Michael Leisten

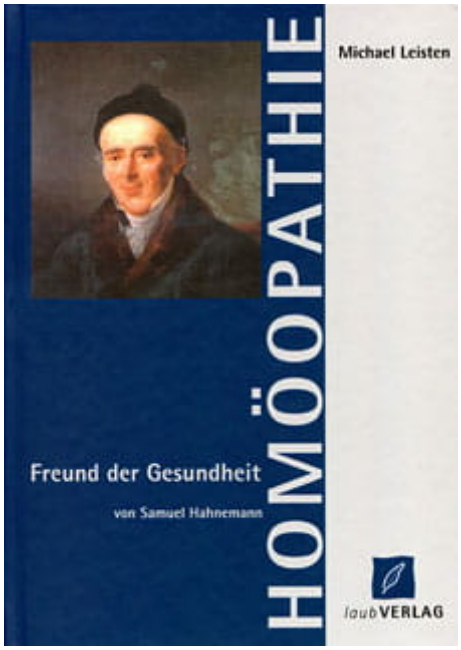
Freund der Gesundheit von Samuel Hahnemann

Leseprobe

Freund der Gesundheit von Samuel Hahnemann

von Michael Leisten

Herausgeber: Natura-Verlag



Im Narayana Webshop finden Sie alle deutschen und englischen Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise.

Copyright:
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern
Tel. +49 7626 9749 700
Email info@narayana-verlag.de
https://www.narayana-verlag.de

Narayana Verlag ist ein Verlag für Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise. Wir publizieren Werke von hochkarätigen innovativen Autoren wie Rosina Sonnenschmidt, Rajan Sankaran, George Vithoulkas, Douglas M. Borland, Jan Scholten, Frans Kusse, Massimo Mangialavori, Kate Birch, Vaikunthanath Das Kaviraj, Sandra Perko, Ulrich Welte, Patricia Le Roux, Samuel Hahnemann, Mohinder Singh Jus, Dinesh Chauhan.

Narayana Verlag veranstaltet Homöopathie Seminare. Weltweit bekannte Referenten wie Rosina Sonnenschmidt, Massimo Mangialavori, Jan Scholten, Rajan Sankaran & Louis Klein begeistern bis zu 300 Teilnehmer

Inhalt

Vorwort von Michael Leisten	5
Freund der Gesundheit - Ersten Bandes erstes Heft	6
Biß von tollen Hunden	10
Dier Krankenbesucherin	19
Verwahrung vor Ansteckung in epidemischen Krankheiten	24
In der Rockenphilosophie ist auch etwas gutes, wer es nur zu rinden weiß	36
Luft verderbende Dinge	39
Auch nachtheilige Dinge haben Gutes	45
Diätisches Gespräch mit meinem Bruder, vorzüglich über den Mageninstinkt	50
Zuweilen eine Laranz, sollte die wohl schaden?	62
Abhärtung des Körpers	65
Freund der Gesundheit - Ersten Bandes zweites Heft	80
Sokrates und Phyton	81
Vorschläge zur Tilgung eines bösartigen Fiebers	86
Genauere, einzelne Vorschriften	92
Nachträge zur allgemeinen Verhütung der Epidemien, besonders in den Städten	103
Ueber die Befriedigung unsrer thierischen Bedürfnisse - in einer ändern als medizinischen Rücksicht	127
Eine Kinderstube	132
Ueber die Wahl eines Hausarztes	140

Vorwort

Samuel Hahnemann, Begründer der Homöopathie, veröffentlichte über einen Zeitraum von mehr als 67 Jahren zu den verschiedensten Aspekten von Krankheit, Therapie und Medizin zahlreiche Publikationen. So z. B. auch diese Schrift „Freund der Gesundheit".

