Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 40 (1983)
Heft: 9

Artikel: Nutzung von Gärungswärme
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-970265

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: 10.07.2025

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

Lärm belastet hat. Als wir in den 50er Jahren nach Amerika kamen, da haben wir das erstemal so richtig den Lärm als Qual empfunden. Ob wir auf dem Schiff, rund um Manhattan, auf dem East River und dem Hudson fuhren oder uns in einem Industriegebiet aufhielten, überall wo man hinkam, in jedem Restaurant, in der Untergrundbahn, war Lärm. Es vergingen einige Tage, bis man sich daran gewöhnte. Und nachts, wenn man in Ruhe schlafen wollte, ertönten die Sirenen der Polizei und Krankenwagen, die einem mit Riesengeheul aufschreckten. Man wusste nicht, was los war, ob die Welt untergehe und was das Geheul bedeuten sollte.

Und heute ist es soweit, dass die meisten Jugendlichen ohne Lärm nicht mehr leben können. Ob die Ruhe sie zum Nachdenken veranlasst, ihnen das ganze Elend vielleicht ihrer eigenen Existenz, ihres Herzenszustandes, ihres Verhältnisses zur Natur und zu Gott vor Augen führt? Oder was sind es für Motive, die zur Ablenkung durch etwas Lärmendes führen? Man scheut sich, tiefer zu denken, man will sich nicht selbst erkennen. Musik, die man früher mit leisen Schwingungen genoss und sich als Wohltat zu Gemüte führen konnte, ob es sich nun um klassische oder Volksmusik handelte, muss heute verstärkt werden durch modernste Lautsprecheranlagen. Die Musik wird oft wie ein Schrei in die Zuhörer geschleudert. Bereits beginnen die Ohrenärzte zu warnen, dass wir soviele Gehörgeschädigte haben, weil unser Ohr für derartige Lautstärken, die unaufhörlich auf die Gehörmembranen einwirken, nicht geschaffen wurde und dies nicht ohne Schaden ertragen kann. Die Abhängigkeit von mehr oder weniger attraktiven, schreienden Tönen ist so gross, dass man auf dem Moped, im Büro, also am Arbeitsplatz, am Strand, im Wartesaal, in der Eisenbahn, überall wo man sich aufhält oder aufhalten muss, von Tönen berieselt wird, obschon das für unsere Gehirn- und Nervenzellen vielleicht einen steten, übermässigen, schädlichen, unnützen «Strom»-Verbrauch darstellt, der in einigen Jahren oder Jahrzehnten sich sehr bitter rächen könnte. Nach und nach gibt es für ältere Leute ein Problem, irgendwo auf dieser Erde noch ein Plätzchen zu finden, wo man wenigstens in den Ferien etwas Ruhe und Entspannung und noch ein Überbleibsel von dem Ohrenschmaus findet, den uns die Natur allein zu bieten vermag. Das Rad der Zeit können wir nicht zurückdrehen. Aber vielleicht gibt es doch ein paar einsichtige Jugendliche, die gelegentlich ernüchtert werden, und unter Umständen wächst das Bedürfnis, auch in bezug auf die Töne, zu einem «Zurück zur Natur», genau wie es in der Medizin im Gange ist, indem man die Nebenwirkungen der Chemotherapie zu erkennen und zu fürchten beginnt. Man zieht die Rückkehr zur Pflanze als notwendige Alternative in Betracht. Sollte dies auf dem Gebiet der Töne auch in Erscheinung treten, dann würden unsere einsamen Bergtäler nicht mehr so sehr Gefahr laufen, von einer lärmenden Masse überrannt zu werden. Und dann könnte man sich wieder davon überzeugen, dass es keine Illusion ist, wenn man von der Heilwirkung der Töne spricht, genau wie man heute vom krankmachenden Einfluss des Lärms sprechen muss.

Nutzung von Gärungswärme

Eine interessante Beobachtung möchte ich im Interesse all meiner Freunde und Bekannten veröffentlichen. Um Zeit zu sparen, habe ich das gewöhnliche Gartenunkraut, statt zu kompostieren, einfach vergraben. Anderthalb Spaten tief, unter den Beeten, das ist also etwa 40 cm tief. Dann 20 cm Unkraut, das ich festgetreten habe, 10 cm gewöhnliche Erde, dann 10 cm Kompost. Dort hinein wurden Bohnen ge-

pflanzt. Und siehe da, die Bohnen sind viel rascher gekommen, viel kräftiger gewachsen, als die Bohnen in einem anderen Beet, ohne diese Unterlage.

