

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 13 (1956)  
**Heft:** 2

## 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](#)

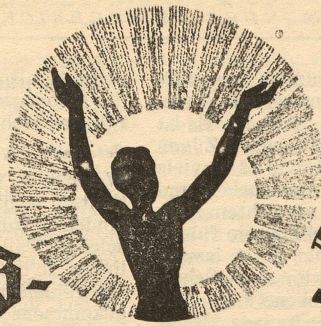
**Download PDF:** 02.10.2025

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

# Gesundheits-Nachrichten

MONATSZEITSCHRIFT FÜR NATURHEILKUNDE

Naturgemässe Ernährung, Körperpflege und Erziehung



<b>Jahresabonnement:</b>	<b>Redaktion/Verlag:</b> Dr. h. c. A. Vogel, Teufen	<b>Vertriebsstelle für Deutschland:</b>	<b>Insertionspreis:</b>
Inland Fr. 4.50	Telefon (071) 23 61 70 Postcheck IX 10 775	VITAM-Verlag Hameln Abonnement: 4.50 DM	Die 1spaltige mm-Zeile 30 Rp.
Ausland Fr. 5.70	Druck: Isenegger & Cie., Villmergen	Postcheckkonto Hannover 554 56	Bei Wiederholungen Rabatt

AUS DEM INHALT / 1. Nimmermehr allein. / 2. Glückhafte Familiengründung. / 3. Leberkrebs. / 4. Gewohnheitsgesetze. / 5. Nierenkrankheiten, ihre Gefahren und ihre Behandlung. / 6. Bewußte Wertschätzung. / 7. Fragen und Antworten: a) Heilung bei Gürtelrose; b) Hilfe bei Herzstörungen. / 8. Aus dem Leserkreis: a) Ermüdete und entzündete Augen; b) Gelée Royale bewährt sich.

## Nimmermehr allein

*Eine junge, frische Mädchenblüte  
Fühlt sich hingezogen im Gemüte  
Zu des Mannes ernster Freundlichkeit,  
Und er wird zu ihrer Lebensfreud'.  
Sie entschließt sich in ihrem Herzen,  
Wohl zu teilen Wonne so als Schmerzen  
Mit ihm immerdar und alle Zeit,  
Und sie fühlt, daß niemals es sie reut.*

*Denn, wo er nicht ist, ist lauter Schatten,  
Ohne ihn wird eher sie ermatten,  
Sonne ist, wo immer er verweilt,  
Darum sie das Leben mit ihm teilt.  
Zur Gehilfin ist sie auserkoren,  
Zur Gefährtin ist sie ihm geboren,  
Nutzvoll, denn das Leben eilt,  
Und die wahre Liebe Wunden heilt.*

*Der Gemeinschaft beider bald entspriesset,  
Was das Mutterherze froh genießet,  
Zierlich eine Menschenblume klein,  
Zu des Schöpfers Ruhme mag sie sein.  
Denn der Mensch kann wahrlich übertragen  
Seines Lebens eignes Tun und Wagen,  
Und so ist er nimmer mehr allein,  
Eine ganze Schar wird um ihn sein.*

## Glückhafte Familiengründung

*Nach alter Väter Sitte oder modern?*

Wenn Schillers Ausführungen im Lied von der Glocke heute auch als überholt betrachtet werden mögen, so stehen sie doch dem, was der Schöpfer in seinem erhabenen Sinne schuf und beabsichtigte, näher als die Einstellung und Handlungsweise unserer Zeit. Besonders seit den beiden Weltkriegern hat sich ein schriller Mißton des Schmerzes aus vielen Herzen gelöst, voll Kummer über das viele Unrecht, das unschuldig vergossene Blut, das Zerreißen glücklicher Familienbande durch Terror, Gefangenschaft und Tod. All die unmenschlichen Schrecken sind nicht spurlos an unserem Geschlecht vorübergegangen. In vermehrtem Maß haben sie jene unglückseligen Merkmale zurückgelassen, die jeder Krieg mit sich bringt, das Ansteigen von Verderbenheit und Verrohung. Wo diese indes nicht Eingang gefunden haben, da stimmen Schillers Worte immer noch, die uns schildern, wie nach stolzer Knabenzeit der Jüngling errötend den Spuren des geliebten Mädchens folgt, das er sich als seine Gefährtin auserkoren hat. Vieles hat zwar das heutige Leben mit seinen

