

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 33 (1976)  
**Heft:** 6

**Artikel:** Besuch auf Java  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-970464>

### **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>**



man jemanden von Schwächen befreien, denen man sich selbst preisgibt? Also sollten wir in der Hinsicht zuerst bei uns Ordnung schaffen, statt uns von schädigenden Richtlinien überwältigen zu lassen.

Eine weitere Aufgabe wäre es, wenn wir den unterentwickelten Staaten Sinn für Hygiene und Sauberkeit beibringen könnten, denn dadurch wären sie in der Lage, manchen gesundheitlichen Schwierigkeiten vorzubeugen. Krankheiten durch Mikroorganismen kann man dadurch erfolgreich entgegensteuern. Ebenso hilft genügend Erkenntnis auf dem gesundheitlichen Gebiet, einem Ernährungsmangel beizukommen. Böser Blick und Zauberformel verlieren dadurch entschieden an Einfluss, was zur notwendigen Selbständigkeit beitragen wird.

Von grosser Bedeutung ist auch die Schulung zur rationellen Bodenbearbeitung, damit man mehr aus diesem herausholen kann, ohne ihn durch schädigende Ausbeutungsmethoden aus dem natürlichen Gleichgewicht zu bringen. Wie die Neuzeit beweist, kann man die Habgier auf gefährliche Bahnen lenken, so dass man durch vergewaltigende Methoden den erwünschten Erfolg einbüsst, statt ihn zu festigen. Auch das handwerkliche Können und künstlerische Fähigkeiten kann man unterstützen helfen, wenn man den Grundregeln eines gefestigten Schönheitssinnes nicht selbst untreu geworden ist.

Suchen wir den Lese- und Schreibunterricht zu fördern, dann sollten wir gleichzeitig auch vorteilhaftes Gedankengut zu übermitteln vermögen. Leider besteht vielfach aber die heutige Neigung darin, eher

zur niederen Stufe hinabzusteigen, anstatt deren Niveau zu heben. Auch sind die literarischen Erzeugnisse von heute oft eher dazu angetan, sittliche Vorzüge zu untergraben, statt zu unterstützen.

### **Was nützt mehr?**

Bei einem Mexikoaufenthalt diente mir ein zuverlässiger Mayaindianer als Chauffeur. Er beherrschte seine Aufgabe gewissenhaft und tadellos. Dazu verhalfen ihm seine angeborenen Fähigkeiten, denen er peinlich nachkam. Sein Auto war vorbildlich gepflegt und sein Zeitbegriff liess nichts zu wünschen übrig, ebensowenig seine Fahrtechnik und Selbstbeherrschung. Aber eines suchte er zu verstecken, nämlich, dass er weder lesen noch schreiben konnte. Gleichwohl begleitete ihn stets eine Zeitung, weil er hoffte, dadurch über den Mangel hinwegtäuschen zu können. Kleinigkeiten verrieten ihn jedoch dennoch, aber wir liessen ihn nichts davon merken. Warum hätten wir ihn betrüben sollen, da er seinen Dienst doch so vorzüglich versah, als wäre er des Lesens und Schreibens kundig. Natürlich ist es nützlich, in dieser Kunst bewandert zu sein. Gleichzeitig sollte man aber auch imstande sein, an einem gesunden Unterscheidungsvermögen festzuhalten, um durch Irreleitung nicht die natürlichen Vorteile einbüssen zu müssen. Diese Erfahrung hat bewiesen, dass dies leicht möglich ist. Wir bevorzugten die Verlässlichkeit unseres mexikanischen Chauffeurs daher mehr, als wenn er ohne sie hätte lesen und schreiben können.

## **Besuch auf Java**

Eine Reiseschilderung unseres Berichterstatters N. Häusler aus Indonesien mag unsere Leser interessieren. Zwar liegt diese Schilderung schon seit einiger Zeit bei uns bereit, gelangte jedoch umständehalber nicht zur Veröffentlichung. Aber nun wollen wir nachträglich mit ihm reisen, indem wir unsere Aufmerksamkeit auf

seine Erzählung lenken. Dies ist einfacher, als wenn wir uns selbst bemühen müssten, an das ferne Reiseziel zu gelangen. Hören wir also zu.

