Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 45 (1988)
Heft: 6

Artikel: Schöne Gebirgstäler und Schlösser
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-552365

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: 11.12.2025

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

Schöne Gebirgstäler und Schlösser

Unsere Schweiz besitzt bekanntlich viele schöne Täler, die selbst die Fremden derart beeindrucken, dass sie die Erinnerung daran mit sich in ferne Gegenden tragen, um dort zu berichten, unser kleines Land sei wie ein Paradies oder gesamthaft wie ein Nationalpark. Dabei hat das Engadin als das längste Hochtal Europas etwas ganz besonderes an sich. Schon die Kelten müssen dies empfunden haben, sonst hätten sie wohl kaum die Last der langen Winterszeit auf sich genommen, um sich dort niederzulassen und verweilen zu können. Die Schönheit des Tales haben wir allerdings nicht den Engadinern, sondern vielmehr einzig dem Schöpfer zu verdanken, wenn auch die eigenartige Bauweise die Gegend vielerorts noch verschönern mag. Nur in Peru habe ich ein ähnliches Hochtal gefunden, das links und rechts von Bergen eingefasst ist. Es liegt zwischen Cuzco und Lima, und es erinnerte mich tatsächlich so stark an unser geliebtes Hochtal im Graubünden, dass ich es unwillkürlich als das peruanische Engadin bezeichnete. Zwar weist es allerdings einige bemerkenswerte Verschiedenheiten auf, denn es ist viermal so lang wie unser Engadin, und trotz seiner Höhe von 4000 Metern ist es der schönste Gemüsegarten Perus. Dies ist allerdings nur möglich infolge seiner Nähe zum Äquator.

Dessen ungeachtet könnte zwar auch unser Engadin ein solcher Garten sein, besonders das Unterengadin. Seine Bewohner müssten sich in dieser Hinsicht nur einmal dazu entscheiden, Gemüsegärten und Beerenkulturen anzulegen und sie entsprechend zu pflegen. Aber was man nicht gewohnt ist, hält man gerne für unmöglich. Ich habe jedoch in meinem Garten in Brail auf 1600 Metern Höhe vor Jahren den Beweis erbracht, dass dort bei richtigem Anbau und entsprechender Pflege betreffs Gehalt und Aroma das beste Gemüse gedeihen kann. Leider besteht jedoch die Möglichkeit, sich aus dem benachbarten Italien mühelos billiges Gemüse zu beschaffen. Warum sollte man sich also einen eigenen Garten anlegen, um sich damit mehr Arbeit und Mühe aufzuladen? Zudem muss man die Gemüsegärten sehr gut einzäunen, da die Ziegen und nicht zuletzt auch die Hirsche gerne den zarten Salat, den Spinat und selbst die süssen Karotten naschen, und zwar oft so ausgiebig, dass die Ernte darob in Frage gestellt wird. Das ist der Grund, warum der Engadiner nicht wie der peruanische Hochlandbewohner ebenfalls einen Teil seines guten Bodens und die Höhensonne für den Gemüse- und Beerenanbau gründlich auswertet. Viel lieber huldigt er der Fremdenindustrie, wobei es sich erweist, dass das Ober- und Unterengadin im Charakter etwas verschieden sind. Während sich im Oberengadin der Wintersport stark entwickelt hat, eignet sich das Unterengadin besser für Touren und Wanderungen im Sommer. Bekannt ist es vor allem auch durch seine Heilbäder in Schuls-Tarasp. Ein sehr beliebtes Wanderziel ist dort das Schloss Tarasp, das durch seine schöne Lage besonders den Fotofreund erfreut. Wie dies unser Titelbild anschaulich beweist, ist es als fotografisches Objekt so günstig, dass es im Unterengadin womöglich am meisten aufgenommen wird. Da bei uns die Zeit der Schlossherrschaft schon längst vorbei ist, ist auch das Wohnen in Schlössern nicht mehr üblich. Auch das Schloss Tarasp konnte keinen Liebhaber finden, weshalb es einige Zeit hindurch vernachlässigt war, denn das Interesse daran fehlte, wie auch das notwendige Geld zu dessen Erwerbung und Unterhalt. Die alten Möbel wurden herausgenommen und das Schloss stand leer, bis sich die Familie von Hessen und bei Rhein darum bewarb und es erneut möblierte. Es ist daher zurzeit wieder hergestellt und so eingerichtet, dass es bewohnt werden kann.

