Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 35 (1978)
Heft: 7

Artikel: Rechtzeitige Hilfe oder verhindertes Eingreifen?
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-970352

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. 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. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

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. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

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. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 10.07.2025

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

werden, wenn man die indirekte Nutzung durch Wind, Wasserkraft und anderes mehr einschliesst. Das Institut stellt ferner in Aussicht, dass in etwa 50 Jahren eine Steigerung der Energie von 75 Prozent erreicht werden könne.

Warum nicht zugreifen?

Wenn man in den trockenen Wüstengebieten aller Kontinente Sonnenkraftwerke aufstellen würde, könnten unvorstellbare Mengen Energie gewonnen werden, denn solche Gegenden weisen zum Teil über 300 Sonnentage auf. Auf diese Weise erhielten wir umweltfreundliche Energie, deren Rohstoff nie ausgehen würde. Wie einladend wäre doch solch eine zweckmässige Verwirklichung! Wo hapert es, dass sie nicht zustande kommt, obwohl technisch die Probleme zur Durchführung gelöst sind? Die Oelbarone sehen in der Finanzierung von Sonnenkraftwerken nur den Aufbau einer Konkurrenz und haben deshalb kein Interesse, ihre aufgehäuften Milliarden dafür zu investieren. Dies ist zwar insofern kurzssichtig, denn wenn ihre Oelvorräte einmal versiegen und demnach zu Ende gehen, ständen ihnen durch ihre Unterstützung am Bauprojekt von Sonnenenergiewerken unerschöpfliche Einnahmequellen zur Verfügung. Wenn wir alle Möglichkeiten auskaufen würden, um die Sonnenenergie richtig auszunützen, dann könnten die Oelvorräte für technische Zwecke noch lange dienlich zu sein. Das Verbrennen von Oel bedeutet eigentlich Vergeudung wertvoller Rohstoffe, die viel zweckmässiger angewandt werden könnten. Wenn kein Oel mehr zur Verfügung steht, wird es mit der Kunststoff- und Plastikindustrie zu Ende sein und ebenso auch mit anderen Betrieben, die vom Rohöl als ihrem Rohstoff abhängig sind. Nebst Professor Haber warnen auch noch andere, einsichtige Wissenschaftler immer wieder vor dem sinnlosen Verschleiss wichtiger, unersetzlicher Rohstoffe. Aber blinder Materialismus ist Antrieb zur weiteren Vergeudung. Ueberall herrscht die gleiche Kurzsichtigkeit, als ob die Menschheit morgens nichts mehr gebrauchen würde und deshalb zu Grabe getragen werden könnte, weil sie die Katastrophen, die sie heraufbeschworen hat, ja doch nicht überleben wird. Aber das wäre keineswegs im Einklang mit dem Los, das der Erde nach dem Abklingen der Sintflut zugestanden wurde, denn diese Worte lauten: «Forthin, alle Tage der Erde sollen nicht aufhören Saat und Ernte, Frost und Hitze, und Sommer und Winter, und Tag und Nacht.» Auf die Frage, wieviele Tage überhaupt der Erde beschieden sind, folgt die Antwort durch spätere Losungsworte nämlich: «Die Erde aber bestehet ewiglich.» Somit wird sie für die Zukunft weder der Ausbeute noch völliger Zerstörung zum Opfer fallen. Welch ein Trost für jene, die sie lieben, die sie hegen und pflegen möchten, damit sie Gedeihen haben möchte!

Rechtzeitige Hilfe oder verhindertes Eingreifen?

Wenn ich auf meinen Reisen Gelegenheit hatte, dem Steuermann eines grossen Ozeandampfers zuzusehen, war ich jeweils darüber erstaunt, dass ein solcher Riese von einem Schiff der kleinsten Bewegung der Steuerung gehorchte. Wie gut wäre es, wenn dies auch bei uns Menschen der Fall wäre! Zwar braucht es oft nicht viel, einem Menschenleben mit dem richtigen Verständnis eine andere Wendung zu geben. Allerdings kann das nicht nur in gutem Sinne geschehen, sondern leider auch auf verderbliche Weise, sonst würde es wohl weniger schlimm um unsere Jugend bestellt sein. Wieviele verzweifeln jedoch unter dem Druck der heutigen Verhältnisse. Zum Erstaunen der Aerzte und Pädagogen handelt es sich dabei leider auch um einen Grossteil Jugendlicher beiderlei Geschlechts. Drogensucht nebst Vereinsamung führt meist zur Aussichtslosigkeit und oft zu Kurzschlusshandlungen.

