

**Zeitschrift:** Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift  
**Herausgeber:** Pestalozzigesellschaft Zürich  
**Band:** 41 (1937-1938)  
**Heft:** 24

**Artikel:** Geist und Körper  
**Autor:** Volkart, Otto  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-673135>

#### 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:** 17.01.2026

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

Einem ernsten Herrn in langem Gehrock, der ihm unbekannt war, machte er eine kurze Verbeugung und begann, indem er das versiegelte Kuvert öffnete:

„Lassen Sie mich reden, meine Herren, dann ist das Verfahren einfacher und kürzer! Bitte — unterbrechen Sie mich nicht, Herr Amtsrichter! — ich weiß genau, warum ich hier stehe. Hier ist —“ und er legte seine Papiere ausgebrettet auf den Gerichtstisch — „das Zeugnis über mein Staatsexamen, dies ist meine Doktor-Dissertation, dies hier — meine Habilitationschrift, hier die Venia legendi unserer Landes-Universität, und dies ist meine preisgekrönte Schrift über die Transplantation von Ellenbogengelenken, das übrige sind meine gedruckten medizinischen Publikationen, acht Stücke. Bitte, prüfen Sie das! Ich habe nur wenig Zeit. Unten warten meine Patienten.“

Und damit war er an der Tür.

„Ein Wort —“ rief der Amtsrichter, der gar nicht wußte, wie ihm geschehen, „ein Wort, Herr

Doktor! Warum haben Sie dies alles denn so sorgfältig verschwiegen?“

Müller erwiderte, einen Schritt zurückkehrend:

„In der Großstadt, lieber Herr Amtsrichter, bin ich mit allen meinen Titeln fast verhungert. Dort laufen tausend Doktoren ohne Praxis herum. Wenn ich mich anständig durchschlagen wollte, mußte ein Wunder im Spiele sein. Das Wunder ist, daß ich keinen Titel trage. Ein Heiland hat das nicht nötig ...“ und fort war er.

Um andern Morgen dröhnte eine Hupe in den engen Gassen. Es klang wie Hohngelächter:

„Ho-ho-ho! ... Hohoho!“

Müller fuhr jetzt sogar Automobil! Er brachte den glücklich lächelnden Jakob Tuditum aus der Universitätsklinik gesund nach Hause. Als der Alte an seinem Hause Müllers Auto verließ, sagte er mit Tränen im Auge:

„Ich danke Gott und Ihnen meine Heilung. Es war sein Finger, der mich zu Ihnen geführt hat ...“

## Wundersehnens.

Am schönen Frühlingsmorgen ging ich aus,  
Da kam ein bleicher Bettler mir entgegen;  
Matt schlich er durch die Flur voll hellen Taus.  
Ich sprach zu mir: Das ist ein Himmelsseggen,  
Wenn man am frühen Morgen helfen kann  
Und in des Dürftigen Hand sein Scherflein legen.

Er ging. Ich schaut ihm nach, bis er verschwand,  
Und fühlte mich vor Trauer wie vernichtet.  
Ohnmächtig ist der Mensch! — Und ich verstand  
Die Wunder, welche fromme Sehnsucht dichtet.

Josef Viktor Widmann.

So trat ich fröhlich zu dem alten Mann  
Und wollte schnell ein Silberstück ihm reichen,  
Er aber nahm es nicht und sprach sodann:  
Willst du mir helfen, mache von mir weichen  
Den Kampf der Brust, des heißen Hauptes Brand!  
Was hilft ein Silberstück lebendigen Leichen?

## Geist und Körper.

Durch Gesundheit des Körpers zur Gesundheit des Geistes — sagten die alten Römer, ein berühmtes Wort Friedrich Schillers jedoch gibt eine Umstellung: „Es ist der Geist, der sich den Körper baut.“ Dies Wort floß aus den Tiefen einer heroisch gestimmten Natur, welche die Schwachheit des Körpers erfahrungsgemäß oft und oft mit geistiger Tatkraft bezwang. Der große Denker Immanuel Kant, der auf Schiller starken Einfluß übte, und dessen Freund Staatsrat Dr. med. Hufeland bekannten sich zur gleichen Ansicht: „Der Geist allein lebt. Das Leben des Geistes allein ist wahres Leben. Das Leben

des Leibes muß jenem immer untergeordnet und von ihm beherrscht werden.“

Der indischen Welt galt dies je und je als Wahrheit, und die stoischen Weisen des sogenannten klassischen Altertums sagten, wer den Schmerz klein einschäze, mache ihn dadurch auch wirklich klein. Die von Anni Besant im 19. Jahrhundert begründete „Christliche Wissenschaft“ führt dies Prinzip neuerdings auf einen Höhepunkt.

