

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 22 (1965)  
**Heft:** 4

**Artikel:** Günstige Beeinflussung  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-969126>

#### 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:** 10.02.2026

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

bewiesen, wie massgebend die bioklimatischen Einflüsse für die menschliche Gesundheit zu sein vermögen, und er hat dabei auch die Wasseradern gebührend berücksichtigt. Nicht jeder Mensch ist da gleich empfindlich, auch kommt es auf die Bauart und das Material des Hauses an, auf die Isolatoren, denn je nachdem wird man dadurch feststellen können, ob die Wasseradern stark oder weniger stark einzuwirken vermögen. Auch kann man durch eine genaue Untersuchung der Sachlage eher sicher sein, ob überhaupt Wasseradern vorhanden sind und wo diese durchgehen. Es gibt heute Spezialisten, die mit physikalischen Apparaten solche Feststellungen vornehmen können, aber es ist nicht leicht, den ungünstigen Einfluss der Wasserläufe ganz auszuschalten. Zwar gibt es viele

Apparate und Geräte, die helfen sollen, die aber teilweise nicht dem entsprechen, was man von ihnen behauptet. Man muss diesbezüglich sehr vorsichtig sein. Es ist oft besser, sich eine andere Wohnung zu beschaffen, wenn man merkt, dass man in einem Hause wegen unterirdischer Wasseradern krank wird. Sie berichten ja auch, dass Sie sich im Holzchalet, das Sie in den Ferien bewohnen, viel wohler fühlen als in Ihrer eigentlichen Wohnung. Vielleicht könnten Sie durch einen Wechsel des Schlafzimmers mit der Wohnstube eine befriedigende Lösung schaffen oder sonst eine Änderung für die Schlafstätte vornehmen. Sollte dies nicht möglich sein oder nichts nützen, dann wäre auch für Sie nach vergeblicher, offener Aussprache mit dem Hausmeister die Wohnungsänderung angebracht.

## Günstige Beeinflussung

Unsere heutige Zeit mit ihren gewaltigen, abwärtsführenden Strömungen beweist deutlich, wie leicht wir Menschen beeinflusst werden können. Oft kann ein achtllos hingeworfenes Wort schon einem Menschen schaden, oftmals aber auch nützen. Es hängt dies ganz von seiner Art und seiner Denkweise ab. Weiss er sich zu beherrschen, dann wird ihn eine Rüge nicht umbringen, sondern er wird weislich daraus lernen, selbst wenn sie nicht völlig gerecht war. Solch ein Mensch steht unter dem Gesichtspunkt günstiger Beeinflussung, denn wenn er aus unangenehmen Kleinigkeiten schon die richtige Lehre ziehen kann, wird er dadurch grossen Schwierigkeiten eher gewachsen sein. Jemand aber, der sich bei der kleinsten Beanstandung schon verletzt fühlt, wird kaum über seine Schwächen und Mängel hinwegkommen. Er hat schwer, sich vor seiner grossen Empfindlichkeit zu schützen, und sehr oft treibt sie ihn auf den entgegengesetzten Weg, den er eigentlich einschlagen wollte.

Das Elternhaus sollte dem jungen Menschen die notwendige Stütze bieten, damit ungünstige Einflüsse der Schul-, Lehr- und Rekrutenzzeit keine wesentliche Gefährdung darstellen. Aber sagte nicht schon Goethe: «Wir könnten erzogene Kinder gebären, wenn die Eltern erzogener wären». Die Schädigungen der Kriegszeiten lasten schwer auf unserer Genera-

tion, und die Hochkonjunktur hat mit ihrer gesteigerten Verdienstmöglichkeit Unruhe und Begehren vermehrt. Da nun aber das Glück eine innere Angelegenheit ist, die nicht vom Besitz abhängt, sieht sich mancher trotz materiellem Erfolg im Strudel unbefriedigter Gefühle gefangen. Unsere Jugend strebt nach einem Ausgleich und findet ihn nicht. Irgend etwas Wertvolles ist ihr verloren gegangen. Trotz der erworbenen Freiheit findet sie das angestrebte Glück nicht, denn es liegt nicht darin, dass man sich alles gewährt, was man begehrte, sondern vielmehr in einer freiwilligen Entschuldigung, die wir mit dem freundlichen Wort Genügsamkeit benennen können. In der Tat, dieses kleine Gut könnte sich eigentlich jeder erwerben, er mag arm oder reich sein, denn es kostet kein Geld, nur ein wenig Selbstbeherrschung, die sich jeder mit etwas festem Willen aneignen kann.

