

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 5 (1947-1948)  
**Heft:** 6

**Artikel:** Im Blut ist die Seele  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-554448>

#### 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:** 25.12.2025

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

## Im Blut ist die Seele

Goethe sagt uns im «Faust»: «Blut ist ein ganz besonderer Saft». Dies klingt in gewissem Sinn geheimnisvoll. Fragen wir aber das Buch der Bücher, was es uns von diesem besondern Saft zu melden hat, dann erfahren wir einen äusserst interessanten Zusammenhang, denn die Bibel sagt uns klar und einfach: «Im Blut ist die Seele».

Wie oft lesen wir irgend einen solch vielsagenden, umfassenden Ausspruch, ohne uns dabei die tieferen Bedeutung klar werden zu lassen. Wieso kann im Blut die Seele sein? Das hebräische Wort Seele, also Nephesch bedeutet dem Sinne nach empfindendes Geschöpf. Noch besser können wir diesen Begriff erfassen, wenn wir den Schöpfungsbericht etwas näher betrachten, in dem es heisst: «Und Gott schuf den Menschen aus Lehm und Erde, hauchte in seine Nase den Odem des Lebens, und der Mensch wurde eine lebendige Seele. Er wurde also, wie bereits erwähnt, ein empfindendes Geschöpf. Dieser Ausspruch bringt den tiefern Sinn noch deutlicher zum Ausdruck.

Wenn nun im Blut die Seele liegt, das heisst, das Empfinden, dann ist es doppelt notwendig, dass wir auch in der Heilkunde dem Blut eine doppelte und dreifache Bedeutung beimessen.

Ist das Blut also nicht in Ordnung, ist es mit Stoffwechselgiften oder irgend etwas belastet, dann ist das Empfinden des Menschen nicht gut. Ist das Blut dagegen in Ordnung, also nicht verschlackt, ist seine Zusammensetzung gut, dann fühlt sich der Mensch wohl. Wer also immer müde ist, keine Energie besitzt, der darf sicher sein, dass bei ihm das Blut nicht in Ordnung ist. Vielleicht ist die Niere schuld, dass sie die Stoffwechselgifte nicht genügend ausscheidet. Daher kommt dann die Müdigkeit. Vielleicht ist die Ernährung grundfalsch, so dass der Körper mit übermässig viel Nährstoffen überladen wird, und die Verarbeitung nicht genügend, also nicht gut ist. Es bilden sich Stoffwechselschlacken, und Gärungsprozesse im Darm werfen Giftstoffe ins Blut. Das auf diese Weise belastete Blut reagiert auf den ganzen Körper mit der erwähnten Müdigkeit. Vielleicht arbeiten die Drüsen mit innerer Sekretion nicht gut, so dass zu wenig Hormone, zu wenig Fermente im Blute sind, und der Körper deshalb nicht leistungsfähig ist. Wie gross ist die Verantwortung diesbezüglich bei einem jeden, wenn er an diese Zusammenhänge denkt. Man darf nicht essen, was man will, auch nicht drauflos essen, wie es einen gelüstet. Wenn wir ein einwandfreies Blut haben wollen, das uns wiederum ein normales und gutes Empfinden verschafft, dann liegt eine gewisse Verantwortung auf unserm Tun und Lassen. Nicht umsonst sagt der Volksmund von jemandem, dessen Empfinden schwer auf sein Gemüt drückt, er habe ein schweres Blut.

Vielleicht ist dieser Umstand vererbt, d. h. die mangelhafte Tätigkeit der Organe kann vererbt sein. Eine gewisse Disposition ist da, die, wenn frühzeitig erkannt, langsam beseitigt werden kann. Lebensgewohnheiten werden vererbt und demnach summieren sich die Schwächen. Eine wirklich neuzeitliche, naturgemäße Ernährung, nebst einer gewissen Essenstechnik ist Voraussetzung für ein gutes Blut. Blutreinigende Mittel, die im Frühling so gern genommen werden, unterstützen die Verbesserung des gesamten Blutbildes. Löwenzahnsalat, kleine Quantitäten von Brennesseln, Bärlauch, all diese mit vitaler Kraft ausgestatteten Frühlingspflanzen helfen den Organen zu einer besseren Funktion und verbessern somit das Blut. Man kann dieses nur verbessern, indem man die blutbildenden, blutreinigenden Organe unterstützt.

