

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 36 (1979)  
**Heft:** 5

**Artikel:** Gedanken über die Partnerwahl  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-552089>

#### **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:** 05.02.2026

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

## Gedanken über die Partnerwahl

Spricht man heute mit jungen Menschen über die Voraussetzungen, die beachtet werden müssen, um eine erfolgreiche Partnerwahl treffen zu können, dann stößt man auf ganz verschiedene Antworten. Zu bedenken ist in erster Linie, dass von den über 4 Milliarden Erdbewohnern kein einziger gleich ist wie der andere. Jeder ist eine Persönlichkeit für sich. Darum kann sich jeder fragen: «Wie ist es unter solchen Umständen möglich, den passenden Partner für mich zu finden?» In der Regel lassen sich sehr junge Menschen in dieser Angelegenheit blind von der Anziehungskraft eines geliebten Mitmenschen leiten und dichten diesem daher alle möglichen guten Eigenschaften an. Mag sein, er wird dadurch nicht enttäuscht, sondern hat mit seinem Partner Glück, indem er mit ihm in jeder Hinsicht, geistig, seelisch und körperlich harmonisch übereinstimmt. Gleichwohl wird auch ein solch ideales Verhältnis Anpassungsbereitschaft, Entgegenkommen und Rücksichtnahme erfordern, um sämtlichen Problemen des Lebens gewachsen sein zu können. Es liegt demnach entschieden an unserer Einstellung, ob wir das Leben meistern, indem wir es erträglich, interessant und erfolgreich gestalten. – Je älter jedoch jemand ist, bis er sich zur Partnerwahl entschliessen kann, um so schwieriger wird die Lösung der Frage für ihn werden. Oft können dadurch alle Gelegenheiten verpasst werden, so dass man schliesslich alleine durchs Leben gehen muss. Nicht jeder wagt es, sich nur auf die Anziehungskraft des andern zu verlassen, sondern er möchte sicherer gehen, indem er überlegt, abwägt, vergleicht und berechnet. Statt vertrauenvoll zuzugreifen, hat er schliesslich hundert Wenn und Aber vorzubringen, so dass er seiner Unentschlossenheit wegen alleine verbleibt.

### Ungewohnte Ansprüche

Ein Hindernis mit neuartigen Problemen taucht besonders dann auf, wenn unsere Ansprüche nicht auf den heimatlichen

Kreis gerichtet sind, sondern in die Ferne schweifen, um fremdländische Anziehungs-kraft auf sich einwirken zu lassen. Die heutige Reisereklame gibt solch geheimen Wünschen reichlich Nahrung, und man sehnt sich nach aussergewöhnlichen Erlebnissen. Liegen nun aber unserer Partnerwahl schwärmerische Erwartungen und phantastische Einbildungen zugrunde, dann muss man sich nicht wundern, wenn man sich dadurch Schwierigkeiten aussetzt, denen man sich oft nicht mehr gewachsen fühlt, und die man zuvor auch keineswegs als möglich erachtet hatte. Man wird sich dadurch nicht bloss mit dem eigenen Partner verbinden, sondern auch noch mit dessen ganzer Sippe, deren eingefleischtes Brauchtum stets als befremdender Anstoss wirken kann. Frieda Hauswirth wagte es, als Schweizerin eine solche Ehe mit einem indischen Studienkollegen einzugehen. Obwohl ihr Verhältnis zu ihm selbst gut war, konnte sie sich doch nicht an die dortigen Sitten und Gebräuche gewöhnen. Sie liess ihre Ehe scheitern, worüber sie in ihrem Buch: «Meine indische Ehe» näheren Bescheid gibt. Es ist besonders für Europäerinnen, die sich einer solchen Ehe anvertrauen wollen, sehr aufschlussreich. – Im Nahen Osten begegnete mir seinerzeit eine Schweizerin mit ihrer fremdländischen Familie, denn sie hatte es gewagt, einem reichen Partner nach dort Folge zu leisten und eine Ehe mit ihm einzugehen. Trotz ihren wohlhabenden Verhältnissen kam sie mir wie eine Gefangene vor. Bei der Passkontrolle durfte sie kein Wort in Schweizerdeutsch mit mir sprechen, und auch die englische Unterhaltung hatte nur im Beisein ihres Mannes zu erfolgen. Zwei hübsche, dunkelhaarige, dunkeläugige Kinder halfen ihr, aus ihrem eingeschränkten Dasein allerdings das Beste zu machen, wenn es auch schwer auf ihr zu lasten schien. Auf meinen Reisen begegnete ich noch anderen Schweizerinnen, die sich in der gleichen Lage befanden, die indes versuchten, ihrem goldenen Käfig wieder entfliehen zu können. Es ist dies kei-

neswegs leicht, sondern mit gewissen Gefahren verbunden, die überlegt sein wollen. Wenn der Ehe allerdings Kinder entsprossen sind, dann überlegt sich eine Mutter erst reiflich, ob sie nicht besser ausharrt, statt im Ungewissen unterzugehen.

