

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 11 (1954)  
**Heft:** 4

**Artikel:** Das biologische Gleichgewicht  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-551865>

### **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:** 23.02.2026

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



## Heilmethoden, Kunstsinn und Abschied

Auch das Gebiet indianischer Heilweise ist sehr interessant, wenschon man davon nur einzelnes erfahren kann. Selbst Aerzten, die zu Forschungszwecken jahrelang unter Indianern leben, gelingt es nicht, hinter alle Geheimnisse ihrer Kunst zu kommen. Bekannt ist, dass die Indianer sehr zuverlässige Mittel gegen Schlangenbisse haben, auch gegen den Biss der Klapperschlange. Ein mir befreundeter Arzt sandte während seinem Forschungsaufenthalt, wenn ihm selbst das notwendige Serum fehlte, Leute, die von Schlangen gebissen worden waren, in die Behandlung der Indianer. Er selbst erfuhr nie, welches Heilmittel diese dagegen anwandten, während er indes wieder andere Heilmethoden von ihnen kennen lernte. Manchmal war dämonischer Zauber dabei, grösstenteils aber handelte es sich um ein Erfahrungsgut, das selbst den geschulten Arzt in Erstaunen setzte. Noch bevor wir durch Pasteur in den Besitz eines Serums gegen Tollwut gelangten, besaßen die Indianer bereits schon ein zuverlässiges Mittel dagegen. Die natürliche Einstellung und der natürliche Instinkt der Naturvölker lässt sie oft schneller wirkende und zuverlässigere Mittel finden, als dies der exakten Wissenschaft möglich ist.

Sehr erfreuend und belebend wirkt auch der Kunstsinn der Indianer auf uns. Besondere Wertschätzung hat derjenige dafür, der in einem Lande heimisch ist, wo ebenfalls das Kunstgewerbe noch als Volksgut gepflegt wird. Mit den oft einfachsten Mitteln verstehen die Indianer die schönsten Arbeiten zu verrichten. Sie sind im Spinnen und Weben durch und wissen auch, wie sie die Wolle mit natürlichen Farben färben können. Auch die Töpferei und Bastarbeiten setzen uns oft in Erstaunen, denn sie sind mit Geschicklichkeit und Genauigkeit ausgeführt. Manche unserer Kunstgewerblerinnen könnten ihnen dies und jenes, besonders aber das natürliche Wollfärben ablauschen. Noch vieles gäbe es zu berichten, aber für heute verlassen wir das Land der Farbenfreude mit seinen dunkelhäutigen Bewohnern. Noch immer sehen wir sie im Geiste auf ihren hübschen, kleinen, wollig weichen Eselchen ruhig dahereiten. Oder wir winken in Gedanken einer lebhaften Kinderschar, die mit lachenden braunen Augen auf ihren vierbeinigen Freunden an uns vorbeitraben, ein letztes Lebewohl zu. Fast fällt es uns schwer, dem Lande den Rücken zu kehren, war uns doch oft, als befänden wir uns irgendwo im Morgenland, in den Gefilden Palästinas und in den Zeiten alter, biblischer Begebenheiten. Die Landschaft war zu dieser Täuschung angetan und auch die reitenden Menschen, die frohgemuten Kinder und die hübschen, braunen Eselchen, die uns so gut gefielen, dass wir am liebsten auch auf ihrem Rücken durch das Land gezogen wären.

## Das biologische Gleichgewicht

### Folgen blinder Selbstsucht

Es ist eine bekannte Tatsache, dass die Selbstsucht blind macht. Vieles, was der Mensch in der Natur ändert, entspringt diesem Motiv, und was er im Augenblick dadurch gewinnt, das schadet ihm später oder dann eben seinen Nachkommen. Dies fand ich so in Spanien, vor allem aber auch deutlich in Amerika. Jahrtausende braucht der Wald, um eine dicke Humusschicht zu bilden. Der Endsieg seiner Bemühung ist der Hochwald. Schwer ist es in heissen Ländern, in denen es monatelang nicht regnet, den Wasserhaushalt zu regeln, und es ist ein technisches Wunder, wie die Natur dies zu regeln vermag, wenn der Mensch nicht mit seinem Unverstand und einer gewissen Kurzsichtigkeit störend eingreift.

