Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 32 (1975)
Heft: 8

Artikel: Zukunftssorgen
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-970596

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: 15.07.2025

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

den, die lahmgehen. Erfahrungsgemäss sind Tiere, die der Bauer auf solche Weise pflegt, nach einigen Tagen wieder geheilt, indem sie erneut normal gehen können. Ein Maultiertreiber konnte mir diese Erfahrung mit grosser Genugtuung und Freude bestätigen. – Auch die gequetschten Blätter der Pflanze lassen sich verwenden, jedoch ist die Wirkung etwas schwächer als die der Wurzeln.

Für den Gesunden erweist sich Symphytum ebenfalls als nützlich, kann es ihm doch als Schönheitsmittel dienen, denn die Haut wird durch seine Anwendung viel feiner und elastischer, was sich besonders bei groben Poren günstig auswirkt. Auch erträgt man die Sonne besser und verbrennt sich weniger. Wer unter Schleimhautentzündungen leidet, sollte Symphytum zusammen mit Echinacea verwenden, da es auf diese Weise zuverlässig wirkt. Nach allem, was uns Symphytum bieten kann, darf es als eine der besten und wirksamsten Heilpflanzen angesprochen werden. Erfahrungsgemäss ist Symphytum peregrinum noch empfehlenswerter als die kleinere Sorte, bekannt als Symphytum offizinalis. Diese ist übrigens bei uns seltener geworden. Auf Riedwiesen findet man sie noch da und dort, so auch, wie bereits erwähnt, manchmal noch in Bauerngärten. Da jedoch auch die Landwirte ihr Vertrauen immer mehr auf chemische Mittel setzen, schenkt auch die junge Bäuerin, zwar zu Unrecht, der Wallwurzpflanze weniger mehr Beachtung. Es ist allerdings schade, wenn solch risikolose Heilkräfte in Vergessenheit geraten, nur, weil moderne, schmerzbetäubende Mittel als zweckdienlicher erscheinen.

Zukunftssorgen

Bestimmt gehört es nicht zur besten Lösung, wenn wir die Augen vor den Tatsachen und Wirklichkeiten der heutigen Weltlage ganz verschliessen, denn die Weltbevölkerung bereitet uns mit ihrer jährlichen Zunahme von ungefähr 80 Millionen Menschen keine geringen Sorgen. Wer beruhigend glaubt, sich noch immer auf die berühmte Wissenschaft als sicheren Ausweg aus der Not stützen zu können, täuscht sich, denn gerade die Wissenschaftler sind sehr bekümmert betreffs unserem Los und mahnen deshalb zu entschiedenem, abwehrfähigem Handeln, solange es noch an der Zeit ist. Es ist keineswegs ratsam, sich dem heute üblichen Fatalismus preiszugeben, und sich einfach gehen zu lassen. Das schafft fürwahr keine Lösung.

Wohl müssen wir uns leider damit abfinden, dass heute schon jährlich viele Millionen Menschen verhungern, und dass auch für weitere Millionen die Nahrungsmittel immer knapper werden. Es ist nutzlos, sich dieserhalb einer Angstpsychose preiszugeben, viel eher sollten wir uns offen mit diesen und mit anderen Zukunftsfragen auseinandersetzen. Vielleicht ist es für uns sogar gesundheitlich wesentlich besser, wenn wir unser Nahrungsquantum um einen Drittel, womöglich sogar um die Hälfte herabsetzen. Gewöhnen wir uns daran, mit der Hälfte auszukommen, wird unser Körper sicherlich froh darüber sein. Sehr wahrscheinlich sind dieserhalb auch die Mittel zum Abbauen des Uebergewichtes nicht mehr nötig.

Ermutigende Stärkung oder lähmende Angst?

Statt uns mit unüberwindbaren Sorgenlasten zu schwächen, sollten wir uns viel eher stärken, um für die Dinge, die da kommen mögen, besser gewappnet zu sein. Wir gehen weder auf die Berge, ans Meer oder in den Urwald, ohne uns gut vorzubereiten, sonst laufen wir Gefahr, von den Ereignissen überrascht zu werden, ohne ihnen gewachsen zu sein. Ehrliche Wissenschaftler teilen uns durch die Presse, durch Radio und Fernsehen zeitweise mit, wie es um die Lebensverhältnisse auf unserem Planeten Erde bestellt ist. Wir sind darüber unterrichtet, dass die Hochkonjunktur vorüber ist. Bestimmt ist es vernünftig, sich orientieren zu lassen, was

