

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 36 (1979)
Heft: 12

Artikel: Führt Gleichschaltung der Frau zum Familienglück?
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-553472>

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: 11.01.2026

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

fessor auf die Nutzlosigkeit solcher Bestrebungen hin, solange sich die Radioaktivität geltend machen könne.

Wenn wir aber vollwertige Nahrungsmittel zu gewinnen vermögen, weichen wir manchen Mängelscheinungen aus. Denken wir dabei nur einmal an die Umgehung der bedenklichen Zahnkaries. Auch die gefährliche Spritzerei kann dadurch eingedämmt werden. Also sind unsere aufrichtigen Bemühungen keineswegs völlig wertlos. Wir müssen ganz einfach umdenken lernen, denn schliesslich stammen wir aus den Elementen der Erde und müssen uns nach den diesbezüglichen Naturgesetzen richten, nicht aber nach der bequemeren Lösung durch die Zuflucht zum synthetischen Aufbau anorganischer Stoffe. Ja, die Rückkehr zu den risikolosen Forderungen der Naturgesetze verlangt von uns aufrichtiges Umlernen. Wer gewissenhaft beobachtet, braucht sich nicht täuschen zu lassen, wird er doch dann erkennen, dass die Pflanzenwelt die Fähigkeit besitzt, anorganische Stoffe umzugestalten, so dass sie für uns bekömmlich werden, weil wir sie alsdann verarbeiten und risikolos in uns aufnehmen können, statt uns zu belasten oder uns womöglich sogar zu gefährden.

Ein weiterer Weg steht uns offen, unsere Kinder widerstandsfähiger werden zu lassen, indem wir sie vor Bakterien möglichst schützen. Pflanzen, die uns ernähren, die uns helfen und uns heilen, sind die ältesten Wohltäter im Leben des Menschen. Nicht alle kennen die eigene, uns innenwohnende Regenerationskraft unseres Körpers, und doch ist es wichtig, darüber Bescheid zu wissen, um sie nutzbringend anwenden zu können. Menschen, denen wir vertrauen, können sich täuschen, wenn sie die wunderbaren Gesetze der höchsten Intelligenz im Universum missdeuten, weil sie diese zu wenig verstehen. Sie können daher nicht ohne weiteres helfen, wohl aber die Naturgesetze, die der Weisheit des Schöpfers entspringen. Der Weg zu risikolosem Heilen geht demnach durch diese. Dabei kommt es nicht darauf an, wie rasch die Heilung zustande kommt, sondern dass sich diese wirklich als einwandfreie Hilfe erweist. Solange wir uns berechtigt fühlen, natürliche Nahrungsmittel zu entwerten, gehen wir deren Heilmöglichkeiten verlustig, denn in erster Linie sollte die Nahrung so beschaffen sein, dass sie keinen Mangel aufkommen lässt, so dass man überhaupt nicht nach Heilmitteln Ausschau halten müsste.

Führt Gleichschaltung der Frau zum Familienglück?

In Kopenhagen wird im Juli 1980 die Weltkonferenz der Vereinten Nationen zum Jahrzehnt der Frau betreffs der Regelung ihrer Rechte und Pflichten stattfinden. Die vielen andersartigen Sitten und Gebräuche, die mannigfachen Gewohnheiten und Ansichten, die in den unterentwickelten Ländern wie auch bei uns herrschen, lassen es zwar fraglich erscheinen, ob sich für alle eine einheitliche Richtlinie finden, festlegen und durchführen lässt. – Immerhin zeigen all diese Bemühungen, dass man es vorzieht, auf einen gemeinsamen Nenner zu kommen, doch steht es nicht in unserer Macht, gewisse festgelegte Hindernisse zu beseitigen. Wie will man da erreichen können,

was man als passende Lösung anstrebt? Da sich seit der Neuzeit verschiedene, mehr oder weniger unvorteilhafte Strömungen auf dem Gebiet fraulicher Rechte und Pflichten durchgesetzt haben, wäre es allerdings günstig, sich wieder einmal dem Ursprung der Dinge zuzuwenden, denn dieser Ursprung wurzelt in einem beglückenden Familienleben. Bekanntlich ergeben geistig gesunde, zufriedene Familienverhältnisse unwillkürlich auch ein befriedigendes Volksleben. Wenn daher unsere neuzeitlichen Bestrebungen das Familienleben nicht harmonisch zu beeinflussen vermögen, werden sie schwerlich ernsthafte Probleme zufriedenstellend lösen können.

