Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 11 (1954)
Heft: 11

Artikel: Eine stumme Klage
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-553161

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: 05.12.2025

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

Feststellung handelt, der die wissenschaftliche Erklärung fehlt. Auch in Beefsteak tartar, was soviel wie halb rohes Fleisch bedeutet, liegen solche Wirkungseffekte, weshalb auch hievon Abstand genommen werden muss.

Ein junger Mensch sollte viel Früchte und Rohgemüse erhalten, also Salate und zwar mit Oel und Zitrone oder Molkenkonzentrat zubereitet. Auch gedämpfte Gemüse sind nebst Naturreis oder andern Vollkorngerichten, wie auch Kartoffeln eine vorzügliche Ergänzung zur vollwertig gesunden Mahlzeit. An Stelle von Weissbrot tritt ein gutes Vollkornbrot und weisser Zucker nebst Schleckereien werden ersetzt durch Rohrzucker, Honig, eingedickten Trauben- oder Birnensaft, durch Rosinen oder Weinbeeren, die man zum Süssen von Müesli durch die Hackmaschine drehen kann. Dieser natürliche Traubenzucker ist der beste Süsstoff, den es ausser dem Honig überhaupt gibt.

Vernünftige Lebensweise

Zur gesunden Lebensweise junger Menschen gehört frühzeitiges Schlafengehen, mögen auch die Aufgaben drängen. Wer früh ins Bett geht, der kann auch früh aufstehen und in der Morgenfrühe lernt der Kopf viel leichter, als wenn er abends bereits ermüdet ist. Zudem ist es gesünder, als morgens noch lange schlummernd im Bett zu liegen, nach dem Erwachen sofort ein kurzes Morgenturnen, eine kühle Abwaschung durchzuführen, um sich dann völlig frisch und munter hinter die Pflicht zu stürzen. Wem anfangs die Umstellung schwer fallen mag, soll sie in der Ferienzeit beginnen. Nach einigen Tagen wird sie ihm mit jugendlicher Willenskraft auch geraten.

Wichtig und erfrischend ist auch mässiger Sport, denn er gleicht die einseitige, geistige Inanspruchnahme aus. Auch Gartenarbeiten in leichter Kleidung, barfuss und in kurzen Kniehosen, um den Einfluss von Luft und Sonne ausnützen zu können, bekommt jungen, studierenden Leuten überaus gut. Sonntagstouren mit ernstgesinnten Kameraden erfrischen und halten im Gleichgewicht. Man kann mit ihnen mancherlei Probleme besprechen, ja, man kann sogar gewisse Lektionen leichter lernen, während man sich zwischen Fichten und Eichen lagert oder durch das Grün der Bäume und Wiesen wandert. Auch das Schwimmen wird gesundheitlich von grossem Nutzen sein, da es das Gemüt zu entlasten und das Empfinden auf natürliche Bahnen zu lenken vermag.

Im Winter ist der Wintersport dazu angetan, das müde Denkvermögen aufzufrischen, doch all dies stets mit Mass und der richtigen Einteilung der Zeit, um dem Studium und der Gesundheit gleichzeitig Rechnung tragen zu können.

Zusätzliche Hilfe

Wem alle Entspannungsmöglichkeiten jedoch gleichwohl noch zu wenig Hilfe darreichen, der kann als zusätzliche Stärkung auch noch das nutritive Nervenmittel Avena sativa nebst Acidum phos D 4 und Acidum picr. D 6 einnehmen und vor allem auch für gute Darmtätigkeit sorgen und zwar mit Hilfe von Linosan, einem wohlschmeckenden Leinsamenprodukt. Auch der Kalkspiegel sollte stets durch Urticalcin, einem biologischen Kalkpräparat, gehoben werden.

Wer all diese Ratschläge beachtet, wird bestimmt eine wesentliche Erleichterung verspüren, was nicht nur der Jugend zu gute kommt, sondern auch die Eltern mancher Sorge entheben wird.

