Die praktische Seite

Objekttyp: **Group**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **53 (1996)**

Heft 7: **Bluthochdruck : eine schmerzlose Dauerstrapaze fürs Herz**

PDF erstellt am: **28.04.2024**

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

Die Linde

Baum der Liebenden, der Gerechtigkeit, der Fruchtbarkeit – die Linde ist all das und zugleich mehr: hochgerühmte Heilpflanze, heissgeliebter Schattenspender, sturmfester Waldbodenregenerator. Die Sommer- und Winterlinde, die beiden bei uns vorkommenden, in ihrer Heilwirkung identischen Lindenarten, werden 30 bis 40 Meter hoch und blühen in den Monaten Juni/Juli. In dieser Zeit ziehen sie scharenweise Bienen an, die sich am Nektar laben. Tilia platyphyllos und Tilia cordata heissen die Sommer- und Winterlinde auf lateinisch. Der Ausdruck Tilia stammt aus dem griechischen Ptilon (= Flügel) und verweist auf die charakteristischen flügelartigen Deckblätter der Blütenstände. Die Blüten sind es denn auch, deren Heilkraft bei Grippe und Erkältungskrankheiten genutzt wird. In der Volksmedizin kennt man weitere Anwendungen, etwa bei Schlaflosigkeit oder zur Beruhigung von Magen und Darm. Die Teezubereitung ist denkbar einfach: Eine Handvoll getrockneter Blüten mit einem Viertel siedendem Wasser übergiessen und zehn Minuten gedeckt ziehen lassen. Auf Erkältungen kann man dann, wenn die Linden in schönster Blüte stehen, gewiss verzichten. Aber man kann im kühlen Schatten des Baumes einige Blüten pflükken und sie für später aufbewahren. • CU

Gut zu wissen:

KURSE, SEMINARE, VORTRÄGE:

9.8. Füssen (D): Schüssler Salze, Vortrag, *Info: Bayerische Gesellschaft für Ganzheitl. Medizin, Tel. D 08362/92 11 97*

22. – 25.8. Freiburg (D): 3. Regiomesse für Wein, Brot und Kunsthandwerk, *Info: Silberdistel, c/o Klein-Koob, D 79115 Freiburg, Tel. D 0761/4734 24*

FERIEN:

28.7. – 3.8. Breiten VS: Homöopathie für die Familie, Einführungskurs mit Urs Schrag, *Info: Badehotel Salina, CH 3983 Breiten VS, Tel. CH 028/271817*

3. – 10.8. Goms: Heilfastenwoche mit Atemtherapie und Rückenschulung, *Info: Lydia Arnold, Schattdorf, Tel. CH 041/870 62 53*

4. – 10.-8. Breiten VS: Homöopathie für Fortgeschrittene, Fortsetzungskurs für Laien mit Urs Schrag, *Info: Badehotel Salina, CH 3983 Breiten VS, Tel. CH 028/27 18 17*

Bäume

Kennen denn die Leute wirklich jene Stille, die aus baumbestandener Erde wächst? Besonders die Stille solch mächtiger alter Baumgestalten, die nichts von Zeit wissen und über Epochen hinweg dastehen. Wenn ich die verschiedenartigen Erscheinungen der Naturwelt bedenke, empfinde ich immer Stille. Ersehnte Ruhe überkommt mich. Aber am innigsten spüre ich dies, wenn ich Bäume betrachte. Oder wenn ich den Wald schaue und darüber nachsinne. In der Stille von einzelnen Bäumen gibt es irgendwie Helligkeit. Es gibt Weichheit. Der Wald hingegen wirft etwas kühlere Schatten. Um so mehr vertieft sich die Stille. Leise, ganz leise dringt der Widerhall verschiedenster Vogelstimmen an mein Ohr.

Wakayama Bokusui
Jap. Dichter (1885-1928)

Jahrtausendbäume

Sequoia National Park, USA