Neuzeitliches Bemühen

Heute kämpft bekanntlich ein Grossteil der Frauen um die gleiche Stellung, die das männliche Geschlecht innehat. Trotz sportlicher Ertüchtigung konnte sich die Frauenwelt bis heute kraftmässig zwar nicht die gleichen Fähigkeiten aneignen, wodurch sich eine Gleichschaltung wohl eher rechtfertigen liesse. Ihre durchgreifende Verwirklichung mag für die Frau die Gefahr grösserer Belastung in sich bergen, wiewohl doch eine Entlastung be zweckt werden sollte, oder etwa nicht? Wenn die Frau als Gehilfin und Gefährtin nicht mehr eine ergänzende Rolle im Familienleben spielen mag, kann sie auch nicht mehr auf ihre Weise zum Wohl der Familie beitragen, weil sie dadurch eher gezwungen wäre, zu vermännlichen. Soll das von Natur aus kräftigere Geschlecht durch Gleichschaltung etwa anderseits in die Fussstapfen der Frau eintreten, wiewohl es unmöglich wäre, ihm in körperlicher Hinsicht die Pflichten und Vorrechte der Frau aufzuerlegen? – Noch immer erweist es sich als ein ausschliessliches Vorrecht der Frau, Mutter zu werden und durch ihr pflichtgetreues Verhalten mitzuhelfen, das Familienleben glücklich zu gestalten, wenn sie ihren Pflichtenkreis im richtigen Sinne wertschätzt. Diese Wertschätzung büsst sie während der unglückseligen Kriegszeiten indes vielfach ein, weil sie zusätzlich mit männlichen Pflichten belastet wurde, um dadurch das Auskommen der Familie sichern zu können. Wenn sie jedoch glücklich sein will, sollte sie sich ihrer Bestimmung nicht entziehen wollen.

Vorrecht und Pflicht der Mutterschaft

Die ureigenste Bestimmung der Frau ist die beglückende Aufgabe, durch ihre Mütterlichkeit das Familienleben zu bereichern. Schon als junges Mädchen sollte sie sich dieses Vorrechtes bewusst sein und sich gesundheitlich darauf einstellen. Früher rauchten Mädchen und Frauen nicht, vergifteten ihren Körper auch nicht durch Nikotin oder gar durch Drogen.

Auch dem Alkohol sprachen sie nicht ungebührlich zu. Zudem gab es noch keine chemischen Medikamente, die Kopfweh und andere Schmerzen möglichst rasch vertreiben mussten. Noch halfen Geduld und risikolose Pflanzenmittel solcherlei Unannehmlichkeiten ohne Schaden zu beheben. Der natürliche Tagesrhythmus verhalf dem Vormitternachtsschlaf zu seinem vollen Recht, denn noch stand kein elektrisches Licht zur Verfügung, um bis in die Nacht hinein weiter zu arbeiten oder allerlei Vergnügungen und gesellschaftlichen Anlässen hörig zu sein wie heute. Vom Radio- und Fernsehfieber war noch niemand angesteckt, weil diese Errungenschaften noch gar nicht bestanden. Das kam vor allem der werdenden Mutter zugute, denn es war für sie weniger schwer, alles Schädigende möglichst zu meiden, als zu unserer Zeit, in der die Verlockungen reichlich blühen. Es scheint, dass schwangere Frauen von heute nicht mehr so innig mit dem Werden ihres Kindes verbunden sind, weshalb ihnen oft auch der Verzicht auf schädigende Genüsse viel zu schwer fällt. Kaum fällt es ihr ein, dass das Kind all dies mit ihr teilen muss. Alles Verkehrte, das sie sich getattet, schädigt auch das Kind. Es scheint, sie ist sich gar nicht bewusst, welches Wunder in ihr gedeiht. Ohne Bildhauerin oder Malerin zu sein, gestaltet sich in ihr ein kleines Kunstwerk. Von ihr wird nur verlangt, gesund und friedlich zu leben, um im seelischen Gleichgewicht bleiben zu können. Dadurch schafft sie die gesundheitlichen Voraussetzungen und wird angespornt, auf alles Schädigende zu verzichten. Nikotin verengt nicht nur ihre Gefäße, sondern auch jene des werdenden Kindes. Durch das Rauchen gelangen Nikotin und Teer in den mütterlichen Körper, und bevor 24 Stunden vergangen sind, wirken sich diese schädigenden Stoffe auch schon beim Kinde aus. Alles, was die Mutter an Guten oder Nachteiligem einnimmt, geht auch in einem gewissen Prozentsatz auf das Kind über. Sie braucht sich keineswegs üppig zu ernähren im Glauben, sie

