**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
**Herausgeber:** A. Vogel
**Band:** 33 (1976)
**Heft:** 1

**Artikel:** Ein hörendes Ohr im Urwald
**Autor:** [s.n.]
**DOI:** https://doi.org/10.5169/seals-970407

**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:** 12.12.2025

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

# Ein hörendes Ohr im Urwald

Oft glaubt man zu Recht, verächtlich auf die in unseren Augen geringen Indianer blicken zu dürfen, aber sind sie nicht durch die Machtgier des weissen Eindringlings zertreten worden? Nun, all dies kann nicht verhindern, dass der Benachteiligte trotzdem hörende Ohren hat und dadurch glücklicher wird als der Anmassende, der doch auch bloss auf menschlicher Stufe steht. Bescheidene Menschen haben meist eher offene Ohren, um sich eines Besseren belehren zu lassen, und dass dies auch im Urwald geschehen kann, zeigt nachfolgendes, kleines Erlebnis.

Es war an einem Januartag, aber ich hatte die Jahreswende nicht in heimatlichen Gefilden zugebracht, sondern tief im Urwald des Amazonasgebietes. So kam es, dass ich mich dort mit einem stattlichen Nachkommen der Inkaindianer vor dessen Hütte unter einem grossen Urwaldbaum unterhalten konnte. Aus einem Transistorradio waren uns soeben schlimme Nachrichten über betrübliche Weltgeschehnisse zugegangen. In der Stille dieser Urwaldsiedlung hörten sie sich doppelt befremdend an, und der Indianer schüttelte bedenklich seinen Kopf dazu. Er hatte nicht geglaubt, dass es in der Welt so schlimm aussehen würde. Aber nun brachte er alles tröstlich in Verbindung mit einer Prophezeiung, von der er aus dem Buch der Bücher zuvor gehört hatte. Er war überhaupt erstaunt, dass jenes Buch so deutlich über die Zukunft der Menschheit berichten konnte, wie dies besonders auch durch den Propheten Daniel geschieht. Er kannte jene Stelle im 2. Kapitel, Vers 44, gut, wusste er mir doch zu erzählen, dass dort geschrieben stehe, der Gott des Himmels werde zur bestimmten Zeit auf dieser Erde ein Reich der Gerechtigkeit aufrichten, um ewig zu bestehen, während die anderen Reiche zerstört werden sollten.

Ich war erstaunt, aber auch zugleich erfreut, dass dieser bescheidene Mann biblischen Aufzeichnungen so grossen Wert beimass, verehrte er doch zuvor die Sonne, den Gott seiner Vorfahren. Aber er sah ohne weiteres ein, dass diese Anbetungsform niemals die Zukunft des Menschengeschlechts offenbaren würde. So musste denn dieser Gott, der seine Propheten mit solchem Vorauswissen ausstatten konnte, weit über der Sonne stehen, die ja ohnedies von ihm gebildet worden war. Wenn nun dieses kommende Reich der Gerechtigkeit ewigen Bestand haben sollte, dann wäre der Friede für alle Zeiten gesichert, denn dieses Reich muss fähig sein alle Probleme der Menschheit zu lösen.

Das gefiel dem Inka vor allem gut, hegte er im stillen doch einen leisen Groll gegen jene Fremden, die mit ihrer Macht skrupellos den Lebenskern seines Volkes zerschmettert hatten. Er erinnerte mich deshalb an die altbekannte Sitte, die sich alljährlich bei der Bergbevölkerung abspielt, um zum Ausdruck zu bringen, wie sehr die Indianer insgeheim auf Befreiung von der Macht der weissen Eroberer, die sie mit gewissem Ingrimm «Gringos» nennen, hoffen. Die Darstellung ihrer Gefühle auf bildliche Weise lässt ihre augenblickliche Ohnmacht, aber auch ihren verborgenen Groll erkennen. Es handelt sich dabei um ein hochgeehrtes Volksfest, das nie ausfallen darf. Ein Condor, der das früher freie Volk der Inkas darstellt, wird auf den Nacken eines kraftvollen Stiers gebunden. Dieser Stier symbolisiert natürlich den machtvollen Eroberer. Da sich nun der Condor unter allen Umständen befreien möchte, hackt er so lange auf dem Stier herum, bis dieser tot zusammensinkt. Wenn nun alles Unrecht durch ein göttliches Reich der Gerechtigkeit verschwinden soll, würde ja auch dieses Problem behoben werden! Welch eine Wohltat empfand bei diesem Gedanken der stille Mann des Urwalds. Seine Wertschätzung für die vor 2500 Jahren geäusserte Prophezeiung wurde bei dem Gedanken an ihre baldige Erfüllung gefestigt und gestärkt. Ich freute mich über ein solch rasches Verständnis, das in der Christenheit bei

