Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 42 (1985)
Heft: 10

Artikel: Die Gärten von Xochimilco
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-969908

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: 13.07.2025

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

oder 39 Grad Fieber haben, die Infektionen viel besser überwinden. Überängstliche Mütter rennen nun sofort in die Apotheke, geben dem Kind irgend ein chemisches Mittel, Zäpfchen oder gar Antibiotika, und wenn es dann anderntags völlig fieberfrei ist, sind sie glücklich. Das ist völlig verkehrt. Oft wird einem dann entgegengehalten: «Ja, aber wenn die Kinder zwei bis drei Tage etwas Fieber haben, das könnte gefährlich werden». Wenn ein Kind normalerweise gut schläft, in seiner Zeit den Rhythmus einhält, wenn es gut trinkt und die Darmtätigkeit in Ordnung ist, darf es ruhig zwei oder drei Tage lang etwas Fieber haben, denn gerade bei einer Grippe oder einem ähnlichen Infekt dauert es in der Regel drei Tage, bis der kleine Körper genügend Abwehrkräfte und Immunitätsstoffe entwickelt hat, um dem Erreger wirksam entgegenzutreten. Statt ängstlich zu sein ist es viel besser, kalte Wadenwickelchen mit verdünntem Molkenkonzentrat zu machen, wenn das Fieber einmal knapp über 39 Grad steigt. Die Milchsäure zieht das Blut in die Waden und leitet die Hitze vom Kopf weg. Man kann aber dem Kind auch ein warmes Kräuterbädchen mit Thymian zubereiten. Thymian hat zudem noch den Vorteil, dass ihm durch den Gehalt an Thymianöl desinfizierende Eigenschaften zugesprochen werden. Das Heilkraut wird einfach in ein Baumwollsäckchen getan, überbrüht und ins warme Badewasser gehängt. In der Regel sind die Kinder sehr dankbar und plantschen, trotz Fieber, im Badewasser herum. Nach dem Baden, das man zirka fünf Minuten durchführt, wird das Kind abgetrocknet, mit einem guten Hautfunktionsöl leicht eingerieben und wieder ins warme Bettchen gelegt.

Die Wahl der Mittel

Wichtig ist, dass man solchen Kindern ein bis zwei Tropfen Echinacea in etwas Wasser eingibt. Das stärkt die Abwehrkraft und hilft das Fieber rascher abklingen zu lassen. Sehr gut haben sich bei Kleinkindern die alten typischen Fiebermittel Aconitum D_6, Belladonna D_6 und vielleicht noch eine einmalige Gabe von Lachesis D_{12} bewährt. Kleinkinder sollte man vorwiegend nur mit homöopathischen Mitteln behandeln und zwar am besten mit Potenzen von D_6 an und darüber. Eine Ausnahme macht Echinacea, die als Urtinktur verabreicht wird. Falls sich Durchfall einstellen sollte, dann genügt ein Tröpfchen Tormentill in etwas Wasser aufgelöst. Auf keinen Fall soll das Fieber vertrieben werden, denn es ist die natürliche Abwehrreaktion des Körpers. Man muss es eben nur überwachen, ableiten und ausklingen lassen. Der kindliche Organismus muss lernen, mit den Angriffen von aussen, mit Bakterien und Viren zurechtzukommen und Abwehrstoffe zu entwickeln.

Die Gärten von Xochimilco

In vielen Teilen der Welt habe ich Naturgärten gesehen. Ohne grosse Mühe konnte man dort biologischen Landbau betreiben. Was ich aber in Xochimilco gesehen habe, davon war ich enorm beeindruckt. Wenn die Berichte stimmen, dann müssen die Azteken, als ihre Hauptstadt noch einem Venedig glich – indem die ganze Stadt auf Pfählen ruhend aufgebaut war und Wasserkanäle als Verbindungswege dienten – gut mit Früchten und Gemüse eingedeckt gewesen sein. Es sollen sogar schwimmende Inseln mit Schilf, Wurzeln, Zweigen, Buschwerk errichtet worden sein, die mit guter schwarzer Humus- oder Moorerde bedeckt und mit Gemüse bepflanzt wurden. Auf diese Weise war die Stadt immer mit frischem Gemüse versorgt.

