

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 40 (1983)
Heft: 10

Artikel: Aufbauende Anerkennung und zermürbende Kritik
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-970270>

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>

Ausbeutung und Ausrottung der Naturschätze liegen ihm besonders am Herzen. Ich bin davon überzeugt, dass es ihm gelingen wird, einen Beitrag zu leisten, die Menschen von den schrecklichen Folgen ihrer zerstörerischen und selbstverschuldeten Handlungsweise abzuhalten, um vielleicht den Sieg der völkerverbindenden Liebe als der grössten Macht im Universum noch zu erleben.

Viele Leser werden sich nebenbei fragen, wie lebt er eigentlich? Ich kann es ihnen sagen: Er arbeitet nicht nur, um das Leben zu geniessen; er arbeitet um der Freude willen mit einem unermüdlichen Schaffensdrang. So lange ich ihn kenne, blieb er bescheiden und in den Ansprüchen an seine Lebensbedürfnisse äusserst genügsam.

Briefe aus aller Welt

Kein Wunder, dass man ihm deshalb Vertrauen entgegenbringt, das sich in unzähligen Briefen aus aller Welt niederschlägt. Es erreichen ihn immer noch Briefe von Missionaren, Pionieren, Ärzten und Forschern. Aber auch einfache Indianer, Neger, Asiaten schreiben ihm rührende und herzerweichende Briefe, von überall, wo er mit seinen Ratschlägen hilft. Darunter sind viele Briefe, die von einem be-

rufsmässigen Schreiber verfasst wurden, weil die Menschen dort, besonders in Südamerika, nicht einmal die Grundschule besuchen konnten. Was sich da im Laufe der Jahre angesammelt hat, zeigt eine ganze Wand voller Ordner in seinem Arbeitszimmer.

Seine weltweiten Reisen waren nicht nur den Vorträgen gewidmet, er studierte Gebräuche und Sitten fremder Völker, die weitaus älter und in manchen Lebensbereichen unserer Zivilisation weit überlegen sind, und er sammelte wertvolle Objekte fremder Kulturen. Nach und nach entstand eine stattliche Sammlung seltener Gegenstände. Und was machte er mit ihnen? Er schenkte sie seiner Heimatgemeinde zur Bereicherung des Dorfmuseums (siehe «Gesundheits-Nachrichten», Nov. 82). Bei diesem Anlass entstand das humorvolle Bild von A. Vogel im Indianerschmuck, das die «Schweizer Illustrierte» zweckentfremdet in einem unsachlichen und unfreundlichen Artikel verwendete.

In Kürze werde ich ihn wohl wiedersehen, den Vielbeschäftigten und Unermüdlichen, der sprühen wird voller Vitalität, Zuversicht und neuer Pläne. Ich wünsche mir, dass es ihm gelänge, alles zu verwirklichen, was er sich noch vorgenommen hat. Und das ist bestimmt nicht wenig.

Aufbauende Anerkennung und zermürbende Kritik

Vor Jahren besuchten wir, die ganze Familie, eine Universität in Japan, die von Prof. Obara geleitet wurde. Für uns war dies ein einmaliges Erlebnis, besonders für meine Frau, die als Erzieherin eine ganz neue, für uns unbekannte Methode kennenlernte. Prof. Obara und seine Helfer, speziell geschulte Lehrer, hatten eine Methode entwickelt, von der ich in Europa und Amerika nichts Ähnliches je gesehen hatte. Seine Studentinnen und Studenten, die von den niederen Klassen bis hinauf zur Maturitätsprüfung, wie man bei uns sagt, und noch weiter hinauf bis zum Doktorexamen in einigen Häusern geschult wurden, beka-

men nie irgendeine Beanstandung oder einen Vorwurf zu hören. Alle Lehrer waren so geschult, dass sie nur das Gute, was geschaffen wurde, erwähnten und darauf aufmerksam machten, und somit wussten alle Schüler, dass das, was nicht gesagt wurde, eben nicht gut war. In allen Instituten war eine, ich möchte fast sagen, sehr fröhliche, natürliche Atmosphäre, frei von Hemmungen. Lehrer und Schüler arbeiteten wie Kameraden zusammen. Kein Schüler und keine Schülerin waren speziell aufgeregt oder haben reagiert, wenn ein Lehrer in den Raum trat. Eine so freie, natürliche, entspannte Atmosphäre habe

