

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 36 (1979)  
**Heft:** 6

**Artikel:** Zu späte Einsicht  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-552392>

#### 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:** 12.01.2026

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

nebst anderen Wiesenblumen auch noch der hübsche, blaublühende Wiesensalbei auf ihnen. Heute kommt dieser nur noch

selten auf Magerwiesen vor. Auch er kann zu Heilzwecken zugezogen werden, wenn er auch wesentlich schwächer wirkt.

### Zu späte Einsicht

Jedem wird es einleuchten, dass sich eine zu späte Einsicht nicht mehr zu unserem vollen Wohle wird auswirken können. Sie wird uns im Gegenteil zutiefst erschüttern, denn was man durch Unachtsamkeit verscherzte, schmerzt tief, weil man es nicht mehr zurückholen kann. Jemand, der sich in den mannigfachen Krankheitssymptomen auskennt, möchte anderen unwillkürlich behilflich sein, um vermeiden zu können, dass daraus Schlimmes oder gar das Schlimmste entstehen kann. Er warnt daher seine Freunde, Bekannten und auch die Aussenstehenden beharrlich vor drohenden Gefahren. Was aber hilft es Gefährdeten, die seine Ratschläge unbeachtet lassen, weil sie sich mit Beispielen vergleichen, die auf eine bessere Erbmasse abstellen konnten? Der Hirnschlag, der Herzinfarkt, der gefürchtete Krebs, arthritische Verkrüppelungen, all diese kritischen Leiden können sich ohne die richtige Einsicht entfalten. Wer kennt seine gesundheitliche Grundlage so gut, dass er gewisse Krankheitserscheinungen bedenkenlos übersehen kann? Eine geschwächte Widerstandskraft kann dazu führen, dass sich gewisse Symptome mit flutartiger Wucht plötzlich voll entfalten und gleich dem gierigen Gebiss eines Raubtieres erbarmungslos das Genick des hilflosen Opfers zermalmen. Immer wieder bedrängten mich in solchen Fällen die hilfesuchenden Augen eines Unheilbaren, glich doch sein Flehen demjenigen eines Ertrinkenden, der sich im stürmischen Wirbel nicht mehr zu helfen wusste. Erst in seiner bitteren Notlage fing er an zu verstehen, was er verscherzt hatte, weil er sich nicht an die dargebotenen Ratschläge halten wollte. Wie der letzte Schnee unter den starken Kräften des Frühlings dahinschmilzt, so entschwindet auch ein entkräftetes Leben unter dem harten Druck

zerstörender Mächte. Wenn wir der Krankheit nicht mit natürlicher Lebensweise begegnen, weil wir verkehrter Hoffnung grösseres Vertrauen schenken als vernünftiger Einsicht, kann dies zu unserem frühzeitigen Tode führen. Unserem sinnvollen, arbeitsreichen Leben wird dadurch ein unerbittlicher Riegel gestossen, und es wäre wohl besser gewesen, wir hätten uns etwas mehr geschont, um unsere Wirksamkeit länger fortsetzen zu können. Es ist schwer, strebsame Menschen allzufrüh von ihrem Wirkungsfeld Abschied nehmen zu sehen, ohne ihnen irgendwie behilflich sein zu können. Doch geschieht dies immer wieder, weil sich so viele nicht nach den dargebotenen Umständen richten wollen.

### Anderweitige Lebensgestaltung

Nicht nur das gesundheitliche Gebiet ist von unserer Kurzsichtigkeit oft empfindlich betroffen, denn wenn wir nicht geschickt sind, werden wir auch in anderen Lebenslagen nicht erfolgreich sein. Wir mögen uns vielleicht keineswegs bewusst sein, was es heisst, einen Ehebund für unser restliches Leben einzugehen. Dies mag uns die Wahl eines passenden Ehepartners beeinträchtigen. Wenn unsere Erwartungen enttäuscht werden, verlieren wir womöglich rasch den Mut, denn wer auf verkehrter Grundlage aufbaut, muss sich nicht wundern, wenn ihm nicht gelingt, was er anstrebt. Wird er wohl früh genug zur Einsicht gelangen, dass sein Partner anders geartet sein kann als er? Wird ihn das so sehr abschrecken, dass er die daraus entstehenden Vorteile gar nicht erkennen kann, sondern sich geringschätzig von dem abwendet, was er sich nun einmal angeeignet hat? Sagt nicht der Dichter wohlweislich: «Die Leidenschaft flieht,

