

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 10 (1953)
Heft: 11

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: 29.12.2025

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	VITAM „Verlag“ Hameln Abonnement: 4.50 DM	Die 1spaltige mm-Zeile 30 Rp.
Ausland Fr. 5.70	Postcheck IX 10 775	Postcheckkonto Hannover 55456	Bei Wiederholungen Rabatt
	Druck: Isenegger & Cie., Villmergen		

PETERSILIE

«Wer ist nun an der Reihe,
Wem singen wir ein Lied,
Wem gilt die Sängeweih
In Wald und Feld und Ried?»
So fragen sich die Pflanzen,
Die Blumen allzumal:
«Wer möchte mit mir tanzen
Durch's grüne Freudental?»
Ja, staunet nur zusammen,
Ein Kräutlein kommt herbei
Mit einem Suppenstamm,
Von edler Schönheit frei.
Es dient im Küchenreiche
Und freut sich einfach, schlicht,
Da Arme und auch Reiche
Es wohl verachten nicht.
Ja, selbst die Kinderhorde
In ungetrübtem Spiel
Fand sonderbare Worte,
Die sagen zwar nicht viel.
Es tönt auf eig'ne Weise,
Das Lied vom Suppengrün,
Im trauten Kinderkreise
Wird Petersilie kühn.
Sie hebet froh die Blüte,
Die Blätter streckt sie aus
Und rühmet ihre Güte,
So dass es tönt ums Haus:
«Du Petersilie, kleine,
Als Suppenkraut bekannt,
Du Petersilie, feine,
Verlasse nicht das Land!
Im Garten dien' in Treue,
Wozu du bist bestimmt,
So dass man dich aufs Neue
Als heilsam zu sich nimmt!»

AUS DEM INHALT

1. Petersilie	81
2. Oele und Fette	81
3. Kälte im Süden	82
4. Erkältungskrankheiten	83
5. Rücksichtnahme auf das Herz	84
6. Schatzgräber der Neuzeit	84
7. Unsere Heilkräuter: Petroselinum hartense (Petersilie, Peterli)	85
8. Fragen und Antworten: a) Kleine Nachhilfe genügt	86
b) Fussgelenkentzündung	86
9. Aus dem Leserkreis: a) «Der kleine Doktor», ein belieb- tes Geschenk	87
b) Genick- und Kreuzschmerzen	87

Oele und Fette

Empirisches Erkennen

Seit Jahrzehnten haben jene, welche die Wichtigkeit der Naturkost für unsere Gesunderhaltung erkannt haben, auch nach unraffinierten, kaltgeschlagenen Oelen und gehärteten Fette Ausschau gehalten. Bereits schon im Jahre 1935 habe ich in meinem Buch «Die Nahrung als Heilfaktor» auf diese wichtigen Faktoren hingewiesen. Praktische Beobachtungen und Erfahrungen haben uns damals schon rein empirisch zu der Feststellung und Ueberzeugung geführt, dass wir durch das Einnehmen von Rohölen und Rohfetten eine ganz andere Wirkung erzielen und uns einer bessern Gesundheit erfreuen können als durch die Verwendung von raffinierten Oelen und gehärteten Fetten. Ich habe dies an Vorträgen und in verschiedenen Schriften immer wieder betont. Schon allein aus der Ueberlegung heraus, dass die zurückbleibenden Verbindungen von Metallsalzen, auch wenn sie nur noch in Spuren darin enthalten sind, gesundheitsschädlich wirken können, mussten wir zu unsern Schlussfolgerungen gelangen. Wer die homöopathische Naturgesetzsmässigkeit erfasst und richtig verstanden hat, dem leuchtet es auch ohne weiteres ein, dass man durch die Einnahme von gehärteten Oelen nicht nur dem Körper wertvermindernde Fette, sondern auch noch Metallsalze zuführt. Diese können öfters sogar noch konzentrierter sein, als es unsere üblichen homöopathischen Verbindungen sind. Man muss hiebei nur einmal an jene homöopathischen Aerzte und Heilpraktiker denken, die weit über die Verdünnungen von D 6 oder gar D 12 hinausgehen.