Zeitschrift: Sauter's Annalen für Gesundheitspflege : Monatsschrift des Sauter'schen Institutes in Genf

Herausgeber: Sauter'sches Institut Genf

Band: 22 (1912)

Heft: 9

Rubrik: Mut!

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: 15.07.2025

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

Gottes Garten, aber sie sehen nicht „das Blühen ohne Ende"; sie vernehmen nicht den Sang der Vögel; das herrliche Panorama macht auf sie keinen Eindruck vor lauter Nachdenken und Grübeln über ihr eigenes Leid. Und doch bietet dir die Natur, ohne daß du weit zu reisen brauchst, auf Schritt und Tritt eine Fülle von Schönheiten. Treffend sagt darüber der Verfasser: „Das weiche Gras mit seinen Halmen und Rispen, welches lichtgrün dem Boden entquillt, das saftige Moos und die kleinen unscheinbaren Blümlein mit ihrer Welt von Insekten und Käfern, die Stimmung der Morgen- und Abendlandschaft, das wechselnde Licht des Himmels, das Heulen des Sturmes, das Grollen des Donners und die Märchen des Windes, die Stille des Waldes, die Anmut der Heide, das Wogen des Kornfeldes, der erwachende Frühling, der lichtreiche Sommer, der fruchtbeladene Herbst und der frische Winter mit seinen Eisblumen, seinen Schnee- und Rauhfrostlandschaften — alles, alles sind Kunstwerke, großartig und erhaben, wohl geeignet, uns in staunender Bewunderung getragen zu halten." Wenn sich der Nervenleidende erst in dieses Paradies eingelebt hat, wird es ihm ein Aufenthalt frohester Kurzweil, sodaß er seine Beschwerden vergißt und sie wenigstens nicht mehr so drückend findet.

(Schweizer Frauen-Zeitung.)

Mut!

Die ganze wissenschaftliche Arbeit der Jahrhunderte seit dem Mittelalter lief im Grund darauf hinaus, zu zeigen, wie das, was wir Geist nennen, unabhängig ist von dem, was wir Körper nennen. Viel Erfolg und manches Merkwürdige ist auf diesem Wege geerntet worden, aber jetzt ist die Stunde da für die Erkenntnis, daß die Königstraße der Menschheit nach der andern Seite führt, wo die Goldfelder der geistigen Kräfte noch ungeschürft harren, wo man alles Körperliche als gefrorenen Geist nach dessen eigenen Gesetzen behandelt. Wie Golfstrom und Passatwinde rauschen die geistigen Strömungen durch die Welt, die positiven Stürme der Kraft, Schönheit und Freude, die negativen des Neides, der Mutlosigkeit und Schwäche. Wer sich mit jenen verbinden kann, wenn auch zuerst nur täglich durch fünf Minuten froher und kraftvoller Gedanken, dem fließen von allen Seiten Freuden und Kräfte zu, bis in die äußerste Nervenfaser. Und Kräfte, von denen die elektrischen und Sonnenenergien nur ein unvollkommenes und rohes Abbild sind!

Ueber unsere Zeit, in der eine kleine Schar von Besitzenden allen andern den Brotkorb hoch hängen darf, ist eine gelbe, schlammige Sintflut der Furcht hereingebrochen. Furcht, daß es „nit längt", Furcht vor Alter und Krankheit, vor dem kommenden Tage, vor dem Verlust der Arbeit, vor Verkältung und Bazillen, vor Heirat und Kindern im „Jahrhundert des Kindes", Verfolgungswahn, Menschen- und Platzangst, bis hinein in die schreckhaften Träume.