Eine stumme Klage

Beobachtungen am Strand

In der stillen Morgenfrühe kurz vor 6 Uhr wanderte ich am Strand von Forte dei Marmi gegen Viareggio. Das Meer war unruhig und der Schaum der Wellen plätscherte immer wieder an meine Füsse. Ausser dem Brausen des Wassers war alles still, und diese Ruhe ist in dem heutigen aufreibenden Hasten und Jagen eine grosse Wohltat für die Gesundheit und unser seelisches Empfinden. Soeben sandte die Sonne ihre ersten Strahlen zwischen den Gipfeln der Bergkette, die als Ausläufer des Marmorgebirges von Carrara gegen Süden zieht, hervor. Hell und heller wurde es, und immer besser konnte ich wahrnehmen, was der Sturm die Nacht über alles an Land geschwemmt hatte. Viele schöne Quallen hatten ihr Leben eingebüsst und lagen verlassen am Strand. Unbehindert konnte ich daher dieses eigenartige Naturwunder der südlichen Meere betrachten, denn beim Schwimmen macht man ungern Bekanntschaft mit diesem durchsichtigen Gebilde aus weisser gallertartiger Masse. Wie ein Schirm aus weissem Glas mit violettem, gezacktem Rand schwimmen diese sonderbaren Gebilde, auch Medusen genannt, im Wasser herum, und wer beim Baden an eine solche Wunderglocke stösst, glaubt, er sei in die Brennesseln gefallen, denn der Saft, den diese Tiere absondern, brennt. Oefters habe ich mir dadurch einen geröteten Oberschenkel eingeholt, während empfindliche Menschen davon sogar einen ekzemartigen Ausschlag erhalten können. Noch grössere und schönere Quallen als hier auf meiner morgendlichen Wanderung, habe ich seinerzeit im Golf von Korinth gesehen, solche, die einen Durchmesser von 30 cm aufwiesen. In Gedanken versunken, untersuchte ich eine besonders schöne Qualle und siehe da, ein Krebschen befand sich im Innern. Als ich den frechen Eindringling herausholte, machte er sich seitwärts kriechend davon und vergrub sich im weichen Sand. Gerade so suchen auch die ans Land geschwemmten Muscheltiere Schutz, indem sie eigenartig flink wieder von der Bildfläche verschwinden. Viel wissen auch die mannigfachen grossen und kleinen Muscheln vom Leben in den Wassern zu erzählen. Immer wieder schwemmen sie die Wellen zur Freude grosser und kleiner Kinder ans Land. Wer noch nie in einem Glasboot den lebensfrohen Reichtum, der sich im Meere vorfinden kann, sehen konnte, hat keine Ahnung welch ein Erstaunen und welche Ehrfurcht vor der Schöpfergrösse diese stumme, farbenfrohe Wunderwelt in uns auszulösen vermag. In Erinnerung an all diese Schönheiten lief ich weiter und weiter, um plötzlich erschreckt stehen zu bleiben. Aus dem Sand ragte der Fuss eines toten Vogels hervor und zeigte wie eine stumme Klage gegen die tiefe Bläue des Himmels. Was mochte seinem Leben ein Ende bereitet haben?

Allerlei Erinnerungen

Ach, ich konnte es mir ja eigentlich gut erklären, und ein unangenehmes Bild stieg in meiner Erinnerung auf. Hatte ich nicht vor einigen Jahren in Abano eine grausame Methode kennengelernt? Ja freilich, denn damals musste ich mitansehen, wie ein junger Kurarzt in seinem eigenen Garten einen lebendigen Vogel auf einer Stange angebunden hielt, um andere Vögel anzulocken. Zu welchem Zwecke wohl? Nun ganz einfach, um die Vertrauensseligen aus dem Hinterhalt besser abschiessen und nachher als Leckerbissen verzehren zu können. Kein einziger Vertreter der gebildeten Welt wehrt sich gegen solch rohe Unsitten, weder der einfache Schullehrer, noch der Universitätsprofessor, weder der Landpfarrer noch der Papst. All diese Erzieher des italienischen Volkes, die immerhin einen gewissen Einfluss ausüben könnten, kennen dieses Schauspiel und lassen es gewähren. Die Folge aber und die stumme Klage davon ist ein Aussterben freudigen, bewegten Lebens. Erst jetzt fiel mir so richtig auf, wie einsam verlassen der Strand hier in Italien doch eigentlich war. Kein einziger Vogel belebte ihn. Wieder streifte meine Erinnerung zurück, und ich sah im Geist den Strand in Florida und die Westküste Californiens vor mir mit einer reichen Vogelwelt, die das Auge eines jeden Naturfreundes erfreut. Hier aber war kein einziges Wasserstelzchen bei seinem ergötzlichen Spiel mit den Wellen zu erblicken, ebensowenig auch grössere Vögel, die sich so gern mit sichtlichem Ver-

gnügen über die Wellenberge in die Wellentäler hinüber schauckeln lassen. Nein, hier war alles wie ausgestorben. Aber wie soviel schöner ist ein mit Vögeln belebter Strand! War es denn nicht des Schöpfers Absicht unser Herz und Auge mit diesen gefiederten Freunden zu ergötzen? Warum vernichtet der Mensch nur wegen einem kurzen Gaumengenuss diese Zierde der Natur. Sollte der fruchtbare Boden von Italien wirklich nicht genügend Nahrung hervorbringen? Ist es demnach gerechtfertigt irgendwelche Wasser- oder Singvögel zu vernichten, wo irgend man ihrer habhaft werden kann?

