

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 5 (1947-1948)  
**Heft:** 3

**Artikel:** Harmonisches und unharmonisches Geschlechtsleben : Vortrag [Schluss]  
**Autor:** Vogel, A.  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-554364>

### **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:** 24.12.2025

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



# Gesundheits-Nachrichten

MONATSZEITSCHRIFT FÜR NATURHEILKUNDE

Naturgemässe Ernährung, Körperpflege und Erziehung

Jahres-Abonnement Fr. 4.50, Ausland 5.20  
Erscheint monatlich

Redaktion und Verlag: A. Vogel, Teufen  
Tel. Teufen 3 61 70 Postcheck IX 10 775  
Druck: Isenegger & Cie., Villmergen (Aarg.)

Insertionspreis:  
Die einspaltige Millimeterzeile 15 Rp.

## AUS DEM INHALT:

1. Brunnenkresse. - 2. Harmonisches und unharmonisches Geschlechtsleben (Schluss). - 3. Soll man operieren oder nicht? - 4. Berichte aus dem Ausland. - 5. Unsere Heilkräuter: Nasturtium (Brunnenkresse). - 6. Fragen und Antworten: a) Hilfe ohne Operation; b) Diverse Fragen für Frauen und Mütter; c) Säuglingsfragen. - 7. Aus dem Leserkreis: a) Nochmals etwas über magische Heilmethoden; b) Aerztliche Beurteilung; c) Winterferien. - 8. Vorträge.

## Harmonisches und unharmonisches Geschlechtsleben

Vortrag von A. Vogel, gehalten am 20. März 1947 im Palmsaal des Vereinshauses in Bern, veranstaltet vom Verein zur Hebung der Volksgesundheit, veröffentlicht auf Wunsch vieler Leser.

(Schluss)

Wenn wir Schillers «Lied von der Glocke» näher betrachten, dann finden wir dort die Schilderung eines jungen, heranwachsenden Mädchens, das Bild einer blühenden Jungfrau, die durch ihre scheue, zurückhaltende Art eine anziehende Wirkung auf den jungen Mann ausübt, so dass es von dessen Beziehung zu ihr ganz richtig heisst: «Er-rötend folgt er ihren Spuren und ist von ihrem Gruss beglückt». Es ist nicht mehr das unbefangene Mädchen der Kindheit, das ihm entgegentritt, es hat sich geändert, denn es ist durch die Entwicklungsjahre hindurch gegangen und die Reife, die es erlangt hat, gibt ihm ein eigenartiges Gepräge. Gerade das fast Scheue, Zurückhaltende in seiner Art zieht den Jüngling an, so dass er glaubt, nicht mehr von ihm lassen zu können. Erinnern wir uns an unsere eigne Jugendzeit, ob es uns da nicht auch genau ebenso ergangen ist? Wenn wir bei unserm Rückblick feststellen können, dass auch wir die gleichen Erfahrungen gesammelt haben, dann wird es auch für uns, die wir bereits über den Berg hinübergekommen und durch das Alter leicht vergesslich geworden sind, nicht mehr so schwer fallen, die jungen Menschen von heute zu verstehen. Wenn uns der Appetit fehlt, verstehen wir jenen nicht, dem das Essen überaus wichtig ist. Wenn wir keinen Durst haben, begreifen wir jenen nicht, der trinkt, um seinen Durst zu stillen. Ist aber die Zeit der Jugend mit ihren Problemen von Liebe, Erotik und Sexualität vorbei, dann verstehen wir die jungen Menschen nicht mehr, wenn sie voll Impuls auf diese Faktoren reagieren, weil eben das Empfinden in ihnen wach geworden ist durch die normale Ent-

## Brunnenkresse

*Es plätschert der Brunnen, es nährt mich sein Nass,  
Ich stehe gern bei ihm, das machet mir Spass!  
Ich höre dem Plaudern der Frauen zu,  
Ich, Brunnenkresse geniess meine Ruh  
Erst abends, wenn es stille am Ort,  
Wenn einzig der Brunnen noch murmelt sein Wort.  
So war es einstmals, heut sieht man mich kaum.  
An einsamen Bächlein, beim blühenden Baum  
Findet nur der mich, der weise mich nennt,  
Weil meine wertvolle Hilfe er kennt.  
Ich, Brunnenkresse, muss einsam, allein  
Ein gar verachtetes Pflänzlein sein!*