### Die unbarmherzige Wirklichkeit

Mit blossem Schwärmen ist es keineswegs getan, heisst es doch mit der Wirklichkeit zu rechnen, wenn man besonders mit rassenfremden Menschen eine Lebensgemeinschaft eingehen möchte. Damit sich dieses Begehrn nicht als Fahrlässigkeit erweist, wäre es angebracht, einige Zeit unter diesen so ganz fremdartigen Menschen und in ihrer eigenen Umgebung zu leben, um feststellen zu können, ob man sich mit ihren Lebensgewohnheiten und ihrem unbekannten Brauchtum abzufinden vermag. Probleme gibt es überall, wenn man sich einseitig einstellt, indem man besonders seine geistigen Bedürfnisse glaubt vernachlässigen zu dürfen. Selbst einer Ehe, die sich auf körperliche Uebereinstimmung stützen kann, fehlt der Inhalt, wenn nicht gleichzeitig auch das seelische und geistige Gleichgewicht bewahrt bleibt. Ein gemeinsames Arbeitsfeld mag eine verbindende Brücke bilden. Auch gemeinsame Interessen beim Erziehen der Kinder gehören zur gesunden Grundlage einer erfolgreichen Partnerschaft. Allerdings steht da die Neuzeit im Hintertreffen, wenn sie lieber auf Reisen geht und die Ausübung ihrer Hobbys den Kindern voranstellt. Weicht man lebenswerten Aufgaben aus, um das Leben auf selbstsüchtige Art besser geniessen zu können, gewährleistet dies keineswegs das Glück einer erfolgreichen Partnerschaft. Wäre dies der Fall, dann würde sich die Zahl der Ehescheidungen nicht ständig erhöhen. Die Frau sollte nicht, wie vielfach in unterentwickelten Ländern, die Sklavin des Mannes sein, noch sollte sie diesen nach modernem Geist zu beherrschen suchen, sondern sollte eher danach trachten, ihm eine getreue Gehilfin zu werden, eine Gefährtin das danze Leben hindurch.

Die Gleichschaltung der Frau schafft die Probleme keineswegs aus dem Wege, im Gegenteil, nun wird sie auch noch verpflichtet, Waffen zu tragen, statt beschützt zu werden. Auch die moderne Lehre, die nach einem gleichen Typus Ausschau hält, hat der Ehescheidung nicht den Riegel gestossen. Einst erklärte Mose seinen Zeitgenossen, dass die Entlassung einer unerwünschten Frau durch Scheidebrief ein Beweis ihrer eigenen Herzenshärte darstelle. Der grössere Prophet aber als Mose wies auf den schöpferischen Zweck der Ehe hin, denn was Gott zusammengejocht hat, soll kein Mensch trennen, mit Ausnahme bei Ehebruch. Wo dieser nicht vorlag, sollte aufrichtige Aussöhnung stattfinden.

### Interessante Beweisführung

Dass solch eine Forderung möglich ist, zeigte das Erlebnis eines Polygamisten im tropischen Afrika. Dessen Bestreben war es, durch eine Kinderschar unter den Bantus einen guten Ruf während des Lebens und nach dem Tode zu erlangen. Jede seiner Frauen wollte er entlassen, sobald sie ihm keine Kinder mehr schenken konnte. Aber schon bei der Wahl der zweiten Frau hatte er nicht das Herz die erste zu entlassen und ebensowenig bei der dritten. Die Folge waren Streitereien und Feindseligkeiten an denen dieser Polygamist durch ernstliches Erkranken fast zugrunde gegangen wäre, hätte er sich nicht auf seine geistigen Bedürfnisse besonnen. Er nahm dadurch an Erkenntnis zu und erfuhr, dass ein Christ nur eine Frau haben sollte. Um dieser Forderung gegenüber gehorsam sein zu können, entschloss er sich, zwei seiner Frauen zu entlassen. Da ihm die zweite am besten zusagte, weil sie seinem Typus am ehesten entsprach, beschloss er, sie zu behalten, und hoffte dadurch, seiner Ehe einen friedlichen Erfolg zu ermöglichen. Aber eine weitere Erkenntnis verlangte von ihm, die Frau seiner Jugend nicht zu verlassen, und so musste er erneut umlernen, um nicht gleichwohl ungehorsam zu wer-

