Weiss

Autor(en): **[s.n.]**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **12 (1955)**

Heft 2

PDF erstellt am: **31.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-551438

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Teufen (App.), Februar 1955

Zwölfter Jahrgang - Nr. 2

A. Z.
VILLMERGEN

Gesundheits-Nachrichten

MONATSZEITSCHRIFT FÜR NATURHEILKUNDE

Naturgemässe Ernährung, Körperpflege und Erziehung

Jahresabonnement:	Redaktion/Verlag: Dr. h. c. A. Vogel, Teufen	Vertriebsstelle für Deutschland:	Insertionspreis:
Inland . . . . Fr. 4.50 Ausland . . Fr. 5.70	Telefon (071) 23 61 70 Postcheck IX 10 775 Druck: Isenegger & Cie., Villmergen	VITAM-„Verlag" Hameln Abonnement: 4.50 DM Postcheckkonto Hannover 554 56	Die 1spaltige mm-Zeile 30 Rp. Bei Wiederholungen Rabatt

AUS DEM INHALT: 1. Weisser Glanz. / 2. Weisse Farbe. / 3. Ursache verminderter Abwehrkraft. / 4. Allgemeine Ernährungsrichtlinien für Leberkranke. / 5. Interessantes über indianische Heilmittel. / 6. Die Wurmplage. / 7. Ernährungsfragen und Krankheiten in Holland und der Schweiz. / 8. Die Welt wurde eine Gaskammer. / 9. Fragen und Antworten: a) Die Brennessel als Hilfe in der Not; b) Vorzügliche Hilfe bei Krampfadern. / **10. Aus dem Leserkreis:** a) Verlauf einer chronischen Nierenentzündung; b) Gegen tägliche Uebelkeit.

Weiss

Niemand wird bestreiten, dass die Farbe, die uns umgibt, einen spürbaren Einfluss auf uns ausübt. Befinden wir uns in einer Gegend, die sich unter grauem Himmelszelt noch vorwiegend in grauschwarzem Tone zeigt, dann kann uns darob förmlich bange werden, und wir sehnen uns nach einem Flecklein grünem Land. Ist aber die genau gleiche Gegend in schmuckes, sauberes Weiss eingehüllt, dann gefällt sie uns plötzlich, und wir sind mit ihr weitgehend ausgesöhnt. Wenn kahle Aeste mit glitzerndem Rauhreif bekleidet sind, dann kommt uns vor, der Mai sei schon im Anzug mit seiner duftig weissen Blütenpracht, und wir vergessen darob des Winters Härte. Welch erwartungsfrohe Freude, wenn es uns vergönnt ist, die düstern Strassen der Stadt mit einer herrlich weissen Schneelandschaft zu vertauschen. Wie wirbeln die glitzernden Kristalle des Schnees zwischen dem saftigen Grün der Tannen herum, wenn wir auf flinken Brettern über den weichen, weissen, unberührten Teppich gleiten, den der Schnee in freundlicher Güte auf dem nackten Boden ausbreitete! Wenn uns die Firnschneefelder im reinen Licht der Morgensonne entgegenleuchten, dann begreifen wir, dass die weisse Farbe als das Symbol der Reinheit erklärt wurde. Diese treffende Symbolik wurde schon im Buch der Bücher angewandt, indem das Tragen von Kleidern aus reiner, weisser Leinwand eine vollkommene Sauberkeit und Reinheit darstellt.

Handelt es sich nun bei alle dem in Wirklichkeit nur um eine blosse Symbolik, oder übt die weisse Farbe auf uns doch noch so etwas wie eine Heilwirkung aus? Wie bereits angedeutet, fühlen wir uns in einem hellen, weissen Raum gehobener als in einem düsteren. Da demnach die Farbe auf unser Gemüt und Empfinden einwirkt, ist es da nicht möglich, dass sie auch unsere Körperfunktionen und somit unsere Gesundheit beeinflusst? Ist es etwa von ungefähr, dass schwermütige Menschen nicht gerne weisse Kleider tragen, und dass die schwarze Farbe den Trauernden eine Wohltat bedeutet? Unverständlich aber und bedrückend wäre es, wenn eine Braut statt in frohem Weiss als sichtbarer Ausdruck ihrer innewohnenden Freude in ernstem Schwarz erscheinen würde. Schreibt auch die Sitte dem Bräutigam vor, sich schwarz zu kleiden, so bringt doch sein blendend weisses Hemd seine frohe Stimmung klar zum Ausdruck.

Wenn durch die weisse Farbe der Reinheit und Freude Ausdruck verliehen wird, dann kann man diesem symbolischen Begriff auch vom heilpädagogischen Standpunkt aus eine gewisse Beachtung schenken. Kinder, die keinen Frohsinn aufbringen und Erwachsene, die leicht ein bedrücktes Wesen annehmen, werden durch das Tragen von weissen Kleidern und durch den Aufenthalt in hellen, weissen Räumen rascher wieder frohgemut. Weisse, vom Sonnenlicht durchflutete Winterlandschaften tragen dazu bei, den schweren Druck eines belasteten Gemütes zu heben.