wicklung der Keimdrüsen. Nicht die Sexualität, die reine Erotik sollte die Triebfeder, das Primäre gegenseitiger Zuneigung sein, sondern die Reife, die Wertschätzung, die Achtung! Was geht in einem jungen Menschen vor, wenn er sich entwickelt? Wenn er so aufgeklärt worden ist, dass richtige Voraussetzungen in ihm wach werden konnten, wenn seine Keimdrüsen in der richtigen Entwicklung nicht unterdrückt worden sind, und sie sich deshalb normal entfaltet haben, dann ist es ganz selbstverständlich, wenn ein junger Mann ein Mädchen, das ihm gefällt, immer gerne wieder sieht, und es ist auch ganz begreiflich, wenn er sich bemüht, mit ihm zusammenzutreffen, und wenn er das Bedürfnis hat, es zu beschützen. In seinen Träumen fühlt er sich als Ritter, der seine Geliebte aus den schwierigsten Gefahren zu retten trachtet. Er denkt dabei gar nicht, was innerlich in ihm vorgeht, dass ihn das Wirken der Hormone zu solcher Einstellung veranlasst. Er denkt nicht in erster Linie an Erotische. Was ihn drängt und treibt ist eine ihm unbekannte Neigung, ein Hang zu etwas ihm Nahestehendem, Verwandtem, das ihn zu jedem Opfer bereit macht. Er schafft, er wirkt, er wird beruflich gross und stark werden, wenn er weiss, dass er jenes Mädchen, mit dem er sich in eigenartiger Weise verbunden fühlt, bekommen wird. Er möchte kein anderes, nur dieses eine, das er liebt. So arbeitet die Liebe in ihm und lässt ihn ertüchtigen. Er steht nicht verdrossen als Lehrling an der Werkbank und beklagt sich nicht über den «Krampf», der



ihm zugemutet wird. Beim Examen ist er nicht unaufmerksam, verträumt und schläfrig. Er redet sich auch nicht ein, er werde ja doch nur durchfallen und holt sich deshalb auch keine schlechten Noten. Nein, er ist nicht einer von denen, die keine Rasse, keine Initiative, keine Freude am Beruf, keinen Unternehmungsgeist besitzen. Er weiss, was er will und was er beruflich erreichen möchte, und dieses frische Bewusstsein impulsiver Tatkraft verdankt er seinem unverdorbenen Sinn.

Was aber hat die andern, die nicht so eingestellt sind, denn wohl verdorben? Fragen wir einmal den Gärtner, was eine junge, heranwachsende Pflanze zu schädigen vermag? Statt die triebkräftige Pflanze zu leiten und zu lenken, schneidet man sie einfach oben ab. Da man auf diese Weise aber die Triebkraft nicht zerstören kann, entsteht, wie sich der Gärtner ausdrückt, ein «Besen». Je mehr wir schneiden und beschneiden, umdesto mehr Triebe kommen hervor und statt einer schön geordneten Entwicklung haben wir mit der Zeit eben einen «Besen». Geistig gesprochen gibt es auch unter den Menschen, um das erwählte Bild zu gebrauchen, solche Besen. Man hat alles notwendige Wissen zurückgedrängt, und die Triebkraft hat sich ihre eigenen Wege gesucht. Verdorbene Freunde haben mit ihrem Rat nicht zurückgehalten, und der Unerfahrene hat dem Rat gefolgt. Wenn es schon gesundheits-schädigend sein soll, keine Freundin zu besitzen, dann wird es eben das beste sein, sich eine solche zu verschaffen. Wehe ihm, wenn er dabei ungeschickt ist und kein Glück hat! Wie rasch gelangt er in ein Fahrwasser, aus dem er sich nicht mehr zurecht finden kann! Was nützt es, sich mit den Kollegen, die es auch nicht besser machen, zu trösten? Was nützt es, wenn man sich auch noch so sehr in die Brust wirft und das Leben lebt, wie es heute, modern gesprochen, eben als gelebt angesehen wird? Der unverdorben Impuls, der das Leben in beglückende Bahnen lenkt, ist verloren.

