Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 7 (1949-1950)
Heft: 3

Artikel: Biologischer Landbau : Vortrag
Autor: Vogel, A.
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-968719

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: 16.07.2025

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

TEUFEN (App.), Februar/März 1950

Siebter Jahrgang - Nr. 3

A. Z.
VILLMERGEN

Gesundheits-Nachrichten

MONATSZEITSCHRIFT FÜR NATURHEILKUNDE

Naturgemässe Ernährung, Körperpflege und Erziehung

Jahresabonnement:	Redaktion und Verlag: A. Vogel, Teufen	Vertriebsstelle für Österreich:	Insertionspreis:
Inland . . . . . Fr. 4.50 Ausland . . . . Fr. 5.70	Telefon (071) 3 61 70 Postcheck IX 10 775 Druck: Isenegger & Cie., Villmergen	Dr. Günther, Rechenweg 1 g, Innsbruck Abonnementspreis: 10 Sch. Postcheck-Nr. 129,335	Die 1spaltige mm-Zeile 30 Rp. Bei Wiederholungen Rabatt

AUS DEM INHALT

1. *Fünffingerkraut, Gänsekraut und Blutwurz* . . . 17
2. *Biologischer Landbau* 19
3. *Die Unterstützung der Natur* 20
4. *Ernährungsfragen für Gesunde und Kranke* . . . 21
5. *Vom Heben der Naturschätze* 21
6. *Unsere Heilkräuter: Potentilla* 21
7. *Fragen und Antworten: Langsame Beeinflussung von Drüsenstörungen* 22
8. *Aus dem Leserkreis: Rasche Hilfe bei Gelbsucht und Leberanschwellung* 23
9. *Warenkunde: Noch einmal Reform-Sauerkraut* . . 23

Fünffingerkraut, Gänsekraut und Blutwurz

Mit niedlichen Blättchen und gold'nem Gesicht
So steht Fünffingerkraut freundlich im Licht.
Mit goldenen Blütchen und silbernem Blatt
Wird Gänsekraut des Lebens nicht satt,
Und als die Dritte zum Schwesternpaar
Gesellt sich die Blutwurz fast unscheinbar,
Da kleiner die gelbe Blüte,
Doch grösser dafür ihre Güte,
Denn sie zumeist von den Dreien
Dir Hilfe lässt angedeihen.
Wenn du dich freust beim Wandern,
Sagt eines gespannt zu dem andern:
«Ob man uns recht wohl benennet,
Den Unterschied klar erkennet?
Gehören wir auch zusammen,
So sagen doch unsere Namen,
Dass jedes von uns was Eignes darf sein,
Darüber wir freuen uns im Verein
Und preisen mit frohem Gemüte
Die vielgestaltige Güte,
Die zwischen den Gräsern versteckt,
Der Leidende freudig entdeckt,
Das Auge gerne begrüsst,
Und die Sonne recht inniglich küsst.»

Biologischer Landbau

Vortrag von A. Vogel, gehalten am 18. Januar 1950 im Restaurant Wartmann, Winterthur

Da der Frühling mit seinen ersten Landarbeiten bereits vor der Türe steht, erfolgt auf vielseitigen Wunsch zuerst der Vortrag über biologischen Landbau.

