

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 13 (1956)  
**Heft:** 2

**Artikel:** Glückhafte Familiengründung  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-968818>

### **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**

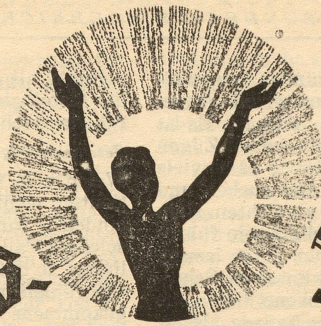
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 13.03.2025

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

# Gesundheits-Nachrichten

MONATSZEITSCHRIFT FÜR NATURHEILKUNDE  
Naturgemässe Ernährung, Körperpflege und Erziehung



<b>Jahresabonnement:</b> Inland Fr. 4.50 Ausland Fr. 5.70	<b>Redaktion/Verlag:</b> Dr. h. c. A. Vogel, Teufen Telefon (071) 23 61 70 Postcheck IX 10 775 Druck: Isenegger & Cie., Villmergen	<b>Vertriebsstelle für Deutschland:</b> VITAM-Verlag Hameln Abonnement: 4.50 DM Postcheckkonto Hannover 554 56	<b>Insertionspreis:</b> Die 1spaltige mm-Zeile 30 Rp. Bei Wiederholungen Rabatt
---	--	--	---

AUS DEM INHALT / 1. Nimmermehr allein. / 2. Glückhafte Familiengründung. / 3. Leberkrebs. / 4. Gewohnheitsgesetze. / 5. Nierenkrankheiten, ihre Gefahren und ihre Behandlung. / 6. Bewußte Wertschätzung. / 7. Fragen und Antworten: a) Heilung bei Gürtelrose; b) Hilfe bei Herzstörungen. / 8. Aus dem Leserkreis: a) Ermüdete und entzündete Augen; b) Gelée Royale bewährt sich.

## Nimmermehr allein

*Eine junge, frische Mädchenblüte  
Fühlt sich hingezogen im Gemüte  
Zu des Mannes ernster Freundlichkeit,  
Und er wird zu ihrer Lebensfreud'.  
Sie entschließt sich in ihrem Herzen,  
Wohl zu teilen Wonne so als Schmerzen  
Mit ihm immerdar und alle Zeit,  
Und sie fühlt, daß niemals es sie reut.*

*Denn, wo er nicht ist, ist lauter Schatten,  
Ohne ihn wird eher sie ermatten,  
Sonne ist, wo immer er verweilt,  
Darum sie das Leben mit ihm teilt.  
Zur Gehilfin ist sie auserkoren,  
Zur Gefährtin ist sie ihm geboren,  
Nutzvoll, denn das Leben eilt,  
Und die wahre Liebe Wunden heilt.*

*Der Gemeinschaft beider bald entspriesset,  
Was das Mutterherze froh genießet,  
Zierlich eine Menschenblume klein,  
Zu des Schöpfers Ruhme mag sie sein.  
Denn der Mensch kann wahrlich übertragen  
Seines Lebens eignes Tun und Wagen,  
Und so ist er nimmer mehr allein,  
Eine ganze Schar wird um ihn sein.*

## Glückhafte Familiengründung

*Nach alter Väter Sitte oder modern?*

Wenn Schillers Ausführungen im Lied von der Glocke heute auch als überholt betrachtet werden mögen, so stehen sie doch dem, was der Schöpfer in seinem erhabenen Sinne schuf und beabsichtigte, näher als die Einstellung und Handlungsweise unserer Zeit. Besonders seit den beiden Weltkriegern hat sich ein schriller Mißton des Schmerzes aus vielen Herzen gelöst, voll Kummer über das viele Unrecht, das unschuldig vergossene Blut, das Zerreißen glücklicher Familienbande durch Terror, Gefangenschaft und Tod. All die unmenschlichen Schrecken sind nicht spurlos an unserem Geschlecht vorübergegangen. In vermehrtem Maß haben sie jene unglückseligen Merkmale zurückgelassen, die jeder Krieg mit sich bringt, das Ansteigen von Verdorbenheit und Verrohung. Wo diese indes nicht Eingang gefunden haben, da stimmen Schillers Worte immer noch, die uns schildern, wie nach stolzer Knabenzeit der Jüngling errötend den Spuren des geliebten Mädchens folgt, das er sich als seine Gefährtin auserkoren hat. Vieles hat zwar das heutige Leben mit seinen

