

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 31 (1974)
Heft: 9

Artikel: Verschwundene ländliche Ideale
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-553299>

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: 24.12.2025

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

anlagen, bis viele Menschen paralysiert wurden und starben. So, wie die amerikanische Welt der Industrie in schwere, teils sogar unlösbare Probleme verwickelt worden ist, so erging es auch Japan, das, geblendet durch den aufblühenden Materialismus, die Schraube immer höher drehte, bis das Volk reichlich spät die Folgen solch unnatürlicher Bestrebungen inne wurde.

Gesundheitspflege und Ernährung

Auf dem Gebiet der Gesundheitspflege unternehmen die ausschlaggebenden Führer auch heute noch wenig oder nichts, als ob überhaupt jegliches Verständnis fehlen würde, und zwar besonders was die Ernährungsfragen anbetrifft. In keinem anderen Lande erwies es sich als so schwierig, den bei uns immerhin bekannten, ungeschälten Naturreis zu erhalten wie gerade in Japan. Japanische Aerzte blickten mich mit verständnislosen Augen an, wenn ich ihnen erklärte, man könne von einseitiger, weisser Reismahrung krank werden, wenn man nicht gleichzeitig das vitalstoff-

reiche Kelp, bekannt als Meeralg, einnehme. Auch die reichliche Fischnahrung kann einen Ausgleich schaffen, nur sollten die Franzosen nicht so reichlich dafür sorgen, dass durch ihre Atombombenversuche die Fische, die man in diesen Gewässern fangen kann, viel zu radioaktiv werden. Ich selbst konnte beobachten, wie sich dieser Umstand nachteilig auf die Gesundheit auszuwirken vermag. Die Haut kann dadurch sehr empfindlichen Reaktionen erliegen, aber noch schlimmer ist die Leukämie, also der Blutkrebs, der als weitere Folge entstehen kann. Schon Tausende sind demzufolge zugrunde gegangen, aber alle beweiskräftigen Vorhaltungen finden taube Ohren.

Manch einer fährt heute im japanischen Toyota-Auto herum, ohne darüber nachzudenken, wie tragisch sich der wirtschaftliche Riesenerfolg Japans für das Volk auswirkt, wenn es dieserhalb eine gesunde Umwelt vermissen und die Gesundheit selbst einbüßen muss, weil man an massgebender Stelle nicht frühzeitig Halt gebot, sondern das deutsche Wirtschaftswunder noch zu übertreffen suchte.

Verschwundene ländliche Ideale

Die Kirchenglocke schlug soeben vier Uhr, als drei Männer, begleitet von einem Jüngling, auf der Waldwiese ankamen. Ausser dem Ruf des Kuckucks, einigem Vogelgezwitscher und dem Gesumm der Insekten hörte man keinen Ton. Das Gras der buntfarbigen Wiese war schön hoch gewachsen und zum Schneiden reif. Die Ähren und Blütenknöpfe neigten sich unter dem Tau des Morgens. Bald sollte sich dieses schöne Bild ändern. Nochmals waren die gut gedengelten Sensen mit dem Wetzstein leicht abzuziehen, wobei der helle, metallene Klang des Sensenblattes im nahen Walde widerhallte. Der erste der Männer begann nun seine Furche in das Gras zu ziehen, der zweite und dritte folgte, während ich damals als kräftiger Jüngling die letzte zog. Das nasse Gras fiel knisternd in vier gleichmässigen Mahden zur Erde nieder. Die ebenso gleich-

mässige, rhythmische Bewegung beim Mähen bewirkte auch ein gleichmässig rhythmisches Atmen. Die reine, sauerstoffreiche Luft war mit feinen ätherischen Düften angereichert und durchströmte befreiend unsere Lunge.

Drei Stunden dauerte diese gesunde Morgengymnastik, worauf eine Vesperpause erfolgte. Ein gutes, krümeliges Bauernbrot, von der Grossmutter sorgfältig geknetet und gebacken, stillte zusammen mit Käse unseren durch strenge Arbeit erworbenen Hunger. Während unseres angestrengten Mühewaltens rieselten Schweissperlen über unsere Stirnen, und dieses Wasser ersetzten wir nun mit Apfelmost. Nach diesem Imbiss kamen auch die Frauen mit ihren Heugabeln heran, um das abgemähte Gras zu zetteln, während wir uns daranmachten, noch den Rest der Wiese abzumähen.

