

eine Durchbrechung der Verfassung nicht enthalten, sich als untauglich erwiesen haben, der dem Staatswohl drohenden dringenden Gefahr zu begegnen². Und dabei ist die Durchbrechung der Verfassung auf das geringst mögliche Maß zu beschränken, so wie ein Arzt dem Organismus keine größere Wunde zufügen darf, als die Heilung der Krankheit es unbedingt erfordert.

Es ist hier entsprechend anzuwenden, was das Reichsgericht in seinem Urteil vom 8. Mai 1929 (RGSt 63, 226), ganz im Einklang mit dem Naturrecht, über den sog. übergesetzlichen Notstand ausführt, daß nämlich der Verstoß gegen ein (gültiges) Gesetz nur dann den Charakter der Rechtswidrigkeit verliert, wenn er „das einzige Mittel ist, um das höhere Rechtsgut zu schützen, d. h. daß weder eine strafrechtlich belanglose Handlung noch die Verletzung eines geringerwertigen Rechtsguts zur Verfügung steht“.

Ein Staatsnotstand liegt daher keineswegs vor, wenn durch die Verfassungsbestimmungen eine Regierung oder Partei gehindert wird, ihre besondern Zwecke und Wünsche durchzusetzen. Das ist eben der Sinn der Verfassung, für solche Zwecke und Wünsche einen bestimmten Weg bindend vorzuschreiben. Erst recht kann der sich nicht auf einen Staatsnotstand berufen, der ihn bewußt herbeiführt. Es wäre ein Verstoß gegen Treu und Glauben, wenn der Saboteur der Verfassung aus seinem Frevel Vorteil für sich selbst ziehen dürfte. Wer auf die Räder der Staatsmaschine absichtlich Sand schüttet, hat kein Recht, sich über das Versagen des Staatsapparates zu beklagen; er ist vielmehr verpflichtet, den Sand zu entfernen.

Es ist zutreffend, daß die Verfassung in einer leidenschaftlich bewegten und vorwärtsstürmenden Zeit wie eine Bremse wirkt. Aber diese Wirkung ist gewollt, um die Volksenergien zu einem geordneten Ablauf zu zwingen und vor Verwilderung zu bewahren; sie ist für den Staatsmann zugleich eine Mahnung, die politische Entwicklung nicht zu überstürzen, sondern geduldig zuzuwarten, bis die äußern Verhältnisse für neue

Ideen und Formen reif sind. Nur widerstrebend wird er an die Frage des Staatsnotstandes herantreten, weil das Staatsnotrecht ihn leicht in verdächtige Nähe zum Staatsstreich bringen kann. Und selbst wenn je das Staatsnotrecht geltend gemacht werden sollte, muß auch aus ihm noch die Treue zur Verfassung hervorleuchten. Das Volk aber hat ein feines Gefühl dafür, ob etwas in wirklicher Not aus Liebe zum Gesamtwohl oder aus Liebedienerei gegen selbstsüchtige Interessen von Parteien oder Ständen geschieht.

Die Gerechtigkeit ist die Grundlage der Staaten. Ein Staat, in dem das Recht nicht geachtet wird, ist ein des Menschen unwürdiges Gebilde. Immer noch gilt das Wort des hl. Augustinus (De civ. Dei 4, 4; ML 41, 115): „Wenn die Gerechtigkeit fehlt, was sind dann die Reiche anders als große Räuberbanden?“

Max Pribilla S. J.

Die Dauer des menschlichen Lebens

In graue Sagenzeit des Deutschtums reicht der „Wolfdietrich“ des Heldenbuches hinein. Hier findet sich schon die Volkssage vom Jungbrunnen. Sie legt ebenso wie ähnliche Sagen bei andern Völkern Zeugnis ab für das uralte Sehnen der Menschen, die leistungsfähige und gnußfreundige Jugend zurückzuerlangen, die Last der Jahre zu vermeiden.

