

Ein interessantes Gespräch...

Patient: Herr Doktor, man liest gegenwärtig öfters in der Zeitung von der Entspannung der Nerven. Sagen Sie, ist denn die Entspannung so wichtig, wie vielfach behauptet wird?

Arzt: Ganz gewiß. Sie wissen selbst, daß in unserm Jahrhundert große Anforderungen an die Nervenkraft des Menschen gestellt werden. Die wirtschaftlichen Anstrengungen der modernen Staaten sind so gewaltig, daß jeder sein Äußerstes hergeben muß. Nun ist die Spannkraft der Nerven in erster Linie abhängig von der Fähigkeit der Entspannung. Man kann daher die regelmäßige Entspannung nicht nur als das Geheimnis der Arbeitskraft, sondern geradezu als das Geheimnis eines langen Lebens betrachten.

Patient: Allerdings, wenn der Mensch mit all den Mitteln, die Sie angeführt haben, die Entspannung sucht, dann wird er erst richtig dem Lebenskampf gewachsen sein; das glaube ich auch.

Arzt: Und bedenken Sie das eine: all diese Entspannungsmaßnahmen sind weder zeitraubend noch kostspielig. Die kurzen wirklichen Entspannungen bedeuten, regelmäßig durchgeführt, eine fast ebenso wertvolle Erholungsmöglichkeit wie der Sonntag oder der jährliche Urlaub, und der Mensch wird frisch und leistungsfähig bleiben. Deshalb lege ich Ihnen die Entspannungsmaßnahmen dringend ans Herz, damit Sie ein Lebenskünstler werden, dem das Leben nicht eine Last ist, sondern der es zu meistern versteht.

Den natürlichen, wirksamen Weg zur Gesundheit der Nerven, zu geistiger Frische und erhöhter Leistungsfähigkeit zeigt

Dr. med. Alfred Lechler,

ein erfahrener Nervenarzt, in seinem soeben erschienenen Büchlein

Wir brauchen Entspannung

Ein Gespräch zwischen Arzt und Patient
86 Seiten, fein gebunden 1.20 RM

für Nervöse und Vielbeschäftigte ein Wegweiser zu neuer Spannkraft u. Lebensfreude



Spener-Verlag, Marburg (Lahn)

In aller nächster Zeit erscheint
in neuer Ausgabe:

Reichs- versorgungs- gesetz

April 1939

**Amtl. Wortlaut der neuesten Fassung mit
Erläuterungen und folgenden Anlagen:**

1. Ausführungsverordnung zu den §§ 7, 25, Absatz 3, § 28 RVG.
2. Rententafel für Beschädigte
3. Rententafel für Hinterbliebene
4. Verstümmelungszulage
5. Zuschläge zum Witwen- u. Waisengeld
6. Kapitulantenversorgung
7. Versorgung der Kriegsbeschädigten und Kriegshinterbliebenen im Lande Österreich

Kartonierte RM 2,—

Die neue Ausgabe zeichnet sich wiederum durch zuverlässige Bearbeitung und übersichtliche Druckanordnung aus. In erster Linie für die Kriegsbeschädigten und Kriegshinterbliebenen bestimmt, ist diese Ausgabe das unentbehrliche Handwerkszeug für jeden im Versorgungswesen tätigen Beamten und jede Dienststelle sowie für die ehrenamtlichen Berater der Kriegsoffer.



150 Jahre im Familienbesitz



VERLAG E. S. MITTLER & SOHN / BERLIN