In ihr und anderen Veröffentlichungen verstreut zeigt Hahnemann immer wieder Impulse für ein gesundes Leben auf. Hahnemann war vor allem in einigen seiner frühen medizinischen Schriften von Rousseau beeinflusst worden, unter anderem in der Schrift „Anleitung alte Schäden und faule Geschwüre gründlich zu heilen (…)" (Hahnemann, S, 1784)(Anleitung alte Schäden und faule Geschwüre gründlich zu heilen nebst einem Anhange über eine zweckmäßigere Behandlung der Fisteln, der Knochenfäule, des Winddorns, des Krebses, des Gliedschwamms und der Lungensucht von Samuel Hahnemann, Leipzig 1794) , in der er auf die Wirksamkeit von Wasseranwendungen, Bäder und der Bedeutung von frischer Luft eingeht oder auch im „Freund der Gesundheit" (Hahnemann, Band l, Heft 1: Frankfurt am Main 1792 / Band l, Heft 2: Leipzig 1795), in dem er eine gemäßigte Lebensführung empfiehlt, die sich an den Prinzipien wie „Natürlichkeit" oder „Einfachheit" orientiert.

Diese Gedanken sind schon alleine durch ihre Historizität kritisch zu sehen und von der Homöopathenschaft als medizintheoretischer Nebenbereich zu dem Behandlungs-Modell der chronischen Krankheiten der Homöopathie als eher unwichtig angesehen worden. Da aber neben Therapie die Prävention, die Salutogenese immer mehr an Bedeutung gewinnt, ist es für einen Dialog mit anderen gesundheitsbildnerischen Institutionen nötigt, ein intersubjektiv vermittelbares Konzept zur Erhaltung von Gesundheit neben dem Umgang mit chronischen Krankheiten innerhalb der Homöopathie zu erarbeiten. Dazu ist es sinnvoll bei Hahnemann in seinem Werk selbst nachzuschauen. Deshalb halte ich es für wichtig, dieses kleine Werk wieder einem breiteren Publikum zuzuführen. Viel Spaß beim Entdecken.

Michael Leisten

Luft verderbende Dinge.

Es darf meinen Lesern, welche gesund und lange leben wollen, nicht gleichgültig sejn, ob die Luft ihrer Zimmer den gehörigen Grad der Reinigkeit habe oder nicht.
Es gibt viel häusliche Dinge, welche die Einathmungsluft mehr oder minder untauglich zur Erhaltung des Lebens machen, und sie müssen von ihrem Freunde Warnung annehmen.

Die Blumen sind eine Zierde der Stuben, und wenn man sich begnügt, einige wenige von ausgesuchter Schönheit und sehr wenige zum Wohlgeruche in geräumlichen Zimmern aufzustellen, so will dieß nicht viel bedeuten; es ist eher lobenswürdig als tadelhaft. Je mehr wir unsere Sinnen auf eine unschuldige Weise ermuntern, desto lebhafter und leichter denken wir, desto aufgeräumter und zu Geschäften aufgelegter werden wir, und die Weide des Gesichts und Geruchs an Blumen, dem Stolze der schönen Natur, gehört vorzüglich hierher.

So wie aber Uebermaße in allen Dingen schadet, so auch hier. Eine starke Hand voll Lilien, Tuberosen, Resede, Zentifolien, Jesmin, türkischer Holder und so weiter riechen in Weinen Zimmern so stark, daß viele zärtliche Personen hie und dort schon davon ohnmächtig geworden sind. Dieß rührt ferner von der Antipathie der Nerven gegen dergleichen Gerüche als vielmehr von der schädlichen Eigenschaft so stark riechender Blumen her, die Luft schnell zu verderben und zum Athemholen untauglich zu machen. Schon andere Schriftsteller haben dies erinnert, ich gehe daher leichten Fußes darüber hin und will diese

Narayana Verlag, 79400 Kandern Tel.: 0049 7626 974 970 0
Leseprobe von Michael Leisten: Freund der Gesundheit

Warnung hiermit blos wieder ins Gedächtnis gebracht haben.

Wer recht vornehin sejn will, zündet Abends gern etliche Lichter mehr an, als nöthig wäre, und wenn er endlich gar gastiret, so werden Kronleuchter, Wandleuchter und was der Leuchter sonst noch mehr sind, angesteckt, damit die vielen gepuzten Herren und Damen sich recht sehen können. Es soll eine rechte Heilgechristfreude sejn, so viel Lichter zusammen brennen zu sehen; es scheint einem so hell, so schöne hell in die Augen, daß man selbst nicht weiß, wies einem ist; kostet auch viel Geld.

