

Nach Strongforts Lehre sind jedoch nicht nur die körperliche Gesundheit und Kraft, sondern auch der Besitz ausreichender Nervenkraft und Willensstärke, die geistige Spannkraft wie die seelische Wohlfahrt eines Menschen von der normalen Funktion der inneren Organe abhängig. Alle körperlichen, geistigen und seelischen Eigenschaften eines Menschen stehen in gegenseitiger Wechselwirkung und sind voneinander abhängig.

Durch Entwicklung der inneren Muskelaktivität wird der Organismus von schädlichen Giftstoffen befreit, die Speisen werden ordnungsgemäß verarbeitet, der Blutkreislauf gefördert, das Blut gereinigt und bereichert mit aufbauenden Nährstoffen, die Tätigkeit der Drüsen wird angeregt. So werden auch die Nerven gekräftigt und zu normaler Leistungsfähigkeit gebracht. Die Zellen des Gehirns werden belebt, neue Zellen bilden sich. Auf diese Weise können die hemmenden Stockungen im Organismus im Einklang mit den Naturgesetzen überwunden und das Gleichgewicht zwischen Körper, Geist und Seele wiederhergestellt werden.

Wo immer wir aus Unkenntnis oder Sorglosigkeit gegen die Gesetze der Natur verstießen, müssen wir zu ihr zurückkehren und aus ihren Quellen schöpfen. Der Entdeckung Strongforts ist deshalb ein so hoher kultureller Wert beizumessen, weil sie uns darauf hingewiesen hat, daß der Mensch als Gipfel der Erdentwicklung alle Kräfte der Natur in sich trägt, und weil sie uns den Weg gezeigt hat, diese uns innewohnenden Kräfte zu unserem

Vorteil zu nützen, um die höchsten Güter zu erlangen, deren wir teilhaftig werden können: Gesundheit, Kraft, Lebensenergie und Lebensfreude.

★

#### „Vom Volksschüler zum Abiturienten.“

Gerade in der heutigen Zeit muß jeder, der im Beruf vorwärtskommen will, über eine gediegene Schulbildung verfügen. Für alle diejenigen, die nun aus irgendeinem Grunde eine höhere Lehranstalt nicht besuchen konnten, sind die wissenschaftlichen Selbstunterrichtswerke der Methode Rustin das Gegebene, sich ohne Berufsstörung und ohne Schulbesuch die fehlenden wissenschaftlichen Kenntnisse anzueignen, welche ihn dann befähigen, leitende Stellungen einzunehmen. Diese Selbstunterrichtswerke, welche in dem Verlage von Bonneß & Hachfeld zu Potsdam-Pri 48 erschienen sind, bereiten auf die Obersekundareife und auf das Abiturientenexamen an einem Gymnasium, Realgymnasium, einer Oberrealschule und einer Deutschen Oberschule vor. Ferner vermitteln sie eine gründliche kaufmännische, sprachliche sowie auch musikwissenschaftliche Ausbildung. Eine wertvolle Unterstützung des Studiums bietet der angeschlossene briefliche Fernunterricht, durch den der Studierende den Vorzug hat, stets eine zuverlässige und ständige Kontrolle über den Stand seines Studiums sowie die erzielten Erfolge zu haben.

Für alle, welche sich für eine technische



BLANKE CHRISTROSEN

## Scherl Drucke

Künstlerischer  
Wandschmuck in  
Vierfarbendruck

Bildgröße ca. 45 : 66 cm.

Bisher erschienen 55 verschiedene  
Darstellungen

Jedes Blatt M. 7.50

In allen Kunst- und Buchhandlungen  
Man verlange Katalog geg. Einsendung  
von M. -.25

KUNSTVERLAG SCHERL  
Berlin SW 68