

Zeitschrift:	Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber:	A. Vogel
Band:	42 (1985)
Heft:	9
 Artikel:	Diastase : das enzymatische Leben im Getreidekorn
Autor:	[s.n.]
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-969896

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: 31.01.2026

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

Diastase – das enzymatische Leben im Getreidekorn

Ich hatte vor einigen Jahren von Freunden Weizen erhalten, der aus dem Grabe des Osiris, also einer ägyptischen Gottheit, stammte, und der nun schon über dreitausend Jahre in diesem Sarkophag geruht hatte. Ich war natürlich höchst erstaunt über diese Sendung und habe den Weizen ganz vorsichtig in gute Erde getan, und siehe da, er begann zu keimen. Nach etwas über einem halben Jahr hat er eine Art Grasbüschel hervorgebracht. Ich war erstaunt und trotzdem enttäuscht, denn ich habe ja Weizen erwartet. Glücklicherweise habe ich aber diese Grasbüschel über den Winter im Acker belassen, und im Frühling haben sich etwa zwölf Halme pro Grasbüschel gebildet. Und an jedem dieser Halme entstand dann eine Ähre. Diese Ähre hatte neben der Mittelähre, wie beim normalen Weizen, noch zwölf weitere Ähren, die seitwärts herauswuchsen, entwickelt, so dass direkt ein ganzer Büschel Ähren auf einem Halm gewachsen war. Ich war wirklich sehr überrascht. Als der Weizen gereift war, habe ich sorgfältig von allen Ähren die Körner gesammelt und 2500 Körner von einem einzigen Korn erhalten. Wir haben diesen Weizen dann Osiris-Weizen genannt. Da keine Weizenart auf der ganzen Welt ein solches Phänomen hervorbrachte, muss es eine Züchtung der alten Ägypter gewesen sein, deren Geheimnis nicht zu ergründen war. Man sieht aber, dass diese Leute im Getreidebau Erfahrungen gemacht und Erfolge erzielt hatten, die man heute gar nicht mehr kennt.

Das Wunder des Korns

Warum erzähle ich diese Geschichte? Aus dem Grunde, weil ein Getreidekorn, sei es Weizen, Roggen oder Reis, nicht nur zehn oder zwanzig Jahre, sondern Hunderte und sogar Tausende von Jahren lebendig bleibt. Was hält nun ein Getreidekorn am Leben? Jedes Getreidekorn ist ein Wunder göttlicher Technik. Es besteht aus weissen Stoffen, aus Stärkekörnern. Diese sind, solange sie im Korn verschlossen bleiben, unbegrenzt haltbar. Sie decken den Energiebe-

darf unseres Körpers, besitzen also einen Verbrennungswert, den man nach Kalorien zählt. Über diesen Stärkekörnern befinden sich verschiedene Kleieschichten. In diesen sind nun wiederum alle Mineralstoffe enthalten. Diese sind für die Gesunderhaltung des Körpers von Mensch und Tier von erheblicher Wichtigkeit. Dann kommt der Keimling. Er enthält feine Phosphate für die Nerven, das Vitamin E und noch viele andere, ich möchte sagen, bekannte und vielleicht noch unbekannte Stoffe, wie sie aber auch in der Kleie gefunden werden. Das Ganze ist dann umhüllt mit einer Zelluloseschicht, die so gut abschliesst, dass kein Sauerstoff und gar nichts von aussen an diese wertvollen Teile im Korn herankommen kann. Wenn ein Getreidekorn trocken gelagert wird, ist es also unbegrenzt haltbar. Wenn wir nun das Getreidekorn keimen lassen, indem wir es in die Erde legen, dann schaffen wir Bedingungen, um das Korn zum Leben zu erwecken.

Umwandlung durch Diastase

Dieses Enzym oder Ferment, wie man es früher benannte, ist ein Zündstoff, der das Leben aktiviert und chemische Veränderungen hervorruft. Durch seine Wirksamkeit wird Stärke in eine Zuckerform umgewandelt. In dieser Zuckerform wäre das Getreidekorn auf die Dauer nicht haltbar. Sobald nun dieses Enzym die Stärke in Zucker umwandelt, wirkt das Korn, wenn man es schmeckt, süß. Genau wie bei Grünkorn, wo die Zuckerphase im Wachstum des Getreides noch nicht abgeschlossen ist. Dieses süsse Korn, wie es im unreifen Zustand vorkommt, wird nachher in Stärke verwandelt. Dann ist es nicht mehr süß, dafür aber haltbar. Wenn man es also in die Erde steckt, sorgt dieses Ferment, man nennt es Diastase, dafür, dass die haltbare Stärke wieder in Zucker übergeht. Somit kann der Keimling, also Säugling, seine «Milch», den Zucker, aufnehmen. Das ist nun, wenn man es bildlich vergleichen will, die Milch, die ihn ernährt, wie die Muttermilch das Baby. So kann das Korn keimen.