den. Er bekannte sich somit zu seiner ersten, wenn auch alternden Frau und entliess die beiden andern. Die Folge war heller Aufruhr bei den entlassenen Frauen. Obwohl er diese weiter ernährte, waren sie ihm von nun an feindlich gesinnt, während die erste Frau, ihr Glück, ihre ursprüngliche Stellung wieder beziehen zu können, kaum zu fassen vermochte. Es spornte sie an, sich soweit zu ändern, dass wirklich harmonische Familienverhältnisse Platz ergriffen, was zur Gesundung und Erstarkung des Mannes beitrug, ja mehr noch als dies, denn in ihrer Freude begann die Frau auch regen Anteil an den geistigen Interessen ihres

Mannes zu nehmen, was vor allem ausschlaggebend war, dass er sich jetzt eines friedlichen, beglückenden Lebens erfreuen konnte.

Ist diese Erfahrung nicht ein treffender Beweis, dass die Berücksichtigung geistiger Fordernisse an erster Stelle stehen sollte, um eine erfolgreiche Lösung zu erlangen? Die Beachtung geistiger Belange schlägt demnach tiefere Wurzeln, als dies vergänglicher Zielstrebigkeit möglich ist. Aus diesem Grunde konnte sich auch betreffs der zuletzt beschriebenen Beispiele jene Partnerwahl am erfolgreichsten auswirken, die auf der Grundlage genauer, gesetzmässiger Erkenntnis beruhte.

## Die Gesundheit der Naturvölker

Eigentlich beantwortet der veränderte Gesundheitszustand bei fast allen farbigen Völkern unsere umstrittene Ernährungsfrage. Solange sich die Eingeborenen völlig unbeeinflusst von modernen Strömungen der Zivilisation ernähren, bleiben sie verhältnismässig gesund und stark, besonders, wenn sie auch sonst noch nebenbei durch ihre Alltagsbeschäftigung und sonstigen Gewohnheiten in enger Naturverbundenheit verbleiben können. – Mit dem Vordringen der Zivilisation änderte sich jedoch dieser günstige Zustand bedenklich. Das Urteilsvermögen der Farbigen überschätzte die Ueberlegenheit der zivilisierten Welt so sehr, dass diese das Vertrauen der Eingeborenen nur allzu rasch erobert. So ist es begreiflich, wenn sie jeweils auch auf dem Gebiet der Ernährung unbedenklich zur entwerteten Zivilisationsnahrung hinüberwechselten, weil sie den gesundheitlichen Nachteil verfeinerter Nahrungsmittel überhaupt nicht kennen. Was ihnen die weisse Rasse bringt, beeindruckt sie viel zu sehr, als dass sie sich misstrauisch davon abwenden würden. Sie sind sich wohl auch kaum bewusst, dass die auftretenden Mangelerscheinungen mit dem Umstand im Zusammenhange stehen, dass sie ihre alten, vollwertigen Ernährungsgewohnheiten teilweise oder ganz fallen liessen.

### Alle wurden betroffen

Durch den teilweise bedenklichen Gesundheitszustand der Indianer in Zentralamerika wurde mir seinerzeit klar bewusst, dass die Mangelkrankheiten, bekannt auch als Avitaminosen, unter denen besonders die Kinder stark zu leiden hatten, mit dem unglückseligen Nahrungswchsel zusammenhängen mussten. Nirgendswo war ich sonst zuvor solch schlimmen Folgen begegnet wie gerade in jenen Gegenden. Ich hatte höchstens in der Literatur davon gehört. Welch ein Segen liegt doch in den altbewährten Rezepten schöpferischer Weisheit! Bei grösster Einfachheit der Ernährungsweise mit Mais, Bohnen, Gemüsen und Früchten, mit wildem Honig und vollwertigem Rohrzuckersaft, dem bekannten Pilosillo, entstanden keine Ernährungsschwierigkeiten, wohl aber mit unseren Weissmehlprodukten und anderen entwerteten Nahrungsmitteln.

Auch die Bewohner von Asien waren Mangelkrankheiten preisgegeben, weil der Natturreis durch den weissen Reis verdrängt wurde. Hunderttausende erkrankten dadurch und vielen kosteten die nachteiligen Folgen sogar das Leben. – In Afrika verschwanden die Stammesgewohnheiten mit ihrer altbewährten, natürlichen Ernährungsweise, sobald eine Abwanderung in Industriegebiete einsetzte. Von da an tra-