

Zeitschrift: Kultur und Politik : Zeitschrift für ökologische, soziale und wirtschaftliche Zusammenhänge

Herausgeber: Bioforum Schweiz

Band: 17 (1962)

Heft: 2

Artikel: Von den seelischen Wurzeln der Krankheiten

Autor: Müller, Marie

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-890584>

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: 28.01.2026

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

Von den *seelischen* Wurzeln der *Krankheiten*

Vortrag von Frau Dr. Marie Müller,
gehalten an den Möschberg-Frauentagen 3./4. März 1962

Wieder sind wir zu unsern Frauentagen versammelt. Wir möchten unser Wissen auffrischen, es vervollkommen, zulernen, damit wir unseren Aufgaben zu Hause möglichst gut nachkommen können.

Schon so oft haben wir zusammen betrachtet, wie wichtig die richtige Nahrungszufuhr für unsere Gesundheit und Leistungsfähigkeit ist. Unsere Hausmuttersschule hat es sich angelegen sein lassen, Euch immer und immer wieder auf die Bedeutung des *Vollkorn-Brotes* mit seiner Garnitur von B-Vitaminen für das gute Funktionieren des Nervensystems aufmerksam zu machen.

Wir haben öfters den reichhaltigen Segen der Mineralstoffe und Vitamine betrachtet, ebenso ihre Aufgaben und Wirkungen, die rohe Gemüse aus Garten und Feld, rohe Früchte aus der Hofstatt uns bescheren. Hören wir noch einmal und prägen es uns tief ein, wie Dr. Bircher sie als Nahrung wertet,

«Pflanzliche Rohkost ist die Nahrung mit dem *maximalen Wirkungsvermögen* — dem *höchsten Heilwert* und *überraschenden Nährwert* — wenn sie richtig zusammengesetzt und zubereitet ist. Ihre *Heilwirkung* — im Zusammenhang mit geordnetem Leben — grenzt ans *Wunderbare*. Sie *heilt* nicht nur die Krankheit, sondern den gesamten Organismus, dem sie Kraft gibt, das Krankhafte zu überwinden.»

Auch seine Wertung des Obstes behalten wir vor Augen:

«Das frische Obst ist bei richtigem Gebrauch keinem Magen schädlich, aber jedem nützlich. Als regelmäßiger Bestandteil der täglichen Nahrung *stärkt es die Darmkraft* — *bekämpft die Versäuerung des Magens* — *schützt vor Infektionen* und *Selbstvergiftungen* — *hilft Rheuma, Gicht, Zuckerkrankheit* und selbst *die Krebskrankheit verhüten* — *verschönrt den Teint* — *wehrt den Hautflechten* — *stärkt die Zähne, die Augen, das Gehirn, die innersekretorischen Drüsen*. Das *frische Obst ist ein Leber- und Nierenschutz, ein Hindernis für die Steinbildung* (Nieren- und Gallensteine) — *ein Feind der Arterienverkalkung* und des *hohen Blutdruckes*. Vor allem ist es aber der große Freund der Kinder, der Förderer des Wachstums und der Knochenkraft.»

Von welch anderer Nahrung kann gesagt werden: «Maximales Wirkungsvermögen, überraschender Nährwert, wunderbarer Heilwert?»

Die richtige Bewertung der *Milch* kennt Ihr aus früheren Schulungstagen, ebenso brauche ich wohl nicht mehr viel Worte über den Wert der *Kartoffeln* zu verlieren. Zudem, im Büchlein «Was die Bauernfamilie von der neuzeitlichen Ernährung wissen müßte» könnt Ihr immer wieder halb Vergessenes nachlesen, Euch orientieren über die gesundheitlichen Folgen einer unmäßigen Verwendung von Eiweiß und Fett. Wer also seine und seiner Familie Verpflegung nach unsren Ratschlägen handhabt — wirklich praktisch tut — nicht nur weiß — nicht nur sich's anhört —, sondern täglich handhabt, erfährt ihren zunehmenden Vorteil sowohl für die Gesundheit und Leistungsfähigkeit, wie für das Portemonnaie.



