Zeitschrift: Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift

Herausgeber: Pestalozzigesellschaft Zürich

Band: 37 (1933-1934)

Heft: 15

Artikel: Es ist der Geist, der sich den Körper baut : neue Forschungsergebnisse

über eine alte Frage

Autor: Martin, W.

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-669828

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: 18.10.2025

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

Es ist der Geift, der sich den Rörper baut.

Neue Forschungsergebnisse über eine alte Frage.

Fast hundert Jahre lang haben in der Mei= nung der breiten Öffentlichkeit jene flachen, völlig verkehrten Anschauungen gespukt, die alles Geistige nur als ein Spiegelbild des Materiel= len auffassen wollten. Die mechanistisch eingestellten, führenden Naturwissenschaftler des vori= gen Jahrhunderts hatten wörtlich die unsinnige Behauptung aufgestellt, daß Geist und Seele ein Produkt, eine Absonderung des Gehirns seien, ebenso wie die Galle ein Ausfluß der Leber ist. Heute zeigen uns die Beobachtungen und Untersuchungen der modernen Naturwissenschaftler mit jedem Tage deutlicher, daß die wichtigsten för= perlichen Geschehnisse sehr oft durch seelische Stim= mungseinflüsse, durch rein geistige Vorstellungs= bilder entstehen — die Erfahrung der Arzte lehrt uns, daß ein Mensch wohl an einer Krebs= frankheit, ebenso aber auch an einer plötlichen seelischen Erregung zugrunde gehen kann!

Man kann dabei ganz absehen von jenen noch unerforschten Gebieten des menschlichen Lebens, den "parapsychologischen" Erscheinungen, Gedanken-übertragung, Stigmatisation und ähnlichen Dingen, sondern sich lediglich an die Tatsachen halten, die von der Naturwissenschaft bereits einwandsrei nachgewiesen und exakt aufgeklärt sind. Auch dies allein wird uns davon überzeugen, daß außerordentlich zahlreiche Beziehungen zwischen scheinbar rein geistig-seelischen und körperlichen Geschehnissen bestehen, daß es wirklich der Geist ist, der sich den Körper baut.

Aufregung und Angst verändern unseren Körper!

Vor kurzem machten zwei bulgarische Forscher die interessante Beobachtung, daß Menschen, die sich in Angst oder starker Unruhe besinden, eine Reihe von charakteristischen körperlichen Veränderungen ausweisen. Menschen, die kurz vor einer Operation stehen und — in noch viel höherem Grade — Examenskandidaten zeigen einen deutlich erhöhten Blutdruck und eine beschleunigte Herztätigkeit; ferner stieg der Blutzucker erheblich an und die Zahl der weißen Blutkörperchen vermehrte sich!

Es gibt noch eine große Reihe ähnlicher wifsenschaftlicher Beobachtungen, die alle eine einseutige und beweiskräftige Sprache führen, ohne daß man jedoch die Ursachen dieser Zusammenshänge restlos aufklären kann. Vieles an diesen "geistigen" Organveränderungen wird für den Naturwissenschaftler wohl immer rätselhaft bleisben, und wie für alles Geistige und Seelische wird man dafür eine befriedigende materielle

Erklärung nie finden. Immerhin ist man heute in der Erforschung der gegenseitigen Beziehungen von Körper und Geist wesentlich weitergekommen als im Zeitalter des kraffen Ma= terialismus. Bekanntlich spielen sich die Vorgänge in unseren inneren Organen, in den Blutgefäßen und Eingeweiden, im Herzen und den Hormondrüsen unter dem Einflusse eines besonderen Nervensustems, der sogenannten "autonomen" (unwillfürlichen) Nerven ab. Heute wissen wir, daß dieses regulierende Nervensustem feineswegs so autonom und selbstherrlich ist, wie man lange Zeit meinte. Es steht vielmehr — das beweisen die neuesten wissenschaftlichen Untersuchungen ganz deutlich — sehr stark unter dem Einfluß seelischer und geistiger Vorgänge. Eine Reihe von Nervenbahnen, die man im einzelnen noch nicht kennt, stellen die Verbindung des vegetativen Nervensystems mit den geistigen Bewußtseinszentren im Großhirn her. So stellt man sich wenigstens heute die geistige Beeinflusjung der Organfunktionen vor.

