

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 38 (1981)
Heft: 7

Artikel: Wer bewertet die Heilkräuter richtig?
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-970120>

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: 21.02.2026

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

Amerikaner angeeignet, indem man vom Flugzeug aus Feld und Wald übersprüht, um im Kampf gegen unerwünschte Unkräuter möglichst erfolgreich sein zu können. Tatsache ist, dass man heute leider sowohl von privater, wie auch von behördlicher Seite aus zu leichtfertig mit Herbiziden umgehen kann. Sonderbar, dass solcherlei Schädigungen ohne Überwachung gestattet sind, während man harmlosen Pflanzen trotz ihrer heilsamen Wirksamkeit die Anwendungsmöglichkeit zu entziehen sucht. Man überlässt sie zur Begutachtung ganz einfach klinischem Test, der um-

ständehalber jedoch nie stattfindet, was sich gewissermassen als Verbot auswirken kann.

Will man öffentliche Anlagen, Strassen und Wegränder aller Art vor dem Aufspriessen lästiger Unkräuter bewahren, dann ist es vorteilhafter, sorgfältig mit der Hacke umzugehen, statt giftige Mittel der Chemie anzuwenden. Mag die Industrie dieses umsichtige Vorgehen auch beanstanden, dient es doch zum Schutze gegen mancherlei Unheil, auch wird es dem biologischen Gleichgewicht wesentlich zugekommen.

Wer bewertet die Heilkräuter richtig?

Oft begegnen wir im Frühling nach der Schneeschmelze in abgelegener Waldlichtung inmitten verdorrter Gräser blühenden Huflattichpflanzen. Immer wieder freuen wir uns darüber, dass sich deren goldenstrahlende Sternblüten neu ins Leben wagen, und wir können sie in ihrer Lieblichkeit tatsächlich nicht als Unkraut bezeichnen. Viel eher trifft dies auf die wuchernden Winden zu, die manchen Garten und manche Anlage verunzieren, weil man sie zu wenig beharrlich mit der Hacke bekämpft. Auch wenn sie schöne Blüten hervorbringen mögen, sind sie dennoch keine Zierpflanzen, denn sie stören die harmonische Ordnung in den Kulturen. Sie verfügen auch über keine Heilwerte, können sich also nicht in die Reihen unserer Heilpflanzen eingliedern.

Unkraut oder Heilpflanzen?

Sollen wir etwa auch unsere heilwirkenden Pflanzen als Unkraut bekämpfen? Von jeher schon konnte der Huflattich bei Erkrankung der Atemwege als geschätzter Helfer dienen. Wie froh war man stets um die Kamille zur Linderung verschiedener Schmerzen. Aber das Aufkommen der Chemie mit ihrer raschen Schmerzbehebung änderte in Krankheitsfragen den Wertmesser um vieles. Erstmals wurde die Beurteilung gewisser Heilkräuter sprichwörtlich auf den Standpunkt der Nutz-

losigkeit herabgesetzt, indem einflussreiche Ärzte ihren Patienten beizubringen suchten, dass sie zwar nicht schaden, aber auch nicht nützen könnten. Solch eine Meldung wirkt sich aus, denn was soll man sich bemühen, wenn doch keine Hilfeleistung erfolgt?

Inzwischen ist die Eile zum ständigen Begleiter des Alltags geworden, weshalb jeder ohne nähere Überlegung froh ist, durch chemische Mittel Schmerzen rasch wieder loswerden zu können. Erst als man erkannte, dass man durch chemische Mittel infolge von Neben- und Nachwirkungen mit Nachteilen zu rechnen hatte, begann man auch die zuvor als schadlos bezeichneten Heilkräuter zu verdächtigen, obwohl sie bis anhin durch die richtige Dosierung und Wahl erfahrungsgemäss risikolos zu wirken vermochten. Zuerst wurden die lebendigen Erzeugnisse der Natur als wertlos bezeichnet, weil sich der Schmerz erst mit der beginnenden Heilung verzog, während die Chemie den Anschein erweckte, die Heilung durch die raschere Schmerzbehebung bereits erlangt zu haben. Niemand dachte, dass sich der verdrängte Schmerz in anderer Form wieder melden könnte, doch die Erfahrung zeigte, dass sich die Mittelwirkung als Ursache einer neuauftretenden Erkrankung leider weiter betätigen kann. Womöglich waren sich dessen nicht einmal die beteiligten Wissenschaftler bewusst,

wieviel weniger konnte der Laie des Rätsels Lösung finden.

