

**Zeitschrift:** Das neue Leben - Im Lichte neuzeitlicher Erkenntnis : monatliche Zeitschrift und Ratgeber über alle Gebiete der Lebensreform

**Herausgeber:** A. Vogel

**Band:** 1 (1929-1930)

**Heft:** 7

**Rubrik:** Zur Freude der Kinder

### **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:** 07.02.2026

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

## ZUR FREUDE DER KINDER

### BEI GROSSMUTTER.

Einfach herrlich war es bei Grossmutter so hoch oben in den Bergen! Beständig war Hermann auf Entdeckungsreisen und doch immer wieder gab es etwas neues. Wenn er glaubte, nun hätte er alles gesehen, so wusste die Grossmutter gewiss noch ein heimliches Waldwinkelchen. Ja, und heute versprach sie mit geheimnisvoller Miene sogar selbst mitzukommen. Sie setzte sein Schwesterchen ins Wägelchen, packte ein Säcklein Nüsse zusammen und fort gings, dem Walde zu. «Für wen mochten wohl die Nüsse sein?» Hermann zerbrach sich unterwegs schier den Kopf mit werweisen. «Für jemand, der vier flinke Beinchen hat, um sie zu holen und scharfe Zähnnchen, um sie zu knacken!» half ihm die Grossmutter raten. Aber Hermann wollte immer noch nicht nachkommen. «'S können doch keine Eichhörnchen sein,» meinte er schliesslich, «die sind doch nicht zahm, sondern springen davon wie ein Wiesel! Ja, das hat uns der Lehrer gesagt. Fast wie beim Kuckuck ist's, den kann man auch nie sehen!» «Hm,» schmunzelte die Grossmutter, «musst dann halt eben schauen!» Mittlerweile waren sie an einem murmelnden Bächlein entlang gelaufen. Es schlang sich immer so hübsch zwischen den Tannen durch, und Hermann freute sich herzlich, dass sie so unmerklich in den Wald hineingelangten. Über den Weg und die Äste der Bäume huschte der helle Sonnenschein und Hermann konnte nicht genug hüpfen und springen, um mit den Strahlen Schritt zu halten. Ganz vertieft war er in sein Spiel und schrak daher nicht wenig zusammen, als plötzlich über den Weg ganz nahe an seinen Füßen vorbei ein kleines, flinkes Tierchen huschte. «Ein Eichhörnchen, Grossmutter!» in hellem Freudenschrei rief's Hermann der Grossmutter zu, und dass es nicht wie sonst pfeilschnell auf hoher Tanne verschwand, das konnte der Bub kaum fassen. Atemlos stand er da und staunte und sperrte Mund und Augen auf, während sein Knabenherz freudig erregt klopfte. Nein, so was hatte er noch nie erlebt! Kam das Tierchen sogar ganz zu ihm heran und krallte sich, während es das Männchen machte, mit seinen Vorderpfötchen in seinen Kleidern fest und schnupperte zutraulich. Dann hüpfte es fort und sprang am Wägelchen hoch, so dass das Schwesterchen vergnügt mit einem freudigen Jauchzen in die kleinen Händchen klatschte. «Ei-i-i-i!» und die vielen «J» der Freude und des Staunens wollten gar nicht aufhören. Inzwischen hatte Grossmutter ein Nüsschen in ihre welke Hand genommen, während sich ihr krummer Rücken