Wie aber ergeht es dem Mädchen, das von der Bahn der Geradheit und Unverdorbenheit abirrt? Geht es nicht noch ein weit grösseres Risiko ein, wenn es auf Abwege gerät? Warum ist der grösste Teil der heutigen Jugend so wenig standhaft, warum so überaus rasch zum Verkehrtten zu beeinflussen? Warum scheint in ihr keine innewohnende Zurückhaltung mehr zu leben? Wer hat Türe und Tor erschlossen, um dem breiten Strom des Verderbens Einlass zu gewähren? Vieles hat dazu beigetragen, die Lockerung der Sitten herbeizuführen. Niemand möchte bloss das Mädchen vom Lande sein, das nicht weiss, wie rassig es auf gemeinsamer Skitour mit einem gleichgesinnten Kollegen zugeht!

Wie wunderbar die Tour, welches Erleben in der Skihütte, welche Erinnerungen! Immer und immer wieder möchte man zurück, immer und immer wieder dieselben Abenteuer nochmals erleben, denn nun ist das junge Mädchen gekettet und gebunden. Niemand hat ihm vordem gesagt und erklärt, dass sich die intime Verbindung zweier Menschen nicht nur körperlich, sondern auch seelisch und geistig auswirken vermag. Plötzlich merkt das Mädchen, dass es, um mit dem Dichter zu sprechen, nicht mehr der alte, freigebohrte Vogel ist, denn es hat schon jemandem angehört. Wenn nun aber dieser Jemand, dieser Bursche, an dem das Mädchen nunmehr hängt und nicht mehr von ihm lassen mag, das nächste Mal kaltblütig mit einer andern Kollegin geht, was dann? Dann gibt es Nächte voll Tränen, bemüht man sich auch tagsüber die Zähne zusammen zu beissen! Erst, wenn die Kolleginnen solche Trauer als dumm verschreien und den Rat erteilen: «En-andri Frau Muetter het au e schös Chind, das mi brav liebe cha», dann wird das natürliche Empfinden erdrosselt, denn man will nicht blöde, nicht altmodisch, nicht altväterlich sein. Wenn daher der Geliebte nicht mehr zu haben ist, dann sieht man sich eben nach einem andern um, nach einem zweiten, dritten und vierten. Man wechselt je nach den gebotenen Umständen, und mit der Zeit wird eine Gewohnheit daraus, und man steuert in dem eingeschlagenen Fahrwasser wahllos weiter.

Dass das Erzählte nicht nur ein Märchen ist, erfahre ich in der Praxis immer und immer wieder. Noch ganz junge, völlig unreife, aber auch völlig verdorbene Mädchen wagen dreist und unverfroren nach den verschiedensten Verhütungsmethoden zu fragen. Ein mir befreundeter Arzt aus der Zürichseegegend hat meine diesbezügliche Empörung durch noch weit schlimmere Erfahrungen erhöht. Er erzählte mir von einem 14jährigen Mädchen aus vornehmer Familie, das sich wegen Schmerzen im Unterleib hat untersuchen lassen. Da der Arzt nichts Krankes feststellen konnte, bezahlte das Kind die Konsultation und bedankte sich noch im besondern, denn es sei schön gewesen! Der gleiche Arzt erzählte mir noch einen zweiten Fall, der ihn fast selbst hat erröten lassen. Er hat ein junges Mädchen, ebenfalls Tochter aus bessern Kreisen, tüchtig ermahnt, mit seinem losen Lebenswandel aufzuhören, ansonst er es seinem Vater melden werde. Die Antwort, die er erhielt, zeugt von völliger Entgleisung und zeigt die erschreckende Wirkung eines schlechten Vorbildes. Sie lautet: «Bis ich das geleistet habe, was mein Vater geleistet hat, kann ich noch alt werden und zudem Herr Doktor, wozu habe ich denn die ganze Einrichtung in mir?» Wenn man sich eine solche Einstellung vorstellt und an die Verdorbenheit denkt, die ein junger Mensch, der so reagiert und empfindet, in sich trägt, dann muss man sich sagen, dass dies arme Menschen sind, denn sie haben etwas Schönes, etwas Feines weg-geworfen, um dagegen etwas einzutauschen, das hässlich ist. Das schöne Verhältnis, das man in der Ehe haben kann, die feine Harmonie, die das Band beglückender Zusammengehörigkeit knüpft, ist solchen Menschen verunmöglicht. Das, was in einer wirklich harmonischen Ehe schön ist, wenn man sich gegenseitig aufeinander abstimmt, wird für den Verdorbenen dahinfallen. Wenn man in allen Faktoren, auch im Sexuellen lernt, etwas Künstler zu sein, wiewohl man es vielleicht vom ersten Augenblick an noch nicht kann, das schöne, sich gegenseitige Behilflichkeit wird für jenen, der durch den Sumpf gewatet ist, ein Ding der Unmöglichkeit bedeuten.

