

Zeitschrift: Bauen, Wohnen, Leben
Herausgeber: Bauen, Wohnen, Leben
Band: - (1953)
Heft: 14

Artikel: Heilendes Lachen - oder Humor als Medizin
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-651525>

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: 15.01.2026

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

Heilendes Lachen - oder Humor als Medizin

Die Widerstandskraft des menschlichen Organismus wird weitgehend bedingt durch den Lebens- und Gesundheitswillen des Betroffenen. Daß aber solcher Lebenswille stärker beim Heiteren als beim Traurigen, stärker beim Lebensbejahenden als beim Lebensverneinenden vorhanden sein wird - wer wollte das bezweifeln? In Thomas Manns «Buddenbrook», dem Roman des großen Dichters, der wie kaum ein anderer die Psychologie der Krankheiten studiert hat, wird das an dem jungen Hanno Buddenbrook, der an Typhus erkrankt und der trotz seiner Jugend den Willen zum Leben nicht aufbringt, demonstriert.

Die Aerzte aller Zeiten haben es gewußt und wissen es auch heute: die besten Medikamente allein sind unwirksam, wenn der Kranke durch seinen Willen nicht mithilft, gesund zu werden. Darum hat es auch immer Richtungen gegeben, die alle Krankheiten bloß durch geistige Beeinflussung heilen wollten, sei es durch Händeauflegen und blinden Glauben, durch «Magnetismus» oder Hypnose.

In allen solchen Richtungen, auch wenn sie uns auf den ersten Blick noch so absurd und übertrieben erscheinen, steckt ein Körnchen Wahrheit. Ein wirklich guter Arzt muß einen guten Teil an suggestiver Kraft besitzen, um auf den Patienten zu wirken. Wenn er die Fähigkeit richtiger Menschenbehandlung mit erprobten Medikamenten vereint anwendet, dann erst wird er ideale Erfolge aufweisen können. Er wird also immer wieder versuchen müssen, dem Patienten außer Tränkelein und Pulvern *Lebenswille* einzugeben, und darum muß er trachten, Traurigkeit, Bangigkeit und Kümmeris dem Menschen auszutreiben.

Hier aber erhebt sich die Frage: Kann solches Bemühen in jedem Fall Erfolg haben? Es gibt Unglücksfälle, grausame Schicksalsschläge, die nicht wegzusuggerieren sind -

die nur die allmächtige Zeit erträglich werden läßt. Es gibt aber - und das ist häufiger - kleine Aergernisse des Alltags, lächerliche Unstimmigkeiten, belanglose Widrigkeiten, die von vielen Leuten sehr schlecht vertragen, überschätzt und überwertet werden, ständig Anlaß zu trauriger Verstimmung geben und so das Leben nicht mehr lebenswert erscheinen lassen. In solcher Gemütsverfassung neigt der Mensch dazu, auch unwesentliche körperliche Leiden zu überwerten und als schwere Krankheiten zu betrachten, wirklich schweren Krankheiten aber völlig ungewappnet zu begegnen. Hier sollte gar nicht erst der Arzt, sondern schon viel früher der Erzieher eingreifen: das, was so vielen Menschen abgeht, der *Sinn für Humor*, müßte von Jugend an viel sorgsamer gepflegt werden. Schon die

Kinder sollten dazu gebracht werden, über sich selbst lachen zu können. Wahrer Humor fängt nämlich nicht damit an, über die Schwächen anderer (das ist ja verhältnismäßig leicht), sondern über *seine eigenen Schwächen zu lachen* (und das ist außerordentlich schwer). Erst jener Mensch ist weise, ausgeglichener und heiter, der über sich selber herzlich lachen kann!

Man mache einmal den Versuch, an sich selbst zu beobachten, wie man sich benimmt, wenn man sich über etwas ärgert. Erstaunt wird man feststellen, wie komisch man wirkt und wie im Grunde nichtig die Ursache gewesen ist. Wer öfters solche Übungen der Selbstdisziplin vornimmt, wird bald merken, daß allerhand Unannehmlichkeiten und körperliche Schmerzen wie weggeblasen sind in dem Augenblick, da er sich gründlich ausgelacht hat. Und begeistert wird er zustimmen und die Frage bejahen, daß es ein «heilendes Lachen» gibt. *df.*

Die alte Frau

Hinter dem Dorfe, in einem Häuschen am Berghange, lebt ein altes Fraucl. Vor ihrem Fenster bleibe ich allemal stehen. Dort blühen in irdenen Töpfen so schöne Blumen. Von den ersten Märzveilchen bis zu den späten Pelargonien und Astern im Herbst stehen des Sommers schönste Blumen dort und lachen freundlich her.

