

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 5 (1947-1948)
Heft: 8

Artikel: Die Nerven : Vortrag [Fortsetzung]
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-554500>

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. Bittere Kreuzblume. - 2. Die Nerven (4. Fortsetzung). - 3. Durchhalten. - 4. Eitrige Mittelohrentzündung. - 5. Kalk- und Kieselsäuremangel und dessen Abhilfe. - 6. Unsere Heilkräuter: Polygala amara (bittere Kreuzblume). - 7. Fragen und Antworten: a) Natürliche Behebung von Funktionsstörungen beim Kleinkind; b) Leichte Verwundungen und Unfälle. - 8. Aus dem Leserkreis: a) Hautunreinigkeiten; b) Gute Geburt und gutes Zahnen. - 9. Warenkunde: a) Vitaminarmut durch Regenwetter; b) Vorsicht vor Steinobst. - 10. Wichtige Mitteilung: Gewinn oder Verlust?

Die Nerven

Vortrag, gehalten am 15. Februar 1948 in Spiez

(4. Fortsetzung)

Betrachten wir nun aber das heutige Leben, dann müssen wir nicht erstaunen, dass bei den Nerven hie und da etwas aus dem Geleise gerät. Morgens mag man in der Regel nicht aufstehen und bleibt bis zum letzten Augenblick im Bett liegen, muss man sich schliesslich aber doch erheben, dann hat man zuwenig Zeit, um seine Obliegenheiten ruhig zu erledigen. Bevor man ins Geschäft eilt, muss man rasch noch sein Morgenessen hinunter hasten. Um die Verdauung kann man sich dabei nicht kümmern, denn nun muss man auf den Zug rennen, aufs Tram oder mit dem Velo pressieren. Wie ein Verrückter rast man davon. Vielleicht hat man das Missgeschick, noch von einem Bekannten aufgehalten zu werden, man verpasst dadurch das Tram, muss das nächstfolgende mit Ungeduld abwarten, um alsdann noch den Rest des Weges in fliegender Eile vor Torschluss ins Geschäft zu rennen. Statt ruhig in dem Betrieb, der ohnedies die ganze Kraft erfordert, anzukommen, ist man bereits schon atemlos und abgehetzt und nun beginnt die Jagd erst recht, denn alles eilt, eilt, eilt! Es ist dies heute Mode. Sobald man etwas bestellt, heisst es: «Schicken Sie mir sofort, sofort, sofort!» Selbst, wenn man nachher das Bestellte vielleicht noch 8 Tage im Kasten liegen lässt, bevor man es gebraucht, immer muss alles sofort sein, als wollte man den Konflikt der Hast noch unnötig steigern. Auch zum Mittagessen muss man nach Hause hasten, denn man will doch den Radio zur rechten Zeit sprechen hören! Die neuesten Nachrichten, die Sportnachrichten, alles muss erhascht werden. Man wird kaum gewahr, was man in den Mund steckt, wenn nur der oder jener gesiegt hat, und in heller Spannung und Aufregung verfolgt man die Berichte, ohne auch nur einen Augenblick an seine notwendige Ruhe und Entspannung zu denken. Im Gegenteil, so sehr nimmt man an all den neuen Berichten Teil, dass man selbst im reinsten Tempo drin steckt, den Esslöffel vergisst und eher im Gefühl die Skier an den Füssen zu haben

Bittere Kreuzblume

Wenn aus der Stadt die Menschen bergwärts wandern,
Dann suchen sie nach Blumen, die im Tale nicht gedeihen,
Und da und dort fragt einer wohl den andern:

«Wen sahst du in der Blumen bunten Reihen?»

Ich hab' ein Pflänzchen wiederum gefunden,

Das ich in meiner Jugendzeit schon gern' gesehen,

Ich hab' es damals in mein Sträusschen mir gebunden,

In der Erinnerung blieb es darum mir bestehen.

Noch wusst' ich nicht, dass man es bitt're Kreuzblum'
nennt,

Von Kreuz und Bitterkeit hat' ich zwar manches schon
gehört,

Doch, dass auch unter Blumen bitt'res Leid entbrennet,

Das war mir fremd, das hat mich sehr gestört.

