

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 44 (1987)  
**Heft:** 4

**Artikel:** Schwierige Probleme für Landwirte  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-551872>

#### 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:** 17.01.2026

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

gehen. Man sollte sich an das frühzeitige Abendessen gewöhnen, anschliessend noch einen Spaziergang machen und dabei tief ein- und ausatmen. Bei Einschlaf Schwierigkeiten werden keinesfalls schwere Schlafmittel genommen, sondern ein wenig Hafersaft (*Avena sativa*) in Melissentee. An den Anstieg der Temperaturen im Frühjahr muss sich der Körper langsam gewöhnen. Es gibt oft noch kalte und regnerische Tage. Den besten Ausgleich gewährleistet Unterwäsche aus Baumwolle und Wolle. Synthetisches Material ist überhaupt nicht atmungsaktiv und kann zu Erkältungen beitragen. Nie dürfen wir mit kalten Füßen ins Bett gehen. In solchen Fällen hilft ein Fussbad mit Thymian, Heublumen oder Kamille.

#### Gesundheit fördern mit Naturmitteln

Zur Unterstützung der Gesundheit werden Naturmittel verwendet. Ältere Männer, die mit der Prostata keine Probleme haben wollen, sollten regelmässig Brennesselwurzeltee trinken, Kürbiskerne kauen oder gemahlen ins Müesli geben, und eine Pflanzentinktur, zusammengestellt aus *Sabal serrulata* und anderen günstig wirkenden Kräutern, einnehmen. Die Regenerationskraft des Körpers regt man am besten mit *Echinacea* an. Diese Indianerpflanze habe ich vor vielen Jahrzehnten bei den Sioux-Indianern kennen gelernt und dann nach Europa gebracht. Sie regt die endokrinen Drüsen an und man wird weniger

empfänglich für Infektionen. Damit wird die eigene Regenerationskraft gefördert. Im Alter brauchen wir manchmal auch vermehrt Vitamin C. Es gibt heute auch natürliche Vitamin-C-Tabletten, hergestellt aus Früchten und Beeren. Wer mit dem Herzen etwas Mühe hat, soll Weissdorn-Tinktur (*Crataegus*) einnehmen. Es sind die einfachen, roten Beeren, die man im Herbst überall sieht. Sie stärken die Herzmuskulatur und Herznerven. Wer gerne ein Glas Wein trinkt, sollte es zum Mittagessen geniessen. Das Quantum sollte sich wirklich auf ein Glas, möglichst Rotwein, beschränken. Auch die Nierentätigkeit muss im Alter gepflegt werden. Mit Goldrutentee oder -tropfen (*Solidago*) kann man die Aktivität wunderbar unterstützen.

#### Bewusstes Leben durch gute Information

Oft bekomme ich interessante Berichte aus fernen Ländern, von Bekannten, die ich vor vielen Jahren getroffen habe. Diese haben mein Buch «Der kleine Doktor» als Berater immer zur Hand. Darin schlagen sie nach, was sie gegen die vielen kleinen Unregelmässigkeiten, die es im täglichen Leben gibt, auf natürlicher Basis mit Pflanzen und Produkten, die greifbar sind, unternehmen können.

Vergessen wir nie: Der Mensch kann helfen, aber die Natur allein kann heilen! Wer auf die Natur vertraut, kann sorgenfreier und weniger von Schmerzen geplagt, alt werden!

### Schwierige Probleme für Landwirte

Ein Besuch bei einem Landwirt im Bernbiet – er hat einen ziemlich grossen Betrieb zu bewirtschaften, hat folgendes Problem zur Diskussion gestellt: Der Landwirt hat einen sehr schönen, privaten Garten mit allerlei Gemüse und bebaut ihn nach rein biologischen Grundsätzen. Er macht seinen Kompost, vernichtet das Unkraut noch von Hand mit der Hacke oder Pendelhacke, er bearbeitet den Garten ganz und gar so, wie

er es von seinen Eltern gelernt hat. Wie gerne würde er den ganzen Hof auf diese Weise bewirtschaften, erzählt er mir, aber dazu sehe er keine Möglichkeit. Früher beschäftigte er in der Saison dreissig bis vierzig Leute. Heute ist er gezwungen, Unkraut-Vertilgungsmittel zu spritzen und chemisch zu düngen, wenn er eine rentable Produktion aufrecht erhalten will. Die ganze Arbeit auf den Kulturen verrichtet er

heute mit seinen sechs Kindern maschinell. Wollte man noch alles von Hand mit Hilfskräften bearbeiten, würde es bei den heutigen Löhnen nicht mehr rentieren, einen Hof in dieser Grösse zu bewirtschaften. So sind die Bauern durch die Änderung der Wirtschaftsverhältnisse gezwungen, alles mit Maschinen und Chemie zu bewerkstelligen, während sie für den eigenen Bedarf gesundes Gemüse produzieren.

