

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 39 (1982)  
**Heft:** 10

**Artikel:** Mulchen, kompostieren statt verbrennen  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-970031>

#### **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>**

lem bei nervösen, wirkt Knoblauch schlaffördernd. Wer auf den geringsten Knoblauchgeschmack allergisch ist, kann Knoblauch-Kapseln verwenden. Allerdings ist die Wirkung des frischen Knoblauchs billiger und besser. Auch Bärlauch hat die gleichen Vorzüge. Ich habe in tropischen Urwäldern eine Blattpflanze gefunden, die, wie bei uns die Brennesseln, oft vorkommt und ebenfalls nach Knoblauch

riecht. Von den Einheimischen wird diese Pflanze als Gewürz und Heilpflanze verehrt. Auch in der Krebstherapie hat dieser wilde Knoblauch grossen Ruf errungen, und man kann seine Verdienste nicht ganz ausschliessen. Wenn man Knoblauch regelmässig verwendet und gut dosiert, kann er uns gesundheitlich mehr Dienste leisten als viele hochgepriesene und teure Medikamente.

### Mulchen, kompostieren statt verbrennen

Vor Jahren besuchte ich einen Schweizer in Guatemala. Er hatte eine ziemlich grosse Farm mit ausgedehnten Feldern und eine eigene Sägerei. Er hatte sich vor allem darauf spezialisiert, Eisenbahnschwellen herzustellen. Aber ich war erschrocken, als ich sah, dass er, genau wie in Kanada, alle Seitenbretter, die von der Sägerei als Abfall kamen, in eine grosse Verbrennungsanlage hineinstiess. So sind hunderte und aber hunderte von Kubikmetern guten Holzes verbrannt worden. Es war wirklich ein Jammer. Erstens wird wertvolles Material zerstört. Man könnte doch, wie es zum Beispiel in der Schweiz geschieht, Spanplatten oder ähnliches daraus verfertigen. Zweitens wird die Luft verschmutzt. In Kanada und in den USA werden ebenso Millionen von Kubikmetern Holzabfälle auf diese Art verbrannt. Ich habe mich bemüht, einigen Forstverwaltungen ein wenig ins Gemüt zu reden, aber es war nicht überall möglich. Wo es mir gelungen ist, war Finnland. Dort habe ich bei den Professoren der Forstverwaltung einigermassen Gehör gefunden. Nun werden in einigen Gegenenden der nordischen Länder, aber auch in Deutschland, alle Holzabfälle ganz klein gehäckstelt, dann entweder kompostiert oder als Bodenbedeckung für den Wald und für Agrarkulturen verwendet. Wenn man nicht mehr als fünf bis zehn Zentimeter von diesem Gehäcksel streut, wird es schnell durch die Bodenbakterien abgebaut. Man stellte fest, dass der Wald viel besser gedeiht, wenn man ihm diese wert-

volle Substanz wieder zurückgibt. In der Regel verfügt man in der Forstwirtschaft über Mulchengeräte. Rinde und alle anderen Holzabfälle lassen sich auf diese Art wunderbar verwenden. Ich habe vor vielen Jahren einmal in Kenya einem Plantagenbesitzer geraten, er solle, wenn die Pflanzen geschnitten werden, das Material als Bodenbedeckung belassen. Als ich nach Jahren wiederkam, bestätigte er mir, er hätte überall da, wo er diese Bodenbedeckung, Gründüngung genannt, durchführte, gesunde Kaffeepflanzen erhalten. Dort, wo der Boden kahl war und so von der Sonne ausbrannte, hatte er die Kaffeepest. Ähnliche Erfahrungen habe ich seinerzeit auf meiner Farm in Tarapoto, Peru, im feucht-tropischen Gebiet, gemacht. Wir hatten einen japanischen Kultivator, eine Maschine, mit der man das Kleinmaterial kurzschniden konnte.

Wo der Boden richtig bedeckt war, sind Bananen, Mais und andere Kulturpflanzen viel besser gediehen.

