

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 37 (1980)  
**Heft:** 3

## 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

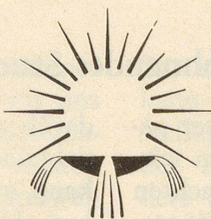
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media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

**Download PDF:** 16.02.2026

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



# GESUNDHEITS MONATSSCHRIFT FÜR



# NACHRICHTEN NATURHEILKUNDE

ERNÄHRUNG • KÖRPERPFLEGE • ERZIEHUNG

März 1980

37. Jahrgang

Redaktion und Verlag: A. Vogel und Frau S. Vogel, 9053 Teufen (Schweiz), Telefon 071 33 10 23  
Druck, Versand und Administration: Schoch & Co. AG, 3072 Ostermundigen

Schweiz: A. Vogel, Verlag der «Gesundheits-Nachrichten»  
Postcheck-Konto St. Gallen 90 – 10 775 Jahresabonnement: Fr. 10.50  
Deutschland: A. Vogel, Verlag der «Gesundheits-Nachrichten»  
Postcheck Karlsruhe 70082 – 756 DM 12.50  
Österreich: Spar- und Darlehenskasse Feldkirch, Postcheck 97,670 S 100.–  
Übriges Ausland: Fr. 12.50

## INHALT

1. Kannst du warten? . . . . .	33
2. Ein lohnendes Studium . . . . .	34
3. Erforschung unbekannter Vitalstoffe . . . . .	35
4. Was bedeutet natürliche Gesetzmässigkeit heute noch? . . . . .	37
5. Gasaustausch . . . . .	39
6. Unsere schmackhaften Erdbeeren . . . . .	41
7. Das Geheimnis des schwarzen Adlers . . . . .	42
8. Bärlauch, Allium ursinum . . . . .	44
9. Bedauernswerte Füsse . . . . .	45
10. Folgen mangelhafter Lebertätigkeit . . . . .	46
11. Aus dem Leserkreis:	
Erfahrung mit Petasites . . . . .	47

## KANNST DU WARTEN?

Sonne und auch milde Luft  
Wiederum den Blumen ruft  
Doch die Bergwelt tief im Schnee  
Kennt noch lang des Winters Weh,  
Drum muss sie noch warten,  
Bis es blüht im Garten! –

Warten muss auch unser Herz,  
Mag es sein bereits schon März.  
Hast genug vom Winter du,  
Such im Tiefland deine Ruh,  
Dort musst du nicht warten,  
Veilchen stehn im Garten. –

Bald es blüht in heller Pracht,  
Hoffnungsvoll die Sonne lacht,  
Süss die erste Amsel singt,  
Froh das Lied im Herz erklingt,  
Nein, du musst nicht warten,  
Wach ist unser Garten! –

Auch am Berg der Schnee wird gehn,  
Wenn die lauen Winde wehn.  
Wiesenkrokus dann zeigt an,  
Was der neue Frühling kann,  
Nicht mehr musst du warten,  
Bergland wird zum Garten! –

Habe darum noch Geduld,  
Ist es doch nicht deine Schuld,  
Wenn der Frühling später kommt,  
Als es deinem Herzen frommt.  
Kummer jene sparten,  
Die da lernten warten! –

S. V.

Umschlagbild: Noch immer Winter in den Bergen

Originalaufnahme von Ruth Vogel