Es ist bekannt, dass in Spanien in weiten Gebieten Kahlschläge durchgeführt worden sind wegen dem Gewinn, den das Holz einbrachte. Auf diese Weise verschwand viel Wald und sein Verschwinden hat die klimatischen Verhältnisse derart verändert, dass heute grosse Gebiete un-

fruchtbar sind, die früher mit herrlichen Wäldern bewachsen waren. Nachdem die Hochstämme verschwunden waren, trocknete der Boden aus, die Bodenpflanzen und Moose, die als kleine Wasserreservoir mitgeholfen hatten, die Feuchtigkeit zu halten, sind abgestorben. Die Luft wurde trocken, Quellen versiegten, und der dürre Humusboden wurde vom Winde weggeweht oder in der Regenzeit hinweggeschwemmt, da er, der Pflanzen beraubt, keinen Halt mehr hatte. Wo einst schützender Wald stand, ist heute nur noch felsiger Grund, der ohne Humuserde ein Wiederaufforsten unmöglich macht.

Ähnlich hat der weisse Mann in Amerika gehaust. Hätte er nur soviel abgeholzt, als er Bauholz benötigte, dann hätte dies den damaligen Riesenwäldern überhaupt nichts ausgemacht. Statt dessen aber wurden ganze Waldstriche niedergebrannt, um Kulturland zu gewinnen, denn der metertiefe Humusboden war zu einer solchen Handlung natürlich verlockend. Dieser ungehörliche Raubbau im Waldbestand dieses Riesenlandes hat sich nicht nur klimatisch und in bezug auf den Wasserhaushalt unglücklich ausgewirkt; auch die Tierwelt, die im Walde Schutz und Nahrung findet, ist davon empfindlich betroffen worden. Viele Tierarten, vor allem Vögel, die vordem in unzähligen Scharen zu Millionen vorhanden waren, sind zur Seltenheit geworden, wenn nicht gar ausgestorben. So sind die herrlichen Büffelherden sinnlos hingemordet worden, zum Teil aus Mordlust und Jagdgier, aber auch wegen den Häuten, die in den Gerbereien gut bezahlt wurden. Das Fleisch überliess man vielfach den Geiern, Wölfen und einer Hyänenart, die dort vorkommt. Für die Indianer waren früher diese Büffelherden die hauptsächlichste Fleischversorgung nebst den Antilopenarten, die sich damals ebenfalls noch vorfanden.

Ein ähnliches Los traf auch die Passenger Tauben, die so zahlreich waren, dass ein völliges Verschwinden für ganz unmöglich galt. Sie fanden sich in den Wäldern so reichlich vor, dass oft bis zu einem Dutzend Nester auf einem einzigen Baum gefunden wurden. Da sie so zahlreich waren und immer in Schwärmen flogen, waren sie leicht zu schießen. Für ihr Fleisch, das gut schmeckte, wurde ein guter Preis bezahlt, weshalb arbeitsscheue Menschen nichts anderes taten, als Tauben herunterknallen, um sie nachher auf den Märkten verkaufen zu können. Durch das Abnehmen der Wälder nahm auch die Nistmöglichkeit ab, aber auch das Futter, das vormerklich aus Buchnüssen, aus Samen von Nadelholzarten und Insekten bestand. Diese ungünstigen Umstände zusammen mit dem sinnlosen Abschiessen der Tauben trugen dazu bei, dass ihrer immer weniger und weniger wurden, bis schliesslich die letzte von ihnen ums Jahr 1912 herum im zoologischen Garten von Cincinnati starb. Gesetze, die einsichtige Männer zum Schutz gegen den Frevler an der Natur schliesslich von der Regierung erzwangen, kamen meistens zu spät, um den entstandenen Schaden noch rechtzeitig stoppen zu können. Unsere gefiederten Freunde dienen uns nicht nur zur Augenweide, noch sind sie bloss da, um mit ihrem Gesang unser Herz zu erfreuen, o nein, die Vögel haben noch weit wichtigere Aufgaben zu erfüllen. Sie sorgen dafür, dass sich schädliche Insekten und Ungeziefer nicht zu sehr vermehren und dadurch Unheil anrichten. Heuschreckenschwärme, die ganze Ernten vernichten können, wären nicht da, wenn genügend Vögel vorhanden wären, denn diese sorgen in der Natur immer wieder für das biologische Gleichgewicht, wenn der Mensch dies nicht in völliger Kurzsichtigkeit störend verhindert. Warum sich abmühen mit dem Abwerfen von Gift und Giftgasen, wenn doch die Natur weit einfacher, zweckdienlicher und sicherer für die Erhaltung des biologischen Gleichgewichts gesorgt hat?