Hat nun z. B. eine Frau einen Mann geheiratet, der durch unglückliche Erfahrungen, durch schwierige Verhältnisse hindurchgegangen ist, dann sollte sie ihm mit richtigem Verständnis helfen und nicht rasch den Mut verlieren. Wenn eine Frau ihren Mann wirklich liebt, dann wird sie ihm auch unter allen Umständen helfen wollen. Da, wo jemand bereits selbst schon stark ist, braucht er keine Hilfe, wohl aber da, wo er sich schwach fühlt. Wenn es in einer Ehe nicht klappt, dann sind in der Regel beide Partner schuld daran. Wenn ein Mann wegläuft und im Wirtshaus sitzen bleibt, um sich dort der Kellnerin oder einer andern Frau anzuschliessen, so ist es vielleicht zu wenig heimelig in seinem Hause. Vielleicht ist die Frau ein so genanntes «Putznest», das ihn immer anherrscht, wenn er es einmal unterlässt, die Schuhe zu reinigen oder sie gar auszuziehen, was er nie vergessen darf, ohne seine Frau dadurch schwer zu erzürnen, denn es soll immer alles schön glänzend bleiben. Kein Wunder, wenn ein solch Gemass-regelter schliesslich in der «Beitz», wo sich niemand um seine Schuhe kümmert, eben mehr Gemütlichkeit findet als in seiner eignen Wohnung. Es gibt Frauen, die nur für ihre Wohnung leben. Statt diese einfach für den Dienst der Familie in Stand zu halten, pflegen sie sie übermässig, und statt dass man bei ihnen wohnen könnte, darf man nur ihre Museumstücke betrachten.

Es gibt aber auch umgekehrte Fälle, in denen Frauen, die als Mädchen exakt und sauber an sich waren, sich nach der Heirat förmlich gehen lassen, sich bis in den Morgen hinein nicht kämmen, sich unordentlich kleiden, sich bei Tisch unvorteilhaft benehmen und auch im übrigen unbedacht und unbesonnen sind. Sie scheinen nicht zu beachten, wie wichtig es ist, auch in der Ehe die Schranken sorgfältig zu wahren, damit keine ungünstigen Eindrücke entstehen, die abstossend zu wirken vermögen. Das gegenseitige Zusammenleben sollte nicht alltäglich, nicht abgestumpft werden, und die Achtung voreinander sollte nicht abflachen, sondern sich im Gegenteil vertiefen. Der Besitz



des Ehepartners ist kein bedingungsloser, unumschränkter, sondern hängt von der Pflege gegenseitigen Verstehens ab.

