

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Band:** 22 (1965)  
**Heft:** 10

**Artikel:** Die Blätter fallen  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-969177>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **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. [Voir Informations légales.](#)

### **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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 06.10.2024

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

## Koreanische Gärten

Auch in Korea war es in der Vergangenheit nur wirtschaftlich Bevorzugten, Fürsten und anderen Reichen, möglich, schöne Gartenanlagen zu bauen. Nicht nur die interessanten Pflanzungen aus niederen Pinienarten, die sich so zierlich an den Ufern der Weiher im Wasser spiegeln, fallen uns bei diesen Gärten auf, auch die trauten kleinen Holzhäuser verraten uns etwas von der noch heute üblichen Gastfreundschaft dieses Völkchens. Mitten in den Gärten standen diese reizenden Häuschen, die zur Aufnahme und Bewirtung der Gäste dienten. Der Ginsengtee durfte dabei nicht fehlen, schreibt der Koreaner diesem doch eine derart wunderbare Wirkung zu, dass alte Leute oftmals davon überzeugt sind, ihr langes Leben sei der Ginsengwurzel zu verdanken.

Der Eingang und die Innengebäude fürstlicher Gärten waren im Stil der koreanischen Tempel gebaut. Unser Titelbild zeigt einen solchen Eingang, der heute nicht wie früher, nur dem Vermögenden Eintritt gewährt, sondern auch dem Volke und den fremden Besuchern, denn auch in Korea sind die Zeiten der Feudalherrschaft vorüber. Als sich jedoch der Wandel der Zeit auch in diesem Lande geltend machte, wurden die fürstlichen Häuser, die Tempel und schönen Gärten nicht zerstört, weshalb der Besucher auch heute noch einen Einblick in die alte Baukunst und Gartengestaltung nehmen kann. Menschen mit friedlicher Gesinnung konnten in diesen teils sehr ausgedehnten Gärten sicherlich wunderbar Erholung, Entspannung und Ruhe finden. Leider brachte aber auch in Korea die Zeit der Feudalherrschaft manche Willkür mit sich, so dass es wie anderswo auch hier wirklich von den einzelnen Persönlichkeiten abhängig, ob ihre Gärten tatsächlich ihren friedlichen Zweck erfüllen konnten.

Massive Mauern schützten die Ruhe der fürstlichen Gärten. Ziegel, die bei uns als Klosterziegel bezeichnet werden, dienten zur Bedeckung der Dächer. Meist wurden sie mit eingebrannter Glasur hergestellt. Sie geben den Dächern, die uns in ihren typischen Formen ohnedies gut gefallen, noch einen besonderen Reiz. Die Ziegelbereitung lag in Korea, wie in allen fernöstlichen Ländern schon seit vielen Jahrhunderten in den Händen geschickter Handwerker.

Einige der zum Teil sehr alten, schönen Bäume, die die Koreaner Gärten zieren, sind in Europa nicht heimisch. Wir können ihnen also in unseren Gärten und Wäldern nicht begegnen, es sei denn, dass sie ein besonderer Kenner und Liebhaber oder irgendein botanischer Garten vorweisen könnte. Was mir aber besonders auffiel, war in der Nähe des Garteneingangs auf unserem Bilde ein bescheidenes Schöllkrautpflänzchen, das sich an solchen Orten so gerne seinen Wohnplatz sucht und also auch in Korea nicht fremd ist. Ob *Chelidonium* aber, wie diese Pflanze auf lateinisch bezeichnet wird, auch in Korea als Heilkraut, das auf die Leber günstig einwirkt, bekannt ist, konnte ich bei meinen Besuchen nicht herausfinden. Eine strebsame, gut geschulte Koreanerin, die uns mit warmer Begeisterung und besonderer Vorliebe durch einige Gärten ihres Landes führte, erzählte uns nebenbei auch mit viel Geschick manches über Koreas Geschichte. Ihre lebhaftete Schilderung liess uns den Geist der Vergangenheit in unserer Vorstellung miterleben, und die Mauern, Häuschen und Baumanlagen begannen infolgedessen für uns jene besondere Atmosphäre alter Tage ausstrahlen.

