

Die Musik als Arznei

zur Wiederherstellung des seelischen Gleichgewichtes.

Ein jeder von uns hat gerade in den heutigen Tagen mehr oder weniger über den Verlust seines seelischen Gleichgewichtes zu klagen.

Die Nachkriegszeit mit ihren verschiedenen für uns sich unangenehm auswirkenden Erscheinungen hat unser Nervensystem völlig zerrüttet. Das schnelle Tempo der modernen Lebensweise, der harte Kampf um das tägliche Brot und das übermäßige Streben nach Reichtum, Ehre und Ansehen, sind die Veranlassung dazu, daß unsere Nerven fortwährend aufgepeitscht werden und nur selten, oder garnicht zur Ruhe kommen. Wer es bereits erfolglos versucht hat, giftige — für Herz, Leber, Nieren und Lungen meist schädliche — Nervenberuhigungsmittel einzunehmen, der wird sich schließlich die Frage vorlegen, auf welche Weise gewinne ich meine ursprüngliche Seelenruhe und das Gleichmaß in der Funktion des Nervensystems wieder, ohne den Gebrauch medizinischer Präparate? Lieber Leser, versuche zunächst einmal deinen Geist von der gewohnheitsmäßigen Konzentration, auf einen dir besonders wichtigen Gesichtspunkt abzulenkten. Das gegebenste Mittel hierfür findest du in der Natur und in der Musik. Der Anblick des herrlichen, jungen Grün in Wald und Flur, sowie der Gesang der kleinen Vöglein, läßt dich allmählich ruhiger werden. Nicht zuletzt ist das Hören guter, melodienreicher Kompositionen als Heilmittel zu empfehlen. Welch große Erfolge die medizinische Wissenschaft in den Sanatorien für Nervenkranken durch Veranstaltungen wertvoller Konzerte erzielt hat, ist einwandfrei festgestellt worden.

Frau Musika, die schönste, freieste und erhabenste aller Künste läßt dich alle Sorgen und Lasten des Daseins vergessen; sie führt dich in ein Reich, in dem das kranke, bedrückte Herz und der erschöpfte Geist wieder auflebt. — Betreibe Musik mit Verständnis, Hingabe, Liebe und Ausdauer, und du wirst sehen, daß die Töne wie Balsam auf den Organismus wirken und dir nach und nach dein verlorenes, seelisches Gleichgewicht wiedergeben.

Elise Rajler.



Daumen und Charakter.

Man sagt, daß der Daumen der wichtigste von allen Fingern ist, daß er es ist, der sozusagen die Intelligenz der Hand darstellt. Da ist es nicht so wunderbar, daß viele Menschen meinen, es bestehe ein gewisser Zusammenhang zwischen Daumen und Charakter, und man kann aus seiner Form, Größe usw. auf den Charakter seines Besitzers, seine guten oder schlechten Eigenschaften, seine Begabung usw., schließen.

Für den, der den Charakter einer Person aus seinem Daumen beurteilen will, werden folgende Angaben von Nutzen sein. Der zu beachtende Daumen wird fest nach innen in die Hand gedrückt. Wenn er in dieser Stellung bis etwa unterhalb des zweiten Zeigefingergliedes reicht so hat er die normale Länge. Reicht er bis zum zweiten Glied, so ist er