Zwar weiss ich, dass die bittern Säfte Heilung spenden,

Doch hab' das Pflänzchen ich auch ohne dies geliebt,

Kann es in seiner Zierlichkeit der Menschen Los zum
Guten wenden,

Dann ist es reichlich, was das blaue Blümchen gibt.

glaubt oder sich in Gedanken mit dem Fussball herumplagt. Hat man bis zum Ende zugehört, dann muss man wieder ins Geschäft eilen, wo das Tempo nicht vermindert wird. Abends will man noch im Kegelklub oder im Turnverein erscheinen und nachher noch den Stammtisch besuchen. Am andern Tag ist man wieder wo anders zu finden. So wickelt sich heute das Leben normalerweise ab. Wir dürfen nicht glauben, dass dies an den Nerven ohne Folgen und spurlos vorübergehen würde. Zu nichts mehr hat man Zeit, keine Zeit, um zur Besinnung zu kommen, keine Zeit, um krank zu sein, denn auch das Kranksein muss mit Pillen vertrieben werden, und die Krankheit darf sich nicht melden. All dies geht auf Kosten des Nervensystems.

Auch für die Kinder mit ihren Fragen hat man keine Zeit. Sie sind den Eltern nur zu oft lästig, und manche Mutter hat nie Zeit, einmal mit ihrem Kind mit der ganzen Aufmerksamkeit etwas zu unternehmen. Welcher Vater hätte Zeit, sich seinen Kindern zu widmen? Vielleicht höchstens an der Weihnacht, wenn er die neue Eisenbahn

und Lokomotive ausprobieren muss, so dass sein Knabe selbst kaum dazu kommt, sich ihrer zu bemächtigen und zu erfreuen. Aber nachher hat der Vater wieder keine Zeit mehr für seinen Jungen, den er, falls er mit Fragen bei ihm anklopft, zur Mutter schickt. Beim Sonntagsspaziergang heisst es für die Kinder jeweils gehorsamst Kilometer abklopfen. Interessieren sie sich aber für einen Frosch oder einen Käfer, gleich brummelt auch schon der Vater: «Keine Zeit, nicht immer stehen bleiben! Man kommt so ja gar nicht vorwärts.» Es ist nicht überall gleich, nicht überall so, aber es ist doch ein wenig Regel. So sieht es aus und plötzlich hat man grosse Kinder, ohne recht zu wissen, wie sie gross geworden sind, was sie in sich aufgenommen haben, und wer sich ihrer angenommen hat. Sie suchen sich ihre Aufklärung, und alles Wissenswerte bei andern, weil man keine Zeit für sie gehabt hat.