Weiss reflektiert die Sonnenstrahlen und auf dem weissen Firnschnee sind wir viel schneller verbrannt beim Sonnenbaden als etwa in den Alpenrosen. Sogar in den Tropen trägt man weisse Kleider. Während man beim Araber den Eindruck hat, er liebe die weissen Gewänder als Schutz gegen die heissen Sonnenstrahlen, empfindet man beim Spanier und Indianer in Mexico die weisse Bekleidung zudem noch als Ausdruck ihrer leicht beschwingten Art und Lebensfreude.

WEISSER GLANZ

Wenn tief in Schlaf ist eingehüllt
Des Lebens einst'ges Farbenbild,
Dann deckt der reine, weisse Schnee
Die Strenge und des Winters Weh. —
Der Glanz der Firnen zieht dich an,
Mit ganzer Macht er dich gewann,
Denn wenn die Schönheit dich umgibt,
Dann auch dein Herze glüht und liebt.
Weiss glitzernd in des Rauhreifs Pracht,
Beschenkt, der Bäume Kahlheit lacht,
Indes im Mai ihr Blütenkleid
Vergessen lässt vergangnes Leid,
Und wenn der Lilie Symbol
Auf stiller Flur dich grüsset wohl,
Dann freuet dich auch ihre Zier,
Der Reinheit Stempel trägt sie dir,
Des Schöpfers Güte zeigt sie an,
Weil sie fürwahr verschönern kann.
Wenn sie erstrahlet duftend weiss,
Dient sicher sie zu seinem Preis!

Stellt für unser Empfinden also die weisse Farbe Reinheit dar, wird durch sie Freude und Fröhlichkeit ausgedrückt, dann ist es begreiflich, dass wir sie für Kleidung, Wohnung und Umgebung bei jeder passenden Gelegenheit wählen. Ihre Beeinflussung zur Freude und Fröhlichkeit und zur Hebung unseres seelischen Empfindens ist bestimmt, wenn auch in bescheidenem Mass, in das grosse Heer natürlicher Heilfaktoren einzugliedern.

Ursachen verminderter Abwehrkraft

Es ist eigenartig, dass trotz den hervorragenden Forschungen der Medizin, trotz den vielen neuen Mitteln, die entstehen und eingesetzt werden, doch die Krankheiten nicht zurückgehen, sondern sich vermehren. Neue, früher unbekannte Krankheiten treten auf, und die Krebssterblichkeit nimmt zu. Wohl mühen sich die Aerzte, forschen und arbeiten, aber das erstrebte Ziel wird nicht erreicht. Die Gegenwart mit ihren Bemühungen, Bestrebungen, Erfolgen und Misserfolgen gibt tatsächlich manchem zu denken. Auch ich habe mir oft überlegt, in welch' sonderbarem Zusammenhang dies alles stehen mag? Jedes Frühjahr erneuert sich mir eine Beobachtung, die mich immer wieder zur gleichen Schlussfolgerung führt.

Ein fragliches Beispiel

Vor meinem Hause, das dicht beim Walde liegt, steht ein wilder Kirschbaum, der Jahr um Jahr blüht und Früchte trägt. Schön hebt er sich vom Waldmantel ab, besonders im Frühling mit seinen duftend weissen Blüten, seinen gesunden Blättern und dem schönen, silbergrauen Stamm. Er mag etwa 25 Jahre alt sein, während seine Kameraden, die im Kulturland stehen, die Basler- und Zuger-Kirschbäume noch nicht ganz so alt sind, wie der Wildling. Trotzdem es sich bei ihnen um schön entwickelte und gut gepflegte Bäume handelt, stehen sie doch immer in Gefahr, krank zu werden. Der Schrotschuss fällt sie an, gegen Pilzkrankheiten muss man bei ihnen vorgehen, wie auch noch gegen anderes mehr. Nur bei ganz besonderer Pflege bleibt das Blattwerk schön, während der wilde Baum immer ganz grüne, saubere und gesunde Blätter aufweist, ohne dass er je gespritzt oder sonstwie behandelt würde. Er steht da, lebt, gedeiht und bleibt ganz einfach gesund. Als Erster blüht er, und als Letzter trägt er gereifte Früchte. Wohl sind diese nicht für uns bestimmt, denn sie sind klein und unscheinbar, aber die Vögel erfreuen sich daran, und auch die Eichhörnchen kommen zu Besuch, um sich daran gütlich zu tun. Wie kommt es nun, dass der Baum nie vom Schrotschuss oder einer andern Krankheit befallen wird? Die Antwort eines Gärtners würde ganz einfach lauten, er sei eben als wilder Baum immun, während die veredelten ganz einfach anfällig, also nicht mehr so abwehrfähig seien. Woher aber kommt diese Immunität? Ist nicht auch der Wildling den gleichen Sporen, den gleichen Krankheitskeimen ausgesetzt?

Auch bei den Aepfeln ist es so. Gewisse Sorten widerstehen den Krankheitskeimen, während wieder andere davon befallen werden. So sind die Berner Rosen empfindlich gegen Krebs, gegen Schorf und anderes mehr, während der Jonathan viel immuner ist.

