

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 31 (1974)
Heft: 3

Artikel: Lebensmöglichkeit trotz Technisierung
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-552069>

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: 24.12.2025

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

aus Lymphozythen, Leukozyten und Phagozyten, wird bei guter Arbeitsleistung mit Viren, Pilzen und den restlichen bakteriellen Abfallstoffen fertig werden können. Wenn zudem die Leber vollwertig mitarbeitet, dann kann überhaupt keine Krebsgeschwulst entstehen, während das Fehlen dieser Vorzüge unter Umständen zu einer Krebsgeschwulst führen kann. Wenn nun in erster Linie das Lymphsystem mit Einschluss der Mandeln, der Milz und des Knochenmarkes, vielleicht auch noch des Blinddarmes in seiner Wirksamkeit vorübergehend gestört ist, dann besteht die Gefahr einer Geschwulstbildung. Es handelt sich bei dieser um eine konzentrierte, kranke Masse, die man operativ beseitigt. Nun muss sich die noch vorhandene Kampfkraft des gesamten Lymphsystems anstrengen, um mit der Krankheit und den bei der Operation vielleicht entwichenen Krebszellen fertigzuwerden. Starke, chemotherapeutische Mittel sowie die Auswirkung der Strahlentherapie könnten nun aber diese Abwehrkraft des Körpers empfindlich schädigen und lähmen, weshalb man wohlweislich von diesen Therapien absehen sollte.

Das hilfreiche Geheimnis

Will man das Wunder einer Spontanheilung bei Krebs erleben, dann muss man für die Aktivierung der Lymphe besorgt sein, denn darin liegt das Geheimnis, das zur Heilung führen kann. Das ganze Heer der Immunitätsstoffe und der körperlichen Kampftruppen sollte zum Einsatz vollwertig bereit sein. Selbst pflanzliche Heilmittel

scheinen nur wirksam zu sein, wenn dieser Aktivierung der Lymphe keine Hindernisse im Wege stehen. In solchem Falle werden sich Petasites, Mistel, Kreosotbuschtee, Präparate aus Aprikosenkernen oder Bittermandeln, Lapachorinde und Randensaft kurz alle jene Mittel, die bei der Krebsheilung eine wesentliche Rolle spielen mögen, als günstig erweisen. Anders aber verhält es sich mit dem Einfluss der modernen Medizin. Chemotherapeutische Mittel sowie die Strahlentherapie können zwar vorübergehende Erfolge erzielen. Sie können auch behilflich sein, um das leidvolle Leben zu verlängern, aber sie werden den Kranken nicht in dem Sinne gesunden lassen, dass er sich seines Lebens wieder voll erfreuen kann, weil die angewandten Therapien die erwähnten Abwehrkräfte zu schädigen vermögen, statt sie zu voller Tätigkeit anzuregen. Stattdessen geht der Patient nachträglich oft an einer septischen Lungenentzündung oder einer Infektion zugrunde, weil das Immunitätssystem jegliche Aktivität verloren hat. Wie soll man eine wirkliche Heilung erlangen, ohne die Heilfaktoren, die der Körper in sich birgt, zu stärken und zu unterstützen, statt sie unachtsam zu unterbinden, weil man ihre Werte nicht gewahr wird oder nicht wahrhaben will. Wenn man die natürlichen Geschehnisse nicht beachtet, sondern von rein menschlichen Ansichten und Mutmassungen ausgeht, kann man Wege einschlagen, die den natürlichen Heilerfolgen hindernd entgegentreten, so dass das Wunder einer Spontanheilung unterbunden, statt gefördert wird.

Lebensmöglichkeiten trotz Technisierung

Denken wir einmal an die Zeit zurück, in der wir noch keiner allgemeinen Umweltverschmutzung ausgeliefert waren. Reine Gewässer und eine reine Luft gehörten damals noch zur grossen Selbstverständlichkeit. Aber die gesteigerte Technisierung liess all diese natürlichen Kostbarkeiten verschwinden. Heute können wir uns nur wundern, dass wir trotz allem

noch am Leben sind. Dies haben wir wohl vor allem der wunderbaren Anpassungsfähigkeit unseres Körpers zu verdanken. Es ist wirklich ein Wunder, dass wir all die vielen Nachteile, die die vermehrte Technisierung neben ihren Vorteilen mit sich brachte, noch immer unternehmungsfreudig weiter leben lassen. – Hatten wir früher Bedenken, dass sich unsere Kinder

und die Jugendlichen dem wachsenden Verkehr nicht gewachsen sein würden, wundern wir uns heute über die Selbstverständlichkeit mit der sich selbst Kleinkinder zurechtzufinden verstehen, nicht zu reden von dem dreisten Vorgehen gewisser Jugendlicher. Sie sind in diese verkehrstolle Welt hineingeboren worden und finden sich nach entsprechender Schulung und Uebung darin zurecht.