Rann man vor Schreck sterben?

Unser Herz ist zweisellos dasjenige Organ, das am meisten unserer jeweiligen Stimmungslage unterworsen ist. Schreck und Freude peitschen in plötzlicher Auswallung den Herzmotor auf, er zieht sich krampshaft zusammen und wirst, von seelischer Erregung angespornt, eine gewaltige Blutmenge in den Körper. Je nach Art des Temperamentes erweitern sich die Gesäße des Kopfes und der Mensch errötet, oder die Gefäßmuskeln ziehen sich zusammen und das Gesicht wird blutleer und bleich. Bei Herzstranken ist sichen verschiedentlich beobachtet worden, daß Schreck und Ausgegung tödlich wirkten; durch plötzliche Gefäßkrämpse kam es zu einer Störung und zum Stillstand des Herzens.

Auch bei gesunden Menschen ruft der Schreck mannigsache vorübergehende Körperveränderungen hervor. So kann man oft beobachten, wie ein unvermuteter Blitschlag momentane Zusammenziehung der Blutgefäße, "tödliche" Blässe und Atemstillstand zur Folge hat, sogar d.3 Herz einen Moment lang "vor Schreck stillsteht". Gleich danach aber kehren die normalen Funktionen zurück, die Atmungspause wird durch einen verstärkten Atemzug, den "Seufzer der Erleichterung", ausgeglichen.

Gute Stimmung hilft über Erkrankungen hinweg!

In letzter Zeit hat sich die Medizin besonders mit dem Einfluß des seelischen Zustandes auf die Entstehung und Heilung von Krankheiten

(Fortsetzung siehe 3. Umschlagseite)

beschäftigt und dabei eine große Reihe sehr inter= essanter Beobachtungen gemacht. Es steht heute fest, daß die Widerstandskraft des Organismus gegen gewisse Krankheiten (Erkältung, leichte "Grippe" usw.) sehr oft von der Stimmungs= lage abhängt. Jemand kommt abends von irgend einer Veranstaltung bei schlechtem Wetter nach Hause; er hat üble Laune wegen irgend eines Mißerfolges — und am nächsten Tage liegt er schwer erkältet und mit hohem Fieber zu Bett. Oder umgekehrt: er hat etwas Wich= tiges vor, ift aber frank und fiebert. Trokdem läßt er sich nicht abhalten, es gelingt zufällig alles gut — und am nächsten Tage ist die Krankheit verschwunden! Diese alltäglichen Beispiele beweisen, wie stark unsere körperlichen Wider= standsfräfte von Stimmungseinflüssen beherrscht merben.

Daß uns ein "Schnaps" über Erkältungsgefahren hinweghilft, gehört ebenfalls hierher. Lange hat man geglaubt, lediglich die Verbren= nungswärme des Alfohols wirke so günstig; es ist aber sicher zum großen Teil die gehobene Stimmung, die uns oft vor der Infektionsgefahr schütt. Andererseits können sich seelische Ver= stimmungen auf die inneren Organe "legen". Es ist zwar noch nicht einwandfrei erwiesen, daß man durch schweren Ärger einen Gelbsuchtsanfall bekommen kann, aber sicher ist auch daran etwas Richtiges. Daß bei "nervösen" Menschen durch Verstimmung vorübergehend ein Magenleiden entstehen kann, ist dagegen bereits einwandfrei nachgewiesen worden.

"Seilung durch den Geift".

Bu den größten Wundern der menschlichen Natur gehören die erstaunlichen Heilerfolge, die schwerkranke Patienten durch ihre eigene Energie und ihren unerschütterlichen Gesundungswil-Ien erzielt haben. Die Wissenschaft hat lange Zeit übersehen, daß es tatsächlich eine Art "Seilung durch den Geist" gibt, und daß in der Einstellung des Patienten zu seinem Leiden und in seiner seelischen Mithilfe einer der wichtigsten Heilungsfaktoren zu suchen ist. Der Jenaer Gelehrte Prof. Guleke berichtete vor kurzem über eine Reihe selbsterlebter Fälle, in denen es franken Menschen gelungen ist, durch eigene Willenskraft ihr Leiden zu besiegen. Prof. Guleke führt Källe aus seiner Praxis an, in denen noch siebzigjährige Männer, denen die Arbeit in ihrem Berufe Freude machte, trot eines schweren Unfalles, an dem andere Menschen ihr ganzes Leben lang leiden würden, nach wenigen Monaten unverändert ihrer Beschäftigung nachgingen. Er erzählt von Arbeitern, die trot Gelenkversteifun= gen alle ihre Aufgaben weiter verrichten kön= nen, ja denen nicht einmal Amputationen et= was ausmachen, weil der Wille zur Genesung alles überwand und ihnen trot äußerer Veränderungen tatsächlich die alte Funktionstüch= tigkeit wiederbrachte.

