Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 20 (1963)
Heft: 9

Artikel: Die Heilwirkung des Wassers
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-552919

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: 03.10.2025

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

Die Heilwirkung des Wassers

Es sind nun gerade 4 Jahre her, als ich im Quellgebiet des Amazonas zuschaute, wie Indianer in einem Nebenfluss des Maranon in ganz schmutzigem Wasser badeten. Auch in anderen tropischen Gegenden habe ich diese Sitte noch oftmals beobachten können. Das eine Gewässer war ganz schwarz, während das andere gelb oder rot erschien. Die Indianer, und zwar vor allem die Kinder tummelten sich sehr gerne und ohne jegliches Bedenken in solchen Flüssen, denn sie waren dabei immer sehr vergnügt und fühlten sich offensichtlich wohl. Trotz der sichtbar guten Auswirkung, die ein solches Bad zu haben schien, hatte ich indes selbst nie den Mut, dort ebenfalls zu baden, und zwar nicht nur der räuberischen Piranhas-Fische wegen, die, wo sie in Erscheinung treten, alles wegholen, was ihnen unter die Zähne kommt. Darum werden hie und da auch Indianer von diesen gefrässigen Räubern nicht verschont, aber das nimmt man in jenen Gegenden nicht sonderlich tragisch.

Als ich mich einmal besonders müde und abgespannt fühlte, versuchte ich doch auf eine etwas sicherere Weise in den Genuss des erfrischenden Wassers zu gelangen, denn die tagelange Hitze von 40 Grad im Schatten setzte mir mit der Zeit doch sehr zu, da es gleichzeitig noch unangenehm feucht war. Ich musste immer wieder tief atmen, um den unerträglichen Zustand besser aushalten zu können. Da entschloss ich mich, weil nirgends klares Wasser zur Verfügung stand, es doch auch einmal mit diesem schmutzigen Nass aufzunehmen, denn ein erfrischendes Bad hätte sich auch mir als Wohltat erwiesen. Da ich es aber noch immer nicht wagte, mich dem Fluss anzuvertrauen, kam ich auf den Gedanken, eine Indianerin zu bitten, mir in einem grösseren Tonkrug Wasser aus dem Fluss heraufzuholen. Zwischen zwei Hütten diente ein Übergang aus Bambus als Steg. Auf diesen trat ich und goss mir das Wasser über den Kopf, liess es über den ganzen Körper rinnen und fühlte mich bedeutend wohler dadurch. Die Indianerin befleissigte sich, mir immer erneut Wasser zu holen. Nachdem ich mir auf diese Weise den Inhalt des gefüllten Tonkruges mehrere Male über meinen Kopf geschüttet hatte, fühlte ich mich wieder völlig erfrischt, obwohl das Wasser nicht so kühl war, wie ich es mir gewünscht hätte.

Des Rätsels Lösung

Als ich später einmal im Norden Skandinaviens in einem Moorweiher baden ging und auch von dort ebenso erfrischt herauskam, sann ich über diese Wirkung etwas ausgiebiger nach. Unwillkürlich führte ich mir vor Augen, dass wir ja auch Lehmwasserumschläge durchführen, weil sie besser wirken als gewöhnliches Quellwasser. Auch Moorbäder und Moorpackungen kommen zur Anwendung, denn auch sie werden als besser beurteilt als die Verwendung von gewöhnlichem, klarem Wasser. Da ging mir plötzlich ein Licht auf, und ich begann mich mit dem für das Auge unklaren, also schmutzigem Wasser abzufinden, da mir klar wurde, dass es trotz seinem unansehnlichen Aussehen, gleichwohl seine Heilwirkung haben kann, vorausgesetzt allerdings, dass es sich um nichts anderes als um eine natürliche Verunreinigung mit irgend einer Erde handelt.

