



No. 15.

Berlin, den 9. April 1908.

34. Jahrgang.

Medizin und Ueberkultur.¹⁾

Von W. His.

M. H.! Sie sind gewohnt, von dieser Stelle Spezialbesprechungen über Einzelgebiete der praktischen und theoretischen Medizin zu vernehmen, und ich darf hoffen, in manchem kommenden Jahr Ihnen berichten zu dürfen über alles Neue, was die Arbeiten unserer Klinik zutage fördern werden. Für dieses erste Mal, da ich die Ehre habe, in Ihrem Verein zu sprechen, bitte ich um williges Gehör für einige Gedanken über einen Gegenstand, der zu jedem medizinischen Arbeitsgebiet die innigsten Beziehungen hat und dennoch das medizinische Gesamtgebiet bei weitem überragt. Jene psychische Epidemie, die seit wenigen Jahrzehnten die gesamte zivilisierte Welt immer mehr durchseucht, die Nervosität in all ihren Formen, zeigt so offenkundige Abhängigkeit von kulturellen und sozialen Bedingungen, daß ihre Entstehung, ihr Wesen ohne das Studium des Kulturzustandes garnicht verstanden werden kann. Vor uns liegt die ungeheure Aufgabe, eine Seuche, die das wirtschaftliche- und Geistesleben im Keim schädigt, mit allen Kräften zu bekämpfen, und wir dürfen uns Erfolg nur versprechen, wenn es gelingt, nicht nur im Einzelfall, am Individuum, die Krankheitssymptome zu beseitigen, sondern an der Wurzel anzusetzen, die Causa morbi aufzusuchen und auszurotten.

Was ist Kultur? Das Wort stammt von Baco v. Verulam, der es in seinem eigentlichen Sinne gebraucht, er spricht von „Cultura, quam etiam georgica animi appellare consuevimus“, also allgemein Alles, was mit der Pflege des Geistes zusammenhängt über die gleichsam wilden, natürlichen Bedürfnisse hinaus. Dieser Grundton hat den Begriff über alle Wandlungen hin begleitet und gilt für alle drei Richtungen, nach denen die Kultur sich entwickeln kann: die intellektuell-künstlerische, die ethisch-religiöse und die staatlich-rechtliche.

Jede dieser Richtungen kann sich getrennt entwickeln und zeigt ausgesprochen periodische Erscheinungen: jedem Höhepunkt folgt stets ein Abfallen. „Wo immer,“ sagt Erwin Rohde, „die Kultur sich zu voller Blüte entwickelte, da brachte sie arge Schädigungen mit sich, und diese Schäden wurden leicht so stark und so empfindlich, daß darüber der Glaube an die Kultur selbst ins Wanken geriet.“ Die inneren Gründe dieses Verfalls zeichnet Eucken mit den Worten: „Die Kultur löst den

Menschen von der natürlichen Basis seines Lebens ab und verstrickt ihn mehr und mehr in ein künstliches Dasein, macht ihn aber damit abhängig, schwach, unglücklich. Bedürfnisse über Bedürfnisse werden ihm künstlich angebildet und machen ihn zu ihrem Sklaven, tausendfache Abhängigkeitsverhältnisse rauben ihm alle Selbständigkeit und lassen ihn alles Heil von draußen erwarten; mit dem Raffinement des Lebens wächst die Weichlichkeit der Seele, schwindet Kraft und Selbstvertrauen. So wird das Leben immer weniger eignes Leben, es kann, bei allem Prunk äußerer Erfolge, in haltloser Schwäche nicht glücklich sein.“ Diesen Zustand, in dem die Kultur, statt die Menschheit über sich zu erheben, sie in ihrer Entwicklung einengt, in ihrer Tätigkeit hemmt, im Lebensgenuß beschränkt, bezeichnen wir als Ueberkultur.

Sind wir überkultiviert?

In einem Lande, dessen Bevölkerung stetig zunimmt, dessen Sterblichkeitsziffer anhaltend sinkt, das in beispiellos kurzer Zeit eine glänzende Industrie geschaffen und die Mittel aufbringt zur stärksten Heeresmacht der Welt, kann man gewiß nicht von einer Dekadenz, einem kulturellen Rückgang im allgemeinen sprechen. Doch dies sind materielle Erfolge. Von ihnen ist der Zustand geistiger Kultur in weitem Maße unabhängig. Jede Kulturepoche verlangt eine bestimmte Richtung. Die Richtung des verflorbenen Jahrhunderts war die intellektualistisch-materialistische; sie fängt nun an zu bröckeln; ein neues Kulturideal ist im Werden; seine Form ist aber noch unbestimmt, die einen suchen es vor, die andern hinter sich und so sind Staat, Religion, Sittlichkeit, Kunst auf allen Gebieten der Gegenwart im Kampf. Nur die extremsten Parteien haben ein festes Ziel; zwischen ihnen bewegt sich eine breite Masse, die ihren Leitstern verloren hat. In solchen Zeiten, wo der einzelne inmitten der widerstrebenden Tendenzen auf sich gestellt ist, greift ausnahmslos ein schrankenloser Egoismus Platz. Im Kampf aller gegen alle für sich eine Stellung zu erringen, Macht, Erwerb und Sicherheit für die Zukunft, ist das Bestreben eines Jeden, und je mehr durch das Fallen korporativer und regionärer Schranken der freien Konkurrenz Bahn gebrochen ist, je weiter die Mittel der Verständigung und des beschleunigten Verkehrs ausgebaut werden, um so heftiger und rastloser wird der Kampf um die materiellen Güter, unterbrochen nur durch heftige, rasch und stark wirkende Genüsse. Diese erwerbende Bevölkerungsschicht ist es, die das weiteste Feld, den gedeihlichsten Nährboden für die Erreger der Nervosität stellt, und es ist kein Zufall, daß im Lande der über-

1) Vortrag in der Berliner medizinischen Gesellschaft am 18. März 1908.

grenzten Konkurrenz, in Nordamerika, zuerst der Arzt auftritt, der die in Einzelbildern schon früher bekannten Erscheinungen zum einheitlichen Krankheitsbild zusammenstellt und ihre hauptsächlichste Ursache erkennt.

