

**Zeitschrift:** Schweizerische Gehörlosen-Zeitung  
**Herausgeber:** Schweizerischer Verband für Taubstummen- und Gehörlosenhilfe  
**Band:** 24 (1930)  
**Heft:** 16

**Rubrik:** Du allein

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 01.04.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

Bern, 15. August 1930

Schweizerische

24. Jahrgang

# Gehörlosen - Zeitung

Organ der Schweiz. Gehörlosen und des „Schweiz. Fürsorgevereins für Taubstumme“

Erscheint am 1. und 15. jeden Monats

Mit der Monatsbeilage: „Der Taubstummenfreund“

Redaktion und Geschäftsstelle:  
Eugen Sutermeister, Brünnenstraße 103,  
Bern - Dümpliz

Postcheckkonto III/5764 — Telephon Zähringer 62.86

Nr. 16

Abonnementspreis:  
Schweiz jährlich 5 Fr., Ausland 7 Mark  
Insertionspreis:  
Die einspaltige Petitzeile 30 Rp.  
Redaktionsluß vier Tage vor Erscheinen

## Zur Erbauung

### Du allein.

Das folgende Gedicht hat Graf Zinzendorf  
einst in einer schlaflosen Nacht aufgeschrieben.  
Es lautet:

Ich habe neulich mich, beinah' um Mitternacht,  
Zu Bette zwar gelegt, der Ruhe zu genießen;  
Allein, es wollt' kein Schlaf die müden

Augen schließen,  
So daß ich meist die Nacht mit Wachen zugebracht,  
Wobei der Husten mich gar müd und matt  
gemacht.

Das wollte nachgerad beinahe mich verdrießen;  
Als aber meinen Stand ich tiefer überdacht,  
Begann ich mit Gebet mein Wachen zu  
versüßen.

Zuvörderst lobt' ich Gott, ich dankte für sein  
Wachen  
Und bat, daß er mein Herz auch munter  
wolle machen.

Ich legte meine Not zu seinen Füßen hin,  
Ich fleht' um seinen Geist und Jesu Christi Sinn,  
Und übergab mich ihm und sagte: „Du allein!“  
Und weiter weiß ich nichts, denn drüber schlief  
ich ein.

(Eingesandt.)



## Zur Belehrung

### Warnung vor dem Alkohol.

Am Eingang mancher schönen Villa lesen wir: Warnung vor dem Hund! Was bedeutet das? Der Besitzer hält sich einen Hund zur Bewachung des Hauses, zum Schutz gegen Diebe und Einbrecher. Ist der Hund ein treuer Wächter, so läßt er nur die bekannten Hausbewohner ungehindert eintreten. Fremden verwehrt er den Eintritt durch Bellen und Zähnefleischen. Nimm dich in Acht vor ihm! Er ist dir feindlich gesinnt.

Aber ein viel schlimmerer Feind ist der Alkohol. Das ist auch ein Dieb und Einbrecher. Er richtet mehr Schaden an, als alle Diebe und andere Verbrecher. Er dringt in das Blut und in die feinsten Gewebe des Körpers ein und vergiftet sie. Der berühmte Arzt Dr. Sonderegger schreibt in seinem Werk „Vorposten der Gesundheitspflege“: „Die alkoholischen Getränke sind — auch in geringster Dosis — für Kinder ein Gift. Sie verursachen eine bleibende Schädigung ihrer körperlichen und geistigen Gesundheit. Auf diese Tatsache haben die Kinderärzte schon längst hingewiesen.“

Der Alkohol kann auch den Organismus der Erwachsenen zerstören: Scheinbar, nur scheinbar, stärkt, erfrischt, regt er die Tätigkeit des Gehirns, des Magens, der Muskeln an. Mäßig genossen befördert er die Absonderung des Magensaftes und die gesamte Verdauung. Auch die ermüdeten Muskeln empfinden den stärkeren Nervenreiz. Sie ziehen sich kräftiger zusammen.