### Das Beachten der Naturgesetze

Ein einfacher Versuch, den ich letztes Jahr in Californien durchführte, bestätigte mir im Kleinen, wie einfach alles geregelt werden kann, wenn der Mensch die Natur mit Vernunft pflegt, ihre Gesetze beachtet und sich solche



dienstbar macht. Im August wohnte ich an einem netten Platz, der vor 3 Jahren noch von sorgfältiger Hand gepflegt worden war. Inzwischen aber hatte ihn ein gleichgültiger Mieter völlig vernachlässigt. Während der Trockenzeit pflegte er die schönen Blumen und Zierpflanzen, wie auch den Rasen nicht. Er begoss nichts und ohne Wasser musste alles verdorren und unansehnlich gelb werden. Alle Pflanzen, die keine Knollen hatten, waren abgestorben und die Bäume hatten bereits das halbe Laub verloren, hingen voller Spinnengewebe und waren voll von kleinen Raupen. Sass man unter den Bäumen, dann wurde man immer von diesen Räumchen geplagt. An einem Faden liessen sie sich herunter und verursachten entweder durch ihre Fresswerkzeuge oder durch ihr Sekret ein Beissen auf der Haut, das einen roten Fleck zurückliess, der wie ein Mückenstich aussah.

Trotz der brütenden Hitze musste der Ziergarten gänzlich umgegraben werden. Ohne diese Massnahme konnte keine Ordnung zustande kommen. Es war allerdings keine erfreuliche Arbeit, das zähe Unkraut, vor allem das sogenannte Teufelsgras mit dem verwachsenen Wurzelwerk herauszubekommen. Mindestens 50 Handkarren voll Wurzeln und Unkraut konnten herausgeschafft und verbrannt werden. Der abgestorbene Rasen wurde mit Erde gut überdeckt, neu angesät, und der Boden mit Wasser richtig durchtränkt. Bis 60 cm tief war alles ausgetrocknet. Erst in dieser Tiefe zeigte sich etwas Feuchtigkeit und mit ihr auch der erste Regenwurm. Ein tägliches Bewässern war unumgänglich und zwar zweimal, morgens, ehe die Sonne kam und abends beim Sonnenuntergang, und nach vier Wochen war folgendes zu beobachten. Der Rasen war schön grün geworden. Der gesäte Weissklee bildete unter den Bäumen einen schönen, saftiggrünen Teppich. Die Regenwürmer, angelockt durch die Feuchtigkeit, hatten sich heraufbemüht und zwischen dem jungen Gras und Klee sah man ihre krumeligen Erdhäufchen. Zu unserer grossen Ueberraschung hatten wir auch auf einmal eine Menge Vögel auf unsern Bäumen, die den ganzen Tag sangen und zwitscherten, während doch bei unserer Ankunft kein einziger zu sehen und zu hören war. In aller Frühe spazierten 10—20 von ihnen auf unserm Rasen herum, holten sich zum Frühstück einige Regenwürmer, pickten von dem jungen Gras und hielten sich in der übrigen Zeit auf den Bäumen auf, wo sie mit den lästigen Räumchen aufräumten. Es war wie ein Dank der freundlichen Sänger, weil wir ihnen einen kühlen Ort mit frischem Gras verschafft hatten! Das Laub, das noch nicht abgestossen war, wurde wieder frischer und neue Triebe zeigten das Wiederaufleben der Bäume. Dass mir die Vögel auch die paar Feigen vom einzigen Feigenbaum wegschmausten, nahm ich ihnen nicht gross übel, denn ich konnte von einem Nachbarn, der grosse Feigenbäume voll reifer Früchte besass, genügend Feigen kaufen.

Aus diesem einfachen Beispiel ist leicht ersichtlich, wie in der Natur im aufbauenden, wie auch im niederreisenden Sinne eines das andere nach sich zieht. Die Natur mit ihrer wunderbaren, vom Schöpfer geschaffenen Gesetzmässigkeit ist immer dankbar und gütig, wenn der Mensch nicht ungeschickt und blind in das Naturgeschehen eingreift und das biologische Gleichgewicht stört.

## Ein Morgenspaziergang

Obwohl schon Ende März ist, liegt noch viel Schnee auf den Alpweiden im Engadin. Er ist hart gefroren und knirscht sogar unter den Fellen, die dafür sorgen, dass die Skis bei dem steilen Aufstieg nicht zurückschlutschen. Im Gegensatz zu dem sonst so tiefblauen, strahlenden Engadinerhimmel ist es heute bedeckt, und doch ist es schön im tiefen Frieden der Berge der Höhe zuzustreben. Immer höher geht es hinauf, bis wir den Lawinenzug erreichen, von dem aus wir am raschesten in die Höhe gelangen. Nur weil keine Sonne scheint und der Schnee so hart gefroren ist, können wir den Aufstieg

durch diese steile Schneise noch wagen. Sonst wäre es zu gefährlich, da man bei aufgeweichtem Schnee nie weiss, wann ein Rutsch herunterkommt. Am Wasserläufen und Lawinenzügen begegnet man immer Fuchsspuren. Die Füchse wissen, dass nebst den gesunden, besonders auch kranke Tiere ans Wasser kommen, um ihren Fieberdurst zu stillen. Da ist denn nur zu oft für Meister Reineke Gelegenheit ein krankes Reh anzufallen, um sich eine ergiebige Mahlzeit zu verschaffen.

