

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 3 (1945-1946)  
**Heft:** 4

**Artikel:** Die Heilwirkung der Musik  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-968681>

### **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:** 24.02.2026

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





# Gesundheits-Nachrichten

MONATSZEITSCHRIFT FÜR NATURHEILKUNDE  
Naturgemässe Ernährung, Körperpflege und Erziehung

Jahres-Abonnement Fr. 3.80, Ausland 4.50  
Erscheint monatlich

Redaktion u. Verlag: A. Vogel, Teufen  
Tel. Teufen 3 61 70 Postscheck-Konto IX 10 775  
Druck: W. Kaufmann-Furrer, Müllheim (Thg.)

Insertionspreis:  
Die einspaltige Millimeterzeile 12 Rp.

## Inhaltsverzeichnis

|   |    |
|---|----|
| 1. März   | 25 |
| 2. Die Heilwirkung der Musik  | 25 |
| 4. Grippe   | 26 |
| 5. Folgen der Verstopfung   | 27 |
| 6. Unsere Heilkräuter: Die Brennessel   | 28 |
| 7. Homöopathie und Biochemie:   |    |
| a) Silicea (Kieselsäure)  | 29 |
| b) Lachesis   | 29 |
| 8. Fragen und Antworten:  |    |
| a. Heuschnupfen b. Multiple Sklerose c. Exema d. frische Luft e. sonderbare Diagnose f. Haarausfall g. Homöopathische Mittel h. Nüenalphornsauce i. biologische Düngung | 29 |
| 9. Wichtige Mitteilungen:   |    |
| a) Meine lieben Leser!  | 32 |
| b) Rätselraten leicht gemacht   | 32 |

## Die Heilwirkung der Musik.

Wenn disharmonische Geräusche, der Lärm der Maschinen unsere Nerven und somit unsere Gesundheit schädigen, ja mit der Zeit sogar zerrütten, warum sollen harmonische Töne nicht das Gegenteil bewirken können? Ist es verkehrt, wenn sich sogar die forschende Wissenschaft mit dem Einfluß der Töne befaßt und heute schon mit beweiskräftigen Argumenten von der Heilwirkung der Musik reden kann?

Ist das Schlummerliedchen, das die Mutter oder das Großmütterchen am Bettchen des Kindes summt, nicht Beweis genug von der beruhigenden Wirkung einer Melodie? Sind dagegen die aufpeitschenden Jazztöne unseres Nachbarn, die uns nicht schlafen lassen, nicht eine Begründung der gegenteiligen Wirkungsmöglichkeit? Wie oft vermag die liebliche Schwingung eines Mozartstückes das bedrückte Gemüt wieder zu heben! Wie manche Stirne ist durch die melodische Sprache dieser Meisterwerke wieder geglättet worden. Die zwingende Gewalt einer Symphonie von Beethoven hat gewiß schon manche Brust besänftigt, ja selbst das schlichte Gezwitscher unsrer gefiederten Sänger vermochte gewiß schon oft die bösen Geister der Verzweiflung zu zerstreuen, so daß manch einer, der keinen Ausweg mehr gesehen hat, mit neuem Mute aus dem Walde in den Kreis seiner Pflichten, getröstet und zu neuem Kampfe gestärkt, zurück gekehrt ist, ohne daß jemand außer ihm selbst von der Kraft des eigenartigen Trostes gewußt hätte! Ein Kind, das gefallen ist, hat sich weh getan und schreit sein Leid in die Welt hinaus. Auch dies ist ein Ton, wenn auch ein erbärmlicher, der mit-helfen soll, den Schmerz ertragen zu lassen. Wenn der Zufall gar noch eine Amsel in der Gartenlaube singen läßt,

## März

Noch weht ein kalter, herber Wind,  
Er stemmt sich zürnend mir entgegen,  
Und doch, ich seh', daß Blumen schon gekommen sind,  
Trotz kühler Erde wollen sie sich regen.

Das gelbe Sternchen dort, aus Steinen guckt's hervor,  
Schneeglöckchen nickt, vom Wind bewegt,  
Der Frühling öffnet leis und sacht sein Tor,  
Die Kraft des Lebens sich von Neuem regt.

Und ob auch fehlen an den Bäumen  
Die Blätter noch, die Vögel singen schon,  
Ob auch die Knospen noch bisweilen träumen,  
Der Frühling scheucht hinweg des Winters Fron.

Noch liegt in schatt'gen Tälchen etwas Schnee,  
Doch an der Sonne mag er nicht mehr weilen,  
Wenn so zerränne auch des Daseins Weh,  
Dann müßte nicht das Leben ängstlich eilen.

Wenn finstere Gewalten Böses sinnen,  
Wenn ängstigt geheime Macht,  
Kann dann das Gute endlich doch gewinnen  
Und überwinden Gram und Schmerz und Nacht?

