

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 9 (1952)
Heft: 7

Inhaltsverzeichnis

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

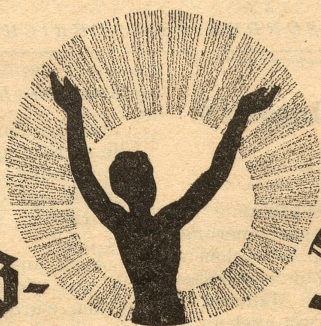
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 25.12.2025

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

Gesundheits-Nachrichten

MONATSZEITSCHRIFT FÜR NATURHEILKUNDE
Naturgemässe Ernährung, Körperpflege und Erziehung



Jahresabonnement:	Redaktion und Verlag: A. Vogel, Teufen	Vertriebsstelle für Deutschland:	Insertionspreis:
Inland Fr. 4.50	Telefon (071) 3 61 70 Postcheck IX 10 775	VITAM „Verlag“ Hameln Abonnement: 4.50 DM	Die 1spaltige mm-Zeile 30 Rp.
Ausland Fr. 5.70	Druck: Isenegger & Cie., Villmergen	Postcheckkonto Hannover 55456	Bei Wiederholungen Rabatt

AUS DEM INHALT

1. Riesenampfer 57
2. Biologischer Landbau 58
3. Augenleiden: Retinitis pigmentosa 59
4. Frisch vom Eise 60
5. Bazillenfurcht 60
6. Unsere Heilkräuter: Rumex alpinus
(Riesenampfer, Blacke) 61
7. Fragen und Antworten:
a) Heilung einer Nagelwurzelentzündung 62
b) Gute Geburt und langes Stillen 62
8. Aus dem Leserkreis:
Hilfe durch Naturheilmittel bei
vorgeschrittenem Alter 63
9. Warenkunde: Wallwurzinktur 63
10. Zu welcher Nahrung gehören Bohnen
und Erbsen? 63

Riesenampfer

Wie ungern hört man heute sagen,
Dass früher einst, in frohen Tagen
So manches anders, besser war,
Und doch ist solches wirklich klar:
Die Wiesen prangten bunter,
Die Kinder sangen munter
Beim Wandern um die Wette,
Und gingen sie zu Bette,
Erklang noch froh ein Abendlied
Voll Dank, voll Freud' und auch voll Fried'!

Die Wiesen wurden ärmer,
Zwar blüht der weisse Gerner
Noch immer im Voralpenland
Und auch die Blacke ist bekannt
Als Riesenampfer allen,
Mag sie auch nicht gefallen.
Gar manchen Schmerz hat sie bekämpft
Und manches Weh gelind gedämpft.
Der Sauerampfer ist ihr gleich,
Gehört er doch in ihr Bereich.

Noch immer steht die Pflanzenschar
Getreulich, wie es früher war
Zu unsrer Hilfe stets bereit,
Der Saft blieb gleich und auch das Kleid!
Doch wir sind anders heut' gesonnen,
Das grosse Los scheint uns gewonnen,
Wir glauben, dass wir klüger sind,
Nicht nur wir Allen, auch das Kind.
Und steigert sich auch unser Leid,
Wir wissen besser stets Bescheid.

Indes wächst immer, jedes Jahr,
Und bietet seine Hilfe dar
Das mannigfache Blütenheer,
Auch Gras und Kraut, ein ganzes Meer!
Es ändert seinen Segen nicht,
Es dringt im Sonnenschein ans Licht
Und sagt beharrlich: «Hol uns nur,
Noch wachsen wir auf stiller Flur
Und sind zum Teil wir auch vertrieben,
Sind da und dort wir doch geblieben.

Es braucht ein wenig mehr Geduld
Zu finden unsre liebe Huld,
Doch leben wahrlich alle noch
Und tragen mit der Menschen Joch!»
Ja, selbst der Ampfer, unscheinbar,
Zur Hilfe grünt er immerdar.
Zur Hilfe ist er stets bereit
In seinem schlichten, grünen Kleid.
Wer denkt, dass solch' bescheidnes Blatt
Gar manche gute Säfte hat?

Wie reichlich sind wir doch bedacht,
Der Schöpfer hat es gut gemacht!
Wir aber glauben dies mitnichten
Und wollen Besseres verrichten,
Wir wollen Gröss'res schaffen können,
Indes wir uns doch nur verrennen,
Denn wir sind wahrlich fehl gegangen,
Am Irrtum blieben wohl wir hängen,
Dum rasch nun wieder rechtsumkehrt,
Der Segen ist der Mühe wert!