Diesen Bedingungen unterliegt auch der Mann. Auch er darf nicht glauben, unumschränkter Besitzer seiner Frau sein und bleiben zu können, auch wenn er sich noch so unvorteilhaft benimmt. Hat er mit allen Formen der Höflichkeit das Töchterchen irgend einer Persönlichkeit, vielleicht des Herrn Doktor so und so oder des Herrn Gemeindeschreibers erworben und ergattert, dann muss er auch dafür sorgen, dass er es behalten kann. Es geht nicht an, dass er, unbekümmert um das geistige Wohl seiner jungen Frau, ganz einfach nur an seine eigene Bequemlichkeit denkt. Er kann nicht einfach nur heimkommen, sich in seinem Lehnstuhl ausruhen, die Zeitung lesen, den Radio anstellen, seine Zigaretten rauchen und herrisch nach dem Essen rufen, um, wenn er es hastig verschlungen hat, ebenso hastig davon zu stürmen, weil er sich mit einem Kollegen verabredet hat. Er kann alsdann nicht zu irgendwelcher Stunde des Nachts heimkommen, mit konventionellem Gruss sich zur Ruhe begeben, um sogleich einzuschlafen. Solch ein Gebahren genügt seiner Frau nicht, denn sie hat auch geistige Ansprüche, die er beachten muss. Er sorgt aber keineswegs für den so notwendigen geistigen Kontakt, wenn er nur an die Befriedigung seiner eignen Ideale denkt, wenn er in seiner freien Zeit nur kegeln oder skifahren mag, wenn er sich nur mit seiner Markensammlung abgibt oder irgend etwas anderes pflegt, das seinem Empfinden entspricht. Solche Ehen, in denen die Frau einsam ihre Pflichten erledigen muss und der Mann selbst in seiner freien Zeit nur seinen eignen Interessen nachjagt, sind langweilige Ehen ohne jeglichen Zusammenhalt, denn wo die gegenseitige Aufmerksamkeit fehlt, da wird man sich fremd. Es kommt aber auch umgekehrt vor, dass die Frau geistig träge ist und sich um das, was ihr ihr Gatte erzählen möchte, nicht interessiert. Sie interessiert sich überhaupt weder um seine Arbeit, noch um sein Innenleben, denn sie geht ihre eignen Wege. Wenn sie nur hat und anschaffen kann, was sie sich wünscht, dann ist sie zufrieden und möchte in keiner Form durch geistige Anteilnahme noch mehr verpflichtet werden. Auch solche Ehen sind inhaltslos und eintönig und entbehren jeglichen Reizes. Hier nun möchte ich eine Begebenheit zum besten geben, die durch das Leben humorvoll eine glückliche Wendung erhielt. Ein Kollege aus Paris hat diese Geschichte selbst erlebt. Seine Ehe war, wie sie im Durchschnitt alle sind. Hier und da suchte er der Eintönigkeit des Alltags zu entinnen, indem er mit seiner Frau pariseremässig elegant gekleidet, ausging, um sich aber gleichwohl zu langweilen. Es traf sich nun, dass er, als er für vier Wochen verreisen musste, mit seinem Freund zusammen stiess und diesen einlud, doch während seinem Aufenthalt in Paris bei seiner Frau zu logieren und sich die Stadt zeigen zu lassen. Sofort wurde die Frau von der getroffenen Abmachung telephonisch unterrichtet, was jedoch bei ihr nicht geringe Sorgen hervorrief, denn sie wusste, dass der Freund ihres Mannes als richtiger Lebemensch bekannt war. Ihre Freundin, der sie ihre Not klagte, kam nun auf den glänzenden Einfall, ihr aus der Schwierigkeit herauszuhelfen. Bevor der Fremde eintraf, hatten die beiden Frauen ihre Wohnungen getauscht, und die Freundin spielte mit grösster Selbstverständlichkeit die Frau des Hauses. Sie empfing den Fremden mit aller Freundlichkeit, verpflegte ihn nach Wunsch, unterhielt ihn mit Begeisterung und führte ihn zu allen Sehenswürdigkeiten der Stadt. Wohl kostete dem Fremden die ganze Angelegenheit ein schönes Stück Geld, aber was tat dies zur Sache, er besass es ja und das Leben mit dieser charmannten Frau war so reizvoll, dass er seinen Freund förmlich aus der Fassung brachte, als er ihn nach vier Wochen mit seiner Begeisterung und seinem hellen Lob überraschte. Noch nie hatte der Mann gewusst, dass er solch eine imposante Gattin besass, die einen weitgereisten, verwöhnten Menschen so warm zu begeistern vermochte! Es musste also mehr hinter ihr stecken, als er geglaubt und selbst erfahren hatte! Wenn sie so geistreich war, dass sein Freund am liebsten mit ihr Orgien gefeiert

hätte, dann musste auch er in Zukunft mehr aus ihr heraus holen können! Diese Einstellung nun brachte eine verblüffende Wendung in sein Leben. Er fand ganz plötzlich selbst, er habe eine geistreiche Frau, die ihn beruflich stütze, ihm Schwung für den Alltag gäbe und ihn auch in seinen persönlichen Bedürfnissen fördere. Noch heute weiss er nicht, dass er eigentlich hinters Licht geführt worden ist. So kann die Aenderung der innern Einstellung oft ganz andere, erfreuliche Voraussetzungen schaffen, und oft haben wir es selbst in der Hand unserm Leben eine bessere Wendung zu geben. Oft braucht diese Wendung zwar etwas mehr Zeit als wie soeben erzählt, oft benötigt sie sogar viel Weisheit und Geduld, wichtig aber ist, dass man sie erreicht.

