

**Zeitschrift:** Annalen der Elektro-Homöopathie und Gesundheitspflege :  
Monatsschrift des elektro-homöopathischen Instituts in Genf

**Herausgeber:** Elektro-Homöopathisches Institut Genf

**Band:** 3 (1893)

**Heft:** 5

  

**Artikel:** Licht ist Heilkraft

**Autor:** [s.n.]

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1038587>

### **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:** 06.05.2025

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

## Licht ist Heilkraft.

Alles was athmet und lebt in der Natur ist dem wohlthätigen Einflusse des Lichtes unterstellt. Darwin und Boyle haben die Blumen beschrieben, die sich beständig der Sonne zuwenden und dem Gange derselben folgen. Ja sogar die Mineralien, die Steine unterliegen dem Einfluß des Lichtes, denn dieses bewirkt bei denselben gewisse Reaktionen, Oxydationen, und zuweilen bedeutende Strukturveränderungen.

Zu der Dunkelheit scheint das Leben mancher Wesen stille zu stehen. Es ist ja bekannt, wie bei manchen Thieren, wie der Kröte, dem Igel, während des Winters — bei Lichtabschluß — das Nahrungsbedürfniß aufgehoben ist. Man hat auch bemerkt, daß gewisse Male, die in unterirdischen Wassern leben, niemals das normale Alter erreichen. Morren füllte zwei Gefäße mit reinem Wasser: das eine setzte er der Sonne aus, das andere dem Schatten; das erstere zeigte bald die Spuren gewisser lebender Infusorien.

Manche andere Experimente beweisen, daß die Sonne, von Byron „Schatten Gottes“ genannt, ein großer Lebensbeförderer ist.

Andererseits hat sie wieder die Fähigkeit, gewisse schädliche Bacillen und Mikroben, denen das Dunkel, die finstere Unsauberheit, ein Lebensbedürfniß sind, schnell zu tödten und kann deshalb als ein kräftiges, „himmlisches“ Antisepticum mit Recht betrachtet werden.

Die Physiologen haben nachgewiesen, daß die Sonne die rothen Blutkörperchen vermehrt, ebenso wie sie auch die grüne Färbung der Pflanzen befördert. Beides Zeichen der Gesundheit.

Siemens hat bewiesen, daß die Pflanzen unter dem Einfluß des elektrischen Lichtes

schneller, intensiver wachsen, und die Bewohner des Nordens wissen, daß stille Mondnächte für die Vegetation und das Getreide förderlich sind.

Was die „menschliche Pflanze“ anbetrifft, so weiß man, daß bei Pockenkranken, welche im Dunkeln gehalten werden, die Narben weniger markirt sind.

Die Erzählung von der Fabel von Prometheus war daher der Ausdruck dieser physiologischen Wahrheit, daß Leben und Bewegung nur da sind wo Licht sich befindet.

Ohne Licht war die Natur todt und erst der göttliche Machtpruch „Es werde Licht“ hat sie belebt, hat sie organisiert, hat ihr Gefühl und Geist verliehen.

Man behauptet, auf neuere Versuche gestützt, daß das violette Licht das organische Leben von Thieren und Pflanzen ganz besonders entwickle: die Amerikaner haben deshalb seit einiger Zeit diese Eigenschaft in der Gärtnerei zu Nutzen gezogen.

Auch hat man schon Glaspavillons zu Sonnenbädern mit violetten Scheiben konstruirt, die von vorzüglicher Wirkung auf gewisse Krankheiten sein sollen.

Das Licht ist eines der Glieder der hygienischen Drei, wovon die zwei andern Glieder Luft und Nahrung heißen. Das Licht fördert die Bildung der Blutkörperchen, kräftigt das Nervensystem und belebt die Hautfläche.

Es ist sehr wahrscheinlich, daß gerade durch diesen Hautreiz das Sonnenlicht auf unsern Organismus wirkt. Auch kann man annehmen, daß das Auge als Lichtsammeler dient, welcher die Strahlen im Körper vermittelt einer Reihe Vibrationen vertheilt.