### **Dem Ziel entgegen**

Die Sehnsucht nach den Tropen schliesst Sonne, Palmen, Wind und Meer in sich



ein. Gar mancher möchte dem Lärm des Alltags oder der Maschine am Arbeitsplatz entrinnen. Der Wunsch vieler ist, Neues und Unbekanntes zu sehen und zu erforschen und daher fremde Länder zu durchstreifen. Dabei begegnen uns farbige Gesichter, die zu sehen wir zuvor nicht gewohnt waren. Vielleicht ziehen wir auch die Einsamkeit vor, weil wir in erholsamer Zurückgezogenheit unter einer Kokosnusspalme völlig Ruhe geniessen möchten. Die Verwirklichung solcher Erwartungen ist heute durch den Flugverkehr eigentlich einfach geworden. In Wien bestiegen wir eine moderne DC 10, um in Richtung Osten nach Java zu fliegen, nach dieser dichtbesiedelten Insel in Südostasien. In Athen, Karachi, Bangkok und Singapur hatten wir Zwischenlandungen, und nach diesen gelangten wir in Java auf dem Flughafen Halim von Jakarta an. Dies ist die Hauptstadt des Inselreiches Indonesien. Heisse, schwüle Luft wehte uns entgegen, als wir das klimatisierte Flugzeug verliessen. Welch ein Gegensatz zu Wien war dies doch, denn dort war es noch kühl, weshalb wir in warmen Kleidern reisten, und diese trugen wir bei unserer Ankunft immer noch. Da wir der aufgehenden Sonne entgegenfliegen mussten, war die Nacht kurz, denn wir konnten nur etwa sechs Stunden schlafen. So waren wir denn noch müde. Hoch über den Wolken hatten wir einen herrlichen Sonnenaufgang erlebt, während wir Indien überflogen, und noch immer beeindruckte uns dieses wunderbare Schauspiel der Natur. Die Strahlen liessen den Horizont zuerst tiefrot, dann glühendrot erscheinen, während die Wolken gespensterhaft in den Himmel ragten. Die aufsteigende Sonne vertrieb indes die tiefen Schatten, so dass nach und nach ein glitzerndes Weiss in Erscheinung trat. Das Erlebnis erinnerte uns an die sonnenbestrahlten Gipfel der schneebedeckten Schweizer Alpen. Nach der Organuhr unseres Körpers sollte es acht Uhr morgens sein. Es war aber bereits drei Uhr nachmittags. Wir mussten uns also an eine Zeitverschiebung von sieben Stunden gewöhnen.

### Erste Eindrücke in Jakarta

Um unserem Körper Zeit zu geben, sich der Hitze von über 30 Grad Celsius etwas anzupassen, ruhten wir in Jakarta einige Tage aus. Die grosse Luftfeuchtigkeit bereitete uns gewisse Schwierigkeiten. Mit Erstaunen stellen wir fest, dass die Insel, auf der wir uns nun befanden, mit ihrer Grösse von 132 108 km<sup>2</sup> die unglaubliche Zahl von 78 200 000 Menschen beherbergt. Unwillkürlich stellten wir Vergleiche mit der Schweiz an. Mit einer Fläche von etwas mehr als 41 000 km<sup>2</sup> beträgt die Einwohnerzahl dort nur etwa 6 Mio. 310 000. Wir mussten uns deshalb ernstlich fragen, wie es möglich sei, dass diese Insel so vielen Menschen Platz und Nahrung bieten könne? Reisfelder, die terrassenförmig angelegt sind, nehmen einen Grossteil der Insel ein. Ihr Jahresertrag hängt von der jeweiligen Regenmenge ab, denn bekanntlich benötigt der Reis viel Wasser. In Gebieten mit höheren Niederschlagswerten kann man die Felder jährlich dreimal ernten.

Was uns anfangs sehr erstaunte, war die Tatsache, dass es auf der Insel keine Jahreszeiten geben sollte. Wenn es auch Monate mit mehr Regenfällen geben mag, hat dies doch nichts mit den vier Jahreszeiten in den gemässigten Zonen zu tun. Ueberraschend war für uns auch der regelmässige Sonnenuntergang um sechs Uhr abends und die darauffolgende Finsternis etwa eine halbe Stunde später. Jahraus, jahrein dauern Tag und Nacht je ungefähr zwölf Stunden, denn morgens um sechs Uhr erscheint die Sonne mit ihren Strahlen wieder.