Nachdenkliches

Es war nur der Fuss eines toten Vogels, aber er stimmte mich nachdenklich und erinnerte mich an all die verschiedenen Begebenheiten, die ich weltenweit beobachten konnte. Aus Genussucht und Habgier schändet der Mensch die Natur und vernichtet Schönheiten, die der Schöpfer zur Freude aller Menschen gebildet hat. Hier werden Vögel, dort wildlebende Tiere und anderorts wieder prächtige Wälder ausgerottet. Niemand aber gibt sich Rechenschaft über den angerichteten Frevel. Wie gut, dass da die frohe Zuversicht zu trösten vermag, denn die Erde wird laut göttlicher Verheissung wieder zu ihrer ursprünglichen Bestimmung zurückkehren dürfen, so dass ein harmonisches Zusammenspiel jedem Geschöpf zuteil werden und auch jeden gutgesinnten Menschen nach soviel Leid erfreuen wird. Dann werden auch die Küstengestade Italiens wieder einem bunten, gefiederten Völklein zur Lebensfreude gereichen. Nicht mehr werden sich dann die Menschen ihren Hunger an schmächtigen Vogelkörpern oder an Froschenschenkeln stillen, denn sie werden satt werden vom Ertrag fruchtbarer Felder und fruchttragender Bäume.

Während ich über all dies nachsann, zog ich den toten Vogel aus dem Sande. Er erinnerte mich an einen Albatros. Bestimmt hatte ihn ein neuzeitlicher Vertreter von Nimrod, der in den Tagen nach der Sintflut als gewaltiger Jäger bekannt war, abgeschossen, ohne seiner habhaft zu werden. Ueber dem Meer erlahmte sein Flug. Die Wellen schwemmten ihn ans Land und begruben ihn im Strandsand. Niemand hätte seiner mehr gedacht, hätte nicht der Fuss des toten Vogels als stumme Klage vom Leid der heutigen Zeit erzählt.

FRAGEN UND ANTWORTEN

Günstige Behandlung bei Unterleibsentzündung

Ende Juni schrieb Frau Z. aus B. wie folgt um Hilfe:

«Da mir Ihre Naturmittel immer gut getan haben, möchte ich Sie auch heute wieder um Rat bitten. Habe zur Zeit eine Unterleibsentzündung.»

Diese hatte der Arzt festgestellt und täglich ein Sitzbad von 15 Minuten verordnet mit anschliessendem Einführen eines Stäbchens. Die Patientin schreibt weiter:

«Ich habe dies nun genau 11 Abende gemacht, kann aber nicht viel darüber sagen. Einmal meine ich, es sei besser, dann ist es aber wieder stärker zu spüren. Soll ich damit weiter fahren, oder wüssten Sie mir einen bessern Rat?»

Der Patientin wurden nun folgende Mittel verordnet: Echinasan, Lachesis D 12 und Belladonna D 4. Ferner sollte sie in täglichem Wechsel 1 Glas Nierentee oder Bärentraubenblättertee trinken. Jeden Abend sollte ein Sitzbad im Absud von Eichenrinde, Frauenmänteli- und Melissentee gemacht werden. Auch Lehmwickel oder warme Heublumenauflagen auf der ganzen Unterleibsgegend wurden empfohlen. Scharfe Gewürze sollten gemieden werden, ebenso viel Kochsalz und tierisches Eiweiss. — Anfangs Oktober gelangte folgendes Schreiben an uns:

«Kann Ihnen heute mitteilen, dass mir Ihre Mittel für meine Unterleibsentzündung sehr gut getan haben. Schon am 3. Tag spürte ich, dass die Schmerzen nachliessen. — Allerdings hatte ich erst Angst, nachdem ich im «kleinen Doktor» gelesen hatte, woraus die Mittel hergestellt werden, sie einzunehmen. Einige Tage später wagte ich es doch, wenn auch nur mit halber Dosis, und sie taten mir gut.»