Getrost, der März nahm stets den Frühling bei der Hand,  
Der Sturm kann nicht mehr ihn vertreiben,  
Gereinigt wird von ihm das Land,  
Doch unsre Erde, sie wird ewig grünend bleiben!

dann schweigt das Kind plötzlich, gespannt, nein getröstet durch den Gesang dieses munteren Minnesängers. Der Schmerz ist vergessen und das platt gedrückte Näschen hebt sich stauend wieder in die Höhe.

Verwundert es uns da, wenn einsichtsvolle Aerzte die beruhigende Wirkung der Musik bei Kranken festgestellt haben, wenn beobachtet worden ist, wie Verkrampfungen gelöst und gelockert werden, die Verbesserung einer darniederliegenden Drüsentätigkeit festgestellt werden konnte? Sowohl in Bezug auf die innere, wie auch äußere Sekretion, von der die gesamte Verdauung abhängig ist, kann eine Beeinflussung durch gewisse Töne d.h. durch Musik festgestellt werden.



Es ist gewiß verständlich, daß nicht jede Musik eine gleich gute Wirkung auszuüben vermag. Etlliche Liebhaber leichter Musik mag es vielleicht befremden, daß die klassische, gute Musik bei all den zum Experiment beobachteten Patienten am besten gewirkt hat. Auch mag es befremden und komisch erscheinen, daß Musiker weniger günstig auf die Musik reagieren, als Menschen, denen der Genuß dieser hohen und hehren Sprache im Alltagsleben weniger zugänglich ist. Vielleicht gibt die Last des Berufes da die Erklärung. Wie mancher Gärtner ist weniger beglückt beim Anblick einer herrlichen Gartenanlage, als irgend ein Mann von der Straße es sein kann!

Wie jede Medizin, muß auch die Musik recht gewährt, und, merken wir es uns wohl, richtig dosiert werden, wenn der darin liegende Heilfaktor zur vollen Auswirkung kommen soll. Denken wir da immer an das homöopathische Prinzip: „Starke Reize zerstören und schwache Reize regen an.“

Es darf uns auch nicht verwundern, wenn auch auf diesem Gebiet, wie bei allen biologischen Gesetzen und Prinzipien, eine Ähnlichkeit herrscht. Ebenso, wie die anregende und belebende Medizin am Morgen gegeben wird, muß dies mit der Musik getan werden, während am Abend die beruhigende Musik die erregten Schwingungen des Tages in einen ruhigeren Rhythmus hinüberleiten lassen muß, damit der Kranke alles Aufregende ausschalten vermag. Es ist daher begreiflich, daß sowohl die Wahl der Musik, wie auch die Tonstärke dementsprechend gehalten sein muß.

Daß einem Basedowkranken, wie auch allen andern Patienten mit rascher Herztätigkeit, eine ruhige, harmonische Musik mehr hilft als eine rasche, temperamentvolle, muß unbedingt beachtet werden, während das langsame Herz mit auslöschenden Geistern eine mäßige Bewegtheit erträgt und leicht mitzuschwingen beginnt.

Auch bei dieser Heilmethode bedarf es, wie es bei allen biologischen Heilanwendungen der Fall und direkte Voraussetzung ist, eines speziellen Feingefühles. Wer dieses Feingefühl nicht besitzt, und es demnach auch nicht anwenden und entwickeln kann, der sei wenigstens so rücksichtsvoll und verschone die Kranken in seinem Hause und seiner Nachbarschaft mit der stundenlangen, rücksichtslosen Belästigung greller Töne. Was auf diesem Gebiet seit der allgemeinen Verbreitung des Radios alles gesündigt worden ist, zu berichten, gäbe ein trübes und schweres Kapitel. Versuchen wir es also bei unseren Angehörigen, Freunden und Bekannten mit der Anwendung der Heilwirkung der Töne, und vergessen wir dabei auch nicht, die Kehrseite in einer vermehrten Rücksichtnahme unserer Umgebung und besonders den kranken Mitmenschen gegenüber zu beachten.

## Grippe.

Es scheint, daß wieder eine Grippewelle über unser Land fluten möchte, und statt sich davor zu fürchten, wollen wir uns vorbereiten, um ihr im richtigen Sinne begegnen zu können.

Erstens hüte man sich vor allzugroßen Uebermüdungen, denn dies vermindert unsere Widerstandsfähigkeit und vermehrt somit die Anfälligkeit gegen alle Infektionskrankheiten. Zudem ist der Winter eine vitaminarme Zeit, und das erklärt einen weiteren Grund unserer Anfälligkeit, denn Mangel an verschiedenen Vitaminen erhöht die Empfänglichkeit für Infektionskrankheiten.