Die Grossstadt Jakarta sagte uns mit ihrem hektischen Leben nicht zu, denn wir fühlten uns in ihr nicht richtig wohl. Kein Wunder, da uns der Lärm und das Gewimmel von Millionen von Menschen, die hier auf engstem Raum ihr Leben fristen müssen, ungewohnt war. Die modernen Wolkenkratzer neben der Hütte des Bettlers muteten uns befremdend an. Erdöl- und Holzexporte lassen zwar Millionen in die Staatskasse fliessen, aber diesen Reichtum bekommt der kleine



Mann von der Strasse keineswegs zu verspüren. Der nagelneue Strassenkreuzer parkt daher neben dem typisch indonesischen Dreirad, das die starken Javanesen mit Anstrengung treten müssen. Mahlzeiten, die in modernen, klimatisierten Gaststätten dargeboten werden, waren so teuer, dass sie den Monatslohn eines Durchschnittsarbeiters ausmachen. Bevor wir die Hauptstadt wieder verliessen, erfuhren wir zu unserer Überraschung

noch, dass Java auch über hohe Berge verfügt, denn einige von ihnen ragen weit über 3000 Meter in den Himmel hinauf. Ihre Kuppen sind jedoch nie mit Schnee bedeckt, da es hierzu zu heiss wäre. Statt dessen aber wachsen die Bäume bis zu den Gipfeln hinauf. Etliche dieser Berge sind Vulkane, die noch immer arbeiten. Unser nächstes Ziel war daher die Besichtigung eines solchen Vulkans.

(Fortsetzung folgt)

## Aus dem Leserkreis

### Lohnende Wirksamkeit

In der Februar-Nummer blieb unter der Rubrik: «Aus dem Leserkreis» eine Frage unbeantwortet. Es handelte sich dabei um den Artikel: «Mit 80 Jahren rüstig und gesund». Da wir über den weiteren Lebenslauf von Walter Thiele nicht Bescheid wussten, erhielten wir nachträglich durch die Aufmerksamkeit einer langjährigen Abonnentin unserer Zeitschrift, Fr. M. aus C., näheren Bericht, was bestimmt den Fragesteller aus der Ostzone, Hrn. R., freuen wird. Bis zum Alter von über 70 Jahren war Walter Thiele, der Befürworter ausschliesslicher Rohkost, immer noch in der Lage, Vortragsreisen zu unternehmen. Bei seinem Tod zählte er bereits 83 Jahre, und er war seinem Ernährungsgrundsatz bis zuletzt treu geblieben. Sein Rohkostbuch wurde nachträglich durch seine Gattin neu bearbeitet, um unter dem Titel: «Mehr Frischkost» zu erscheinen. – Die Familie unterhält auch schon jahrelang ein Diätkurhaus und Sanatorium in Gmunden am Tegernsee. Frau M., unsere Berichterstatteerin, verbringt dort seit zehn Jahren fast immer ihre Ferien, was bestimmt für sich spricht. Sie kann denn auch das Haus wärmstens empfehlen. Ob schon Walter Thiele anfangs 1966 starb, ist es demnach immer noch möglich, seine Wirksamkeit auszuwerten.

Zusätzlich schrieb Frau M. dann noch: «Abschliessend möchte ich Ihnen meinen herzlichsten Dank aussprechen für die vielen Anregungen, die ich als Abonnentin

der ‚Gesundheits-Nachrichten‘ jeden Monat empfangen darf. Dies gilt besonders auch für Ihr Buch ‚Der kleine Doktor‘, der in ganz hervorragender Weise ein Helfer im Alltag ist. Man merkt ihm an, dass er mit viel Liebe und Sachkenntnis auf allen nur möglichen Gebieten zusammengestellt wurde und eine grosse Erfahrung enthält.»

In diesem Sinne schrieb auch Frau H. aus P. anfangs April: «Zu Beginn möchte ich Ihnen aufs herzlichste danken für Ihr gutes Buch ‚Der kleine Doktor‘, das ich leider erst seit sechs Wochen kenne. Ganz begeistert bin ich über die mannigfachen, ja fast unzähligen Möglichkeiten, die uns in der Natur geboten sind, um allfällige Krankheiten zu bekämpfen und auf natürlichem Wege zu heilen. Noch nie habe ich in solchem Umfange davon gehört. Auch ihre ‚Gesundheits-Nachrichten‘ sind uns seit dem Januar ein lieber und lehrreicher Bote geworden. Schon etliches haben mein Mann und ich aus Ihrer Literatur gelernt und angewandt, mein Mann im Garten, ich in der Küche und anderswo. Gegenwärtig bin ich daran, mir eine ‚Naturheilmittel-Apotheke‘ einzurichten, und das mit viel Freude.»

Solcherlei Berichte sind bestimmt günstig, weil sie zeigen, wie anregend und nützlich sich gute Ratschläge auszuwirken vermögen.

Gleicherweise liess schon anfangs des Jahres Frau M., eine deutsche Abonnentin aus G., durchblicken, wie sehr sie den