So gelingt's

Wie gut, wenn sich in kummervollen Zeiten Salomos Worte bewahrheiten, sagt er doch: «Ein Freund liebt zu aller Zeit, und als ein Retter in der Not ist er geboren.» Zwar ist es nicht immer leicht, einem Menschen über ein kritisches Tief hinwegzuhelfen, und doch mag freundschaftlicher Beistand oft die beste Hilfe darstellen. Mitgefühl in Zeiten innerer Not kann auch Fremden gegenüber oft eine hoffnungsvolle Brücke schlagen. Das erlebte ich einmal in Paris, als ich in einem Hause einem Mädchen begegnete, das so verzweifelt war, dass es seinem Leben ein Ende bereiten wollte. Als ich das inne wurde, redete ich ihm beruhigend zu und stellte ihm den Wert des Lebens vor Augen, hängt es doch von uns ab, dieses mit Wertvollem zu füllen. Ein Dichterwort spricht sich in diesem Sinne aus, wenn es sagt: «Wisset, ein erhabner Sinn legt das Schöne in das Leben, und er sucht es nicht darin.» Wenn man sich auf diese Weise bemüht, sein Leben inhaltsreich zu gestalten, entgeht man der Enttäuschung, die andere uns bereiten mögen, ja noch mehr, denn man kann dadurch anspornend auf andere einwirken. Das Leben ist eine wertvolle Gabe, und statt uns von ungünstigen Einflüssen treiben zu lassen, müssen wir dieses Vermögen gut verwalten, denn wir sind dem Lebengeber verantwortlich dafür, da es auf uns ankommt, wie wir die Probleme meistern.

Das alles führte ich dem verzweifelten Mädchen vor Augen, bis es wieder Mut fasste. Ein Blick in seine Verhältnisse ermöglichte es mir, ihm Vorschläge zu unterbreiten, wodurch das Leben interessanter und erfolgreicher gestaltet werden konnte. Ich ging mit dem Bewusstsein fort, das Lebensschifflein dieses Menschen vor dem Kentern bewahrt zu haben. Aehnliches ist mir schon oft gelungen, insofern ich nicht zu spät kam.

Leider zu spät

Auch dies kann leider geschehen, und ich erlebte es einmal im Zürcher Oberland, als ich Freunde besuchte. Bei einem Theologiestudenten kam ich allerdings zu spät, denn er hatte sein Leben selbst ausgelöscht, worüber ein hinterlassener Brief Aufschluss gab. Wie es in solchen Fällen meist festzustellen ist, litt der junge Mann unter grosser Empfindsamkeit. Es war daher gut, dass er darauf bedacht war, seinem Gott wohlzugefallen und ihm in Treue zu dienen. Deshalb schlug er den Weg zum Theologiestudium ein, hoffte er doch dadurch in seinem Bestreben bestärkt zu werden. Aber der Einfluss, dem er dieserhalb ausgesetzt war, wirkte sich für ihn nicht günstig aus. Im Gegenteil, er begann unter Zweifeln zu leiden, denn er war nicht mehr sicher, ob er den richtigen Weg eingeschlagen hatte. Sein Glaube war zwar auf die Bibel gegründet, aber die Professoren hatten eine andere Auffassung, die ihn immer mehr erschütterte. Weil sie die Bibel als Gottes Wort in Frage stellten, nahmen sie ihm allmählich den Boden unter den Füssen weg. Er war noch nicht so sehr befestigt, dass er sich zu behaupten vermochte. Dass der Bericht über Adam und Eva nur symbolisch zu verstehen sei, im übrigen aber ein bedeutungsloses Märchen darstelle, war für ihn unbegreiflich, denn dadurch erübrigte sich auch ein vollwertiges Sühnopfer zum Loskauf der Menschheit aus Unvollkommenheit und Tod. Auch die beweiskräftige Chronologie der Bibel wurde umgestossen, um der Evolutionstheorie mit ihren unfassbaren, willkürlichen Berechnungen den Platz einzuräumen. Aus alldem sprach deutlich der Unglaube einiger Professoren, was für den jungen Mann ein erneuter Anstoss war, sich noch tiefer erschüttern zu lassen. Er wollte sein Leben nicht bloss mit Brotverdienen fristen, sondern ihm ideelle Werte übermitteln und für diese einstehen. Da ihm nun dies alles zerschmettert wurde, war ihm das Leben nicht wertvoll genug, um ihm weiter anzuhängen, weshalb ich in diesem Falle zu spät kam. Ich hätte ihm wohl zeigen können, dass es leichter ist zu sterben, als in einer Umgebung voller Widersprüche zu leben, wiewohl es sich ge-

rade dann lohnt, für seine Ueberzeugung einzustehen.