Forderungen an Feinheit eingeübt, aber auch heute mag es noch solche Mädchen geben, die ihre Blütezeit nicht zu Törichtem verbrauchen, weil es heute nun einmal so üblich ist, ja sogar bald zum guten Ton gehört, sondern solche, die noch heute Wert darauf legen mit dem duftigen Geschmeide der Unverdorbenheit in die Ehe eintreten zu können. Wer es sein mag, der sie zu diesem Schritt einlädt, steht nicht in ihrer Macht zu bestimmen, denn das Herz ist in der Hinsicht oft ein sonderbares Ding. Es schlägt da höher, wo es ihm gefällt, und da, wo es höher schlägt, da mag auch der rechte Ort sein, um zu verweilen, es sei denn, die Wahl des Herzens sei einem Unwürdigen zuteil geworden. Auch dies kann es geben, und es ist ein bitteres Kräutlein Wermut in den schönen Jugendfrühling hinein, aber ein gesundes, gerades Gemüt wird daran nicht zerschellen, sondern lieber verzichten und weitere Ausschau halten, als das Leben mit jemandem zu teilen, der auf Abwegen weilt. Wer in seiner Jugendzeit einmal Gottfried Kellers Novellen gelesen hat, der weiß, wie gut und humorvoll er sein eigenes Mißgeschick schilderte, das ihn schöne Frauenbilder in seiner Phantasie erschaffen ließ, die er doch für sich im Leben nicht zu finden vermochte. Darum, welch ein Glück, wenn es mit dem gewichtigen Wörtlein Neigung beidseitig zur vollen Zufriedenheit klappt. Welch eine Wonne für das junge Mädchen, sich zu jenem Manne hingezogen zu fühlen, ohne den es nicht mehr leben möchte! Welch eine Genugtuung für den jungen Mann jenes Mädchen gefunden zu haben, dem seine volle Neigung gehört, und das nicht wegen seinem Stand, seinem Beruf oder seinem Besitztum mit ihm zu leben begehrt!

*Nicht mehr allein*

Welch ein Glück, daß er sich nicht mehr einsam fühlen muß, weil niemand sein tiefstes Empfinden mit ihm teilt, ihm niemand mit gleicher Jugendkraft bei seinem Streben mutig zur Seite steht. Wohl sind die Freunde recht und lieb, aber ein jeder von ihnen ist von der eigenen Laufbahn, die er eingeschlagen hat, vollauf in Anspruch genommen. Auch die Eltern und Geschwister leben im Grunde genommen ihr eigenes Leben, das ihnen nicht die Möglichkeit bietet, so in seinen Plänen und seinem Impuls aufzugehen, wie er es zur Unterstützung und zum Ansporn wünscht und benötigt. Welch ein Geschenk des Himmels ist daher die wunderbare Tatsache, daß da eine Mädchenblüte für ihn bereit steht, um mit ihm das Leben in Eintracht und tiefster Gemeinschaft zu leben, um Freude und Leid mit ihm zu teilen, um ihn nie allein zu lassen. Erst jetzt versteht er die Worte des Schöpfers: «Es ist nicht gut, daß der Mensch allein sei, ich will ihm eine Gefährtin schaffen». Was er an Wertschätzung und Dankbarkeit empfindet, wenn er diese Lebensgefährtin gefunden hat, kann nur der ermessen, der sich wie er ebenfalls nach

einer getreuen Gehilfin umsieht. Das Gründen seiner eigenen Familie ist für ihn nicht nur eine materielle Angelegenheit, wie es für so viele junge Leute heute ist. Es ist für ihn ein bewußtes Geschenk, das er mit vollen Zügen genießt. Darum ist er nicht töricht dabei, wie es so viele andere sind, die das Glück am falschen Ort suchen und über ihre Verhältnisse hinausgehend, sich einrichten. Nein er weiß, was im elterlichen Heim zum Glückhinein führte und wird sich nicht von falschen Wünschen leiten lassen, um den neuen Lebensabschnitt mit unerwünschter Schuldenlast betreten zu müssen. Wie schade, wenn sich seine Braut in diesem Punkt anders einstellen würde als er, wenn ihr sein Besitz nicht genügte, und sie seine Verhältnisse, in die sie hineinleben, und mit denen sie sich vertraut machen sollte, ihr nicht behagten, weil sie sich das Leben ihrer begüterten Freundin ersehnt, oder weil sie sich ihre eigenen Luftschlößer erdacht hat.

