

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 4 (1946-1947)  
**Heft:** 8

## Inhaltsverzeichnis

### **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:** 09.03.2025

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



# Gesundheits-Nachrichten

MONATSZEITSCHRIFT FÜR NATURHEILKUNDE

Naturgemässe Ernährung, Körperpflege und Erziehung

Jahres-Abonnement Fr. 3.80, Ausland 4.50  
Erscheint monatlich

Redaktion und Verlag: A. Vogel, Teufen  
Tel. Teufen 3 61 70 Postcheck IX 10 775  
Druck: Isenegger & Cie., Villmergen (Aarg.)

Insertionspreis:  
Die einspaltige Millimeterzeile 15 Rp.

## AUS DEM INHALT:

1. Thymian. - 2. Harmonisches und unharmonisches Geschlechtsleben (Fortsetzung folgt). - 3. Wichtigkeit der Harn-Analyse für die Erkennung von Krankheiten. - 4. Mädchenland. - 5. Unsere Heilkräuter: Quendel, Wilder Thymian. - 6. Fragen und Antworten: Kropfschmerzen und Kurzsichtigkeit. - 7. Aus dem Leserkreis: a) Elegante Geburt; b) Nusskämbe als Herzmittel; c) Gesichtsröse. - 8. Biologischer Landbau: Vom Düngen. - 9. Warenkunde: a) Himbeeren; b) Kirschen. - 10. Mitteilungen.

## Harmonisches und unharmonisches Geschlechtsleben

Vortrag von A. Vogel, gehalten am 20. März 1947 im Palmsaal des Vereinshauses in Bern, veranstaltet vom Verein zur Hebung der Volksgesundheit, veröffentlicht auf Wunsch vieler Leser.

Wenn ich über ein derart schwieriges Thema rede, so ist es nur deshalb, weil in meiner Praxis so vieles an mich herantritt, das mir die Notwendigkeit einer richtigen, zweckdienlichen Aufklärung vor Augen führt.

Ich stehe also nicht da, um irgendwie etwas darzubieten, das die Menschen beunruhigen, das sie in ihren innersten Gefühlen verletzen sollte, sondern um ihnen zu helfen ein Gebiet verstehen zu lernen, das, wenn es falsch oder überhaupt nicht verstanden wird, viel Unheil anrichten kann. Es ist nicht leicht über ein Thema zu sprechen, dem die meisten Menschen mit Hemmungen gegenüber stehen, wagt man es doch im allgemeinen kaum, unbefangen mit seinen eigenen Kindern über das heikle Gebiet des Sexuellen zu reden.

Bevor ich auf den eigentlichen Kernpunkt des Themas komme, möchte ich gerne einige natürliche Bilder gebrauchen, denn die Natur ist unsere beste Lehrmeisterin. In ihr finden wir eine Universität, die ganz anders unterrichtet als die Menschen, intensiv, wirklichkeitstreu, gewissenhaft.

Wenn wir jeweils dem Frühling entgegengehen, dann wundern sich die wenigsten Menschen darüber, wie alles treibt und wie aus der manigfachen Zahl von Knospen neues Leben hervorbricht! Von klein auf sind wir dieses grosse Wunder gewohnt. Viele gehen achtlos daran vorbei. Wer es gewahr wird, beachtet es meist doch nicht so, wie es eigentlich beachtet werden sollte. Wenn es jeweils der erste Frühling wäre, dem wir entgegengehen, wie würde uns dieser in Erstaunen versetzen! Man würde alle Ereignisse und Streitigkeiten in der grossen Welt vergessen und einer würde dem andern zurufen: «Sieh, was kommt doch da aus dem Boden hervor, was treibt aus all den vielen Knospen, welch neues Werden und Leben entsteht allüberall! «Man würde erstaunen über die Wunderkraft, die der Schöpfer in alles hineingelegt hat. Die Gewohnheit aber

### Thymian

Ein bunter Teppich von Thymian  
Schaut zwischen Felsgestein mich an,  
Rotviolett blickt er hervor  
Neben gelb', blau', und weissem Blütenflor.  
Er duftet, was er nur duften mag  
Den lieben, langen, sonnigen Tag!  
Der würzige Hauch, er mangelt ihm nie,  
Er trägt ihn in sich, so spät, als auch früh.  
Nicht alle Blumen duften so stark,  
Nicht alle wirken heilend aufs Mark,  
Der Duft ist ein Wunder, ein Wunder die Kraft,  
Die aus der Erde Heilung verschafft!

ist schuld, dass man das Auge und das Empfinden vielfach verloren hat, um all die manigfachen Naturwunder bewusst und mit der richtigen Wertschätzung wahrnehmen zu können. Hätten wir aber das Auge etwas mehr offen, dann könnten wir manches verstehen, was uns sonst im Leben zu einem grossen Problem wird.

Betrachten wir uns nun vorerst einmal einen Wald, wie in ihm die Tannen zum Lichte emporstreben. Das zeigt uns etwas Auffallendes, Markantes, das wir zum heutigen Thema gut gebrauchen können. Wir erkennen, dass es zehn, fünfzehn, zwanzig, ja dreissig Jahre geht, bis die Tannen ihre Grösse erreicht haben, und in dieser Zeit wachsen sie nur, sie bringen keinen Samen hervor. Wir sehen, dass sich die Körperzellen, wie wir sie bezeichnen könnten, zuerst entfalten und gedeihen, und dass etwas anderes, etwas wesentliches, etwas wichtiges ruht, und das sind die Keimzellen.

Oberflächlich betrachtet, ist alles vergänglich. Die Bäume wachsen und werden gefällt. Alles, was entsteht, wächst heran, gedeiht zum vollen Wuchse, bleibt einige Zeit, um nachher wieder zu gehen, zu verschwinden, nicht wieder zu kommen, aber gleichwohl können wir nicht sagen, dass deshalb alles vergänglich sei! Etwas ist geblieben und wird auch immer wieder kommen, etwas, das in einem gewissen Sinne ewig besteht, die Keimzelle! Betrachten wir einmal im Herbst die Pflanzen, die nur ein Jahr lang leben. Sie haben geblüht, haben sich entfaltet, ihr Körper ist gross geworden. Eine Solidago oder Goldrute wächst als einfache Blume mit ihren vielen Blüten z. B. wunderbar heran. Gegen den Herbst hin entwickelt sich aber noch etwas ganz