Denn auch im Urwald spielt sich ja der gleiche Vorgang ab, indem alles, was an abbaubarem Material herunterfällt, einen natürlichen Kompost bildet. Weder in Kleingärten noch in Grossbetrieben sollte etwas verbrannt werden, denn Verbrennen heisst wirklich vernichten und die Luft verschmutzen. Man sollte einfach alles verwerten. Es gibt heute ganz einfache, praktische Maschinen mit Stahlmessern, die alles schneiden können. Dieses feingehackte Material kann man dann kompostieren

oder als Bodenabdeckung verwenden. Eine im Herbst durchgeführte Bodenabdeckung wird im Frühling vor dem Pflanzen nur mit einem Kultivator leicht ge-

lockert. Alles abbaufähige Material ist eine Biomasse, wenn man sie so bezeichnen darf. Nochmals: Verbrennen heisst zerstören!

## Ein neues, gefährliches Fieber

Gegen alle altbekannten Fieberarten, sogar gegen die Malaria, gibt es gute Pflanzenheilmittel, seien es Präparate aus der Chinarinde, dem Citronellgras, der Echinacea oder anderen Pflanzen. Aber gegen dieses neue, gefährliche Fieber, das Millionen erfasst hat, gibt es keine Pflanze, die die Gefährlichkeit und zerstörende Wirkung von Leib, Geist und Seele abwenden kann.

Dieses Fieber raubt dem Menschen alle Gemütlichkeit und Seelenruhe, treibt ihn gierig wie einen Allesfresser durch Länder und Kontinente, wo er in kurzer Zeit über alle Schönheiten der Erde stolpert, die ihm Beschaulichkeit, Ruhe, Frieden und wirkliche Erholung bieten könnten. Wer so richtig erfasst wird von diesem Fieber, kommt abgespannt, zerschlagen und erschöpft aus den Ferien zurück und ist gerade reif, um sich von dem aufreibenden Stress zu erholen.

Dieses Fieber heisst Erlebens- und Reisefieber, und der Erreger gedeiht auf dem Wohlstand der heutigen Zeit.

Früher waren es die Amerikaner, die in 14 Tagen alle Schönheiten Europas sehen wollten und im Eiltempo durch unsere Städte, über Pässe, Berge und Seen stürmten. Heute sind es die Zentraleuropäer, die als Erlebnishungrige von gerissenen Reiseunternehmungen in den hintersten Winkel unserer Erdkugel geführt werden, oft zum grossen Schreck und Entsetzen der Urbevölkerung in subtropischen und tropischen Ländern.

Dass dadurch auch Krankheitserreger, Bakterien, Viren und Parasiten verschleppt werden, davon steht nichts in den schönen, farbigen Prospekten der Reisegesellschaften.

Dabei könnte man sich auf einer beschaulichen, ruhig geführten Wanderung mehr

bereichern und besser erholen als mit dem heute üblichen Reisetempo. «Besser eine Hand voll in Ruhe, als beide Fäuste voll in Hast und Unruhe», schrieb ein weiser Mann des Altertums. Oft ergeht es den Leuten wie einem Lehrer, der nach einer langen, ermüdenden Schulreise seine Schüler in einem Aufsatz ihre Eindrücke niederschreiben lässt, um festzustellen, dass ein kurzes Erlebnis beim Baden oder Spielen den Haupteindruck hinterliess. Die Hast, Unruhe und Erlebnishungrigkeit im heutigen Reisefieber gehören zu den Zeichen der Zeit einer katastrophal zu Ende gehenden Zeitepoche. Es braucht viel Selbstdisziplin, weise Einsicht, um von den Erregern dieses ungesunden Reisefiebers verschont zu werden.

## Berichtigung

In der Augustausgabe ist ein Artikel unter dem Titel «Nierensteine und Nierengriess» erschienen, in dem sich ein sinnstörender Fehler eingeschlichen hat:

Es sollte heissen (in der zweiten Spalte oben) «Ferner sollte man auf den ganzen Tag verteilt ungefähr 1½ oder 2 Liter leichten Nierentee trinken, unter Beigabe von etwa 5 Tropfen *Nephrosolid* pro Glas...»

Wir bitten unsere Leser, davon Kenntnis zu nehmen und den Fehler zu entschuldigen.

Die Herausgeber

## BIOCHEMISCHER VEREIN ZÜRICH

Einladung zum öffentlichen Vortrag vom Dienstag, dem 19. Okt. 1982, 20.00 Uhr, im Restaurant «Löwenbräu Urania», 1. Stock.

W. Nussbaumer spricht über Herz- und Kreislaufstörungen.