Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 45 (1988)
Heft: 9

Artikel: Organuhr
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-553164

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: 10.12.2025

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

Diese müssen wir unbedingt ergänzen, denn von diesen Mineralien hängen ja unsere Körperfunktionen ab. Ein ideales Getränk ist deshalb Mineralwasser, weil es die wichtigsten Mineralstoffe enthält und darüber hinaus ist es kalorienarm. Auch die bereits erwähnte Molke kommt als Mineralstofflieferant in Frage. Ein Teelöffelchen Molke auf ein Glas Wasser ergibt ein ideales Tafelgetränk.
Wenn Ihr Kind wieder einmal nach einem Getränk verlangt, dann zügeln Sie seinen Durst nicht. Erwachsene und ältere Leute werden geradezu ermuntert, mehr zu trinken, um dem austrocknenden Alterungsprozess keinen Vorschub zu leisten. W. G.

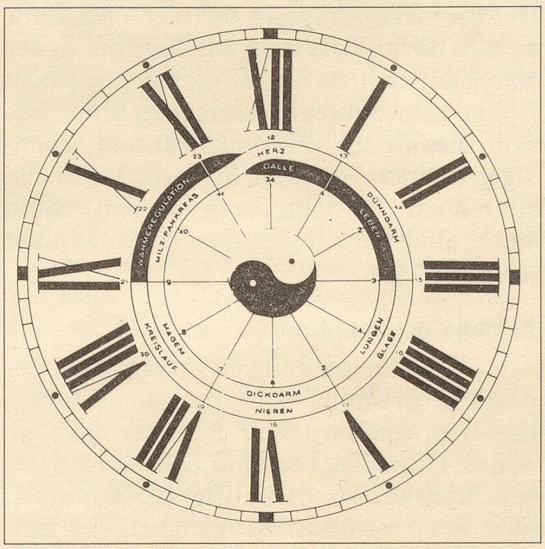
Organuhr

Nachdem aus dem Leserkreis immer wieder Anfragen kommen zum Thema Organuhr, veröffentliche ich hier einen Artikel, verfasst von Professor h. c. Dr. med. E. W. Stiefvater aus Freiburg im Breisgau (BRD). Er befasst sich seit vielen Jahren mit dieser chinesischen Methode und beschreibt nachstehend, wie die Chinesen die Organuhr benützen, um ein tieferes Verständnis für Krankheitsursachen und die Beeinflussung von Krankheiten zu bekommen.
Sehr wahrscheinlich lässt sich alles besser verstehen, wenn man sich mit der chinesischen Mentalität näher auseinandersetzt. Der chinesische Arzt greift grundsätzlich weniger symptomatisch ein, er ist eher geneigt, ursächlich zu behandeln, wie es schon der Auffassung seiner Vorfahren seit Jahrhunderten entsprach. Damit steht er wohl im Gegensatz zu den meisten westlichen Ärzten.

Dieser Artikel kann als Fortsetzung oder Weiterentwicklung zu den bereits erschienenen Publikationen gefügt werden:
- «Gesundheits-Nachrichten» März 1970 «Die Organuhr nebst klimatischen und bioklimatischen Einflüssen» und
- «Gesundheits-Nachrichten» August 1983 «Masskleid oder Konfektion»

Neues über die Organuhr

Die Organuhr stammt aus dem alten China. Der heutige Name ist der Zeit gemäss gewählt. Sie sieht aus wie eine gewöhnliche Uhr, man braucht nur das Zifferblatt zu ändern. Zum näheren Verständnis wird ein Zifferblattbild hier abgedruckt.



In der Mitte das Yin-Yang-Symbol und dann folgen die 12 Organuhrdoppelstunden für Tag und Nacht. Dieses einfache Bild zeigt anschaulich, wie hintergründig die Zeit ist. Der äussere Kreis ist ja rein technisch zum Zeitablesen bestimmt, zum Beispiel wenn es zum Bahnhof pressiert. Der innere Kreis aber, die eigentliche Organuhr, zeigt den von den Chinesen beschriebenen Lauf der Lebensenergie (énergie vitale). Diese läuft «wie ein Bächlein» alle zwei Stunden durch ein anderes Organ der zwölf Organe, die die Chinesen kennen. Das Grundprinzip der gesamten chinesischen Medizin besteht darin, dass diese Energie wirklich nirgends stoppt, sondern gleichmässig alles ernährt. Einen zu langsamen oder zu schnellen Energiefluss versteht der Chinese seit Jahrtausenden nach eigenem Gefühl zu regeln. Entweder durch Naturarzneien, Akupunktur, Gymnastik oder Meditation.

