

TERUG NAAR DE NATUUR!?

NEEN, 'T IS GEEN VERGISSING, ALS ER Nachter het opschrift van dit artikel zoowel een uitroep- als een vraagteken staat. 't Is met een leuze precies als met een spreekwoord, waarvan gezegd kan worden: „een spreekwoord, niet altijd een waar woord.” Neem b.v. „spreken is zilver, zwijgen is goud.” Dat gaat heel dikwijls op en 'k geloof, dat er over 't geheel eer te veel dan te weinig gesproken wordt. Maar wanneer we zwijgen, als we moeten getuigen voor onzen Heer en Heiland, dan is zwijgen stellig geen goud, dan is het zonde.

Zoo ook de leuze, die we in onzen tijd nog al eens hooren: „Terug naar de natuur!” — dat kan goed en ook niet goed bedoeld wezen. Als J. J. Rousseau b.v. de prijsvraag beantwoordt, of de herleving der wetenschappen en kunsten een gunstigen invloed heeft gehad op de verbetering der zeden, geeft hij hierop een ontkennend antwoord, dringt aan op den terugkeer tot de natuur en is daarbij heel éenzijdig. Dat zijn ook de menschen, die alle cultuur verwerpen en zelfs het zóóver drijven, dat ze het dragen van kleeren veroordeelen en tot de naaktloopers wenschen te behooren. Eenzijdig zijn ook zij, die alles verwachten van zulk een terugkeer en daarbij dan vergeten, dat de zonde ook de natuur heeft aangetast, zoodat de apostel Paulus naar waarheid kan getuigen: „Want wij weten, dat het gansche Schepsel te zamen zucht en te zamen als in barensnood is tot nu toe.” De natuur zelf moet „vrijgemaakt worden van de dienstbaarheid der verderfenis tot de vrijheid van de heerlijkheid der kinderen Gods.” Minder éenzijdig was Fenelon, die leefde in een tijd, waarin het haar der vrouwen op onnatuurlijke wijze werd gekapt en die toen o. a. schreef: „Gelukte het maar haar verstand te verheffen boven de modezucht, dan zouden ze weer haar kapsels verachten, die zoo verre van de natuur afwijken, en haar kleederen, die veel te gemaakt en te stijf zijn.” En op een andere plaats waarschuwt hij tegen het andere uiteinde door te zeggen: „Verafschuw dan het ontblooten van den hals en alle andere onzedigheden.” Stelt men de vraag, of terugkeer tot de natuur zonder meer ons vrede kan schenken, dan beantwoorden wij die vraag ontkennend; maar als anderen ons toeroepen, dat wij een der bronnen, waaruit we God kunnen leeren kennen, te veel hebben verwaarloosd en dat we daarom moeten terugkeeren tot de natuur, dan stemmen we daarmee onvoorwaardelijk in.

Nu verdient het zeker wel onze opmerkzaamheid, dat men allerwege dit meer en meer gaat gevoelen, ook al is de drijfveer niet steeds de juiste, of de oorzaak de ware. Het menschedom gevoelt het blijkbaar, dat wij te ver van de natuur zijn afgeweken; dat daarom heel wat gemist wordt; dat zelfs het zedebederf daardoor is toegenomen en dat dus terugkeer, althans eenige terugkeer tot de natuur, noodzakelijk is.

Wil men voorbeelden? Ze zijn overal voor het grijpen. Zie eens naar de nieuwe gedeelten van onze steden. Overal worden in de uitbreidingsplannen groote stukken grond vrij gehouden om er plantsoenen en parken aan te leggen, waar grooten en kleinen kunnen genieten van de natuur. Ook de sport wijst hierop, al moeten we toestemmen, dat die door overdrijving al weer ontardt in het houden van wedstrijden, waarbij meer gedaan wordt voor de eer dan voor de gezondheid.

Bij het onderwijs zoekt men naar meer natuurlijke methoden en ook voor het aanleeren van vreemde talen

kent men reeds de natuurlijke methode, waarbij men tracht de vreemde taal aan te leeren op dezelfde wijze, als men de moedertaal geleerd heeft. En dan de geneeskunde! Hier vooral zoekt men terugkeer tot de natuur, soms zelfs zóó, dat men het gebruik van alle geneesmiddelen verfoeit en daardoor al weer van het eene uiterste in het andere vervalt.

Nu is het opmerkelijk, dat de terugkeer tot de natuur, waar die reeds openbaar werd, niet uitgaat van de officiële wetenschap; deze verzet zich vaak daartegen en noemt heel graag alles, wat niet met haar overeenkomt, kwakzalverij. Wanneer een man als Dr. Hahnemann de grondlegger wordt van de homeopathie, vindt hij overal tegenstand, en tóch was hij zelf wetenschappelijk gevormd. Ook in onze dagen wordt dezelfde homeopathie nog door velen als kwakzalverij beschouwd en haar voorstanders vragen in Nederland nóg te vergeefs om een leerstoel voor deze geneeswijze aan een der universiteiten. We kunnen dan ook wel haast zonder voorafgaand onderzoek vaststellen, dat de terugkeer tot een meer natuurlijke geneeswijze niet is uitgegaan van de officiële wetenschap, maar zich, na veel strijd, heeft baan gebroken op initiatief van leeken.