Schützende Einstellung

Als ich das erstemal in New York in einem Taxi durch den turbulenten Verkehr der Innenstadt fuhr, hatte ich Gelegenheit, zu beobachten, wie der farbige Chauffeur seine Aufgabe meisterschaft zu bewältigen verstand. Er hatte gelernt, sich richtig einzustellen, statt sich von der herrschenden Unruhe mitreißen zu lassen. Ruhig lag einer seiner Füsse auf dem Gaspedal, während er mit dem andern den Takt seiner Radiomusik klopfte. Die rechte Hand bediente das Steuerrad, die linke liess er lässig aus dem geöffneten Wagenfenster hinaushängen. Ich nehme an, er wollte sich dadurch etwas Luft verschaffen. Sein Gesicht war völlig entspannt und meine Fragen beantwortete er gelassen und fröhlich lächelnd. All die Hast und Jagd um ihn herum schien ihn nicht im geringsten aus der Fassung zu bringen. Er hatte genügend Nervenkraft, um die Ungewissheit dieses beunruhigenden Sturmes zu meistern. Auch seine gesundheitlichen Reserven leisteten ihm gute Dienste. Sicher verhilft ein kraftvoller Gesundheitszustand zu einem unverbrauchteren Nervensystem. Auch die Ueberlegungen mögen geschickter sein, als wenn man sich schwach fühlt und vor lauter Nervosität und Aufregung kein Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten setzen kann. Schaltet man nun aber, wie mein damaliger Taxichauffeur, innere Ruhe und Gelassenheit ein, dann erspart man unnötigen Kraftverbrauch und ist viel geschickter, als man glaubt. Man beginnt sich unwillkürlich den Umständen anzupassen und meistert mit der Zeit geistige Anforderungen, statt sich durch sie geängstigt erschrecken zu lassen.

Es war nötig, dass sich die Mehrzahl der Menschen so einstellen lernte, denn seit jener Zeit hatte die Technisierung fortgesetzt erstaunliche Fortschritte zu verzeichnen, so dass sich unbedingt alle umstellen und lernen mussten, sich möglichst geschickt anzupassen. Es nützt nichts, sich unwillig gegen die gewaltsam vorwärtsdrängende Entwicklung zu sträuben. Wer sich nicht damit abfinden wollte, erschwerete sich nur sein Dasein, und es ist eigentlich wunderbar und erstaunlich zu beobachten, welch eine geschickte Anpassungsfähigkeit unser Körper entfalten kann, wenn wir ihm dazu die Gelegenheit schaffen. Das will nun allerdings nicht sagen, dass wir uns auf unvernünftige Weise den Nachteilen der Technisierung preisgeben sollten. Nein, wir werden uns so viel als möglich schonen und allem aus dem Wege gehen, was uns nicht dringend notwendig erscheint. Auf diese Weise wird uns die Auswirkung der Technik nicht allzusehr überwältigen können. Besonders jener, der genügend Mittel besitzt, sollte die Gelegenheit benützen, um dem aufreibenden Strom neuzeitlicher Lebensgeister auszuweichen, und irgendwo abseits der lärmenden, zappligen Heerstrasse technisierten Daseins zu leben. Den meisten aber, die sich in den Dienst dieses gewaltigen Weltenrades von heute einspannen müssen, wird nichts anderes übrigbleiben, als sich damit abzufinden, um sich dem unnatürlichen Rhythmus einigermassen gelassen anpassen zu können, wie jener Taxichauffeur in New York.