Dem heutigen Menschen im Zeitalter der Naturwissenschaft und Technik schwebt natürlich die Idee vor, durch operative Eingriffe oder durch organotherapeutische Präparate neue Spannkraft für Körper und Geist schaffen zu können. Mit Präparaten der modernen Organotherapie kann man bei krankhaft bedingtem vorzeitigem Altern, also bei Menschen, die schon etwa in den fünfziger Jahren infolge von Schwächezuständen im Gefüge der Blutdrüsen greisenhaft werden, vorzügliche Resultate erzielen. Aber es ist nicht möglich, den normalen Ablauf des Lebens durch solche Kunsthilfe zu verzögern. Mit der Zeit eilen wir Stunde für Stunde unserem Ende in der Zeit zu. Unser Ziel muß sein, durch Gesunderhaltung einen vorzeitigen krankhaften Tod zu vermeiden. Wir müssen durch hygienische Le-

² Für Deutschland vgl. Anschütz-Thoma, Handbuch des Deutschen Staatsrechts II (Tübingen 1932) 231—233 276.

bensführung danach streben, die Grenze der natürlichen Lebensdauer zu erreichen. Wie hoch ist nun die normale Lebensdauer des Menschen?

Albrecht v. Haller, einer der bedeutendsten Forscher aller Zeiten, Botaniker, Anatom, Physiologe, Arzt und Dichter, hat die natürliche Lebensdauer des Menschen auf 200 Jahre berechnet. Der Naturforscher Buffon schreibt der natürlichen Lebensdauer nur 90—100 Jahre zu. Auch der Physiologe Flourens schätzt die normale Dauer des menschlichen Lebens auf 100 Jahre. Hufeland schreibt der menschlichen Lebenskraft in äußerst seltenen Ausnahmefällen eine Dauer von zwei Jahrhunderten zu.

Buffon und Flourens gingen von der Beziehung zwischen der Dauer der Wachstumszeit und der Lebensdauer aus. Dieses Verhältnis soll nach Buffon 1 : 6—7, nach Flourens 1 : 5 betragen. Die Zahlen für die Dauer des Wachstums, für die durchschnittliche Lebensdauer und für das Maximum betragen für das Pferd 5 : 35 : 50, für die Katze 1,5 : 10 : 20, für den Hund 2 : 11 : 25. Bei Berechnung des Verhältnisses zur Einheit erhalten wir: Pferd 1 : 7 : 10, Katze 1 : 6,6 : 12,2, Hund 1 : 5,5 : 12,5. Der Durchschnitt dieser Zahlen auf den Menschen übertragen würde ergeben 20 : 128 : 232. Demnach müßte also die Durchschnittsdauer des menschlichen Lebens 128 Jahre betragen, das Maximum 232 Jahre.

Es ist kein Zweifel, daß die gesundheitswidrige Lebensführung der Mehrzahl der Menschen ein vorzeitiges Ende bereitet. Die meisten von uns sterben an chronischem Selbstmord. Eines der größten Naturwunder ist die Anpassungsfähigkeit und Ausdauer, mit denen unser Körper die größten Verstöße gegen seine natürlichen Lebensbedingungen erträgt. Der von Pflüger zitierte Chirurg Politiman war schon mit 25 Jahren ein Trinker und berauschte sich fast täglich bis zum Alter von 140 Jahren. Aber auch der erstaunlichsten Widerstandsfähigkeit sind natürlich Grenzen gesetzt. Deshalb ist eine normale Lebensdauer ein sehr seltenes Vorkommnis.

Aus statistischen Erfahrungen kann keine Berechnung der physiologischen Lebensgrenze abgeleitet werden. Fälle von ganz ungewöhnlich langer Lebens-

