Objekttyp: **TableOfContent**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

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

Heft 10

PDF erstellt am: **16.05.2024**

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.), Oktober 1955

Zwölfter Jahrgang - Nr. 10

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. Die Luft, ein göttliches Geschenk. / 2. Die Luft. / 3. Blutegel-Anwendung. / 4. Ist Krebs heilbar? / 5. Um was handelt es sich beim «grünen Star» (Glaukom)? / 6. Hippophae rhanoides. / 7. Zwei neue, im Reformhaus erhältliche Produkte. / 8. Vergiftung durch Insektizide. / 9. Fragen und Antworten: a) Wirksame Hilfe bei einer Zuckerstoffwechselstörung; b) Heilung von chronischer Fingereiterung. / 10. Aus dem Leserkreis: a) Unschädliche Wurmmittel und hilfreiche Lebertropfen; b) Erfreuliche Hilfe bei Prostatabeschwerden; c) Eine Mutter berichtet über die Behandlung ihres Kindes.

Die Luft, ein göttliches Geschenk

Was ist die Luft? Du siehst sie nicht,
Sie ist für dich ein stumm' Gedicht,
Du könntest ohne sie nicht sein,
Das Leben schließt sie für dich ein,
Doch denkst du selten wohl an sie,
An ihre treue Freundschaftsmüh'!

Erst, wenn dir jemand fälscht die Luft
Mit Rauch und läst'gem Puderduft,
Dann fragst du: «Ach, was ist denn das,
Wer leistet sich solch' schlimmen Spaß?»
Der andre aber merkt es kaum,
Er lebt in seinem Duseltraum.

Du aber fliehst hinaus aufs Land,
Doch wer führt da mit kund'ger Hand
Den Jauchewagen über's Feld,
Verpestend dir die schöne Welt?
Zum Glück gewährt der nahe Wald
Dir ungetrübten Aufenthalt!

Es gibt indes der Düfte mehr,
Die flutend wie das weite Meer
Mit völlig unsichtbarem Gang
Die Luft bedrängen tagelang,
Und tagelang nun atmest du
Sie ein in aller Seelenruh'!

Sie dringen aus Kaminen hoch,
Sind für die Stadt ein schlimmes Joch;
Sie rasen durch die Straßen hin
Und über Päße geht ihr Sinn;
Bald nirgends bist du wohl mehr frei
Von Gasen gar so mancherlei!

Wie war es früher doch so schön,
Man konnte in die Ferne geh'n,
Die Luft lag vor uns rein und klar,
Und Blütenzauber wunderbar
Durchströmte sie wohl dann und wann,
Jetzt schütze sich, wer immer kann!

Die Luft an sich ist heut' noch gut,
Wer aber hat den frevlen Mut
Sie zu verderben gar so sehr,
Uns zu berauben immer mehr?
Wer ist sich heut noch eingedenk,
Daß sie ein göttliches Geschenk?
Wer schätzt sie noch, das ist die Frag,
Dankbaren Herzens Tag um Tag?

Die Luft

Wer schon durch endlos erscheinende Steppen gewandert ist, durch Wüsteneien, wo alles gelb und tot ist, der schätzt die satten, grünen Matten, die wunderbaren Wälder doppelt. Und wenn wir daran denken, daß diese grüne Herrlichkeit nicht nur unser Auge erfreut, sondern auch an der Beschaffung der herrlichen gesunden Luft einen wichtigen Anteil nimmt, so werden wir uns noch mehr zu ihnen hingezogen fühlen.

In diesen grünen Gräsern, in den Nadeln und in den Blättern, sind eigenartige Apparaturen eingebaut, die Kohlensäure aufnehmen und Sauerstoff abgeben können. Sauerstoff ist ein entscheidender Faktor für unser Leben. Ohne ihn würde das menschliche und tierische Leben nicht bestehen können. Das ganze Gemenge der Luft, so wie es für uns geschaffen wurde, strömt in unsere Atmungsorgane, in die Lunge, geht von der Lunge ins Blut über und versorgt im Blut jede Zelle mit dem notwendigen lebengebenden Gas, dem Sauerstoff. Der ganze Verbrennungsprozeß in unserem Körper benötigt diesen Sauerstoff genau wie ein Ofen. Beim Verbrennen von Kohle im Ofen und bei der Oxydation von Kohlehydraten im Blut spielt sich ein ähnlicher Vorgang ab.

Die Luft besteht zum großen Teil aus Stickstoff, Sauerstoff und Kohlensäure. Es sind in ihr aber noch viele andere fluidale Stoffe enthalten. Deshalb gehen wir ja in den Wald, um die Waldluft zu genießen. Diese feinen fluidalen Stoffe, die den Pflanzen entströmen, können für uns ein Heilfaktor darstellen. Nicht umsonst geht man in die Berge, in die Luftkurorte, in waldreiche Gegenden, um sich zu erholen, denn hier ist die Luft rein. Sie besteht nur aus dem, was der Schöpfer ursprünglich für Mensch und Tier vorgesehen hat. — Ja, was geschieht denn mit der Luft in den Tälern, in den Städten? Da sieht es leider schlimm aus. Mit der Technik und Industrialisierung haben sich nicht nur die Arbeitsverhältnisse geändert, die den Menschen oft zu einem Sklaven an der Werkbank machen, der jahraus, jahrein das Gleiche tun muß, die gleiche Bewegung bis zur Stupidität. Es sind noch andere Veränderungen festzustellen, die viel größeren Schaden anrichten. Die vielen Fabrikschlote, die vielen Autoauspuffrohre und all die verschiedenen Ausgangskanäle der Ventilatoren der Fabriken und der Industriezentren werfen Millionen und Milliarden Kubikmeter mehr oder weniger giftiger Gase in die Luft. Mit all dem muß nun der menschliche Organismus fertig werden. Diese Gase werden eingeatmet und je nach ihrer chemischen Zusammensetzung stören oder zerstören sie wichtige Vorgänge im Körper. Zellen werden geschädigt, Gefäße werden erweitert, vor allem die Kapillargefäße erfahren leicht eine sehr unangenehme Veränderung und die Schäden, die durch diese Luftver-