Und trotzdem, richtige Nahrung ist wohl wichtig, aber noch nicht alles. Diesmal soll noch etwas ganz anderes, das ebenso wie die richtige Nahrung unsere Gesundheit mitbestimmt, Gegenstand unserer Betrachtung werden: Uns Frauen ist die Gesundheit einer ganzen Familie, einer jungen Generation zur Hut und Pflege anvertraut. Eine Verantwortung die, erfassen wir sie ganz, fast nicht zu tragen ist.

Wie sollten wir diese Fragen nicht von allen Seiten betrachten und ergründen wollen? Was soll denn, außer der Versorgung unseres Körpers, unsere Aufmerksamkeit noch erheischen? In wissenschaftlichen Werken stoße ich vermehrt auf Sätze, wie:

«50—75 Prozent unserer Generation sind krank, weil sich ihre *Geisteshaltung* ungünstig auf den Körper auswirkt.»

oder

«ein hoher Prozentsatz meiner Patienten braucht weniger eine Medizin, als eine andere *Geisteshaltung*. Ihre Körper sind so krank wie ihre *Gedanken und Empfindungen*. Alle leiden an irgendwelchen Minderwertigkeits-, Schuld- und Angstgefühlen und viele von ihnen sind erfüllt von Ressentiments (Abneigungen) gegen andere. Immer mehr muß ich ebenso Psychiater wie Arzt sein.»

(amerik. Militärarzt)

oder

Von den in den Spitälern verpflegten Patienten leiden:
Ein Drittel an Krankheiten organischer Natur (z. B. Blinddarm)

Ein Drittel an Krankheiten organischer und psychischer Natur (Leber - Magen - Darm)

Ein Drittel an Krankheiten rein psychischer Natur (Nerven)

(Dr. Franklin, Universität Colorado)

Wären nicht bald 30 volle Schuljahre hinter mir, hätte ich nicht eine ansehnliche Töchterschar, Jahrzehnte und Jahrzehnte beobachten und mit allen Problemen fertig werden müssen, würden wohl solche Zitate bei mir keinen tieferen Widerhall gefunden haben. Die Nöte so vieler junger Menschen zwangen mich aber zum Nachdenken und zur Überprüfung der Gegebenheiten.

Eine falsche Gedankenwelt, eine unharmonische Innenwelt sollen körperliche Krankheiten hervorrufen können? So fremd mich diese Gedanken anfänglich anmuteten, ich konnte sie nicht kurzweg als «Spinnerei» von mir weisen. Um dasselbe bitte ich auch Euch. Überlegen wir uns in dieser Stunde die Sache ganz nüchtern und so einfach wie möglich.

Ihr kennt mich nun schon mehr als 30 Jahre. Ihr wißt, wohl studiere ich viel und allerlei Probleme, aber bei mir muß alles *praktisch* «Hand und Fuß haben» oder «Hand und Fuß» bekommen können, sonst verschwende ich weder von meiner Zeit noch Kraft darauf.

So wollen wir denn auch in dieser Frage nach «praktischen Händen und Füßen» streben, damit auch diese Erkenntnisse uns im Alltag weiter helfen. Nun, wir Menschen haben bekanntlich nicht nur einen *Körper*, sondern auch noch einen *Geist* und eine *Seele*. Wir bestehen aus einer Dreiteiligkeit. Unsern *Körper* fühlen wir, man kann ihn betasten, man kann ihn auch sehen. Er ist gewissermaßen ein Gehäuse.

Der Geist hat seinen Sitz in einem Organ dieses Körpers, im Kopf, und darin wiederum ist er im Gehirn lokalisiert. Wir wissen, daß wir über einen Geist verfügen, obschon wir ihn weder sehen noch betasten können. Trotzdem wissen wir es, weil wir seine Impulse wahrnehmen. Wir wissen auch, daß und wie wir ihn lebendiger, wendiger, sprühender machen können. Wären wir sonst in die Schule gegangen? Hätten wir schreiben — lesen — rechnen gelernt? Hörten wir uns Vorträge an? Über Auge und Gehör gelangen Anregungen an den Geist. Er wird damit «aufgehellt». Je mehr wir uns mühen, desto besser.