Aber auch die ideellen Güter werden in die egozentrische Bewegung einbezogen; der Subjektivismus, der Individualismus findet seinen Philosophen in Fr. Nietzsche, seinen künstlerischen Ausdruck bei den Impressionisten. Musik, Malerei und Lyrik werden einzig nach ihrem Stimmungsgehalt, auf ihren Gefühlswert geschätzt und erfüllen in dessen Ausdruck ungeahnte Möglichkeiten. Das Drama gefällt sich in einer auf äußerste getriebenen psychologischen Analyse: „einer fast unanständigen Seelenberiechung und Seelenbeschnüfflung“, um Paul Mongrès Ausdruck zu gebrauchen. Mittels dieser gleißenden Lockmittel greift der Subjektivismus in alle, auch die nicht erwerbenden Kreise über und wird so recht zur Signatur des Gebildeten. Und man brüstet sich dieses Raffinements. „Die älteren Philosophen,“ sagt derselbe Mongré, „wollten den Menschen abgehärtet und als ein geistiger Pachyderma den Berührungen der Umwelt ausgesetzt; in dieser Klugheit bestand oft ihre ganze Weisheit. Was wir Neueren erstreben, ist in ihrem Sinne gewiß unphilosophisch und keine geringe Donquixoterie: dem Individuum bei gegebenem Volum ein Maximum von Oberfläche ausbilden, die Fülle seiner Beziehungen, das Bereich seiner Erlebnisse steigern, seine Empfindlichkeit auf alle Töne und Farben und Vierteltöne und Zwischenfarben stimmen.“

In diese Ueberhebung tönt warnend das Wort, das der alte Goethe am 29. Januar 1826 zu Eckermann sprach: „Alle im Rückschreiten und in der Auflösung begriffenen Epochen sind subjektiv.“

Das ist ein strenges, aus solchem Munde irrevisionables Urteil: unsere geistige Kultur ist im Rückgang, wir sind überkultiviert.

Es ist wohl kein zufälliges Begebnis, daß die manifesten Zeichen dieses Rückgangs zeitlich zusammenfallen mit dem gehäuften Auftreten funktionell-nervöser Erkrankungen. Ein innerer Zusammenhang ist da mehr als wahrscheinlich.

Hier ist zunächst der Ort, den Begriff der Nervosität festzustellen. Absichtlich gebrauche ich mit Moebius und August Cramer diesen unbestimmten Ausdruck. Wenn wir die Hysterie als erhöhte Suggestibilität, die Neurasthenie als abnorme Ermüdbarkeit bezeichnen, dann bleiben immer noch zahlreiche Fälle übrig, die sich diesen beiden Begriffen nicht fügen, oder mit ihnen in mannigfachster Weise sich kombinieren; eine scharfe Trennung ist nur für Grenzfälle durchführbar. Immer handelt es sich doch um krankhafte Aenderungen einer individuellen Psyche; schon der alte Herbart hat gemeint, daß „das Individuelle nicht still genug hielte, um sich zu einer regelmäßigen Abstraktion herzugeben“, und Cramer sagt mit Recht, die Art wie Individuen auf Außenreize reagierten, sei so verschieden wie ihr Gesicht. Das Gemeinsame aller Neurosen aber ist eine abnorme Reaktionsfähigkeit, eine Herabsetzung der Reizschwelle gegenüber äußeren Einflüssen, sei es in Tätigkeit oder Hemmung, in Assimilation oder Dissimilation. Dies soll ganz allgemein als Nervosität bezeichnet werden.

Die Erfahrung lehrt, daß die Nervosität während des Lebens erworben werden kann durch äußere Einflüsse (exogene Nervosität) oder als Begleiterscheinung somatischer Krankheiten und andererseits als eine krankhafte Anlage von Geburt an vorhanden sein kann, die indessen nur als Disposition, als erhöhte Vulnerabilität besteht und eines äußeren Anlasses bedarf, um manifest zu werden. Sehen wir ab von Geburtschädigungen, Gestationseinflüssen und ererbten, somatisch konstitutionellen Krankheiten, dann bleibt als Bedingung angeborener Disposition die nervöse Belastung durch Aszendenten. Wäre diese unbedingt wirksam, wie manche Belastungsmonomanen uns wollen glauben machen, dann müßte, da exogene Neurosen ja immer häufiger auftreten, innert weniger Generationen die ganze Kulturmenschheit endogen disponiert zur Welt kommen. Zum Glück ist es nicht so schlimm: Sommer gibt Stammbäume, in denen aus durchgehend psychopathischen Familien schließlich eine geistesgesunde

Generation resultiert. Cramer spricht von geheimen, aber mächtigen reparatorischen Kräften, und Otto Diem findet zu seinem Erstaunen bei sorgfältiger Statistik an großem Material die psychopathische Aszendenz bei Geisteskranken an Zahl durchaus nicht größer als bei geistig Gesunden.

Sollen die Bedingungen gehäufter Neurosen also aufgesucht werden, dann ist die Fragestellung so gegeben: 1. wirken abnorme Außenreize ein, und 2. reagieren die Individuen in abnormer Weise auf Außenreize?