Nützliche Wärmeentwicklung

Woher kam dies nun? Durch die Lage Unkraut, die bekanntlicherweise zu arbeiten, zu gären beginnt und Hitze entwickelt, ist von unten her Wärme an die Bohnen gelangt. Bohnen wachsen besser mit Wärme, und auf diese Art und Weise haben sie schneller gekeimt, sind rascher gewachsen. Das gleiche kann man in einem Frühbeet durchführen. Es ist sowieso gut, wenn man in einem Frühbeet den Kompost herausschaufelt. Unkraut, auch Gras oder sonstiges Unkraut, das im Garten anfällt, kleine Ästchen mit Laub daran, wenn man eine Hecke beschneidet, oder alte Blumenstauden eignen sich hierfür. Man bereitet nun ein Beet von Unkraut, ungefähr 20 cm tief, danach wiederum von der alten Komposterde etwa 10 cm aufschütten und 10 cm neuen Kompost darauf. Da setzt man nun seine Kulturpflanzen, sei es Salat oder andere Setzlinge, Blumenkohl, Karotten, Kohlrabi usw. Zwischendurch pflanzt man Knoblauch oder Lauch, damit die Karottenfliege sich nicht breitmachen kann. Man wird das Wunder erleben, dass all diese Pflanzen schneller gedeihen, in kürzester Zeit wachsen, weil von unten herauf eine ganz natürliche Wärmeentwicklung eintritt.

Diese Beobachtung ist zur Nachahmung empfohlen, sie wird sicherlich dienlich sein. Man spart dabei etwas Arbeit, hat wertvolles Material verwendet, braucht nichts zu verbrennen, was zur Umweltverschmutzung beiträgt, und sieht noch dazu einen schönen Erfolg.

Sanikel

Dieses an schattigen Bergwäldern Mitteleuropas oft vorkommende Heilkräutlein hatte früher eine grosse Bedeutung gehabt. In alten Rezepten findet man es sehr oft. In Mundwasser und als Wundkraut. Was äusserlich und innerlich im Leib verwundet ist, kann mit Tee aus frischen Blättern des Sanikels heilen. So steht es in alten Kräuterbüchern. Ich habe dies selbst in meiner Jugend erlebt. Wenn irgendeine Wunde nicht heilen wollte, dann haben uns unsere Eltern in den Wald geschickt, um die oben schön glänzenden Blätter von Sanikel zu suchen. Diese wurden dann überbrüht, auf die Wunde gelegt und mit Tüchlein festgebunden. Dieser Tage bekomme ich nun von einem alten Freund aus dem Tessin folgende Mitteilung:

«Unser Sohn Bruno ist einmal auf dem See von einem Insekt gestochen worden, das wahrscheinlich vorher auf einem toten Fisch gesessen ist. Es gab eine Blutvergiftung und der Arzt, den er aufsuchte, erkannte sofort, dass es sich um eine Vergiftung handelte. Sein Zustand verschlechterte sich immer mehr und er schwebte in der Gefahr, seine Hand zu verlieren. Das war an einem Samstag. Am Sonntag kamen wir dann zufällig nach Minusio, wo er wohnte. Wir rieten ihm sofort Sanikeltee zu machen und die Hand darin zu baden. Nach jeweils 20 Minuten sollte ein frischer Tee für das Bad zubereitet werden. Das machte er dann zirka fünf Stunden lang, bis die Schmerzen soweit nachliessen, dass er wenigstens schlafen konnte. Am Montagmorgen war der Arzt zur Stelle und ganz erstaunt, dass die Geschwulst stark nachliess und fragte ihn nach dem Grund der erstaunlichen Besserung. Der Arzt erwähnte nun, man solle aus diesem Heilkraut ein Produkt herstellen, wenn man davon solche Wunder erwartet.

Bruno fuhr mit den Bädern weiter fort und am folgenden Donnerstag konnte er wieder arbeiten. Ein ähnliches Erlebnis hatten wir mit einen Waldarbeiter, den wir selbst behandelten. Nach unserer Meinung und