Es ist schon eine schöne Zeitdauer verflossen, seit welcher Adam, der erste Mensch, der unsere schöne Erde in Besitz nehmen durfte, den Auftrag erhalten hat, sie zu bebauen und sich untertan zu machen und zwar nicht im Schweisse seines Angesichtes, wie dies seit seinem Versagen geschieht, sondern unter vollkommenen Voraussetzungen und Möglichkeiten. Er erhielt eine Pflanzenwelt zur Verfügung, die voll von mannigfachen Wundern war. Betrachten wir noch heute eine einzelne Pflanze, dann können wir feststellen, dass sie eigentlich für sich ein kleines Laboratorium darstellt. Stehen nun unsere Biologen vor all diesen vielen, kleinen Laboratorien, die ihnen die Natur in fertiger Form darbietet, dann müssen sie feststellen, dass eigentlich alles, was der Mensch geschaffen hat, recht unbedeutend und klein ist, gegenüber den mannigfachen Wundern, die im Bereich der lebendigen Schöpfung liegen. In keinem Masse mag daher menschliches Wirken an das Grosse herantreten, das der Schöpfer in die Natur hineingelegt hat. Was wir bis jetzt synthetisch aufgebaut haben, das musste meist mit grossen Werkzeugen, mit grossen Apparaten, mit riesiger Hitze, manchmal mit grossen Druckverhältnissen bewerkstelligt werden. Denken wir hiebei nur einmal an künstlichen Gummi oder irgend etwas ähnliches. Die Pflanzen dagegen können in den kleinsten Zellen, den kleinsten Gewächslein, welche aus dem Boden hervorsprossen und bei niederer Temperatur, die mannigfachsten Werte schaffen. Die Pflanze kann deshalb auch vom Standpunkt des Chemikers aus als ein riesiges Wunder betrachtet werden. Wenn wir ein Körnlein in die Erde versenken, sie mag schwarz, gelb oder anders farbig sein, dann wird dieses Körnlein keimen, wachsen und sich zur Pflanze entfalten. Wir könnten sowohl die Erde, in die wir das Körnlein betten, als auch das Körnlein selbst ohne Bedenken essen. Dass man nämlich Erde essen kann, das befremdet uns heute nicht mehr, da z. B. Lehmtrinkkuren ja allgemein bekannt sind. Essen wir nun aber die Pflanze, die aus dem Körnchen hervorgewachsen ist, dann besteht die Möglichkeit, dass wir uns vergiften können. Woher aber kam dieses Gift? Wie konnte es in die Pflanze eindringen, da weder der Erdboden, noch auch das Korn selbst solches enthalten? Es ist in der Tat ein Naturwunder, das sich hier abspielt, denn die Pflanze vermag aus dem harmlosen Boden sowohl Nährstoffe, wie auch Gifte zu produzieren. So kann sie aetherische Oele aus dem Boden herausholen, die duften und aromatisch sind, wo hingegen weder das Körnchen,

noch auch die Erde in dieser Form Aroma besitzen. Dies ist erneut ein grosses Wunder. Alles, was wir in der organischen Chemie bewundern, zergliedern, analysieren, zerlegen, alle interessanten Aufbaustoffe ziehen die Pflanzen, diese kleinen Laboratorien aus der gewöhnlichen Erde. Betrachten wir alle diese Vorgänge mit Bedacht und Erkenntnis, dann müssen wir unwillkürlich stille halten und uns sagen, dass sie überaus eigenartig sind. Jeder Aufrichtige wird sich vor der Grösse der Schöpferkraft unbedingt klein vorkommen. Wenn jemand ein Heilmittel aus der Arnika, dem Hamamelisstrauch oder einer andern Pflanze herstellt und glaubt, Grosses geleistet zu haben, so muss er sich doch immer wieder ganz kleinmütig zugeben, dass ihm auf diesem Gebiete nichts gelingen würde, wenn nicht die Pflanze zuvor ihre Arbeit geleistet und alle heilwirkenden Stoffe aus der Erde herausgezogen hätte. Sie vermochte alle gesammelten Wunderkräfte infolge einer Gesetzmässigkeit gestaltend aufzubauen.