Die Seele, wo hat sie ihren Sitz? Der Volksmund sagt: im Herzen. Nicht in irgend einem separaten Kämmerli des Herzens,

das da immerzu schlägt, wo man sie herausoperieren könnte. Die Seele, das fühlen wir, ist ein «untergründiges Ding», das wir wiederum und noch weniger weder sehen, noch betasten können, und trotzdem ist sie ein Ding, das uns ganz erfüllt — alle Organe, alle Zellen. Wir reden von einer «beselten Hand», von «beselten Augen» usw. Sie beherrscht uns ganz, mehr als wir zu erfassen vermögen. Wohl wird ein Teil von ihr, ein Teil ihrer Ausstrahlungen von unserem Geist wahrgenommen, wird ihm bewußt. Der größere Teil jedoch ist unserem Geist nicht gegenwärtig, nicht bewußt. Die Seele schlüpft ins Unbewußte, herrscht im Unterbewußten, sagen wir dem. Da herrschen also Mächte und Kräfte, «Trieben» sagen wir ihnen. Sie reagieren rascher als unser bewußter Geist, als unser Bewußtsein. Unwillkürlich haben wir etwas getan, ehe wir uns dessen versehen, sind aufgebrust, haben böse Worte oder Blicke oder eine Hand, einen Fuß geschleudert — sind «getrieben» worden zu etwas, das wir bei ruhiger Überlegung nicht getan hätten. Unser Körper, unser Geist können also von der Seele unbewußt und unwillkürlich zu Handlungen getrieben werden, die unser bewußter Verstand nicht will.

Die Seele aber kann anderseits Körper wie Geist hindern, etwas *nicht* zu tun, das ihr widerstrebt, das sie nicht recht findet. Schon Christus sagte:

«Ein guter Mensch bringt aus der guten Schatzkammer seines Herzens Gutes hervor — während ein böser Mensch aus seiner bösen Schatzkammer Böses hervorbringt.»

Christus nennt das Unterbewußte die «Schatzkammer des Herzens». Diese Schatzkammer aufzubauen liegt in unserer Hand, sie kann zum Guten aufgebaut werden, wenn wir uns um das Gute bemühen, sie wird zur bösen Schatzkammer, wenn wir dem Bösen Raum geben.

Die drei, Körper, Geist und Seele, sind nicht haarscharf getrennt, daß eines unbeeinflußt von den andern für sich allein existieren könnte. Ein Körper ohne dirigierenden, erkennenden Geist, einer fühlenden Seele ist nichts Normales, nichts Gesundes, ist ein »Roboter«. Auf der andern Seite bedürfen sowohl der Geist wie die Seele eines gesunden Gefäßes, des Körpers, sonst sind sie gefährdet, sind «wesenlos». Erst eine gesunde Dreiteiligkeit, sogar eine abgestimmte, harmonische, ergibt einen gesunden Menschen.

Daß wir unsren Körper durch unrichtige Ernährung, entweder eine zu reichliche, zu mangelhafte oder zu einseitige Nahrungszufuhr krank machen können, haben wir verschiedentlich miteinander besprochen.

Können wir auch Geist und Seele durch unrichtige Nahrung krank machen? Bedürfen sie überhaupt der Nahrung und welcher Art ist sie?

Das wollen wir ansehen:

Unser *Geist* oder Verstand, ist eine Kraft, die bestimmt, was wir zu verstehen, zu erkennen, zu begreifen, zu planen vermögen. Wir können diese Kraft vermindern, ganz einfach indem wir sie lahm legen, also nicht gebrauchen. «Was rastet — rostet», auch hier.

Wir können sie aber vermehren durch Training, d. h. durch unentwegtes, zielbewußtes Anwenden.

Wir können diese Kraft aber auch lenken nach der guten Seite, ebenso nach der bösen. Das aber ist dann schon eine Sache des Herzens — der Seele, wie wir noch sehen werden.

