

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 39 (1982)
Heft: 2

Artikel: Passiflora, Passionsblume
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-969937>

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>

Passiflora, Passionsblume

Wenn man diese eigenartig kunstvoll gestaltete Blume näher betrachtet, muss man sich über ihren Namen nicht gross wundern. Menschen mit einem Hang zum Mystischen werden ihn sich erdacht haben. Uns aber bringt ihre kunstvolle Gestaltung in Erstaunen, denn welche unermesslichen Fähigkeiten der Schöpfermacht verbirgt solch ein Blütenwunder! Zu jeder Blütezeit formt es sich immer wieder neu, indem es den ganzen Werdegang seiner Entwicklung von der Blüte bis zur wohlschmeckenden Frucht ohne menschliche Einmischung still und bescheiden durchläuft. Warum bereitet es vielen von uns überhaupt Mühe, solch ein grossartiges Kunstwerk voll anzuerkennen?

Die Gaben der Natur überleben

Mich erinnert die schöne Blüte jeweils wieder an meine erste Begegnung mit ihr in der freien Natur! Das war Jahre zuvor in Yukatan. Die Ranken der Pflanze kletterten an den weissen Kalksteinmauern alter Tempelruinen hoch. Das war übriggeblieben vom einstigen Kult der Maya-Indianer, die hier ihren Göttern gehuldigt hatten. Das Wunder der Passionsblüte hatte indes alles menschliche Bauwerk überlebt! Unwillkürlich erinnerten mich die überdauernden Pflanzen an ein altes Gedicht, das zu meiner Schulzeit ganz besonderen Eindruck bei mir hinterliess, denn jede Strophe war von den bedeutungsvollen Worten begleitet: «Tand, Tand ist das Gebilde von Menschenhand». Tatsächlich, hier bewahrheitete sich diese betrübliche Feststellung. Um so mehr erfreute der Glanz der Blüten Auge und Herz. An heissen Tagen hielt ich auch gerne Ausschau nach den saftigen Früchten, die sich in einer schützenden Schale verbargen. Schnitt ich diese entzwei, dann diente mir ein kleiner Löffel, den schmackhaften Inhalt mit den leicht schleimigen Kernen herauszu-

nehmen. Wie ein köstlicher Trank munde- te mir die kleine Menge der erfrischenden Säure, die auf den Gehalt an Vitamin C schliessen liess. Ich konnte daher jeweils sowohl meinen Vitamin-Bedarf damit decken, als auch meinen Durst dadurch stillen. Wie auffallend war doch von Gegend zu Gegend durch entsprechende Früchte für die Deckung jeweiliger Bedürfnisse gesorgt! Immer wieder hatte ich auf meinen Reisen Gelegenheit, diese Mannigfaltigkeit zu bewundern.

Vielseitige Hilfe

Ass ich die Früchte der Passiflora am Abend, dann hatte ich den Eindruck, dadurch leichter einschlafen zu können. In ihrer Grösse erinnerte sie mich an kleine Mandarinen. Wenn man die Blätter zur Zubereitung von Tee verwendet oder sie zu einer Tinktur verarbeitet, beruhigt uns deren Einnahme körperlich eigenartig. Zwar handelt es sich bei dieser Feststellung um eine reine Erfahrungstatsache, da noch nicht erforscht wurde, welchem Inhaltsstoff die nervenberuhigende und schlafbringende Wirkung zuzuschreiben ist.

In Südamerika verwendet man Passiflora als das beste und harmloseste Mittel zur Nervenberuhigung. Sehr sensiblen Menschen, ja sogar Kindern und selbst Säuglingen ist es dienlich. Es bewährt sich besonders bei Krämpfen, auch bei solchen, die durch die Zähne verursacht werden können. Selbst bei Erscheinungen, die an Asthma erinnern, kann man Passiflora, leicht mit Honig gesüsst, erfolgreich einnehmen. Besonders Betagte lieben das Mittel, haben sie dadurch doch keinerlei Nach- oder Nebenwirkungen zu befürchten. Lassen sich nervöse Säuglinge schwer beruhigen, dann verabreicht man ihnen ein wenig Passiflora und der Schlaf wird nicht mehr lange auf sich warten lassen. Auch Narkotikasüchtigen kann es eine gute Hilfe sein.