Mehrere amerikanische Populärphilosophen des 19. Jahrhunderts vollzogen auch eine Rückkehr zu den religiösen Grundwahrheiten und da-

mit zur Heilung aus dem Geist. Was ist es denn anderes, wenn etwa Marden schreibt: „Der Arzt der Zukunft wird ein Mensch sein, der es versteht, dem Leidenden die Verbindung mit Gott wiederzugeben, die er verloren hat.“

Diese Schriftsteller der Neuzeit haben aber damit im Grunde nur das erneuert, was zum Beispiel ein begnadeter christlicher Menschheitslehrer, Augustinus, 354 bis 430 nach Christus lebend, schon verkündet hatte: Wer sich zu Gott wendet und sich bemüht, Gottes Geboten gemäß zu leben, mit Liebe aus reinem Herzen, aus gutem Gewissen, aus ungeheucheltem Glauben, der werde eine Veränderung erleben zu moralischer und körperlicher Gesundheit, wie ein Dürstender, welcher den Quell findet. Durch Verbindung mit dem göttlichen Lenker aller Dinge, durch demütige Einordnung in die große Ordnungswelt des Schöpfers werde der Mensch zu einem unvergänglich höheren kraftvollerem Lebensgefühl gelangen, weit über das Geschöpf hinaus, das von solcher Verbindung nichts wissen will oder dies für Torheit erklärt. Umgelehrt aber auch, wenn wir Gott nicht geben wollen durch

Tat, was wir ihm schulden, werden wir es entrichten müssen durch Leiden.

Durch die vertrauensvolle Hingabe an den Schöpfer erhält der Geist immer neue Kraft. Gott erzeugt gutes Leben in solchen, die es wollen. Ob wir wie Wilhelm von Humboldt sagen dürfen: „Es wird eine Zeit kommen, wo es eine Schande ist, Krank zu sein, wo man Krankheit als schlechtes Benehmen, als Wirkung verkehrter Gedanken beurteilt“? Ob man so weit gehen darf? Aber ganz sicher ist, daß weniger Krankheit aller Art in der Menschenwelt wäre, wenn wir eine große und edle Einstellung hätten, wenn wir ein einfaches Leben tätiger, nützlicher Pflichterfüllung führen würden. Geistige Gesundheit schafft körperliche Gesundheit — dies tief und wahr zu durchdenken, kann uns nur nützen. Vor genau 100 Jahren hat Ernst von Feuchtersleben seine nachmals berühmt gewordenen Betrachtungen „zur Diätetik der Seele“ herausgegeben, und heute wie damals ist es beherzigenswert, was er mit Worten eines Gefinnungsfreunds so ausdrückte: „Gebet dem Geiste seine Kraft, und tausend Krankheiten sind gelöscht!“ Otto Vollart.

### Kleine bunte Windmühle.

In einer stillen Straße stehen viele kleine Häuser, und alle diese Häuser haben schöne Gärten. Sehr gepflegte Gärten mit grünem Rasen, auf dem saubere Steinplatten liegen, und mit vielen bunten Blumen.

In einem dieser Gärten dreht sich zwischen den bunten Blumen eine kleine Windmühle. Ihre vier Flügel sind blau, rot, gelb und grün, sind ebenso bunt und lustig wie die Blumen ringsum. Und beim leisen Hauch des Windes beginnen die Flügel ihr zierliches Spiel. Die Windmühle ist die allerschönste Zier dieses Gartens; im Drehen ihrer kleinen Flügel erzählt sie heitere Geschichten. Sie weiß von einem Kind, das — kaum erwacht — zum Fenster läuft und hinaussieht in den morgenfrischen Garten. Es sauchtzt: „Meine Mühle dreht sich!“

Und dann wird es gleich sehr ungeduldig und hat kaum Zeit, sich waschen und ankleiden zu lassen und zu frühstücken, denn es muß hinaus in den Garten. Dort warten viele Dinge auf das Kind, die bunte Mühle vor allem, dann Sand

und Blumen, Bäume und die Sonne, Beeren und Kräuter, Vögel und Käfer. Das alles wartet auf das Kind.

Ich sehe von dem ruhigen Platz meines Gartens den spielenden Flügeln der kleinen bunten Mühle zu und möchte wohl zwischen meinen bunten Blumen und dem grünen Rasen auch so eine heitere Beweglichkeit haben. Aber das geht wohl nicht an. Das kleine Ding ist das Zeichen, daß zu ihm lustig springende Kinderfüße gehören. Die großen Kinder aber, die von Ruderbooten und schnittigen Autos und den neuesten Filmen sprechen, würden wohl über so eine kleine Windmühle lächeln ...

Jetzt noch würden sie lächeln. Es müßten erst noch wieder ein paar Jahre vergehen, bis sie zu dem Gesichtskreis des Kindes zurückfinden; wenn die Zeit da ist, da auch ihnen Kinder aufwachsen — Kinder, die kleine, bunte Windmühlen lieben ...

Meta Brix.