Wenn aber der Genesungswille und die zu jeder Heilung nötige Energie fehlen, dann kann es auch ohne wesentliche Schädigung des Kör= pers zu dauerndem Siechtum kommen. Eines der traurigsten Kapitel, das uns die negativen Auswirkungen der geistigen Einflüsse auf die Körperfunktion zeigt, ist die erst in neuester Zeit entstandene Unfall= oder "Renten"=Neu= rose. Auch hierfür bringt Prof. Guleke sehr lehrreiche und interessante Beispiele. So besaß ein Patient, der nur einen geringfügigen Unfall erlitten hatte, nicht die genügende Willenskraft, um bald wieder arbeitsfähig zu werden. Er machte sich falsche Vorstellungen von seinem Leiden und glaubte, überhaupt nicht mehr ohne Hilfsapparate laufen zu können. Sein seelischer Zustand verschlimmerte sich noch dadurch, daß er um seine Unfallrente zu kämpfen hatte. Die Folge war, daß der Patient seelisch und körper= lich verfümmerte, sich bald überhaupt nicht mehr bewegen konnte, obwohl ihm "organisch" nichts fehlte. Dr. W. Martin.

Sprüche.

Ich will nicht an meiner Liebe sterben und vergehen — auferstehen und leben will ich durch meine Liebe! Flügel soll sie mir geben, aufzu= fliegen zu immer höheren Kreisen der Vollendung.

Wenn du, um die Liebe eines andern zu ge= winnen, dir selbst untreu wirst, bist du auch jenem untreu, dessen Liebe du gewinnen willst.

Für die junge Mutter

Für die junge Mutter

Wenn Sie haben wollen, dass Ihr Kind gesund bleibt, so müssen Sie zu allererst bei guter Gesundheit sein.

Sie dürfen nicht durch die Ermüdung, die als Folgeerscheinung der Mutterschaft auftritt, entmutigt und entkräftet werden. Sie könnten dann Ihrem Kinde nicht die Pflege geben, die es von Ihnen erwartet. Die anhaltende Müdigkeit ist ein Anzeichen der Blutarmut und rührt von einer Abnahme der roten Blutkörperchen und des Hämoglobins her. Dies ist ein Bestandteil des Blutes, das zum Zweck hat, in Ihren Lungen den Sauerstoff, den Sie mit der Luft einatmen, zu entnehmen und allen Organen zuzuführen. Diese können ihre kunktionen nicht auf normale Weise verrichten, wenn ihnen der Sauerstoff, und sei es auch nur zeitweise, fehlt. Dadurch lässt sich Ihre physische Depression nun leicht erklären.

Um Ihre Kräfte, Ihre Munterkeit und Ihre Lebenslust wiederzufinden, müssen Sie Ihr Blut erneuern und Ihr Nervensystem anregen. Eine Kur mit Pink Pillen wird Ihnen dabei behilflich sein. Die Zusammensetzung dieser Pillen ist sorgfältig studiert worden. um die Vermehrung der roten Blutkörperchen und des Hämoglobins zu fördern. Dies ist auch die Ursache, warum nach einer mit diesen Pillen gemachten Kur von nur wenigen Tagen die Gesichtsfarbe wieder frischer wird, der Appetitit wieder zunimmt, das Müdigkeitsgefühl verschwindet und Ihre Munterkeit wiederzeinfinden. Sie und Ihre Kinder werden den Nutzen daraus ziehen.

Die Pink Fillen sind zu haben in allen Apotheken, sowie im Derect Antheke des Bergues anal des Bergues 21. Genf. Fr. 2.— per

Die Pink Fillen sind zu haben in allen Apotheken, sowie im Depot: Apotheke des Bergues, quai des Bergues, 21, Genf. Fr. 2.— per Schachtel.