingt sehr oft ein Hindernis zur Verheiratung.

Aber die allerbedenklichste Folge der Unsittlichfeit beim Weibe ift die Gefahr Mutter gu werden, der es fich aussett. Wenn eine Jungfrau, ein lediges Weib, ober eine Witme, in außerehelichem Zuftand, Mutter wird, fo führt biese gesetzwidrige Lage zu einer Quelle von Schande und öffentlicher Berachtung, was das gange leben mit Sorge und Bitterfeit erfüllt und jede ernstliche Berforgung und gesellschaft= liche Stellung unmöglich machen fann. Ueber= dies tann der Mutter noch die Burde der Ernährung und der Erziehung des vaterlosen Rindes zu Teil werben. Unter Umftänden wird fie, wegen Mittellofigfeit ober anderweitigen Umständen, dieser Pflicht nicht ober nur unter schweren Opfern genügen fonnen; fie wird bas notwendigfte entbehren muffen und dem Glend anheimfallen; ihre armfelige Eriftenz, sowie die ihres Rindes, werden badurch zu einem Rreugweg voller leiblicher und feelischer Sorgen und Qualen.

Die Gefahren, welcher sich die Frau aussetzt, die infolge eines ehebrecherischen Verhältnisses Mutter wird, sind übrigens von einer noch viel größeren Tragweite. Selbst in den Fällen, in welchen es ihr gelingt dem Gatten gegenüber den Schein der Treue zu bewahren und die Frucht des Chebruches als eine legitime anerstennen zu lassen, so wird dennoch dieses Kind, dessen Vater nicht ihr Gatte ist, für die Mutter eine fortwährende Ursache von Unruhe und

banger Sorge fein, benn fie wird ftets unter ber Furcht leben möglicherweise fich felbit gu verraten, ober es fonftwie erleben zu muffen, daß einmal, unerwartet, die Wahrheit an ben Tag tommen fonnte. Uebrigens fann bas Rind, nach dem Ableben bes auf Grund bes Betruges gesetlich anerkannten Baters, zum unrecht= mäßigen Erben eines Teiles ober bes gangen Nachlaffes deffelben werden. Rur in Ausnahmefällen bleibt aber der Chebruch ein Geheimnis. Gewöhnlich tommt basselbe an ben Tag und wird das ehebrecherische Weib für ihren Fehler zur Berantwortung gezogen. Sie wird die ichredlichen Folgen besielben tragen muffen, fie wird unglücklich fein; Tag und Nacht, und bis zu ihrem Tode, wird fie gepeinigt fein burch bie in ihrem Gemiffen und in ihrer Seele nagenben Borwürfe ber bitteren Rene. Ueberdies werben aber noch oft das Unglück und das Bergeleid auch das leben des armen und unichuldigen Rindes ber Gunde verbittern.

Von den Weibern, die sich verkaufen und von der Prostitution leben, haben wir hier kaum zu sprechen. Wir wissen ja übrigens, daß dieselben, selbst dann, wenn sie durch ihre erniedrigende Prosession zu großem Reichtum und zu einer glänzenden Stellung in der Welt der Galanterie gelangen, schließlich doch in Armut und Elend fallen und einem traurigen Ende entgegen gehen. — Das sei aber doch betont, daß diese Krämerinnen der Liebe, aus vielen hier nicht weiter zu nennenden Gründen, den Mänsnern noch gefährlicher sind als sich selbst.

Das Naturgesetz mahnt uns sogar vor den bloßen unsittlichen Gedanken und Begierden uns in Acht zu nehmen, denn dieselben entsslammen die Sinne und führen zur verbotenen Tat. Das ist um so gefährlicher, weil, infolge eines andern, in unserem körperlichen Organissuns sich geltend machenden Naturgesetzes, diese Handlungen zu einem Bedürfnis werden, welches

zu bestimmten Zeiten befriedigt zu werden verslangt, gerade so wie irgend eine andere physsiologische Funktion. Der durch gar zu oft wiederholte Befriedigung des sexuellen Bedürfnisses erlittene Kräfteverlust wird aber der Gesundheit schaden, ja selbst das Leben gefährben. Das ist der Grund, warum unreine Gestanken und Begierden fern gehalten werden müssen.

Die geschlechtliche Sittsamkeit ist eine ershabene Tugend, denn sie läßt uns Scham und Efel empfinden vor jeder unmoralischen Hand-lung. Sie erhält die Reinheit und die Ruhe der Seele. Durch sie wird der Leib gesund und stark bleiben wie ein kräftiger Baum im Walde. Durch sie werden die Annut und die liebliche Schönheit und Frische der Jugend am längsten beibehalten.

Der Glanz dieser Tugend wird sich in ber gangen Berfon, die fie befitt, wiederspiegeln, und zwar in ihrer forretten und unschuldigen Haltung. Das sittsame Weib ift geachtet, gesucht und genießt die Borteile bie ihr eine glücfliche und nütliche Exifteng ermöglichen. Berheiratet wird es eine tugendhafte Battin fein und eine mufterhafte und liebende Mutter; Wittve ober unverheiratet wird fie von aller Welt, sei es in der Familie, sei es in einem unabhängigen Beruf, geehrt und hochgeschätt. wird ein glückliches leben führen, und sowohl fich felbst als seinem Nächsten nütlich sein fonnen. - Das unsittliche Weib hingegen wird, im Gegenteil, von allen verachtet und verstoßen werden. Die Schmach und bas ichwarze Glend werben die letten Gefährten -feiner Erifteng fein. -

(Fortfetjung folgt.)