## Vom Wert der Gegügsamkeit

Heute sind wir meist arm an Zeit. Die Genügsamkeit beschafft sie uns. Wir haben die Zufriedenheit und Dankbarkeit auf dem Weg nach anderen Gütern verloren. Die Genügsamkeit gönnt uns die Zeit, sie beide wieder zu finden. Mit ihr zusammen werden wir plötzlich gewahr, welche kostenlose Güter jeder einzelne Tag an uns verschenkt. Da ist beispielsweise die Sonne, die uns auf unserem Weg begleit-

tet, der Himmel, der uns mit seinem leuchtenden Blau die Sorgen vertreiben hilft, da sind Gräser und Blätter, mit Tautropfen, die wie Silberkugelchen funkeln. Wie freundliche Gesichter begrüssen uns die vielen farbenfrohen Blumen und in den Bäumen und Sträuchern zwitschert die Vogelwelt. Wir haben wirklich allen Grund, uns mit der lieben Genügsamkeit zu befrieden und uns ihrem günstigen Einfluss hinzugeben, veranlasst sie uns doch keineswegs, gleichgültig oder gar liederlich zu werden, denn sie beschenkt uns mit allem Schönen, an dem wir auf der Jagd nach eitlem Besitz blind vorübergezogen sind. Die Einfachheit unserer Umwelt stört uns nicht mehr, denn wo könnte unser Schönheitssinn besser geschult werden als in der freigebigen Natur? Ihren bescheidenen Schmuck, ihre

Sauberkeit tragen wir mit nach Hause und die Genügsamkeit hilft uns, dort alles kostenlos zu vergolden. Die Zeit der Grossmutter, der Urgrossmutter kehrt wieder bei uns ein, denn wir haben uns erneut einen gesunden Sinn erworben, der das Glück innerer Zufriedenheit zu bewahren versteht.

Nicht jeder wird gewillt sein, sich auf diese Weise günstig beeinflussen zu lassen, noch wird jeder, wenn er auch wollte, es können, denn wer ein schlimmes Erbe angetreten hat und einer fesselnden Sucht frönt, wird diese Fesseln nicht ohne weiteres sprengen können. Wer jedoch sein Lebensschifflein in ruhigeres Gewässer steuern kann, wird bald gewahr werden, dass es sich lohnt, sein Leben mit den Werten der Genügsamkeit zu füllen.

## Kräftespender! Naturreine Konfitüren B'l'OFORCE

nur in 450 gr. Vacuum-Glas

Aus frischen, sonnengereiften Früchten, ohne Glukose, ohne künstliche Farbe, ohne künstliches Aroma, ohne Konservierungsmittel, mit Beigabe von eingedicktem Traubensaft.

Aprikosen

Brombeeren

Erdbeeren

Heidelbeeren

Johannisbeeren rot

Cassis

Himbeeren

Rohes Hagebuttenmark

Alpenkräutermaß

Hollunder-Gelée

Wacholderlatwerge

Orangen

Erhältlich in Reformhäusern und guten Lebensmittel-Fachgeschäften

## Reformhaus-Verkauf

Wer interessiert sich für den Kauf eines

### Reformhauses?

Mangels geeignetem Personal sehen wir uns veranlasst, das Reformhaus in der Kesslergasse 21 in Bern an tüchtigen Interessenten zu veräussern. Dem Kenner der Branche bietet es eine erfolgreiche Grundlage.

Interessenten für den Kauf oder für die Leitung mit Beteiligung möchten sich melden bei: A. Vogel, Teufen AR.