Een nader onderzoek bevestigt deze veronderstelling. In de tegenwoordige geneeskunde wordt veel gebruik gemaakt van de Priessnitzsche omslagen, niet slechts door de mannen der natuurgeneeswijze, maar ook door die van de officiële wetenschap. En aan wien hebben we die te danken? Aan een boer, n.l. Vincent Priessnitz, die in Grävenberg het eerbare beroep van landbouwer uitoefende en omstreeks 1829 begon met de koudwatercompressen, wier uitwerking al spoedig velen verbaasde, zoodat Professor Winternitz te Weenen met zijn assistenten wetenschappelijk ging onderzoeken, om te weten te komen, hoe en waarom die compressen zulk een gunstige uitwerking hadden.

Voorts denken we aan pastor Sebastiaan Kneipp, die in Wörishofen zeer velen geholpen en gered heeft door de toepassing van de koudwaterkuur, zij het ook met heel eenvoudige hulpmiddelen van gieter, trekpot en dergelijke instrumenten. Waarlijk, we mogen wel dankbaar zijn, dat in onzen tijd vrij algemeen erkend wordt, dat de natuur zelf vele geneesmiddelen geschonken heeft; ja, dat ook de officiële wetenschap vaak de natuur gelegenheid geeft de verstoorde gezondheid te herstellen. Onze t. b. c.-lijders b.v. krijgen geen medicijnen, maar worden in huis of in sanatorium in de gelegenheid gesteld te profiteren van gezonde, onbedorven lucht en zonneschijn; bloedende wonden worden zóó verbonden, dat het bloed zelf de wonde kan sluiten en daardoor de gelegenheid geopend wordt tot herstel van de geschonden deelen.

Als we in de geneeskunde dankbaar zijn voor den terugkeer tot de natuur, volgt daaruit dan, dat we de officiële geneeskunde den rug toekeeren? Volstrekt niet, integendeel we zijn dankbaar, dat mannen met universitaire opleiding, die het volste recht hebben, zich doctor in de medicijnen te noemen, zich met de natuurgeneeswijzen zijn gaan bemoeien om daar regel en orde in te brengen. Wij, leeken, loopen spoedig gevaar eenzijdig te worden, en ook niet-leeken bewijzen vaak, dat ze voor dat gevaar niet immuun zijn. Vooreerst meenen we dan, dat medicijnen en operatief ingrijpen nooit noodig zijn en we willen alles door de natuur doen genezen. Dat gaat echter niet op; wel leert de onderzinding, dat het gebruik van medicijnen, alsook de operatie tot een heel klein minimum kunnen beperkt worden, doch geheel missen kunnen wij ze niet. Dat



Onweersstemming aan het Thunermeer Dit meer ligt in de onmiddellijke nabijheid van Sankt Beatenberg, waar de Koninklijke familie thans vertoeft

is ook de meening van artsen, die zich geheel gewijd hebben aan de natuurgeneeswijze.

Vóór mij ligt b.v. een boek van Dr. J. C. Mom, directeur van de inrichting voor physische therapie te Ginneken, en daarin vind ik o.a. deze mededeeling: „In dit boek wordt niet over de toepassing van medicijnen gesproken, niet om deze therapie uit te schakelen, doch omdat deze in daartoe noodige gevallen door den arts voldoende zal worden toegepast.”

Er is echter nog een tweede reden, waarom het goed is, dat de wetenschap zich is gaan bemoeien met de natuurgeneeswijze. En dat is, omdat we precies moeten weten, in welke dosis de natuurlijke middelen moeten worden gegeven. Neem b.v. de harding. We kunnen allen nagaan, dat koetsiers hoogst zelden last hebben van een neusverkoudheid, al zijn er ook wel koetsiers met een rooden neus, die echter gewoonlijk aan iets anders te wijten is. We besluiten daaruit, dat het goed is, zich bloot te stellen aan weer en wind. Jawel, maar daar gaat de kamergeleerde of de man van de kantoor-kruk, die zoo vaak verkouden is, zich aanwennen om elken dag een uur naar buiten te gaan, onverschillig welk weer het is. Hij treft het, want den tweeden dag waait er al een gure wind met veel regen en . . . hij wordt 's nachts ziek; de dokter komt en constateert een begin van longontsteking. Zuurkool met vet spek kan een uitnemend middel wezen om een smid weer op krachten te brengen, maar voor een kleermaker kan het juist verergerend werken. Zoo ook met de heerlijke gaven Gods van water, licht, warmte, koude en lucht, die in de natuurgeneeswijze worden aangewend. Ook daarmede moet voorzichtig worden omgegaan en moet gerekend worden met de individueële gesteldheid van iederen patiënt. De een zal een volle begieting kunnen hebben, terwijl een ander met natte omslagen moet geholpen worden; aan den een zullen wandelingen van een uur worden voorgeschreven, terwijl een ander zich moet tevreden stellen met het liggen op een ruststoel om zich daar te laten koesteren door de zon.