Die Seele bestimmt, je nach dem sie geartet ist, je nach dem, über welche «Schatzkammer» sie verfügt, an was sie Freude hat was sie erfüllt, was sie empfindet, wohin sie sich gezogen fühlt, wird der guten Seite zugestreb't oder mit der schlimmen geliebäugelt.

Auch von der Seele her kommen Kräfte, gute wie böse. Von der Seele her haben wir Verbindung mit «dem äne-dra», haben wir Verbindung mit dem Schöpfer. Die Seele ist der einzige Teil, der zum Schöpfer zurückkehrt, wenn Körper und Geist aufgehört haben zu sein.

Frauen, würden wir diese Dinge richtig bedenken, richtig erfassen, wie ganz anders wäre unsere Pflege der Seele! Wir kennen alle den Spurch:

«Was hülfe es dem Menschen, wenn er die ganze Welt gewönne und nähme doch Schaden an seiner Seele.»

Der Geist, unser Verstand soll uns führen, das richtige zu erkennen, daraus das richtige zu wählen für Körper und Seele.

Die Seele soll erwägen, was rechtens ist, soll horchen auf die göttliche Stimme in uns, auf das Gewissen. Sie soll den Geist, den Verstand nach der guten Seite lenken, nach der von ihrem Schöpfer gewünschten.

Der Körper aber soll tätig sein, soll praktische Früchte zeitigen, soll verwirklichen, was der Geist erkannte, erschaute und was die Seele erwogen hat.

Erst wenn alle drei Teile harmonisch aufeinander abgestimmt sind, bis zu ihrem praktischen Tun, ist wahre Gesundheit vorhanden.

Da die Seele nicht faßbar ist, nicht gemessen noch gewogen werden kann, wurde sie nicht ernst genommen — oder, die Nerven an ihre Stelle gesetzt. Man redet nicht von kranker Seele, aber sehr viel und all überall von kranken Nerven. Die Wissenschaft ist eben erst in den Anfängen, mit dem Geist, dem Verstand, die Seele zu ergründen, zu erkennen; Dr. Bircher sagt:

«Die Medizin, die bis vor kurzem die Seele überhaupt nicht kannte, hatte weder Sinn noch Auge dafür.»

Weshalb bemüht sie sich nun um die Erforschung der Seele? Wegen der Kräfte, die von ihr ausstrahlen in die geistige und körperliche Gesundheit. Daß das ganz reale und ernst zu nehmende Kräfte sind, erfährt man immer mehr — würde sonst von angesehenen und erfolgreichen Ärzten zugegeben, daß mit ihren Mitteln 50—75 % der Krankheiten nicht beizukommn ist?

In der Natur gibt es viele Kräfte, von denen die Wissenschaft nicht sagen kann, woraus sie bestehen. Denken wir nur an die Elektrizität. Niemand kann sagen, *was* Elektrizität ist, aus welchen Bausteinen sie besteht. Wir wissen nur, es ist eine *Kraft*. Wir wissen auch, daß diese Kraft sich verwandeln kann. Einmal begegnet sie uns als *Licht*, ein andermal als *Wärme* oder auch als *Energie*, d. h. Triebkraft, die unsere verschiedensten Motoren treibt. Wir versuchen also diese Kraft anzuwenden und dienstbar zu machen, ohne daß wir sie analysieren, zerlegen und ergründen könnten.

Seien wir nicht untröstlich, wenn die Wissenschaft uns heute auch noch nicht sagen kann, was Seele ist. Der große Philosoph Kant definiert sie als «Träger des Innenlebens». Auch er kann nicht weiter sagen, aus welchen Bausteinen dieser «Träger des Innenlebens» besteht, jedoch, das wußte er und weiß man heute allgemein, daß von ihm Kräfte ausstrahlen, sowohl nach außen hin, wie in den Körper hinein. Was diese Kräfte bewirken können und welche Dinge diesen «Träger des Innenlebens» selbst lahm und krank machen, das weiß man auch je länger je mehr.

Schluß folgt