Wer das homöopathische Prinzip der hohen Verdünnung einmal erfasst hat, fürchtet sich bestimmt nicht mehr, homöopathisch verdünnte Mittel einzunehmen. Mag auch mancher die wegleitende Begründung: «grosse Reize zerstören, kleine Reize regen an,» belächeln oder bekritteln, ihre Wirksamkeit kann dennoch nicht in Abrede gestellt werden.

Heilung von heftigem Durchfall

Frau R. aus S. sandte Ende März dieses Jahres folgenden Bericht an uns:

«Kann Ihnen mitteilen, dass die Wurmtropfen und Tabletten bei meinem Mann Wunder gewirkt haben. Er spürt keine Spur mehr von diesen Schmarotzern. — Nun hätte ich noch eine Bitte. Hätten Sie vielleicht auch ein wirksames Mittel für meinen 68 Jahre alten Vater? Dieser leidet sehr viel an heftigem Durchfall. Dieses Uebel war von jeher seine Schwäche. Vater ist ausserdem meist noch sehr arbeitsam und geht viel zu den Bauern als Aushilfe. Dabei ist dieses Uebel für ihn natürlich sehr unangenehm. Wir wären Ihnen also sehr dankbar für die Zustellung eines Ihrer bestbewährten Mittel.»

Es ist nun interessant, dass eine Heilung schon zustande kam, obwohl nicht das spezifisch wirkende Mittel Tormentavena eingesetzt wurde, sondern Papayasan zur Regelung der Verdauung und zur Entgiftung von Magen und Darm weisser Lehm, zur Stärkung der Nerven aber Avena sativa. Am 29. Juli berichtete Frau R. über den Erfolg:

«Vorerst kann ich Ihnen mitteilen, dass Ihre Mittel bei unserem Vater Wunder gewirkt haben. Das Uebel, fast unaufhörlicher Durchfall, ist wie verschwunden. Also, vielen Dank.»

Aus diesem Bericht ist ersichtlich, dass nicht immer nur die spezifisch wirkenden Mittel ans Ziel führen, sondern dass das allgemeine Beheben von Funktionsstörungen ebenfalls die damit im Zusammenhang stehenden Schädigungen zu beseitigen vermag.

AUS DEM LESERKREIS

Tränende Augen

Anfangs Februar 1954 schrieb Frau B. aus B.:

«In den letzten «Gesundheits-Nachrichten» habe ich gelesen, wie Sie tränende Augen mit gutem Erfolg behandelt haben. Letzten Sommer habe ich mich wegen diesem Uebel vom Augenarzt behandeln lassen, aber umsonst.»

Die Patientin trank bereits den Rüeblisaft und hielt sich an die Naturkost. Die Urinanalyse zeigte nun, dass die Nieren, die Leber wie auch die Verdauung noch im besondern unterstützt werden mussten. Ferner wurden zur Kräftigung der Schleimhäute Galeopsis und Urticalcin, ein Kieselsäure- und biologisches Kalkpräparat gegeben. Zur direkten Beeinflussung der Augen wurden sowohl innerlich wie äusserlich die Augentropfen Euphrasia angewandt. Kalte Füsse waren durch wechselwarme Fussbäder zu bekämpfen und Kochsalz möglichst zu meiden. — Anfangs Oktober ging dann folgender Bericht von ihr ein:

«Im Februar dieses Jahres habe ich von Ihnen Heilmittel für tränende Augen erhalten. Nach drei Monaten waren sie geheilt. Ich freue mich darüber sehr und danke Ihnen.»

Es ist wirklich erfreulich, dass solch einfache Mittel solch heilende Wirkung haben.

«Der kleine Doktor» versieht sein Amt

Die gleiche Patientin lässt auch noch den «kleinen Doktor» zu Worte kommen, indem sie schreibt:

«Der kleine Doktor» ist mir lieb geworden, und auch die «Gesundheits-Nachrichten» möchte ich nicht mehr missen. Ich freue mich jeweils immer wieder über deren uneigennützige Ratschläge. «Der kleine Doktor» ist ein Wunderbuch. Immer wieder kann man sich selber helfen, wenn man aufmerksam nachliest. Wieviel weniger chemische Pillen müssten geschluckt werden, wenn die Menschen in der Natur die heilwirkenden Kräutlein mehr beachten würden, so, wie sie unser Schöpfer immer wieder wachsen lässt.»

Es ist gut, dass «Der kleine Doktor» und die «Gesundheits-Nachrichten» auf diese Weise wirken, denn das richtige Verständnis beschafft manchem beträchtliche Erleichterung.

Verantwortlicher Redaktor: *Dr. h. c. A. Vogel, Teufen*