Unsere Berge als Diener der Gesundheit

Autor(en): **A.V.**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **47 (1990)**

Heft 12

PDF erstellt am: **15.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-554779

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

medizin endlich fallen, und dass die Ärzte sich Kenntnisse in beiden Bereichen aneignen, um dem Menschen durch ein solches Mehr an Wissen noch besser helfen zu können. Dann werden sich auch die Krankenkassen nicht länger weigern können, die Kosten der natürlichen Heilbehandlungen zu übernehmen.
Die Ärzte an der medizinischen Fakultät in Zürich haben auf die Nachricht vom zu errichtenden Lehrstuhl für Naturheilkunde erst einmal negativ reagiert. Sie werden die Entwicklung aber nicht aufhalten können, ist doch der Weg zurück zu einem Leben im Einklang mit der Natur für die gesamte Menschheit ein dringendes Erfordernis unserer Zeit.

Mit herzlichen Grüssen Ihr

A. Vogel

Dr. h. c. A. Vogel

Unsere Berge als Diener der Gesundheit

Wir sind uns alle darüber einig, dass vernünftige Bergwanderungen zu Fuss oder schöne Touren in einsamen Höhen auf unseren Skiern für unsere Gesundheit oft die beste Medizin bedeuten. Dabei kommt es aber wohl kaum jemandem von uns einmal in den Sinn, dass die stummen Riesen der Alpenwelt schon vor unzählbaren Jahren Mineralstoffe für unser Wohl aufgespeichert haben. Unserem Blute kommen bekanntlich Kupfer und Eisen zugute, und wir finden beide Mineralien im Gestein unserer Berge. Selbst Silber und Gold kann oft in kleinen Mengen darin vorhanden sein. Kalk und Fluor, die unseren Zähnen unentbehrlich sind, trifft man reichlich im Steingeröll und in den Felsmassen der Alpen an. Doch nicht nur diese, noch viele andere Mineralstoffe finden sich dort oben vor. Es wäre somit bestimmt eine einfache Lösung für unsere dringenden, körperlichen Bedürfnisse, wenn wir uns feines Steinmehl beschaffen würden, um es einzunehmen, damit wir dem Körper dadurch die notwendigen Mineralbestandteile zuführen könnten. Niemand wird uns daran hindern, einmal einen solchen Versuch vorzunehmen, und wir sind vielleicht nicht wenig stolz und befriedigt über unseren guten Einfall, denn bestimmt ist dies noch kaum jemandem in den Sinn gekommen, sonst wäre es ja sicher allgemein üblich geworden, sich so zu helfen. Gar bald wird nun aber unser Triumph eine Einbusse erleiden, denn zu unserem Leidwesen werden wir feststellen müssen, dass sich das Steinmehl ungelöst ausscheidet. Also war unsere Berechnung verkehrt!

Pflanzliche Fähigkeiten

Oftmals können wir uns im Leben auf solche Weise täuschen, aber nur, weil wir zu wenig gut beobachten. Das Steinmehl ist an und für sich schon gut, da es aber vom Menschen in der Form, wie es sich vorfindet, nicht verarbeitet werden kann, müssen wir uns nach einer Möglichkeit umsehen, die uns behilflich ist, die aufgespeicherten Mineralstoffe in jenen Zustand, der uns die Aufnahmefähigkeit beschafft, umzugestalten. Tatsächlich hat die freigebige Natur für eine solche Hilfeleistung gesorgt. Es handelt sich dabei um ein kleines, vielleicht völlig unscheinbares Leben, das seine Würzelchen, zwischen den harten Felsmassen suchend, nach ein wenig Erde ausstreckt. So ist es denn die Pflanze, die sich mit ihren eigenen Bedürfnissen für uns ins Mittel legt, denn auch sie benötigt zum Wachstum und Gedeihen Mineralstoffe, und eigenartigerweise kann sie solche umschaffen und somit in sich aufnehmen. Diese Fähigkeit ist es nun, die auch uns zugute kommt, denn in der von der Pflanze umgearbeiteten Form können auch wir die verschiedensten Mineralstoffe in uns aufnehmen und ver-