Begeben wir uns einmal in die unberührte Natur, in den Urwald, die Steppe, wo alles schön automatisch vor sich geht, und wir nicht mit einer Düngung zu rechnen haben; der Boden schafft alles herbei; der Urwald düngt sich selbst. Wir müssen nur in jenenGegenden mit Düngungsfragen rechnen, in denen der Mensch eben durch zu grossen Verbrauch dem Boden gewisse Stoffe entzieht, ohne ihm solche wieder zurückzuerstatten. Wohl ist der Boden sehr freigebig, aber gleichwohl ist es vollauf begreiflich, dass wir ihn nicht ständig berauben können, ohne ihm auch wieder gewisse, notwendige Stoffe zurückzugeben. Es ist ausgeschlossen, dass wir nur Raubbau treiben dürften, ohne dem Boden irgend etwas von dem entlehnten Gut zurückzuerstatten. Es gibt zwar Gegenden, in denen man die Düngungsfrage nicht kennt. Nach dem Bericht eines Ingenieurs der viele Jahre im Kaukasus zugebracht hat, besteht dieses Land der schwarzen Erde aus metertiefem Humusboden, man könnte fast sagen aus bestem Kompost, der Jahrtausende alt ist, so dass sich der Boden von unten herauf immer wieder verjüngen kann und ersetzt, was man von oben her entzieht. Dort können die Kosaken den Pferdemist unbedenklich in die Tobel hinunterwerfen, denn er wird zur Düngung nicht benötigt. Man kann säen und ernten, und der Verlust ersetzt sich von unten herauf immer wieder aufs Neue, vielleicht noch Jahrtausende lang. Dort ist es erleichtert, die Erde zu bebauen, denn sie gibt ihren Ertrag nicht so mühsam her wie bei uns. Kein Wunder, dass verschiedene Politiker und Militaristen schon nach dem Besitz jener schwarzen Erde gelüstet haben, denn Milliarden von Werten mögen in einem solchen Boden liegen. Es ist daher begreiflich, wenn gewisse Machthaber in ihrer Berechnung sich nach dessen Ausbeute ausstreckten.

Aus eigener Erfahrung wissen wir, dass ein solcher Boden eine Seltenheit darstellt, denn wir kennen diesen ergibigen Reichtum nicht. Wir müssen im Gegenteil Abhilfe dagegen schaffen, dass der unsere nicht gänzlich verarmt. Es gibt nun hilfreiche Stimmen, die uns raten, alles wieder zum Natürlichen zurück zu führen. Dies nun ist leichter gesagt als getan. Wie war beispielsweise der Ursprung in unserm Schweizerländchen? Wälder wechselten mit kleinern Flächen von Wiesland. Ursprünglich wild wachsendes Getreide aber gab es früher nicht bei uns, ist es doch eine Steppenpflanze, die in die schwarze Erde hineingehört. Wenn wir Getreide ziehen wollen, dann sollten wir normalerweise diesem Getreide auch die biologischen Voraussetzungen schaffen. Müssen wir dem Boden quantitative Stoffe entziehen, dann müssen wir ihm anderseits auch wieder etwas dafür zurückerstatten. Ernten wir jahrelang ungedüngtes Gemüse, dann wird solches immer kleiner und kleiner werden und schliesslich wird der Boden zum notwendigen Wachstum nichts mehr darzureichen vermögen. Jene Stoffe, die wir dem Boden einseitig stark entziehen, müssen wir ihm daher auch wieder zuführen. Gar nicht zu düngen, ist absolut nicht biologischer Landbau, wenn man die Auswirkung etwas näher betrachtet.

Greifen wir die Frage etwas tiefer auf. Da sich die Menschen vermehrt haben und mehr aus dem Boden ziehen mussten, ist auch eine Ertragssteigerung notwendig geworden. Würden in unsrer Schweiz nur 500 000 Menschen leben, dann wäre das Problem der Nahrungsbeschaffung einfach, denn dann könnten wir genügend aus unserm Boden ziehen. Steigt aber die zu ernährende Zahl auf 4,5 Millionen, dann müssen wir notgedrungen aus dem Boden mehr ziehen können, damit er uns annähernd, wenn auch nicht ganz, darreicht, was wir benötigen. Wenn die Bodenpreise steigen, dann weiss jeder Landwirt, dass er entsprechend mehr aus seinem Boden herausholen muss. Ist dem jedoch nicht so, dann kann man auch etwas anders wirtschaften und den Boden dann und wann wieder ruhen lassen, wie dies früher gehandhabt wurde, denn man ist alsdann nicht gezwungen, einen möglichst grossen Ertrag zu erzielen. Die heutigen wirtschaftlichen Verhältnisse aber zwingen die Menschen mehr aus dem Boden herauszuholen.