Da die bereits erwähnte Dosierung allfällige Befürchtungen bei der Verwendung pflanzlicher Mittel aufhebt, beanstandet man nun neuerdings die oft gebräuchliche Art der Dosierung als unstatthaft, weil sie auf mystischer Basis beruhen soll. Aber so natürlich, wie man im Alltag ein starkes Getränk auf einfache Weise verdünnt, ebenso natürlich kann auch die Dosierung pflanzlicher Mittel erfolgen.

Fleissige Helfer

Dem Problem der Umweltverschmutzung wissen wir so gut als möglich aus dem Wege zu gehen, indem wir unsere Heilkräuter in

abgelegenen Gebieten sammeln, weit entfernt von Autostrassen und anderen ungünstigen Einflüssen. Noch immer blüht in stillen Waldlichtungen unbeschadet die Goldrute. Zwischen Legföhren vorsorglich versteckt, gedeiht in einsamen Alpengebieten noch immer das Johanniskraut. Es gibt Magerwiesen, auf denen das Stiefmütterchen reichlich zu finden ist, während uns das Tausendguldenkraut auf einsamer Bergeshöhe oftmals begrüsst. Wo der Spitzwegerich und andere Heilkräuter, vormerklich aber auch die Schafgarbe gedeihen, wissen wir aus Erfahrung. Für uns sind sie alle kein Unkraut, sondern immer noch wirksame Helfer in der Not und zur Vorbeugung.

Zerstörende Einflüsse, fern und nah

Vor Jahren hatte ich mit meiner Familie zusammen Gelegenheit, im Kreise einiger Melanesierfreunde zu erfahren, wie diese das Eindringen der Zivilisation in ihre Naturverbundenheit bewerteten. Unter ihnen befand sich eine unerschrockene Frau, die sich für unser Wohl mit besonderer Sorgfalt einsetzte. Obwohl bescheiden in ihrer Art, erweckte doch ihr stattlicher Gang den Eindruck einer königlichen Gestalt, zumal sie das üppige, natürliche Kräuselhaar wie eine Krone schmückte. Sie lehnte den fremdländischen Einfluss der weissen Rasse in ihr einst freiheitliches Naturleben entschieden ab. Nur eine Änderung, die durch das erwähnte Eindringen in Erscheinung trat, konnte sie als lobenswert bezeichnen. Ihr war viel daran gelegen, dass ihnen die Weissen dadurch etwas Gutes gebracht hatten, denn voll Genugtuung konnte sie sagen: «Jetzt sind wir keine Kannibalen mehr!» Es galt nämlich bei diesem Stamm zuvor als Verschwendung, einen getöteten Gegner nur aus dem Wege zu schaffen, ohne zuerst sein Fleisch als Nahrung zu verwenden. Über ihren Schwiegervater, der ein wehrhafter Kämpfer und bedeutender Häuptling gewesen war, wusste sie zu berichten, dass er 99 Steine vor seiner Hütte aufgestellt hatte. Das war für einen tüch-

tigen Kannibalen kennzeichnend, denn jeder getötete Feind, den man als Krone des Sieges verspiesen hatte, erhielt zur Erinnerung und als Zeichen des Triumphes einen Stein vor des Siegers Behausung gesetzt. 99 Steine kennzeichneten somit jemanden bestimmt als stammestreuen Kannibalen.

Andere Denkweise, anderes Handeln

Anders verhielt es sich indes mit dem Sohn, dessen Gattin diese Melanesierin geworden war. Im Gegensatz zum Vater war dieser als stiller, friedliebender Bewohner seiner heimatlichen Insel bekannt. Er hatte Weisse kennengelernt, die nicht auf Ausbeute ausgegangen waren, konnten sie ihm doch eine bessere Lösung aus feindseligen Konflikten vor Augen führen. Er lernte dadurch die Macht des Bösen durch die selbstbeherrschende Macht des Guten zu überwinden. Statt Steine des Anstosses vor sein Haus setzen zu müssen, konnte er sogar manchen durch ein entsprechendes Gedankengut von dem unheilvollen Dämonismus befreien, der in der Regel in solchen Bereichen mit der Bevölkerung eng verwurzelt ist. Dies gelang ihm durch die geistigen Waffen überlegener Erkenntnis. Schlimmer als irdische Feinde wirkten sich von jeher Gegner geistiger Natur durch