

**Zeitschrift:** Das neue Leben - Im Lichte neuzeitlicher Erkenntnis : monatliche Zeitschrift und Ratgeber über alle Gebiete der Lebensreform  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 2 (1930-1931)  
**Heft:** 11

**Buchbesprechung:** Büchertisch

### **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:** 15.04.2026

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

## BÜCHERTISCH.

Lisa Mar und Fritz Bahro, «Kindergymnastik in Spiel und Reim». Preis Mk. 1.25, Fr. 1.55. Süddeutsches Verlagshaus, Stuttgart.

Schon Pestalozzi sah darin das Ideal, dass die Mutter selbst Lehrerin ihres Kindes sei, und hier nun ist eine Möglichkeit geboten, die die Mutter diese freudige Pflicht wenigstens in einer Beziehung verwirklichen lässt. Es handelt sich zwar nicht um das Aneignen von rechnerischen Faktoren, um die sich vor allem unser obengenannter Kindervater bemüht hat, sondern um etwas, das der Mutter leicht fallen wird, schliesst es doch unmittelbar an die Pflege ihres Kindes an und ist darin eigentlich inbegriffen.

«Kindergymnastik», das kann kein starrer Begriff bedeuten, und wenn es gar noch heisst: «in Spiel und Reim», sind gewiss viele Mütter begierig, was ihnen und ihren Lieblingen da geboten wird! —

Herrlich, Mutter, nun darfst du nochmals jung werden, wenn dein Herz vielleicht schon etwas veraltet war, nun darfst du dich hineinfühlen in die Bewegungs- und Spielfreude deiner Lieblinge und darfst mit ihnen singend das vollführen, was dem kindlichen Körperbau von wesentlichem Nutzen zur Erstarkung und zum Wachstum ist.

Das Kind freut sich am kleinsten Spiel, das mit dem einfachen Rhythmus eines Reimes begleitet ist, und für die Mutter wird es von grösster Freude sein, dem Kinde zu diesem Vergnügen zu verhelfen. Es ist damit natürlich vormerklich das Kleinkind gemeint, das noch nicht durch Schulbesuch die Gelegenheit hat durch regelmässiges Turnen seinem Organismus die wohltuende Übung zu gesunder Erstarkung zukommen zu lassen. Nicht jedes Kind hat die Möglichkeit über Gartenhäge zu klettern, Wiesland herunterzurollen, sich froh und müde zu tollern in frischer Luft, da ist es dann gewissermassen eine liebevolle Pflicht der Mutter, diese Freuden zu ersetzen durch Spielgymnastik zu Hause. Und da gilt es wohl auch hier, wie überall: «Jung gewohnt, alt getan!» und das Band der kindlichen Freude wird Mutter und Kind recht lange zusammenhalten, denn eine Mutter, die sich miterfreut und miterlebt, was dem Kinde Glück und Freude bedeutet, spielt eine unauslöschliche Rolle im Kinderherzen, selbst wenn es alt und älter wird. Wir empfehlen daher obige Schrift jeder Mutter zur Nachahmung von Herzen. Möge bald in jedem Heim sonniges Lachen ertönen, weil sich darin das Verslein ereignet:

«Kind und Mutter übt daheim,  
Spielgymnastik froh im Reim!»

Jede Übung veranschaulicht ein sprechendes Bild.

Dr. med. Frd. Wolf «Der schwache Punkt der Frau». Preis Mk. 1.25, Fr. 1.55. Süddeutsches Verlagshaus Stuttgart.

«Gesunde Mädchen, glückliche Frauen» heisst die Parole des Verfassers und sein Wunsch ist, dass auch die Frauenwelt diese Parole ergreift, denn er hat in seiner Praxis Gelegenheit auf Gelegenheit zu konstatieren, welches der schwache Punkt der Frau ist, denn die Zahl kranker Frauen, sie ist so ungemütlich gross!

Kein Wunder! Wer sich nicht müht und plagt von früh bis spät, liegt wieder schädigender Bequemlichkeit ob und fast alle können sie nicht lassen von den alltäglichen Ernährungsschädigungen. Der Verfasser zeigt klar und deutlich in kurz verständlicher Sprache die wichtigsten Frauenleiden, ihr Wesen, ihre Verhütung und Behandlung. Er zeigt, wie die Frau im Daseinskampf gesund, kräftig und

---

Wer der Rache den Rücken kehrt,  
Der dem Frieden den Eingang nicht wehrt.

schön sein und bleiben kann mit dem einfachen Mittel gesunder Lebenseinstellung, naturgemässer Ernährung und fröhlicher Entspannung bei erfrischendem Sport. Wer ehemals nutzlosen Modesorgen oblag, der ist froh, die Bürde abzuschütteln und statt dessen an einer erfreulichen Gesunderung zu arbeiten, um zu doppeltem Wirken gewappnet zu sein! Reiche Illustration veranschaulicht zur leichteren Erfassung das Gebotene und keine Frau wird es bereuen, sich die kleine Auslage gestattet zu haben.

Dr. med. Friedr. Wolf, «Dein Magen kein Vergnügungsort». Preis Mk. 1.25, Fr. 1.55. Süddeutsches Verlagshaus, Stuttgart.

Herrlich, dieser Humor inmitten all dem Elend, das durch Magenleiden heraufbeschworen wird! «Dein Magen kein Vergnügungsort, sondern eine Kraftzentrale!» Sonderbar, war er denn bis anhin ein Vergnügungsort? Davon hatten wohl die wenigsten eine Ahnung, die doch unter irgend einem Leiden des Magens oder Darms kranken! Und doch, es ist so, neben der Unsitte des zuvielen und zu hastigen Essens, des zu schlechten Kauens, fällt die Lust des Gaumens schwer ins Gewicht, oder doch zum mindesten die tägliche Schädigung durch entwertete und unzweckmässige Nahrung. Was tun, um die Wandlung zu erreichen, um den Magen zur Kraftzentrale werden zu lassen? Askese ist so unerwünscht! Wie, das sollte Askese sein, wenn man das meidet, was einem schadet? Nicht doch, denn das, was man gewinnt, ist den Tausch wohl wert! Wer daher sein Leiden weg bekommen möchte, der wird überzeugt, dass ihm der einfachste und beste Weg durch genannte Schrift geöffnet wird.

Einfach und klar zeigt der Verfasser, wie durch Selbsthilfe guter Stoffwechsel und gesundes Blut geschaffen wird und keine Magen- und Darmkrankheiten mehr aufzukommen vermögen.

Naturgemässe Ernährung spielt dabei die grösste Rolle, da es sich jedoch weder um Askese, noch um eine Radikalkur handelt, wird jeder gerne die Umgestaltung vornehmen.

Zur Erklärung und zum Ansporn dienen zahlreiche Illustrationen.

Alle hier besprochenen Bücher und Schriften können auch durch den Verlag „Das Neue Leben“ ohne jeden Preisaufschlag bezogen werden. Bei Bestellung mehrerer Bücher erfolgt Frankozusendung. Man schicke den Betrag auf unser Postscheckkonto Basel V, Nr. 6883, (in Deutschland auf das Postscheckkonto Karlsruhe, Nr. 70423).

Unsere geschätzten Lesern ein

## Segenswunsch für 1931

Mög' das neue Jahr euch bringen  
Wohl des innern Segens Fülle,  
Neben Sonnenschein und Freude  
Auch des Kampfes reicher Wille! —

DER VERLAG.

Ein neues Leben steht vor der Tür,  
Drum auf die Herzen und kämpfet dafür!