

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Band: 39 (1982)
Heft: 7

Artikel: Verschwundene Blumenpracht
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-969992>

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>

billiger erstehen. Aber rentiert es nicht noch weniger, wegen dieser unnötigen und daher unvernünftigen Berechnung im schönsten Alter aus dem Leben scheiden zu müssen, so dass die Familie vereinsamt zurückbleibt, wie auch die Freunde nebst dem Betrieb, an dem man sich doch noch immer so gerne sonnte! — Was nützt knauserige Berechnung, wenn sie mit vorzeitigem Tode endet, während sich doch der Lebensabend gerade durch gesunde Gartenarbeit um vieles verschönern und verlängern liesse! Insofern ist der berechnende Chinese doch klüger als der Bewohner des Westens, da er zugibt, dass die Pflege eines Gartens glückliche Stunden herbeiführen kann.

Wenn Ratschläge befolgt werden

Der vernünftige Wechsel von Spannung und Entspannung verschafft durch die Erhaltung eines biologischen Gleichgewichtes gesunde Lebensstage bis ins hohe Alter. Immer erfreuen mich Bekannte und Patienten, die guten Ratschlägen Folge leisteten und dementsprechend auch bis ins hohe Alter erfreulichen Nutzen daraus ziehen konnten. Oft bestätigen mir dies ältere Leute von 80–90 Jahren, die sich froh und dankbar darüber äussern können, weil sie ihre Lebensweise frühzeitig auf eine vernünftige Grundlage umgestellt haben, was ihnen nicht nur körperlich, sondern auch geistig immer noch zugute kommt. Ob-

wohl man sich ohne Groll in eine unabänderliche Lage schicken sollte, kann man gerade durch diese vernünftige Einstellung viel gewinnen. Aus Flucht vor den Tatsachen mag es manchen erträglicher erscheinen, Krankheit und Siechtum als Schicksal zu bezeichnen, weil man dadurch weniger zugeben muss, dass man an seinem gesundheitlichen Zustand bewusst oder unbewusst doch wesentlich mitgewirkt hat. Oft lassen sich Patienten auch nicht früh genug warnen, wenn sie glauben, sich von geschäftlichen Belastungen nicht befreien zu können. Ein einigermaßen noch robuster Tessiner vertröstete seine Frau mit der Aussicht, sich in einem Jahr dann Zeit für die vorgeschlagene Kur erübrigen zu können. Aber vor Ende des Jahres endete sein eigenes Leben, weil seine arteriellen Gefässe versagten. Hätte er früh genug begonnen, durch regelmässige Gartenarbeit zu seiner geistigen Wirksamkeit einen Ausgleich zu schaffen, dann wäre jedenfalls sein Lebenslicht nicht so unmittelbar ausgelöscht worden. Geistige Anstrengung erfordert regelmässige Entspannung durch Bewegungsmöglichkeit im Freien. Mögen Naturmittel aus der Drogerie oder Apotheke auch noch so vortrefflich sein, einen vollwertigen Ersatz für genügende Bewegung, ausgiebige Atmung und reichliche Sauerstoffaufnahme können sie gleichwohl nicht darbieten, wenn sie auch zur heilsamen Unterstützung zusätzlich bestens mitzuwirken vermögen.

Verschwundene Blumenpracht

Unsere Jugend hat es nie erlebt, welch eine Augenweide die buntblühenden Wiesen früher darboten. Das war noch vor dem Aufschwung, den sich Chemie und Technik in unserer Neuzeit aneignen konnte. Die Blumenpracht, die unsere Fluren vor dieser Errungenschaft noch schmückte, bestand aus Margeriten, Wiesensalbei, Hafermark, Esparsetten, Skabiosen und verschiedenen Kleearten. Sie alle standen inmitten einer Schar mannigfacher Gräser.

Heute ist diese Naturschönheit so gut wie verschwunden, denn seit der chemischen Massivdüngung musste sie weichen, da Hahnenfuss und Wiesenkerbel überhandnahmen und somit ihren Platz beanspruchten. Besonders Betagten fällt es heute schwer, sich mit diesem Umstand abfinden zu müssen. Ich meinerseits bin daher immer beglückt, wenn ich ausnahmsweise noch unverdorbenem Wiesland begegnen kann, was dort der Fall ist, wo noch immer

auf frühere Art gedüngt wird. Ich freue mich daher im Frühsommer auf die Fahrt vom Engadin nach Chur, weil dort noch etliche Wiesen im einstigen Farbenschmuck prangen.

Auch die Bergwiesen und Alpweiden versehen Pferde, Kühe, Ziegen und Schafe noch immer mit den so beliebten Leckerbissen von Wildkräutern. Auf diese haben es nämlich die weidenden Tiere vor allem abgesehen, denn deren würzige Schmackhaftigkeit ist bei ihnen besonders beliebt. Gleichzeitig dienen sie ihnen nicht nur als gute Nahrungsstoffe, sondern sogar auch

als Heilmittel. Noch wissen Tiere instinktiv, was gut für sie ist, was nähren, kräftigen und heilen kann. Wir hingegen haben den natürlichen Sinn diesbezüglich verloren, und zwar hauptsächlich wegen der Verwöhnung, der wir durch den Einfluss des Wohlstandslebens ausgesetzt sind. Darum muss der Mensch der Neuzeit die gesunde Naturverbundenheit wieder suchen gehen und sie entsprechend pflegen. Haben wir diesen Vorzug erst wieder einmal erlangt, dann können wir womöglich auch die Naturschönheiten erneut besser beachten und bewahren, als dies heute geschieht.

Jetzt ist er da!

«Der kleine Doktor»

*im neuen,
farbig illustrierten Kleide*

Bereits sind die früheren Ausgaben in 2 Millionen Familien zu zuverlässigen Beratern geworden.

Auf 808 Seiten erschienen in 11 Sprachen viele aufschlussreiche Ratschläge der schweizerischen Volksheilkunde.

Wenn Sie eine der früheren Ausgaben besitzen, wäre eine befreundete, minderbemittelte Familie sicher dankbar, dieses Exemplar als Geschenk erhalten zu dürfen, damit Sie sich eine neue illustrierte Ausgabe beschaffen können (Preis Fr. 43.50).

Die Herausgeber

A. + S. Vogel
CH-9053 Teufen AR