Fraglos bietet das zeitgenössische Leben genügend Momente, die als abnorme Außenreize gedeutet werden können und gedeutet worden sind. Vor Jahren schon hat Erb die modernen Verkehrsmittel beschuldigt, Eisenbahn und Tram, Telegraph und Telephon; sicher ist die Hast des großstädtischen Lebens, der Lärm und die Unruhe des Verkehrs wirksam; sicher auch die Heftigkeit des Konkurrenzkampfes, die zur äußersten Anspannung der körperlichen und geistigen Kraft führt und schließlich mit einem Zusammenbruch, einer völligen Erschöpfung endet. Aber in seinem so nüchtern und überlegt geschriebenen Buch über die Nervosität nennt Moebius außer der Hast des Lebens noch zwei Faktoren rein psychischer Natur: die ausschließliche Richtung der Gegenwart aufs Reale und die Spaltung in Reichtum und Armut, und an anderer Stelle sagt der unkirchlich Gesinnte: „Den Verfall der Religionen, den wir bei den alten und neuen Völkern mit einer gewissen Stufe der Zivilisation verbunden sehen, rechnen wir zu den Ursachen der Geistes- und Nervenkrankheiten.“ Hier betont er also ganz bestimmt die Gemütsseite und spricht dies prägnanter aus: „Nicht die Tätigkeit an sich ist das Schädigende, sondern die andauernde Störung des inneren Gleichgewichts, die Gemütsbewegung, die die Arbeit begleitet.“ In einer geistreichen Schrift: Nervosität und Kultur, hat W. Hellpach den Gedanken weiter ausgeführt und mit zahlreichen Beispielen belegt. Es scheint mir indessen schwierig, aus einer Bewegung, in der so viele verschiedene Faktoren nebeneinander herlaufen, die wirksamen mit Sicherheit zu erkennen, und es ist eine dankenswerte Aufgabe, auf geschichtlichem Wege zu verfolgen, ob und wieweit ähnliche Lebensbedingungen zu ähnlicher Gemütsverfassung geführt haben. Genaue Verfolgung so diffiziler kulturhistorischer Untersuchungen verlangt ein Studium, zu dem mir Zeit und technische Bildung fehlen. Indessen scheint mir schon ein vorläufiger Ueberblick, soweit er aus Quellen zweiter Hand möglich ist, Resultate zu ergeben, die sehr bemerkenswert sind.

Selbstverständlich können wir nicht erwarten, einem definitiven Begriff von Nervosität bei alten Aerzten zu begegnen: Erst nach Erkenntnis der mannigfachen Nervenfunktionen wurde eine Zusammenfassung der mannigfachen Lokalsymptome zum gemeinsamen Krankheitsbild überhaupt möglich. Diese Erkenntnis ist aber jüngsten Datums; noch Haller mußte den Beweis erbringen, daß die Nerven sich nicht selber bewegten; die Untersuchung motorischer und sensibler Nerven, die Kenntnis der Gefäßnerven, der sekretorischen Nerven, die Beispiele hemmenden Nerveninflusses, stammen sämtlich aus dem 19. Jahrhundert, und gar die Einsicht in die mannigfachen Zusammenhänge peripherischer und zentraler Nervenfunktionen mit psychischen Vorgängen sind, wenigstens als wissenschaftlich anerkannte Lehren, so jung, daß sich eine abschließende Formel noch garnicht gefunden hat.

Das Studium der alten Aerzte läßt uns hier im Stich; außer zweifellosen Mitteilungen über Hysterie, Anekdoten über besonders ausgezeichnete Beispiele von Neurasthenie und gelegentlichen, dem Gebiet nur unsicher angehörenden Krankheitsbildern dürften ihre Schriften wenig ergeben.

Wir müssen auf Umwegen zur Erkenntnis der psychischen Zustände früherer Epochen gelangen. Wann wirklich, wie wir vermuten, eine Zeit der Ueberkultur eintritt, in der Götterglaube und ethische Ideale ins Wanken geraten, der Subjektivismus hervortritt und zu erhöhter Reizsamkeit führt, dann muß sich dies äußern in allen Lebensgewohnheiten, im Raffinement der sinnlichen Genüsse, in der Tendenz der bildenden und redenden Künste zu impressionistischer Wirkung, und untrennbar von solcher Ueberkultur muß das Gefühl des Ueberdrusses, das Symptom der Kulturflucht, das Streben nach

Rückkehr zur idyllischen Einfachheit und Einfachheit des goldenen Zeitalters nicht nur bei einzelnen, sondern bei der Gesamtheit der befallenen Klasse, als Moderation sich bemerklich machen. Eine derartig zerrissene Stimmung, in der das Gemüt von Ekel an einer Gegenwart ergriffen ist, an der es doch mit allen Fibern seiner verwöhnten Nerven hängt, können wir uns garnicht ohne krankhaft nervöse Begleiterscheinungen vorstellen, und es ist äußerst interessant, zu sehen, wie wir diese indirekt aus dem Emporkommen gewisser Heilmethoden erschließen können. Gegenüber den mannigfachen und täglich wechselnden Beschwerden des nervös überreizten Körpers versagt die arzneiliche Medizin; sie mildert die Symptome, verändert aber nicht den Boden, dem sie entsprossen. Nun treten die physikalisch-diätetischen Methoden ein; das haben wir in den letzten Jahrzehnten genugsam erfahren. Keine der sogenannten Naturheilmethoden ist innert dieser Zeit entdeckt worden; sie alle lagen bereit seit Jahrzehnten, ja seit Jahrhunderten. Aber erst seitdem die Nervosität Volkskrankheit geworden, haben sie ihre wichtigste Indikation, ihre erfahrungsgemäße Anerkennung gefunden. Alle diese Methoden hat das Altertum, dessen uraltestem Heilschatz sie angehören, gekannt, und niemals ganz vernachlässigt. Doch hat ihre Bedeutung in der Medizin periodisch geschwankt, und es ist gewiß kein bloßer Zufall, daß jede Blütezeit zusammenfällt mit einer Epoche, in der die Symptome der Ueberkultur auch anderwärts unverkennbar hervortreten,