dauer beweisen nur die Möglichkeit einer die Norm überragenden Lebenskraft. Einer mit vorsichtiger Kritik zusammengestellten Aufzählung von Paul Holzhausen entnehme ich aus der Jetztzeit 16 gut kontrollierte Nestoren, die 101 bis 126 Jahre alt geworden sind. Sogar erheblich höhere Lebensgrenzen sind einwandfrei nachgewiesen. Bekannt ist, daß der von William Harvey, dem Entdecker des Blutkreislaufes, sezierte Thomas Parr ein Alter von 152 Jahren erreicht hat. Als bemerkenswerten Befund erwähnt Harvey, daß die Rippenknorpel noch nicht verknöchert waren, also der Brustkorb noch elastisch war. Der Bischof Kentigern von Glasgow hat nach seiner Grabschrift ein Alter von 185 Jahren erreicht. Hufeland führt weiter den Dänen Drakenberg an, der 147 Jahre alt wurde. Aus der Jetztzeit sind nach den Aufzeichnungen von Paul Holzhausen folgende Methusalems anzuführen. Im Jahre 1929 starb auf Zypern ein Mönch im Alter von 139 Jahren. Über einen 1928 noch lebenden Hundertachtundvierzigjährigen berichtet Dr. Ludwig Karell. Dieser alte Herr war viermal verheiratet, seine letzte Frau zählte 20 Jahre, als der Neunzigjährige sie zum Altar führte. Der Türke Zaro Aga war 148 Jahre alt, als er eine Reise nach Amerika unternahm. Zaro Aga hat, obwohl Türke, nie Kaffee getrunken und nie geraucht. In Tiflis starb 1926 Andrea Smith im Alter von 150 Jahren. Ludwig Buchner berichtete 1892 über einen 180-jährigen Greis Miquel Solis; die ältesten Leute der Gegend sagten aus, schon in ihrer Kinderzeit habe Solis als 100-jähriger Greis gegolten.

Über die gesundheitlichen Grundlagen einer ungewöhnlich langen Lebensfähigkeit wissen wir mit Sicherheit, daß alle einseitigen Vorschriften, die sooft von Gesundheitsaposteln gepriesen werden, sich als Lehren falscher Propheten erwiesen haben. Wir haben immerhin genügend Gelegenheit, die Lebensführung der Hundertjährigen zu prüfen. In Europa sind in den Jahren 1887—1895 nach einer zuverlässigen Zählung 233 Personen im Alter von über 100 Jahren gestorben. Wir finden nicht eine einzige Gesundheitsvorschrift als ganz überragende Vorbedingung langen Lebens bestätigt. Die Gesamtheit der Lebensführung ist

entscheidend, nicht eine Einzelsvorschrift. In jedem Stand, in Palast und Hütte, bei Verheirateten und Ledigen, bei jeder Ernährungsweise, in warmen Ländern und in Kältegegenden, bei geruhvoller Lebensführung und bei bewegtem Tageslauf kann die äußerste Grenze der Lebensmöglichkeit erreicht werden. Es ist nur nötig, daß die Mehrzahl der hygienischen Forderungen beachtet wird. Eine englische Statistik über 52 Hundertjährige, die ärztlich untersucht wurden, berichtet, fast alle hätten sich subjektiven Wohlbefindens erfreut, ja fast alle seien Frühaufsteher gewesen und hätten nicht mehr als $8\frac{1}{2}$ Stunden dem Schläfe gewidmet, fast alle seien sehr zurückhaltend im Essen und Trinken gewesen und hätten sich viel in freier Luft aufgehalten. Bei allen Angaben kehrt die Einschränkung wieder: „fast“ alle. Hierdurch wird die Lehre bestätigt: „Keine Regel ohne Ausnahme.“ Auffallend ist, daß sehr viele Hundertjährige einen erstaunlich guten Gesundheitszustand aufweisen und über fast normale Geisteskräfte verfügen, wodurch vielleicht die Sentenz bestätigt wird: „Es ist der Geist, der sich den Körper baut.“