Umgang mit der Lebensenergie

Der Einfachheit halber beschreibe ich jetzt in möglichst schlichten Worten, wie man beim Umgang mit der Lebensenergie vorgeht. Das Wissen um diese Kunst gibt manchem Menschen die Möglichkeit, auf Krankheiten aufmerksam zu werden oder auf Vorgänge im Unbewussten zu achten, die ihn dann rechtzeitig zum Arzt führen können oder sollten.

Der einfache Umgang mit der Organuhr besteht darin, dass man am Tag oder in der Nacht auf kleinste Zeichen achtet, die einem früher unbedeutend erschienen sind, obwohl dies die subtile Sprache unseres lebendigen Körpers ist. Wenn dann diese Zeichen allmählich zu Schmerzen werden, dann merkt auch der Klügste, dass da etwas nicht stimmen kann.

Zeichen beachten!

Als solche kleine Zeichen im Bereiche des Körpers erwähne ich Jucken, Beissen, Brennen, unbewusstes Kratzen und so weiter. Diese Zeichen sind besonders dann beachtenswert, wenn sie öfters vorkommen, oder wenn sie öfters zur gleichen Zeit auftreten. Dann schauen Sie doch auf die Organuhr. Dort finden Sie dann das Organ, das eventuell am meisten betroffen ist. Das ist eine Art Frühdiagnostik für den aufmerksamen, intelligenten Laien. Dieser zieht selbstverständlich nicht eigene diagnostische Schlüsse daraus, sondern er erzählt gelegentlich seinem Arzt von diesen Eindrücken. Wenn ich Sie bitte, auf sich selbst sensibler zu achten, so will ich niemanden zum Neurotiker erziehen, der sich vor jedem Windlein fürchtet.

Ganz wichtig möchte ich ein typisches Aufwachen bei Nacht zu immer gleichen Stunden bezeichnen. Wenn zum Beispiel jemand immer um Mitternacht aufwacht, dann kann das neben anderen Zeichen auf eine beginnende Gallenstörung hinweisen. Oder wenn jemand um zwei oder drei Uhr in der Frühe aufwacht, so deutet das auf die Leber hin. Oder wenn jemand um fünf Uhr schlaflos liegt, so kann das auf unregelmässiger Tätigkeit des Dickdarms beruhen.

Akupunktur und Homöopathie

Ich möchte nun noch auf eine zweite interessante Entdeckung aufmerksam machen, und zwar auf die Verbindung von Akupunktur und Homöopathie. Beides sind Methoden verschiedenen Alters, aber gleicher Richtung, denn beide arbeiten mit Feinreizen (neben anderen Verwandtschaftsmerkmalen). Davon will ich die Wichtigsten nennen. Bei vielen homöopathischen Arzneimitteln wird eine typische Verschlimmerungszeit angegeben, und zwar übereinstimmend und von vielen Therapeuten, die sich mit dieser Kunst befassen. Daraus ergibt sich: Wenn man die Verschlimmerungszeit eines Leidens kennt, zum Beispiel einer Gallenkolik um 24 Uhr, dann ist die Anwendung eines entsprechenden homöopathischen Mittels zu dieser Organuhrzeit weitaus wirkungsvoller als etwa um 17.00 Uhr nachmittags.

Schlussfolgerungen

Dieser kleine Aufsatz sollte Ihnen zeigen, wie sensibel Körper und Seele miteinander arbeiten und dass gerade in der heutigen Zeit der Mensch allmählich misstrauisch wird, gefährliche, unnatürliche Medikamente in seinen Körper aufzunehmen.

Erfahrungen aus dem Leserkreis

Seborrhö-Ekzem

Kalk ist ein sehr wichtiger Heilfaktor. Fast bei allen Krankheitsprozessen wird Kalk in die Therapie zur Unterstützung der Abwehrkräfte einbezogen. Auch bei Ekzemen, Bläschenausschlag und Hautentzündungen kann Kalk als Zusatztherapie unterstützend wirken und sogar ausschlaggebend die Heilung begünstigen, wie es bei unserer Leserin Frau M. K. aus L. der Fall war. Sie schreibt uns unter anderem:

«Und eine erfreuliche Nachricht. Seit etwa