Wenn man aber die vielen Lichter bei rechtem Lichte besieht, so verderben sie die liebe erquickende Luft hässlich. Nimmt man dazu, daß sie nur für eine Menge Gäste, die man recht wohl bewirthen will, die so in gedrängten Reihen durch Athem und Ausdünstungen jeder schon seinem Nachbar die Atmosphäre verdirbt, daß sie mit einem Worte für Schmaußereien und Bälle angezündet werden, so wüsste ich nicht, was ich meinem Wirthe für ein Gegenkompliment sagen sollte, der mir das Bißchen reine Gottesluft so recht absichtlich entziehen und die schlechteste, in welcher Thiere nur mühsam leben, vorsetzen will. Mit wie vielen Anwandlungen zur Ohnmacht, soll es ihm nun nicht erst die Dame verdanken, die sich der Festlichkeit wegen stundenlang bei der Toilette bemühte, ihre Brusthöhle durch ein Fischbeinernes Werkzeug bis zum Drittel zu vermindern, und so bis zur Wespe zusammen geschnürt, kaum auf freiem Felde reine Luft genug zum Leben einzuziehen vermochte! Wags, wer da will - mit so vielen Lichtern in einer Stube wünsche ich nicht regalirt zu werden.

Narayana Verlag, 79400 Kandern Tel.: 0049 7626 974 970 0
Leseprobe von Michael Leisten: Freund der Gesundheit

Wer es genau nimmt, sollte in der Stube, worin gegessen worden ist, und wo der Dunst der warmen Speise die Luft verschlimmert hat, sich nicht verweilen, bis sie wieder ausgelüftet worden.

Es ist sehr ungesund in Kammern zu schlafen, wo, wie bei geringen Leuten, ein Vorrath grünen Obstes aufbewahret wird. Eine Menge Brennbares, was in der Gestalt des Obstgeruchs ausdampft, nähert die reine atmosphärische Luft gar bald der phlogistischen und ungesunden.

Auch Vorrathskammern anderer Art, wo Hausbedürfnisse und Speisen aus dem Thier- und Pflanzenreiche in Mengen stehen, vorzüglich Oehl, Lichter, Fett, rohes, gekochtes und gebratnes Fleisch, Gebacknes, sind keine gesunden Wohnörter für Menschen. Man merke überhaupt, was viel Geruch giebt, verdirbt die Luft merklich.

In der schwarzen Wäsche sind die Auswürfe der Haut vorhanden, und kein Vernünftiger kann es dulden, daß sie in seinem Wohnzimmer aufbewahrt oder gewaschen werde, aus ähnlichen aber die Delikatesse beleidigenden Gründen.

Wer es haben kann, sollte durchaus nicht in der Stube schlafen, in welcher er Tags über sich aufhält. Die Betten dampfen nur sehr allmählig die Ausdünstungen wieder von sich, die sie des Nachts von den Schlafenden in sich gezogen haben, und verderben immerfort die Tage die Luft des Zimmers, wenn es auch früh durchlüftet worden ist.

Narayana Verlag, 79400 Kandern Tel.: 0049 7626 974 970 0
Leseprobe von Michael Leisten: Freund der Gesundheit

Sechs geschäftige Uhrmacher verderben die Luft noch lange nicht so sehr, als zwei Raspeler. Ich warne daher, daß man Arbeitsörter in Fabrikhäusern, vorzüglich wo körperliche Bewegung ausgeübt wird, doch ja lieber zu hoch als zu niedrig, lieber zu lüftig als zu eingesperrt anlegen lasse, und sie der Reinlichkeit und guten Lage ungeachtet, doch noch öfters lüfte. Es ist unglaublich, in welcher kurzen Zeit in solchen Fällen die Stubenluft verderbt und untauglich zum Athemholen gemacht wird. Das elende kranke Ansehen und die große Sterblichkeit der Bewohner vieler Arbeitshäuser überhebt mich eines weitläufigen Beweises.

Die Beschäftigung mit unreiner Wolle, mit Oehlfarben, oder Dingen, wozu glühende Kohlen gebraucht werden, ist auch in abderer Hinsicht nicht unschuldig.