arbeiten, so dass wir daraus den notwendigen Nutzen zu ziehen vermögen. Die Pflanzenzelle leistet uns dadurch wirklich wertvollste Dienste.
Je nach der Reichhaltigkeit und Zusammensetzung der Mineralien im Boden ist der Gehalt der Pflanze verschieden. Eine weitere Rolle spielen dabei allerdings noch andere äussere Umstände, so das Klima, die Höhenlage wie auch die Sonnenbestrahlung. Das ist der Grund, weshalb die Pflanzen, vor allem die Alpenkräuter, im Gehalt verschieden sein können, weil sie mehr oder weniger Nähr- und Heilstoffe besitzen mögen. Die gleiche Beobachtung können wir auch bei den Geschmacks- und Geruchstoffen feststellen.

Mineralreich und Pflanzenwelt

Aus den grossen Mineralstoffreserven der Berge kann sich auch das Meer, trotz dem weiten Weg bis dorthin, immer wieder erneut bereichern, denn das Quell- und Regenwasser der Berge eilt mit seinen gelösten Mineralstoffen zu Tal und vereinigt sich mit anderen ebenso bereicherten Bächen und Flüssen, bis sie sich alle zusammen als mächtiger Strom ins Meer ergiessen, das nicht nur die Wasser, sondern auch den Reichtum an Mineralstoffen willig in sich aufnimmt. Aus diesem Umstand ziehen die Meerpflanzen reichlichen Nutzen, denn sie sind darum so gehaltvoll an Mineralstoffen und sogenannten Spurenelementen. Jahrtausende hindurch löste das Regenwasser aus den Gesteinen der Berge sogar Jod, das für die Schilddrüse eine solch wichtige Rolle spielt, und durch den Lauf der vielen Wasseradern wurde damit auch das Meer gespiesen.
Unsere Bergwelt wie auch im weiteren Sinne der Erdboden erhielten vom Schöpfer einen solch grossen Mineralstoffreichtum, dass dieser für endlose Zeiten als Reserve dienen kann. Die Pflanze schöpft daraus die Möglichkeit, sich jene Stoffe anzueignen, die uns Menschen wie auch den Tieren als Nahrung unentbehrlich sind. Sie ist das nützliche Bindeglied zwischen unbelebter und belebter Schöpfung, denn sie ist jenes stillwirkende Laboratorium, das aus dem Mineralreich Nahrungs- und Heilstoffe sammelt und umarbeitet, wodurch uns diese ohne schädliche Nebenwirkungen dienen können. A. V.

Wie gesund ist Kombucha-Tee?

Immer wieder hört man Erfolgsmeldungen über den Kombucha-Tee. Manche sind von seiner Heilwirkung überzeugt. Wer den Tee regelmässig trinkt, bei dem verbessern sich offenkundig die Stoffwechselwerte; die Harnsäure und die Blutfette gehen zurück. Anderen hat der Tee vielleicht geholfen den Blutzucker zu senken, vor allem bei Altersdiabetes. Weil nun der Stoffwechsel wieder besser zu funktionieren beginnt, werden die Kristallsalze aufgelöst, Gelenkbeschwerden und Rheuma lassen nach. Auch auf die Verdauung übt der Kombucha-Tee einen günstigen Einfluss aus. Der Appetit kehrt zurück, es werden wieder Speisen vertragen, die man früher meiden musste, weil nun die Gallensäfte flüssiger geworden sind und die Leber ihre Funktion besser erfüllen kann.
Vom Kombucha-Tee allein darf man sicherlich keine Wunderwirkung erwarten. In Verbindung mit anderen biologischen Therapien wird man ihm aber ohne Zweifel einen gebührenden Platz zuweisen müssen.

Das vorzügliche Erfrischungsgetränk

Der hellgelbe Kombucha-Tee schmeckt prickelnd und erfrischt jeden, der in der sommerlichen Hitze davon trinkt. Er belebt die Glieder des müden Wanderers und hilft dem Kranken schneller zu genesen. Seine belebende und heilende Wirkung bescherte ihm bald den Ruf eines Universalheilmittels von grosser Bedeutung, sonst könnte sich der Kombucha-Tee nicht über Ostasien, China, Japan, über die Mongolei bis nach Russland in diesem Umfang als Heilgetränk ausgebreitet haben.