Als vor einigen Tagen das einsame Frauchen vor dem Hause saß und für arme Waisenkinder Strümpfe strickte, redete ich sie an und sagte: «Mutter, daß Ihr doch immer die schönsten Blumen habt im Dorfe!» - «Ja», antwortete sie lächelnd, «wenn's so ist, dann wird's halt an der guten Erde liegen.» Da sah ich es, schwarze, feuchte Erde war in den Töpfen. «Habt Ihr denn eine besondere Erde?» - «Mag wohl sein», sagte sie und zählte die Maschen ihrer Arbeit. Nachher hat es mir eine Nachbarin gesteckt, woher dieses alte Mütterchen die Erde nimmt. Von Zeit zu Zeit geht sie in Däm-

merabenden hinaus auf den Friedhof, und dort an offenen Gräbern füllt sie ihre Blumentöpfe mit Erde. Vor dreißig Jahren ist auf demselben Friedhof ihr Mann begraben worden, dem sind bald nacheinander ihre drei Kinder gefolgt und zuletzt noch ein Kind ihres Kindes. All ihre Lieben sind hinausgetragen worden, und alle will sie jetzt in ihren Blumentöpfchen wieder hineintragen in das kleine alte Haus. So wie sie einst den kranken Mann betreut, so pflegt sie jetzt die Blumen. Und diese lächeln freundlich auf zum einsamen Weibchen.

Ach, wer wird denn einsam sein unter seinen lieben Leuten!

Peter Rosegger

Schweizerdeutsche Sprichwörter

E schöni Frau is leicht übercho, aber schwer z'balte.

Wer e hübschi Frau hütoret, het guet Nacht und böß Tag.

E Frau is niene hübscher als de-heime.

Das Sozialprodukt der Städte

Mit der Zunahme der Wirtschaftskraft der öffentlichen Hand in den Gemeinden wird der Wunsch nach der Ermittlung des Sozialproduktes der Städte zunehmend größer. Es ist bekannt, daß der Präsident der USA bei seinem alljährlichen Rechenschaftsbericht an das Repräsentantenhaus stets von der Entwicklung des Sozialproduktes in den Vereinigten Staaten ausgeht. Nachdem man bisher bei den Untersuchungen über die Höhe des Sozialproduktes sich nur auf die Feststellungen für ganze Länder beschränkte, will man zukünftig diese wertvollen Unterlagen auch für die *Kommunalverwaltungen* ermitteln. Wenn es gelingt, das Sozialprodukt der Städte rechnerisch zu erfassen, wird es möglich sein, mit wenigen Zahlen das wirtschaftliche Gesamtbild einer Stadt auszudrücken. Für die Stadt Zürich, deren Konjunktur und Wachstum noch nicht abzusehen sind, würde sich mit dieser neuzeitlichen Statistik eine sichere Grundlage für die Kommunalwirtschaft ergeben. Die Berechnungen müßten Industrie, Gewerbe, Handwerk, Handel und andere wichtige Hauptsektoren erfassen. Es ist ganz zweifellos, daß fast alle schweizerischen Städte, besonders der deutschen Schweiz, Zürich, Basel, St. Gallen, Winterthur und andere seit langer Zeit ein hohes Sozialprodukt erzeugen. Man hat nur seinen Wert noch nicht errechnet. *E. R.*

Schließfächer für Reisegepäck

Neuerung
im Frankfurter Hauptbahnhof

zfv. - Als erster Bahnhof Deutschlands wird der Hauptbahnhof in Frankfurt am Main bei seiner jetzt im Gange befindlichen Neugestaltung Schließfächer für die Gepäckaufbewahrung erhalten, wie sie sich in anderen Ländern, in den USA und in Skandinavien, bereits vielfach bewährt haben. Unter dem Bahnpostamt neben der großen Haupthalle werden 600 Gepäckboxen eingerichtet, die den Reisenden kurz nach Weihnachten zur Verfügung stehen werden. Die Boxen werden durch Einwurf von 3 Zehnpfennigstücken geöffnet und nach Einstellung des Handgepäckes zugeschlossen. Mit dem Schlüssel, den der Benützer an sich nimmt, kann dann das Schloß innerhalb von 24 Stunden jederzeit wieder geöffnet werden. Nach dem Öffnen läßt sich der

Schlüssel jedoch nur nach erneutem Einwurf von 30 Pfennig abziehen. Verbleibt das Gepäck länger als 24 Stunden in der Box, ohne daß geöffnet wird, so tritt automatisch eine Sperre ein, und die Box muß vom Aufsichtsbeamten geöffnet werden, der die Gebühr für die längere Benützung erhebt. Eine sinnreiche Konstruktion der Schlösser und ihre häufige Auswechslung sorgen dafür, daß die Boxen nicht von Unbefugten mit Nachschlüsseln geöffnet werden können.

