

Objektyp: **TableOfContent**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **12 (1955)**

Heft 5

PDF erstellt am: **26.09.2024**

Nutzungsbedingungen

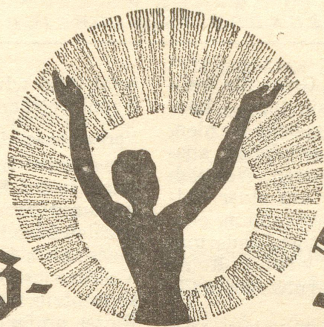
Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

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.



Gesundheits-Nachrichten

MONATSZEITSCHRIFT FÜR NATURHEILKUNDE
Naturgemässe Ernährung, Körperpflege und Erziehung

Jahresabonnement: Inland Fr. 4.50 Ausland Fr. 5.70	Redaktion/Verlag: Dr. h. c. A. Vogel, Teufen Telefon (071) 23 61 70 Postcheck IX 10 775 Druck: Isenegger & Cie., Villmergen	Vertriebsstelle für Deutschland: VITAM-„Verlag“ Hameln Abonnement: 4.50 DM Postcheckkonto Hannover 55456	Insertionspreis: Die 1spaltige mm-Zeile 30 Rp. 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?

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 wohlthuend. 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 vorübergehen. Wenn sie nicht bestimmt sehr notwendig wäre, hätte sie der Schöpfer auch nicht so reichlich benützt. Alle guten Beobachter

GRÜNER REICHTUM

*Einen 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 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 vergönnt.
Hinterm Spiegel der Natur
Wirkt des Wunders reiche Spur,
Wirkt des Schöpfers grosse Macht
Mit der ganzen Zauberpacht!»*