Wenn aber auch die Luft nicht Ihrer inneren Mischung leiden sollte, so kann sie doch auf andere Weise durch irgendeine Beimischung schädlich werden. Hieher gehört vorzüglich die Feuchtigkeit.

Behälter an Stubenöfen, worinn Wasser zur Wirthschaft heiß gehalten wird, sind in dieser Rücksicht nachteilig. Deshalb sind auch die Handwerker, welche nasse Dinge in ihrem stark geheizten Arbeitszimmer trocknen, Tischler, Drechsler, Töpfer, Buchbinder u.s.w. sehr zur Geschwulst und anderen Gebrechen der erschlafften Einsaugungsgefäße geneigt.

Wenn die übertriebene Bequemlichkeit einfallen sollte, bei der Nähe

Narayana Verlag, 79400 Kandern Tel.: 0049 7626 974 970 0
Leseprobe von Michael Leisten: Freund der Gesundheit

eines Abtrittes sich gleichwohl einen Nachtstuhl in die Schlafkammer zu stellen, der erinnere sich, daß der ekelhafte Dunst die Luft ungemein verdirbt, und das Schlafzimmer, worinn wir den dritten Teil unseres Lebens verbringen (wenn es nicht sehr geräumlich ist) - zu einer ungesunden Wohnung macht. Nun giebt es aber so übel eingerichtete Häuser, wo entweder gar kein Abtritt anzubringen ist, oder wo er dochso entlegen seyn muß, daß man ihn in der Nacht nicht wohl erreichen kann.

Ist dies alles nicht zu ändern, so läßt man sich etwa in der Ecke eines Saales nahe an der Schlafkammer von Steinen ein kleines behältniß bauen, welches in der Höhe eine gute Oefnung ind Freie und eine wohlpassende Thüre zum Eingange hat. Hierein kann man, in diesem Fall der Noth, seinen Nachtstuhl setzen und ihn von da heraus tragen, ohne von verderbter Luft und übelm Geruch etwas befürchten zu dürfen.

Große, dicht mit Laub bewachsene, Bäume sollte man nicht ganz nahe vor dem Fenster eines Hauses stehen lassen. Außerdem, daß sie den Zugang des Tageslichts und der freien Luft verehindern, sind auch ihre Ausdünstungen des Abends und in der Nacht der Gesundheit nicht sehr vortheilhaft. Zehn bis zwölf Schritt vom Hause entfernte Bäume lassen viel leichter die freie Luft zu und können des schönen Anblicks und ihres Schattens, so wie ihrer heilsamen Ausdünstung bei Tage wegen nicht genug empfohlen werden. Wer es haben kann, lasse die Fenster seiner Schlafstube nach Morgen zu kehren, wo die Aussicht ganz ins Freie geht, unumschränkt von nahen Bäumen, und unvergiftet vom Fieberhauche eines Froschsumpfes. Armuth hat viel verderbliche Gewohnheiten in die Welt gebracht, de-

Narayana Verlag, 79400 Kandern Tel.: 0049 7626 974 970 0
Leseprobe von Michael Leisten: Freund der Gesundheit

ren nicht die geringste diejenige ist, wenn Leute der niedern Klasse vorzüglich Weibsleute, sich über ein Geschirr voll glühender Kohlen setzen, um so im Winter den Stubenofen zu ersparen. Je dichter dabei daß Zimmer verschlossen und vor der äußeren Luft verwahrt ist, desto gefährlicher und tödlicher ist dieses Unternehmen, denn dann wird die innere Luft sehr schnell zu einem betäubenden Gifte.

Man spürt einen drückenden betäubenden Kopfschmerz, welcher beide Schläfe durchbohrt, man empfindet zugleich eine Neigung zum Erbrechen, welche aber bald durch eine schnell zunehmende Schlaftrunkenheit unterdrückt wird, in der wir ohnmächtig hinsinken und gewöhnlich ohne Zuckung verscheiden.

Da bei dem Hinsinken die Kleider von den glühenden Kohlen leicht Feuer fangen können, so sind schon oft Feuersbrünste auf diese Art entstanden, die desto gefährlicher sind, weil sie nur erst bei vollem Ausbruche von Fremden wahrgenommen werden, indem die veranlassende Person zur Dämpfung der ersten Gluth vom Kohlendunste allzu betäubt war.

