

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 21 (1964)  
**Heft:** 8

**Artikel:** Es ändern sich die Zeiten  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-553048>

#### 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:** 15.02.2026

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

## Es ändern sich die Zeiten

Noch heute übt die Erinnerung an den wilden Westen eine eigenartige Anziehungskraft auf mich aus. Seine Naturschönheiten mit ihrem tiefen Farbenzauber sind so einzigartig, dass man darob nicht aus dem Staunen kommt. Dann und wann denkt man zwar wieder an die heimatlichen Gefilde zurück, aber die endlos erscheinenden Weiten sind so anders, als was man bis anhin gewohnt war. Die einsamen Täler scheinen noch stiller zu sein als bei uns, und die schweigenden Wüsten sind für eine europäische Seele ohnedies neu. Niemals hätte ich gedacht, dass mir ihre Ruhe so lieb werden könnte! Ebenso genoss ich die mit ihr wechselnden grossen Wälder, deren alte Baumerassen mir wie gewaltige Naturdenkmäler vorkamen. Stellte ich mir daneben die Stämme unserer Waldbäume vor, dann erschienen mir diese in ihrem schlanken Wuchs wie Zündhölzchen neben einer stattlichen Eiche oder Buche.

Als Naturfreund erlebte ich daher unvergessliche Stunden in jenen abwechlungsreichen Gegenden. Als ich eines Tages durch den Oak Cañon fuhr, eine Talschlucht, die ihren Namen den alten, mächtigen Eichen, die dort heimisch sind, zu verdanken hat, kam mir plötzlich unser Alpenglühn in den Sinn. Die roten Sandsteinberge leuchteten nämlich so durchdringend wie unsere Bergspitzen im letzten Strahl der Abendsonne. Den ganzen Tag dauerte dieses Glühen an und erst die Dunkelheit der Nacht verschlang den Farbenzauber, um in der Morgensonne erneut zu estrahlen.

### Bedauerlicher Wandel

Wie alte Burgen ragten die roten Felsen gen Himmel, und ich konnte sie mir gut als Wohnstätten der freilebenden, indianischen Rothäute vorstellen. Tatsächlich passten diese rothäutigen Menschen wunderbar in diese Gegend hinein. Nur schade, dass ihr einst so freies und ungezwungenes Leben der Vergangenheit angehört. Wie träumte ich als Knabe im

Stillen doch oftmals davon, einmal mit diesem Volke in Berührung treten zu können. In seinem Lande wollte ich ihm begegnen und seine Kraft und Kühnheit kennenlernen. Als ich dann in späteren Jahren Gelegenheit hatte, dieses Land zu besuchen, da enttäuschte es mich keineswegs, nur das einst zahlreiche und stolze Volk, dem es einstmals gehört hatte, war nicht mehr vorhanden. Ein leidvolles Weh erfasste mich, als ich bedachte, dass es auf ungefähr 500 000 Glieder zusammen geschmolzen war, und zwar im Gebiet der USA und Kanada. Die vielen geschichtlichen Ereignisse, die zu diesem traurigen Zustand geführt hatten, blieben mir nicht unbekannt.

Statt des weiten Landes, das dieses Volk einst unumschränkt bewohnen konnte, verblieben seinem spärlichen Überrest nur abgelegene Reservationen, wo es in meist armseligen Behausungen sein Leben fristet. Gebrochen ist der Schwung und die Freudigkeit, die einstmals die freien Bewohner des Landes beseelte. Jene, die im amerikanischen Leben und Treiben nicht willig untertauchen und sich nicht mit dem Volksganzen der Bevölkerung des heutigen Amerikas verschmelzen lassen, verkümmern gewissermassen unrühmlich. Einige von ihnen verkaufen kleine Andenken, die teilweise in New Yorker Fabriken entstanden sind, andere sind Farmer geworden, noch andere Handwerker. Die einstige gesunde Betätigung fehlt zusammen mit der kräftigen Naturkost früherer Zeiten, und es ist daher kein Wunder, dass viele unter verschiedenen Krankheiten wie Tb dahinsiechen. Auch ein Indianer vermag eben mit amerikanischen Büchsenkonserven und Patentweissmehl-Erzeugnissen nicht ohne weiteres gesund zu bleiben.