Ein Keimblatt geht nach oben, um Sauerstoff zu holen, das andere nach unten, in die Erde, um Nahrung für das Wachstum zu beschaffen. So geht die Entwicklung weiter, bis das gereifte Getreide die nächste Generation von Körnern hervorbringt.

Diastase – ein wichtiges Enzym

Diese Diastase ist nicht nur für den Keimprozess von grossem Wert, sondern auch für Mensch und Tier. Wenn wir nun Frischgetreide, wie es die römischen Söldner gemacht haben, auf der Steinmühle mahlen, dann haben wir die Diastase, dieses Enzym, dabei. Dieses Vollgetreidemehl ist also diastasereich. Wenn man es als Brei isst, dann erhält man zugleich das Verdauungsenzym, das in unserem Körper die vorhandene Stärke in Zucker umzuwandeln hilft. Denn reine Stärke können wir nicht verdauen. Und wenn wir diese Diastase mit dem frischgemahlenen Getreide nicht bekommen, dann muss die Bauchspeicheldrüse diese Diastase liefern, um Stärke in Zucker umzuwandeln.

Aufschlussreicher Versuch

Interessant ist folgender Versuch, den ich sogar bei meinen Vorträgen durchgeführt habe. Man füllt dabei ein Glas mit frischgemahlenem Getreide und daneben stellt man ein Glas mit genau der gleichen Menge Getreide, das aber einige Wochen oder gar Monate alt ist. Dann schüttet man in beide Gläser verdünntes Wasserstoffsuperoxyd. Mit diesem Stoff aktivieren wir die Diastase. Wenn man sechs Monate altes, gemahlenes Getreide mit Wasserstoffsuperoxyd begiesst, dann röhrt sich vorerst nichts. Nach weiteren drei Monaten tritt noch keine sichtbare Reaktion auf. Erst nach vielleicht einem weiteren Monat beginnt sich etwas zu rühren. Die Diastase wird aktiv. Im Gegensatz dazu ist beim frischgemahlenen Getreide die Reaktion der Diastase so stark, dass es im Glas direkt schäumt oder gar überschäumt. Das ist nun ein Versuch, den jeder durchführen kann, um zu begreifen und den Beweis zu erhalten, wie wichtig und wertvoll dieses Ferment Diastase für uns ist.

Schonende Behandlung des Enzyms

Deshalb sollte man praktisch genommen, wie es die römischen Legionäre gemacht hatten und wie es viele andere Naturvölker tun, dass sie frischgemahlenes Getreide zu einem Brei oder Teig verarbeiteten und mit diesem Brei bereiteten sie sich ihre Nahrung zu. Wenn man Brot bäckt, dann geht ein Teil der Diastase verloren. Und ein Brot, das nun von mühlenwarm bereiteten Rohstoffen hergestellt wird, ist deshalb verdaulicher und wertvoller als ein Brot, bei dem das Vollkornmehl schon einige Monate herumstand. Währenddem ist bei Weissmehl keine Diastase mehr vorhanden. All diese Patentmehle, wie sie heute geliefert werden, sind völlig frei von natürlichem Ferment, das nur im lebendigen Material, wie die Natur es bietet, vorhanden ist. Wir haben schon einen Nachteil, wenn wir das Getreide, statt auf einer Steinmühle zu mahlen, auf Metallmühlen mahlen. Ein alter Müller, den ich einmal besucht hatte, besass eine Steinmühle, noch ganz altväterlich. Daneben hatte er eine moderne Mühle, von einem Mühlenhersteller. Der alte Müller sagte mir, – ich sehe ihn immer noch vor mir –, diese Mühle mahlt lebendig, und die Metallmühle mahlt tot. Es war vielleicht etwas übertrieben, wie er es meinte, aber es hat mich beeindruckt, dies von diesem alten, bärtigen Mann zu hören.

