**Zeitschrift:** Sauter's Annalen für Gesundheitspflege: Monatsschrift des

Sauter'schen Institutes in Genf

Herausgeber: Sauter'sches Institut Genf

**Band:** 27 (1917)

Heft: 11

**Artikel:** Die leibliche und seelische Hygiene entsprechen einem Naturgesetz

[Fortsetzung]

Autor: Imfeld

**DOI:** https://doi.org/10.5169/seals-1037942

### 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:** 13.12.2025

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. 11.

27. Jahrgang der deutschen Ausgabe.

Movember 1917.

Inhalt: Die leibliche und seelische Hyziene entsprechen einem Naturgesetz (Fortsetzung). — Der Arieg und das Kind (Fortsetzung und Schluß). — Hippokrates über die ärztliche Kunst und die Aerzte (Fortsetzung und Schluß). — Zum Barsußgehen. — Heißer Kaffee. — Korrespondenzen und Heilungen: Fallsucht; Neurasthenie; Krampfadergeschwüre; Luftröhrenentzündung. — Berschiedenes: Geruch und Berdauung. — Woleben die meisten Hundertjährigen?

# 磁磁磁磁磁磁磁磁

Die leiblidje und seelische Hygiene entsprechen einem Naturgesek.

Bon Dr. 3 mfeld.

Mens sana in corpore sano. (Fortsegung)

## 4. Der Mut (Virtus).

Der Mut ist hier im Sinne des Wortes Virtus der alten Römer zu nehmen, was so viel bedeutet als Männlichkeit, seelische und förperliche Kraft, Energie und Lebensmut.

In diesem Sinne aufgefaßt ist der Mut eine von der Natur gebotene Tugend, und zwar eine sehr hochstehende, denn die seelische und törperliche Kraft ist ein wirksames und unumgänglich notwendiges Mittel zu unserer Selbsterhaltung und zu unserem Bohlleben. Der mutige und starke Mann, im Besitze seiner vollen förperlichen und seelischen Kraft, im Besitze eines starken ungebrochenen Willens, erleidet keinen Widerstand, er empört sich gegen jede Ungerechtigkeit, er verteidigt sein Leben, eine Freiheit und sein Sigentum und, wenn notwendig, das Sigentum, das Leben seines Nächsten und die Freiheit seines Baterlandes. Er beschütt den Schwachen, er ift die Stüte bes Wehrlosen. Durch seine physische und moralische Rraft, burch seinen ftarfen Willen gur Arbeit, verschafft er sich und seiner Familie eine unbesorgte Erifteng und genießt fie in ruhigem Seelenfrieden. Wird er aber von einem Unglück heimgesucht, das er nicht felbst verschuldet hat und trot feiner Borficht und feiner Rlugbeit nicht von sich hat abwehren können, dann erträgt er dasselbe mutig und ergeben, ohne von biefem Schicksalsschlag sich niederbeugen zu laffen, fondern, im Gegenteil bereit, durch feine Energie und feine Rraft ben erlittenen Schaben wieder gut zu machen. Das ift der Grund warum die alten Lehrer der Moral die Kraft und den Mut zu den hervorragenoften Tugenden rechneten.

Der Gegensatz des Mutes ist die moralische Schwäche, welche sehr oft mit der Feigheit Hand in Hand geht. Sind wir berechtigt die Schwäche und die Feigheit als Laster anzusehen? Dasrüber ließe sich streiten. Wenn die nivralische Schwäche die Folge der förperlichen Schwäche ist, könnte man sie wohl kaum als Laster kennseichnen; das wäre nur dann der Fall wenn sie unabhängig wäre von einer physischen

Schwäche oder von einer Geistesfrankheit. Die Feigheit wäre noch eher als die Schwäche ein Laster; aber auch hier ist nicht ausgeschlossen, daß die Schwäche des Körpers und des Geistes dieselbe entschuldigen können.

Die moralische Schwäche, d. h. der Mangel an Energie, Willensfraft, Entschlußfähigkeit und Initiative, sowie die Feigheit sind im Grunde teine Laster, sondern vielmehr Gebrechen, oft sogar ein Unglück, sie sind in allen Fällen was die Alten als eine unheilbringende Fatalität bezeichneten.

Die Schwäche und die Feigheit find die Quellen ungähliger lebel. Der schwache, und noch mehr ber feige Mann, lebt unter beftanbigen Sorgen, unter fortmährender Furcht und Ungft : er ift unfähig ben Rampf für feine Erifteng zu fämpfen und feine materiellen und moralischen Interessen zu mahren. Durch bie, meistens unbegründete, Furcht vor Angriffen und Befahren untergrabt er feine Befundheit; biese Furcht ift ein Uebel das nie jum Beile gereichen fann, fie macht ben feigen Mann jum Sflaven eines Jeben ber feine Gewalt über ibn ausüben und ibn unterdrücken will. Durch feine Unterwürfigfeit, die alle feine Abwehrmittel lahm legt, verliert er bie gu feiner Exifteng notwendige Selbständigkeit und macht sich vom Willen und von den Lannen aller Welt abhängig.

Wir haben schon betont, daß die moralische Schwäche und die Feigheit die Folge der physischen Konstitution und des individuellen Temperaments sein können. Das Gleiche gilt auch vom Mut und der moralischen Kraft, die, wie wir übrigens schon angedeutet haben, bis zu einem gewissen Grad, von der Gesundheit und der physischen Kraft abhängen können. Das ersehen wir übrigens schon daraus, daß Mut und moralische Kraft, Feigheit und moralische Schwäche sich oft durch das Blut von Genes

ration zu Generation forterben. So ist es auch tatsächlich festgestellt, daß selbst bei Tieren ge-wisse physische und moralische Eigenschaften sich bei allen Individuum derselben Rasse vorsinden.

Wenn nun aber die moralische Schwäche und die moralische Kraft zum guten Teil von der individuellen Konstitution und dem individuellen Temperament abhängen, welche ihrerseits von der Nahrung beeinflußt werden, so frägt es sich schließlich ob es nicht in unserer Wacht steht durch unsern Willen einerseits die Schwäche zu befämpfen, anderseits den Mut uns anzueignen?

Wenn das nicht der Fall wäre, dann wäre ja die moralische Kraft feine Tugend; sie ist eben deshalb eine Tugend weil es von unserem. Willen abhängt dieselbe zu erlangen.

Zunächst geben die Erziehung und der Unterricht uns die Mittel an die Hand die moralische Kraft zu erstreben und sie uns zu eigen zu machen; dann aber ist es Sache unseres Willens und unserer Energie, die moralische Schwäche, ja soviel als nur immer möglich auch die physische, zu bekämpfen, und deshalb ist der Mut, d. h. die moralische Kraft, eine Tugend.

(Fortschung folgt.)



# Der Krieg und das Kind.

Bon Dr. med. Löhmann.

(Fortsetzung und Schluß.)

Die gegenwärtige Kriegszeit gibt diesem Empfinden des Kindes ja überreichliche Nahrung, und unverständige Erwachsene tragen nicht selten, durch törichtes und unüberlegtes Neden in Gegenwart der Kinder, noch fräftig dazu bei. In erster Linie wird es naturgemäß die Furcht vor der seindlichen Soldateska, vor Mord, Brand und Plünderung sein, die das Kind erregt,