

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 13 (1956)  
**Heft:** 9

## 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.](#)

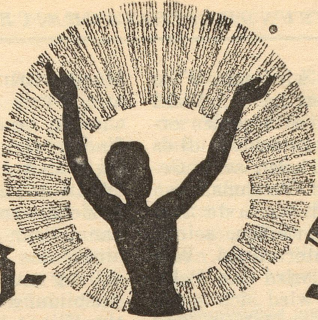
### **Terms of use**

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:** 14.03.2025

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





# Gesundheits-Nachrichten

MONATSZEITSCHRIFT FÜR NATURHEILKUNDE  
Naturgemässe Ernährung, Körperpflege und Erziehung

<b>Jahresabonnement:</b>	<b>Redaktion/Verlag:</b> Dr. h. c. A. Vogel, Teufen Telefon (071) 236170 Postcheck IX 10775	<b>Vertriebsstelle für Deutschland:</b> VITAM-„Verlag“ Hameln Abonnement: 4.50 DM Postcheckkonto Hannover 55456	<b>Insertionspreis:</b> Die 1spaltige mm-Zeile 30 Rp. Bei Wiederholungen Rabatt
Inland . . . . . Fr. 4.50	Druck: Isenegger & Cie., Villmergen		
Ausland . . . . . Fr. 5.70			

AUS DEM INHALT: 1. Vom Segen der Erziehung. / 2. Große und kleine Erziehungsorgen. / 3. Die Eiweißfrage in der Heildiät der Leber. / 4. Atomnebel und ihre vermutliche Wirksamkeit. / 5. Ein neues Krebsmittel. / 6. Charakteränderung durch Bluttransfusion. / 7. Dringendes Erfordernis nach Krebsoperationen. / 8. Bei kleinen Papayaverkäufern in fernen Landen. / 9. Kompostbereitung auf einer kalifornischen Farm. / 10. Fragen und Antworten: a) Hilfe bei verschiedenen Leiden; b) Die schweizerische Volkshilfkunst auf den Inseln des Ostens. / 11. Aus dem Leserkreis: a) Behebung von Krampfständen und Entzündungen im Darm; b) Günstige Behandlung von Furunkeln.

## VOM SEGEN DER ERZIEHUNG

*Der Weg, er führet in's Leben hinein  
Ueber manche Klippen und manchen Stein.  
Solange das Kind in der Wiege liegt,  
Solang es sich eng an die Mutter schmiegt,  
Hält sie sein Dasein in sorgsamer Hand,  
Sie kann es leiten, geschickt und gewandt.  
Zwar weiß sie nicht, wie die Würfel fielen,  
Doch kann sie stets zum Guten hinzielen.  
Mag erben das Kind manch ein Ungemach,  
Sie lernt es gehorchen ganz nach und nach.  
Beginnt sie damit schon am ersten Tag,  
Ersparet sie sich viel Mühe und Plag.  
«Hier ist der Weg, den du gehen mußt,  
Hier bist du dir stets des Friedens bewußt.  
Zufriedensein aber heißt glücklich sein  
Und dadurch umgehst du die Klippen fein!»  
So führen die Eltern auf sicherem Pfad  
Und gehen ihm selber bergauf und bergab.  
Haben sie weislich das Beste getan,  
Dann lassen sie ziehen das Kind seine Bahn.  
Nun muß es selbst stehen auf festem Grund,  
Nachdem der Segen ihm reichlich ward kund.*

## Große und kleine Erziehungsorgen

Heute, wo man viel mehr Zeit für das einzelne Kind hat, weil die Familien meist nur noch klein sind, scheinen die Erziehungsprobleme viel schwieriger geworden zu sein. Die verschiedenen gearteten Geschwister fehlen beim Spiel, bei der Arbeit, bei der Pflege und der Erziehung, denn Kinder erziehen sich untereinander oft sehr gut. Worauf man früher bei den kinderreichen Familien vor allem viel mehr Wert legte als heute, das war:

### Das Erlernen des Gehorsams

Obwohl man glaubt, mit der heutigen Nachgiebigkeit und Weichheit mehr zu erreichen als früher mit den unbedingten Gehorsamsforderungen, erkennt man an den Früchten doch immer mehr, daß die frühere Methode besser war. Der Hang zum Gehorchen liegt nun einmal nicht ohne weiteres in der menschlichen Natur. Er muß mit Umsicht und Weisheit erworben werden. Das wissen wir alle von uns selbst, und je nachdem wir ein Kind zu erziehen haben, fällt es mehr oder weniger

schwer, ihm Gehorsam beizubringen. Schon Schiller sagte einst in einem seiner Gedichte: Gehorsam ist des Bürgers erste Pflicht. «Auch wir werden eine große Erleichterung verspüren, wenn wir erst einmal ein Kind so weit gebracht haben, daß es uns willig gehorcht. Dies erfordert von uns viel Liebe, Güte, Nachsicht, Verständnis und entschlossene Bestimmtheit. Das Kind muß wissen, daß wir sein Bestes erstreben, und es muß auf unsere Unnachgiebigkeit zählen können. Kurz und gut, es muß Verlaß bei uns finden. Natürlich ist es unsererseits auch notwendig, daß wir es durch unsere Weisungen auf der rechten Bahn leiten. Ein gehorsames Kind hat auch später meist noch das Bedürfnis im Einverständnis mit seinen Eltern zu handeln. Es wird dadurch in kritischen Lagen viel eher die richtige Entscheidung treffen können, also weit mehr geschützt sein als eines, das eigenmächtig vorgeht. Wer Gehorsam lernte, wird ohnedies eher den Weg des Rechts lieben und ihn zu gehen wünschen. Die Forderung des Gehorsams steht in engem Zusammenhang mit unserem

### Kampf gegen die Verwöhnung

Dieser beginnt für die Eltern schon am Geburtstag des Kindes. «Was, schon so früh? Das Kind ist doch noch so unschuldig klein, was soll denn da schon erzogen werden?» Erstaunt, ja entrüstet sogar stellen manche diese Frage, und doch, wieviele Kinder stören schon in der ersten Nacht ganz empfindlich den Schlaf der Eltern, ohne daß ihnen etwas fehlen würde. Aber das glauben die reich Beschenkten nicht. Sie wollen nichts versäumen, denn nicht mehr möchten sie ihr köstliches Kleinod missen. Wenn es so beharrlich schreit, dann muß ihm doch ganz bestimmt etwas fehlen. Wie leicht könnte sein Lebenslichtlein doch auslöschen, also trägt man es sorglich herum, bis es sich schließlich beruhigt. Was aber ist das Ende des Liedes? Einmal begonnen, wird es so weiter gehen, denn jede Nacht wird sich nun der störende Gesang einstellen, und das Kleinkind findet es ganz für richtig, aufgenommen und in warmen Armen herumgetragen zu werden. Mit der Zeit aber merken die Eltern, daß sie mit dem Schlaf zu kurz kommen, denn wenn der kleine Erdenbürger nachts seine letzte Mahlzeit fordert, ist es schon reichlich spät und morgens meldet er sich gleichwohl wieder früh, so daß die Mutter unbedingt auf eine ungestörte Nachtruhe dringen muß. Wohl oder übel muß sie nun eben nachholen, was sie in der ersten Lebensnacht ihres Kindes versäumte. Sie muß seinen Lebensrhythmus umgewöhnen. Weil aber bereits die Verwöhnung eingesetzt hat, ist dieses Umgewöhnen schwieriger als es im Anfang gewesen wäre. Nun heißt es eben das Kind einfach einmal unnachgiebig weiter schreiben zu lassen, ohne es aufzunehmen. Je nach seiner Veranlagung wird