

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 5 (1947-1948)
Heft: 10

Inhaltsverzeichnis

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: 03.05.2026

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^o
Druck: Isenegger & Cie., Villmergen (Aarg.)

Insertionspreis:
Die einspaltige Millimeterzeile 15 Rp.

AUS DEM INHALT:

1. Stiefmütterchen. - 2. Von grosser Not. - 3. Urinanalysen. - 4. Schlaflosigkeit. - 5. Unfreiwillige Kneippkuren. - 6. Ruhejahr. - 7. Unsere Heilkräuter: Viola tricolor (Stiefmütterchen). - 8. Fragen und Antworten: a) Von verschiedenen Mitteln, ihrer Anwendung und Wirksamkeit; b) Naturärztliche Fragen. - 9. Aus dem Leserkreis: a) Ein Urteil von vielen; b) «Wem nid isch z'rote, dem isch nid z'hälfe». - 10. Warenkunde: Wildfrüchte (Hagebutten und Berberitzenbeeren, Weissdornbeeren, Vogelbeeren).

Von grosser Not

Wenn wir einmal unsere kleine Friedensinsel, die Schweiz, verlassen, um einen Abstecher in die Länder des Elends vorzunehmen, die rings um uns herum in schlimmste Lagen gedrängt worden sind, dann können wir uns einigermaßen ein Bild von der erschütternden Not, die überall herrscht, vorstellen. Wie notdürftig sind die Wohnungen zusammengeflickt, wie armselig sind die Kleider, wie mangelhaft die Nahrung! Blicken wir aber erst einmal in die Augen dieser unterernährten, bedrängten Menschen, dann ermassen wir einigermaßen ihre seelische Not, denn hohl und leer schauen sie vielfach an uns vorüber, hoffnungslos ins Weite hinein. Die Aussichtslosigkeit dieser Menschen, sich irgendwie spärlich einzurichten, bedrückt uns übermässig. Noch immer müssen sie Besatzungsmächte ertragen, noch immer stehen sie unter Diktaten, unter Befehlen und Einengungen, die jegliches Bestreben, sich wieder entwickeln und entfalten zu können, erdrosseln und verunmöglichen. Die ganze Vitalität wird dadurch lahmgelegt. Fühlen wir all diese schweren Folgen menschlicher Entgleisung nach, dann müssen wir in unsrer Hilflosigkeit und Bedrängnis einsehen, dass nur eine allmächtige Hand aus einer solch grossen Not Abhilfe schaffen kann. Dies gilt auch in gewissem Mass für die Not der heranwachsenden, reifenden Jugend, denn auch sie ist gross, wenn wir sie vielleicht schon kaum beachten und sie am liebsten nicht wahr haben möchten. Gleichwohl aber steht auch die Jugend unter einer grossen Aussichtslosigkeit, da sie überall gehemmt und unter Druck gesetzt ist, wenn schon gerade die Jugend Verständnis und Wärme benötigt, um sich auf gerader Bahn entfalten zu können. Statt dessen aber stürzt sie sich in ihrer Not in irgend ein Elend hinein, nur, um vergessen zu können, um irgendwo verstehendes Entgegenkommen zu finden. Was fragt sie schliesslich danach, ob die Grundlage, auf der sie sich befindet, unerwünscht und unrichtig sei, wenn sie sich nur auf irgend eine Weise durch das Leben hindurchfindet; dem Wie schenkt sie keine grosse Aufmerksamkeit, keine ernstlichen Bedenken. Vielleicht sind jene, die die allgemeine Not empfinden, in noch grösserer Bedrängnis als die Gleichgültigen, denn sie erkennen die Aussichtslosigkeit in doppeltem Mass. Was können wir schon tun, um den allgemeinen Uebelstand zu

Stiefmütterchen

*Stiefmütterchen, wie hübsch bist du,
Wie freundlich lächelt dein Gesicht,
Stiefmütterchen, in aller Ruh
Blickst farbenfreudig du zum Licht.
Wer hat dir deinen Namen zugebracht,
Du siehst doch ganz nach echter Treue aus?
Stiefmütterchen belustigt lacht:
«Voll eigener Kinder ist mein Haus!
Ich heiss nur so, doch bin ich mütterlich.
Nicht nur den eignen Kindern helf' ich treu,
Ich liebe auch die Menschen inniglich
Und diene ihnen täglich stets aufs neu.
Ist's Scherz, ist's Neid, der mich verkennet?
Ich weiss es wahrlich selber nicht,
Es ist nicht wichtig, wie man mich benennet,
Wohl aber, dass voll Liebe leuchtet mein Gesicht!»*

beheben? Wir können mitempfinden, können mildern, können auf die Wunden ein Pflästerchen legen, aber heilen, wie es notwendig wäre, das können wir nicht, wenigstens nicht im allgemeinen, sondern höchstens vereinzelt.

Steht es nun mit unsrer Schweizerjugend vielleicht besser? Haben Eltern und Erzieher ihr Möglichstes getan, um der seelischen Not zu steuern, da unser Land ja nicht von der Kriegsfurie und ihren Folgen heimgesucht worden ist? Ständen uns wohl die gleichen zwingenden Verhältnisse im Wege, wie in den vom Kriege betroffenen Ländern, die es uns verunmöglicht hätten, unsrer Jugend das zu bieten, was sie notwendig hat? Nein, die gleichen Schwierigkeiten standen uns niemals im Wege, wohl aber das Festhängen am alten Zopf, an Sitten und Gebräuchen, die sich in Zeiten der Not nicht bewähren. Kurzsichtigkeit und Engherzigkeit vernageln das Verständnis und drängen die Jugend in das Extrem der Ausgelassenheit. Was wir Aeltern der heutigen Generation in unsrer eignen Jugendzeit erlebt und gesehen haben, war nur selten mit einer Dosis Sensation gewürzt. Was aber unsere heutige Jugend an sich herantreten lässt, gleicht einer ständigen Narkose, einer Betäubung, die das klare Unterscheidungsvermögen erdrosselt. So ist es leicht verständlich, dass besonders die sexuelle Not sehr gross geworden ist. Meine beiden Vorträge über «Harmonisches und unharmonisches Geschlechtsleben», wie auch über «Liebe und Leidenschaft» haben da-