

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 25 (1968)  
**Heft:** 3

**Artikel:** Die Petroleumlampe  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-551859>

### **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:** 25.12.2025

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



## Die Petroleumlampe

Wenn ich das gemütliche, friedvolle Bild auf dem Titelblatt unserer Märznummer betrachte, dann denke ich unwillkürlich an die alte Zeit vor dem ersten Weltkrieg zurück. Damals war ich noch ein rotbackiger Junge mit Augen, die gut beobachten konnten. Leute mit Brillen gab es in meinem Heimatort nicht viele, höchstens war etwa eine ältere Person gezwungen, sich eine solche anzuschaffen. Vielleicht war es der Petroleumlampe, die damals noch üblich war, zu verdanken, dass man das Augenlicht mehr schonte, denn sie lud nicht zum nächtlichen Aufbleiben und Arbeiten ein. Man ging daher früh zu Bett und erst später, als sich nach der Neuerung der Gaslampe das praktische, elektrische Licht einstellte, änderte diese gesundheitlich so vorteilhafte Sitte. Also war es mehr oder weniger wiederum der Petrollampe zuzuschreiben, dass man sich nach ausgiebig gutem Schlaf morgens in aller Frühe frisch und unternehmungslustig erheben konnte, und zwar besonders zur Sommerszeit. Drum finden wir in einem gemütlichen Dialektgedicht von Johann Peter Hebel die wahrheitsgetreuen Worte, die zur damaligen Zeit passten: «Und was me früeh am vieri tuet, das chunnt eim z'Nacht am Nüni z'guet.» — Schon abends um 6 Uhr läutete die sogenannte Bätzitglocke den wohlverdienten Feierabend ein. Eine erholsame Zeit der Entspannung ging dem Eindunkeln voraus. Womöglich erzählte die Grossmutter den Kindern noch ein Geschichtlein, und nach dem einfachen Nachtessen begaben sich zuerst die Kinder und dann die Erwachsenen zu Bett.

Auch das mag wegen der Petroleumlampe gewesen sein, denn ihr schwaches Licht lud nicht zum Lesen ein. So sah man sich denn veranlasst, dem gesunden Vormitternachtsschlaf volle Aufmerksamkeit zu schenken, was sich denn auch günstig auszuwirken vermochte. Damals verdiente ein Landarbeiter, wenn ich mich recht erinnere, ungefähr 2 Franken Tagelohn. Diese Belohnung habe ich vor einigen Jahren noch in Spanien angetroffen.

Für diesen bescheidenen Betrag konnte man immerhin noch allerhand erhalten, kostete doch ein kleines Brotlaibchen 5 bis 10 Rappen und 1 Kilo Kirschen 10 bis 15 Rappen. Damals gab es noch gute, schöne, ungespritzte Kirschen, denn Spritzmittel waren noch unbekannt. Nur in einem nassen Sommer gab es manchmal etwas Würmer in den Kirschen. Man suchte diese jedoch auf ganz einfache Art zu bekämpfen, indem man Klebringe aus Papierstreifen, die mit einer klebrigen Flüssigkeit versehen waren, um die Stämme befestigte, damit die Insekten daran hängen bleiben sollten.

Ja, damals war das Leben noch weit gemütlicher als später, denn noch kannten die Menschen weniger Bedürfnisse nach allen möglichen Dingen, während sich dies heute schwer geändert hat, indem eine Welle materieller Gelüste den Geist erspriesslicher Zufriedenheit gefährdet. Noch war man damals nicht so nervös wie heute, und man war auch seltener krank, wodurch die Ärzte weniger überlastet waren, wenschon es für diese in mancher Hinsicht beschwerlicher war, zu den Patienten zu gelangen, da die technischen Erleichterungen von heute noch nicht bekannt und selbstverständlich waren. Am Sonntag war es bei schönem Wetter üblich, durch die Kulturen zu wandern und im Frühling das Wunder des Blühens während der schönen Blustzeit zu beobachten. Man war beglückt, wenn man feststellen konnte, dass die Blütenbäume dem Frost entgangen waren, so dass man auf eine gute Ernte zählen konnte.