Auch die Aufklärung spielt für das Nervensystem eine grosse Rolle. Wieviele so genannte Sexualneurastheniker gibt es in der Welt! Wieviele sind in dieser Hinsicht geschädigt und geschwächt. Wenn ich all die vielen, diesbezüglichen Briefe mit ihrem Jammer in ein Buch fassen würde, dann müsste man sich fragen: «Wie schlimm sieht es denn eigentlich in der Welt aus?» Man hat eben leider für die jungen Menschen keine Zeit. Ihre gesamten Herzensangelegenheiten beantwortet man ihnen nicht, hilft ihnen nicht, wie man sollte, als treuer Berater und Freund, erklärt ihnen nichts von all den wichtigen Menschheitsproblemen und lässt sie auf die Gasse, um Aufklärung zu holen, was natürlich in einer Art und Weise geschieht, die fürs Leben keine guten Früchte zu zeitigen vermag. Wie mancher Jüngling gerät dadurch ins Onanieren, und statt ein Mann werden zu können, hat er vor der Zeit sein Nervensystem zerrütet. Statt sich die selbst verschuldete Schwäche einzugestehen, sind solch Geschädigte im Gegenteil vielfach brutal gegen ihre Frauen, denn schliesslich möchten sie doch den Mann präsentieren, weshalb sie ihre Unzulänglichkeit nicht eingestehen wollen, wodurch der Konflikt in Brutalität ausartet. Dies ist ein wichtiger Faktor, weshalb es sehr oft im Sexuellen, im Geschlechtlichen nicht klappt, was doch wiederum für die Gesundheit und vor allem für das Nervensystem von grosser Bedeutung ist. Da auf dieser Grundlage so überaus viel Elend und Unangenehmes vorkommt, habe ich seinerzeit in Bern über dieses Thema einen Vortrag gehalten. Ich habe ihn in meiner Zeitung veröffentlicht und ihn neuerdings auch in Broschürenform herausgegeben unter dem Titel: «Harmonisches und unharmonisches Geschlechtsleben», nebst einem zweiten, damit zusammenhängenden Vortrag: «Liebe und Leidenschaft», den ich in Thun gehalten habe. Beide Vorträge habe ich mit meinem Textophon aufgenommen und umgearbeitet, um sie in Broschürenform jedem Interessenten zugänglich zu machen, denn es ist notwendig zur Pflege und zum Schutz unsres Nervensystems auf solch wichtigem Gebiete Klarheit zu erlangen und zwar so lange es noch an der Zeit ist, also bevor man durch Unwissenheit und Unvorsichtigkeit sich hat Schaden zufügen können. Wer könnte behaupten, dass er auf diesem Gebiete restlos befriedigend aufgeklärt worden ist, so dass ihm nichts gemangelt hat, und er gewappnet für die schweren Forderungen des Lebens war? Welche Schule kann sich dessen rühmen? Höchstens hat vereinzelt eine vernünftige Mutter im Stillen geleistet, was weise Erzieher und grosse Männer vereint hätten zustande bringen sollen.

Wir haben schliesslich Empfindungen; wir haben Drüsen, die arbeiten; jeder Mensch wird einmal reif für das Leben. Wie soll man sich dann zu den vielen Rätseln, die sich einem entgegenstellen, verhalten? Niemand gibt einem Klarheit darüber, niemanden darf man fragen, ohne zu gewärtigen, dass man abgewiesen wird. Wo also soll man sich orientieren? Wenn es nicht im Elternhaus, nicht in der Schule geschehen kann, wenn weder Lehrer, noch Lehrmeister klaren Wein einschenken, dann landet man eben bei Kollegen auf der Gasse und wieviel dieser Unterricht wert ist, das weiss jeder, der für sich keinen andern Ausweg gefunden hat. Immer und immer wieder trete ich

