

## 6.

## Zur Makrobiotik.

Von Dr. Bernhard Ornstein,  
Chefarzt der griechischen Armee zu Athen.

---

Wie sich aus den Ueberlieferungen des klassischen Alterthums ergiebt, ist der Lyriker Anakreon aus Teos, der Freund des *μελιχόδοντος θηρού*, nach einer derselben 115, nach einer anderen nur 85 Jahre alt geworden. Der Philosoph Democrit aus Abdera soll ein Alter von 109 Jahren erreicht haben und Pollio Romulus ein solches über 100. Der lange Lebenslauf dieser 3 antiken Persönlichkeiten, deren Andenken auf unsere Tage gekommen ist, wird dem täglichen Genusse des Honigs zugeschrieben. Diese Interpretation ist ziemlich hinkend, denn, wie ich überzeugt bin, begegnet man noch heut zu Tage in manchen Gegenden Griechenlands, welche sich einer gewissen Immunität gegen das Auftreten epidemischer Wechselseiter erfreuen, verhältnissmässig mehr hochbetagten Leuten, als in den meisten europäischen Ländern, ohne dass dieselben vom Honig als Nahrungssubstanz irgend Gebrauch zu machen pflegen. Eine ziemlich allgemeine Verwendung findet derselbe allerdings auch bei den heutigen Griechen noch, insofern es sich nehmlich um die Bereitung eines widerlich süssen, schwerverdaulichen und seiner Zeit von den Moslems eingeführten Lieblingsbackwerks handelt, welches sich unter ihnen eingebürgert und die türkische Benennung „*Karaïq*“ beibehalten hat. Doch dürfte es schwerlich einem halbwegs vernünftigen Griechen einfallen, diesem groben orientalischen Leckerbissen makrobiotische Eigenschaften beizulegen.

Lässt man dagegen die etwas primitive Erklärungsweise der eben angeführten makrobiotischen Beispiele des Alterthums, welche bekanntermaassen auch die Autorität des Hippokrates für sich hat, auf sich beruhen, so liegt kein Grund vor, die Thatsache an und für sich zu bezweifeln. Ich meinestheils bin um so mehr von der Wahrheit derselben überzeugt, als abgesehen von vereinzelten, nicht hinlänglich von mir gewürdigten Beispielen hohen Alters, welche ich im Laufe der Zeit hierorts zu beobachtetem Gelegenheit hatte, seit Anfang December 7 Todesfälle zu meiner Kenntniss gelangten, denen die nicht zu verkennende makrobiotische Bedeutung innewohnt, dass die individuelle Lebensdauer in Griechenland als eine verhältnissmässig lange bezeichnet werden muss. Ist aber die Jetzzeit dem factischen Nachweis für diese Ansicht günstig, so lässt sich wohl annehmen, dass auch die obigen Traditionen des Alterthums der Begründung nicht entbehren, man mag dieselben von dem Standpunkte des unveränderlichen Rassencharakters, den Renan und Gobineau einnehmen, beurtheilen, oder von dem gewiss richtigeren des klimatischen und Bodeneinflusses auf das organische und geistige Leben der Völker. Trotzdem lässt sich bezüglich Griechenlands nicht in Abrede stellen, dass seine alten Schriftsteller gewisse Züge körperlicher und geistiger Art zu sein, welche ihren Zeitgenossen eigen waren, so darstellen, dass diese Beschreibungen auch auf die heutigen Griechen noch passen. Von dieser Wahrheit hätte sich selbst der

verstorbene Falmereier bei einer geringeren Dose Scepticismus und einer tiefer gehenden und vorurtheilsfreieren Beobachtung durchdringen müssen.

Die angedeuteten Sterbefälle sind, chronologisch geordnet, folgende:

1. Am 4. December v. J. wurde der aus Sparta gebürtige Johann Eugenides in Athen zur Erde bestattet. Derselbe war im Jahre 1789 geboren und ist somit 87 Jahre alt geworden. Der Mann hatte sich am Griechischen Freiheitskampfe betheiligt und war zu wiederholten Malen Mitglied des Abgeordnetenhauses gewesen. Ich habe diese Notizen der Leichenrede entnommen, welche der ehemalige Finanzminister, Herr Pappamichalopulo, an seinem Grabe hielt.

2. Mitte December brachten mehrere Zeitungsblätter Syra's die Nachricht, dass der gleichfalls aus dem Freiheitskampfe bekannte Pharilot Papangeles im Alter von 112 Jahren dasselbst mit Tode abgegangen sei.

3. Am 21. December verschied in Syra, wie die dortige Zeitung „Panope“ mittheilte, als hoher Siebziger, der Bürger Michael Diamantides.

4. Nach dem ebenfalls in Syra erscheinenden Journale „Ηερός“ verstarb dasselbst am 28. December der fast 100jährige Athanasius Ladopoulos, einer der ersten Gründer von Neu-Syra und Vater des angesehenen dortigen Kaufmanns Elpidophorus Ladopoulos.

5. Nach demselben Blatte starb ebendaselbst am 29. December, in fast gleichem Alter mit dem Vorigen, der Kaufmann Pantoleon Psychas. Es fehlte die genauere Altersangabe.

6. Am Neujahrsmorgen verschied hier in Athen der Erzbischof von Cerigo, Eugenius Machairides, Mitglied der heiligen Synode, in seinem 85. Lebensjahr. Und

7. fast gleichzeitig wurde der Tod des Bischofs von Naxos und Paros, Parthenius, telegraphisch hierher gemeldet. Auch hier fehlten bestimmte Altersangaben, doch berechtigen die von mir in dieser Richtung angestellten Nachforschungen zu der Annahme, dass dieser Prälat nur wenige Jahre jünger, als der unter 6 angeführte, war.

Noch möchte ich bemerken, dass nach einem in ganz Griechenland verbreiteten Volksglauben der Winter, er mag streng oder ungewöhnlich milde sein, wie z. B. der heurige, für die unter allen Umständen dem hohen Alter gefährlichste Jahreszeit gehalten wird.

Zum Schlusse erwähne ich die auf persönliche Erfahrung gegründete That-sache, dass unter den Bewohnern der verschiedenen Districte Griechenlands, welche sich notorisch eines hohen und rüstigen Alters erfreuen, die von Maurolithari, einem Gebirgsdorf der Parnasside, in erster Reihe genannt werden müssen.

---

#### Nachträgliche Erklärung der Abbildungen auf Taf. XV im Bd. 69.

k Körnerschicht. s Stachelschicht. sl Stratum lucidum. h Hornschicht.  
 b h Basale Hornschicht. P Pockenkörper. ph Pockenhöhle. hp Hypertrophische Papillen des Pockengrundes. ch Comprimite Hornzellen.