Die gleiche Beobachtung ist auch beim Menschen festzustellen, denn auch bei hm spielt die Immunität eine grosse Rolle. Woher mag sie kommen und warum wird sie nicht jedem in vollem Masse zuteil?

Einst und jetzt

Wohl wurde das erste Menschenpaar vollkommen erschaffen, so dass der Schöpfungsbericht darüber lautet: «und siehe, es war sehr gut». Es wäre wohl alles so gut geblieben, hätte der Mensch, da er in der einfachen Gehorsamsprüfung versagte, nicht seine vollkommene Heimat verlieren müssen. Lange zwar reichten auch in der unwirtlichen Gegend seine Abwehrkräfte aus, so dass die Menschen damals nach einem langen Leben ganz einfach an Altersschwäche starben. Heute ist dies anders, denn heute lischt in den meisten Fällen irgend eine Krankheit das Lebenslicht aus.

Der vollkommene Mensch besass in seiner ursprünglichen Heimat vollkommene Fruchtnahrung. Nachdem er seiner Vollkommenheit verlustig ging, wurde ihm auch noch das Kraut des Feldes, das zuvor nur für die Tierwelt bestimmt war, zugedacht. Erst nach der Sintflut kam noch die Fleischnahrung hinzu. Wohl war den Menschen dabei der Genuss von Blut untersagt, auch wurde die Auswahl des Fleisches, das sie geniessen durften, auf wiederkäuende Tiere mit gespaltenen Hofen beschränkt, während ihnen gestattet war, sich zudem von Vögeln und Fischen zu nähren. Was irgend als Nahrung für sie zur Verfügung stand, unterschied sich indes wesentlich von dem, was wir heute geniessen. Wenn auch die Nahrung damals bereits nicht mehr vollkommen war, wie zu Anfang des Menschengeschlechts, so handelte es sich doch immerhin um eine reine Naturnahrung. Kein Gift, keine Entwertung, keine chemischen Zusätze gefährdeten ihren Wert. Heute ist dies anders geworden, denn heute glaubt der Mensch besser zu wissen, was er benötigt. Er beachtet die vollwertigen Rezepte, die des Schöpfers Weisheit zum aufbauenden Wohl seiner Geschöpfe geschaffen hat, nicht mehr, sondern reisst sie bedenkenlos nach eigenem Gutdünken aus ihrem Zusammenhang heraus, sie so der Spurenelemente, der feinen und feinsten Wirkstoffe beraubend. Der Reis muss sein Silberhäutchen hergeben, das uns doch erwiesenermassen vor den Mangelerscheinungen der Beriberi-Krankheit bewahrt. Die Zellulose am Getreide und den Früchten wird als wertlos betrachtet und doch, wie rasch verschwindet die Verstopfung, wenn dem Darm die Zellulose nicht fehlt!

Aber das Entwerten der Nahrung spielt nicht nur auf diese Art eine Rolle. Der Mensch greift noch weit umfangreicher in das natürliche Geschehen ein, indem er durch Massivdüngung das biologische Gleichgewicht im Boden stört. Die scharfen Düngmittel schädigen die Mikroorganismen, so dass die Kleinlebewesen zum Teil vernichtet werden. Die Düngwirtschaft, die nur auf Rentabilität statt auf biologische Prinzipien gerichtet ist, rächt sich mit der Zeit schwer. Der Boden wird krank und ausgelaugt, und die Nahrung verliert den ursprünglichen Gehalt und die Schmackhaftigkeit.

Zur verfehlten Düngung gesellt sich auch noch die Giftspritze, deren sich die heutige Menschheit bedienen muss, weil sie das biologische Gleichgewicht des Bodens gestört hat. Diese Gifte aber, die während der Entwicklung und der Kulturperiode gespritzt werden, haften an den Pflanzen und schädigen, denn sie sind 20mal so stark wie das stärkste homöopathische Mittel, das aus den gleichen Grundstoffen hergestellt ist. Lösen diese also bereits in der verdünnten Form eine Wirkung aus, um wieviel grösser ist diese beim konzentrierten Stoff, wie man solchen zum Spritzen der Pflanzen verwendet!

Doch auch damit ist der schädigende Einfluss der auf unsere Nahrungsmittel ausgeübt wird, noch nicht beendet, denn wenn das Gemüse in die Konservenfabrik wandert, dann wird es dort noch weiter entwertet, indem es durch Blanchieren zum Teil der Nährsalze beraubt wird, die wir doch so dringend benötigen! Des Weitern kommt dann noch ein erneutes Gift als Konservierungsmittel in Anwendung, so Kupfervitriol oder ein anderes.

Des Rätsels Lösung

Dies sind nur einige Andeutungen, die auf die vielen Möglichkeiten von Schädigungen hinweisen, denen wir durch das Prinzip der bessern Ausbeute ausgesetzt sind. Wundert man sich da noch darüber, dass heute mehr Krankheiten als früher auftreten, wenn auf diese Weise