Die früheste dieser Perioden, soweit ich sehe, ist die Alexandrinische. Nach Alexanders des Großen Tode fiel Egypten seinem Halbbruder Ptolmaeus Soter zu, 321 v. Chr. Dieser und seine beiden Nachfolger waren eifrige Beschützer der Künste und Wissenschaften. Die Lage der Stadt an der Grenze des Orients und Occidents begünstigte den Handel; eine mächtige Prosperität herrschte, unterstützt durch gute Regierung und langen Frieden, und säumte nicht, das gewohnte Gefolge von Ueppigkeit und äußerstem Raffinement der Sitten (und der Unsittlichkeit) nach sich zu ziehen. Die Wissenschaften erreichten eine Blüte wie niemals später im Altertum; sie leisteten das Höchste im Naturentdecken, im Sammeln, Ordnen und Kommentieren, aber es geht ein Zug hindurch, der epigonenhaft anmutet, eine Tendenz zur Spezialisierung, zur Kleinarbeit, zum Ueberwuchern des Details. Ähnliches zeigte die Kunst; in ihr überwiegt das Virtuositentum, das Haschen nach Effekt; die Poesie, unfähig, aus den Tiefen des Gemütes zu schöpfen, wirft sich auf äußerste Vollendung, Verkünstelung der Form, des Wohlklanges, und wo sie wie bei Theokrit sich einen neuen Inhalt schafft, zeigt sie das typische Kennzeichen der Kulturflucht, das Heraussehen aus der Gelehrsamkeit und Ueberfeinerung in die Einfachheit und Behaglichkeit des Landlebens. Die zerfallenden Religionen werden ersetzt durch verstandesmäßige Individualethik einerseits und den unzertrennlichen Begleiter jeder materialistischen Epoche, Occultismus und Aberglaube jeder Art anderseits.

Die Medizin nimmt den Anlauf, eine exakte Wissenschaft zu werden; sie wird bereichert durch den Zufluß neuer Arzneimittel aus dem Orient, sie gefällt sich, da die Einfachheit der hippokratischen Verordnungen dem verwöhnten Bedürfnis nicht mehr zusagt, in komplizierten Rezeptformeln einer pharmakologischen Polypragmasie. Leider ist von den großen Aerzten jener Zeit nichts erhalten als einige Zitate, aber gerade von dem größten unter ihnen, den das Altertum neben Hippokrates stellte, Erasistratos, ist die bemerkenswerte Ueberlieferung erhalten, daß er die herrschende Mode durchbrach, die Polypharmazie verwarf und seine Erfolge einer ins Einzelne gehenden Diätregelung, Fasten und Gymnastik verdankte.

Weit schärfer noch, weil mannigfacher bezeugt, tritt der Nervosismus entgegen in der Zeit der ersten römischen Kaiser. Wiederum sind es nicht die Aerzte, etwa Cornelius Celsus, die davon Kunde geben; aber aus den Schilderungen der Historiker und Satyriker quillt ein solches Belegmaterial schwerster psychopathischer Dekadenz, daß an der weitesten Verbreitung der Neurosen aller Art garnicht zu zweifeln ist. Wie in Alexandria, so ist in Rom der Zerfall der Religionen, der Mangel leitender sittlicher Ideen, der rein aufs Materielle gerichtete Sinn der zweifellose Nährboden, dazu kommt das

ehrzeigige Streben, die Unsicherheit der Existenz, die Furcht vor dem Machthaber und seinen Kreaturen, die heftige Konkurrenz und die davon unzertrennliche Unrast des Lebens und schließlich eine Verweichlichung, ein Raffinement, das jeden Genuß in eine Noxe verwandelt. Das ist nirgends schärfer ausgesprochen als bei Seneka, dessen ganzes Leben ein Kampf gegen diese Unnatur ist. „Die Vergnügungssucht“, schreibt er an Lucilius, „muß hauptsächlich bekämpft werden. — Wer sich die Größe seiner Aufgabe klar gemacht hat, der wird erkennen, daß alles weiche Leben ganz abgetan werden muß. Wozu warme Bäder und Schwitzzimmer mit trockenen Dämpfen, bestimmt, dem Körper die Feuchtigkeit zu entziehen? Die Arbeit allein treibe den Schweiß aus! Eine allzuliebliche Gegend macht weichlich; unstreitig kann die Gegend dazu beitragen, die Tatkraft lahmzulegen. Zugtiere, deren Hufe auf hartem Boden hart geworden sind, können auf jeglichem Wege gehen; solche, die auf weicher, sumpfiger Weide aufgezogen sind, fallen rasch ab.“ — „Unser Prinzip ist das naturgemäße Leben.“ — Und wundervoll ist seine Charakteristik der Schmerzen. „Was Ungebildeten den Körperschmerz so schwer macht, ist das, daß sie nicht gewöhnt sind, sich geistig zu beschäftigen; sie denken immer zu viel an ihren Körper. Ein weiser und großer Mann zieht seinen Geist ab von dem Körper und gibt sich mehr ab mit seiner besseren göttlichen Hälfte; mit der andern, die immer baufällig ist, und immer zu klagen hat, nur, soweit es eben nötig ist.“

Das könnte Hilty geschrieben haben. Aber Seneka und Hilty, sie bleiben Prediger in der Wüste. Die verzärtelte, degenerierte und blasierte Masse will keine Predigt, sie will nur Kur; und die Kur muß einen Namen haben und mit Pomp verkündigt werden. So auch in Rom, dessen Aerzte selbst dann, wenn sie wirkliche und große Verdienste hatten, wie Asklepiades und Themison, leicht einen Zug der Charlatanerie und des Doctrinarismus geflissentlich zur Schau tragen. Alle legen sie großen Wert auf eine eingehend beschriebene physiologisch-diätetische Behandlung, auf milde, wenig angreifende Agentien und auf roborierende Mittel wie Wein. Vor allem erscheint wieder der Gebrauch des kalten Wassers, mit besonderem Glanz, nachdem Antonius Musa den Kaiser Augustus damit von seinem langwierigen, vergeblich behandelten Leiden befreit hatte. Nehmen wir dazu die auf so hoher Kulturstufe immer dekadent anmutende Beliebtheit der Exorcismen und abergläubischen Prozeduren, so finden wir die Kennzeichen einer Therapie für Degenerierte vollzählig beisammen. Ganz spät, im 5. Jahrhundert, lebt in Byzanz der edle Arzt Jakobus, genannt Psychrestos, wegen seiner Vorliebe für kühlende und wäßrige Diät, die er annahm, „weil er sah, daß die meisten Menschen sehr geschäftig und geldgierig sind, und ein Leben voll Kummer und Sorge führen“. So berichtet uns Alexander von Tralles. Was bedürfen wir weiter Zeugen?

