

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 36 (1979)  
**Heft:** 10

**Artikel:** Kleine oder grosse Reize?  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-553196>

### **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:** 02.05.2026

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

das Mikrophon trat, war der letzte Platz im Saal besetzt. Nachträglich erfuhr ich vom Rektor der Universität, dass seit deren Bestehen noch nie so viele Zuhörer in dieser Saale anwesend gewesen seien. Professoren, Studenten, Vertreter der Behörden, Interessierte aus allen Kreisen hörten mir 1½ Stunden gespannt zu, als ich über das Thema der Zivilisationskrankheiten sprach. Die Uebersetzerin war so gewandt, dass es für mich ein wahres Vergnügen war, meine Ansichten bekanntzugeben. Ich begriff, dass sie es war, die den Präsidenten des Landes als tüchtige Uebersetzerin ins Ausland zu begleiten hatte. Die nachträgliche Diskussion wurde sehr rege benützt, so dass es uns schliesslich nur mit Eile gelang, unser Flugzeug um 21.35 Uhr noch rechtzeitig zu erreichen.

### **Erfreuliche Umstellung**

Das Interesse für eine gesunde, natürliche Nahrung ist unter der finnischen Bevölkerung erfreulich gross. Auch viele der Bauern scheinen nicht mehr länger auf alten Ansichten zu beharren, denn sie werden dafür besorgt sein, dass wir genügend biologisch gezogenes Gemüse und Gewürzkräuter für unsere Fabrikation in Helsinki erhalten können. Es ist zwar nicht ausgeschlossen, dass wir mit Unterstützung der Behörden mit der Zeit auch in Nordfinnland eine Zweigfabrikation unterhalten werden, da die benötigten Erzeugnisse dort vom Felde weg frisch verarbeitet werden können. Gebäulichkeiten stehen uns durch die Ortsbehörden günstig zur Verfügung, und auch mit der Unterstützung der Universität können wir rechnen. Die Arbeit in diesem Land hat

sich insofern gelohnt, dass trotz dem etwas konservativen Geist der Finnen die neuen Ideen doch eingedrungen und zum Eigentum des Einzelnen geworden sind. – Am schnellsten fand ich Unterstützung bei den Finnen aus Karelien. Wenn wir entsprechender Wertschätzung und Begeisterung begegnen, dann dient dies zum Ansporn, um bei unvermeidlichen Schwierigkeiten erfolgreich durchhalten zu können. Es ist erfreulich, dass der Kampf gegen die Schädigungen durch Insektizide und Fungizide sich auch in Finnland entschieden gemehrt hat. Viele massgebende Vertreter von Behörden der Forstwirtschaft sind heute sehr dagegen, dass man noch weiterhin die erwähnten Gifte mit Flugzeugen über die Wälder versprüht. Gesunde Einsicht hilft demnach zu erkennen, dass man dadurch nicht nur gegen Schädigungen vorgeht, sondern im Leben der Insekten auch Nützliches zugrunderichtet und vor allem das biologische Gleichgewicht störend beeinträchtigt. Trotz weiser Gesetzmässigkeit kann der Natur empfindlicher Schaden zugefügt werden, wenn man aus Unerfahrenheit glaubt, sich straflos gegen sie vergehen zu dürfen. Das Gegenteil tritt ein, denn rasch lässt sich zerstören, was zu unserem Nutzen weise beachtet werden sollte. Es ist so leicht nicht, missachtete Gesetzmässigkeiten wieder herstellen zu können. Wer unbedacht zu Schädigungen greift, weil er die Naturgesetze viel zu wenig erfasst hat, muss mit der Zeit einsehen lernen, dass man schlimme Geister, die man als harmlos betrachtete, oft schwer wieder loswerden kann. Es ist daher erfreulich, wenn massgebende Persönlichkeiten, wie in Finnland, der Einsicht huldigen und das Schädigende bekämpfen.