müsste nun für zwei essen. Weit dienlicher ist es für sie, sich regelmässig an frischer Luft genügend Bewegung und Atmung zu verschaffen. Das wirkt sich auch günstig auf einen gesunden Schlaf aus und hält somit die Schlaflosigkeit fern, was auch zum Wohle des Kindes dient. Das Gute, das bei der Zeugung computermässig programmiert wird, erleidet durch schädigenden Einfluss entsprechende Einbusse. Dies gilt für die gesamte Zeit der Schwangerschaft. Einsicht und Selbstbeherrschung seitens der Mutter verhindern dies.

Medikamentschädigungen

Jede werdende Mutter sollte sich daher stets bewusst sein, dass alles, was den normalen Verlauf der gesundheitlichen Lebensführung unterbricht und überlastet, beim Kind immer in einem gewissen Prozentsatz zur Geltung kommt. Sehr tragisch kann sich daher auch eine Medikamentschädigung auswirken. Manche Schwangere vertraute sich zur rascheren Behebung gesundheitlicher Störungen gewissen chemotherapeutischen Medikamenten an, weil die Empfehlung von massgebender Seite an sie gelangte ohne Hinweis auf allfällige Neben- oder Nachwirkungen. Als Folge kam ihr Kind anormal zur Welt. Noch ist die Tragödie der Contergan-Kinder mit ihren traurigen Missbildungen nicht in Vergessenheit geraten. Einem unverschuldeten Los wurden sie preisgegeben, und auch das Leben der Eltern wurde dadurch ungebührlich hart belastet. Ähnliche Schädigungen durch Medikamente offenbarten erst später ihre zerstörende Wirkung. Wieso konnten massgebende Persönlichkeiten und entsprechende Behörden dies alles nicht verhindern? Heute kennt man die lauernde Gefahr, und jede Mutter sollte sich wohlweislich davor hüten.

Mühewaltung entschädigt durch Familienglück

Das richtige Verständnis für die heranwachsenden Kinder beglückt die gewissenhafte Mutter voll und ganz. Jedes Alter bringt neue Aufgaben mit sich, und sie füllen das Leben befriedigend aus, wenn ihnen eine Mutter mit Liebe und Aufopferung begegnet. Jeder Zeitabschnitt, den das Kind durchlebt, bereitet der Mutter neue Freuden, besonders wenn sie das Kind nicht nur gesundheitlich vorteilhaft pflegt und betreut, sondern es auch geistig zu fördern versteht. Von ihrem Verständnis und ihrer Geschicklichkeit hängt auch die Harmonie in der Familie ab, sind ihre Kinder doch oft ganz verschieden geartet. Kann sie ihnen mit kleinen Reizen Vergnügen bereiten, dann hat sie mehr erreicht, als wenn sie danach strebt, den Kindern unnötige Wünsche zu erfüllen. Wenn sie sich selbst ihren Verhältnissen anpassen lernte, wird sie auch das Begehrn ihrer Kinder eher in Schach halten können. Es bedeutet besonders in unseren schwierigen Tagen viel, die Zufriedenheit in der Familie wahren zu können und das Glück darin aufzubauen. Um das erreichen zu können, muss man allerdings seinen ihm zugewiesenen Platz voll auf wertschätzen und ihn mit Sorgfalt und Liebe ausfüllen, weil man dadurch den unzufriedenen Strömungen unserer Zeit nicht erliegen wird. Warum ein Bedürfnis nach selbstgewähltem Lose nähren, wenn doch die einfache Pflichterfüllung mit Genugtuung und Zufriedenheit belohnt. Kann man mehr als glücklich sein? Ja, solches Glück durchsonnt das Familienleben und spornt alle vom Kleinsten bis zum Grössten an, daran teilzuhaben und dazu beizutragen. Die den Menschen dargebotene Grundlage ist daher immer noch massgebender als das Streben nach ungewissen Aussichten.