Damals hatte mein Grossvater noch eine eigene Mühle, worauf er das Getreide für das Vieh brach, auch wurde für uns das Mehl darauf gemahlen. Alle 14 Tage gab es frisches Bauernbrot, und wir Kinder erhielten zusätzlich ein sogenanntes Mutschli mit Apfelschnitzen, die in seinem Innern mitgebacken wurden. Es war für uns immer ein kleiner Festtag, wenn diese erfreuliche «Bachete» stattfand. Unser Grossvater, der bei uns sehr viel galt, besass auch eine Miete. Das war eine



Grube in der Erde, die man mit Stroh bedeckte, denn darin bewahrte man den Winter hindurch viel Gemüse auf, das dort gut und frisch blieb. Kohl, Kabis, Karotten, gelbe Rüben, Randen, eingeschlagener Lauch nebst Sellerie und manch anderes befand sich dort in gutem Gewahrsam. Im Keller lagerte ein Käse und in einer Stube selbstgemachtes Sauerkraut, und auf dem Estrich stand ein Trog mit getrockneten Früchten, weshalb er als der Schnitztrog bekannt war. Das alles gehörte zur Hauptnahrung der damaligen Landbevölkerung. Noch kannte man keine Konserven, und DDT-Produkte waren noch nicht erfunden. Nie hörte ich etwas von Krebskranken in meiner Verwandtschaft. Im Gegenteil, es waren recht gesunde Menschen unter ihnen. Noch deutlich erinnere ich mich an die Schwester meiner Grossmutter, denn noch mit 96 Jahren konnte sie die Zeitung ohne Brille lesen. Als sie 100 Jahre zählte, schlief sie, ohne je ernstlich krank gewesen zu sein, ruhig ein. Obwohl wir diese gute, alte Zeit der Pe-

troleumlampe nicht mehr zurückholen können, vermögen wir doch etwas sehr Wichtiges aus ihr zu lernen, und zwar, den Segen des Vormitternachtsschlafes mehr zu beachten. Auch können wir allgemein das Leben etwas ruhiger gestalten und nicht zuletzt auch unsere Ernährung wieder nach den bewährten, natürlichen Regeln jener Tage ausrichten. Wir können nachts auch freiwillig das elektrische Licht frühzeitig löschen, um unsere Augen nicht unnötig dem grellen Schein künstlichen Lichtes auszusetzen und in die Nacht hinein zu arbeiten. Vielleicht könnten wir unsere Jugend auch wieder mehr zur Freude an der Natur gewinnen, damit sie die Wunder der Naturschönheiten, wie einst wir, als herrliches Geschenk wertschätzen würde. Das würde ihr den Weg ebnen, auch unsere Heilpflanzen und natürlichen Heilmethoden wieder kennen und anwenden zu lernen. Sollte uns dies gelingen, dann haben wir uns bestimmt Wertvolles von dem Gemütlichen und Schönen aus der Zeit der Petroleumlampe zurückerobert.

### Ein vielumstrittenes Geheimnis

Viele Forscher geben sich seit Jahren alle Mühe, um der Bildung einer Krebszelle auf die Spur zu kommen. Man möchte genau erkennen, wieso sich aus einer normalen, gesunden Zelle eine Krebszelle entwickeln kann, denn man glaubt dadurch dem Krebs besser beikommen zu können, was ja auch stimmen mag. Zum besseren Verständnis mag uns ein Vergleich dienlich sein.

Wir könnten nämlich auch einmal untersuchen, wieso aus einem anständigen Menschen ein böses, asoziales Geschöpf werden kann. Als erstes mag vielleicht eine ungünstige Veranlagung vorliegen. Zweitens können schlechte Einflüsse eine wesentliche Veränderung herbeiführen und sowohl den körperlichen wie auch den rein seelischen Zustand allzuschwer belasten. Dabei spielen Genussgifte eine wesentliche Rolle, verschlechtern sie doch das Blutbild, auch ist ihr Einfluss

auf die Nerven sehr ungünstig. Unzweckmässige Ernährung und Mangel an Sauerstoff verlangsamen den Stoffwechsel und die Verbrennung. Das Wohlbefinden geht zurück, und der Mensch sucht nach einem Ausweg. Er mag zu Medikamenten Zuflucht nehmen und sich in seiner Umgebung nach irgendwelcher Hilfe umsehen. Versteht ihn seine Umwelt gar nicht oder lehnt ihn womöglich ganz ab, dann mag er sich der Unredlichkeit zuwenden. Wird seine Lage immer verzweifelter, dann steht noch der Weg zu Betäubungs- und Beruhigungsmitteln offen. Mit der Zeit wird er in seiner Not wie der schlimmste Zigeuner. Er vergisst die sozialen und moralischen Gesetze völlig und lebt, wenn er zu sehr zu leiden hat, rücksichtslos auf Kosten seiner Umgebung. Alle früheren Werte verkümmern in ihm. Er wird immer haltloser, bis er schliesslich an seinem eigenen Elend zerschellt.