

Objekttyp: **TableOfContent**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **7 (1949-1950)**

Heft 10

PDF erstellt am: **28.06.2024**

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>



Gesundheits-Nachrichten

MONATSZEITSCHRIFT FÜR NATURHEILKUNDE
Naturgemässe Ernährung, Körperpflege und Erziehung

| | | | |
|---|--|--|---|
| Jahresabonnement: Inland Fr. 4.50 Ausland Fr. 5.70 | Redaktion und Verlag: A. Vogel, Teufen Telefon (071) 3 61 70 Postcheck IX 10 775 Druck: Isenegger & Cie, Villmergen | Vertriebsstelle für Österreich: Dr. Günther, Rechenweg 1 g, Innsbruck Abonnementspreis: 10 Sch. Postcheck-Nr. 129,335 | Insertionspreis: Die 1spaltige mm-Zeile 30 Rp. Bei Wiederholungen Rabatt |
|---|--|--|---|

AUS DEM INHALT: Seite

| | |
|---|----|
| 1. Labkraut | 73 |
| 2. Erkältungskrankheiten, Rheuma, Gicht und Ischias | 73 |
| 3. Wurmkrankheiten und deren Behandlung | 75 |
| 4. Vertreibung von Fusschweiss | 76 |
| 5. Dreimal Medikamentschädigungen | 76 |
| 6. Reisdüt gegen hohen Blutdruck | 77 |
| 7. Unsere Heilkräuter: Galium verum (Labkraut) | 77 |
| 8. Fragen und Antworten: Perniciöse Anämie | 78 |
| 9. Aus dem Leserkreis: | |
| a) Geschwulstrückgang | 79 |
| b) Erfreulicher Erfolg | 79 |
| c) Rasche Hilfe gegen Flechte | 79 |
| 10. Warenkunde: Weizenkeime | 80 |

Erkältungskrankheiten, Rheuma, Gicht und Ischias

Vortrag von A. Vogel, gehalten am 21. Februar 1950
im Vereinsaal (Palmsaal), Bern

1. Fortsetzung

Wenn wir die ursprünglich dem Menschen zugedachte Nahrung kennen lernen möchten, dann müssen wir jenes altbewährte Buch aufschlagen, das wir als die Bibel kennen. Diese erklärt uns in 1. Mose 1:29 deutlich: «Alle Früchte des Feldes und alle Bäume, an denen samenbringende Baumfrucht ist, das soll euch zur Speise sein.»

In seiner Zahnbildung, seiner Darmentwicklung, überhaupt in seiner gesamten Konstitution und Bauart ist der Mensch ursprünglich ein Fruchtesser gewesen. Die Früchte, die ihm zur Verfügung standen, boten ihm alles, was er benötigte. Da er sie unverfälscht, in der natürlich zubereiteten Form genoss, brauchte er keine Kenntnis über Vitamine zu besitzen, denn sie stand ihm täglich in reicher Fülle zur Verfügung. Bestimmt können wir unsere Nahrung nicht besser gestalten, als sie uns vom Schöpfer zubereitet wurde. Wenn wir sie verändern, dann hat dies nur mit einer bestimmten Entwertung zu tun.

Als aber die schöne Harmonie zwischen dem Geschöpf und dem Schöpfer durch des Menschen Ungehorsam zerstört worden war, erhielt er in bezug auf seine Nahrung eine zweite Verfügung. Nicht mehr sollten ihm die Früchte alleine dienen, sondern nun hiess es auch: «Und du sollst das Kraut des Feldes essen.» Es handelte sich hiebei um eine zweitrangige Nahrung, denn diese war vordem nur für die Tiere bestimmt gewesen. Dass sie nun aber auch dem Menschen zugedacht wurde, zeigte an, dass er auch in der Hinsicht um eine Stufe gesunken war. Seine königliche Freiheit auf einem Flecken vollkommener Erde war

dahin und Dornen und Disteln waren sein Los, denn er hatte keinen Zugang mehr zu den vollkommenen Früchten seines paradiesischen Heimes.

Nochmals änderten sich durch die Sintflut die Verhältnisse des Menschen und es wurde ihm gestattet, auch noch zur drittrangigen Nahrung, zum Genuss von Fleisch zu greifen, insofern dies zu seiner Erhaltung notwendig war. Es war ihm dabei also nicht gestattet, das Tier aus blosser Jagdlust in Angst und Schrecken zu versetzen. Zu dieser Bedingung trat eine weitere Einschränkung hinzu, nämlich die Weisung nur das Fleisch von Tieren mit gespaltene Hufen und Wiederkauern, von Fischen und Vögeln zu geniessen.

Wir sehen in all diesen Hinweisen also die drei Ernährungsstufen, die wir noch heute gesamthaft zur Verfügung haben. Nirgends ist dem Menschen geboten worden, die Natur aus ihrer ursprünglichen Form heraus zu reissen, sie dadurch zu entwerten und ihrer natürlichen Kraftquelle zu berauben. Die Neuzeit aber hat es mit geschäftstüchtiger Berechnung zu Stande gebracht, dass die Nahrung des Menschen denaturiert und entwertet werden konnte, denn was fragt die Gewinnsucht nach dem Wohl und der Gesundheit der Menschen?

Die natürliche Nahrung, ob erst-, zweit- oder drittrangig ist dem Menschen in ungekünstelter, also unveränderter Form zur Speise gegeben worden. Es stand ihm frei, sie nach seinem Gutdünken zuzubereiten und sie einzeln oder kombiniert zu geniessen. Der Naturmensch, der seine Nahrung zu sich nimmt, wie sie ihm von der Natur geboten

Labkraut

*Ich grüsse am Wege als leuchtendes Kraut,
Mit kleinen, gelben Sternchen betraut.
Doch mancher an mir vorübergeht,
Der meine Bedeutung nicht kennt, noch versteht.
Was soll er sich kümmern um Wiesland und Frucht?
Nie hat er im Freien nach Kräutlern gesucht!
Der Bauer mag wissen, was alles gedeiht,
Für ihn wächst der Rasen mit farbigem Kleid.
Doch auch der Bauer, er weiss es nicht,
Er ist als Erstes auf's Heu nur erpicht.
Und gäb's nicht noch Kranke, die suchten nach mir,
Vergebens verblasste wohl meine Zier.
Als Labkraut aber diene ich gut,
Erneure manchen gesunkenen Mut,
Drum öffne die Augen und suche fein,
Vielleicht kann auch dir ich ein Helfer sein!*