

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 23 (1966)  
**Heft:** 2

**Artikel:** Die Heilkraft dankbarer Gesinnung  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-969342>

#### 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:** 22.02.2026

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

mit der Schwangerschaft, der Geburt und Pflege ihres vierten Kindchens verhielt. Voll Freude berichtete uns Fr. L. aus O. im Laufe des vergangenen Jahres: «Schon lange möchte ich meinen herzlichen Dank aussprechen für die erhaltenen Ratschläge. Letzes Jahr habe ich während meiner Schangerschaft um Rat gebeten. Ich habe inzwischen die Anweisungen befolgt, und zwar mit wunderbarem Erfolg. Während der neun Monate hatte ich keine besonderen Beschwerden. Auf den Tag genau erblickte unsere Kleine das Licht der Welt. Unsere Freude war sehr gross, um so mehr, da die Geburt sehr schnell und verhältnismässig leicht vorsich ging. Ich möchte auch noch mitteilen, wie sehr wir die «Gesundheits-Nachrichten» schätzen. Wir haben schon viel daraus gelernt und entsprechend gehandelt. Auch das Echinaforce ist einfach wunderbar. Ich habe es unserem Baby gegeben, als es noch keine drei Monate alt war. Es war erkältet und weinte jämmerlich. Alle 2 bis

3 Stunden erhielt das Kindlein 2 bis 3 Tröpflein und schlief ruhig die ganze Nacht hindurch. Man kann immer wieder staunen über die grosse Heilkraft der Pflanzen. Dem Schöpfer gebührt all die Ehre und der Ruhm für all das Schöne und Gute.»

Man kann mit Naturmitteln tatsächlich viel erreichen, wenn man sie richtig anwendet. Sie sind harmlos und wirken dennoch zuverlässig, und jeder, der sie wertschätzt, weil er ihre erfolgreichen Dienstmöglichkeiten kennt und von Fall zu Fall davon Gebrauch macht, erspart sich viele Unannehmlichkeiten und Sorgen. Gerade aus diesem Grunde ist «Der kleine Doktor» so weltweit geschätzt, weil er ausführlich und freimütig bekanntgibt, wieviel Hilfe uns die Natur auf einfache Weise darbietet. Er lehrt uns auch den eigenen Zustand beobachten und erteilt gute Ratschläge, die jedem, der sie befolgt, zum Nutzen sind.

### Die Heilkraft dankbarer Gesinnung

Es gibt Menschen, die, oft völlig unbedrängt, niedergeschlagen sind. Geht man der Ursache auf die Spur, dann findet man, dass sie sich selbst sehr ungünstig beurteilen. Was sie leisteten, scheint ihnen gering zu sein, und was sie noch zu wirken vermögen, genügt nicht. Übergross erscheint ihnen, was nicht mit Erfolg gekrönt war, und wirkliches Missgeschick können sie sich kaum vergeben. Statt das Gute, das man erreichte, dem Übel, das sich in den Weg stellte, heilsam gegenüberzustellen, vergisst man es und läuft Gefahr, überhaupt alles mit verdriesslicher Brille zu betrachten. Wer so veranlagt ist, denkt nicht darüber nach, dass dies im Grunde genommen eine Einstellung ist, die der Dankbarkeit ermanngelt, denn die Dankbarkeit ist eine Kraft, die über Verdriessliches hinweghilft. Wie zerstörend dagegen die Undankbarkeit zu wirken vermag, kann uns folgende ländliche Begebenheit lebhaft veranschaulichen:

In einem Bauerndorf nahe der Stadt lebten vor ungefähr 50 Jahren zwei Landwirte, von denen jeder ein schönes Gehöfte in ungefähr gleicher Grösse sein eigen nannte. Durch Ungeschicklichkeit des Grossvaters ging jedoch einem der beiden einer der schönsten Äcker verloren und gelangte an den Nachbarn, also an den anderen Landwirt. Diesen Verlust konnte der benachteiligte Bauer nie mehr verschmerzen. Statt mit seinen schönen Ernteerträgen zufrieden zu sein, galt nur die Ernte, die der Nachbar von dem Acker, der einst zu seinem Hof gehört hatte, etwas. Jegliche Dankbarkeit für das, was er vom Vater immerhin noch hatte erben können, erstarb in bohrendem Ärger und verzehrender Verdrossenheit. Diese Einstellung zehrte auch an der Gesundheit, denn sie zermürkte das Herz und verhärtete die Leber. Dabei dachte der Bauer nicht im geringsten daran, dass er dadurch auch das Leben der Angehörigen ungeniessbar gestaltete, und dass er ihre