#### *Verlust oder Gewinn?*

Was wohl niemand dem jungen Mädchen zuvor sagt, ist das eigenartige Erlebnis, mit dem eigenen Namen auch das eigene Schaffen und Streben mehr oder weniger aufgeben zu müssen, um in dem Leben ihres Mannes aufzugehen, um an seinem Beruf mitarbeitend oder gar mitarbeitend teilzunehmen, denn wie sollte sie sonst ihre zugewiesene Pflicht erfüllen und wahre Gehilfin und Gefährtin sein können? Ja, es ist ein sonderbares Gefühl, das sie benimmt, wenn sie dem Namen ihrer Eltern entsagt, den Namen ihrer Kindheit und frühesten Jugendzeit als geliebten Besitz entschwinden fühlt. Mag sie ihn auch, wie es bei uns in der Schweiz üblich ist, von nun an hinter den Namen ihres geliebten Mannes stellen, damit jeder sehen kann, sie ist seine Frau geworden, im Grunde genommen ist er von nun an doch wirkungslos für sie und verblaßt immer mehr, als habe sie ihn in einen tiefen Schrein gelegt.

Das ist nun das ureigenste Empfinden des Mädchens, denn der Mann erlebt dies keineswegs. Sein Name wird gefestigt, wenn er seinen Ehebund schließt, denn nun steht der Gründung seiner eigenen Familie keine Schranke mehr im Wege. Ist er sich auch des alleinigen Besitzes seiner jungen Frau glücklich bewußt, in der Stille seines Herzens preist er doch das unermessliche Wunder, das ihn zum Vater seiner Kinder werden läßt. Nie vergißt er die schöne Zeit, in der er sich mit Gewißheit auf seinen jungen Sprößling freut. Wie umhegt er seine junge Frau, um das Wachstum eines neuen Lebens zu fördern. Ihre Einigkeit mehrt sich durch dieses Erleben. Voll Innigkeit freut sich auch die werdende Mutter, daß sie in aller Stille und doch auch wieder ohne ihr eigentliches Dazutun einzig und allein durch die göttliche Wundermacht des Lebens kleine, zierliche Händchen formen hilft. Wohl steht ihr ein Tag der Schmerzen bevor, aber er wiegt das Glück eines eigenen Kindes auf. Was hat der Schöpfer nicht alles eronnen, um jeden einzelnen Menschen dadurch zu bereichern und zu beglücken! Wie wenige aber wissen diese wahren Güter in ihrem vollen Werte zu achten und zu schätzen? Wie verhältnismäßig wenig Kinder werden als göttliches Geschenk empfunden? Wer aber das tiefe Erleben dieses umfaßbaren Wunders mit dankbarem Herzen entgegennimmt, gibt seinem Kinde den besten Segen mit ins Leben. Auf diesem Grund mag es ruhig gedeihen, und gerne möchten wir in der nächsten Nummer sein Wachsen zusammen mit dem Glück der Eltern weiter verfolgen.

### **Leberkrebs**

Der Leberkrebs entsteht oft, wenn von irgend einer Körperstelle Krebszellen ins Blut gelangen und in der Leber hängen bleiben, wo sie sich zu kolonisieren beginnen. Ungeschickt ausgeführte Krebsexcisionen, worunter man die zu Untersuchungszwecken herausgeschnittenen kleinen Teile einer Geschwulst versteht, sowie unbefriedigt ausgeführte Operationen können dabei eine Rolle spielen. Es ist deshalb oft weniger riskant eine Geschwulst herauszu-

nehmen, als daran herumzuschneiden. Man möchte durch die histologische Untersuchung ganz sicher sein und gefährdet doch damit unter Umständen den Patienten.