Die Verhältnisse haben sich geändert. Wenn man wirtschaftlich durchkommen will, muss man sich den Gegebenheiten anpassen. Die Auskunft dieses Landwirtes hat uns sehr beschäftigt. In einem gewissen Sinne hat sie uns sogar deprimiert. Ich kenne viele kleine und mittlere Bauernbetriebe, die biologisch arbeiten, aber wie das wirtschaftliche Problem bei einem Grossbetrieb gelöst werden könnte, das vermochte ich meinem Gesprächspartner im Moment nicht genau zu erklären.

Ich habe diese Frage im Freundeskreis gestellt und bekam Antworten, die ich nachstehend zusammenfasse.

Rentabilität und Idealismus lassen sich nur selten vereinen. Meistens bleibt ein Faktor auf der Strecke, besonders dann, wenn zweifelhafte Kompromisse geschlossen werden. In unserem Fall befürwortet die naturverbundene Einstellung den Landwirt, seinen Plan zu verwirklichen und sein Land nach biologischen Gesichtspunkten zu bebauen. Es leuchtet jedem ein, dass gute Beweggründe nicht genügen, um einen Hof auch nur halbwegs rentabel zu betreiben, denn allein die festen Kosten sind ja sehr hoch.

### Den Absatzmarkt prüfen

Zunächst muss die Absatzlage für biologische Produkte eingehend analysiert werden. In der Nähe grösserer Städte lässt sich zum Beispiel biologisch gezogenes Gemüse gut verkaufen. Sogar die Transportkosten können oft gespart werden, denn die Käufer holen sich die Erzeugnisse direkt vom Bauernhof. Jeder, der sich gesund ernähren will, wird Verständnis dafür aufbringen, dass die Produkte zu etwas höheren Preisen

verkauft werden, als dies bei herkömmlich angebotenem Gemüse der Fall ist. Unser Landwirt könnte sich überlegen, wie er als erster im zeitigen Frühjahr frisches Gemüse anbieten könnte. Darüber hinaus sollte er auch in der Lage sein, seine Abnehmer den ganzen Winter hindurch mit biologischen Produkten zu versorgen. Natürlich gehören zu einer solchen Umstellung einige Investitionen, zum Beispiel Frühbeete unter Glas oder sogar Treibhäuser, aber vor allem müsste er über einen dunklen und kühlen Vorratskeller verfügen.

### Anbaufläche verkleinern

Hier sind wir schon beim zweiten Aspekt, nämlich bei der grossen Anbaufläche, die ohne teure Hilfskräfte nicht nach biologischen Gesichtspunkten bebaut werden kann. Aus eigener Kraft und mit der Hilfe seiner Söhne allein kann es der Landwirt nicht schaffen. Es wäre zu überlegen, ob er auf Kosten der Quantität der Qualität den Vorzug geben sollte und zu diesem Zweck die Anbaufläche verkleinert. Ein Drittel des Ackers könnte indessen ruhen, wie es in früheren Zeiten üblich war. In Anbetracht der grossen Bautätigkeit steht uns zwar immer weniger Anbaufläche zur Verfügung. Einen solchen Ackerbau betrachten aber nur diejenigen als eine Verschwendug des Bodens, die in ihm ein Ausbeutungsobjekt sehen, ohne zu bedenken, dass der Acker mit seinen vielen Mikroorganismen, die ständig am Werke sind, etwas Lebendiges darstellt. Robuste, maschinelle Bearbeitung, massive chemische Düngung und die Verwendung von Spritzmitteln, laugen den Boden völlig aus. Ein erschöpfter Boden bringt auf die Dauer keine rentablen Erträge, während eine ausgeruhte und regenerierte Scholle mit reichen Ernten danken wird. Man fragt sich manchmal, ob ein Bauer es noch ertragen kann, wenn sein Boden auf diese «neuzeitliche Weise» ausbeutet wird? Wenn ein Landwirt seinen privaten Garten gewissermassen «handverlesen», den Rest seines Landes jedoch intensiv mit Traktor und Chemie bearbeitet, dann muss er doch – wenn er wirklich idea-

listisch eingestellt ist – in ständigem Zwiespalt leben.

