Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 22 (1965)
Heft: 10

Artikel: Das Pünktlein des Erfolges
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-969185

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

Das Pünktlein des Erfolges

Dies kommt auch bei einem Kahlschlag im Walde zur Geltung. Wird an einer Sonnenhalde der Boden von der Sonne nicht nur ausgetrocknet, sondern förmlich ausgebrannt, dann ist es eine schwere Aufgabe für den Förster, die Jungpflanzen durchzubringen.

Vorteile jodhaltiger Kalkdüngung

Wer im biologischen Landbau einmal den Nutzen der Bodenbedeckung kennen lernte, wird diese beibehalten. Gute Erfahrungen konnte ich auf meinen Kulturen auch mit der Düngung des Meeralgenkalkes Galmacol machen, indem ich diesen vor dem Anpflanzen den Frühling und Sommer hindurch in kleinen Mengen auf die Erde streute. Die besseren Ergebnisse, die diese Düngung für die Pflanzen mit sich brachte, waren ganz offensichtlich. Besonders deutlich zeigte sich der Unterschied bei den Erdbeeren, die dadurch viel süsser wurden und kräftig grüne, gesunde Blätter erhielten. Gut gediehen nebst dem Spinat und den Bohnen vor allem auch die Radieschen mit Hilfe dieses jodhaltigen Kalkdüngers. Letztere wurden noch einmal so gross wie sonst und waren trotzdem nicht holzig, sondern sehr schmackhaft.

Wer einen grossen Garten allein betreuen muss, weil ihm die Hilfskräfte fehlen, schätzt es doppelt, mit Hilfe von biologischen Methoden bedeutende Erleichterung zu finden. Wenn man sie einmal beherrscht, findet man sie so praktisch, dass man sich ihr fernerhin bedient, denn sie gibt weniger Arbeit und liefert einen überdurchschnittlichen Ertrag.

Eine Amerikanerin war durch Kinderlähmung gehindert, wie ihre Kolleginnen sportlich tätig zu sein. Sie empfand diese Zurücksetzung als Ärgernis und fasste den Entschluss, mit eisernem Willen der unerwünschten Bedingtheit ihres Weges ein Schnippchen zu schlagen, jedoch ganz im Geheimen, damit niemand sie daran hindern konnte. Sie war sich voll bewusst, dass dieser Entschluss mit einem harten Kampf verbunden war. Täglich begann sie die zum Teil gelähmten Muskeln zu trainieren. Neben den Bewegungsübungen und den Massagen hielt sie sich an eine strenge, gesunde Ernährung. All dies bewältigte sie neben den Alltagspflichten. Die Studienkolleginnen waren gewöhnt, dass sie bei den sportlichen Veranstaltungen nie teilnahm, und deshalb bemerkten sie gar nicht, dass die restlichen Krankheitsmängel immer mehr verschwanden.

Als ein Schwimmwettkampf ausgetragen werden sollte, meldete sich auch die zuvor teilgelähmte, was allgemeines Erstaunen, ja sogar ein gewisses Entsetzen auslöste. Es musste sich bei ihr bestimmt um einen Ulk oder ein Versagen der Zurechnungsfähigkeit handeln. Erst zuletzt, nach allen andern Beteiligten wurde auch das vermeintliche kranke Mädchen zugelassen, denn man wollte sich mit ihr nicht blamieren und auch die Zuschauer nicht schockieren. Wie ein Pfeil schoss jedoch die Benachteiligte im Wasser ans andere Ende des Bassins, stiess flink ab und beendete ebenso flink ihre Runde. Lächelnd betrachtete sie hierauf auf der Tafel ihren Sieg, denn sie war wahrhaftig als Erste aus dem Wettkampf hervorgegangen. Alle Anwesenden erregte das Rätsel, das ihnen die Siegerin aufgab. Woher hatte sie sich die Kraft, Wendigkeit und Ausdauer beschafft ? Von allen umringt, erzählte sie den heimlichen Entschluss, den sie vor Jahren in ihrem Herzen gefasst hatte und den sie ebenso heimlich durchführte. Unter der Bedingung, nicht verraten zu werden, schloss sie sich einem anderen Schwimmklub an und trainierte

jeden Morgen erst nur eine Viertelstunde, dann eine halbe Stunde, bis sie soviel Energie aufbrachte, dass sie überhaupt fast die gesamte Freizeit zum Trainieren verwendete. Die Folge war ihr Sieg, den sie in doppeltem Sinne feiern konnte, hatte sie doch in erster Linie jegliche Niedergeschlagenheit und Entmutigung tapfer überwunden, um nun nachträglich auch das Wettschwimmen zu gewinnen und ihre gesunden Kolleginnen zu besiegen.