Im Südwesten der Vereinigten Staaten traf ich später auf Flüsse, die rot waren und zu Recht den Namen Redriver, also roter Fluss, tragen. Woher erhalten diese Flüsse ihre Farbe? Entweder sie haben rote oder gelbe Tonerde gelöst oder sie führen Moorerde mit sich und sind schwarz. Ich kann mir lebhaft vorstellen, welche Freude Pfarrer Kneipp am Anblick solch gefärbter Flüsse gehabt hätte, wenn er sie hätte sehen können. Mit seinem angeborenen, intuitiven Naturinstinkt hätte er sich gewiss sofort ans Werk gemacht, um die Heilwirkung solcher Wasser zu überprüfen. Ein Gelehrter bewies mir später einmal mit Hilfe eines

besonderen Apparates, mit dem er das elektrische Spannungsfeld im Wasser messen konnte, dass dieses ein Energieträger ist, der auf den menschlichen Körper übertragen werden kann. Wir massen beispielsweise mit dem Apparat das elektrische Spannungsfeld des Wassers, das sich in einer Badewanne befand. Nachdem dieses als Badewasser benützt worden war, zeigte die weitere Messung an, dass das Spannungsfeld im Wasser gesunken war, was bewies, dass etwas Energie auf den Badenden übertragen worden war.

Ursprung der Heilwirkung

Nicht jedes Wasser weist das gleiche elektrische Spannungsfeld auf, besitzt also die gleiche Heilwirkung. Diese hängt von den Ballaststoffen ab, die das Wasser mit sich trägt oder wodurch es geladen wurde, handle es sich nun um Lehm, also Tonerde oder Moor. Aber auch gelöste Mineralstoffe können dem Wasser Heilwirkung übermitteln, während dieses durch die Mineralstofflager fliesst, und zwar womöglich tief in der Erde, im Ursprung des Quellgebietes. Dementsprechend ist es dann eben ein Heilmittel zum Baden oder zum Trinken. Die Zusätze, die im ersten Augenblick als Verunreinigung beurteilt werden, erhält das Wasser vom Durchfliessen irgendwelcher Erd- oder Minerallager. Es bekommt also auf diese natürliche Weise seine eigentliche Heilwirkung, seinen Mineralstoff- und Energie-Gehalt.

Auch auf den Südseeinseln hatte ich seinerzeit Gelegenheit, Eingeborene in solch schmutzigem Wasser baden zu sehen. Ich will jedoch mit dieser Erwähnung nicht auf allfällig unhygienische Verhältnisse hinweisen, die ich ebenfalls dann und wann angetroffen habe, indem menschliche Fäkalien oder andere, nicht einwandfreie, bakteriologische Verunreinigungen in das Wasser geleitet wurden. Diese wirkliche Verschmutzung möchte ich also nicht hervorheben, sondern einfach nur die natürliche Beimengung von Erde und von Mineralstoffen, durch die das Wasser verändert wurde. Diese Wasser sind daher zum Baden nicht unbedingt ungeeignet, obwohl man in den Tropen doppelt vorsichtig sein muss wegen den vielen Parasiten, die die Gewässer verunreinigen können, so beispielsweise die gefürchteten Bilharzien, ferner der Leberegel sowie bakterielle Verunreinigungen, die gefährliche Krankheitserreger übertragen können.

Bei Trinkwasser muss man noch vorsichtiger sein als beim Badewasser. Es gibt wunderbare Heilwasser mit einem Mineralstoffgehalt, aber man kann auch giftige, mineralsoffhaltige Wasser antreffen. Ich habe solche in Nord-, Zentral- und Südamerika kennen gelernt. Es kann vorkommen, dass Wasserläufe durch Mineralquellen fliessen, die Arsenik, Kupfer oder andere starke Mineralien lösen, wodurch sie giftig und daher zum Trinken gefährlich sind. Das ist der Grund, weshalb man nicht überall wie bei uns in der Schweiz aus jeder Quelle Wasser trinken darf. Oft erkennt man die Gefährlichkeit solcher Quellen an den Verfärbungen, denn die Steine werden gelb, grünlich oder andersfarbig. Manchmal kristallisieren sich im Bachbett Salze aus, die, versucht man sie auf der Zunge, ganz scharf sind und brennen. Es verhält sich mit dem Wasser also beim äusseren und inneren Gebrauch gleich wie mit den Pflanzen. Viele unter diesen sind bekanntlich heilwirkend, während andere schädlich sind oder nur dosiert verabreicht werden dürfen, um als heilsame Hilfe in Frage kommen zu können. Wohl bietet die Natur viel des Guten, aber es heisst gleichwohl die Augen offen halten und prüfen, dass man nur das gebraucht, was sich als nutzbringende, aktive Kräfte erweist. Es hat keinen Wert, sich durch Unvorsichtigkeit oder Unwissenheit Schaden zuzufügen, weshalb man sich stets genügend vorsehen sollte, um sicher zu sein, dass man sich nützt und in keiner Weise schädigt.

