ERSTER TEIL

Erstes Kapitel Stellung des Menschen 11
Der Mensch als tierhaftes Wesen 11
Der Mensch als seelisch-geistiges Wesen 11
Kraftfelder 12
1. Eigenes
2. Rhythmen: a) Persönliche Rhythmen; b) Entwicklungsrhythmen; c) Lebensrhythmus; d) Terrestrischer oder Erdrhythmus; e) Kosmischer oder Weltrhythmus

ZWEITER TEIL

Drittes Kapitel Die Zelle und ihre Entwicklung 23
Wunder des Lebendigen 23
Zelle 23
Zellteilung 24
Keimzellen 24
Befruchtung 26
Über die Geschlechtsbestimmung 28
Über Zwillinge 32
Weitere Entwicklung des befruchteten Eies 32
Embryo 34
Biogenetisches Grundgesetz 36
Weitere Entwicklung 36

Viertes Kapitel Geschlechtsorgane 38
Entwicklung 38
Männliche Geschlechtsorgane:
a) Hodensack; b) Hoden; c) Nebenhoden; d) Samenleiter; e) Samenbläschen; f) Vorsteherdrüse; g) Samenflüssigkeit; h) männliche Gebärmutter; i) männliches Glied 38
Weibliche Geschlechtsorgane:
a) Eierstock; b) Eileiter; c) Gebärmutter; d) Scheide; e) Jungfernhäutchen; f) Vorhof 42
Übrige Geschlechtsmerkmale:
a) Körperbau; b) Nervensystem; c) Seelische Geschlechtsmerkmale 44
Innere Sekretion 48

DRITTER TEIL

Siebentes Kapitel Entwicklung 83
Kindheit 83
Entwicklungsalter 86
Jugendalter 88
Selbstbefriedigung 92

· EINLEITUNG

Soziales 14
Religiöses 14
Heute 15
Menschliches 16

Zweites Kapitel Stellung des Geschlechtlichen 17
Was verstehen wir unter Geschlechtlichem? Besondere Stellung für das Geschlechtliche. Zwei Grundeinstellungen: Offenheit und Rücksicht

DIE GRUNDLAGEN

Fünftes Kapitel Geschlechtsfunktionen 51
Vorbereitende Funktionen 51
1. Samenreifung und -ausstoßung 51
2. Eireifung und -ausstoßung 51
Geschlechtstrieb 52
1. Kräftehaushalt 52
2. Triebe 53
3. Geschlechtstrieb 53
4. Geschlechtstrieb des Mannes 54
5. Geschlechtstrieb der Frau 58
Geschlechtsverkehr 59
1. Wecken der Bereitschaft 60
2. Einleitung 61
3. Geschlechtsakt 63
4. Ausklang 67
5. Allgemeinerscheinungen 67
6. Tageszeit 67
7. Dauer 67
8. Häufigkeit 68
9. Abweichungen 68
Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett 69
1. Schwangerschaft: a) Kind; b) Mutter; c) Dauer 69
2. Geburt 72
3. Wochenbett 75

Sechstes Kapitel Vererbung 78

IE AUSGESTALTUNGEN

1. Arten der Onanie 92
2. Verbreitung 93
3. Häufigkeit 93
4. Beurteilung: a) Selbstverurteilung; b) Verurteilung durch die anderen; c) Befürwortung;

d) Tatsachen 94
5. Folgen der Onanie: a) Für den gesunden jungen Menschen; b) Maßlosigkeit; c) Unterdrükkung; d) Falsche Einstellungen; e) Einstellung auf sich selber; f) Fruchtloser Kampf; g) Schlußfolgerungen 97
Keuschheit, Enthaltsamkeit, Reinheit 99

Achtes Kapitel Persönlichkeiten 108
Mann und Frau 108
1. Eigenschaften 109
2. Mischungen 111
3. Verhältnis der Geschlechter 112
4. Art und Wert 114
Ledige 116
1. Lediger Mann 116
2. Ledige Frau 117
3. Freies Verhältnis 123
4. Ledige und Verheiratete 125
Alter 126
1. Rückbildungsalter 126
2. Alter 127
3. Greisentum 129
4. Das Sexuelle im Alter 130