in meiner Praxis an die traurigen Auswirkungen solcher Situationen heran, weshalb ich ganz entschieden dafür eintrete, dass man dafür besorgt ist, seinen Nachkommen nicht nur eine diesbezüglich möglichst unbelastete Erbanlage übermitteln zu können, sondern, dass man sie auch im richtigen Sinn mit allen Obliegenheiten, mit allen Pflichten und Vorkommnissen des Lebens vertraut macht. Sehr oft glauben Eltern besser zu tun, wenn sie ihre Kinder einfach dem Zufall und Schicksal überlassen, statt ihnen ihren frohen, ungetrübten Glauben an die Menschheit durch das Bild der Wirklichkeit rauben zu müssen. Früher mag dies noch eher angegangen sein. Heute aber bei der durchgreifenden Verdorbenheit wird ein Kind nicht bewahrt durch Nichtwissen, sondern vielmehr durch eine sachliche, ungeschminkte Darstellung der Wirklichkeit. Je nach der Empfindlichkeit des jungen Menschen soll auch die Aufklärung dem Verständnis entsprechend, schonend vor sich gehen. Ideal eingestellte Menschen finden sich wohl mit den, vom Schöpfer geschaffenen Vorrichtungen zurecht, nicht aber mit der unendlichen Verdorbenheit, die gerade über diese wichtigen Lebensprobleme in Gesinnung und Tat herrschen. Die Mehrzahl der Jugend stürzt sich allerdings mit kühnem Wagemut in all die lockenden Abenteuer. Jene aber, die davon abgestossen und angewidert werden, haben oft sehr Mühe, sich durch das Leben hindurchzuschlängeln, das den jugendlichen Reiz des Schönen und Erhabenen so rasch verloren und eingebüsst hat, wenn man erfährt, wie trübselig die Wirklichkeit heute aussieht. Auch solch Jugendlichen muss man den Rücken stärken, damit sie nicht in Traurigkeit und Schwermut versinken, so dass sie der Strudel des Abgrunds indirekt zu erreichen vermag. Ihr Frohsinn muss gerettet werden, und es ist gut, wenn man in dem Fall des Dichters Worte beachtet, der da sagt: «Wisset, ein erhabner Sinn legt das Schöne in das Leben, und er sucht es nicht darin.» Wieviel Enttäuschung und Erschütterung, wieviel Nervenkraft also, wird einem Menschen erspart, wenn er weiss, dass er das Schöne selbst in das Leben hineinlegen muss, das er darin finden möchte. — Wer nun seinen Nachkommen möglichst gute Bedingungen schaffen will, der muss sich ein Beispiel an einem guten Gärtner nehmen. Gewiss wird kein Gärtner, dem an seinem Beruf und am Erfolg etwas gelegen ist, schwachen oder verdorbenen Samen verwenden, denn je besser der Same ist, den er verwerten will, umdesto besser und kräftiger wird sich auch die Pflanze daraus entwickeln. Wenn wir dies im Garten beobachten, warum dann nicht auch da, wo es noch weit wichtiger wäre, beim Menschen? Warum sind wir nicht dafür besorgt, dass die Voraussetzungen stark, kräftig und gut sind? Aber eben, hiezu gehören wiederum Voraussetzungen und diese Voraussetzungen wurzeln in der Erkenntnis all dessen, was notwendig, gesund und gut ist. Wenn also Eltern ihren Kindern Einsicht übermitteln wollen, dann müssen sie selbst erst genügend Einsicht besitzen und dürfen diese Einsicht nicht erst auf eine Zeit versparen, wo sie bereits als schützender Besitz in Fleisch und Blut der Jugend übergegangen sein sollte. Wenn es schon auf rein materieller Grundlage gilt, dass sich frühe üben muss, wer ein Meister werden will, dann ist dies doppelt angebracht für geistige Werte, die jeder aufnehmen und verwerten muss, bevor Zeiten der Not da sind. Ein junger Mensch, der richtig aufgeklärt ist, weiss genau, dass er wertvolle Stoffe nicht einfach nur für irgendwelche Gefühlsfaktoren verschleudern darf. Er wird sich nicht selbst täuschen und betrügen und glauben, es würden alsdann noch alle Werte 100%ig vorhanden sein. Wir sehen also, wie gut es ist, wenn junge Menschen fürs Leben gewappnet sind, damit sie den vielen Schwierigkeiten, die an sie herantreten, stand zu halten vermögen. Es gibt ja allerdings viele Menschen, die verächtlich auf jene herabblicken, die die allgemeinen Ansichten vom Leben und vom Lebengeniessen nicht teilen. Aber diese Einstellung ist im Grunde genommen nur ein Fiasko, das sie selbst erlebt haben, weil sie vom Leben und seinen mannigfachen Gefahren übervorteilt worden sind. Darum heisst es gut