Im übrigen aber gehören Schlösser mit ihrer teils feudalen Herrschaft einer nie wiederkehrenden Zeitepoche an. Aber dessen ungeachtet freut man sich beim Besuche gut erhaltener Schlossgebäude gleichwohl darüber, vergangene Geschichte

an sich vorbei gehen zu sehen und eine bessere Vorstellung von dem zu erhalten, was sich einst in unseren Gauen abspielte. Auch ist uns dadurch etwas vom Kunsthandwerk und baulichen Können vergangener Zeiten erhalten geblieben.

Pflanzenheilkunde in Lateinamerika

Es gibt Länder Lateinamerikas, in denen die Pflanzenheilkunde nichts von ihrer uralten, überragenden Stellung verloren hat. Aufgrund jahrzehntelanger Erfahrung kann ich das von grossen Teilen Perus (vor allem des Amazonasteils) und Mexikos (insbesondere der hauptsächlich von Indianern bewohnten Gebiete) sagen. Es gilt uneingeschränkt für Paraguay, wo ich die letzten zehn Jahre sowohl bei Indianern wie auch als Arzt für biologische Medizin in der Hauptstadt Asunción gearbeitet habe.
Ob reich oder arm, der Paraguayer konsultiert im allgemeinen zuerst den Kräuterarzt. Dieser hat dort eine Sonderstellung, vergleichbar der des Heilpraktikers in Deutschland und der Schweiz. Ich glaube, dass das für die Volksgesundheit eine sehr positive Auswirkung gehabt hat: Die Vergiftung durch starkwirkende Mittel, unter denen die Psychopharmaka hierzulande eine besonders unheilvolle Rolle spielen (für Körper und Seele!), hat längst noch nicht so um sich gegriffen wie in Europa oder den USA.
Es würde zu weit führen, wollte ich hier die zahlreichen erprobten Heilkräuter der paraguayischen Volksmedizin aufzählen. Es gibt aber einige, die zu uns gekommen sind und in unsern Heilmittelschatz aufgenommen wurden. Pflanzen, die heute auch in Europa geschätzt werden.
Allgemein bekannt ist der Mate (Ilex paraguayensis) als Genussmittel wie als Heilpflanze (Diureticum).
Wie bei uns und in Nordamerika spielt der breite Wegerich (Plantago major L.) eine grosse Rolle in der Volksmedizin, desgleichen der Rosmarin, als Romero bekannt (Rosmarinus officinalis L.). Viele Paraguayer trinken nach dem Essen – mittags oder abends – eine Tasse Rosmarin-Tee.
Von grösster Bedeutung ist die Baummelone (Papaya), in Paraguay unter dem Indianernamen Mamón bekannt (Papaya carica communis). Die ausgezeichnet schmeckende Frucht ist jedem Reisenden in tropische Länder bekannt. In den Samen, der grünen Frucht und den Blättern kommt ein eiweissverdauendes Ferment, das Papain, vor, das in pharmazeutischen Präparaten sowohl als Verdauungsmittel wie auch als Wurmmittel gebraucht wird. Ein bewährtes Präparat liegt in Papayasan von A. Vogel, dem kenntnisreichen Naturarzt, vor. Tropenreisenden möchte ich sein Buch «Gesundheitsführer durch südliche Länder» wärmstens empfehlen. Von ihm habe ich eine Empfehlung übernommen, die sich bei Tausenden meiner Patienten und auch in der eigenen Familie bestens bewährt hat (Seite 252): «Wer daher nach jeder Mahlzeit ein Stück von einem Papayablatt isst ... oder aber einen Teelöffel voll der schwarzen Kerne kaut und schluckt, auch wenn sie nicht gut munden, wird von den Parasiten, also von der lästigen Wurmplage, befreit. Wer diese Vorsichtsmassnahme regelmässig durchführt, ist auch gegen Infektionen gefeit.» Hinzufügen möchte ich, dass diese Massnahme auch zur Vorbeugung gegen Ruhramöben- und Lamblieninfektionen wirksam ist.

Europäische und eurasische Pflanzen in Lateinamerika

Es gibt aber auch eine Reihe europäischer oder eurasischer Heilkräuter, die sich in Paraguay so eingebürgert haben, dass ihre Herkunft ganz vergessen wurde.
Obenan steht die Kamille (Matricaria chamomilla L.), die in jedem paraguayischen Haushalt zu finden ist; der Lindenblütentee (Tilia europea L.) wird viel getrunken; der Baum wird auch in Argentinien und Chile angepflanzt. Oft wird auch in innerlicher und äusserlicher Anwendung