Neuntes Kapitel Über die Liebe 131

Zehntes Kapitel Ehe 143
I. Allgemeines:
Gibt es eine Tierehe? 143
Ehe der Naturvölker 143
Einehe des Kulturmenschen 144
1. Grundlagen: a) Sexuelles; b) Liebe; c) Gattungsmäßige Anziehung; d) Urbilder und Urformen; e) Imago; f) Väterliches und Mütterliches; g) Erarbeitetes; h) Anpassung 144
2. Umwertung 146
3. Treue 147
4. Distanz 148
5. Achtung: a) Einfühlung und Achtung; b) Prestigestandpunkt; c) Zuviel an Achtung 148
6. Wille zur Ehe 149
7. Kräfte zur Sicherung der Fortdauer: a) Umgebung; b) Gewohnheit; c) Bindungen durch Gefühle der Sicherheit; d) Gemeinsame Ziele und Aufgaben; e) Kinder; f) Moral; g) Religion 149
8. Gegenkräfte 150
Arten der Ehe 151
1. Liebesehe 151
2. Vernunftehe 151
3. Mußehe 153
4. Verwandtenehe 154
5. Mischehe 154
6. Kameradschaftsehe 155
7. Probeehe 156
8. Freie Ehe: a) Gewissensehe; b) Konkubinat; c) Freigebung in der Ehe 156
Gefüge der Ehe 157

Wert der Ehe 158
1. Nutzen der Ehe: a) Nutzen für die Allgemeinheit; b) Wert der Ehe für den Einzelnen; c) Ehe und Glück; d) Ehe und Moral 158
2. Schädlichkeit der Ehe: a) Schädigungen der Allgemeinheit; b) Schädigungen der Persönlichkeit; c) Ehelosigkeit 163

II. Entstehung – Gestaltung – Verlauf: Gattenwahl 168
1. Gesetzliche Ehefähigkeit 168
2. Persönliche Eignung 170
3. Gelegenheit – Anknüpfung – Bekanntschaft: a) Äußere Gelegenheiten; b) Innere Bereitschaft; c) Charme und Sex-Appeal; d) Häßliches Mädchen; e) Flirt; f) Energische Frau 171
4. Auslese: a) Schicksalsmäßiges; b) Rolle der Eltern; c) Bewußte Auslese; d) Auswählen durch Verführung; e) Ist die erste oder eine spätere Liebe die richtige? f) Ist Früh- oder Spätheirat das Richtige? 180
Verlobungszeit: a) Entlobung; b) Ehescheu 187
Hochzeit 190
1. Verkündigung 190
2. Zivile Trauung 190
3. Kirchliche Trauung 191
4. Hochzeitsfest 191
5. Hochzeitsnacht: a) Wissen; b) Rücksicht 192
6. Hochzeitsreise 194
7. Flitterwochen 194
Verläufe: a) Erste Zeit; b) Zeit der Befriedigung; c) Alltag; d) Erstes Negatives; e) Sehende Verliebtheit; f) Zweites negatives Stadium; g) Besinnung; h) Enttäuschung; i) Entschluß; k) Schwierigkeiten; l) Erste Kampfphase; m) Zone des Schweigens; n) Entfernung; o) Große Kampfphase; p) Schwere Enttäuschung; q) Todeswünsche; r) Vergiftung; s) Waffenstillstand; t) Auseinandergehen; u) Überwindung 194

Konflikte 202
1. Ursachen: a) Außerpersönliche Ursachen; b) In den Persönlichkeiten liegende Ursachen; c) Überpersönliche Ursachen 203
2. Formen und Grade 221
3. Beurteilung der Konflikte 223
4. Der «Sinn» der Ehekonflikte 225
Lösung der Ehe 226
1. Allgemeines: Scheidungsgründe; Erschwerung oder Erleichterung der Scheidung? 226
2. Gesetzliche Grundlagen: a) Ungültigerklärung; b) Ehescheidung; c) Trennung; d) Nebenfolgen von Scheidung und Trennung 230
Familie 234