### Der alternative Ausstieg

Sehr viele jüngere Menschen haben die Technisierung, Automatisierung und das stressverursachende Gewinnstreben ihres Berufes satt. Sie suchen nach Alternativen, die ihnen ermöglichen, ein naturverbundenes Leben zu führen. Sie sind bei Leibe nicht gedankenlose Schwärmer, die von der Härte des Lebens nichts verstehen. Uns sind Menschen in technischen Berufen und sogar leitende Angestellte bekannt, die wohlüberlegt einen solchen Schritt nicht ins Ungewisse, sondern in einen kalkulierten neuen Anfang getan haben. Wie wäre es, wenn unser Landwirt zwei junge Familien auf seinem Hof mit einer kommerziellen Beteiligung an der gemeinsamen Arbeit aufnehmen würde? Im ersten Moment wirkt dies vielleicht als ein unzumutbarer Gedanke, der jede Realität vermisst. Man braucht sich aber nur etwas umzuschauen und findet gar bald solche Solidarität: Gemeinsam wird das herrlichste Gemüse geerntet und Obstplantagen werden mit viel Liebe und Begeisterung angelegt, sich selber ernährt man biologisch und die Landverbundenheit weiss man zu schätzen. Die innere Einstellung dieser Leute – wie die Erfahrung zeigt – zielt nicht in erster Linie auf kommerzielle Vorteile ab. Sie schätzen ein ruhiges und besonnenes Dasein, eben eine Alternative zu dem sonst gestressten und gehetzten Leben in einer Stadt. Auf die Dauer gesehen können sicherlich wunderbare Ernteerträge erzielt werden.

### Ideenreiche Lösungen

Wir wissen von jungen Leuten, die in einer Grossstadt ein kleines Bistro betreiben, sogar ziemlich versteckt gelegen, und die trotzdem einem enormen Zulauf an Gästen, zumeist Studenten, haben. Dort bekommt

man herrlich gewürzte, aber einfache Gerichte serviert. Die Auswahl ist nicht gross, aber alles ist frisch und schmackhaft. Es sind vier Familien, die in diesem Unternehmen tätig sind. Das Interessante ist dabei, dass jeweils zwei Familien auf dem Lande wohnen, um den Boden zu bearbeiten, die anderen zwei Familien betreiben indessen das Bistro. Alle paar Monate wechseln sie ab, so dass sich jede Familie zeitweise auf dem Lande aufhalten kann. Sie sind praktisch Selbstversorger und brauchen nur wenig dazuzukaufen. Für die jeweils in der Stadt Verbliebenen macht es ungeheuer viel Freude, wenn eigene frische Ware ankommt, aus der sie wohlgeschmackende Gemüsegerichte zubereiten. Bei diesen jungen Leuten stand die Natur an erster Stelle, und da sie ihr Vorhaben geschickt und mit Fleiss angepackt haben, blieb auch der materielle Gewinn nicht aus.

### Das Ziel und die Realität klar erkennen

Den Überlegungen und dem Ideenreichtum sind natürlich keine Grenzen gesetzt. Man muss nur auf dem Boden der Realität bleiben und zielstrebig seine Pläne verfolgen. Es ist ganz selbstverständlich, dass immer wieder Probleme auftauchen, besonders dann, wenn es um die Details der Verwirklichung geht. Vielen landwirtschaftlichen Betrieben wäre schon geholfen, wenn mehr Flexibilität und vielleicht ein wenig Wagemut die Entscheidungen bestimmen würden. Der Zeitpunkt ist günstig, weil sich viele Menschen eine naturbelassene Ernährung wünschen und sich auf solche Kost bereits umgestellt haben.

Falls unsere Leser von ähnlichen Erfahrungen gehört haben, dann bitten wir um eine kurze Beschreibung, um noch vielen Landwirten Möglichkeiten aufzuzeigen, wie sie ihren Hof, wenigstens zum Teil, auf biologische Erzeugnisse umstellen könnten.