Zur Hilfeleistung zu jung

Ein weiterer Fall ermöglichte mir nicht, hilfreich einzugreifen. Das war, als ich die Mittelschule besuchte und mich eines achtbaren Lehrers erfreute. Da ich aber wusste, dass er an einer damals unheilbaren Krankheit litt, beobachtete ich ihn stets voll Mitgefühl, denn wie gerne hätte ich ihm geholfen. Er war oft benommen von seinem Zustand, schien abwesend zu sein und sich durch die Aussichtslosigkeit seiner Krankheit belastend herumzuplagen. Auch schien er niemanden zu haben, dem er hätte vertrauen können, und ich, obwohl ich tief mit ihm empfand, fühlte mich zu jung, um ihm eine aufhellende Stütze darreichen zu können. Trotz dieser Einsicht war ich zutiefst erschrocken, als er plötzlich freiwillig aus dem Leben schied. Gerne wäre ich ihm erfolgreich beigestanden, doch mangelte mir hierzu noch die notwendige Reife und Erfahrung.

Wir griffen ein

Eine Bekannte aus unserem Freundeskreis wurde in eine Nervenklinik eingeliefert, weil sie, um nach zahnärztlicher Behandlung den Schlaf wieder finden zu können, zuviel Schlafmittel geschluckt hatte. Da sie ganz benommen war, sehr misstrauisch aussah und sich auch sonstwie komisch benahm, schätzte man sie unwillkürlich als geistig Gestörte ein und brachte sie hinter Schloss und Riegel. Gleichwohl konnte sie sich noch frühzeitig genug mit uns in Verbindung setzen, und nach einiger Mühewaltung gelangte sie damals zu ihrem Vorteil in unsere Pflege. Hätten wir sie nicht zuvor gut gekannt, hätte auch unser Urteil durch ihre veränderte Art getrübt werden können. Doch so wussten wir, wie wir sie nehmen mussten, um sie rasch wieder zu beruhigen und ihr Mut einzuflössen. Sie war bei uns ohnedies keine Fremde und unser geduldiges Verständnis verhalf zur raschen Lösung ihres Problems, unterstützt mit Fruchtsaftdiät und Naturmitteln. Nachdem der schwere Druck, der ihr Empfinden belastet hatte, verschwunden war, kehrte auch ihr früherer Humor wieder zurück und liess sie völlig aufleben. Verhältnismässig rasch konnte sie wieder heimwärts ziehen.

Wie bedauerlich wäre es gewesen, wenn wir die Kranke nicht frühzeitig in unsere schützende Obhut hätten nehmen können. Vielleicht wäre es dann zu spät gewesen, ihr erfolgreich zu helfen?

Höchste Zeit

Die lebensfrohe Gattin eines stattlichen, kraftvollen Innerschweizers vertraute uns seinerzeit, als wir noch unser Kurheim betrieben, ihren Mann als schwermütigen Todeskandidaten an. Tatsächlich betrachtete er seinen Zustand als unheilbar, weil seine sämtlichen, männlichen Verwandten wegen dessen Unerträglichkeit damit ebenfalls nicht fertig geworden waren, sondern als einzigen Ausweg im Selbstmord endeten. Trotz seiner hartnäckigen Einstellung liess er sich aber zu einer radikalen Ernährungsumstellung und zur Einnahme von Naturmitteln bewegen. Da er tatsächlich ausharrte, stellten sich auch die günstigen Folgen ein, denn die Umstellung bewirkte eine gründliche Aenderung im gesamten Körperhaushalt. Sie wurde vor allem durch Rohkost und Naturreisdiät erlangt. Die Schwermut mit ihrem förmlichen Bann verschwand, und nach völliger Genesung stand der Heimkehr nichts mehr im Wege. Es war allerdings höchste Zeit gewesen, dass wir ihm durch die richtige Entlastung beistehen konnten. Welch eine Genugtuung, wenn das glückt, was als unmöglich erschien!