Und nun, meine Herren, müssen wir vierzehn Jahrhunderte überspringen, um wieder auf Erscheinungen zu stoßen, die mit unserer heutigen Neurose einige Aehnlichkeit haben. Unser Sprung führt uns in das Frankreich des 18. Jahrhunderts, in jene üppige Gesellschaft, die auf Kosten eines beispiellos geknechteten Volkes die letzte einheitliche Schönheitskultur schuf, eine Kultur rein materialistisch-intellektuell, in der Philosophie und Religion zur zierlichen Salonkonversation herabsanken, Witz und Geist alle herrschenden Ideale zersetzten, die Kunst zum lebenswürdigen Spiel und der Liebes- und Lebensgenuß zur ernstesten Kunst wurde. Hier ist nichts von Konkurrenzkampf, nichts vom Hasten des Lebens, nichts von Unsicherheit der Existenz: und dennoch überall jene mannigfachen, immer wechselnden Beschwerden, jene Vapeurs, Hypochondrien, deren unorganische und vergängliche Natur die Aerzte wohl erkannten. Und diese Gesellschaft schreckt mit lautem Ruf Jean Jaques Rousseau auf, hält ihr den Spiegel ihrer Unnatur vor und predigt laut die Rückkehr von der Zivilisation zur Natur. Nun spielt diese Gesellschaft Kulturflucht; wohl geschnürt und mit Bändern geschmückt, geht sie aufs Land, Schäfer und Schäferin zu spielen, bis der blutige Ernst der Revolution sie überrascht. Und nun ge-

schiebt das Merkwürdige: sobald ernste Gefahr droht, verfliegen — Pinel teilt es mit — alle die mannigfachen Beschwerden; die verwöhnten und verzärtelten Herren und Damen suchen tapfer im Ausland ihr Brot, oder betreten gefaßt und tapfer Gefängnis und Schafott.

Die Zusammenstellung dieser Epochen ist ungemein lehrreich. Nicht der Kampf um das tägliche Brot, nicht die Unsicherheit der Existenz, nicht die Einseitigkeit und das Uebermaß intellektueller Arbeit zeugen die Nervosität, sondern der Mangel an idealen Gütern, die ausschließliche Richtung aufs Reale, der Subjektivismus, der alles und jedes nur auf die eigene Person, ihr Wohlergehen und ihren Sinnengenuß bezieht, die Verfeinerung der Genüsse, das Raffinement der Umgebung, kurz, alles was der Mensch an künstlichen, das natürliche Bedürfnis vergessenden Kulturgütern sich zur Gewohnheit macht; das ist das Gemeinsame dieser Epochen.

Aber noch eines charakterisiert sie; der Mangel an Leibes- und Lebensgefahr, oder um Jacob Burckhards Ausdruck zu gebrauchen, die Sekurität. „Dieselbe verlangt“, sagt er in seinen Weltgeschichtlichen Betrachtungen, „als Vorbedingung jeglichen Glücks die Unterordnung der Willkür unter polizeilich beschütztes Recht, die Behandlung aller Eigentumsfragen nach einem objektiv feststehenden Gesetz, die Sicherung des Erwerbs und Verkehrs im größten Maßstab. Unsere ganze Moral ist auf diese Sekurität wesentlich orientiert, d. h. es sind dem Individuum die stärksten Entschlüsse der Verteidigung von Haus und Herd erspart. Und was der Staat nicht leisten kann, das leistet die Assekurranz“. „An dieser Sekurität“, fährt er fort, „fehlte es nun in bedenklichem Grade in mehreren Zeitaltern, welche sonst einen ewigen Glanz um sich verbreiten.“ Er nennt Athen unter Perikles, und wir fügen hinzu, die italienischen Städte der Renaissance.

Das sind nun in der Tat auch für unsere Betrachtung höchst merkwürdige Perioden. Beide haben ihre höchste kulturelle Blüte überlebt, und dennoch sind sie nicht den gesundheitlichen Schäden der Ueberkultur verfallen. Vom Athen des nachperikleischen Alters darf ich die Behauptung nach dem Maß meiner Kenntnisse nicht zu dreist aufstellen, aber für die Spätrenaissance und ihre Folgezeit, deren Werke ja noch fast vollzählig vor unseren Augen liegen, können wir die Dekadenz deutlich verfolgen, ohne eine Spur der Kulturflucht, der Nervosität zu finden. Und doch hatte der Kampf zweier Weltanschauungen getobt, hatte die Religion den ethischen Gehalt verloren, war die Bildung ästhetisch-intellektuell gewesen und hatte die Verfeinerung des Lebensgenusses das Aeufferste erreicht. Aber neben der geistigen Ausbildung, war immerzu die körperliche nebenhergegangen; in den beständigen inneren und äußeren Fehden mußte jeder seinen Mann stellen, nie war er für den nächsten Tag seines Lebens sicher, nie konnte er sich dauernd beschaulichem Genuß hingeben. Trotz dieser fortwährenden Spannung aber keine Nervosität!

Und nun gar die Zeit des 30jährigen Krieges. Dreißig Jahre hindurch hatten die Heerhaufen das Land kreuz und quer durchzogen, geplündert, verwüstet, Handel und Verkehr stockte, die Bebauung des Bodens lag darnieder, Tausende und aber Tausende wußten nicht, woher das tägliche Brot nehmen, lebten in beständiger Sorge vor Ueberfall und Krankheit, oder durchzogen das Land, von Ort zu Ort gehetzt, ertrugen Hunger und Kälte, Mangel an Obdach und Kleidung; gegen Ende des Krieges herrschte in breiten Landstrichen dumpfe Verzweiflung, die Selbstmorde nahmen überhand: aber nirgends das leiseste Anzeichen von Volksnervosität. Erst nach Jahrzehnten völligen Friedens zeigen sich die Spuren der Empfindsamkeit in der religiösen Bewegung des Pietismus.

