

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 45 (1988)  
**Heft:** 5

**Artikel:** Blumenpracht und Wunder in der Pflanzenwelt  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-552173>

### **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:** 22.02.2026

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



## Blumenpracht und Wunder in der Pflanzenwelt

Wenn im Frühling die mannigfaltige Blumenpracht erneut ihren Einzug hält, sollten sich bestimmt alle jene, die des Schöpfers Dasein anzweifeln oder gar in Abrede stellen, schämen. Nicht unsere Fähigkeit erwärmt den Erdboden, dass ihm neues Leben entspriessen kann. Wir beherrschen die klimatischen Verhältnisse ebenso wenig, wie das Verhindern des Todes. Dass wir durch die Fortpflanzungsgabe Leben übermitteln können, entspringt nicht menschlicher Weisheit, sondern ist ein Geschenk schöpferischer Güte. Auf jedem andern Gebiet kann der Mensch aus toter Materie nichts Neues schaffen, nichts Lebendiges, dem die Lebenskraft innewohnen würde. Das Urteil, das indes besagt, dass nur der Tor in seinem Herzen spricht: «Es ist kein Gott», hat völlig recht. Aber gleichwohl wagen es bestimmte Zeitschriften in unverblümter Ausdrucksweise Stellung gegen den ewigen Ordnungserhalter des Universums einzunehmen. Könnten die Urheber solcher Gedanken je der Sonne und dem Regen gebieten, unser Land ertragreich zu gestalten?

Ebenso wenig kann ein noch so tüchtiger Gärtner je ein einziges Samenkorn mit innewohnender Lebenskraft schaffen. Wohl kann er sich die Freude beschaffen, die bereits bestehenden Pflanzenarten in ihrem Gattungsbezirk abzuwandeln, zu veredeln und die Farben zu mehren, aber etwas schöpferisch vollständig Neues ist noch keinem gelungen. Wenn wir das erstaunlich vielseitige Werk von Prof. Hegi eingehend betrachten, dann freuen wir uns über seinen unermüdlichen Fleiss und über die grosse Geschicklichkeit, in die mannigfaltige Pflanzenwelt einzudringen, um sie uns in ihrer unermesslichen Vielfältigkeit wissenschaftlich genau zugänglich zu machen. Aber trotz alledem war auch sein freudvoller Forschersinn nicht fähig, ein einziges, lebendiges Samenkorn zu erschaffen. Nur gut, dass Menschen, die tief in die schöpferische Wundermacht Einblick erhalten, in der Regel die eigenen, begrenzten Fähigkeiten nicht überschätzen, sondern

das menschliche Unvermögen ehrlich anerkennen.

### Farbe und Duft

Wie eigenartig ist nur schon die Farbenpracht, die ein und demselben Boden entspringt! Dieses Wunder liegt in der Art der einzelnen Pflanzen, die wir zwar beeinflussen, aber keineswegs von Grund auf völlig neu erschaffen können.

Ätherische Öle bereiten Duft, aber wer sorgt dafür, dass jede Blumenart den ihr eigenen Duft Jahr um Jahr kennzeichnend wieder hervorbringt? Wie bezaubernd wirkt ein feines Duften auf uns ein und wie betäubend kann der Duft bei gewissen Blumen sein, so stark, dass wir ihn je nach unserer Empfindlichkeit meiden müssen.

### Wunder des Befruchtungssystems

Wer von uns Menschen hätte sich das interessante Befruchtungssystem in der Blumenwelt, durch Insekten, ersinnen können? – Welch eigenartiges Wunder offenbart nur schon die Beziehung des kleinen Bienenvolkes zum mannigfaltigen Bau der Blüten. Die kleinste Arbeiterin findet in ihrem unermüdlichen Eifer instinktiv den Weg zum Nektar, mag dieser auch noch so verborgen sein, und zu gleicher Zeit beladen sich die Beinchen mit Blütenstaub. Wie wirtschaftlich wickelt sich die beidseitige Gebefreudigkeit ab. Die Gabe von Nektar und Blütenstaub seitens der Blume schafft die Möglichkeit der Befruchtung für diese, so dass sie zur Frucht heranreifen kann, was uns Menschen besonders bei Fruchtbäumen und Beerenfrüchten zugute kommt. Die Bienen aber sind in der Lage, für sich und uns, ohne Lärm und Aufhebens, mit einem verhältnismässig kleinen Körper, der mit Geschicklichkeit und Fleiss ausgestattet ist, Honig und Wachs zu bereiten, und darüber soll man sich nicht wundern?

