

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 13 (1956)
Heft: 12

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/Verlag: Dr. h. c. A. Vogel, Teufen	Vertriebsstelle für Deutschland:	Insertionspreis:
Inland Fr. 4.30	Telefon (071) 23 61 70 Postcheck IX 10 775	VITAM „Verlag“ Hameln Abonnement: 4.50 DM	Die Ispaltige mm-Zeile 30 Rp.
Ausland Fr. 5.70	Druck: Isenegger & Cie, Villmergen	Postcheckkonto Hannover 55456	Bei Wiederholungen Rabatt

AUS DEM INHALT: 1. Jahreswende und Lebensende. / 2. Vom Altern. / 3. Wunder der Kleinwelt. / 4. Vorbeugungsmaßnahmen gegen Erkältungen. / 5. Kalte Anwendungen. / 6. Kleine Ursachen und große Auswirkungen. / 7. Schleckereien. / 8. Das Geheimnis von Chichicastenango. / 9. Wildfrüchte. / 10. Gesundheitskaffee. / 11. Wer hilft uns helfen? / 12. Fragen und Antworten: a) Erfreuliche Besserung bei Arthritis deformans; b) Behebung von Schwangerschaftsbeschwerden. / 13. Aus dem Leserkreis: a) Günstige Mittel bei Nierenstein-Kolik; b) Was hilft bei Keuchhusten?; c) Kopfschmerzen verschwinden.

JAHRESPWENDE UND LEBENSENDE

Das alte Jahr, es neigt dem End' entgegen,
Noch will es seine fleiß'gen Hände regen,
Gibt auch der Feste viel, um zu vergessen,
Daß seine Zeit ist kurz und abgemessen.
So auch der Mensch, des Haare langsam grauen,
Er mag das Lebensende noch nicht schauen,
Drun wirkt er, so lang' es irgend geht,
Noch ist sein Dasein nicht im Wind' verweht!
Doch trotzdem steht das Ende vor der Tür,
Es mahnt und mahnet stetig für und für.
Warum der Mensch an seinem Leben hängt,
Selbst, wenn es ihn belastet und bedrückt,
Begrifflich ist's, es schuf zum Leben ihn,
Des Schöpfers Macht, der Tod war nicht sein Sinn;
Denn wär der Mensch gehorsam nur geblieben,
Er könnte leben immerdar in Frieden.
So muß er warten auf die gold'ne Zeit,
Die wiederum das Leben ihm erneut,
Und hofft er dies, dann ist sein Lebensende
Nur eine friedvolle Zeitenwende.
Er weiß, zur Jugend kehret er zurück,
Schon die Propheten glaubten diesem Glück.
Sinkt auch das alte, müde Jahr in's Grab,
Es kehret nicht zurück, die Zeit lief ab.
Der Mensch hingegen kann beruhigt sein,
Weil eine andre Kunde ihn schließt ein,
Der Sang von hoffnungsvollm Aufersteh'n
Verstummte nicht, ist heut' noch einzig schön!

Vom Alter

Wenn unsere Kinder erwachsen sind und die Klippen, die wir das Jahr hindurch beleuchteten, glücklich überwunden haben, schließt sich besonders mit dem Erscheinen der Großkinder der Kreis unserer Familienbetrachtung, nicht aber unser Lebenskreis selbst. Mit dem Altern tritt auch nebst anderen Unannehmlichkeiten das Schwinden unserer Kräfte in Erscheinung, und wir stehen vor neuen Problemen, die wir bewältigen müssen, auch wenn sie uns oft viel Mühe bereiten. Es gibt allerdings solche, die nie damit fertig werden und immer etwas zu jammern und zu klagen haben, selbst wenn ihnen ein Ausweg aus der Not winkt. Andere wieder tragen ihre Gebrechen stillschweigend, während die Klügsten nach Abhilfe Umschau halten.

Das Jahr vollendet mit dem letzten Monat getreulich seinen Lauf. Nur der Mensch mag nicht daran erinnert werden, daß auch ihm ein Halt geboten ist, denn im Grunde genommen, möchte er sein Lebenslichtlein viel weiter leuchten lassen. So lange er sich einigermaßen wohl fühlt, durchdringt ihn auch meist ein zäher Lebenswill, der jeweils nur durch Schmerz und Krankheit oder durch ein allgemeines Abschwachen gebrochen wird.

Allerlei Torheiten

Sieht man sich aber im geschäftigen Leben und Treiben der Menschen um, dann wundert man sich darüber, wie ungern sich heute die meisten Menschen zum Altern bekennen. Graue Haare gelten nicht mehr wie früher als ehrenhafte Errungenschaft, viele lassen sie färben, damit niemand inne werden soll, daß man gealtert hat. Wer aber schon in grauem Haar herumfliegt, gibt ihm jetzt wenigstens noch einen bläulichen Ton. Es soll dieser ansehnlicher sein als der silberne Glanz, den doch die Natur in ihrer Güte darreicht. Nein, der Mensch von heute ist nicht mehr mit den Gaben der Natur zufrieden, selbst viele Betagte wollen sie verbessern. So kommt es, daß der Mensch im allgemeinen seinen Sinn für das Echte und Wahre immer mehr verliert, und was früher unmöglich erschien, heute ist es Wirklichkeit geworden. Heute gibt es sogar Großmütter, die nicht mehr Genüge daran finden, sich an ihren Großkindern zu erfreuen, sonst müßten sie nicht die Torheit der Jungen nachahmen, weil auch sie noch jung erscheinen wollen, selbst wenn es nur ein Strohhalm ist, an dem sie sich halten. Bestimmt, es ist eine arme Täuschung, den Wandel der heutigen Zeit damit zu bejahen, indem man im Frauenkränzchen oder im Café nicht hinter den jungen Frauen und Mädchen, die man nicht vom Rauchen abhalten konnte, zurückstehen will. Im Gegenteil, es gehört zur damenhaften Geste, zum Glimmstengel zu greifen, um die Jungen zu bestärken. Es ist dies nun einmal zur Mode geworden und Mode ist meist Gedankenlosigkeit. So rauchen denn auch alte, ehrbare Frauen und sehen nicht, wie ihre Ehre dadurch schwindet, denn wer sich der Torheit gleichstellt, gibt wohl die Weisheit des Alters preis. — Aber es ist nun einmal so, daß man in vollen Zügen leben, nicht aber vergehen möchte! Eigenartig ist dabei nur, daß sich dieser Lebensdrang selbst im Wege steht, denn alles Schädliche, und dazu gehört bekanntlich auch das Rauchen, kürzt das Leben und schneidet den Lebensfaden voreilig ab.

Vernünftiges Handeln

Wieviel weiser wäre es daher, die Vernunft zu Rate zu ziehen. Sie würde uns anders belehren. Wir können unser Altern erträglich gestalten, wenn wir in unserer na-