Dit en nog veel meer weet ik door veeljarige onder-zoeking, daar ik herhaalde malen de inrichting te Ginneken bezocht heb, en ervaren heb, dat men daar ook prophylactisch, d. w. z. voorbehoedend werkt, want nadat ik daar mijn jaarlijksche vacantie had doorgebracht onder leiding eerst van Dr. Soer en later van Dr. Mom, was ik in den winter veel minder vatbaar dan wanneer ik eens een jaar had overgeslagen.

Wat ik voor een deel door eigen ervaring heb geleerd, is mij nu meer helder geworden door het lezen van het reeds genoemde boek van Dr. J. C. Mom: Physische Therapie, Natuurgeneeswijze, dat uitgegeven is door La Rivière & Voorhoeve te Zwolle. In dit boek, dat ook door leeken heel goed gelezen kan worden, behandelt de Schrijver achtereenvolgens de genezing door warmte, water, electriciteit, licht, lucht, massage en beweging. Dit vormt met elkaar het eerste of algemeene gedeelte, terwijl in het tweede deel besproken wordt de wijze, waarop verschillende ziekten door middel van de physische therapie behandeld kunnen worden. In aanmerking komen vooral de ziekten der ademhalings-organen, van gewrichten en spieren, van het bloed en de stofwisseling, maar ook die van maag en darmen, nier en blaas, hart en vaten; de zenuwziekten worden natuurlijk niet vergeten, zelfs over huidziekten wordt gesproken en enkele aanwijzingen gegeven, hoe men moet handelen bij elektrische ongevallen. Een afzonderlijk hoofdstuk wordt gewijd aan de harding.

☒ Zooals ik reeds zei, vindt men dit alles hier wetenschappelijk behandeld, doch op populaire wijze, zoodat ieder, die over gewone ontwikkeling beschikt, dit boek kan lezen. Ongetwijfeld zal het velen er toe brengen, ook in de geneeskunde terug te keeren tot de natuur, dat wil hier zeggen tot de allereerste geneeskunde, want de natuurgeneeswijze is veel ouder dan die door kruiden en scheikundige oplossingen. Door verschillende omstandigheden is echter die eerste, de oudste geneeswijze op den achtergrond geraakt, totdat in de vorige en vooral in deze eeuw juist de steeds voortschrijdende cultuur ons er weer toe heeft gebracht, ook op dit punt terug te keeren tot de natuur, en weer te leeren een dankbaar gebruik te maken van de heerlijke geneesmiddelen, die God Zelf geschonken heeft in het water, zoowel koud als warm; in het licht, dat nu zelfs kunstmatig kan aangebracht worden in de hoogtezon, wat wel noodig is in ons goede land, dat zoo arm is aan zonneshijn; in de lucht en in zooveel andere goede gaven, waarvoor we den Schepper niet genoeg danken kunnen.

J. C. WIRTZ Czn.

Wolken bedekken wel de zon, maar vernietigen haar toch niet.

Lavater

DE GESOLEI

„DE MENSCH.”

IN DE VOORHAL VALT EEN GROOTE gekleurde plaat dadelijk in 't oog. Geheel onderaan ontdekt men iets, dat het begin van het leven moet voorstellen. Dan volgen de afbeeldingen elkander snel op. Eerst de minst ontwikkelde exemplaren uit de dierenwereld, dan de hoogere diersoorten en ten slotte, geheel bovenaan, komt een kinderfiguurtje. Daar hebt ge dan de zoogenaamde evolutieleer vóór u, de theorie van Darwin, de leer der langzame ontwikkeling, de geleidelijke voortschrijding naar het betere. Niet „God schiep den mensch naar Zijn beeld, naar Zijn gelijkenis,” maar de mensch is geleidelijk geworden wat hij is. Ik zocht naar een voorstelling van hetgeen God ons zegt omtrent den eersten mensch, doch ik vond geen Eden, geen Adam en Eva, geen voorstelling van het scepingsverhaal uit Genesis I. Is dat niet droevig? Wél prijkt ergens voor een gesloten deur het opschrift: „De voorhistorische mensch,” terwijl achter die deur het afgietsel is opgesteld van een enormen aap, onzen voorvader, zoo men het wil gelooven! En een serie apenschedels moet duidelijk maken, hoe ten slotte onze schedel is ontstaan! Welk een dwaasheid!

We gaan dan ook maar liever naar de zalen, waar men den mensch van binnen en van buiten op allerlei wijzen kan bekijken. Door een „vakman” zou over het hier bijeengebrachte materiaal een boekdeel te schrijven zijn. Wij willen slechts hier en daar iets aanstippen.

Daar staat een groot, glazen vat met roode vloeistof, die bloed voorstelt. Het menschelijk lichaam bevat 5 Liter bloed, en die hoeveelheid ziet men hier vóór zich, maar dan met 72 vermenigvuldigd. Waarom? Luister slechts. De 5 L. bloed wordt in een half uur tijds 72 maal door het lichaam geperst, zoodat in die dertig minuten niet minder dan 360 L. van dat kostbare vocht door de aderen gaan.

☒ Een ander glazen vat trekt onze aandacht. 't Is alsof