Wissenschaftler werden sagen, dass die Anschauung betriffs Blutreinigung altmodisch sei. Sie halten sich an das, was man heute über das Blut weiss. Man weiss vieles. Man kennt rote Blutkörperchen, weisse Blutkörperchen, Blutblättchen, die Zusammensetzung des Blutserums, die Chlorverbindungen des Blutserums, man kennt noch weit mehr über das Blut, und doch kennt man im Grunde genommen noch sehr wenig, denn die eigentlichen Geheim-

nisse des Blutes, die Zusammenhänge mit den Spuren-elementen, die eigenartigen Zusammenhänge von Energie-körpern, die an das Feinstoffliche gebunden sind, das ganze Hormongefüge und alles mögliche, was heute nur erahnt und eventuell intuitiv erfüllt werden kann, das kennt unsere Wissenschaft noch nicht. In der praktischen Auswirkung kennt man diese Faktoren zum Teil in der Naturheilmethode, indem man weiss, wieviele kleine Ursachen aus der Pflanzenwelt grosse Auswirkungen haben. Ich muss sagen, wir wissen es vielfach überhaupt nicht, was eigentlich Grund einer Ursache und Auswirkung bei Pflanzen in der Pflanzentherapie ist. Denken wir nur einmal an die Brennessel. Ist es bei ihr der Vitamin D-Gehalt, der Eisengehalt, der so gut wirkt? Sind es vielleicht die feinen Kalk- und Phosphorverbindungen, ist es das Chlosphyll oder liegt sonst irgend etwas für uns überhaupt noch Unbekanntes in der Brennessel? Die Praxis hat gezeigt, dass sie eine eigenartige Wirkung auf das Blut ausübt. Die Wissenschaft gibt darüber vielleicht eine Erklärung, die unter Umständen überhaupt nicht stimmt, denn hier liegen Geheimnisse verborgen, deren Werte man wohl nutzbringend verwenden, sie selbst aber niemals ganz ergründen kann.

Eine der besten Frühlingskuren nun ist es, die erwachenden, elementaren Kräfte des Frühlings auszuwerten. Vor allem sollte man die Frühlingsluft tief einatmen, aber auch richtig ausatmen, um die alten, gasförmigen Schlakken aus dem Blute zu schaffen, man sollte also eine bewusste Atmungsgymnastik durchführen. Ebenso sollte man die Sonne auf sich einwirken lassen, wie auch die wunderbar treibenden Kräfte des Frühlings richtig genießen. Die innere Freude, die Naturverbundenheit und somit auch die Verbundenheit mit dem Schöpfer in uns sollten wir zur positiven, aktiven, seelischen Kraft werden lassen, und diese von innen heraus strömende Freude wird uns unsere Funktionen anregen, unsere Drüsen besser in Bewegung setzen und somit auch wiederum auf das Blut einwirken.

Auch die Dankbarkeit für den wieder in Erscheinung tretenden Frühling, wie auch die Dankbarkeit dem Schöpfer gegenüber darf nicht vergessen werden. Wenn die Vögel zwitschern, wenn das frische Grün hervorbricht, sollten wir uns bewusst sein, dass es auch anders sein könnte; denn schliesslich könnte der Schöpfer dem Menschen für sein heutiges Verhalten und sein gewissenloses Handeln auch einmal eine gebührende Stellung entgegenhalten. Wäre es ihm etwa nicht möglich, den Frühling nicht mehr in Erscheinung treten zu lassen? Könnte er damit den Menschen nicht wirkungsvoll zeigen, dass sie von göttlicher Hand abhängig sind und die Erde nicht nach Gudünken zertreten und zerstampfen dürfen? Nur göttlicher Langmut und Güte ist es zuzuschreiben, dass der Schöpfer bis heute keine solchen Massnahmen ergriffen hat! Dankbarkeit dieser einsichtsvollen Erkenntnis gegenüber wird sich in uns seelisch zur aktiven Kraft auswirken können.

Der Körper ist ein Ganzes. Je besser die Funktionen vom Seelischen ausgehend, sind, umso besser arbeitet der Körper, und umdesto besser arbeitet auch das Blut. Je besser aber das Blut ist, umdesto besser reagiert es seinerseits wiederum auf die Funktionen des Körpers und der Seele. Dieses schöne Wechselspiel ist, wenn es harmonisch abgestimmt ist, als das innere Gleichgewicht zu bezeichnen. Nicht nur die Ernährung, nicht nur Kräuter, nicht nur Medikamente und alles, was wir einnehmen, wirkt gut oder schlecht auf das Blut, auch gute oder schlechte Gedanken, edle oder primitive Empfindungen hinterlassen ihre entsprechende Auswirkung. Betrachten wir den ganzen Komplex in seinem wechselwirkenden Zusammenhang, dann begreifen wir die Feststellung, dass im Blut die Seele ist.

Wir senden Ihnen Bekannten von den «Gesundheits-Nachrichten» gerne Probenummern gratis!  
Geben Sie uns bitte Adressen bekannt!