#### *Geschichte Psychotherapie*

Welch eine traurige Angelegenheit ist es für einen Patienten, wenn die Diagnose seines Gesundheitszustandes eindeutig auf Leberkrebs hinweist! Mancher Arzt ist in solchem Falle geneigt, das Interesse am Patienten zu verlieren, so daß sich dieser von allen guten Geistern verlassen fühlen muß. Sein gelbgraues Aussehen, die langsam gekommene Gelbsucht, die nicht mehr zurückgehen will und der ganze Rosenkranz harter Knoten, der sich am rechten Rippenbogen gebildet hat, haben den Arzt nachdenklich gestimmt. Es mag dem Patienten nicht entgangen sein, daß sich die Stirne seines Beraters in tiefe Runzeln legte, während er lange abwog, ob er das Ergebnis seiner Diagnose dem Kranken bekanntgeben sollte oder nicht. In der Regel ist in einem solchen Fall die Morphiumspritze noch der einzige Trost für den Patienten, der stets leichter und leichter wird. Viele biologisch eingestellte Aerzte bestätigten mir indes meine eigenen Erfahrungen, daß, wenn auch die Schulmedizin keine Hilfe mehr kennt, doch wenigstens die Natur noch die Möglichkeiten bietet, die je nach den gegebenen Voraussetzungen Wunder wirken können. Ob es nun aber gelingen mag, den Patienten wieder zu einer gewissen Lebensmöglichkeit zurückzuführen oder nicht, ist es doch zum mindesten die Pflicht eines jeden Therapeuten, dem Leidenden so beizustehen, daß er sein seelisches Gleichgewicht bewahren oder wieder zurückerlangen kann. Bestimmt ist es keinem guten Beobachter entgangen, wie rasch der Körper zerfällt, wenn der Patient jeglichen Lebenswillen verliert. Wer sich aufgibt, hat auch der Natur den Schlüssel zu ihren Schatzkammern aus der Hand genommen. Ein solcher Fall ist uns von dem Abwart einer Hochschule bekannt. Dieser hustete jahrzehntelang, auch mußte er sich beim Sprechen stets räuspern. Als sich der Auswurf immer mehr mehrt, verlangte ihn sein Arzt eines Tages zur Untersuchung. Diese zeigte, daß der Abwart an einer alten Kehlkopftuberkulose litt. Sobald er nun aber wußte, wie es um ihn stand, veränderte sich sein ganzes Benehmen. Er lief wie ein wandelnder Leichnam umher, ließ seine Arme und Achseln hängen, wollte nicht mehr essen und verlor jeglichen Lebensmut und Lebenswillen. Nach 3 Monaten trug man ihn zu Grabe. Ich weiß aus Erfahrung nur zu gut, daß eine solche Einstellung grundfalsch ist, denn gerade die innere Mithilfe des Kranken ist notwendig, um ihn wieder zu heben, zu stärken und ihm über seine mißliche Lage hinwegzuhelfen. Gegen den Tod ist noch kein Kräutlein gewachsen. Er kann selbst den Gesunden von seiner Laufbahn unerwartet rasch hinwegholen. Warum soll sich also der Kranke seine Lage noch erschweren, indem er sich allzu sehr niederdrücken läßt? Manchen sogenannten hoffnungslosen Zustand, der von allen Kapazitäten aufgegeben worden ist, sah ich durch eine geschickte Einstellung erträglich werden. Der Patient muß unbedingt einer liebenden Fürsorge übergeben werden, benötigt er doch tiefes Verständnis für seine seelische Not. Er muß innerlich so gestützt werden, daß er weder verweichlicht wird, noch verbittern kann. Wichtig ist auch eine gute Atemgymnastik nebst einer richtigen Diät. Dies alles kann so günstig zusammen wirken, daß sich der Körper einigermaßen wieder zurechtfindet, und der Patient noch längere Zeit glücklich mit seinen Angehörigen zusammen leben kann zu deren Wohl und Freude. Es ist dies keine bloße Einbildung, denn ich selbst konnte solche Erfahrungen sammeln, was nun aber nicht sagen will, daß jeder weit vorgeschrittene Prozeß aufgehalten werden kann. Gleichwohl aber wird sich auch für solche Patienten eine gehobene Stimmung besser auswirken als ein stetiges Niedergeschlagensein oder gar ein inneres Verzweifeln. Jede fröhliche und glückliche Stunde, die wir dem Kranken beschaffen können, ist ein Geschenk für ihn. Wenn wir Patienten durch den rechten Beistand seelisch und geistig stärken, bieten wir ihnen die