

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 26 (1969)  
**Heft:** 2

## 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:** 25.04.2026

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



# GESUNDHEITS NACHRICHTEN

## MONATSSCHRIFT FÜR NATURHEILKUNDE

ERNÄHRUNG • KÖRPERPFLEGE • ERZIEHUNG

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

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. Des Löwen Rast . . . . .	17
2. Der Löwe und seine Ernährung . . . . .	18
3. Die Bauchspeicheldrüse und ihre zwei Schwestern . . . . .	19
4. Verderblicher Einfluss von Fett und Eiweiss . . . . .	20
5. Gedächtnisschwäche . . . . .	22
6. Schnelle Hilfe bei Herzkrämpfen . . . . .	23
7. Günstige Pflege bei Sehnen- und Muskelschmerzen . . . . .	24
8. Mittel gegen Aphthen und Mundfäule . . . . .	25
9. Leichte Geburten . . . . .	26
10. Auto-, See- und Luftkrankheit . . . . .	26
11. Kunsterzeugnisse aus Amerika . . . . .	28
12. Mariendistel, Silybum Marianum . . . . .	30
13. Was man von Tannenknochen wissen sollte . . . . .	31
14. Aus dem Leserkreis:	
a) Roher Kartoffelsaft bei schwerer Spondylosis . . . . .	32
b) Vertrauenerweckend . . . . .	32

### DES LÖWEN RAST

Nur wenn den Löwen hungert, lockt es ihn zu jagen,  
 Sonst liebt er mehr die Stille der Natur  
 Und wird sich träumend diese Stunden nicht versagen,  
 Sucht in der Ruh er wohl des Glückes Spur? —

Bedenk, er könnte sein ein König unter Tieren,  
 Wollt er beherrschen sie zu jeder Zeit,  
 Wenn ihn die Unrast treibt, lässt er sich nicht beirren,  
 Und viele zittern, wenn er brüllend schreit.

Doch wenn er abgewandt und tief in sich versunken,  
 Vergisst, was alles um ihn her geschieht,  
 Dann scheint er so zu sein, wie einer, der betrunken,  
 Weil ihn beschäftigt ein altes Lied.

Ein Lied, das weit zurück zum Garten Eden reicht,  
 Wo jeder sonnte sich in Harmonie,  
 Ein Lied, das sehnsuchtsvoll nicht vor der Zukunft  
weicht,

Weil ihm nicht fremd, das bange Wörtlein «wie?»  
 Ja, dieses Lied erklärt vom Löwen unsrer Tage,  
 Dass er wird fressen Stroh, so wie das Rind,  
 Denn Zeiten ohne Tränen, ohne bittere Klage  
 Tatsächlich bald bei uns vorhanden sind.

Nach jähem Sturm die Macht des Bösen wird  
geschieden,

Wie seufzte doch die Schöpfung vorher schwer,  
 Nun atmet selbst der Löwe auf in tiefem Frieden,  
 Die Sehnsucht ist gestillt, was will er mehr?

Umschlagbild: Ruhender Löwe aus Ostafrika

Originalaufnahme von Ruth Vogel