Deshalb esse man nun viel vitaminreiche Nahrung, und dazu gehören jetzt vor allem die jungen Salate, und zwar in erster Linie Löwenzahnsalat, Bärlauch- und auch Nüssli-salat. Löwenzahn ist zugleich ein hervorragendes Lebermittel und Bärlauch wirkt auf die Adern (besonders bei hohem Blutdruck) und somit auch auf das Herz.

Von den Früchten ist zur Zeit die vitamin-C-reiche Citrone zu empfehlen und die vitamin-D-reiche Orange.

Haben wir also in bezug auf die Ernährung getan, was wir konnten und eine Infektionskrankheit kommt trotzdem an uns heran, dann müssen wir immer 3 Punkte beachten, und zwar müssen wir:

1. die Darmtätigkeit anregen, sei es mit natürlichen Abführmitteln (Rasayana No. 1) oder Klistieren.

2. die Hauttätigkeit anregen mit Wickeln und Schwitzprozeduren, wobei nach dem Schwitzen der Körper mit einem kiesel-säurehaltigen Tee abgewaschen wird (Katzenschwanztee oder Ringelblumentee). Nach dem Abwaschen und Trockenfrottieren wird mit einem biologischen Salböl eingeeölt. Schlaffe, übermüde Menschen verwenden Fichtennadelsalöl und nervöse, sensible Personen Eukalyptus-Salböl. Bei der Grippe ist das Eukalyptus-Salböl ganz hervorragend.

3. müssen wir für Ableitung auf die Nieren durch das schluckweise Trinken von gutem Nierentee (Hagebuttenkernltee, Goldrutentee, Zinnkrauttee oder einem guten gemischten Nierentee besorgt sein. Dazu soll immer das Universalnierenmittelchen Solidago-Frischpflanzenextrakt genommen werden. Dieses Nierenmittelchen wirkt auch ohne Tee sehr gut und zuverlässig und sollte in keiner Hausapotheke fehlen.

**Die Ernährung** des Fieberkranken, vor allem bei der Grippe, darf absolut kein Eiweiß enthalten, sondern vorwiegend Frucht- und Traubenzuckernahrung in möglichst flüssiger Form und nur ganz wenig Stärke. Am besten bewahren sich Trauben- und Organgensaft, Tee mit Traubenzucker gesüßt oder saftige Fruchtsalate mit Zwieback oder Knäckebrot, bestrichen mit rohem Hagebuttenmark. Zur Herzstärkung kann noch ganz wenig Honig in die Getränke getan werden. Gehen die Fieber zurück, dann kommt der Appetit von selbst wieder und dann erst ist es an der Zeit, langsam steigend wieder feste Nahrung zu geben. Geht man mit der Nahrungszufuhr zu schnell vorwärts, dann gibt es gerne wieder einen Rückschlag.

**Die Heilmittel** bei der Grippe sind sehr zuverlässig, wenn die oben erwähnten Voraussetzungen genau erfüllt werden.

**Aconitum D3** ist das erste Mittel, sobald das Fieber in Erscheinung tritt und Schüttelfrost bei trockener und heißer Haut beobachtet wird. Bis Schweiß austritt, werden alle  $\frac{1}{2}$  Stunden 5 Tropfen gegeben, nachher noch 3—4 mal täglich 5 Tropfen.

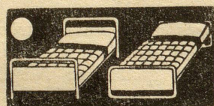
**Bryonia D3** ist bei allen Grippeformen angezeigt, wenn die Krankheit mit katarrhalischen Erscheinungen auftritt. Vor allem, wenn hinter dem Brustbein, in der Bronchiengenge ein Wundheitsschmerz in Erscheinung tritt. Alle 2—3 Stunden 5 Tropfen in etwas warmem Wasser genommen, wirkt da sehr zuverlässig.

**Camphora D1** 3 mal täglich 3 Tropfen auf Zucker wirkt sowohl bei der bereits ausgebrochenen Krankheit, wie auch vorbeugend bei Grippeepidemien.

Tischfertige Salsauce mit und ohne Oel Marken Nünalphorn und Millfin

liefert  **Citrovin** A. G. Zofingen

feinster Zitronenessig fein - weitreichend - bekömmlich  
1 Löffel Zitrovin in 1 Glas Wasser mit Zucker wirkt sehr durststillend  
Kräuteressig: Finerba Reiner Zitronensaft: Kitron



### Schöne Betten

von Fr. 65.— an

Liefern wir Ihnen gerne auch auf Kredit.  
Ferner Obermatratzen mit guter warmer  
Füllung in div. Qualitäten. Auf Wunsch  
angenehme Zahlungs-Möglichkeiten.  
Verlangen Sie Gratis-Prospekt. 95

Bettenfabrik Schreiber, Sucowerk  
St. Gallen 6 Ost, Schlösslistr. 26

### Drucksachen

für jeden Bedarf  
ein- und mehrfarbig  
prompt und zuverlässig  
aus der

Buchdruckerei

Kaufmann-Furrer  
Müllheim