Das Problem der Lebensverlängerung ist so alt wie die Geschichte der menschlichen Kultur. Im Laufe der Zeiten beeinflussen Modeströmungen das Denken über hygienische Forderungen. Wir müssen daher im Vielen die Einheitlichkeit suchen, im Wechsel das Verharrende. Als Grundlage des Lebens erkennen wir die organisierte Gestalt. Differenten Teile bedingen sich wechselseitig und bedingen in ihrer Gesamtheit das zur Einheit organisierte Ganze. Daher schließen wir: Leben ist innere Zweckmäßigkeit. Die innere Zweckmäßigkeit sehen wir im Organismus als das Prinzip der Selbststeuerung: ein Erfordernis im Organismus wird zur Ursache der Erfüllung dieses Erfordernisses. Diese Selbststeuerung sehen wir im Organismus während der Dauer des Lebens bei den Vorgängen des Stoffwechsels; die Doppelrichtung: Verbrauch und Wiederaufbau dient dazu, die organisierte Gestalt trotz wechselnden Stoffbestandes zu erhalten.

Einen gewissen Einblick in den Mechanismus der Selbststeuerung geben uns die Schwingungen um eine Gleich-

gewichtslage, die wir in den verschiedensten Systemen als Resultat von Förderung und Hemmung physikalisch-chemischer Kraftäußerungen erkennen, und die in ihrer Gesamtheit der Erhaltung des Lebenspotentials dienen. Pflege der Gestalt, Schutz des Stoffwechsels vor Verschlackung, Erhaltung leichtschwingender Gleichgewichtslagen in den Systemen des Organismus sind die hygienischen Grundforderungen, die aus den charakteristischen Kennzeichen des Lebens abgeleitet werden. Restlos erklären können wir die Ordnung des Lebens nicht. Wir erkennen das Walten eines regulierenden Prinzips. Der unverkennbare Einfluß, den geistige Einstellungen auf die Lebensvorgänge ausüben, berechtigt uns, zu den Methoden der Lebensverlängerung geistige Einstellungen zu rechnen. Anweisungen zur Verlängerung der Lebensdauer müssen sich auf diese erkannten Grundlagen des Lebens stützen.

Zur Pflege der organisierten Gestalt dienen Haltungsbeachtung, Haltungsübungen, Atmungsübungen, Gymnastik. Als Anleitung sehr zu empfehlen ist das Buch „Durch Körperbildung zur Geisteskraft“ von William J. Lockington S. J. (Innsbruck, Tyrolia). Atmungsübungen und Muskelbetätigung sind ferner das weitaus wirksamste Mittel zur Anregung und Belebung der Stoffwechselvorgänge.

Der Umsatz eines 70 kg wiegenden Menschen beträgt bei seiner gewohnten Ernährung in Zimmerruhe etwa 100 Kalorien pro Stunde, bei freier Bewegung ohne Arbeit 114, bei leichter häuslicher Beschäftigung 130—150. — Ein Mensch, der bei völliger Ruhe etwa 5 l Luft pro Minute atmet, braucht im Stehen 6 l, bei langsamem Gehen 10—12 l, bei strammem Marschieren auf ebenem Boden 15 l, bei Bergsteigen 20—50 l. Junge, militärisch trainierte Leute im Gewicht von 63—67 kg brauchen an Tagen relativer Ruhe 2900—3000 Kalorien, bei Märschen von 25 km mit Gepäck 4100—4200 Kalorien. An jungen Leuten, die sich für Fußballwettkämpfe trainierten, wurde ein Verbrauch von etwa 5000 Kalorien festgestellt, ähnlich bei Ruderern.

Ganz besonders wirksam ist die rhythmisch geregelte Übereinstimmung zwischen Atemführung und Bewegungsausübungen. Das beweisen sportärztliche

Feststellungen. Die Atmungsleistung eines untrainierten Menschen beträgt durchschnittlich 3350 ccm, bei einem Schwerathleten findet man 3950, aber bei einem Schwimmer 4900 und bei einem Ruderer sogar 5450. Stärkste Gymnastik ohne Atmungstechnik stärkt den Blasebalg der Lebensvorgänge nur in recht geringem Grade, aber Sport mit Atmungsregulierung erzielt die größte Leistungsfähigkeit.