niederbückte, einige male rief sie freundlich: «Hansi, komm!» Und wirklich, im Nu war das Tierchen bei ihr, stellte sich auf die Hinterfüsschen, klammerte sich mit den Vorderpfötchen in Grossmutter's alten Händen fest und rasch haschte es mit seinen Zähnen nach dem süssen Kern. «J-i-i-i!» rief das kleine Ruthli wieder und klatschte von neuem in innigster Freude in die Händchen. Hermann aber hielt staunend den Atem an, als wolle er dadurch verhüten, das Tierchen zu stören! Aber das war schon wie der Blitz davon geeilt und sehnsüchtig schaute ihm Hermann nach, denn er glaubte, nun habe das liebe Vergnügen schon sein Ende gefunden. Aber nein, schon war es wieder da und haschte erneut nach einem Nüsschen aus Grossmutter's Hand, und fort war es wieder. «Grossmutter, wohin geht's denn? Schau auch, wie es krappelt, bald da, bald dort! Ei, Grossmutter, ich glaub fast, es vergräbt seine Nüsschen, wo der Boden am weichsten ist! Warum auch?» «Meinst, es hab' im Winter keinen Hunger?» fragte die Grossmutter, um ihm rascher zur Antwort zu verhelfen. «Jaso!» Das hätte sich Hermann eigentlich denken können, doch er hatte geglaubt, das Eichhörnchen müsste alles am gleichen Orte verstecken, damit es doch ja nicht vergesse, wohin es all die vielen Kerne, die es stets erhielt, versorgt habe. Kopfschüttelnd wünschte sich Hermann ein ebenso gutes Gedächtnis. Das war in seinen Augen wirklich fabelhaft für solch ein kleines Tierchen. «Wenn du ihm nun einmal zwei Nüsse geben würdest, Grossmutter! was dann?» Ach, das war doch kein Kopfzerbrechen für das Tierchen, das nahm halt eben im Nu die beiden Kerne zusammen, versorgte sie in seinen Backen, so dass sie ganz geschwollen aus-sahen und rasch war es wieder mit seiner Beute verschwunden. «Ei, Grossmutter, hat das Eichhörnchen aber einmal lustige Taschen! Das wäre mir jetzt noch nie in den Sinn gekommen! Aber gib ihm jetzt einmal drei Nüsschen, ob's die alle in seine Backentaschen versorgt?» Ja, richtig, aber das dritte hatte nicht mehr Platz und entfiel ihm unter einer Tanne. «O weh!» Hermann wollte es sogleich holen, aber die knöchrige Hand der Grossmutter hielt ihn am Ärmel zurück. «Sei gescheit, Bübchen, wollen sehen, was das Tierchen macht!» Da kam's auch schon eilig hinter einer Tanne hervor und Grossmutter hielt ihm erneut die Hand mit drei Nüsschen zu. Aber was war denn das? Ein rascher Blick nur, als wolle das Tierchen hastig sagen: «Wart' nur, du entgehst mir nicht!» und eilends huschten seine vier Füsschen an Grossmutter's Hand vorbei unter die Tanne, unter der es das dritte Nüsschen verloren hatte, hob es auf und fort war das Tierchen damit. «Nein, auch so was!» Hermann konnte sich vor Staunen kaum fassen und auch das Schwesterchen klatschte jauchzend in die Händchen, obwohl es nicht verstand, was denn eigentlich besonderes geschehen war. Erst, als das Eichhörnchen sein verlorenes Nüsschen versorgt hatte, kam es wieder und holte sich

aus Grossmutter's Hand wieder seine gewohnten zwei, denn zu mehr war es nicht mehr im geringsten zu bewegen, auch wenn ihm Hermann noch so viele zuhielt! «Ei, wie sonderbar, dass ein Tierchen so rasch lernen kann!» Hermann musste sich eben immer und immer wieder verwundern. Inzwischen hatte sich auch das Schwesterchen noch im besondern verweilt und mit seinen kleinen zierlichen Fingerchen war es ihm gelungen, ein Löchlein in das Nußsäckchen zu bohren, gerade gross genug, dass Nüsschen um Nüsschen herausrollen konnte in sein kleines Händchen «Eins, zwei, drei, vier!» wanderten sie in sein Mäulchen, aber seine vier neuen Zähnnchen reichten doch noch nicht aus, um der vier harten Gäste gerecht zu werden. Eins, zwei, drei, vier, liess es die Nüsschen wieder in Grossmutter's Hand geleiten, als sie erschrocken die kugeligen Dinger in Ruthli's kleinem Mäulchen gewahrte. Nun rasch fortgeräumt mit dem gefährlichen Spass. «Dummerchen! hättest ja ersticken können!» grollte die Grossmutter murmelnd, aber gleichwohl haschten die kleinen Händchen wieder nach den verbotenen Kernen und rasch wanderte ein Mandelkern unter die neuen, weissen Zähnnchen. «Ei-i-i-i!» «Gib's rasch wieder», verlangte die Grossmutter lächelnd und hielt die hohle Hand hin. Das Kindchen aber drehte in grösstem Vergnügen das Köpfchen um und lachte das alte Mütterchen freudig aus, aber mitten im muntern Spiel entglitt ihm sein Kern und fiel gerade dem Eichhörnchen entgegen, das schon einige Zeit bettelnd dagestanden hatte. «I-i-i-i!» rief Ruthli wieder erfreut, während das Tierchen schon oben sass auf einem Tannenast und mit dem besten Appetit den süssen Schmaus vertilgte. «Fein, Grossmutter, einfach fein!» bemerkte Hermann im Weitergehen. «Warum sind denn aber diese Eichhörnchen so zahm?» «He, weil ihnen halt niemand was zu leide tut! Das ist doch einfach!» Aber Hermann konnte sich doch noch nicht zufrieden geben. Immer wieder sann er darüber nach, warum es denn eigentlich zahme und wilde Tiere gäbe. Ein Pfiff und ein Ruf nach Hansi, dem Eichhörnchen, schreckte ihn aus seinem Sinnen auf. «Ei-i-i-i!» Nun konnte auch Hermann nichts andres mehr sagen, als das kleine Ruthli, denn das war tatsächlich zum Staunen! Bogen sie da um den Weg herum und vor ihren Augen stand ein Mann und um ihn herum lauter Eichhörnchen «Eins, zwei, drei, vier, fünf», — bis auf zehn konnte Hermann zählen. «Nein, aber auch so was!» «O, das ist noch nicht viel», bemerkte der Mann, der sich an dem Staunen und Vergnügen der Kinder zugleich ergötzte. «Nicht!» Hermann konnte es kaum begreifen. «Vierzig hab' ich oft beisammen», erzählte der Mann weiter. «Mein Futtersäckchen kennen sie, denn ich brauch fast jeden Tag ein Pfund für sie. Es ist meine liebste Freude, die ich habe, durch den Wald zu streifen, die Tierchen zusammen zu rufen, bis ihrer viele sind. Eins, zwei, drei, vier — zehn — zwanzig, laufen sie hinter mir her und erst, wenn ich