Genau so ist es heute auch mit den Menschen selbst bestellt. Die heutigen Verhältnisse zwingen den Menschen mehr aus sich herauszuholen als ihm normalerweise eigentlich ohne Raubbau möglich ist, weshalb es unbedingt nötig ist, ihm wieder Ersatz zu beschaffen. Wenn wir dies jedoch in keiner Weise berücksichtigen, dann vollzieht sich der Raubbau auf Kosten der Reserven. Der Organismus muss Schaden leiden und der Mensch wird krank. Wenn wir mehr leisten müssen, können wir nicht einfach nur mehr essen, um dem Manco gerecht zu werden. O nein, dies wäre eine falsche Rechnung. Füttern wir uns gut auf, dann können wir wohl wesentlich dicker werden, niemand wird aber beobachtet haben, dass die Wohlbeleibten besonders leistungsfähig wären. Gleicherweise ist es auch mit der Pflanze. Wenn wir sie mästen, indem wir im Boden eine Massiv-Wirtschaft mit Massivdüngung betreiben, damit sie gross und fest wird, kann dies einige Zeit gehen, plötzlich aber wird bei der Pflanze das gleiche Resultat sichtbar werden, wie beim Menschen, denn sie wird erkranken. Die gleichen Verhältnisse können wir auch bei den Tieren feststellen, denn kein Bauer wird behaupten können, dass das Mastvieh, das er mit einseitiger Nahrung mästet, damit es zum Verkauf dick und fett werde, das gesündeste Vieh sei, denn gerade dadurch wird es ja in einem gewissen Sinne krank gemacht. Niemand wird behaupten, dass gestopfte Gänse zugleich auch gesunde Gänse seien, aber der Bauer, der sie stopft, will sie ja auch gar nicht gesund haben, sondern sie gewissermassen krank machen, damit sie recht fettleibig werden und einen fettriefenden Braten ergeben. Ob diese Nahrung nun gesund sein wird, ist eine Frage für sich. Auf alle Fälle handelt es sich hiebei in erster Linie um einen Rentabilitätsfaktor und um eine Rentabilitätsberechnung, nicht aber um gesundheitliche Ueberlegungen. Wollen wir uns hierüber Rechenschaft geben, dann müssen wir die gesundheitliche Frage genau studieren und prüfen, denn einmal ist es schon so, dass alles, was nicht natürlicher, beologischer Gesetzmässigkeit entspricht, wohl rentabel sein kann, aber nicht zugleich auch gesund sein wird. Gerade so ist man auch mit der Düngung vorgegangen. Man hat herausgefunden, welche Stoffe in einer Pflanze zu einem grössern Ertrag führen und diese Stoffe hat man alsdann dem Boden verabfolgt. Nachträglich aber konnte man feststellen, dass bei dieser Berechnung doch nicht alles stimmt, worauf man den Fehler wieder zu korrigieren begann. Jeder Bauer weiss; dass es einmal üblich war, Eisenvitriol in die Jauche zu schütten. Begreiflich hat nun dieses Vitriol als Verdauungsstoff im Boden gewirkt und die in ihm gebundenen Stoffe rasch gelöst. Aber das höhere Gras, das dadurch entstand, dauerte keine zehn Jahre. Auch der Bauer merkte, dass dies nicht auf die Länge gehen würde, sondern nur vorübergehend, als Folge aber ergab sich ein Fiasco. Viele solcher Beobachtungen konnte man in der Düngungsfrage feststellen und sie zeigten, dass nicht alles, was augenblicklich einen scheinbaren Erfolg zeitigt, auch auf die Dauer Ertragsvermehrung heisst, denn diese darf nicht nur eine quantitative, sondern sollte vor allem auch

eine qualitative Sache sein, wenn der Erfolg von Dauer sein soll. So ist es ja auch beim Menschen, wenn wir ihn widerstandsfähiger machen wollen, dann dürfen wir nicht nur dafür sorgen, dass er dicker und fester, sondern dass er gesünder wird.

Diesen Punkt nun dürfen wir auch bei der Pflanze nicht vergessen. Jede Düngung soll zugleich auch die Gesundheit der Pflanze verbessern oder doch zum mindesten nicht, auf Grund des quantitativen Erfolges, verschlechtern. Dies sind Dinge, die wir nicht mit irgendwelcher Schulweisheit oder mit Laboratoriumsversuchen über den Haufen werfen können. Wir können nicht nur eine Pflanzenpathologie aufstellen, wenn wir an Pflanzen Krankheitssymptome wahrnehmen. Wir müssen die ganzen Krankheitsgeschichten festlegen und dabei auch eine Pflanzenhygiene in Betracht ziehen und dies geht wieder auf das Gesundheitliche hinaus, wie wir ja auch beim Menschen und Tier gleicherweise vorgehen müssen.