Ungebundene Fröhlichkeit

Wir haben damals ein Fest mitgemacht, das die Mexikaner sicher von Zeit zu Zeit mit regem, fröhlichem Treiben auf ihren Booten, mit Musik und lustigem Gesang, feiern. Marimba ist die typisch mexikanische Musik. Während man durch die

Kanäle fuhr, ertönten alte mexikanische Weisen. Selten habe ich eine so fröhliche Gesellschaft gesehen, ohne eigentlich ausgelassen zu sein, die sich wie grosse Kinder an all den Naturschönheiten erfreute. Die Boote waren mit Blumengirlanden geschmückt, die einen lieblichen Duft verbreiteten. So ist man kilometerweit durch eine paradiesisch schöne, fruchtbare Landschaft, entlang der Kanäle gefahren, die heute noch gut erhalten sind und aus der Zeit stammen, bevor die Azteken mit den Spaniern in Berührung kamen. Links und rechts an den Kanalufern sieht man schwarze, fruchtbare Moorerde. Da gedeihen allerlei fruchttragende Bäume und Sträucher, vor allem aber Gemüse. Es herrscht eine paradiesische Fülle und Reichhaltigkeit. Das Schönste an diesem Fest war die natürliche und ungehemmte Fröhlichkeit dieser braungebrannten Menschen. Jung und alt vergnügte sich, als ob es weder Sorgen noch Leid in diesem Lande geben würde. Das bunte Treiben erinnerte mich in einem gewissen Sinne an die schwimmenden Märkte, die wir in Thailand erlebten, als flinke und wendige Boote voller Früchte durch die Kanäle trieben. Alles glich einem schwimmenden Markt, auf dem gehandelt, verkauft und auch Nahrung zubereitet und angeboten wurde. Kinder sprangen voller Fröhlichkeit ins Wasser, tollten und plätscherten herum. Sie zeigten eine ungebundene Fröhlichkeit, wie sie nur unter Naturkindern zu finden ist.

Von dieser ungezwungenen Stimmung wird man mitgerissen und lässt sich von diesem Geist derart beeinflussen, dass man ein paar Stunden in einer paradiesisch schönen Natur sorgenfrei geniessen kann. Die Ansicht der Gärten von Xochimilco sollte sich kein Europäer, der Mexiko besucht, entgehen lassen. Wenn er auch nur einen oder zwei Tage dort zubringen kann, wird er ein unvergessliches Erlebnis mit nach Hause nehmen. Er erhält zugleich einen Einblick in die Geschicklichkeit der indianischen Bevölkerung, wie diese, damals vor Jahrhunderten, die Natur pflegte und gestaltete.

Tropenregen

Wir fuhren in einem Einbaum auf dem Maranon, einem Fluss im Quellgebiet des Amazonas. Der Einbaum war zirka acht Meter lang und sehr solid gebaut. Zwei Indios, die sich hier einigermassen auskannten, begleiteten uns. Christian aus Graubünden, ein Mitarbeiter auf meiner Farm in Tarapoto/Peru – er lebte damals schon 16 Jahre in Peru – hatte uns geraten, unsere Medikamente in gut verschliessbare Plastiksäcke zu verpacken, ebenso unser Fotomaterial. Das Flusswasser war gelblich. Weder von den schönen Amazonasfischen noch von Piranhas war irgend etwas zu sehen. Nur hie und da sahen wir einen grossen Fisch flussaufwärts schwimmen. Christian erklärte uns, dass dies Delphine seien, die vom Meer heraufkämen. Haie waren es nicht, die hätte man an den aufwärtsstehenden Rückenflossen erkannt. Auf beiden Seiten stand dichter Urwald. Hie und da lag ein geknickter Baum im Wasser. Die Strömung war nicht sehr stark. Obschon die Sonne schien, hatte man das Gefühl von Feuchtigkeit. Die Luft war, wie das Hygrometer anzeigte, mit Feuchtigkeit durchdrungen.

Im Tropenregen

Wir fuhren langsam flussabwärts und unterhielten uns über die Erfahrung, die wir weiter oben mit den Jivaros, einem noch sehr primitiv lebenden Indianerstamm, gemacht hatten, als Christian nach vorne deutete und meinte, wir würden einem Sturm entgegenfahren. Auch die Indianer zeigten auf die schwarze Wand. Sie wussten besser als wir, was wir nun zu erwarten hatten. Christian empfahl uns, die Kleidung auszuziehen und zusammengerollt in einem Plastiksack zu verstauen. Wir hatten zwar ein Dach aus Palmblättern in der