viele beisammen habe, dann bekommen sie ihre Nüsschen. Hast auch Freude daran, Kleines?» wandte er sich dann an Ruthli, das in einem fort jauchzte, und er gab dem Kind ein Nüsschen, damit es solches den Tierchen reichen könne. In gebückter Stellung, die Hände auf die Kniee gestützt, schaute Hermann gespannt zu. «Herrlich, einfach!» Da standen die zehn kleinen Tierchen bettelnd an Ruthlis Wägelchen und alle haschten nach dem fallenden Nüsschen! — «Ja, das war ein feiner Tag gewesen!» Durch Tannengrün ging's heimwärts und die Sonne sandte den letzten Strahlengruss, als die drei frohen Wanderer wieder bei Grossmutter's Häuschen angelangt waren. — «Grossmutter, sagst mir nun noch, warum denn nicht alle Tiere zahm sind, wie die Eichhörnchen heute, es wäre doch so schön!» Freundlich lächelte Grossmutter «Hättest nicht auch Angst, Bübchen, wenn du nicht sicher wärest, ob man dir was zu leide tut? Die Menschen haben es eben verspielt mit den Tieren, warum töten sie sie, nur um ihr Fleisch essen zu können! So ein Tierchen freut sich eben auch an seinem lieben Leben!» «Wird's denn nie mehr anders, Grossmutter? Wir essen ja doch nie Fleisch, da könnten doch die Tiere mit uns lieb sein!» Grossmutter lächelte über den lieben Einfall. Dann durfte der Kleine selbst vom Bücherbrett die grosse alte Bibel holen, denn das war ihm Freude und Stolz zugleich, war doch die Grossmutter stets so freudig, wenn sie da drin las. «Gelt, Grossmutter, das ist eine echte, rechte Bibel!» meinte das Bübchen, als es vom Stuhle herunter kletterte, im Arme die teure Last. «Ja, ja!» nickte Grossmutter bestätigend mit dem Kopfe, dass ihre grauen Härchen auf und nieder wippten. «Und was darin steht, das ist sicher wahr, Bübchen! Jetzt aber hör!» Und Grossmutter schob die Brille vor die Augen und las dem lauschenden Kinderherzchen vor, von der Wüste, die aufblühen werde, wie eine Narzisse, von all den Lahmen und Blinden und andern Kranken, die geheilt werden würden, auch, dass niemand mehr traurig werden würde und dass selbst niemand mehr sterben müsse. Atemlos lauschte das Kind. «Und die Tiere, Grossmutter?» «Das kommt jetzt, wart' nur!» Und Grossmutter blätterte nach hinten und las weiter, dass der Löwe Stroh fressen werde wie das Rind, dass alle Wildheit fort sein werde, und dass ein kleiner Knabe mit einem Palmzweig alle Tiere zusammen in friedlicher Eintracht versammelt, weiden werde! «Ja aber wann denn, Grossmutter?» fragte Hermann schlaftrunken. «Bald, Bübchen, bald, denn es ist an der Zeit, dass es anders wird auf Erden! Was du heut gesehen hast, ist schon ein klein wenig ein Anfang. Meinst nicht auch?» Der Bub glaubte es nur zu gerne. «O, Grossmutter, wie fein», lallten seine Lippen, indes seine müden Augen sich langsam schlossen: «Dann wird's ja noch herrlicher als bei dir!» «Ja, ja!» murmelte Grossmutter leise. «Glaube nur und freu' dich dran, denn wahr wird's werden!» Sanft strichen ihre alten verkrümmerten Finger