Diesem Kleinglauben muß man sagen, daß an einer jeden Türe unbegrenzte Kraft liegt und nur des Aufhebens harrt. Zuerst muß man sie wünschen, dann kann man darauf hoffen und schließlich sie wollen. Jeder echte Erfolg ist Kristallisation von Wünschen und Gedanken. „Schon manches Schloß ist aus Luftschlössern erbaut." Man wird später die Gesetze der Willenskristallisation studieren, wie jetzt die der mineralischen. Und der Arzt wird den Kranken dahin schicken, wo starkes Leben am eindrücklichsten waltet, in den Sturm, zu den mächtigen alten Bäumen, an einen strömenden Fluß, einen schäumenden Wasserfall,

in eine flimmernde Wintersternnacht. Denn nicht nur Schnupfen und blauer Husten, auch Stärke, Freude und Schönheit stecken an. Darin liegt das Geheimnis jeder künstlerischen Wirkung. Wer jeden Tag vor dem Schlafengehen statt eines schönen Liedes, Bildes, Gedichtes oder eines guten Gedankens ein voll gerüttelt Maß des auf dem ganzen Erdenrunde passierten Unglückes einnimmt, der stimmt sein Lebensinstrument täglich ein paar Töne herab und kann es überhaupt nicht mehr zur hellen Höhe zwingen.

Früher meinten die Materialisten: der Mensch ist, was er ißt. Die ganz Schlauen: der Mensch ist, was er verdaut. Heute weiß es sogar der Mediziner, daß der Mensch je nach seiner geistigen Stimmung verdaut, und wir sagen: der Mensch wird, was er denkt, innerlich und äußerlich. Das uralte Sprichwort, daß der Spatz in der Hand besser ist als die Taube auf dem Dache, gehört wie die meisten Sprichwörter zur Philistermoral. Die Taube auf dem Dache ist besser, und wer sie nicht aus den Augen läßt, der wird sie auch kriegen.

(Aus dem „Samstag".)

Der Gartenbau als Erzieher.

Welchen Wert der Gartenbau in pädagogischer Beziehung mitunter haben kann, das geht aus Mitteilungen hervor, die Lehrer M. Dankler (Kohlscheid bei Aachen) im „Praktischen Ratgeber im Obst- und Gartenbau" macht. Er erzählt „Ein junger Lehrer meldete sich vor etwa drei Jahren aus einem großen Industrieorte auf eine kleine Schulstelle, ein Dorf, das zur Hälfte von kleinen Bauern, zur Hälfte von Fabrikarbeitern bewohnt war. Ich riet ab, denn der kleine Ort hatte einen schlechten Ruf; besonders die Jugend war verwahrlost und schien alle Untugenden von Bauern- und Fabrikjungen in sich zu vereinigen. Da wurden Obst und Beeren, Blumen und Früchte gestohlen, Obstbäume und Straßenbäume abgebrochen und angeschnitten, die Isolatoren der Telegraphenleitungen heruntergeworfen, und wer nur eben konnte, machte einen Umweg, um das Dorf nicht zu berühren... Der junge Lehrer ging hin. Im letzten Herbste hatte ich Gelegenheit, den Ort zu besuchen, und ich muß gestehen, daß ich mich ebenso gewundert wie gefreut habe. Das Dorf ist verändert, und seine Bewohner sind verändert. Das Dorf ist verändert, indem die Zahl und der Umfang seiner Gärten sich um das Doppelte und Dreifache vermehrt hat. Dazu sind die Häuser sauberer, an den Fenstern prangen beinahe ausnahmslos blühende Blumen, und Hunderte von jungen Obstbäumen stehen im schönsten Gedeihen. Und wie ist das gekommen? Der junge Lehrer, ein begeisterter Gartenfreund und Obstzüchter, hat die Jugend für Gartenbau und Obstzucht gewonnen. Das ist ein Segen für die ganze Gegend. — Anfangs hat es Mühe und Arbeit gekostet; aber die Herzen der Schulkinder waren doch aufnahmefähig. Auf Ausflügen und Spaziergängen wurden Blumen und Bäume und ihre Eigenheiten besprochen. Das war den Kindern in dieser Art neu und erweckte Teilnahme. Ist aber diese erst geweckt, so schwindet der Zerstörungstrieb. Dann erhielten die Kinder Blumen zur Pflege; die Teilnahme wuchs, und auch die Eltern hatten Freude an der Freude ihrer Kinder. Nun galt es, die älteren Burschen zu fangen. Hier machten Spiele den Anfang, wie Fußball, Schleuderball usw. Die Burschen kamen und wurden zutraulicher. Das war ein guter Anfang. Turnmärsche und Ausflüge boten auch hier Gelegenheit, weiter zu arbeiten. Dann sparte man Geld zusammen, um eine