Forderungen an Feinheit eingeübt, aber auch heute mag es noch solche Mädchen geben, die ihre Blütezeit nicht zu Törichtem verbrauchen, weil es heute nun einmal so üblich ist, ja sogar bald zum guten Ton gehört, sondern solche, die noch heute Wert darauf legen mit dem duftigen Geschmeide der Unverdorbenheit in die Ehe eintreten zu können. Wer es sein mag, der sie zu diesem Schritt einlädt, steht nicht in ihrer Macht zu bestimmen, denn das Herz ist in der Hinsicht oft ein sonderbares Ding. Es schlägt da höher, wo es ihm gefällt, und da, wo es höher schlägt, da mag auch der rechte Ort sein, um zu verweilen, es sei denn, die Wahl des Herzens sei einem Unwürdigen zuteil geworden. Auch dies kann es geben, und es ist ein bitteres Kräutlein Wermut in den schönen Jugendfrühling hinein, aber ein gesundes, gerades Gemüt wird daran nicht zerschellen, sondern lieber verzichten und weitere Ausschau halten, als das Leben mit jemandem zu teilen, der auf Abwegen weilt. Wer in seiner Jugendzeit einmal Gottfried Kellers Novellen gelesen hat, der weiß, wie gut und humorvoll er sein eigenes Mißgeschick schilderte, das ihn schöne Frauenbilder in seiner Phantasie erschaffen ließ, die er doch für sich im Leben nicht zu finden vermochte. Darum, welch ein Glück, wenn es mit dem gewichtigen Wörtlein Neigung beidseitig zur vollen Zufriedenheit klappt. Welch eine Wonne für das junge Mädchen, sich zu jenem Manne hingezogen zu fühlen, ohne den es nicht mehr leben möchte! Welch eine Genugtuung für den jungen Mann jenes Mädchen gefunden zu haben, dem seine volle Neigung gehört, und das nicht wegen seinem Stand, seinem Beruf oder seinem Besitztum mit ihm zu leben begehrt!

*Nicht mehr allein*

Welch ein Glück, daß er sich nicht mehr einsam fühlen muß, weil niemand sein tiefstes Empfinden mit ihm teilt, ihm niemand mit gleicher Jugendkraft bei seinem Streben mutig zur Seite steht. Wohl sind die Freunde recht und lieb, aber ein jeder von ihnen ist von der eigenen Laufbahn, die er eingeschlagen hat, vollauf in Anspruch genommen. Auch die Eltern und Geschwister leben im Grunde genommen ihr eigenes Leben, das ihnen nicht die Möglichkeit bietet, so in seinen Plänen und seinem Impuls aufzugehen, wie er es zur Unterstützung und zum Ansporn wünscht und benötigt. Welch ein Geschenk des Himmels ist daher die wunderbare Tatsache, daß da eine Mädchenblüte für ihn bereit steht, um mit ihm das Leben in Eintracht und tiefster Gemeinschaft zu leben, um Freude und Leid mit ihm zu teilen, um ihn nie allein zu lassen. Erst jetzt versteht er die Worte des Schöpfers: «Es ist nicht gut, daß der Mensch allein sei, ich will ihm eine Gefährtin schaffen». Was er an Wertschätzung und Dankbarkeit empfindet, wenn er diese Lebensgefährtin gefunden hat, kann nur der ermessen, der sich wie er ebenfalls nach