Die richtige Bewertung eines Produktes

Nun gibt es aber Reformer, die sind so extrem, dass sie nur frischgemahlenes Material in ihrer Küche verwenden wollen. Wenn sie Zeit und Lust haben und sich die Mühe dazu nehmen, ist das bestimmt ausgezeichnet. Es ist nun aber falsch, anderen gegenüber zu behaupten, alle anderen Mischungen, seien es nun Flocken, fertiges Müesli und andere Produkte, seien nichts wert. Das ist ein sehr extremer Standpunkt, der der Wirklichkeit nicht entspricht. Es ist bestimmt richtig, dass einem Müesli, wenn es zwei oder drei Monate alt ist, eben die Diastase fehlt. Aber alle anderen Stoffe wie Mineralien, Vitamine und Spurenelemente sind noch voll enthalten. Man kann natürlich keine Müeslimischung offerieren, die

an einem Tag gemahlen, innert drei bis vier Tagen zum Verbraucher gelangt und gleich gegessen wird. Das ist technisch und organisatorisch einfach nicht möglich. Wenn man also den Vorteil des verdauungsfördernden Fermentes Diastase mitbenützen will, dann muss man sich die Mühe nehmen, das Getreide immer frisch zu mahlen und sofort zu verbrauchen oder spätestens am nächsten Tag. Die Diastase hält, wie wir mit der anfangs erwähnten Methodik erklärt haben, immerhin etliche Tage, so dass auch vierzehn Tage altes Getreide immer noch etwas schäumt, während drei oder sechs Monate altes Getreide nicht mehr reagiert und fast kein Enzym mehr enthält. Wenn man also bei Diastase sagen könnte, dass sie vielleicht fünf Prozent vom Wert des Frischgetreides ausmacht, dann enthält ein gutes Müesli, wie es sich in verschiedenen Marken im Handel befindet, immer noch 95 Prozent der aktiven Werte des natürlichen Getreides. Wenn das Getreide dazu noch biologisch gezogen wird, dann könnte man sagen, dass es eine empfehlenswerte Vollnahrung ist.

Manipulierte Weissmehl

Schlimm ist es, wenn die Industrie bei Weissmehl, bei dem ohnehin schon alle wertvollen Stoffe nicht mehr vorhanden sind, noch mit Ozon bleicht und malträtiert. Das Beifügen von künstlichen Vitaminen, das Aufwerten ist ja noch schlimmer, denn diese beigefügten, künstlichen Vitamine ersetzen das, was im Naturgetreide ist, in keiner Form; im Gegenteil, es kann das biologische Gleichgewicht im Körper stören. Warum geht man so einen verkehrten Weg, indem man das Vollgetreide, das nach dem Rezept eines genialen Schöpfers zusammengestellt wurde, und dem alle lebenswichtigen Stoffe, wie Mineralien, Vitamine und Spurenelemente in der richtigen Proportion beigefügt sind, entwertet? Die äusseren Schichten des Korns werden entfernt, um sie an Schweine zu verfüttern, das andere gibt man den Menschen und reichert es wieder mit künstlichen Produkten an, ohne die grosse Gesetzmässigkeit, die der Schöpfer ins Getreide gelegt hat, richtig zu

kennen. Die Menschenweisheit ist doch oft sehr stark mit Irrtümern belastet. Wenn nur der Mensch endlich begreifen würde, dass in der Schöpfung alles seinen Sinn hat, dann würde er nicht versuchen, es anders oder besser machen zu wollen. Der Mensch als Besserwisser macht immer wieder etwas im guten Glauben, aber es ist verkehrt, weil es nur sein Glaube und nicht der göttliche ist.

Lebensnotwendige Zellulose

In Berlin, vor mehr als vierzig Jahren, traf ich den bekannten Mühlenbau-Ingenieur Stephan Steinmetz, und er hatte mir lange erklärt und dort gezeigt, wie er mit seinem Verfahren das Korn von der Zellulose befreit. Das zellulosefreie Korn wurde dann weiterverarbeitet; eine typische Errungenschaft der Technik. Dann kam ich wieder mit einem Professor in Liverpool zusammen. Er war der Vorsteher der dortigen Sanitätsbehörde. Er dankte mir, dass ich in meinem Vortrag den Zuhörern die Zellulose als eine so wichtige Substanz erklärt hatte. Ich hatte darauf hingewiesen, nur zellulosehaltiges Getreide zu essen, weil Zellulose nötig ist, um die Darmtätigkeit in Ordnung zu halten. Bei allen Naturvölkern, bei denen ich war, hat man keine Verstopfung gekannt, weil diese Leute zellulosereiche Nahrung einnehmen. Ein ganz kluger Kopf, ein Mühlenbau-Ingenieur, will die Zellulose weghaben, er hat mit seiner Maschinerie der Menschheit eine Errungenschaft gebracht, und ein anderer, ein Professor der Medizin, hat wiederum eingesehen, dass die Zellulose lebensnotwendig ist.