Nicht weniger drohend für das Leben ist es, wenn man an Stubenöfen, welche von innen geheizt werden, die Klappe, welche in der Rauchröhre befindlich ist, zuschließt, so lange der Ofen noch voll glühender Kohlen war. Man will der Ersparniß wegen die Hitze gern in der Stube behalten. Eine sehr übel angebrachte Ersparniß. Je mehr glühende Kohlen noch darinnen sind, und je dichter die Klappe schließt, desto schneller wird die Luft, wie durch eine frei im Zimmer stehende Pfan-

Narayana Verlag, 79400 Kandern Tel.: 0049 7626 974 970 0
Leseprobe von Michael Leisten: Freund der Gesundheit

ne voll glühender Kohlen verderbt, und es erfolgen eben so schlimme, nicht selten tödliche, Zufälle, den vorhin angezeigten gleich.

Die Klappen in der Rauchröhre der Oefen haben die einzige Absicht, den allzuheftigen Zug der Luft im Ofen und das allzustarke Feuer etwas zu mäßigen, oder, im Fall der Ruß in den Röhren angebrannt wäre, eine Feuersbrunst durch völlige Schließung des Rohres vorzubeugen. Tritt der leztere Fall ein, so muß jeder Vernünftige, so bald diese Absicht erreicht ist, folglich Thüre und Fenster öfnen, um der Verderbniß der Stubenluft durch verschlossene Feuer zu entgehen.

Man sollte die Holzersparniß mehr durch zweckmäßige Ofen als dadurch zu erreichen suchen, daß man, wie viele geringe und mittelmäßige Leute thun, jedem Lüftchen durch Verstopfung der Ritzen in Fenstern und Thüren den Eingang verwehrte. Solche Leute müssen den unschätzbaren Werth der Luft gar nicht kennen, welche alle Ritzchen und Fugen mit Papier verkleben, auch wohl noch Decken vor die Thüren hängen, und so alle ungesunde Ausdünstungen aus den Hautlöchern und aus der Lunge in den engen Behältern auffangen, um so statt des Lebens Krankheit und Tod einzuhauchen. Ich habe traurige Beispiele dieser Art gesehen, und es kränket mich, daß meine Warnung schwerlich bis zu ihren elenden, selbst gewählten Kerkern dringen wird.

Leichenblaß und muthlos fühlen sie ein ihnen unbekanntes Gift in ihren Adern wühlen, sie fühlen ihre Gesundheit allmählig untergraben, so wie dass von ihren Fenstern herabrinnende Wasser die Fensterrahmen verfault; Racherie, Geschwulst und Lungensucht raffen sie hinweg,

Narayana Verlag, 79400 Kandern Tel.: 0049 7626 974 970 0
Leseprobe von Michael Leisten: Freund der Gesundheit

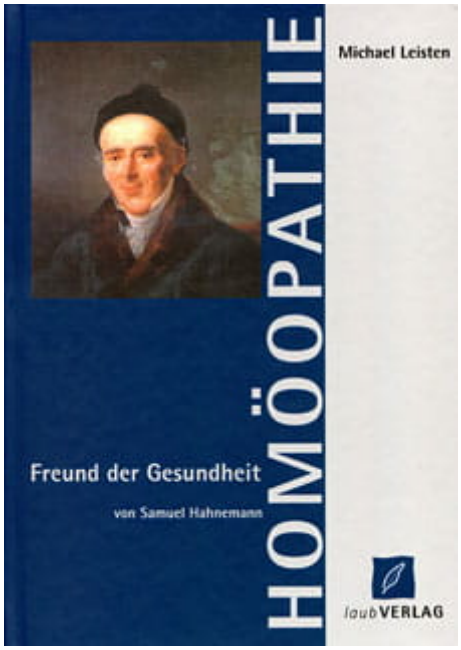
Michael Leisten

Freund der Gesundheit von Samuel Hahnemann

Impulse für ein gesundes Leben

150 Seiten, geb.
erscheint 2011

Jetzt kaufen



Mehr Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise www.narayana-verlag.de