Als weitere Erleichterung für die Reisenden wird eine große zentrale Gepäckaufbewahrung mit Raum für 3500 Gepäckstücke und einer 7 m langen Annahmehalle direkt an der Südseite des Querbahnsteigs geschaffen, die schon vor Weihnachten dienstbereit sein soll.

Schmelzen ohne Tiegel

Titan, Zirkonium, Tantal, Vanadium, Molybdän - alle diese noch vor ein, zwei Jahrzehnten kaum beachteten Metalle gewinnen vor allem wegen ihrer Hitze- und Korrosionsbeständigkeit in der letzten Zeit immer größere Bedeutung, besonders angesichts der raschen Entwicklung des Düsenantriebes für Flugzeuge.

Ihre Verwendung stößt aber unter anderem auch deswegen auf große Schwierigkeiten, weil die Reindarstellung dieser nicht konzentriert vorkommenden, sondern in verhältnismäßig kleinen Mengen durch die ganze Erdkruste verstreuten Metalle nur in einem ziemlich komplizierten und kostspieligen Verfahren möglich ist: sie gehen nämlich chemische Verbindungen mit anderen Substanzen, also auch mit dem Material, aus dem Schmelztiegel bestehen, ganz besonders leicht ein.

Nun haben zwei Ingenieure einer großen amerikanischen Elektrofirma ein Schmelzverfahren ohne Tiegel erfunden. Sie halten in einem luftleeren Raum zwischen zwei großen elektrischen Induktionsspulen, die ein starkes elektromagnetisches Kraftfeld erzeugen, einen bis zu 500 Gramm schweren Metallklumpen in der Schwebe, den sie sodann durch einen induzierten Hochfrequenzstrom von etwa 10 000 Perioden pro Sekunde zum Schmelzen bringen. Auch die brodelnde Masse des geschmolzenen Metalls wird schwebend im Raum erhalten - ein merkwürdig unheimlicher, an mittelalterliche Alchemie erinnernder Anblick. Das geschmolzene Metall kann schließlich durch entsprechendes Regulieren des Stromes in den Spulen in ein Gefäß abgeleitet werden.

Allen Freunden von Zigarren gewidmet

Keine Freude, kein Genuß, nichts ist so anstehend wie das Zigarrenrauchen. Das ist eine jahrhundertalte Tatsache. Einige Jahrhunderte ist es her, seitdem die spanischen Entdecker sahen, wie die Eingeborenen in Westindien den Tabak rauchten und sich dabei als Könige vorkamen. Um 1600 herum errang der Tabak auch in Europa eine große Bedeutung als ein Genußmittel. Seit jener Zeit, seit mehr als dreieinhalb Jahrhunderten, ist auch der Europäer dem Tabak und dem Rauchen treu geblieben. Bekanntlich sollen in unserer Eidgenossenschaft die Appenzeller die ersten Raucher gewesen sein. Vielleicht stammt daher ihre Freude am Wit. Die Appenzeller nahmen das Rauchen von der einzig richtigen Seite: von der genießerischen. Sie sind damit jederzeit gut gefahren. Die Inner- und die Äußerer sind nachgewiesenermaßen zähe und langlebige Leute.

Weniger Humor und geringeres Verständnis für die gemütsfördernden Werte des «Tobackens» brachten der Bürgermeister, der «Kleine und Große Rath der Stadt Zürich» auf. Diese Herrschaften «taten 1670 öffentlich kund, daß das unnötigende, vielmehr schädliche und feuergefährliche Rauchen bei 15 Pfund Strafe verboten sei». Vor etwas mehr als hundert Jahren ist dieses Verbot gefallen. Die Herren des Rates lieben selber den «blauen Dunst». Nämlich den einen und den andern. Bei Festivitäten im Gasthaus der Zürcher Behörden, im schönen ehemaligen Bodmerschen Sitz, dem «Muralengut», das schon viele internationale illustre Gäste gesehen hat, werden die dunklen, fein säuberlich gezipfelten, aromatischen Brasil «Bahianos» nicht

verachtet. Diese im Schweizerland wohlbekannte «Brasilzigarre», deren Band den grünen Stern als Wahrzeichen trägt, entwickelt jeweils die nötige Stimmung, damit die verschiedenen zeitgenössischen Ratsmitglieder friedlich über die Gegensätzlichkeit des Politikums der Gegenwart sich unterhalten können.