den wenigsten zu finden ist, weil die hörenden Ohren fehlen. Ja, unser Zeitalter der Technik hat aufgehört, mit dem Glauben an die Verheissungen zur Lösung der Menschheitsprobleme. Der Drang nach Gewalt durch die Entfaltung von Nationalismus und Materialismus ist der Einsicht dieses schlichten Urwaldbewohners zuvorgekommen und hat das Verständnis umnebelt. Er aber konnte ohne weiteres erkennen, dass unsere Zeit mit ihren unglückseligen Bestrebungen für eine hoffnungsvolle Aenderung reif ist. Was hatte er nicht alles schon innewerden und mitanhören müssen über die verderbenbringende Verschmutzung der Umwelt. Da er nun aber erkennen konnte, dass unsere schöne Erde vor dem völligen Verderben bewahrt werden wird, weil ihr Schöpfer und Eigentümer verhiess, dass er jene verderben würde, die den Erdkreis verderben, ist er für die Zukunft voll Zuversicht. Nun muss seine Anbetung nicht beim Sonnensystem haften bleiben, da er die unumschränkte Macht dessen kennenlernte, der alles erschuf und erhalten kann. Kein Wunder, dass sich auch seine Verheissungen zur festgesetzten Zeit erfüllen werden. Das machte den grössten Eindruck auf ihn. So ist ihm im Urwald ein Licht aufgegangen, das heller leuchtet als die Sonne. Wer sich so lernbereit einstellt wie er, wird ebenfalls verdunkelnde Ansichten fallen lassen können. Mehr Licht aber ist ein begehrenswerter Ausblick für das neue Jahr.

## Von der Wichtigkeit der Spurenelemente

In poetischer Sprache könnte man die Spurenelemente eigentlich als verkannte Heinzelmännchen des Lebens benennen. Wenn bei einem Benzinmotor ein kleines Körnchen Kohle in der Zündkerze die Pole verbindet oder wenn irgendetwas die Pole verstopft, dann läuft die ganze Maschine nicht recht oder überhaupt nicht. Diese Veranschaulichung soll uns zeigen, dass die Spurenelemente für die Funktionstüchtigkeit unseres Körpers genau so bedeutungsvoll sind. In den Lehrbüchern über Ernährungsphysiologie finden wir wichtige Aufzeichnungen betreffend Nährstoffe und bedeutungsvolle Hinweise auf die Vitamine, aber sehr wenig oder gar kein Aufschluss wird uns über jene Mineralstoffe erteilt, die in verschwindend kleinen Mengen vorkommen und deshalb zurecht Spurenelemente genannt werden.
Wir könnten zwar über diese Spurenelemente besser unterrichtet sein, haben doch Forscher nachgewiesen, dass einige dieser Elemente lebensnotwendig sind. Diese Feststellung besagt uns daher, dass der Körper ohne sie gar nicht existieren kann. Natürlich möchten wir nun in erster Linie wissen, durch welche Nahrungsmittel wir uns diese Spurenelemente am besten beschaffen können. Leider müssen wir bei dieser Nachforschung eine betrübliche Tatsache feststellen, dass sich die Spurenelemente zwar in natürlichen Nahrungsmitteln vorfinden, aber, was sehr zu bedauern ist, ausgerechnet in jenen Pflanzenteilen, die man in der Regel bei der Zubereitung wegwirft. Beim Gemüse finden wir die Spurenelemente teilweise auch reichlich oft in den Stengeln und Storzen, die man als wertlos betrachtet, dies vormerklich beim Blumenkohl, bei Kohlrabi, Kohl und Kabis. Man sollte daher auch diese Bestandteile verwerten, insofern sie einwandfrei und nicht etwa holzig sind. Man kann aus ihnen Suppen zubereiten, auch kann man sie vorteilhaft im Mixer zerkleinern. Vor allem sollte man auch die Kohlrabiblätter, besonders die jungen, frischen, ihres Gehaltes wegen, stets verwenden.
Bei den Getreidearten befinden sich die Spurenelemente vormerklich in der Kleie und im Keimling. Nachdem wir nun erfahren haben, wie wichtig diese für uns sind, begreifen wir womöglich jenes Bestreben besser, das für unentwertete Getreideerzeugnisse eintritt. Vollkornprodukte sollten daher auf unserem Tisch nicht fehlen oder nur hie und da. Früher beachtete man das Sprichwort noch, das aussagte: «Roggenbrot macht die Wangen rot». Wie