Weitere Beispiele

Diese Amerikanerin ist allerdings nicht die einzige, die es verstand, ihr Los günstig zu beeinflussen. Einen ebenso schönen Erfolg erfuhr ich von einem anderen Teilgelähmten. Ein Unfall hatte ihm das Gehvermögen völlig geraubt und der Betrieb, in dem er tätig war, hatte ihn dieserhalb entlassen. Er erkämpfte sich jedoch im Lauf der Zeit seine Gehfähigkeit wieder zurück und fand in einer Konkurrenzfirma erneut eine Stellung. Durch unermüdliche Beharrlichkeit gelang es ihm, dort sogar bis zum Direktor aufzusteigen. Ich kenne auch noch zwei Skifahrer, einen Österreicher und einen Deutschen, die beide im Krieg ein Bein verloren haben. Mit Ausdauer und stetigem Training brachten sie es beim Skifahren jedoch auf dem einen Bein zu einer solchen Fertigkeit, dass sie noch an Rennen teilnehmen konnten.

Das sind einige Beispiele von Menschen, die in schwieriger Lage nicht aufgaben, während anderseits jährlich Tausende sterben, weil ihre Zuversicht und ihr Durchhaltewillen nicht ausreichen. Diese beiden entgegengesetzten Arten von Menschen werden ganz wunderbar illustriert im Beispiel jener beiden Frösche, die in einen Rahmtopf gefallen waren. Obwohl für beide die Lage gleich aussichtslos war, hörte doch der eine von ihnen nicht auf zu strampeln, während der andere ermüdete und in seiner Hoffnungslosigkeit ertrank. Was veranlasste den andern trotz der Aussichtslosigkeit beharrlich weiterzustrampeln, bis er plötzlich Boden unter den Füssen verspürte, dass er schliesslich abstossen und aus dem Kruge springen konnte ? Aus dem Rahm war durch sein unermüdliches Bemühen Butter geworden. Konnte er dies voraussehen ? Bestimmt nicht und doch liess er sich nicht entmutigen und gewann schliesslich !

Richtige Schlussfolgerung

Sollten nicht auch wir statt in schwieriger Lage den Kampf verzweifelt aufzugeben, viel eher durchhalten, denn oft steht eine für uns völlig unbekannte Lösung bereit, wir sollten nur nicht zuvor aufgeben. Selbst im Krankheitsfalle liegen oft mehr Kraftreserven in unserem Körper als wir ahnen. Mit Gelassenheit, Geduld und Zuversicht erreichen wir mehr als mit verzweifelter Mutlosigkeit. Nur allein schon in einer bejahenden Einstellung liegt ein Grossteil der Heilungsmöglichkeit. Die endokrinen Drüsen und wichtige Funktionen im Körper werden dadurch erneut belebt und fangen an, unmerklich einen Vorsprung zu gewinnen. Durch Ungeduld und Unwillen gegen das Kranksein erreichen wir indes das Gegenteil, denn statt eine richtig gewählte Therapie beharrlich durchzuführen und regelmässig gute Heilmittel weiter einzunehmen, ermatten wir rasch und geben auf. War nicht Roosevelt ebenfalls an Kinderlähmung erkrankt, und dennoch wurde er später Präsident der Vereinigten Staaten ! Der Durchhaltewille ist demnach ein Pflänzlein im Garten der Tugend, das bei richtiger Pflege sehr fruchtbar sein kann; vergleicht man es mit einem der Heilkräuter, dann kann es wie diese lebensrettende Eigenschaften besitzen.