Auch bei uns gibt es bekanntlich vielerlei Heilquellen, die in ihrer Wirkung nicht alle gleich sind. Je nach dem Gehalt der Quelle und je nach der Krankheitsart wird uns die eine oder andere dienlich

sein, und es wäre töricht, wollte man sich nicht um diese Vorsichtsmassregel kümmern. Was dem einen hilft, dient nicht immer auch dem anderen. Robuste Menschen können sich mehr zumuten als empfindliche, die immer daran denken müssen, dass schwache Reize anregen, während starke Reize zu zerstören vermögen. So ist denn stets weise Vorsicht und gründliche Prüfung am Platz. Vulkanische Orte mit stark radioaktiven Quellen können sensiblen Menschen empfindlich schaden, ja sogar Lähmungserscheinungen hervorrufen oder die Drüsentätigkeit gefährden. Wenn man daher auf solche Gegenden und Quellen ungünstig anspricht, ist es besser, sie zu meiden, als immer wieder Gefahr zu laufen, durch sie geschädigt zu werden. Das will aber nicht sagen, dass sie Naturen, die stark genug sind, nicht dienlich sein könnten. Diesen nützt sehr oft, was anderen schweren Schaden zufügen kann. So heisst es denn ganz einfach erst vorsichtig prüfen, dann erst handeln.

Die geheimnisvolle Kraftquelle der Schotten

Wenn man von den Schotten spricht, denkt man in der Regel vor allem an ihre Sparsamkeit, die sprichwörtlich schon zu mancher spöttischen Beurteilung geführt hat. Auch die zähe Art der Schotten ist bekannt, beweist ihre Geschichte und die frühere Auseinandersetzung mit dem südlichen England doch deutlich, dass sie sich in Schwierigkeiten durchzusetzen vermochten. War es nun die bemerkenswerte, knorrige Landschaft, die dem Volke ein besonderes Gepräge gab, oder war es die Lebensweise und Ernährung, die diesen Zustand herbeiführte und festigte? Ein dort heimischer Ernährungsfachmann behauptete, es liege am Hafer, der in diesem Lande bekanntlich fast jeden Tag als Haferbrei genossen wird. Ob nun diese Annahme voll zutrifft oder nicht, ist genau so schwer zu beweisen, wie das Gegenteil, denn der Schotte wird dieserhalb auf seinen «Porridge» nicht verzichten wollen. So lassen wir es denn damit bewenden, genügt es uns doch völlig zu wissen, dass Hafer, der besonders auf steinigem, mineralstoffreichem Boden wachsen konnte, wie dies in Schottland zutrifft, für Mensch und Tier ein bedeutender Kraftspender ist. Diesen Beweis erbringen uns auch die Pferde, die täglich ihre genügende Ration von gutem Hafer erhalten.

Aber nicht nur der Haferkern, auch die Staude selbst enthält eine wichtige, konzentrierte Kraftnahrung, die seit Jahrzehnten in der Volksmedizin bekannt ist und mit Erfolg angewendet wurde. Avenin heisst dieser eigenartige Stoff, der sich zur Zeit der Blüte am stärksten in der grünen Haferstaude vorfindet. Erntet man daher biologisch gezogenen Hochlandhafer zur Blütezeit, presst den rohen Saft aus und konserviert diesen mit reinem Alkohol, dann gewinnt man einen Höchstgehalt an Avenin und anderen Wirkstoffen, die sich als nutritive Nervenstärkungsmittel seit Jahrzehnten bewährt haben. Besonders Kinder und sensible, geschwächte Personen, die keine Reserven haben und schlecht schlafen, finden in diesem einfachen und völlig harmlosen Naturmittel eine zuverlässige Hilfe. Avena sativa ist der lateinische Name der Haferstaude und unter diesem Namen ist das Mittel auch in der Homöopathie bekannt.

Eine geschickte Kombination

In Korea lernte ich als Nervenstärkungsmittel auch noch eingehender die echte Ginsengwurzel kennen. Regelmässig liess ich mir dort von meinen Koreanerfreunden Ginsengtee zukommen, weshalb ich die Strapazen in diesem fremden, bergigen Land besser durchhalten konnte. Dies bestärkte mich in meinem schon früher gefassten Vorsatz, der Kombination von Avena sativa und Ginseng grössere Aufmerksamkeit entgegenzubringen, weshalb ich, zu Hause angekommen, auch mein Vorhaben auszuführen begann. Beide Mittel zusammen wirken nämlich in der