wir in naher Zukunft erwarten können, ohne uns durch Aengstlichkeit und innere Unruhe entkräften zu lassen. Mit Gefasstheit wird uns bei richtiger Einstellung der vor uns liegende Tag viel eher genügende Kraft darreichen können. Die biblischen Prophezeiungen sind wohl den wenigsten bekannt, aber sie decken sich gleichwohl mit den heutigen Geschehnissen, indem sie beweisen, dass wir da angelangt sind, wo Noah war, als er in die Arche ging. Er war über die damaligen Verhältnisse genau unterrichtet und vertraute ihnen deshalb nicht, wohl aber seinem Schöpfer, mit dessen Absichten er harmonierte, weshalb er ja auch den Bau der Arche vorantrieb. Wohl besass er sein eigenes Haus, aber er wäre darin umgekommen, hätte er dem Bau der Arche nicht die entsprechende Aufmerksamkeit gewidmet. So wie damals sollte es zur heutigen Weltenwende sein. Warum also die Nerven verlieren? Angst ist eine untergrabende Tugend, die zur Haltlosigkeit und zum Zerwürfnis führt. Durch sie gehen wir unserer persönlichen Fähigkeiten, gelassen und richtig zu handeln, verlustig.

Uebermenschliche Lösung

Prophezeiungen sind vorausgeschriebene Geschichte. Dass sie sich erfüllen, beweist ihren Ursprung und ihre Glaubhaftigkeit, mögen auch zersetzende, moderne Weltanschauungen dagegen Stellung beziehen, weil sie veraltete, menschliche Ueberlieferungen von göttlichen Offenbarungen nicht zu unterscheiden wissen. Wohl ist die Menschheit durch ihren Eigenwillen in einer Sackgasse gelandet, weshalb jener, der im Himmel thront über ihre Anmassung und gleichzeitige Ohnmacht lacht und spottet, bereitete er doch die Erde nicht als eine Oede, sondern, um bewohnt zu werden, nicht mit einem unglücklichen, sondern mit einem glücklichen Menschengeschlecht. Wohl gab er den mit liebender Weisheit zubereiteten Planeten Erde den Menschenkindern zum Besitztum, nicht aber zum Verderben. Sollte er sie daher nicht wie in Noahs Tagen wieder reinigen können? Sie ist sein Eigentum, und es steht ihm nichts im Wege, nach seinem Gutdünken zu handeln. Sollte ein Hauseigentümer die Zerstörungswut unbotmässiger Mieter gewähren lassen, bis das Haus unbrauchbar verdorben ist? Keine menschliche Warnung hält jene zurück, die aus Gewinnsucht die Erde unstatthaft schädigen. Sollte sie daher jener nicht schützen, der sie mit Sorgfalt und Weisheit erschuf? Allerdings nicht zum Wohle verderbenbringender Mächte, sondern zum Wohle jener, die ihre Probleme nicht mit der Faust zu lösen wünschen.

Das beste Schlafmittel

Die Schlaflosigkeit kann einen eigenartigen, sogenannten Teufelskreis auslösen. Mindestens 80% der Ursachen von Schlaflosigkeit liegen im Seelischen begründet, auch dann, wenn uns dies nicht bewusst ist. Das Unterbewusstsein ist für viele Menschen ein Buch mit sieben Siegeln. Sie geben sich daher keine Mühe auch nur eines dieser Siegel zu öffnen. Wie eigenartig ist nur allein schon die Erholung durch den Schlaf. Besonders Betagte ziehen grossen Nutzen aus ihm und wissen dies auch wertzuschätzen. Erschöpft mögen sie nachts zur Ruhe gehen und das Empfinden haben, überhaupt zu nichts mehr fähig zu sein. Selbst das Entkleiden bereitet ihnen oft die grösste Mühe, und sie befürchten, anderntags womöglich nicht mehr leistungsfähig zu sein. Aber siehe da, nach einer geruhsamen Nacht fühlen sie sich wieder frisch und belebt und können ausführen, was ihnen am Abend zuvor zu schwer erschien. Ermüden sie während des Tages zu sehr, dann wirkt sich ein kurzer Schlaf in gleichem Sinne erholend aus. Kein Wunder, wenn sie da darauf bedacht sind, sich das Schlafvermögen zu erhalten. Aber es gibt leider viele unter uns, die dieses eingebüsst haben. Sie verstehen es nicht, sich völlig zu entspannen. Im Gegenteil, kaum legen sie sich nieder, scheinen sich die Verkrampfungen wesentlich, oft sogar