aufpassen, denn besonders heute tritt manches Unverantwortliche schon an Kinder heran, wenn die Eltern noch lange glauben, dass sich diese überhaupt mit derlei Fragen gar nicht beschäftigen würden. Kinder sind im Verstellen oft sehr schlaue, und je naiver sich die Eltern ihnen gegenüber einstellen, umdesto naiver und harmloser reagieren die Kinder darauf. Dies schliesst aber nicht im geringsten aus, dass schon diese Kinder schwer unter ihrer eignen Lage leiden, ja, sich oft selbst nicht einmal mehr zurecht zu finden vermögen. Darum sollte man sich nicht einer Täuschung hingeben und glauben, man könne mit der Aufklärung zuwarten, bis das gegebene Stündlein heranrücke. Nein, dann ist es in der Regel schon zu spät und andre, unerwünschte Faktoren haben das Feld gepflügt. Die Aufklärung geht mit der Erziehung des Kind Hand in Hand. Sie ist im Grunde gar nicht wegzudenken, wenn die Erziehung aufrichtig und zum Wohle des Kindes sein soll. Wer sich vornimmt, dem Kinde weder durch Unwahrheit, noch auch durch derbe Voreiligkeit zu schaden, der wird mit einigem Taktgefühl auch den Augenblick richtig auszuwerten vermögen, der jedem Vater, jeder Mutter gelegentlich jeweils im Alltagsleben entgegenkommt. Wieviel leichter ist es dann im jugendlichen Alter da weiter zu bauen, wo man bereits in der Kindheit ein gutes Fundament gelegt hat. Wie gut begreift ein junger Mensch, der die Voraussetzungen bereits schon kennen gelernt hat, dass, wenn seine Drüsen zu arbeiten beginnen, er selbst zum Leben des Erwachsenen heranzureifen beginnt. Hat ihm nicht zuvor die Pflanzen- und die Tierwelt das Werden und Wachsen anschaulich vor Augen geführt? Warum also soll er sich daran stossen, wenn auch an ihn die Forderungen des Lebens herantreten und er sich zu wahrer Männlichkeit entwickeln muss! Welchem Mädchen würde es irgend wie schaden, wenn es beizeiten weiss, welche Verantwortung seiner als Frau und Mutter wartet? Würde es da noch Zeit zu Torheit finden? Würde es da nicht vielmehr das Bedürfnis entwickeln, seine Aufgaben voll und ganz zu verstehen? Würde es da nicht eher lassen, was ihm zu schaden vermag, wie unmässiger Sport, leichtes Vergnügen, schädliche Speisen, vor allem auch das Rauchen und unzweckmässige Kleidung? Vernünftigen Eltern sollte es gelingen mit weiser Vorsicht eine gute Grundlage zu schaffen, und auf ihr wird das Kind, selbst in Zeiten der Not, weiter zu bauen vermögen. Wer aber selbst die Voraussetzungen an sich nicht erfüllt hat, kann auch nicht erwarten, dass er mit ein paar hastigen Worten, mit aufgeregten Zurechtweisungen und dergleichen mehr Erfolg haben wird. Viel hat man für den jungen Menschen gewonnen, wenn er die Fortpflanzung als eines der grössten Schöpfungswunder betrachten kann. Wenn dem so ist, wird er von selbst davor zurückschrecken, sich unnötig zu verausgaben und das Leben auf eine Art zu geniessen suchen, wie es heute üblich ist. Das wird ihn davor schützen, seine Nervenkräfte nicht unnütz zu verschleudern. Nicht nur was körperlich vor sich geht, ist ausschlaggebend und wesentlich, sondern was seelisch vor sich geht, ist viel wesentlicher und ausschlaggebender. Bei der Onanie handelt es sich nicht nur um Material, das weggeht. Es ist ein seelischer Halt, den man mit der Zeit verliert, und ist man erst so weit, dass man diesen Halt vermisst, dann hat man damit auch seine Männlichkeit eingebüsst und seine Nervenkraft erschüttert. Solchen Menschen fehlt es an Ausdauer im Berufsleben. Sie wagen nicht aufzutreten, weil sie Hemmungen haben, die sie daran hindern, mit den andern Menschen frei und frank zu reden. Besonders dem andern Geschlecht gegenüber haben sie so starke Hemmungen, dass sie womöglich das Gegenteil von dem sagen, was sie eigentlich sagen möchten, und dies wäre nicht der Fall, wenn sie nicht ihren Halt eingebüsst hätten, wenn also noch natürliche Voraussetzungen vorhanden wären. Wieviel Elend aus all den vielen Verirrungen zu entstehen vermag, das sieht und weiss man im allgemeinen nicht. Nur, wer das Auge nebst der Erfahrung dafür hat, wird auch die Menschen richtig beurteilen können.

(Schluss folgt!)