Zur Vermeidung übermäßiger Spannungsbelastung der Gleichgewichtslagen im Organismus muß man sich vor Überanstrengungen und vor Überreizungen im Genußleben hüten. Bei den gebräuchlichen Genußmitteln bedrohen Koffein und Nikotin die Gleichgewichtslage im sympathischen Nervensystem. Deshalb war die Koffeinfreiung des Kaffees (Kaffee Hag) eine große hygienische Errungenschaft. Alle starken Raucher sollten sich freuen, daß die Entnikotinisierung von Zigarren und Zigaretten bis auf 0,5% mit Erhaltung des Aromas und ohne Beeinträchtigung des Geschmacks neuerdings in Deutschland von der Fabrik Austria in München durchgeführt wird.

Geistig ist Lebenserfüllung Persönlichkeitsgestaltung. Der Mensch hat die Aufgabe, seinen Lebensinhalt schöpferisch zu gestalten, in Freiheit, aber untergeordnet unter Norm und Sittengesetz. Hier mahnt uns das Wort des großen Lebenskenners Goethe:

Vergebens werden ungebund'ne Geister
Nach der Vollendung reiner Höhestreben,
Wer Großes will, muß sich zusammen-

raffen;

In der Beschränkung zeigt sich erst der
Meister

Und das Gesetz nur kann uns Freiheit
geben.

Dr. Paul Engelen.

Streit um Israel

Der bekannte Vorkämpfer des Pan-europa-Gedankens, Graf R. N. Coudenhove-Kalergi, hat unlängst ein Werk seines früh verstorbenen Vaters neu herausgegeben, das — 1901 zum ersten Mal erschienen — den Versuch unternimmt, „das Wesen des Antisemitismus“

zu ergründen¹. Die Schrift trägt das Gepräge ihrer Entstehungszeit: Humanitätsbegeisterung, „Toleranz“, Liberalismus eines aufgeklärten, aristokratischen Weltbürgertums. Ihr Verfasser, „geistig beinahe Freidenker“, „im Herzen überzeugter Christ und Katholik“, ein Mann, der „gern und freundschaftlich mit gelehrten Jesuiten und Rabbinern, mit frommen Christen und Juden, Mohammedanern und Buddhisten“ verkehrt, Fanatismus, Intoleranz „und Kleinalismus“ haßt, „als frommer Katholik bis zu seinem Tod ein Jünger Schopenhauers und Verehrer Buddhas“ blieb und „aus Begeisterung für die Askese“ Tertiärer des Trappistenordens wurde (so die biographische Einführung aus der Feder des Sohnes). Aus alledem wird die Grundthese des Buches verständlich: Antisemitismus ist die Ausgeburt des religiösen (lies: christlichen) Fanatismus, der sich am jüdischen religiösen Fanatismus entzündet hat und heute noch entzündet. Darum „zurück zum Glauben jener, die gut gewesen sind zu einer Zeit, wo weder Judentum noch Christentum, noch Islam existierten ... zurück zum Urglauben der kindlichen Menschheit“ (265) — und alles ist gut.

Selige Zeiten — liegen sie wirklich erst ein Menschenalter hinter uns? —, wo man sich die Dinge noch so einfach wie hier zurechtzulegen vermochte, wo man unter Verzicht auf Physik und Metaphysik der Dinge die Frage des Antisemitismus als eine Angelegenheit des „religiösen Wahns“ (240) abtun konnte und in einem enthusiastischen „Seid umschlungen Millionen...“ die ach so schöne Lösung sah! Das Buch wäre antiquiert wie der Geist, aus dem es entsprang, stände nicht an positivem Stoff so vieles für blinde Antisemiten auch heute noch Beherzigenswerte darin und hätte nicht sein Herausgeber es mit einem Abschnitt „Antisemitismus nach dem Weltkrieg“ eingeleitet, worin der Problemkreis von heute doch bedeutend

¹ Heinrich Graf Coudenhove-Kalergi, Das Wesen des Antisemitismus. Eingeleitet durch „Antisemitismus nach dem Weltkrieg“ von R. N. Coudenhove-Kalergi. (284 S.) Wien 1932, Paneuropa-Verlag. M 3.90, geb. M 5.50.