Trotz allem

Jugendlichen, die noch elastisch sind, wird dies eher gelingen als älteren Menschen, denen in der Entwicklung alles zu schnell vor sich gehen mag. Betagtere mögen daher unter gewissen Nachteilen mehr leiden, besonders, wenn sie sich innerlich noch entrüstet dagegen auflehnen. Als die Eröffnung der ersten Eisenbahn fällig war und als später die Fliegerei startete, war das Urteil der Aerzteschaft sehr bedenklich, und einige schlimme Prognosen ließen erkennen, wie wenig man damals der

Anpassungsfähigkeit des menschlichen Körpers vertraute. Man erwartete unwillkürlich, dass sich die grosse Geschwindigkeit ungünstig auf Nerven und Gehirnzellen auswirken würde, so dass Schädigungen unvermeidlich wären. Heute belächelt man diese Ansichten überbesorgter Medizinalräte nur noch. Vielleicht geht man dabei aber ins andere Extrem, indem man den Bogen überspannt und dem Körper mehr zumutet, als er zu leisten vermag. Selbst wenn die Anpassungsfähigkeit unseres Körpers ans Wunderbare grenzen mag, brauchen unsere Zellen doch genügend Zeit, sich mehr und mehr an die technischen Gegebenheiten und Beanspruchungen zu gewöhnen. Wenn wir daher einem Strom von Menschen, der sich zur Arbeit begibt, begegnen, können wir immer wieder feststellen, wieviele sich gesundheitlich eigentlich in einem armseligen Zustand befinden. Aber sie leben dennoch und suchen den Schwierigkeiten gewachsen zu sein.

Auch bei unvorteilhaftem Wechsel

Einem Indio könnten wir im Urwald oder Busch bestimmt nicht überlegen sein, laden wir ihn aber in unsere verkehrsreichen Grossstädte ein, dann wendet sich das Blatt, denn wir können unmöglich von ihm erwarten, dass er sich ohne weiteres mit den vielen technischen Angelegenheiten zurechtfinden wird. Was bedeuten für ihn die roten, gelben und grünen Verkehrsampeln, was die mannigfachen Verkehrszeichen? Auch die akustischen Zutaten einer Stadt mögen ihn, der die Stille gewohnt ist, befremden. Was ein Schulkind, das in der Grossstadt aufwuchs, als selbstverständlich betrachtet und mit Leichtigkeit meistert, kann ihm anfangs grosse Mühe bereiten. Da er indes über unverbrauchte Nervenkräfte verfügt, wird er sich rasch über den ersten Schreck oder womöglich gar über eine gewisse Schockwirkung hinwegversetzen können und seine grosse, kindliche Hilflosigkeit verlieren. Sobald man ihm genügend Zeit einräumt, kann er sich auch als Naturmensch den modernen Anforderungen eines Sy-

stems, das durch seine technischen Errungenschaften toll geworden ist, anpassen. Wenn er das hingegen nicht wünscht, dann bleibt ihm nichts anderes übrig, als eben wieder in die vertrauten, natürlichen Verhältnisse seiner Heimat zurückzukehren.

Wie einst früher die italienischen Fremdarbeiter nur kurze Zeit des Jahres bei uns verblieben, um in die heimatlichen Gauen zurückzukehren, nachdem sie genügend Geld verdient hatten, so gibt es in den Staaten auch Indianer, die einige Zeit in den Grossstädten auf den Stahlgerüsten der Wolkenkratzer herumturnen. Da sie schwindelfrei sind, eignen sie sich für diese Aufgabe besonders gut. Sobald aber diese Saisonarbeiten vollendet sind, kehren diese Menschen wieder in ihre stillen Reservate zurück, um ihr eigenes, gewohntes Leben wieder dankbar aufzunehmen und geniessen zu können. Gleicherweise nehmen auch die erwähnten fremdländischen Arbeitskräfte, wenn manchmal auch nur zeitweise, bei uns den Kampf mit der einst ungewohnten Tyrannie der grossgewordenen Technik auf sich, wobei sie uns manche Arbeiten abnehmen, die uns zu schwer erscheinen, weil sie unsere verbrauchten Kräfte allzu unbarmherzig belasten würden, wie dies beispielsweise bei der Pressluftbohrerei der Fall sein mag. Wir können also den dienstbaren Geistern bestimmt dankbar sein.