Nicht nur die Medizin macht heute eine Krise durch, wie dies Dr. Aschner in seinem Buch: «Die Krise der Medizin» in die Welt hinausposaunen musste, nein, auch die Agrarchemiker müssen zugeben, dass auf ihrem Gebiet eine Krise besteht. Man versuchte alles nur denkbar Mögliche. Vorbildlich regten die Versuche und Ergebnisse aus Amerika an, denn dort hatte man ja die Erfolge herausgewirtschaftet, die für den Geldsack der Produzenten erfreulich gewesen sind, allerdings nur für die Anfänger, nicht aber auch für die folgenden Nachahmer. Der Vater mochte noch Gelingen haben, was bei dem Sohn bereits schon versagte.

Durch eine intensive Massivwirtschaft vermochte wohl der Vater soviel aus dem Boden herauswirtschaften, dass er dabei reich geworden ist, während der Sohn nachträglich verlumpen musste, da sich der Boden nicht auf diese Art ohne Nachteil ausbeuten liess. Es traten in der Folge Gleichgewichtsstörungen, Disharmonien ein, der Boden konnte und wollte sich nicht mehr nach den Richtlinien der Ausbeutung richten, denn er war verarmt und das grosse Fiasco musste eintreten. Riesige Gebiete von Hektaren um Hektaren verloren ihren Ertragsreichtum, ja, kehrten nicht einmal mehr zu ihrem früheren Ertrage zurück, den sie vor der Massivwirtschaft inne hatten. Dies muss uns unbedingt zu denken geben und uns aufhorchen lassen.

Wir wissen, dass der Boden alle jene Mineralstoffe notwendig hat, die wir ihm geben. So müssen wir z. B. die grosse Kalimenge, die wir durch die Ernte entziehen, auch wieder ersetzen. Weist der Boden nun Mangel an Kali auf, dann sehen wir, dass ihm ein Stoff fehlt. Man erkennt am gesamten Wachstum einen wesentlichen Mangel. Geben wir nun aber zuviel Kali, dann müssen wir wieder den Nachteil einheimsen. Die Versuche von Dr. Rost beweisen uns, dass Pflanzen, die durch die Düngung zu viel Kali erhalten haben, nachteilig auf das Gefässystem einzuwirken vermögen und zwar besonders bei den Frauen. Jnfolge Kaliüberdüngung haben sich Trombosen, Hämorrhoiden, Gefässschädigungen, Gefässtauungen eingestellt, und man konnte den Zusammenhang der Schädigungen zur Kaliüberdüngung einwandfrei und experimentuell nachweisen. Solche Beobachtungen müssen uns unbedingt zu denken geben.

Haben wir nun zu wenig Phosphor im Boden, dann wissen wir, dass es mit der Blüte, dem Fruchtansatz happert. Wir müssen deshalb unbedingt dafür besorgt sein, dass der Boden genügend Phosphor aufweist. Wir dürfen nun aber nicht wieder in jenen grossen Kardinalfehler verfallen, der uns anrät: «Viel hilft viel». Immer sind es die gleichen Gesetze, die wir beachten müssen und wir dürfen bei der Ernährung, der Medikamentierung, wie auch bei der Frage der Bodenbeschaffenheit die biologische Gesetzmässigkeit nicht ausser acht lassen..

Es nützt absolut nichts, diese biologische Gesetzmässigkeit umgehen zu wollen, um rascher ans Ziel zu kommen. Wer sich nicht nach ihr richten will, der wird irgendwie ein Fiasco erleiden müssen.

(Fortsetzung folgt!)

Die Unterstützung der Natur

Wir sollten stets darnach trachten die Natur in ihrem ganzen Werdegang zu unterstützen. Um dies zu können, müssen wir sie belauschen, müssen von ihr lernen und versuchen, ihr in ihrer Wirksamkeit behilflich zu sein. Nehmen wir nun an, es habe jemand einen Ausschlag. Es kann vorkommen, dass ein solcher durch eine Infektion von aussen herkommt. Bei einer gesunden Natur wird sofort die Abwehr einsetzen.