Durchhalten

Im Frühling dieses Jahres erhielt ich von einem Bekannten aus dem Tessin ein Pfirsichbäumchen zugeschickt, das bereits blühte, denn im Tessin treiben ja die Pflanzen, dem südlichen Klima entsprechend, viel früher und rascher als bei uns. Ein bei mir weilender Gärtner hat nun ohne mein Wissen aus lauter Neugierde das gut verpackte Bäumchen seiner schützenden Hülle entledigt, und es zwei Tage offen liegen lassen, so dass seine Wurzeln ziemlich ausgetrocknet sind, da es über Nacht stark föhnte. Die Blüten verwelkten natürlich, und in diesem traurigen Zustand hätte man das Bäumchen eigentlich wegwerfen können. Ich habe es aber gleichwohl gepflanzt und zwar korrekt, wie es sich gehört, indem ich es in Kompost gebettet und richtig gewässert habe. Das Stämmchen habe ich mit Moos eingebunden und das Bäumchen immer und immer wieder gewässert. Die Oberfläche des Pflanzbodens habe ich mit Walderde und Tannadeln abgedeckt, so dass die Feuchtigkeit unter dieser schützenden Schicht immer schön verbleiben konnte. Wohl sind die Aestchen abgedorrt, aber mit dem Bewässern habe ich gleichwohl nicht aufgehört. Nach vier Wochen ununterbrochener Pflege begann das Bäumchen plötzlich in den Astgabeln zu treiben, und ich habe mich darüber herzlich gefreut. Die Parole heisst also einfach: «durchhalten!» Die Lebenskraft ist meist stärker, als man glaubt. Man sollte daher nicht so schnell den Mut verlieren. Immer und immer wieder kann ich bei vielen Patienten feststellen, dass es gerade an diesem Durchhalten mangelt, indem sie viel zu schnell mutlos nachgeben, wenn sich der Erfolg nicht sofort oder nach einer gewissen Zeit einstellt. Ganz besonders tragen auch die Gesunden, die die Kranken betreuen müssen, sehr oft dazu bei, solche niederzudrücken und ihnen den Mut zu rauben. Eine zuversichtliche Aufmunterung aber ist weit besser als alles unnötige Sorgen. Immer und immer wieder sollte man ermutigen, dass es schon wieder besser kommen werde, dass man nur tapfer durchhalten müsse.

Des öftern erhalte ich Berichte, die mir dies bestätigen. So schrieb mir ein Freund aus Chanéaz über das Ergehen einer schwer lungenleidenden Verwandten aus Deutschland einen erfreulichen Bericht. Vor Monaten hatte er mir deren trübselige Lage geschildert und mich um Rat angefragt, um noch einigermassen helfen zu können. Ich habe ihm ein biologisches Kalkpräparat geschickt, nebst einem natürlichen, pflanzlichen Kieselsäurepräparat und habe ihm die Weisungen gegeben, wie ich sie in solchen Fällen immer gebe, denn ein eigentliches Heilmittel gegen solche Leiden gibt es nicht, sondern nur unterstützende Anwendungen, die dem Körper die Möglichkeit geben, sich selbst zu helfen. Die eigene Heilkraft des Körpers ist sehr gross, wenn man sie richtig zur Geltung kommen lässt. Aus dem erhaltenen Schreiben möchte ich nur folgenden Satz hervorheben: «Längst schon wollte ich Dir geschrieben haben, schon aus dem Grunde, da ich wiederholt von meiner Verwandten hörte, dass es zum grössten Erstaunen der Aerzte der betreffenden Kranken besser gehe.»

Auch der Bericht eines Verwalters aus Schaffhausen, den ich vor mehreren Wochen gesprochen habe, hat mich sehr gefreut. Damals war der Patient ziemlich trostlos, denn er hatte den Eindruck, sein Zustand sei so, dass er seinen Aufgaben nicht mehr gewachsen sein könne. Sowohl die Nerven, als auch die Drüsen schienen zu versagen, und das Adernsystem war nicht mehr in Ordnung. Die Situation schien ziemlich hoffnungslos zu sein. Nachdem nun aber einige Anwendungen durchgeführt und drei hervorragende Mittel zur Regenerierung der Adern eingenommen worden sind, bekam ich den Bericht: «Es ist nicht mehr weiter abwärts gegangen, es ist nicht schlechter geworden, also schon etwas besser.» Solch kleine, aber wichtige Errungenschaften gibt man ja allerdings nur ungern zu, besonders, wenn man vordem allzusehr unter schwerem Druck gelitten hat. Immer und immer wieder sehe ich, wie wichtig es ist, durchzuhalten. Hat man z. B.