Veränderung schöpferischer Ordnung – ein Risiko

So ist es in der heutigen, verkehrten und zerrütteten Weltordnung, wenn die Menschen, als Besserwisser, etwas, was der Schöpfer uns als fertiges Produkt präsentierte, verändern und meinen, sie hätten nun eine grosse Tat vollbracht. Es ist sehr schwer, den Menschen beizubringen, was wahr ist und was Irrtum. Nur was der Schöpfer geschaffen hat, das entspricht,

sei es nun vom wissenschaftlichen oder philosophischen Standpunkt aus, der Wahrheit und der Richtigkeit. Es gibt viele, die auf dem wissenschaftlichen Gebiet verkehrte Dinge tun und meinen, sie würden den Mitmenschen einen Dienst erweisen, wenn sie ihnen degenerierende und tod-

bringende Nahrung verschaffen, indem sie das verändern, was der Schöpfer in der Natur so wunderbar und vollkommen geschaffen hat. Jede Veränderung stellt ein Risiko dar. Zurück zur Natur heisst zurück zu den von Gott geschaffenen Gesetzmäßigkeiten!

Impffrage

Ich könnte ein ganzes Büchlein mit all den Anfragen und Problemen füllen, die in den letzten Jahren im Zusammenhang mit Impfungen an mich herangetragen worden sind. Liest man die ärztlichen Berichte der Impfbefürworter, dann wird geschildert, wieviel Segen die Impfungen der Welt schon gebracht hätten, zum Beispiel in bezug auf die Pocken, die nun ausgerottet seien. Ob nun aber die Impfungen die Ursache davon sind, oder ob bessere hygienische Verhältnisse eine Rolle dabei spielen oder woran es sonst überhaupt liegen mag, dass die Pocken in den meisten Ländern verschwunden sind – in Indien flackern sie noch da und dort vereinzelt auf – das ist sehr schwer zu sagen. Dann wird gegen Kinderlähmung, Keuchhusten, Tuberkulose geimpft, und neuerdings werden die drei Impfungen in Kombination sogar bei Säuglingen, bevor sie nur ein halbes Jahr alt sind, verabreicht. Wenn man die ganze Literatur durchgeht, dann sind die Impfbefürworter voll des Lobes. Sie versprechen, noch weiter zu forschen, um negative Erscheinungen wie auch Todesfälle auszumerzen.

Pro und Contra der Impfungen

Liest man aber die Literatur der Impfgegner, dann werden eine Menge Fälle erwähnt, die besonders bei empfindlichen Menschen, bei sogenannten Milchschorfkindern, bei Kindern, die zu Ekzemen neigen und bei lymphatischen Typen, zu katastrophenalen Folgen geführt haben. Wer hat nun recht?

Wenn man die eine Seite nimmt, ist man voll des Lobes. Man versteckt begreiflicherweise diejenigen Fälle, die schief

gegangen sind. Liest man die Literatur der Gegner, dann liest man dutzendweise Berichte von scheußlichen Schädigungen als Folge der Impfungen. Liegt vielleicht die Wahrheit in der Mitte oder wo liegt sie?

Primitiver Impfzwang

In Iquitos habe ich erlebt, als ich vom Urwald kam, dass man auf dem Schiff, bevor wir an Land gehen konnten, alle Passagiere zwangsweise geimpft hat. Das ging serienweise vor sich. Mein Begleiter und ich haben uns mit Hilfe des Kapitäns gedrückt. Durch den Schiffsmaschinenraum sind wir auf Umwegen aus dem Schiff hinaus gekommen, sonst wären wir auch geimpft worden, ob wir es wollten oder nicht. Ich habe dabei zugeschaut, wie die Impfung vor sich ging. Hinsichtlich der Hygiene hätten europäische Ärzte die Hände über dem Kopf zusammengeschlagen. Die Indios wurden der Reihe nach mit der gleichen Impfgabel geimpft. Was daraus alles hätte entstehen können; es ist nicht auszudenken. Wir bekamen einen grossen Schrecken, als wir das sahen.

In Afrika und Asien habe ich allerlei ähnliches erlebt. Ich habe auch Fälle gesehen, wo der Impfstoff nicht mehr einwandfrei war, so dass furchtbare Folgen entstanden sind, die ich hier gar nicht schildern möchte. Die ganze Impferei rund um die Welt verliert viel von ihrem Glorienschein, wenn man in solchen Situationen persönlich als Beobachter hineinschauen kann. Ich war in Spitalabors in der sogenannten Dritten Welt – die Länder will ich nicht nennen, um keine Komplikationen heraufzubeschwören – und ich habe Dinge gesehen, bei denen mein Begriff in bezug auf Hygiene und