die Liebe muss bleiben.» Darin besteht also die Lösung unseres Problems, dass wir unser selbstisches Streben einschränken, um auf selbstlose Weise auch dem anderen Verständnis entgegenbringen zu können. Statt erst zu spät zu dieser vernünftigen Einsicht zu gelangen, wird sie uns frühzeitig auf den Weg zu beglückender Harmonie führen können. Wo zwei verschiedenartige Menschen zusammen spannen, um sich gegenseitig das Leben zu erleichtern, wird ihnen das möglich sein, wenn sie sich in erster Linie auf Geben statt wie üblich auf Nehmen einstellen. Wer sich bei auftretenden Unstimmigkeiten geduldig überlegt, wieso sie entstehen konnten, wird herausfinden, dass er in Zukunft gewisse Verschiedenartigkeiten in Betracht ziehen muss. Ist der Partner nicht in anderen Verhältnissen gross geworden, und hat er sich nicht dadurch andere Gewohnheiten angeeignet? Ein entsprechendes Entgegenkommen wird eine Brücke schlagen, woran die gefürchtete Entfremdung zerschellen muss. Wie angenehm, wenn sich die Gefährtin des Lebens auf gewisse Bindungen der Kindheit umstellen kann. Sie muss sich dabei nur bemühen, herauszufinden, was die mütterliche Fürsorge mit ihrer Erziehung und ihrem alltäglichen Lebenswandel bezweckte. Versteht sie das, dann wird sie das Leben für ihren Partner mit einer gewissen vertrauten Wärme auszustatten vermögen. Sie füllt es mit selbstloser Liebe aus, und als Echo erntet sie mit der Zeit ebenfalls ein entgegenkommendes Verständnis. Das alles trägt zu beglückender Harmonie bei, was anspruchslose Zufriedenheit der Gemüter zur Folge haben wird. Wenn dann noch gegenseitige Ziele angestrebt werden, um anstrengendes Berufsleben zu erleichtern, wird auch in der Hinsicht keine geistige Leere entstehen können. Die steigende Zahl unbefriedigter Ehen und die krasse Zunahme von Scheidungen empfiehlt bestimmt die erstrebte Gleichschaltung nicht besonders. Der natürliche Unterschied der Kräfte spricht auch dagegen und die unzufriedenen Gemüter sind ein weiterer

Beweis offensichtlicher Verrechnung. Man kann ja alles Naturgemäße umkrepeln und durch die Kriegszeiten war es bedingt, aber es gehört nicht zu unserem stillen Glück, wenn die Frau zur Mehrung materieller Güter ihr ruhiges Familienleben aufgibt und darob ihren mütterlichen Wert einbüsst. Wenn dann gar manches missräte, weil die mütterliche Fürsorge nicht mehr ausreicht, mag auch auf diesem Gebiet vernünftige Einsicht zu spät kommen, wiewohl sich erstaunlicherweise noch da und dort natürliche Gaben beglückend erhalten konnten.

### Familienlasten

Ja, das moderne Leben richtete sich vielfach danach ein, Familienpflichten abzuschütteln, ohne zu überlegen, dass sie sich segensvoll auf uns auszuwirken vermögen, wenn wir sie richtig zu handhaben verstehen. Selbst die leichtbeschwingten, jubilierenden Vögel entziehen sich ihren arterhaltenden Aufgaben nicht. Mit aufopferndem Fleiss und reger Beschwingtheit kommen sie beidseitig ihren Pflichten nach, und man kann nicht sagen, sie seien geringfügig, denn welche Selbstlosigkeit verlangt die Aufzucht der jungen Brut von den emsigen Eltern! Wenn wieder soviel Familiensinn bei uns einkehrt, wird es kaum mehr Schlüsselkinder mit eingeschränkter elterlicher Liebe geben müssen. Als kleine Eigenart erfordert jedes Kind das elterliche Verständnis, um über die Klippen heutiger Probleme geschickt hinwegkommen zu können. Es war eine schlimme, entgleisende Zeit, als man der Jungmannschaft die Zügel in die Hände gab, weil man sich gezwungenerweise und unbedacht dadurch besser ausgerüstet fühlte. Für manche kam in jener aufrührerischen Zeit die Einsicht zu spät, dass man hätte anders handeln sollen, denn Kinder und Jugendliche müssen erst erzogen werden, bevor sie erziehen können. Wenn uns auch nicht alles im Leben gelingen mag, sollten wir stets die vorherrschenden Umstände in Betracht ziehen und uns nicht zu hart beurteilen,

wenn eine Hilfeleistung zu spät kam. Unser Können ist im Hinblick auf die heutige Notlage ohnedies eingeschränkt, weshalb wir uns mit dem begnügen müssen, was uns mit Fleiss und gutem Wil-

len überhaupt gelingt, muss doch jeder von sich aus bestimmen, ob er gesunder Einsicht den Platz einräumen will, oder ob es ihm nichts ausmacht, wenn er mit seiner Einsicht zu spät kommt.