### Und heute

Alle diese Gedanken bewegten mich bei meiner Fahrt durch die Oak-Cañon-Gegend, von der unser Titelbild eine kleine Vorstellung hinterlassen mag. Immer wie-

der begegnete mir schönes Rotwild, und zeitweise drang auch das Klappern oder Rasseln der Klapperschlangen an mein Ohr. Wer diese Tiere kennt, fürchtet sich nicht vor ihnen, denn er weiss, dass sie aus Angst vor dem unbekannten Feind zu rasseln beginnen. Sobald sie sich ausser Gefahr sehen, beruhigen sie sich rasch wieder. Nur wer die Neugierde zu nahe an sie herantreten lässt, kann unangenehmes mit ihnen erleben.

Wenn der Amerikaner sein Land bereist, scheint ihn eine eigenartige Unruhe zu jagen. Er rast auf den Autostrassen dahin, erscheint für kurze Zeit in einem der geschützten Nationalparks und ist ebenso rasch wieder verschwunden. Das Leben auf den Autostrassen ist ihm zur Gewohnheit geworden, muss er doch oftmals 2 Stunden fahren, bis er seinen Arbeitsplatz erreicht hat. Die Orte, die er dabei durchquert, sind zweckdienliche Wohnstätten. Sie sind nicht dazu angetan, die Naturverbundenheit in ihm zu wek-

ken, und da er gewohnt ist, dem Verdienst nachzujagen, kann er sich auch nicht Halt gebieten, wenn er seine Ferien verbringt. So kommt es, dass eigentlich nur verhältnismässig wenig Amerikaner die Naturschönheiten ihres Landes kennen und richtig zu geniessen wissen. Diese verlockenden Gebiete liegen nämlich abseits vom regen Autoverkehr und man sollte sie zu Fuss oder auf Pferderücken besuchen. Noch gibt es unberührte Gegenden, wie sie zur Zeit bestanden haben, als der weisse Mann das Land noch nicht kannte. Abgelegen und einsam entfalten sie ihre Schönheit, aber der Amerikaner liebt im allgemeinen die Geselligkeit seiner bewohnten Gebiete mehr als die Einsamkeit, in der man sich ohne Führung tatsächlich verlieren kann. Da ist es einfacher bei uns, wo irgendein einladendes Wiesenweglein zu einem schönen, stillen Plätzchen führt, das sich in seiner schlichten Lieblichkeit zu ausgiebiger Erholung und Entspannung darbietet.

## **Erprobte Naturheilanwendungen bewähren sich auch im Ausland**

Die Ratschläge, die «Der kleine Doktor» erteilt, sind schon manchem auch im Ausland zugute gekommen. Darum wurde das Buch auch in Fremdsprachen, wie Englisch, Französisch, Holländisch und Schwedisch übersetzt und wird nächst dem auch in Spanisch erscheinen. Nun ging aber kürzlich aus Schweden ein Schreiben bei uns ein, dessen Inhalt wenig Zuversicht für die Verbreitung der schwedischen Ausgabe zeigt, und zwar, weil in Schweden das Wissen um die Naturheilweise weit mehr vergessen sei als beispielsweise in Deutschland. So komme es immer wieder vor, dass selbst ausgebildetes Krankenpflegepersonal wie Schwestern, Pflegerinnen und Mütter vollkommen ratlos sei gegenüber Hinweisen zur Zubereitung von Naturtees, Anwendungen von Wasserpackungen und anderen, einfachen Hilfsmitteln. Selbst für jenen, der mit diesen bereits vertraut sei, enthalte unser Buch nebst vielen guten Ratschlägen soviel «Abseitiges», dass

es für den einfachen Schweden wohl schwer zu verdauen sei. Sogar für den Säugling von einigen Tagen werde in diesem Lande nur chemische Medizin empfohlen, auch wenn es sich nur um Blähungen handle.

## **Überwindung von Einwänden**

All diese Einwände können wir gut begreifen, denn es gibt noch andere Länder, in denen ähnliche Verhältnisse herrschen. Wenn daher geschultes Pflegepersonal über Naturheilanwendungen keinen Bescheid weiss, dann befremdet uns dies nicht sonderlich, denn wenn das alte Wissen darüber in Vergessenheit geraten ist, wird es unter den berufstätigen, jungen Menschen wohl schwerlich mehr zu finden sein. Es ist auch viel bequemer, sich chemischer Mittel zu bedienen, was aber nicht sagen will, dass der alte, natürliche Weg mit seinen hilfreichen Ratschlägen und einfachen Anwendungen nicht doch manchem zusagen würde,