Die meisten Ekzeme aber kommen infolge eines innern Leidens. Bei einem Ekzem, einer nässenden oder trockenen Flechte ist es unbedingt notwendig die Niere zu vermehrter Tätigkeit anzuregen. Wenn man sowohl sie, wie auch die Leber mit ganz natürlichen Mitteln beeinflusst, dann geht das Ekzem schon bereits ganz schön zurück. Beobachtet man nun die Vorgänge im Körper gut, dann wird man eine Wechselwirkung gewahr werden, die äusserst interessant und aufschlussreich ist. Ein äusseres Leiden, wie sich dies in einem Ekzem, in einem offenen Bein zeigen kann, vermag in einer gewissen Beziehung zu einem innern Leiden stehen. Es gibt viele Patienten, die bestätigen können, dass das innere Leiden in Erscheinung tritt, sobald sich das offene Bein schliesst, während es verschwindet, wenn sich das Bein wieder öffnet und fliesst. Je mehr wir solche Wechselwirkungen beobachten können, umdesto mehr werden wir in unserer Feststellung bestärkt, dass beispielsweise ein offenes Bein ein Ventil für den Körper bedeuten kann. Wir dürfen es deshalb nicht schliessen. Manche Frau wäre nicht so alt geworden, wenn sie dieses Ventil geschlossen hätte, denn solange man die Notwendigkeit, das Bein offen zu halten, nicht von innen heraus beseitigt hat, so lange, darf man es auch nicht von aussen zupflastern, denn dies wäre grundverkehrt. Ein besonderer Fall möchte diese Behauptung beleuchten. Eine Patientin, die zwischen dem grossen Zehen schon jahrelang eine Fistel hatte, wurde schliesslich ungeduldig, denn es war ihr verleidet, immer mit einem Verband in einem Finken herumhumpeln zu müssen. Sie verlangte, dass sich die Fistel endlich schliessen möge. Nach einer entsprechenden Behandlung schloss sie sich denn auch, doch nach einem Vierteljahr aber musste sie wieder geöffnet werden, denn die Patientin befand sich in einem traurigen Zustand und hatte das Gefühl, sie halte es in ihrer eigenen Haut nicht mehr aus. Sobald die Fistel jedoch wieder floss, war es der Patientin auch wieder wohl und sie konnte wieder schlafen. Das Herz nebst andern Organen hatte zu spucken angefangen, als sich die Fistel geschlossen hatte und die Patientin, die den Zusammenhang und die Wechselwirkung der körperlichen Funktionen weder beobachtet, noch verstanden hatte, musste begreifen lernen, dass es eine Notwendigkeit ist, erst den Körper von innen heraus zu regenerieren, so dass das Ventil, das er sich auf irgend eine Weise nach aussen verschafft, ganz von selbst zuzuheilen beginnt. Eine entsprechend zweckmässige Behandlung setzte ein und erst nach 1½ Jahren war die Patientin so weit, dass der Körper von sich aus die Fistel schloss. Da nun die Heilung von innen heraus geschah, stellten sich auch nachträglich keine weitern Leiden mehr ein. Man muss selbstverständlich äusserlich mildern. Die gereizten Zellen müssen entsprechend leicht behandelt werden z. B. mit Johannisöl oder irgend etwas anderm, das zu mildern vermag. Die Heilung selbst aber muss von innen heraus geschehen. Haben wir nun ein offenes Bein, dann müssen wir die Venen regenerieren und darauf achten, die Stauungen innerlich zu beseitigen und das Blut richtig zu reinigen. Wir müssen ferner das ganze Gefässystem gut anregen. Um dies zu erreichen, können wir mit natürlichen Faktoren eingreifen. Je nach der Krankheit muss in erster Linie die Ernährung umgestellt werden und zweitens können wir mit natürlichen Mitteln eingreifen. Wenn bei Arterienverkalkung ein hoher Blutdruck festzustellen ist,