### Schönheit und Pracht

Ob wir bei uns einem Frauenschühlein, einer Lilie oder einem Türkenbund begegnen, immer staunen wir über den Bau dieser



eigenartigen Gebilde und vergleichen sie mit der Schönheit tropischer Orchideen. Wohl erzählen uns alte Berichte von der grossen Pracht, die Salomo einst um sich verbreitete; von der Lilie heisst es jedoch, sie habe diese Pracht übertroffen. Aber gleichwohl hatte sie dieserhalb nie Kleider-sorgen, denn Jahr um Jahr erneuert sich ihr Gewand ohne eigene Mühewaltung und die Bewertung ihrer Schönheit überwiegt königliche Pracht.

Gerade die Mannigfaltigkeit der einzelnen Blumenarten erhöht die Sympathie zu ihnen. Das kann man erleben, wenn man einmal in den Blumenreichtum eines märchenhaften Gartens geführt wird. Allerdings geschieht dies wohl nur selten, denn es gibt auch selten solche Gärten. Sie brauchen viel Umsicht, Pflege und Geschicklichkeit, und man wundert sich, wenn eine solche Gartengestaltung einer alten, einfachen Frau, mit viel Gelassenheit, Ruhe und Geduld, gelingt. Je verborgener ein solcher Garten ist, um so mehr beeindruckt seine Schönheit. Liegt er gar noch an einem Bach mit altem Mühlrad, dann haben Phantasie und Poesie reichlich Nahrung. Wer nach dem Muster eines solchen Gartens versucht, ein eigenes Plätzchen Erde in gleichem Sinne anzupflanzen, wird finden, dass es gar nicht so leicht ist, die einzelnen Staudengewächse in Gestalt und Farbe harmonisch zu verteilen, so dass die Bunt-heit in bestem Lichte erscheint, denn erst auf diese Weise macht sich die mannigfaltige Schönheit und Vielfältigkeit geltend.

#### **Schatzgrube erfolgreicher Heilmittel**

Nicht nur dem Auge dient die Fülle der Blumenwelt, denn sie ist tatsächlich auch eine Hilfe in mancherlei Not. Die neuzeitliche Ärzteschaft, die der Chemotherapie ergeben ist, streitet zwar die Wirkungsmöglichkeit der Pflanzen als Heilmittel teilweise noch ab. Wichtig ist jedoch, dass sie gerade auf diesem Gebiet das Gute, dessen wir in unserer kranken Zeit so dringlich bedürfen, zu leisten vermögen. Nebst dem Hauptübel, gegen das wir ihre wertvollen Säfte einsetzen, heilen sie meist auch noch kleinere Schädigungen, während sie erfreu-

licherweise selbst keine solchen verursachen. Warum sollten sie da den modernen, künstlich erzeugten Mitteln ihren Ehrenplatz abtreten? Leuchtet die Malve nicht wunderbar in ihrer bescheidenen Schönheit? Auch sie ist in wildem Zustand ein anerkannt gutes Heilmittel, wenn sie leider auch immer mehr in Vergessenheit gerät.

#### **Nahrungsmittel in befriedigender Auswahl**

Die Pflanzenwelt erfreut bekanntlich nicht nur unsere Augen, sondern hilft auch unseren Hunger stillen. Gemüse und Beerenfrüchte, aber auch die verschiedenen Getreidearten mindern unsere Nahrungs-sorgen. Welche Fähigkeit müsste der Mensch besitzen, wollte er versuchen, diese Nahrungsmittelquelle auf dem unwirtschaftlichen Mond erfolgreich einzubürgern? Da ist ein wogendes Ährenfeld in seiner Schönheit doch auf unserem Erdboden gesicherter! Jeder einzelne Halm mit seiner fruchtbeladenen Last, die uns unser tägliches Brot beschafft, ist ein technisches Wunder.

Aber wir dürfen auch unsere Fruchtbäume nicht vergessen, denn in ihrer Blütezeit erfreuen sie unser Herz mit ihrer reichen Schönheit und ihre reifen Früchte verschaffen uns eine kostbare Ernte. – Kein Wunder, dass den Israeliten im Altertum verboten war, im Kriegsfall Fruchtbäume zu fällen, denn sie sollten ihnen nach der Eroberung eines Gebietes zur Nahrung dienen.

In Indianermuseen kann man sehr oft erkennen, wie hochgeschätzt Samen, Kerne und Nüsse waren, halfen sie doch der Bevölkerung, die Ernährungsprobleme besser zu lösen. Auch wir sollten sie als Ernährungsergänzung nicht fehlen lassen, und noch immer reichen uns Bäume und Sträucher freigiebig ihre Ernte dar.