ich nirgends mehr in der Welt angetroffen, weder an einer Unter-, noch Mittel- oder Hochschule. Wir haben einige Unterrichtsstunden und Vorlesungen mitbesucht, sie wurden in Englisch gehalten. Wir waren sehr beeindruckt, auch als Ausländer, über die sachliche, objektive Art der Darbietungen. Es gab keine schwulstigen Reden, auch nicht viele Fremdwörter und überwissenschaftliche Ausdrücke. Und ich musste unwillkürlich an einen Ausspruch meiner Frau denken, die einmal gesagt hat: «Die Wahrheiten sind einfach und verhältnismässig leicht erklärbar, wenn man jedoch Irrtum als Wahrheit präsentieren will, braucht man dazu ein Universitätsstudium». Hier bei Obara traf dies nicht zu, denn es würde alles einfach, natürlich, aus der Praxis herausgegriffen erklärt, und in den Diskussionen konnten die Schüler mit den Lehrern Probleme besprechen und ihre eigenen Ideen äussern. Und wenn ich mich nicht irre und es noch richtig in Erinnerung habe, wurden keine steifen Prüfungen durchgeführt, wie dies bei uns im Computerzeitalter üblich ist und immer strenger praktiziert wird. Oft ist es so, wenn ein Student eine Antwort gibt, die vielleicht besser ist und der Wahrheit näher kommt als die Auffassung des Professors, dann bekommt er eine schlechte Note, und er muss sich überlegen, dass er so antwortet oder die Fragen, die er schriftlich gestellt bekommt, so formuliert, dass sie möglichst mit der Einstellung des Professors übereinstimmen. Sonst läuft er Gefahr, und wenn er noch so gute oder bessere Ideen hat, dass er durchfällt, wenn es nicht der Norm entspricht, die man von ihm erwartet. Wir haben festgestellt, dass in der japanischen Universität von Prof. Obara die Studentinnen und Studenten mit viel weniger Kraftaufwand und weniger Mühe vorwärts geführt werden, als es mit der in Europa üblichen Methode der Fall ist.

Wie Kritik wirken kann, habe ich in vielen Fällen in meinem Leben beobachtet, mit niederschmetternden, vernichtenden Folgen. Es gibt sicher eine aufbauende Kritik, die aber wieder eine gewisse Anerkennung enthält. Es gibt aber auch niederreissende

Kritik, die unglaubliche Schäden und Störungen, ja Zerstörungen in der Seele eines Menschen anrichten kann.

Einige Erfahrungen, die ich im Laufe meines Lebens gesammelt habe, mögen dies etwas besser erläutern.

Negative Auswirkungen der Kritik

Ein Mann, der seelisch sehr angeschlagen war und Mühe hatte, sich im Leben aufrechtzuhalten, erzählte mir, dass er als Lehrling von seinem Meister mit einer niederreissenden Kritik derart zusammengestaucht wurde, dass er sich nie mehr richtig davon erholen konnte. Wie kann ein junger Mann, der voller Eifer in einer Lehre steht, sich zurechtfinden, wenn sein Lehrmeister ihm sagt, er sei der gleiche unfähige Typ wie sein Vater, und er werde auch nie etwas erreichen in seinem Leben. Diese Äusserung war so niederschmetternd und führte zu einer Psychose, die er nie mehr weggebracht hat. Und es war nicht leicht, eine solche seelische Wunde vernarben und wieder ein bisschen ausheilen zu lassen.

Ein anderer junger Mann, der von seinem Vater immer in einer nörglerischen Art kritisiert und oft beschimpft wurde, so dass das Vater-Sohn-Verhältnis immer mehr Schaden litt, liess langsam einen Groll, ja Hass in sich aufsteigen, und dies führte zuerst zu einer explosiven Auflehnung, dann zur Behandlung in einer Nervenklinik, die wiederum die eigentliche Ursache verkannte und brutale Methoden anwandte, die den übriggebliebenen Rest der Persönlichkeit noch zu schädigen, wenn nicht sogar zu zerstören vermochten. Wie viele Zerwürfnisse in einer Ehe habe ich beobachten können, durch stetes Kritisieren und Nörgeln, aber leider auch durch einen grossen Mangel an Anerkennung. Wenn eine Sache auch nicht immer im Leben gelingt, sind die Beweggründe, die positiven Bemühungen anerkennenswert, und wie oft kann eine liebevolle Anerkennung schlummernde seelische Kräfte wecken, und dies kann sich wiederum auch körperlich enorm auswirken. Wie oft haben es im Geschäftsleben empfindsame Menschen schwer, wenn sie erleben müs-

sen, dass ihre guten Absichten mit einer kühlberechneten, nur auf Erfolg eingestellten, kritischen Stellungnahme übergegangen werden. Dann nimmt ihnen dieser Kritisiergeist die Freude am schöpferischen Tun.