## In den Urwäldern des Amazonas

(Fortsetzung)

Im Dezember 1958 plante ich eine grössere Expedition zu den Jivaros-Indianern. Da diese am oberen Marañon wohnen, konnte ich annehmen, dass sie durch die Zivilisation noch nicht verdorben worden waren. Als vertrauten Reisegefährten wählte ich mir einen Schweizer aus, den ich bei seinem vorübergehenden Ferienaufenthalt in seiner Heimat, dem Engadin, kennengelernt hatte. Er war zuvor schon 16 Jahre in Peru tätig gewesen und kehrte wieder dorthin zurück. Wohl hatte er allerlei Bedenken zu erwägen, sagte dann aber schliesslich doch zu. Zwar hatte uns der damalige Schweizer Gesandte Dr. Berger dringend abgeraten, jene Gegend aufzusuchen, da die Jivaros noch Kannibalen seien. Statt freundlich empfangen zu werden, würde man uns viel eher am Spiess braten, ohne dass er sich für uns irgendwie einsetzen könnte. Er wies darauf hin, dass wir gut 2000 km von unserer Farm, also von jeglicher Zivilisation entfernt seien, so dass er keine Möglichkeit habe, uns zu suchen, sollten wir nicht mehr zurückkehren. Da er die Reise keineswegs empfehlen konnte, schüttelte er jegliche Verantwortung von sich ab. Als er sah, dass er trotz seiner väterlichen Fürsorge nichts auszurichten vermochte, gab er uns noch einige gute Ratschläge mit auf den Weg. Wir nahmen daher genügend Schachteln von Zündhölzern mit, denn da sich diese Indianer noch auf primitive Weise ihr Feuer beschaffen mussten, waren ihnen unsere Zündhölzer sehr willkommen. Wir konnten daher unseren Aufenthalt damit bezahlen, denn der Empfang von Geld sagte ihnen damals noch nichts.

Wir mieteten uns nun einen Boothilfsmotor und kauften ein Fässchen Benzin.

Ebenso sorgten wir für ein Moskitonetz. Film- und Photoartikel verschlossen wir luftdicht in Plastikbeuteln. Vorsorglich nahmen wir auch unsere Naturmittel mit uns, und mit all diesem Gepäck flogen wir dann über Tarapoto nach Yurimagua. Hier nun mieteten wir uns einen Einbaum von etwa 8 Meter Länge. In der Mitte dieses Boots flochten die Indios für mich ein Dach aus Palmläppern, so, wie sie ihre Hüttdächer zu flechten gewohnt waren. Unser Material mit dem Fass Benzin luden sie ein und am Heck montierten sie den Motor. Nun begann unsere Reise flussaufwärts, bis wir den Marañon erreichten. Zwei angeheuerte Indianer standen uns mit Rat und Tat bei. Ueber Nacht hatten wir uns in einer Siedlung aufzuhalten, weshalb einer der Indios jeweils deren Häuptling oder Vorsteher aufsuchte mit der Meldung, dass ein weisser Bricho, also ein Naturdoktor, mit seinem Begleiter Unterkunft suche, beide seien ohne Waffen und würden wieder weiterreisen. Das war massgebend, denn jeder Häuptling nahm uns auf. Wir konnten in deren Hütten schlafen, bekamen bei ihnen zu essen und waren nach meinem Empfinden viel weniger gefährdet als in Chicago oder einer anderen Grossstadt.

Selbst wenn wir auf den breiten Flüssen dem Ufer entlang fuhren, konnten wir nicht so viel Interessantes sehen, wie dies oft auf den kleinen Nebenarmen der Fall war, weshalb wir oft in diese einbogen. Manchmal erweiterten sie sich zu kleinen Seen, manchmal aber gingen sie auch nicht mehr weiter, sondern endeten in einer Lagune, weshalb wir wieder umkehren mussten. Während der grössten Hitze des Tages und während der bekannten Tro-