Und um ein letztes Beispiel anzuführen, nenne ich die Zeit vor den Befreiungskriegen; da schmachtete das ausgesogene Preußen unter dem schweren Druck der Invasion, Hoffnung und Ehre schienen dahin; der verarmte Bürger hatte täglich Aerger und Drangsalierung durch Einquartierung und Kontributionen. Dennoch wurde er nicht nervös, sondern hielt tapfer aus und stellte seinen Mann, als es ans Losschlagen ging; als aber der Friede gesichert, die neue Existenz begründet war, da flüchtete die Empfindung aus dem Druck des all-

täglichen Lebens in das Traumgebiet der Romantik. Jeder, der einen Feldzug mitgemacht hat, wird aus eigener Beobachtung die Beispiele häufen können und mir beistimmen, wenn ich sage: wenn es an den Kragen geht, hört die Nervosität auf. Auch wenn es nur ums Geld, um das tägliche Brot geht, braucht sie nicht da zu sein, selbst die Schädlichkeiten der Wohnung und Umgebung müssen nicht immer schuld sein: „am häufigsten“, sagt Hilty, „ist die Neurasthenie in den Klassen, deren Lebensverhältnisse am gesundesten sind“. Da vor allem, im Bereich der „Sekurität“ und „Prosperität“, finden sich die Bedingungen für jene Reizsamkeit, welche die eigentliche Quelle der Nervosität ist, neben welcher alle anderen Schädlichkeiten nur als auslösende Kräfte, nicht als Ursachen figurieren.

Natürlich leugne ich nicht, daß dauernde geistige Ueberanstrengung geeignet ist, nervöse Störungen hervorzubringen: ich sage Ueberanstrengung, und das ist ein relativer Begriff, ein Quotient aus absolutem Arbeitsmaß und individueller Leistungsfähigkeit; die ganz großen Polyhistoren und Vielarbeiter, Leibniz und Haller, Virchow und Mommsen sind niemals nervös gewesen; die Mehrzahl unserer Neurastheniker hat gar kein übergroßes Maß von Arbeit zu bewältigen. Gelingt es, die Widerstandskraft, die individuelle Leistungsfähigkeit zu heben, dann nimmt bei gleichbleibender Arbeitssumme der Quotient seinen Normalwert an, die Neurose schwindet.

Ich verkenne auch nicht, daß viele Neurosen auf dem Boden konstitutioneller Anlagen und Krankheiten erwachsen, oder arteriosklerotischer Insuffizienz der zerebralen Blutversorgung entspringen. Hier sind aber die Störungen nicht mehr psychogen, sondern wesentlich somatisch, die Neurose ist nicht Krankheit, sondern Symptom; wir können diese Gruppe aus dem Kreis unserer Betrachtung ausschließen.

Ich anerkenne selbstverständlich die Bedeutung der erblichen Disposition. In psychopathischen Familien werden Neurosen wohl zu allen Zeiten vorgekommen sein. Aber deren Häufung in gegenwärtiger Zeit beweist doch unwiderleglich, daß die schädigenden Faktoren, die den Gesunden nervös machen, eine vorhandene Disposition fördern, die Krankheit auslösen können und müssen; es gibt absolute Veranlagungen, die unter allen Umständen, und bedingte, die nur unter der Förderung durch bestimmte Bedingungen die Krankheit zum Ausbruch kommen lassen.

Diese Bedingungen sind aber für Belastete und Unbelastete, wenn auch quantitativ verschieden, so doch im Wesen dieselben; dieses Wesen habe ich versucht, geschichtlich abzuleiten und dadurch von den Zufälligkeiten zeitgenössischer Beobachtungen zu befreien. Daß das Ergebnis mit dem Urteil der Denker verschiedenster Zeiten und Stände, eines Seneca, eines Pinel, eines Hufeland, eines Hilty, eines Moebius in seinen Hauptpunkten übereinstimmend, kann nur zu seiner Sicherung beitragen.

Und nun gilt es, aus der gesicherten Erkenntnis die Folgerungen zu ziehen; sie sollen uns die Wegleitung geben, im Kampf gegen die Seuche, welche die psychischen und körperlichen Kräfte der Nation dezimiert. Die Notwendigkeit des Kampfes wird allseitig empfunden. „Aus dieser fortschreitenden Degeneration und Kraftlosigkeit sehnt sich das jetzige Geschlecht instinktmäßig heraus zur Einfachheit, zur Wahrheit, zur Natürlichkeit, zur Freundschaft, zur Nächstenliebe, zur Gesundheit und Kraft . . . und diese Wiedergeburt ist es, welche die Menschheit von dem nächsten Jahrhundert vor allem und um jeden Preis erwartet.“ (Hilty.) Daß sie diesem Willen zur Genesung Führer und Leiter sein müsse, dessen ist sich die Ärzteschaft bewußt. Ueber die besten Kampfmittel herrscht aber in ihr noch keine völlige Klarheit. Die Nervosität ist ein *Morbus novus*; zu ihrer Bekämpfung sind noch keine unantastbaren wissenschaftlichen Leitsätze gefunden; tastend und empirisch muß vorgegangen werden; bei der Mannigfaltigkeit der Aetiologie wie der Symptome wird kaum jemals ein spezifisches Heilmittel gefunden werden. Fast unbewußt, instinktiv, tauchen die Heilverfahren auf, oft nicht aus wissenschaftlichen Kreisen, sondern aus der Laienwelt, aus der Masse des Volkes. „Was beim Genie die Intuition, das ist bei der Masse der Instinkt“, schreibt Hebbel einmal in

sein Tagebuch. Darum sind auch die Begründungen so naiv, die Anwendungen so kritiklos. Und selbst wo wertvolle Heilverfahren von Aerzten aufgefunden und begründet werden, bleiben sie verborgen, gewinnen keinen Boden, bis ihnen der Instinkt der Masse entgegenkommt. Die Geschichte des Wasserheilverfahrens, der Massage, der Gymnastik, der Freiluftbehandlung bildet treffliche Demonstration zum Gesagten, auf deren Darlegung heute einzugehen ich mir indessen versagen muß.