Mühe und Arbeit mit Undank lohnte, denn er war nicht fähig, sie zu beachten, und konnte sie daher auch in keiner Form anerkennen. Der unzufriedene Geist des Bauern griff begreiflicherweise auch auf seine Leistungsfähigkeit über, und dies beeinträchtigte wiederum die Erträge. Das nachbarliche Einvernehmen wurde so schlecht, dass sich der Nachbar entschloss, sein eigenes Gut zu verkaufen und wegzuziehen. Sein Besitztum brachte ihm einen schönen Erlös ein, was den Verdruss und Ärger des andern noch zusätzlich steigerte. Seine gute Konstitution und Erbmasse konnte ihm nicht über die schlimmen Folgen seiner geistigen Verfassung hinwegverhelfen, denn diese verhärtete nicht nur seine Seele, sondern auch seine Leber. Statt mit seinen Angehörigen glückliche Jahre des Zusammenseins geniessen zu können, ging er als verbitterter Mensch an seinem Leiden zugrunde.

20 Jahre später konnten die Nachkommen das Land, das in der Nähe des Dorfes lag, als Bauland überaus günstig verkaufen, denn die Bodenpreise waren inzwischen sehr gestiegen. Sie lösten daher für jeden einzelnen Erben ein Mehrfaches von dem, was ihr früherer Nachbar für sein gesamtes Gut erhalten hatte. Wäre der Vater für das, was er trotz dem Verlust des einen Ackers noch besessen hatte, dankbar gewesen, dann wären ihm noch friedliche Jahre beschieden gewesen, denn er hätte sein Leben nicht an nutzlosem Groll einzubüssen müssen. Ob die Nachkommen geschickter sein werden als er, wird die Zukunft zeigen, denn gewissermassen unverdienter Reichtum, den uns die Gunst des Lebens zuführte, darf, damit er des Segens nicht verlustig gehe, nicht der Dankbarkeit ermangeln.

Wenn ich diese soeben geschilderte Begebenheit mit den Erfahrungen bei den Inkaindianern vergleiche, dann muss ich sagen, dass diese mit dem Leben bedeutend besser abschlossen. Obwohl sie keineswegs begütert waren, fanden sie doch jeden Morgen Zeit, ihren aufrichtigen Dank zu bekunden, dass die Sonne nach

jeder Nacht mit ihren lebengebenden, heilenden Strahlen immer wieder in Erscheinung trat. Noch andere, einfache Menschen traf ich auf meinen Reisen, die nie vergassen, dem Schöpfer aufrichtige Dankbarkeit entgegenzubringen für alles, was er wachsen und gedeihen liess, ja sogar für die wunderbare Luft, die sie stets einatmen durften. Nichts von den göttlichen Gaben war ihnen selbstverständlich, weshalb sie auch mit ihren sehr bescheidenen irdischen Gütern immer zufrieden sein konnten.

### Notwendige Abhilfe

Wie anders ergeht es indes mürrischen, undankbaren Menschen, die infolge zu grosser Fülle von materiellem Besitztum verwöhnt sind! Sie können ihrem Leben keine Freude mehr abringen und geraten beim kleinsten Übel schon restlos aus dem Gleichgewicht. Wenn dem so ist, ist es bestimmt an der Zeit, sich anders einzustellen. Es gibt in den Krankenhäusern Menschen, die oft jahrelang krank sind, ja sogar hilflos daliegen müssen, weil ihre Glieder den Dienst versagen. Mit solchen sollte sich ein Unzufriedener messen, indem er sie besucht und seine Lage mit der ihrigen vergleicht. Müsste er da nicht beschämmt werden und versuchen, einen Niedergebeugten mit Mut und Hoffnung zu trösten? Sicher würde ihn dies wieder zu gesundem Denken und dankbarer Geissnung verhelfen. Er würde auch erfahren, dass die Dankbarkeit für den Kranke ein wunderbares Heilmittel ist, da sie die Drüsen anregt, den Kreislauf verbessert und wieder zu einem erholungsreichen Schlaf verhilft.