### **Kleine oder grosse Reize ?**

So oft hört man etwas vom Vorteil kleiner Reize, aber meist vertraut man heute grossen Reizen unsere Gesundheit an. Es ist zwar festgestellt worden, dass kleine Reize anregen, grosse aber zerstören sollen. Ueberlegt man sich diese

Feststellung genau und vergleicht sie mit den Erfahrungen unseres Lebens, dann kann man sicher zugeben, dass dieser schlichte Satz eine grosse Wahrheit, die sich naturwissenschaftlich begründen lässt, zum Ausdruck bringt. Auf manches Ge-

biet des Lebens ist diese Feststellung anwendbar. Die Erziehung kann daraus Nutzen ziehen und ebenso das Wirtschafts- und Gesellschaftsleben, doch zumeist wurde die Feststellung zum Nutzen der gesundheitlichen Probleme hervorgehoben. Ist es nicht auffallend, wenn ein Teelöffel voll Wermuttee genügt, um eine Unstimmigkeit zu beheben oder, wenn sogar nur einige Tropfen der diesbezüglichen Tinktur dazu ausreichen, während umgekehrt eine ganze Tasse dieses Tees den Zustand verschlechtert, so dass dadurch sogar Erbrechen hervorgerufen werden kann! Ja, es ist heute üblich, starken Reizen mehr Vertrauen zu schenken als schwachen, weshalb unsere ganze Medizin auf grosse Reize eingestellt ist. So krass, wie man im Wirtschaftsleben und vor allem in der Politik vorgeht, so krass erweist sich in der Regel auch die klassische Medizin gegenüber unserem Körper. Dadurch beseitigt sie oft mit einer Holzhammermethode Krankheitssymptome, ohne zu beachten, was nebenbei zerstört wird.

Man scheint sich nicht bewusst zu sein, dass unser Körper feiner und empfindlicher ist als der modernste Computer oder irgendein technisch hochentwickeltes Instrumentarium. Störungen an einem Telefonautomaten oder an einem Computer dürfen wir nicht mit Hammer und Zange beheben wollen, ohne dadurch mehr zu zerstören als zurechtzubringen. Unser Körper ist indes ein weit feiner konstruiertes Instrument, als ein Telefonautomat oder ein moderner Computer es sein könnte.

#### **Grundlegende Aenderung erforderlich**

Aber trotzdem verwendet man Zehntausende stark wirkender Heilmittel, und dieses Vorgehen ist wirklich so, als ob man mit Kanonen auf Spatzen schiessen würde. Tausende von Aerzten sehen zwar ein, dass etwas Grundlegendes in der medizinischen Heilweise geändert werden sollte. Man redet nicht umsonst von einer Krise in der Medizin. Das brutale, grobstoffliche Denken und Handeln im ein-

seitigen Kampf gegen Krankheitssymptome bedarf einer entschiedenen Umstellung. In grossen, modernen Krankenhausanstalten herrscht heute ein lebenerstikendes Klima durch die unpersönliche, seelenlose, komputergesteuerte, fabrikmässig organisierte Methode, die für den Patienten sowohl als auch für den verantwortungsbewussten Arzt zu einem Schrecken geworden ist.

Es mag zwar schwer, vielleicht sogar unmöglich erscheinen, dieses System zu ändern, aber für einsichtige Aerzte und Patienten ist es doch heute schon möglich, andere Wege einzuschlagen. Eine Abkehr von der krassen Methode starker Reize mit Chemotherapie, Strahlen und radioaktiven Isotopen ist möglich, sobald man eine Rückkehr zur Phytotherapie in Betracht zieht. Pflanzliche Mittel, Homöopathie und Biochemie sind nicht nur möglich, sondern ein Erfordernis der Zeit, denn was nützt es, nur symptomatisch helfen zu wollen, statt ursächlich zu behandeln und dadurch heilen zu können!

Selbst bei pflanzlichen Mitteln muss man vorsichtig dosieren, weil auch auf diesem Gebiet starke Reize zur Anwendung kommen und zerstören können. Auch bei Naturprodukten ist es weise, mit kleinen Dosen zu beginnen und erst zu beobachten, wie sich der Körper dabei benimmt, denn eine gesteigerte Dosis muss sich rechtfertigen können, da der Körper Zeit benötigt, zu regenerieren. Die innewohnende Heiltendenz muss dabei gefördert werden, was durch kleine Reize geschieht, weil diese anregen, während die grossen Reize stören oder oft sogar zerstören.

Wenn diese Erkenntnis bei Aerzten und Patienten durchdringt, können wir wieder von einer Kunst des Heilens reden, wie es durch Dr. Hahnemann, durch Paracelsus und andere Männer der Wissenschaft in aller Aufrichtigkeit vertreten wurde. Dann wird man schwere Leiden zu heilen, statt zu mehren, imstande sein, und dies trotz ungünstigen Weltverhältnissen.