Aufgabe der ärztlichen Wissenschaft ist es, getreu dem hippokratischen Grundsatz, nichts ungeprüft anzunehmen noch zu verwerfen, jede Anregung, mag sie kommen, woher sie wolle, aufzunehmen und zu prüfen. Sie allein ist imstande, das Tatsächliche zu erkennen und vom Falschen zu sondern, die Indikation festzustellen, und auf dem Grund solcher Erkenntnis erwächst ihr dann die weitere, schwierigere Aufgabe, die dabei spielenden physiologischen und psychischen Vorgänge aufzudecken und der Therapie eine rationelle Grundlage zu geben.

Vieles davon ist bereits geschaffen, vieles in Arbeit und vieles noch der Zukunft vorbehalten. Einige Betrachtungen sind aber schon heute geboten.

Die physiologisch-diätetischen Heilmethoden sind uralte, sie haben immer Geltung gehabt, bald unter, bald über der Schwelle ärztlicher Anerkennung. Woher dieses Schwanken? Warum mußten sie gleichsam von neuem immer wieder entdeckt werden? Die Geschichte gibt darauf Antwort: ihre Einseitigkeit, ihr unberechtigtes Streben um alleinige Herrschaft, alleinige Anerkennung und ihre Entartung zu ödem Schematismus hat sie jeweilen um ihren Kredit gebracht. Dies zur Warnung für Naturheilschwärmer!

Ein Zweites: Zumeist sind diese Methoden Abhärtungsmittel, sie bezwecken jene Pachydermie der Sinne, von der Paul Mongré sprach. Man vergesse nicht, daß Nervosität nicht ein Leiden der Sinnesnerven, sondern der Psyche ist. Es nützt nicht, die Unglücklichen von Kur zu Kur, von Sanatorium zu Sanatorium zu schleppen; so züchtet man Sanatoriumsüchtige, abulische Individuen, unfähig, eine eigene Stellung im Leben wiederzugewinnen. Die Kur darf nicht Selbstzweck, sie darf nur Unterstützungsmittel der psychischen Behandlung sein. Wer Nervöse behandeln will, muß Seelenarzt sein. Dazu gehört Beherrschung der wirksamen Mittel. „Dem Gesunden“, sagt Moebius, „kann man durch Redensarten wie: was der Mensch will, kann er auch u. dgl. seine üble Laune verweisen; den Nervenkranken kann man durch solche Aeußerungen nur kränken, weiter nichts. Denn in der Regel ist bei diesem eben der Wille krank, und er empfindet es schmerzlich, nicht wie er wünscht, wollen zu können.“

Drittens: Jeder Kundige weiß, daß Nervöse suggestibel sind; sie unterliegen der Suggestion der Person und der Suggestion des Wortes. Eine Kur, die einen Namen hat, schafft mehr Zutrauen als eine namenlose. Ob der Name wissenschaftlich berechtigt ist oder nicht, ist gleichgültig für den Kranken, sofern er nur geheilt wird.

Viertens: Unsere Methoden sind solche der Schonung und solche der Uebung. Beide können zu gleichem Ziele, der RepARATION der Sinnesreizbarkeit führen. Denn, wie Ihnen, Goldscheider sehr geistreich vor zwei Jahren ausgeführt hat: auch der Reiz vermehrt die assimilatorische Tätigkeit der Gehirnzelle, und kann ihren Stoffwechsel zur Norm zurückführen. Die Wahl der Methode erfordert aber Erfahrung und aufmerksame Beobachtung. Dies gilt vor allem auch für die geistige Diätetik. Der alte Kant sagt: „Auf Gemächlichkeit muß die Diätetik nicht berechnet werden, denn diese Schonung seiner Kräfte und Gefühle ist Verzärtelung, d. i. sie hat Schwäche und Kraftlosigkeit zur Folge.“ Das ist Halbwahrheit; sie darf beileibe nicht verallgemeinert werden.

Doch genug dieser Aphorismen. Sie sollen zeigen, daß wir die Bedeutung der Diätetik im weitesten Sinne nicht gering einschätzen; soweit sind wir in Uebereinstimmung mit den gangbaren Lehrbüchern und Spezialschriften.

Aber wir müssen weiter schauen. Die übergroße Reizsamkeit, die wir bekämpfen, ist ja wohl die Quelle der mannig-

fachen Beschwerden, aber sie ist auch ihrerseits nur ein Produkt sozialer und kultureller Bedingungen. Gelingt es, diese unschädlich zu machen, dann wird das Uebel mit der Wurzel ausgerottet. Wohl ist der einzelne nicht imstande, den Verlauf der Kultur, der geistigen Strömung zu beeinflussen, aber wir sehen ja, daß das Meer der Gegenwart von mannigfachen, widerstrebenden Strömungen durchzogen wird: aus diesen die zweckdienlichen auszuwählen, das schwankende Schifflein seines Patienten in diese hineinzubugsieren, das vermag der Arzt wohl. Wir sehen eine Grundursache im Subjektivismus, prompt antwortet Kant: „Das größte Mittel gegen Hypochondrie und alle eingebildeten Uebel ist in der Tat das Objektivieren seiner selbst.“ Das mag wohl nicht jedem gegeben sein; aber die Mehrzahl der Menschen ist befähigt, Interessen zu erfassen, die über ihr persönliches hinausgehen. Man stelle einen halbwegs gearteten Neurastheniker vor eine Aufgabe, die seiner Kraft angepaßt ist, in der er sich als nützlich, ja unentbehrliches Glied eines wenn auch noch so kleinen Gesellschaftskreises fühlt; er wird seine Beschwerden vielleicht nicht verlieren, sie werden aber aufhören, sein Gemüt ausschließlich zu erfüllen, und damit haben sie ihre psychische Toxizität zum großen Teile eingebüßt.