Das alles leuchtet uns ein, weil es um die Ernährung geht. Nun gibt es aber auch Bäume, die sogar die Ansicht der Atheisten wanken machen können. Man sollte daher jeden von ihnen in die Redwood- oder Sequoiawälder führen können. Der überwältigende Anblick ihrer Baumriesen er-



zählt, dass das Alter der Bäume in die Tausende von Jahren gehen kann, ist doch der älteste unter ihnen bereits über 4000 Jahre alt. Was wir heute kaum mehr haben, hatten diese Bäume, nämlich Zeit zu ungestörtem Wachstum. Was Wunder, wenn ihr dickster Stamm über zwölf Meter Durchmesser aufweist? Natürlich stehen diese

Wälder unter Naturschutz, denn die menschliche Habsucht von heute hätte sie bald für Nichtiges weggeraubt. So aber sprechen diese herrlichen Bäume als scheinbar stumme Zeugen von der Hohheit schöpferischer Allmacht, und diesen Eindruck kann auch ein Atheist nicht von sich weisen.

## Wie können wir einen Herzinfarkt vermeiden?

Wenn wir einmal die Lebensmitte überschritten haben, kommen zwei Schreckensgespenster auf uns zu – die Rede ist von den beiden Haupttodesursachen, mit denen der Mensch heutzutage zu kämpfen hat: Der Herzinfarkt und der Krebs.

### **Falsche Lebensgewohnheiten – ein Risikofaktor**

Was können wir auf natürliche Art und Weise tun, um diesen Ungeheuern nicht in die Arme zu laufen? Bevor wir irgendwelche Medikamente in Betracht ziehen, müssen wir unsere Ernährungs- und Lebensweise überprüfen, um feststellen zu können, warum diese eine so wichtige Rolle spielen, und warum sie uns in den Gefahrenstrudel hineinziehen können. Es ist eine längst erwiesene Tatsache, dass der Eiweisskonsum bei den sogenannten zivilisierten Menschen um das Doppelte oder gar das Dreifache zu hoch ist. Ich habe schon oft meine Beobachtungen bei den Naturvölkern in den «Gesundheits-Nachrichten» und in meiner Literatur dargelegt. Vor allem bei den Inkas, in den Cordillern, im Alto Plano, stellte ich fest, dass Herzinfarkte, Schlaganfälle und Krebserkrankungen praktisch kaum vorkommen. Ich traf Menschen, die mit 90 oder 100 Jahren keinerlei Anzeichen von Arterienverkalkung aufwiesen. Geistig waren sie noch ganz frisch. Herzinfarkt war dort praktisch unbekannt.

### **Sauerstoffarmut begünstigt Infarkte und Krebsdisposition**

Bei den Indios und auch bei anderen Bergbewohnern in verschiedenen Gegenden der

Erde stellte ich fest, dass sie höchstens ein Drittel der Menge an Eiweiss-Nahrung konsumieren, die wir täglich zu uns nehmen. Ausser der Ernährung aber tun sie etwas Wesentliches, woran es bei uns so sehr mangelt: Sie haben viel Bewegung und nehmen dadurch viel Sauerstoff auf. Neben der Ernährung ist Sauerstoffzufuhr die wichtigste Voraussetzung jeder Heilbehandlung. Wir sollten jeden Tag mindestens eine Stunde im Freien verbringen, uns dabei tüchtig bewegen und tief durchatmen, um die Körperzellen mit Sauerstoff zu versorgen und den Kreislauf anzuregen. Das Auto ist für uns ein praktisches Vehikel, aber zugleich ein Verderben, weil wir uns dadurch körperlich viel zu wenig betätigen. Wir laufen nicht mehr genügend, bekommen daher auch zu wenig Sauerstoff, und das ist neben der Ernährung, vor allem der Eiweiss-Überfütterung, die zweite Ursache für Infarkte, Schlaganfälle und Krebsdisposition.

### **Das tierische Eiweiss**

Was für Heilanzeigen können wir in Betracht ziehen, um dem Gefahrenherd Herzinfarkt, Schlaganfall oder Krebs auszuweichen? Risiken also, die besonders dann in Erscheinung treten, wenn wir die Lebensmitte überschritten haben.

Wie erwähnt muss der Eiweisskonsum um mindestens die Hälfte reduziert werden. Eiweiss nehmen wir hauptsächlich in Form von Fleisch, Eiern, Milchprodukten und Fisch zu uns. Fleischsorten, die uns am wenigsten belasten, sind Rindfleisch und vor allem Schafffleisch, das sogar eine