Mancherlei Vorrechte

Stets schätzte ich es als Vorrecht, dass ich immer wieder vielen Freunden und anderen Hilfesuchenden erfolgreich beistehen konnte. Es ist zwar gerade in der heutigen Zeit, wo so viele zerstörende Einflüsse auf uns Menschen einstürmen, nicht immer leicht, den hilfreichen Ausweg zu finden, um eine spürbare Besse-

rung erwirken zu können. Sehr nützlich erwiesen sich besonders für Kranke in abgelegenen Gegenden jeweils unsere literarischen Arbeiten, weil die erteilten Ratschläge immer wieder nachgelesen werden können, so dass deren Befolgung um vieles erleichtert wird. Eine grosse Unterstützung ist es für den Kranken auch, wenn er erfährt, dass sein eigener Körper über Kräfte verfügt, die ihn erneut aufleben lassen, sofern er sie berücksichtigt. Diese Aussicht belebt auch unwillkürlich sein Drüsensystem und hebt den seelischen Zustand um vieles. Der gesamte Organismus beginnt dadurch besser zu arbeiten, und gerade dies beschafft die notwendigen Voraussetzungen zur Besserung, auch wenn die Lage kritisch sein sollte. Zuversicht hebt den seelischen Zustand, während Hoffnungslosigkeit niederdrückend wirkt und die Krankheit daher fördert. Ein ermunternder Zuspruch ist demnach oft noch die grössere Hilfe als die beste Medizin, wennschon auch diese ihren guten Anteil am Heilen bewirken wird, sofern man die richtigen Naturmittel wählte. Geheilte wundern sich oft darüber, dass auch für sie noch eine erfolgreiche Hilfe gefunden werden konnte. Die heutige Zeit verlangt immer mehr, dass der Kranke lernt, seine Schmerzen durch Zuversicht zu überbrücken, statt zu Mitteln mit gefährlichen Nebenwirkungen zu greifen. Oft schon konnten wir beobachten, wie Kranke durch günstige Ablenkung ihre Schmerzen vergessen können. Lässt man sie ein freudiges oder gar drolliges Ereignis aus ihrem Leben erzählen, dann trägt eine solche Erinnerung dazu bei, Angenehmes wieder aufleben zu lassen, und die Schmerzen scheinen verschwunden zu sein! Noch immer erscheint nach trüben Tagen die Sonne wieder und lässt das blühende Leben aus des Schöpfers Hand farbenfroh und duftig erstrahlen. Das alles dient zur Ablenkung und hilft die Schmerzen überwinden. Es ist dies bestimmt eine erfolgreiche Hilfeleistung in Zeiten der Not.

Die Furcht vor dem Altern

Der bekannte TV-Star Peter Wyngard, der etwa 45–50 Jahre alt sein mag, bekam plötzlich Angst vor dem Altern mit seinem allfälligen Nachlassen geistiger und körperlicher Leistungsfähigkeit. Das ist gar nicht sonderlich erstaunlich, denn wer einmal die schönen Vierzigerjahre überschritten hat, beginnt sich dem Alter des Klimakteriums zu nähern, was bekanntlich mit gewissen Aenderungen in unserem Lebenslauf in Verbindung steht. Zwar äussert sich darüber nicht jeder, den eine solche Angst rein gefühlsmässig zu plagen beginnt, aber es braucht schon eine gewisse lebensbejahende Einstellung, um durch bange Mutmassungen nicht entmutigt zu werden. Jedenfalls erging es dem zuvor erwähnten Peter Wyngard so, denn eine deutsche Illustrierte berichtete von ihm, dass er sich in Wien einer genauen Untersuchung unterzogen habe. Erst als alle Ergebnisse vom Computer verarbeitet worden waren, wich seine Besorgnis, wurde er doch noch immer als ganz gesunder Mann bezeichnet, der mit einer Lebenserwartung von gut 90 Jahren rechnen könne Solch ein günstiger Bericht holte auch sein fröhliches Lachen wieder hervor. Diese erneute Wandlung in seiner Einstellung bestätigt uns, wie ungern doch lebensfrohe, tatkräftige Menschen vom Schauplatz befriedigender Tätigkeit Abschied nehmen.

Frühzeitiges Besinnen

Immerhin wäre es für jeden von uns gut, frühzeitig darüber nachzudenken, zu welchen Möglichkeiten man greifen sollte, um die Beschwerden des Alterns weitgehend auszugleichen. Wenn man trotz zunehmendem Alter innerlich jung und geistig rüstig bleiben möchte, wenn man danach trachtet, sich die körperliche Leistungsfähigkeit möglichst lange zu erhalten, dann erreicht man dies nicht von un-