Einen andern Fall möchte ich ebenfalls noch erwähnen. Es handelt sich hiebei um eine unbefriedigte Frau, wiewohl solche in guten Verhältnissen lebt. Ihr Mann war ihr einfach regelrecht verleidet. Ich redete mit ihr, liess auch ihren Mann kommen und sprach mit beiden zusammen, wobei ich feststellen musste, dass sich die Frau noch nie die Mühe genommen hat, ihren Mann zu verstehen. Sie selbst ist ein äusserst temperamentvolles, unruhiges Naturell, während ihr Mann der Typus eines ruhig behäbigen Schweizers ist. Ich habe nun die Frau gefragt, ob sie sich einmal bemüht habe, das Seelengärtchen ihres Mannes zu studieren, um festzustellen, welche seltenen Pflanzen in ihm gedeihen? Ich fragte sie ferner, ob sie sich um ihn bemüht habe, wie sie sich um den andern, der sie mehr zu interessieren vermochte, bemühe, und sie musste sagen: «nein». Wir haben alsdann zusammen eine Zwischenlösung gefunden, denn der Mann möchte sich von seiner Frau, die er schätzt, nicht trennen, weiss er doch von ihrem Fehltritt nichts. Sie selbst aber ist eine unglückliche Frau, denn sie hat nach einer falschen Lösung Ausschau gehalten. Die Beziehung zu einem andern Mann, von der sie eine Befreiung aus ihrer Unruhe erhoffte, hat sie nur noch zerrissener werden lassen, zumal sie eben von diesem andern Mann betrogen worden ist. Als Zwischenlösung wurde nun ein Ferienaufenthalt in der Heimat vorgesehen, wo die alten Gewohnheiten dazu angetan sein mochten, auszuheilen und innerlich erstarken zu lassen. Nach Aussein war somit eine unauffällige Ueberbrückung der augenblicklichen Schwierigkeiten geschaffen und nach einigen Monaten mochte man wieder weiter sehen, welches die günstigste Lösung sein möchte. Auf alle Fälle aber musste der Frau geholfen werden, schon um ihrer Familie willen, und sie war ja auch willens, sich zu ändern und sich helfen zu lassen.

Wenn also in einer Ehe einmal irgend welche Unstimmigkeiten entstehen, sollte sich ein jedes fragen: «Wieviel bin ich selbst schuld daran?» Wenn man dem andern einen Fehltritt, der entstanden ist, grossmütig verzeiht, weil man vielleicht selbst zu wenig auf gewisse Schwächen und Eigenarten des Partners Rücksicht genommen hat, dann wird dies eine viel bessere Wirkung auslösen, als wenn man mit Vorwürfen der verschiedensten Art um sich herumwirft, die das Band der Einheit noch mehr zu zerreißen vermögen. In Zeiten der Not zeigt sich der wahre Freund, und ich muss sagen, auch ich habe meine Frau im Anfang unsrer Ehe nicht im gleichen Masse wertgeschätzt, wie heute, denn ich wusste damals noch nicht, was alles in ihr lag, und wie sehr sie mich zu fördern vermochte! Nicht vergebens sagt der Dichter: «Die Leidenschaft flieht, die Liebe muss bleiben», und sie bleibt, wenn die Wertschätzung zu wachsen vermag. In Zeiten der Not und bitterer Erfahrung zeigt sich die Grösse oder aber auch die Niedrigkeit des Mitmenschen, und je nachdem wird unsre Neigung zu ihm wachsen oder aber auch abnehmen und verschwinden, je nachdem wird unsere Wertschätzung unumstösslich werden oder aber auch völlig dahinfallen müssen, dann nämlich, wenn uns der Mitmensch völlig enttäuscht. «Freunde in der Not, gehen tausend auf ein Lot». So ist es auch in der Ehe. Das Sexuelle ist wohl wichtig, nicht aber die wichtigste Grundlage. So, wie bei einer Blume die Farbe wichtig ist, so ist vielleicht der Duft noch wichtiger als die Farbe. Ein Blinder kann die Farbe nicht sehen, der Duft aber vermag ihn zu beglücken. Ich kenne Ehen,



schöne Ehen, glückliche Ehen, vielfach Künstlerehen, in denen der Mann durch irgend einen Unglücksfall, durch Erbanlage, durch irgend etwas impotent geworden ist, und trotzdem besteht in ihr eine wunderbare Harmonie, so dass eben das Bild des Blinden, der dem Duft der Blume seine ganze Wertschätzung entgegenzubringen vermag, damit verglichen werden kann.