Bedenkliche Wendung

Vor fünf Jahrzehnten war solch eine herrliche Morgengymnastik noch möglich. Damals gab es noch kein Traktoren- und Motorengeräusch und noch keine damit verbundene gasgeschwängerte Luft. Trotz dem langen Arbeitstag von morgens vier Uhr bis abends nach Sonnenuntergang lebte man zufriedener und gesünder als heute im technischen Motorenzeitalter, dessen Hilfsmittel die Umwelt mit Lärm und Verderben heimsuchen. Damals ersetzte das Pferd als einzige Hilfe die Muskelkraft des Menschen, denn sie waren es, die die spärlichen landwirtschaftlichen Maschinen, wenn man diese überhaupt als Maschinen bezeichnen kann, in Bewegung setzten. Noch besass man gesunde Kräfte, um das Leben, das arbeitsmässig keines-

wegs leicht war, zu meistern. Wohl wurde man bis abends rechtschaffen müde, aber diese Müdigkeit war gesund, denn sie entsprang gesunder Beschäftigung. Ihr folgte ein geruhvoller Feierabend in der Abenddämmerung und ein frühzeitiger, erholsamer Schlaf.

Ob in ferner Zukunft der Mensch wieder einmal die Erde beherrschen wird, nicht aber die Technik, um sie wie früher naturgemäss bebauen und gestalten zu können? Das hängt sicherlich von den Entscheidungen dessen ab, der sie einst erschuf, nicht aber von den Politikern und Technologen. Diese freilich könnten sie zur Oede werden lassen, ohne die göttliche Bestimmung, dass sie nicht zu dem Zweck erschaffen wurde, um von einem glücklichen Menschengeschlecht bewohnt zu werden.

Biologischer Landbau

Erfahrungen mit Algenkalk und Knochenmehl

Im Verlauf von drei Jahren verwendete ich für meine Kirschbäume Algenkalk und Knochenmehl, und der Erfolg war sehr erfreulich. Das dunkelgrüne Laub des Baumes ist gesund, und die jungen Triebe sind sehr kräftig. Sogar ein Baum, der bereits 50 Jahre alt sein mag, also bald ersetzt werden sollte, hat so schöne junge Triebe entwickelt und wieder dunkelgrünes Laub bekommen, sich also dermassen verjüngt, dass er noch viele Jahre gute Früchte hervorbringen kann. Dies ist sicherlich hauptsächlich dem Algenkalk zu verdanken. Die Früchte sind gesund und völlig wurmfrei, obwohl ich gar nichts gespritzt habe. Algenkalk ist also besonders bei Kirschbäumen sehr wirksam, wobei er weniger als Dünger dient, sondern viel mehr als Aktivator im Leben der Bodenbakterien zur Geltung kommt. Dies ist sehr wahrscheinlich in erster Linie dem Jodgehalt der Algen zuzuschreiben.

Auch bei den beiden Heilpflanzenarten Echinacea und Wallwurz, also Symphytum, bewährte sich der Algenkalk vor-

merklich zur Gesunderhaltung der Pflanzen. Gleichzeitig nehmen dadurch auch die Aromastoffe, die mit den Wirkstoffen gekuppelt sind, zu, was sich gehaltlich sehr günstig auswirkt. – Erfahrungsgemäss steigt bei Erdbeeren und Karotten der Zuckergehalt sehr stark an, was ich immer wieder beobachten und feststellen konnte. Das Arbeiten mit Algenkalk und jungem Kompost ist erfreulich, besonders, wenn man auch noch für gute Bodenbedeckung mit jungem, frischem Gras besorgt ist. Selbst wenn die Wetterverhältnisse nicht sehr günstig sind, können die Erfahrungen als sehr gut bezeichnet werden. Die erfolgte Gründung hat bei grosser Trockenheit den Vorteil, dass man den fehlenden Regen nicht durch viel Leitungswasser ersetzen muss, weil die Feuchtigkeit im Boden bleibt. Besonders bei schwerem Lehm Boden ist dies eine ideale Lösung, da der Boden nie hart wird und verkrustet.

Sehr gut bewährt hat sich auch die gleichzeitige Verwendung von Knochenmehl, vor allem wegen dessen Gehalt an Phosphorsäure und Spurenelementen.