Elftes Kapitel Soziales 239
Kleine und große Gemeinschaften 239
Der Einzelne und das Soziale 239
Wirklichkeit 240

Ehe, Familie und Soziales 241
Sexuelles und Soziales 242
1. Einfluß des Sexuellen auf die Gesellschaft 242

VIERTER TEIL

Zwölftes Kapitel Geschlechtskrankheiten 256
Tripper 256
1. Beim Mann 256
2. Bei der Frau 257
3. Beim Kind 257
Syphilis 258
1. Erstes Stadium 258
2. Zweites Stadium 258
3. Drittes Stadium 258
4. Viertes Stadium 259
5. Angeborene Syphilis 260
Weicher Schanker 261
Vierte Geschlechtskrankheit 261
Schutz und Behandlung 261
1. Allgemeines 261
2. Schutz vor Ansteckung: a) Tripperschutz des Mannes; b) Tripperschutz der Frau; c) Schutz gegen Syphilis 262
3. Behandlung: a) Tripper; b) Syphilis; c) Weicher Schanker; d) Vierte Krankheit 263

Dreizehntes Kapitel Übrige Krankheiten und Geschlechtsleben 266
Körperliche Krankheiten 266
1. Herz- und Gefäßkrankheiten 266
2. Lungentuberkulose 266
3. Übrige körperliche Erkrankungen 266
4. Störungen der innern Sekretion 266
Seelische Störungen 268
1. Psychopathien 268
2. Neurosen 269
3. Psychosen 269

Vierzehntes Kapitel Sonstige Abweichungen 272
Zwittertum 272
1. Echte Zwitterbildung 273
2. Falsche Zwitterbildung 273
Abweichungen in den Größenverhältnissen 273
Lageverschiebungen der Hoden 274
Mangelhafter Verschluß der Harnröhre 274
Vorhautverengung 275

FÜNFTER TEIL

Achtzehntes Kapitel Erziehung 330
Säugling und Kleinkind: a) Wärme; b) Regelmäßigkeit; c) Festigkeit; d) Weitherzigkeit; e) Reinlichkeit; f) Sexuelle Spielereien; g) Schlechte Ge-

2. Einfluß der Gesellschaft auf das Sexuelle 243
3. Die Kinsey-Berichte 246

DIE STÖRUNGEN

Wasserbruch 275
Vergrößerung der Vorsteherdrüse 275
Störungen der Menstruation 276
Scheidenkatarrh 276
Lageveränderungen der Gebärmutter 277
Störungen der Schwangerschaft und der Geburt 277
1. Das Erbrechen 277
2. Eileiterschwangerschaft 278
3. Nabelschnurkomplikationen 278
4. Fehlgeburt und Frühgeburt 278
5. Wehenschwäche 278
6. Lageveränderungen 278
7. Enges Becken – Kaiserschnitt 278
8. Risse 278
9. Blutungen 279
10. Embolien 279
11. Kindbettfieber 279
12. Eklampsie 279
13. Rhesus-Faktor 280
14. Gelüste der Schwangeren 280
15. Versehen der Schwangeren 281
16. Fernzeugung oder Telegonie 281

Fünfzehntes Kapitel Funktionelle Störungen 282
Beim Kind und Jugendlichen 282
Beim Mann 282
1. Impotenz 282
2. Vorzeitiger Samenerguß 284
3. Dauererregung 285
Bei der Frau 286
1. Gefühlskälte 286
2. Scheidenkrampf 287

Sechzehntes Kapitel Abirrungen 288
Homosexualität 289
Übrige Perversionen 300

Siebzehntes Kapitel Soziale Störungen 305
Störungen im Volkskörper 305
Prostitution 307
Frauen- und Kinderhandel 321