Das höchste darin leistet vielleicht der religiöse Glaube. „Ein fester Glaube ist in Nervenkrankheiten die größte Hilfe, neben den natürlichen Heilmitteln der Medizin“, so lehrt Hilty, ein gläubiger Christ. Aber ganz ähnlich sagt Moebius, der Freidenker: „Die Religion ist wesentlich eine Trösterin. Neben den letzten Dingen erscheint dem Gläubigen die Arbeit des Lebens klein, und der Blick auf das Ewige hält ihn in Leidenschaft und Kummer aufrecht,“ und Hellpach, wohl kaum kirchlicher gesinnt, sagt: Die Religion bedeutet in ihren tiefsten Wurzeln für den gemeinen Mann . . . den Anker, dessen sein Gemüt infolge der wirtschaftlichen Existenzunsicherheit bedarf, desto mehr, je weniger diese Unsicherheit durch persönliches Können gemindert werden kann.“

Wohlgemerkt, kommt es für diese gemütshebende therapeutische Wirkung weder auf Form, noch Inhalt, noch den Wahrheitsgehalt der Religion an; sie muß nur dauernd befriedigen können. Das Wesentliche ist der feste Glaube, das persönliche Schicksal in der Hand einer höheren, sittlichen Macht zu wissen. Ich habe öfters nach solcher Wandlung der Sinnesart langjährige Beschwerden sich mindern sehen. Die Beratung in all diesen Dingen ist eine dankbare Tätigkeit für einen menschenfreundlichen und klugen Arzt.

Unsere Aufgabe reicht noch weiter. Von der Individualtherapie erhebt sie sich zur Prophylaxe, zur National- und Rassehygiene. Die heranwachsende Generation soll vor den Schädigungen der gegenwärtigen Kultur bewahrt werden. Wir lernten als unerläßliche Bedingung der Nervosität die Sekurität und Prosperität kennen; es sei ferne von uns, Krieg und Elend als Heilmittel herbeizuwünschen; abgesehen davon, daß der moderne Krieg offenbar auf die Nerven anders wirkt als der altmodische, hieß das den Teufel mit Beelzebub austreiben. Aber die erschlaffenden Wirkungen allzugesicherter Existenz, den Mangel starker Empfindungen durch einen „Krieg im Frieden“ auszugleichen, das scheint nicht unmöglich. Vor allem ist der Heeresdienst eine wahre Gesundheitschule, Drill und Disziplin ein vortreffliches Antidot gegen allzu große Reizbarkeit. Das ist festzuhalten, selbst wenn unter der Last der Ueberbürdung oder Unbefriedigung der eine oder andere Offizier oder Unteroffizier selber nervös wird. Unsere junge Generation scheint fast instinktiv zu finden, wo ihr das Heil blüht, wenn sie mit einem größeren Eifer sich dem Sport jeder Art, Fußwanderungen, Bewegungsspielen hingibt; diese Bestrebungen freudig zu begrüßen, zu fördern, wo nötig, in richtige Bahnen zu weisen, wo sie irre gehen, das ist ärztliche Aufgabe, und der Staat kann sich auf keine Weise kräftige Soldaten, energische, leistungsfähige Beamte sichern, als wenn er diese Bewegung lebhaft unterstützt. In ihr liegt auch das Gegengewicht gegen die Gefahren einseitig intellektueller Ausbildung, frühzeitiger Sexualbefriedigung, übermäßigen Alkoholgenußes, und all der Schädigungen, die das Großstadtleben mit sich bringt. Ein körperlich kräftiges Geschlecht muß auch geistig gesund sein!

Der psychischen Epidemie, das ist der Schluß meiner Ausführungen, dürfen wir nicht hoffnungslos gegenüberstehen. Ihre Ursachen richtig erkennen, heißt auch die Gegenmittel finden.

Vor allem gilt es, die Belehrung über die wirkenden Schädlichkeiten ins Volk zu tragen, nicht durch Vorträge und Bücher, die ja doch mißverstanden werden, sondern durch Anweisung von Fall zu Fall. Darum, meine Herren, wende ich mich an Sie, die Sie in der Mehrzahl Hausärzte sind; Sie haben den Kampf gegen die Seuchen des Leibes, die Hygiene, ins Volk getragen; Sie müssen auch den Kampf gegen die geistige Epidemie führen. Das Publikum, hinter einer überlebten Wissenschaft herhinkend, die im Körper ein Mosaik von Organen sah, tendiert zurzeit zu den Spezialisten und präsentiert ihnen die ausgebildete Neurose; es wird sich von der zur Besinnung gekommenen Heilkunde belehren lassen, daß der Körper ein Organismus sei, und wieder das Bedürfnis empfinden nach einem treuen Berater seines gesamten leiblichen und seelischen Ich. Dann werden Sie noch mehr als jetzt Gelegenheit haben, körperliche und geistige Prophylaxe zu treiben, die gesunde Jugend zu stählen, die belastete abzuhärten und zu schützen gegen die drohenden Gefahren der Nervosität.

Nicht unabwendbar, das ist die Summe unserer Betrachtungen, ist das Schicksal, das uns tiefer und tiefer in die Fesseln unserer Nerven verstrickt; die Volksseuche ist das Resultat ganz bestimmter und erkennbarer Kulturzustände, die zu ändern nicht in unserer Macht liegt, deren schädliche Folgen zu paralysieren aber möglich erscheint. Das ist unsere Hoffnung, unsere Aufgabe. Das genesene Geschlecht aber wird sich eine neue, bessere Kultur schaffen, denn, mit C. F. Meyer, leben wir der Ueberzeugung, daß das Höchste und Tiefste der Empfindung seinen Ausdruck nur erreicht in einem starken Körper und einer starken Seele.