Vom Auge aus gehen, in der That, die Reflexe die dem Licht zuzuschreiben sind: der bekannteste Reflex ist das Niesen in Folge eines Lichteindrucks.

Jedermann kann auch die wächserne Gesichtsfarbe der Blinden konstatiren.

Die Sonne ist ja die Freude, der Trost, der Trost der lebenden Wesen und ihre Strahlen sind ein die Ernährung belebendes Reizmittel. Sonnenbäder sind werthvoll für die Blutarmen: Die Amerikaner konstruiren sogen. Solarien, Glasvorhallen, zu diesem Zwecke. Auch weiß man, daß im Sonnenlichte gemachte Verbände besser sind, als im Dunkeln gemachte. Die Matrazen, die Kleider, die Betten werden an der Sonne desinficirt. Die Sonne ist die beste Verbündete des Menschen im Kampfe gegen Bacterien, Microben und Seuchen.

Die Sonne ist der größte Chemiker, denn mehr als alle chemischen (künstlichen) Produkte zerstört sie Schimmel, organische Gährungen und Fermentungen.

Der Entzug der Sonne bewirkt bei Gefangenen, bei Mienenarbeitern physische Stumpfheit, Unzufriedenheit, Blutarmuth und sogar Wassersucht; zugleich bekommt das Auge eine krankhafte Empfindlichkeit.

Denkt an das furchtbare Gefängniß von Dionis dem Tyrannen, schwarz und finster unter der Erde, das Gelaß darüber blendend weiß getüncht und von Sonnenstrahlen übergossen: nach einigen Wochen Gefängniß unter der Erde wurden die Unglücklichen beim schnellen Eintritt in den hellen oberen Raum von plötzlicher und unheilbarer Blindheit befallen!

Der englisch: Nebel befördert den Spleen, die Sonne des Südens bringt die Lebensfreude.

Die meisten Bleichsüchtigen bewohnen die Städte und viele Frauen begehen die große Dummheit, ihre Zimmer mit Jalousien und dicken Vorhängen abzuschließen, damit das Sonnenlicht nicht den Teint verderbe — damit sie eine interessante Blässe erhalten, die nur ein Symptom von Kranksein ist.

Um gesund zu sein, soll die Wohnung dem Licht vollen Zutritt gewähren, dessen Strahlen sollen überall eindringen können. Sonst kommen Blutarmuth, Scrofeln und Rachitismus in's Haus, für die Eltern und für die Kinder!

Wo die Sonne nicht hin kommt, da geht der Arzt hin, und da er die Sonne nicht bringt, wird auch seine Hülfe wenig nützen.

Seht, wie die Pflanze in der Dunkelheit farb- und kraftlos aus der Wurzel sprießt, seht, wie sie sich gegen die Sonne dreht und sich kraftvoll entwickelt!

Humboldt hat die Kraftfülle des Negers in den Tropen dem Einfluß der Sonne zugeschrieben. Deshalb ist es nicht notwendig, in Adam's Kostüm spazieren zu gehen, aber immerhin schreibt in goldenen Lettern auf Euer Evangelium der Hygiene die letzten Worte Goethe's: Licht, mehr Licht!

N. S.

### Ein Vortrag von Pfr. Kneipp.

Ob schon wir nicht vollständig mit den Theorien des berühmten Hygienikers einverstanden sind, insbesondere was seine arzneiliche Behandlung anbetrifft, die den neuen Erfahrungen und der modernen Wissenschaft zu wenig Rechnung trägt und sie sogar zu verkennen scheint, anerkennen wir dennoch die großen Verdienste Kneipp's um die populäre Gesundheitspflege und in Bezug auf die Hydrotherapie ist er geradezu als Apostel zu betrachten. Deshalb bringen wir heute seinen Vortrag, den er in Mannheim gehalten hat und den wir den „Kneippblättern“ entnehmen.

Unsere Meinung im Allgemeinen über Kneipp's System haben wir schon in den Annalen, Nr. 7 und 8, 1891, genügend auseinandergesetzt und es scheint daher unnöthig näher darauf zurückzukommen; immerhin wollen wir nochmals