

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 78 (2021)
Heft: 5

Vorwort: Editorial
Autor: Pauli, Andrea

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: 19.01.2026

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



Perlen, äh: Bohnen vors Säuli!

Liebe Leserinnen, liebe Leser

Manchmal verstehe ich die Welt nicht mehr: Da ist eine Pflanze unglaublich nahrhaft, ein Eiweisslieferant erster Güte und zudem überaus wertvoll für die Bodenfruchtbarkeit – und doch gilt sie eines Tages als minderwertig und landet, so sie überhaupt noch angebaut wird, im Futtertrog der Schweine. Bis Edelköche und Urban-Gardening-Aktivistinnen ein, zwei, drei Generationen später auf der Jagd nach neuem Superfood das Gewächs wiederentdecken – tatatataa, die gute alte Saubohne ist wieder da! Bei unseren südlichen Nachbarn, offenbar etwas vernünftiger als wir in der Schweiz und in Deutschland (respektive volkswirtschaftlich weniger begütert), stand und steht die dralle Bohne (die keine ist, sondern eine Wicke) traditionell seit jeher auf der Speisekarte und war nie «out». In Apulien genoss ich Anfang der 1990er-Jahre erstmals ein Püree daraus, serviert mit wildem Chicorée – hmmm!

So ähnlich wie mit den Bohnen läuft es in vielen Bereichen unseres ach so modernen Lebens. Da nehme ich mich nicht aus: Hätten Sie mich im Alter zwischen 20 und 30 nach Kneipp-Anwendungen befragt, hätte ich vermutlich die Augen verrollt – so was Altmodisches! Aus gereifter Sicht kann ich nur milde lächeln und vor Sebastian Kneipp, im Mai 200 Jahre alt, den Hut ziehen. Kalte Güsse und Barfusslaufen sind heute so wirksam wie ehemals. Als ich vergangenes Frühjahr aufgrund eines Unfalls für eine Weile zu ungewollter Bettruhe gezwungen war und mich kaum rühren konnte, erinnerte ich mich der Kneipp-schen Bürstenmassage. Die brachte ich allmorgendlich auch im Liegen zustande. Und was soll ich sagen: Die daraus resultierende Vitalisierung war so beglückend!

Ich bin überzeugt: Es lohnt sich immer, auf einen bewährten Erfahrungsschatz zu vertrauen.

Geben Sie gut auf sich acht!
Herzlichst, Ihre

Andrea Pauli

Andrea Pauli
a.pauli@verlag-avogel.ch

Gesundheits-Nachrichten
Postfach 63
CH-9053 Teufen
info@verlag-avogel.ch
www.gesundheits-nachrichten.ch