

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 39 (1982)  
**Heft:** 4

## 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

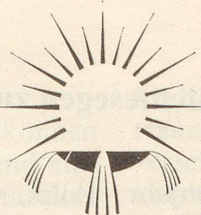
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media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

**Download PDF:** 23.02.2026

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



# GESUNDHEITS MONATSSCHRIFT FÜR



# NACHRICHTEN NATURHEILKUNDE

ERNÄHRUNG • KÖRPERPFLEGE • ERZIEHUNG

April 1982

39. 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, Telefon 031 51 15 01

Schweiz: A. Vogel, Verlag der «Gesundheits-Nachrichten»  
Postcheck-Konto St. Gallen 90-10 775

Jahresabonnement: Fr. 13.—

Deutschland: A. Vogel, Verlag der «Gesundheits-Nachrichten»  
Postcheck Karlsruhe 70082-756

DM 15.50

Österreich: Spar- und Darlehenskasse Feldkirch, Postcheck 97,670  
Übriges Ausland: Fr. 15.50

S 112.—

## INHALT

1. Was die Primel erzählt ..... 49
2. Wenn der Früchtesegen zu Ende geht ..... 50
3. Unzerstörbare Werte der Phytotherapie ..... 51
4. Woher stammt die Naschsucht und wohin kann sie führen? ..... 53
5. Die gefährdete Berufsethik der Neuzeit ..... 53
6. Die unerlässliche Darmreinigung vor Fastenkuren ..... 55
7. Gesundheitlicher Nutzen  
durch zielbewusstes Einnehmen von Gemüsesäften ..... 56
8. Vorzügliche Wirkung des Saftfastens  
bei verschiedenen Krankheiten ..... 58
9. Wie beeinflusst die Gemüsesaftkur Krebs und Leukämie? ..... 61
10. Wie kann man der Neigung zu Verschüttungen entgegenwirken?... 63
11. Günstiges Vorgehen bei gewissen Quetschungen..... 63
12. Echo zur Plastikbeutel-Auskunft ..... 64

## WAS DIE PRIMEL ERZÄHLT

Das Leben lacht,  
Wenn neu erwacht,  
Die Primel aus der Erde dringt,  
Und Vogeljauchzen froh erklingt!

Doch glaubte ich,  
Gar inniglich  
Und in der Tat, die Sonne scheint,  
Ich fühle mich mit ihr vereint!»

Die Primel sagt:  
«Es hat getagt!  
Ich schlief zwar fest, weil Eis und Schnee  
Bewahrten mich vor Leid und Weh. —

So ist es auch  
Bei uns der Brauch,  
Der Mensch zerstört das Sonnenlicht  
Mit seinen schlimmen Taten nicht.

Wie sonderbar,  
Ich ward gewahr,  
Die Erde wurde wieder weich  
Und rasch war ich im Lichtbereich!

Es preist der Mund  
Die frohe Kund,  
Dass Schöpfermacht es dem erhält,  
Der treulich sich zu ihr gesellt.

Ich drang hervor,  
Weil ich erkor  
Des Lebens wunderbares Gut,  
natürlich, dies erfordert Mut! —

«Dann ist dahin  
Des Bösen Sinn!»  
Die Primel es voll Freud erzählt,  
Jedwem der das Leben wählt! — S.V.

Umschlagbild: Leuchtende Bergprimel

Originalaufnahme von Ruth Vogel