über des Buben Haar und Deckbett, und zufrieden lächelte ihr liebes Grossmutterangesicht, als sie den glücklich schlafenden Enkel betrachtete: «Ja, schlafe wohl, Kind, dein Glaube bleibt kein Traum!»

S. V.

---

## FRAGEN UND ANTWORTEN

---

**Über das Sonnen bei Tuberkulose.** (An Hr. O. Balmberg). Immer und immer wieder wenden sich Lungenkranke an mich, und ich begreife es, denn fast keine Krankheit braucht mehr Geduld als die Tuberkulose. Ihren Brief, der mich sehr gefreut hat, will ich nun etwas allgemein behandeln, damit andere, denen ich nicht direkt schreiben konnte, daraus ebenfalls gewünschten Rat schöpfen können.

Wenn sie mit den natürlichen Mitteln und Anwendungen grössere Fortschritte erzielen, als mit den «verdammten, elenden Medikamenten», wie sie sich ausdrücken, dann ist dies nur wieder ein weiterer Beweis zu den vielen, die sich schon vorfinden, dass eben nur die Natur und das Natürliche helfen können.

Allerdings will die Natur verstanden sein, und wehe dem, der die ihr innewohnenden Kräfte unrichtig anwendet und gebraucht.

Besonders bei Tuberkulose heisst es, sehr weise sein und auf keinen Fall forcieren, denn damit wird höchstens das Gegenteil von dem erreicht, was man bezwecken möchte.

Ich rate Ihnen, möglichst viel von Rohkost zu leben, jedoch unbedingt richtig zu kauen und alles gründlich zu durchspeicheln (fletschern), denn letzteres ist besonders bei Tuberkulose von ganz gewaltiger Wichtigkeit, da das Drüsensystem durch die Krankheit selbst und vor allem durch die giftigen Ausscheidungen der Bazillen stetsfort in seiner Arbeit gestört und geschwächt wird. Daher auch die fortwährende Gasentwicklung, die allerdings durch eine richtige Vorverdauung, durch gutes Fletschern fast gänzlich behoben werden kann.

Höhensonne ist allerdings neben richtiger Ernährung das beste, jedoch gerade damit heisst es vorsichtig sein, denn durch unrichtige Anwendungen können leicht Blutungen entstehen. Das in die Sonne liegen und sich Bratenlassen, ist vollständig falsch, und da gerade dadurch Schädigungen entstehen können, gibt es viele Ärzte, die den Patienten vor der direkten Sonnenbestrahlung warnen.

Die allerbesten Erfolge habe ich gesehen, wenn leichtere Patienten, statt ruhig zu liegen, im Garten, auf dem Balkon oder bei anderer Gelegenheit immer hin und her spaziert sind und ganz leichte Bewegungen mit den Armen ausgeführt haben, damit das Blut zirkulieren und gleichmässig verteilt bleiben konnte. Starke Bewegungen, die die Herztätigkeit wesentlich verschnellern, rate ich nicht zu machen, denn die Lunge muss geschont werden. Durch das Herumliegen in der direkten Sonne wird nämlich der Körper einseitig durchblutet, und es ist begreiflich, wenn die kranken Gewebe diesem vermehrten Drucke nicht standhalten können. Wer z. B. auch während der Mittagsruhe oder sonst während einer Ruhepause an die Sonne liegen will, der bedecke die Lungenpartien und sonne nur den Unterkörper (Beine und Lenden).

Ihnen rate ich, die Sonnenbäder mit zehn Minuten zu beginnen und langsam, immer um fünf Minuten zu steigern. Wenn Sie Gelegenheit haben, ihr Sonnenbad in einem Tannenwalde, d. h. in einer Waldlichtung vornehmen zu können, wo sich ein ungestörtes Sonnen auch wirklich ermöglichen lässt (also nicht in der Nähe eines Weges), dann kann ich dieses äusserst gut heissen, denn dann haben Sie auch zugleich Gelegenheit, im