Es ist, wie wir nun gesehen haben, sehr wichtig und notwendig, dass man mit tiefem Verständnis und tapferem Entgegenkommen alle Klippen zu überbrücken versucht, denn daraus kann Glück entstehen, während die besten Voraussetzungen durch engherzige Selbstsucht zertrümmert werden können. Auf alle Fälle aber ist es notwendig, dass wir Eltern schon bei unsern Kindern die Brücke schlagen, dass wir über unsern engen Horizont hinweggehen und nicht gleich handeln, wie an uns gehandelt worden ist, denn die heutigen Zeiten sind nicht mehr so harmlos, wie damals, als wir noch jung waren, sie sind mit weit mehr Gefahren versehen, als früher. In der Regel sind ja auch die Eltern ein gut Teil schuld daran, wenn zum Beispiel die Tochter mit einem unehelichen Kind nach Hause kommt. Nicht, dass ich solchen Abwegen meine Unterstützung leihen möchte, nur helfen möchte ich, denn weise, frühzeitige Aufklärung, und die damit verbundene notwendige Ertüchtigung im vorehelichen Verzichtleisten und Ueberwinden würde manches unbedachte Unheil verhüten können. Ist dieses aber nicht mehr zu umgehen, dann hat es keinen Wert, den jungen Menschen zu verstossen, denn man hilft ihm damit nicht, ebnet ihm und seinem Sprössling den Weg ins bürgerliche Leben nicht, sondern lässt ihn viel eher verkümmern und so womöglich verkommen. Weit besser, solch ein Fehltritt wird grossmütig zugedeckt, als dass ein junger Mensch mit einer Syphilis nach Hause kommt. Ein Streiflicht ins Ausland lässt uns sagen, dass es allorts trübselig aussieht. Wenn wir in der Schweiz schon so viele Syphilitiker haben, mehr als wir glauben, so muss man sich darüber entsetzen, dass es im Ausland noch weit viel trüber aussieht als bei uns, so dass man sich sagen muss: «Wo soll dies enden?» Eine Salvarsankur ist noch lange keine Heilung. Nach Jahrzehnten kann es sich zeigen, wie sich das vergiftete Blut äussert und an den Kindern kommt es vielfach schwerwiegend zum Vorschein. Die so genannte Erbsyphilis ist ein äusserst tragischer Faktor und ein deutscher Arzt hat neuerdings berichtet, dass in Deutschland 25 Prozent aller Geburten Erbsyphilitiker sind. Wie wird dies bis in 10 Jahren aussehen? Das sind Verhältnisse, die zu Bedenken Anlass geben.

Die jungen Menschen sollten durch unsere Bemühungen nie den Eindruck erhalten, dass man ihnen etwas vorenthalten wolle, denn das Leben steht ja für sie offen, wie es einst uns selbst offen stand, aber man sollte sie vor Leid und Elend bewahren, so viel als es in unsrer Macht steht. Das ist auch der Grund, weshalb wir über solche Dinge miteinander sprechen. Wie gut stimmt das Sprichwort: «Kleine Ursachen, grosse Auswirkungen!» Den vielen Kummer, das viele Leid, das mir oft von jungen Menschen geklagt wird, wie leicht hätte es durch Vernunft und weise Einsicht oft behoben und beseitigt werden können! Darum sollten wir unsern Kindern die Wohltat zu gute kommen lassen, dass sie in uns Eltern wahre Freunde besitzen, nicht aber brutale Schulmeister vorfinden. Ehrliche, aufrichtige Freunde sollten wir ihnen jederzeit sein, bei denen sie alles sagen dürfen, und von denen sie über alles eine korrekte, anständige und vernünftige Auskunft erhalten können. Das legt die Grundlage zu einem harmonischen, schönen Eheleben.

**Anmerkung:** Wer für sich oder seine Freunde diesen Vortrag gerne gesamthalt in Broschürenform besitzen möchte, kann ihn demnächst mit einem zweiten Vortrag über «Liebe und Leidenschaft» vom Verlag der «Gesundheits-Nachrichten» beziehen.

## Soll man operieren oder nicht?

Des öfters werde ich angefragt, ob ich gegen das Operieren sei? Hiezu kann ich nun weder ja, noch nein sagen, denn ebensogut könnte man einen Gärtner fragen, ob er dagegen sei, wenn man wegen irgend einer kleinen Schädigung an einem Baum einen Hauptast abschneiden möchte. Jeder vernünftige Gärtner wird vor dem Schneiden immer vorerst alles zu heilen suchen. Geht dies nicht, dann wird er allerdings eher einen Ast opfern, als den ganzen Baum verlieren zu müssen. Dies ist natürlich selbstverständlich!