Auch Rehspuren kreuzen den Lawinenzug und weiter oben haben ihn sogar Hirsche überquert und zwar beide bestimmt gestern Nachmittag oder gegen den Abend, denn die Spuren sind sehr tief und daher auch verursacht worden, als der Schnee weich war.

Immer steiler und enger wird der Lawinenzug, und man muss mit den Stöcken gut halten, damit man nicht zurückschlutscht. Auf der rechten Seite ist die steile, felsige Grashalde schneefrei, und die Gelegenheit lockt, die Skis auszurollen und ein wenig zu klettern. Bereits beginnen hier nämlich schon wieder allerhand Pflanzen etwas Leben zu zeigen. Die Primeln in den Spalten haben hellgrüne Herzblättchen bereit. Die Enzianen stehen auch schon da mit ihren Blattrosetten, in deren Mitte bereits die Blütenknospe sichtbar wird. Auch der kleine Kostens oder wilde Thymian hat schon ein paar kleine, neue Blättchen, und ich konnte mich nicht enthalten, einige davon zu kauen, um den würzigen Duft und die gute Wirkung auf die Atmungsorgane zu geniessen und auszunützen. Der Bergwacholder mit seinen braungrünen spitzen Nadeln klebt am Fels, als hätte er den Winter über nichts erlebt, obwohl die Staublawine über ihn hergeseht war und durch ihren Luftdruck sogar eine dicke Lärche umgedrückt hatte, wie wenn sie nur ein kleines Bäumchen gewesen wäre. Wachholdernadeln besitzen ein feines Öl, das den Atem leicht werden lässt, und so kaute ich denn auch einige von diesen. Neben einer Bärentraube begrüsst mich inmitten der Schneelandschaft noch ein anderer Frühlingsbote mit leuchtendem Gold. Ein Huflattichsternchen wars, das sich hier heraufgewagt hatte und sogar schon in seinem schönsten Gelb blühte. Ich bin sonst nicht dafür, alles abzureissen, aber dieses so heilwirkende Blümchen musste ich doch wegplücken, bevor mir ein Reh oder eine launige Gemse zuvorkommen konnte. Nun hatte ich wahrhaftig bald einen ganzen Kräutersalat gegessen, und die gute Wirkung machte sich beim Weitersteigen bereits bemerkbar. Mir war so richtiggehend frisch zu Mute. Der Atem ging noch viel leichter als zuvor, und ich verspürte sogar einen angenehmen Hunger. Unter dem Wurzelstock einer grossen, vom Winde gefällten Arve fanden wir ein angenehmes, windgeschütztes Plätzchen, und nun holten wir beide, mein Kollege und ich, hervor was der Rucksack an herrlichen Dingen enthielt. Äpfel, Orangen, Datteln, Zwetschgen, eine Banane und, was nicht fehlen durfte, auch ein Stück Vogelbrot mit Butter und Honig bestrichen, all dies schenkte uns der Rucksack, um unser gelindes Hungerlein zu stillen, und all dies schmeckte uns ausgezeichnet. So gut konnte unten im Tal kaum das feudalste Essen munden!

Nach kurzer Rast folgte die Abfahrt die steilen, hartgefrorenen Hänge hinunter. Es war etwas schwierig, und wir mussten gut kanten, um besonders beim Wenden nicht abzurutschen. Auch bei der Fahrt durch den Lärchen- und Arvenwald mussten wir etwas aufpassen. Auf dem Lawinenzug war das Schwingen über die holprige Grundlage nicht leicht, so dass wir froh waren, unten auf der Alpweide wieder ein angenehmes Terrain vorzufinden. Links und rechts schwingend, kamen wir mit der für die Muskeln so gesunden Skigymnastik wieder wohlbehalten im Tale an.

Nach einem solchen Morgenspaziergang in guter, frischer Bergluft geht die Arbeit doppelt schnell vonstatten. So beschwingt ist man davon, dass man nachher oft nochmals so leicht arbeiten und doppelt soviel zustande bringen kann als sonst, und überrascht stellt man fest, dass man trotz dem Ausflug eigentlich keine Zeit verloren hat!