**Zeitschrift:** Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift

Herausgeber: Pestalozzigesellschaft Zürich

**Band:** 32 (1928-1929)

Heft: 3

Artikel: Gesundheit und Krankheit

Autor: Schrönghamer-Heimdal, F.

**DOI:** https://doi.org/10.5169/seals-663187

## 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:** 09.12.2025

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

send vorüberdefilierten. Die Promenade begann. Alles verlief wunderbar, bis plötslich irgendeine erzentrische Miß aus der Reihe sprang, auf Tolstoi zustürzte, um ihm die Hand zu schützteln. Der Ärmste wehrte sich nicht, sondern begann im Gegenteil sich sehr liebenswürdig mit der Amerikanerin zu unterhalten. Unter ansberem fragte er sie, welches seiner Werke ihr am besten gefallen habe. Die Miß geriet in Vers

legenheit; sie hatte ganz vergessen, daß es außer dem großen Tolstoi auch noch einige Schriften von ihm gab, die ihr unbekannt geblieben waren. Der alte Mann hatte Mitleid mit ihr und kam ihr zu Hilse:

"Gewiß: "Kindheit und Knabenalter"?

"O ja! . . . ." fiel die Miß ein. "Natürlich: "Kindheit und Knabenalter" . . . natürlich, wie konnte ich es nur vergessen!"

## Gesundheit und Krankheit.

Von F. Schrönghamer-Heimdal, Paffau-Haidenhof.

Wann ist der Mensch gesund? Wenn er seinen Körper nicht spürt.

Wie die Krankheit eine Last ist, so ist die Gesundheit eine Lust: Urlust des Lebens, Normalzustand des Menschen wie aller Geschöpfe: "Und er sah, daß es gut war."

Gesundheit hängt zweisellos mit Sinn und Gesinnung zusammen. Der Gesunde ist stets wohlgesinnt, "himmelhochjauchzend". Sein unsgeschwächter Sinn ist weltweit offen: "Seid umsschlungen, Millionen!"

Ruhe und Kraft, Friede und Freude, Güte und Behagen — wo die sind, ist alle Gesund= heit.

Der gesunde Mensch ist immer zum Lachen und Jauchzen aufgelegt, sofern ihm die Ungesunden nicht "auf die Nerven" gehen oder "im Magen liegen."

Gefundheit ist die erste soziale Pflicht. Das sollten sich vor allem die Staatsmänner und Politiker merken.

Mitleid ist recht. Aber höher steht Mitfreude. Denn diese offenbart den tiefsten Erund aller Gesundheit: den Einklang mit dem geistigen Weltgesetz, das auf Freude gestellt ist.

Gesundheit ist der Sinn der Schöpfung. Wie könnte sie sonst "gut" sein? Wer gegen diesen Sinn der Schöpfung verstößt, sündigt. Jede Krankheit geht auf Sünden zurück, sei es auf eigene oder auf "Sünden der Väter."

Sünde heißt das zu Sühnende. Sühnen aber heißt gutmachen, gesund werden, an Leib und Seele. Wo Krankheit "ausbricht", ist schon ein Weg zur Gesundheit.

Es hat schon seine Richtigkeit mit der "Erbsünde". Das weiß niemand besser als die Ürzte und — Rechtsanwälte: Beide Beruse wären überflüssig, wenn die Erbsünde nicht wäre.

Niemand sollte sich fortpflanzen dürfen, der nicht leiblich und geistig völlig gesund ist eben wegen der Erbsünde. Gesundheit vererben sollen wir dem kommenden, glücklichen Geschlecht.

Gefundheit ift Ausfluß des feelischen Gleich= gewichtes.

Das Zauberwort zur Gefundung heißt: "Ich mill!"

Redaktion: Dr. Ernst Eschmann, Zürich 7, Kütistr. 44. (Beiträge nur an diese Adresse!) Inverlangt eingesandten Beisträgen muß das Küchporto beigelegt werden. Druck und Berlag von Müller, Werder & Co., Wolsbachstraße 19, Zürich.

Infertionspreise für schweiz. Anzeigen: ½ Seite Fr. 180.—, ½ Seite Fr. 90.—, ¼ Seite Fr. 45.—, ⅓ Seite Fr. 22.50, ⅓ Seite Fr. 11.25 für ausländ. Ursprungs: ⅙ Seite Fr. 200.—, ⅙ Seite Fr. 100.—, ⅙ Seite Fr. 50.—, ⅙ Seite Fr. 25.—, ⅙ Seite Fr. 12.50

Alleinige Anzeigenannahme: Annoncen-Expedition Audolf Mosse, Zürich, Basel, Aarau, Bern, Biel, Glarus, Schaffhausen Solothurn, St. Gallen.