Obschon ich prinzipiell gegen eine Operation bin, gibt es doch Fälle, in denen man nicht darum herumkommt. Seinerzeit habe ich aus einer Urinuntersuchung bei einer Patientin verschiedene Anhaltspunkte einer Geschwulstbildung beobachtet. Es gingen Blutspuren weg, d. h. die Zwischenperiodenblutungen, die man immer beachten muss, konnten festgestellt werden. Nachdem ich die Patientin auf den Umstand aufmerksam gemacht habe, riet ich ihr, zur genauen Kontrolle einen Frauenarzt aufzusuchen. Nach Verlauf eines knappen Vierteljahres erhielt ich von ihr folgenden Bericht:

Es ist schon lange her, dass ich Ihnen geschrieben habe. Da Sie mir im letzten Schreiben vom 17. September 1947 mitteilten, es habe im Urin Blutspuren, ging ich endlich zum Frauenarzt, da ich ja schon 13 Jahre keine Periode mehr gehabt habe. Ich wurde dann am 28. November operiert (Auskratzung) und am 10. Dezember aus dem Spital entlassen, etwas früh, wegen Platzmangel. Die Narben sind noch nicht geheilt, ansonst ich nochmals den Urin eingesandt hätte. Was ich für ein Leiden gehabt habe, sagte man mir nicht, nur, ich müsste drei Monate beobachten, ob Blut vorhanden sei und mich dann wieder beim Arzt melden. Ich bin sehr besorgt und traurig, keinen bessern Bescheid erhalten zu haben. Der Arzt sagt, es sei nicht Krebs, aber es müsse beobachtet werden...

Es kommt des öfters vor, dass man dem Patienten nicht sagt, was er eigentlich hatte, auch unterlässt man es, ihn darauf aufmerksam zu machen, wie er sich in der Ernährung und der gesamten Lebensweise einstellen muss. Man überlässt ihn im Gegenteil ganz einfach seinem Schicksal. Wird dann der Patient mangels notwendiger Einsicht rückfällig, dann schneidet man erneut, greift zum Bestrahlen oder irgend etwas derartigem. Dies nun ist zu beanstanden. Man sollte nach einer Operation wirklich wissen, um was es sich gehandelt hat und wie man sich einstellen muss. Es ist keineswegs einerlei, was man isst, ob man sich eiweissreich oder eiweissarm ernährt, denn bei Geschwulstbildungen, bei Geschwüren, seien sie krebsartig oder nicht, ist es wichtig, welche Lebensweise eingehalten wird. Die Ursache, die zur Krankheit geführt hat, muss bekämpft und gemieden werden. Wohl kann die Auswirkung durch eine Operation beseitigt werden, wenn aber nichts gegen die Ursache vorgenommen wird, dann ist für die Zukunft nur mangelhaft gesorgt. Die Naturheilmethode geht auf diesem Gebiet im Vergleich zur medizinischen Taktik einen ganz eigenen und anderen Weg. Jede Operation, die zu früh einsetzt, ist zu verwerfen. Fälle, die man auf naturgemässe Art völlig beheben kann, sollte man nicht dem Chirurgen zuweisen.

Es ist ja allerdings begreiflich, dass Chirurgen, die gewohnt sind, ständig mit dem Messer umzugehen, in dessen Handhabung den einfachsten Weg erblicken. Ist daher irgend etwas Geschwürartiges vorhanden, das für die Operation geeignet sein könnte, dann wird einfach geschnitten. Vor allem ist das Operieren der Unterleibsorgane, als sogenannte Gesamtoperation mit Ausräumen der Eierstöcke und der Gebärmutter üblich. Wenn diese Operation nicht dringend notwendig ist, wenn man sich also nicht gleichgültig eingestellt hat, und es für eine natürliche Behandlung noch nicht zu spät ist, dann sollte man eine Operation unbedingt zu verhindern suchen. Es ist daher dringend nötig, dass Frauen nicht zu lange zuwarten, bis sie etwas gegen ihre Leiden unternehmen. Vernünftig eingestellte Aerzte haben vollständig recht, wenn sie eine Nachlässigkeit in der Hinsicht beanstanden. Zwischenperiodenblutungen, sowie immer wieder konstant auftretende Schmerzen im Unterleib, rechts oder links, bilden die Veranlassung, etwas gegen die