## Die Blätter fallen

Obwohl der Herbst wärmere Tage und mehr Sonne bringen kann, bereitet sich

die Natur jetzt schon nach ewigen Gesetzen einesteils auf den Winter und noch

mehr auf den kommenden Frühling vor. In den Blattknoten werden die letzten Arbeiten zur Knospenbildung gefördert. Der Saft kreist weniger stark zu den Blättern, dafür umso stärker in die Knospen. Vitalität und Lebenskraft sammelt sich in diesem pflanzlichen Embryo an. Den Winter hindurch darf es ruhig schlafen, aber unter dem Einfluss der starken, bioklimatischen Kräfte wird es im Frühling entweder ein Büschchen hellgrüner Nadeln oder ein Blättchen, das schön gleichmässig zusammengelegt ist und sich wie ein Plisseeröcklein entfaltet, zu Tage fördern. Spielend leicht gehorcht die Pflanze den ihr gebotenen Naturgesetzmäßigkeiten, während es dem Menschen meist schwerfällt, sich dem, was die Natur zu seinem Wohle fordert, zu unterziehen. Im Sport, in der Arbeit, im Vergnügen und der allgemeinen Lebensweise stellt der Herbst des Lebens besonders auch im Essen und Trinken andere Regeln und Grundsätze auf. Weniger schwere körperliche Anstrengung, weniger Nahrung, mehr Ruhe und Entspannung in regelmässiger Verbindung mit Wald und Flur scheint zu den Erfordernissen der herbstlichen Tage unseres Lebens zu gehören. Hetze, Aufregung, gasdurchschwängerte Luft, wie auch der Lärm einer modernen, erlebnis-hungrigen Welt zehrt allzusehr am verbleibenden Bestand unserer Kräfte, die zwar noch lange ausreichen würden, wenn wir sie vor all diesen unnötigen Belastungen schützen könnten.

Sollte es nicht besonders im reiferen Abschnitt unseres Lebens selbstverständlich sein, dass wir zur richtigen Einsicht gelangen? Jeder, der die Einsamkeit und Stille des Waldes mit der sauerstoffreichen Luft der kohlenstoffreichen Atmosphäre rauchiger Stammlokale vorzieht,

besitzt sie bereits. Es ist feststellbar, dass fast alle Menschen, die alt werden und dabei den Herbst des Lebens voll ausschöpfen können, jeweils ihren Lebensmodus nach den in jedem Lebensabschnitt geltenden notwendigen biologischen Grundsätzen richten. Eine Managerkrankheit, ein schneller Gefässtod und manch andere mangelhafte Funktionen des Körpers, die zu einem Kurzschluss führen, sind in der Regel Folgeerscheinungen, also gewissermassen Quittingen jener Sünden, die gegen die Grundsätze einer biologischen Lebensführung verstossen haben.

Nichts tritt ohne Ursache in Erscheinung und was uns scheinbar plötzlich überrascht, entspringt verschiedenen Voraussetzungen, die langsam und unbemerkt wachsen konnten. Wenn der Baum im vollen Herbstschmuck dasteht und deshalb auch die Blätter zu fallen beginnen, soll damit für ihn nicht eine Periode des Absterbens, sondern vielmehr ein neuer Lebensabschnitt beginnen. Kluge und weise Menschen lernen, solange es Zeit ist, von der Natur in jeder Lebenslage die richtige Einstellung, denn solange sie jung und stark sind, verausgaben sie ihre Kräfte massvoll zum Nutzen wertvoller Leistungen; sind sie jedoch im herbstlichen Abschnitt des Lebens angelangt, dann ändert sich ihr Tempo wiewohl ihre Einstellung zu geistigen Werten gleichbleiben wird. Ihr vernünftiges Verhalten ist nicht umsonst, denn gerade durch das richtige Masshalten verkürzt sich das Leben nicht frühzeitig oder verläuft nur in Nutzlosigkeit, da die Anpassung an die herbstliche Atmosphäre des Lebens, auch zu dessen friedvollem Ausklingen verhilft, indem uns der Genuss der erarbeiteten Früchte lange und reichlich zuteil wird.

### **Vor- und Nachteile der Hormonbehandlung**

Frauen, die gerne Kinder hätten, aber keine bekommen, setzen oft alles ein, um die Erfüllung ihres natürlichen Verlangens erreichen zu können. Dies ist wohl sehr be-

greiflich, denn ein unerfülltes Sehnen in dieser Hinsicht kann zu starkem, seelischem Leiden führen. Es gibt allerdings auch Frauen, die nicht nur kein besonde-