

Liebe Leserinnen, liebe Leser,



Woran liegt es, dass viele Nord- und Mitteleuropäer nach dem Genuss von Zwiebeln, Knoblauch oder anderen Allium-Arten enorm durstig werden? So gesund Lauchgewächse auch sein mögen (vgl. H. Lück-Knobloch S. 6), man darf nicht vergessen, dass sie ihre schwefelhaltigen Inhaltsstoffe in erster Linie produzieren, um Fraßfeinde abzuschrecken. Dass diese Stoffe in vergleichsweise hoher Konzentration vorliegen und nicht »ohne« sind, merkt man spätestens wenn das Zubereiten der Zwiebel einem die Tränen in die Augen treibt.

Nimmt man zu viele rohe Zwiebeln oder Knoblauchzehen zu sich, reagiert der menschliche Körper auf die Überdosierung der schwefelhaltigen Inhaltsstoffe mit Gegenmaßnahmen, wobei die individuelle »Reizschwelle« sehr unterschiedlich sein kann. Um die vermeintlichen Schadstoffe zu verdünnen und auszuspülen, wird das verfügbare Wasser im Verdauungssystem konzentriert und gleichzeitig durch brennenden Durst solange neues angefordert bis die Schwefelverbindungen deutlich reduziert sind.

Die körperlichen Ausdünstungen von Menschen, die Zwiebeln oder Knoblauch gegessen haben, werden hierzulande häufig als störend empfunden, in anderen Kulturen wird der Geruchsentwicklung jedoch keine Bedeutung beimessen. Die strengriechenden, schwefelhaltigen Abbauprodukte kommen allerdings nicht, wie häufig angenommen, aus dem Magen. Tatsächlich werden sie über die Lungenbläschen an die Atemluft abgegeben.

Von allen Sinnen ist der Geruchssinn sehr eng mit dem Gedächtnis verbunden. Bestimmte Gerüche lösen sogar ganze Erinnerungskaska-

den aus und schaffen es blitzschnell, den Menschen gedanklich in eine andere Zeit, Situation und Stimmung zu versetzen.

Der japanische Alternativmediziner Masaru Emoto vertritt die Auffassung, dass auch Wasser – neben seiner physiologischen Bedeutung für den Körper (vgl. E. Bosse S. 13) – ein Gedächtnis besitzt und dass dies für unsere Gesundheit eine wichtige Rolle spielt: Wasser könne Gedanken und Gefühle (positive und negative) aufnehmen und speichern. Erkennbar sei dies anhand der Qualität der Eiskristalle, die sich beim Einfrieren aus dem Wasser formen würden: Negativ beeinflusstes Wasser bilde unvollkommene Kristalle. Da der Mensch zu 70% aus Wasser bestehe, seien sämtliche Abwehrkräfte des Körpers im Ungleichgewicht, wenn die Qualität des Zellwassers gering sei. Diese könne man zum Beispiel durch positive Schwingungen (Musik, freundliche Worte etc.) verbessern und damit zur Gesunderhaltung beitragen.

Die Interviews zur Situation der Homöopathie in Europa (vgl. S. 9) führte Malea Birke. Die vorgestellten Situationen sollen dafür sensibilisieren wie schwierig derzeit die rechtliche Anerkennung von Homöopathen in den verschiedenen Ländern ist.

Viel Freude beim Lesen wünscht Ihnen

Dr. Susanne Dell, Chefredakteurin