Ja, die Zeiten haben sich auch punkto Tabak und Rauchen enorm geändert. Heute rauchen ja auch die schönsten Damen, in Dänemark sogar Zigarren. Der «Bürgermeister und der Kleine und Große Rath der Stadt Zürich», der anno 1670 das Rauchen verbot, hätte wohl die jüngst in der Stadt Alfred Eschers durchgeführte «Woche der Kopfzigarre» kaum erlaubt. 1670 und 1953 - welch ein Unterschied. Damals war das Rauchen verboten. Heutzutage wird's propagiert. «Gute Zigarren bringen Stimmung» - so hieß die Parole der Woche der Kopfzigarre. Tatsächlich: gute Zigarren machen Stimmung. Gute Stimmung, selbstverständlich. Wir haben es anlässlich jener besonderen Zigarrenwoche erlebt. Und wir werden es in der kommenden Festzeit wieder erleben. Dazu verhilft auch die Tatsache, daß die von Hand gemachte Schweizer Kopfzigarre die preiswerteste in ganz Europa ist.

Das Betrachten des Zigarrenmachens in den Schaufenstern der Zürcher Geschäfte reizte uns zu einer Visite in einer einheimischen Zigarrenfabrik. Die Wuhrmann & Co. AG in Rheinfelden, die auf eine Firmatradition bis ins Gründungsjahr, 1876, zurückblicken kann, bot uns freundlicherweise dazu die Gelegenheit. Wir haben den Betrieb von A bis Z, von unten bis oben

angesehen. Dabei haben wir das Geheimnis der erstklassigen Qualität der «Bahianos», des berühmten Stumpens «Habana Feu» und der anderen Erzeugnisse der Firma A. Wuhrmann & Co. AG ergründen können. Es gibt im ganzen Betrieb keine einzige Maschine. Die Zigarren und Stumpen werden samt und sonders, aus den besten Tabakprovenienzen, sorgfältig von A bis Z von Hand gemacht.

Als Kuriosum sei erwähnt, daß der Name «Habana», in der Schweiz erstmals im Jahre 1876 für Stumpen, von Urgroßvater Wuhrmann auf den Markt gebracht wurde.

Kein Wunder, daß die «Bahianos» so gut schmeckt und so gute Stimmung bereitet. Als Einlage und als Umblatt werden die besten Sorten, die Spitzenprodukte der Brasil, Havanna, Sumatra- und Java-Tabake verwendet. Wir haben uns auch besonders darüber gefreut, daß sich unter den flinken und gewissenhaften Zigarrenmachern junge Schweizer befinden, die ihre Arbeit mit Hingabe ausführen.

Es ist hoch erfreulich, daß die schweizerische Zigarrenindustrie der Handarbeit restlos die Treue bewahrt hat. Bei der Besichtigung des Betriebes der Firma A. Wuhrmann & Co. AG hat uns diese saubere Handarbeit ganz speziell imponiert und gefreut. Es war ein Erlebnis für uns, im Zeitalter der forcierten Technik, in aller Gemütsruhe in einem restlos maschinenlosen Betrieb frei herumgehen und mit den Zigarrenmachern diskutieren zu können. Ruhig sitzen die Männer an ihrem Zigarrentisch, so wie wir es in den Zürcher Schaufenstern gesehen haben, und fertigen Stück um Stück, Zigarre um Zigarre. Die Arbeit, das Rollen und Deckblattformen, wird mit Interesse und Hingabe gemacht. Das Rohmaterial, das wir im Lager ebenfalls gesehen und vor allem gerochen haben,

wird säuberlich verarbeitet. Es gibt da nur Qualitätsspitzen jener Provenienzen, die von den Pflanzern besonders gern für die Schweizer Zigarrenfabrikanten mit ihrer sicheren Valuta reserviert und verkauft werden. Der Schweizer Stumpen- und Zigarrenraucher ist ja in der ganzen Welt als verwöhnter Feinschmecker und delikater Genießer bekannt. Daß er dabei noch die preiswerteste Qualitätszigarre in ganz Europa genießen kann, wird ihm immer dann bewußt, wenn er im Ausland auf seine «Habana Feu» und «Bahianos» verzichtet muß. Aber daheim muß er dies nicht. Besonders an den kommenden Festtagen kann er sich dem Genuß voll hingeben. Wir haben zu diesem Zweck ihm diese Betrachtung von Herzen gewidmet. Recht viel Genuß an den vollkommen von Hand gearbeiteten, exzellenten «Bahianos» von Rheinfelden!

Peter Niederer