Wie schon anfangs erwähnt, gibt es manche unter uns mit jener ungünstigen Veranlagung, bei sich nur Fehler und Schwachheiten, körperliche und geistige Mängel zu sehen, ohne anderseits auch die günstigen Eigenschaften und Taten zu beachten. Solch eine Beurteilung führt zu Niedergeschlagenheit und Depressionen. Wohl wird es jener, der hierzu neigt, nicht wahrhaben wollen, dass eine solche Einstellung im Grunde genommen nichts

anderes als eine Form der Undankbarkeit ist, denn bestimmt besitzen wir nicht nur Nachteile, sondern auch Wertvolles, indem uns auch Talente beschieden sind und nicht nur ein Rucksack voller Ungeschicklichkeiten. Wenn wir uns eine gerechtere Beurteilung zukommen lassen und uns angewöhnen, nicht nur die Schwierigkeiten in Erwägung zu ziehen, sondern auch das Gute, das wir empfangen und fördern, wird unser Denken dadurch gesunden und dem Herzen Frieden vermitteln. Wenn wir gewillt sind, finden wir immer Gründe zur Dankbarkeit. Durch diese wird unser Empfinden gehoben, und unser Körper fängt besser zu arbeiten an. Das verspürt selbst der Schwerkranke, weshalb wir ihn immer zu hoffnungsfrohem Denken unterstützen sollten. Statt sich mit niederdrückenden Sorgen herumplagen zu müssen, wird er stille, belebende Reserven sammeln können, und diese vermögen oftmals Wunder zu wirken, weil sie Krankheiten heilen können, selbst wenn sie der Arzt als hoffnungsloser Fall aufgegeben hat.

Oftmals, wenn mich etwas im Leben sehr niederdrückte, erinnerte ich mich an einen besonders eindringlichen Fall von Dankbarkeit. Eine Frau, die schon 14 Jahre infolge multipler Sklerose gelähmt im Bette lag, erfuhr durch gute Anwendungen und Naturmittel eine Besserung, die ihr ermöglichte, wenigstens das Essen wieder selbst einnehmen zu können. Das erfüllte sie mit solch grosser Dankbarkeit, dass sie stets freudig lächelte, wenn ich sie besuchte. Sie, die doch allen Grund dazu gehabt hätte, brachte nie ein Wort der Klage über ihre Lippen, während andere, die gesund und stark sein mögen, oft voll Unwillen und Bitterkeit sind, wenn nicht alles nach Wunsch gelingt. Dankbare Zufriedenheit dagegen besitzt verborgene Schalthebel, die eigenartig zu wirken vermögen, indem sie die Funktionen des ganzen Körpers günstig beeinflussen können. Dankbarkeit ist deshalb tatsächlich eines der besten Heilmittel, dem alle Weisheit und Erfahrung der modernen Psychotherapie kein besseres gegenüber stellen können.

### Sind Giftpflanzen zur Gründung geeignet?

Diese Frage stellte uns eine Leserin unserer Zeitschrift, denn sie besass in ihrem Garten viel Aconitum napellus, also Ei-senhut, wie auch Digitalis purpurea, den bekannten Fingerhut. Da sie von der Bodenbedeckung als wertvolle Düngungsart erfahren hatte, wollte sie wissen, wie sich Giftpflanzen bei Gründung verhalten würden. Die Frage ist begreiflich, denn es liegt auf der Hand, dass man befürchten kann, Giftpflanzen könnten dem Boden ihre Gifte übermitteln.

Nun haben wir aber kürzlich die eigenartige Tatsache beleuchtet, dass eine Pflanze aus dem giftfreien Boden trotz ihrem giftfreien Samen die stärksten Gifte aufbauen, also synthetisieren kann. Genau so wie sie dieses Zustand bringt, kann auch der Boden die Giftpflanzen wieder aufnehmen und zu giftfreiem normalem Humus oder Kompost zurückführen. Die Natur besitzt diese erstaunliche

Gabe, Gifte auf- und abzubauen. Die Grundbausteine sind immer die gleichen. Je nach der Zusammenstellung der Grundstoffe entsteht eine Substanz, die für uns erträglich ist oder aber ein Gift, wie wir dies bei Giftpflanzen feststellen können. Diese Beobachtung ist sehr interessant für uns und sie beweist uns, dass uns die Natur noch viel Wunderbares lehren kann.

Anders verhält es sich mit chemischen Stoffen, die wir dem Boden zuführen, denn diese können den Boden vergiften und das ganze Pflanzenleben vernichten, wenn wir sie in zu konzentrierter Form verabfolgen. Auch die so wichtigen Bodenbakterien können durch chemische Stoffe zerstört werden. Nie kann jedoch dieser Umstand durch Pflanzengifte in Erscheinung treten. So ist denn die biologische Gesetzmässigkeit so grossartig, dass wir immer wieder über jede Fest-