Wirkliche Liebe erzeugt Wärme, und diese Wärme ist eher geneigt, eine Anerkennung nicht nur der Tätigkeit, sondern auch der Beweggründe auszusprechen. Überdurchschnittliche Intelligenz ist oft ein Hindernis, Liebe und Wärme zu entwickeln. Die Gefahr, in niederreissende Kritik zu verfallen, ist bei überdurchschnittlich intelligenten Menschen grösser, besonders wenn eventuell noch ein gewisser Gerechtigkeitsfanatismus damit verbunden ist.

Typisch war ein beobachteter Fall von einem Kind, das mit einer Siegesfreude Tollkirschen sammelte, um sie zu verschen-

ken, in der Meinung, etwas Gutes zu tun. Wie wohltuend ist es, wenn einem solchen Kind eine Anerkennung, ein Dank ausgesprochen wird, obschon man ihm dann erklären muss, dass diese Kirschen Bauchweh erzeugen, weil sie giftig sind. Es wirkt besser, ihm in dieser Form eine Belehrung zu geben, als mit ihm zu schimpfen, es sogar zu bestrafen. Kritischer Geist kann wie ein Pilz sein, der den Zucker, die Süssigkeit der Liebe zerfressen kann. Dann ist alles mögliche als Folge zu erwarten. Im Privat- wie im Geschäftsleben, vor allem aber im Freundschafts- und Eheleben sollte man über diese wunderbringende Wirkung der Anerkennung von Handlungen und Beweggründen, aber auch über den zerstörenden Einfluss der Nörgelei und der Kritik nachdenken und sich der guten und bösen Folgen bewusst werden.

Schutz gegen Mückenstiche

In der Juli-Ausgabe der «GN» habe ich darüber berichtet, wie man sich gegen Mückenstiche wappnen kann, die ja bekanntlich in den tropischen Ländern zu einer Gefahr für die Gesundheit werden können. Auch in unseren Breitengraden haben die kleinen Plagegeister uns schon oft den Urlaub verdorben, wenn sie, besonders nachts, sich mit ihrem Kampfgesumm auf den Schlafenden stürzten. So mancher Erholungsbedürftige ist um seine Nachtruhe gebracht worden, weil er, statt zu schlafen, auf nächtliche Mückenjagd gehen musste. Kaum schliesst man nach solch nervenzermüdbender Schlacht die Augen, in dem Glauben, die Mücken vertrieben zu haben, beginnt der Angriff von neuem. In den Wand- oder Tapetenritzen und unter dem Lampenschirm können sich die letzten Kämpfer gut verstecken. Am nächsten Morgen wacht man meistens unausgeschlafen auf, die Arme, Brust und das Gesicht mit kleinen roten Beulen bedeckt, die später zu jucken beginnen. In Niederungen, an Flüssen, Seen und schilfbewachsenen Ufern treten diese kleinen «Urlaubsverderber» so zahlreich auf, dass man vor

ihnen auch am Tag und besonders in der Dämmerung nicht sicher ist. Aus dem Leserkreis erhielt ich zahlreiche Zuschriften mit Ratschlägen, wie man erfolgreich den Mückenstichen begegnet oder, besser gesagt, es dazu gar nicht erst kommen lässt, von Mücken gestochen zu werden.

Aus Platzmangel können wir nicht alle Erfahrungen veröffentlichen, doch geben wir auszugsweise einigen Lesern das Wort.

So schreibt mir Frau D. M. aus Sierre: «Als ich einschlafen wollte, hörte ich eine Mücke in meiner Nähe, war aber zu müde, um auf Mückenjagd zu gehen. Ein Hustenreiz – im Sommer sind ja die Atemwege oft ein wenig mitgenommen von Wind und Sonne, Hitze und Durchzug – liess mich dann aber doch nicht gleich einschlafen und ich griff nach dem in Reichweite befindlichen Po-Hp-Öl und rieb mir ein paar Tropfen auf die Brust . . . Es fiel mir am Morgen auf, dass mich die Mücke die ganze Nacht in Ruhe liess. Ich nahm mir vor, dies wieder einmal auszuprobieren; um so mehr hat mich nun Ihr Artikel interessiert, der mir die Antwort gab, dass sehr