DIE MASSNAHMEN

wohnheiten; h) Ordentlichkeit; i) Gemeinschaftssinn; k) Aktivität 330
Schulzeit 334
Entwicklungsalter 336

Berufswahl und Beruf 337
Jugendalter 338

Neunzehntes Kapitel Aufklärung 339
Durch die Eltern 339
Durch die Schule 341
Lektüre 341
Wie soll aufgeklärt werden? 341
Stufen der Aufklärung 342

Zwanzigstes Kapitel Eheberatung 345

Einundzwanzigstes Kapitel Eheanbahnung 346

Zweiundzwanzigstes Kapitel Ehebehandlung 349

Dreiundzwanzigstes Kapitel Geburtenregelung 352
Förderung der Empfängnis 352
Unfruchtbarkeit 352
1. Ursachen 352
2. Behandlung 355
3. Künstliche Befruchtung 356
Verhinderung der Empfängnis 358
1. Gruppe von nicht zu empfehlenden Methoden: a) Zurückziehen; b) Karezza; c) Vermeidung des Orgasmus; d) Bestimmte Haltungen; e) Mechanische Schutzmittel 359
2. Empfängnisfreie Zeit: a) Veränderungen; b) Unregelmäßigkeit 361
3. Mechanische Schutzmittel: a) Abschluß; b) Sicherheitsschwämmchen; c) Verschlußpessar; d) Kondom 368
4. Chemische Schutzmittel: a) Scheidenspülung; b) Salben und Pasten; c) Scheidenkugeln und Kapseln; d) Scheidentabletten; e) Substanzen;

SECHSTER TEIL

1. Alle Menschen sind in ihren Grundlagen gleich 401
2. Jeder Mensch ist anders als alle andern 401
3. Der Mensch ist ein Naturwesen 401
4. Der Kulturmensch von heute hat sich vom Natürlichen entfernt 401
5. Der Mensch entfernt sich nicht ungestraft von der Natur 402
6. Der Mensch hat daher zur Natur zurückzukehren 402
7. Der Mensch ist nicht bloß Naturwesen 402
8. Auch der seelisch-geistige Mensch hat im Natürlichen verankert zu bleiben 402

f) Versager; g) Bewertung; h) Zu verwerfen 372
5. Kombinationen der Schutzmittel 375
6. Kastration und Sterilisierung 376
7. Schwangerschaftsunterbrechung und Abtreibung: a) Warum wird unterbrochen? b) Technik; c) Folgen; d) Bewertung; e) Sanierung 381

Vierundzwanzigstes Kapitel Hygiene und Geschlechtsleben 388
Körperliche Hygiene 388
1. Beim Knaben 388
2. Beim Jüngling 388
3. Beim Mann 388
4. Beim Mädchen 389
5. Bei der Jungfrau 389
6. Bei der Frau 389
Sexuelle Hygiene 390
1. Sexuelles ist wichtig zu nehmen 390
2. Sexuelles soll nicht zu wichtig genommen werden 390
3. Was schläft, ist nicht aufzuwecken 390
4. Aufwachendes ist nicht einfach zu unterdrücken 390
5. Nachher ist es zu erziehen 390
6. Unbefangene Natürlichkeit soll die Grundlage sein 390
7. Persönliche Klärung 390
8. Abweichungen 391
9. Vor der Ehe 391
10. Aufklärung 392
11. Alter 392

Fünfundzwanzigstes Kapitel Hygiene der Ehe 393
Geschlechtsverkehr in der Ehe 393
Hygiene von Schwangerschaft und Geburt 394
Seelische Hygiene der Ehe 395

BESINNUNG

9. Das Moralische 402
10. Das Religiöse 404
11. Mann und Frau 405
12. Das Geschlechtliche 407
13. Liebe 409
14. Ehe 409
15. Erziehung 411
16. Vermindert Leistungsfähige 412
17. Rassenfragen 413
18. Der große Übergang 413
19. Und nochmals: Die Frau 413
20. Befreiung und Verantwortung 414