Erwünschtes Gleichgewicht

Im übrigen aber müssen auch wir uns bemühen, anpassungsfähig zu werden, nützt es uns doch gar nichts, uns gegen die Belastungen der technisierten Welt aufzulehnen. Je mehr wir uns dagegen ereifern und aufregen, um so mehr vergeuden wir unsere Kraft und gehen womöglich sogar daran zugrunde. Das will nun aber nicht heißen, wir sollten uns anderseits nutzlos in alle Belastungen der Neuzeit stürzen. Im Gegenteil, wir sollten so viel als möglich dem Lärm und Geflimmer der modernen Welt ausweichen. Was aber nicht zu vermeiden ist, das müssen wir eben ganz

einfach in Kauf nehmen. Wenn wir uns über Unannehmlichkeiten hinwegsetzen, indem wir uns nicht aus dem inneren Gleichgewicht bringen lassen, ist uns besser gedient, als wenn wir uns nicht nach den Umständen richten. Mit bejahender Einstellung werden wir Schwierigkeiten viel geschickter überwinden können, als wenn wir mit innerer Unzufriedenheit dagegen anstürmen. Wir sollten im Gegenteil mit frohem Mut allem das Beste entnehmen und so rasch als möglich den Sphären des Unangenehmen zu entrinnen suchen. Aber es gibt da eine nicht geringe Anzahl von Menschen, die sich nicht einmal während der Freizeit zu schonen gewillt ist, denn oft stürzen sich diese in die tollsten Vergnügen, in Schlemmereien und Trinkgelage, in Rauschgiftsucht und metaphysisches Unterfangen, als wären

sie irgendwo im Urwald, nur um sich austoben und vergessen zu können. – So weit sollte die Anpassung natürlich nicht gehen, denn mit solch einem Ausweg richten wir uns nur zugrunde. Es heisst also vernünftig sein, wie jener Taxichauffeur, der sich weder ärgerte, noch aufregte und daher den Feierabend mit seinen Angehörigen angenehm verbringen konnte. Ein interessantes Verschen kann uns als gute Mahnung dienen, denn es lautet: «Das Leben ist wohl süß, was oft der Mensch vergisst, und salzt und salzt und salzt, bis es versalzen ist.» Wohl sind die Umstände heute so, dass wir sie mit Leichtigkeit versalzen können, stellen wir uns aber richtig ein, dann werden wir uns nicht dazu verleiten lassen, auch das noch zu versalzen, was allem zum Trotz immer noch kostbar sein kann.

Missachtete Gefahr des Rauchens

Kürzlich hatte ich im Bahnhofrestaurant von Zofingen die Gelegenheit, eine Mutter mit ihrem Säugling zu beobachten. Liebenvoll hielt sie das schlafende Kind mit dem rechten Arm umschlungen, während sie mit der linken Hand andauernd ihre Zigarette bediente. Mit zärtlichen Blicken betrachtete die beglückte Mutter ihren kleinen Liebling, blies ihm dabei aber beständig gedankenlos die Rauchwolken ihrer Zigarette ins Gesichtchen. Auch der Vater des Kindes hatte kein besseres Verständnis, denn auch er rauchte andauernd und dachte nicht daran, wenigstens das Kind vor dem Einatmen des gefährlichen Giftes zu verschonen. Die Eltern schienen Fremdarbeiter zu sein. Sie hatten wohl keine Ahnung, dass die blauen Rauchwölklein, mit denen sie die Luft erfüllten, eine bedeutende Menge Blausäure enthielten. Auch waren sie sich keineswegs bewusst, dass dieserhalb auch einige krebsereggende Kohlenwasserstoff- und Teer-Substanzen nebst dem gefässverengenden Nikotin beständig in das Näschen des Kindes wanderten. Vielleicht konnten sie beide dem Säugling eine wunderbare Erbmasse übermitteln, wodurch dieser in die

Lage versetzt werden mag, all die schädlichen Einflüsse durchzuhalten. Das kann nämlich selbst in unserer degenerierten Zeit noch immer der Fall sein. Wenn ein solches Kind später dann dem Beispiel der Eltern gedankenlos nacheifert, um bis ins hohe Alter hinauf dem Räuchen zu frönen, kann ihm selbst dann noch das gesundheitliche Erbe – ohne schlimme Folgen gewärtigen zu müssen – durchhelfen. Das veranlasst natürlich einen solch Begünstigten, an seinem Genuss festzuhalten, denn warum sollte er sich ein Vergnügen, dem er sklavisch unterworfen ist, versagen, wenn es für ihn doch nicht mit tragischen Folgen verknüpft ist?

Andere Voraussetzungen

So denken viele, aber nicht jeder ist im Besitz einer solch widerstandsfähigen Erbmasse. In solchem Falle muss man unbedingt mit anderen Voraussetzungen rechnen. Dies gilt auch für andere Gifte, an die man sich ebenso gedankenlos gewöhnen kann, weil man sich dadurch gewisse Genüsse zu verschaffen mag. Man wird von ihnen abhängig und kann sie nicht mehr lassen, handle es sich dabei nun um