

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 25 (1968)
Heft: 1

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](#)

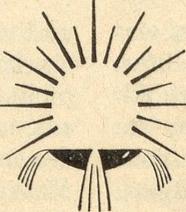
Terms of use

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: 12.01.2026

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

GESUNDHEITS MONATSSCHRIFT FÜR NACHRICHTEN



NATURHEILKUNDE

ERNAHRUNG • KÖRPERPFLEGE • ERZIEHUNG

Redaktion und Verlag: A. Vogel und Frau S. Vogel, 9053 Teufen (Schweiz), Telefon 071 33 10 23

Druck: Schoch & Co., 3072 Ostermundigen

Annoncen: Gesundheits-Nachrichten, Alte Landstrasse 2, 9450 Altstätten SG, Telefon 071 75 15 33

Schweiz: Postcheck-Konto St. Gallen 90 - 107 75 / Jahresabonnement: 7.- Fr.

Deutschland: A. Vogel, Verlag der Gesundheits-Nachrichten, 775 Konstanz, Postfach 138, Postcheck Karlsruhe 70082 7.- DM

Österreich: Spar- und Darlehenskasse Feldkirch, Postcheck 97 670 45.- S.

Übriges Ausland: Fr. 8.50

INHALT

1. Schwebebahn	1
2. Hinauf in die Höhe	2
3. Die Leber und der Krebs	3
4. Durchhalten	4
5. Verstopfung und neuzeitliche Darmdiät	6
6. Was bedeutet 3,4-Benzpyren ?	7
7. Ratschläge für Automobilisten	9
8. Zeitgemässer Gedankenauftausch	12
9. Instinkt und chemische Stoffe	14
10. Vogel-Brote	15
11. Santasapinasirup	16

SCHWEBEBAHN

Im alten wie im neuen Jahr
 Schwebst aufwärts du an einem Seil,
 Und oben hältst du wunderbar
 Der Berge Schönheit feil.

Du kleine Bahn, ein Wunder schier,
 Wie du das hohe Ziel erringst,
 So scheint es anderen und mir,
 Weil Schwierigkeiten du bezwingst ! —

Wer jedoch geistig aufwärts strebt,
 Ganz ohne Seil zum Ziel gelangt,
 Er über Tiefen mutig schwelt
 Und vor dem Abgrund ihm nicht bangt.

Auch ihm wird Schönheit froh zuteil,
 Er kostet sie im Alltagskleid,
 Er bringt sie anderen zum Heil,
 Denn gross genug ist seine Freud. —

So wähle dir, Geist oder Bahn ?
 Wähl Berge oder höhern Schwung,
 Es ziehet beides himmelan,
 Doch bleibt der Geist weit länger jung. —