

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 12 (1955)
Heft: 5

Inhaltsverzeichnis

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: 23.02.2026

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

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	Telefon (071) 23 61 70 Postcheck IX 10 775	VITAM-„Verlag“ Hameln Abonnement: 4.50 DM	Die 1spaltige mm-Zeile 30 Rp.
Ausland . . . Fr. 5.70	Druck: Isenegger & Cie., Villmergen	Postcheckkonto Hannover 55456	Bei Wiederholungen Rabatt

AUS DEM INHALT: 1. Grüner Reichtum. / 2. Grün. / 3. Bekämpfung der Frühlingsmüdigkeit und ihrer Folgen. / 4. Gesundheitspflege, die beste Vorbeugung gegen Erkrankung der Atmungsorgane. / 5. Convallaria oder Maiglöckchen. / 6. Die Sauna. / 7. Kinderlähmung (Poliomyelitis). / 8. Kinderwagen auf Landstraßen. / 9. Fragen und Antworten: Gute Hilfeleistung bei Bronchitis=Asthma. / 10. Aus dem Leserkreis: a) Ein Herzfehler verschwindet; b) Rasche Regelung der Periode; c) Ein Mittel empfiehlt sich. / 11. Wichtige Mitteilungen: a) Sommerferien in Brail; b) Wer meldet sich?

GRÜNER REICHTUM

Einem Pinsel mächtig, gross
Unser Mai zu seinem Los
Wiederum sich auserkor,
Weil an Grün er sich verlor!
Alle Wiesen prangen schon
In demselben Farbenton,
Alle Bäume sind geschmückt,
Seine Mühe ist geglückt!
Aus dem Astwerk kahl und leer
Holt er sich ein Blättermeer,
Blickt in Gelb und Blau hinein,
Und schon hat ein Grün er fein.
Bald es lieblich hell erstrahlt,
Andres dünkler er sich malt,
Und es wechselt fort und fort
Wohl sein Grün von Ort zu Ort!
Nach des langen Winters Leid
Ist es eine Wohltat heut
Unsre Erde grün zu seh'n,
Find'st du sie nicht wunderschön?
Fuhrst du je durch Wüstensand
Und durch kahles, dürres Land,
Liebst du jedes grüne Blatt,
Hinzuschau'n wirst du nicht satt.
Und der Wiesen grüne Zier
Scheinen niemals schöner dir!
Selbst die bunten Blumen drin
Sind dem Grün nur zum Gewinn.
Doch, woher nimmt die Natur
Denn die viele Farbe nur?
Ist sie mühsam angemacht?
«Nein, o nein,» der Mai nun lacht,
«Was ihr Menschen niemals könnt,
Ist uns Kleinen still vergönt.
Hinterm Spiegel der Natur
Wirkt des Wunders reiche Spur,
Wirkt des Schöpfers grosse Macht
Mit der ganzen Zaubersprache!»

Grün

Wohl ist Grün die Hauptfarbe in der Natur, und Auge und Gemüt sind an sie gewöhnt und von ihr verwöhnt, denn wir kommen zu kurz, wenn wir sie irgendwo erlangen müssen. Mag nun aber die grüne Farbe noch so offensichtlich auf unserm Erdenrund vertreten sein, von ihrer Heilwirkung wissen wir im Grunde genommen eigentlich doch herzlich wenig, weshalb es für uns einmal recht anregend ist einen weiten Rückblick vorzunehmen und zwar in die Zeit, da Noah nach seinem einjährigen Aufenthalt in der Arche zum ersten Mal den Regenbogen am Himmelszelt erblickte. Wie erstaunt mag er mit seinen Angehörigen über das eigenartige Farbenspiel gewesen sein, das sich durch die Zerlegung des Lichtbündels der Sonnenstrahlen in diesem sonderbaren Farbenbogen zeigte! Noch heute gereicht er sogar unserer materiellen, sorgenvollen Zeit zur Freude. Immer wieder staunen wir über seinen Farbenzauber, der sich besonders bei Gewitterstimmungen vom Rot bis zum Violett vor unsern Augen entfaltet. Etwas mehr als 4000 Jahre nach seinem ersten Erscheinen zerlegte Newton im Jahre 1672 die Sonnenstrahlen künstlich in das bunte Band der Regenbogenfarben, indem er ein Gläserprisma dazu verwendete. Er war darüber so verwundert, dass er dieses Farbenspiel Spektrum nannte, was Erscheinung bedeutet und zwar im Sinne von etwas Gespensterhaftem. Dieser Farbenbündel, den wir als elektromagnetische Schwingungen auffassen, reist mit einer Geschwindigkeit von 300 000 Sekundenkilometern durch den luftleeren Raum von der Sonne zu uns. Unser Auge nimmt nur einen Teil der im Sonnenlicht enthaltenen Strahlen auf, obschon die unsichtbaren Strahlen mit ganz kleinen oder ganz grossen Wellenlängen ebenfalls auf uns einwirken und sogar ihre Heilkräfte auf uns übertragen. Bereits sind uns zwei solcher Strahlen bekannt, nämlich das Ultrarot mit den langen Wellen und das Ultraviolett mit den kurzen Wellen. Im Mittel dieser längeren und kürzeren Wellen, also zwischen dem Rot und dem Violett liegt nunmehr unser Grün. Es ist keine extrem wirkende Farbe. Seine beruhigende, ja sogar heiter stimmende Wirkung macht sich am besten geltend, wenn wir müde und abgespannt sind und dem Häusermeer mit seiner aufreibenden Arbeitshast entfliehen wollen, um uns auf grüner Flur auszuruhen. Auch unsere Augen empfinden das frische Grün einer Frühlingswiese äusserst wohltuend. Obschon die Farbentherapie meist nur von der grossen Heilwirkung der roten, ultraroten, blauen und ultravioletten Farben spricht und grün selten erwähnt, dürfen wir an dieser, in der Natur so reichlich vorhandenen Farbe keineswegs achtlos vorbeigehen. Wenn sie nicht bestimmt sehr notwendig wäre, hätte sie der Schöpfer auch nicht so reichlich benützt. Alle guten Beobachter