

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 32 (1975)  
**Heft:** 9

## 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:** 21.02.2026

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

# GESUNDHEITS MONATSSCHRIFT FÜR NACHRICHTEN



## NATURHEILKUNDE

ERNAHRUNG · KÖRPERPFLEGE · ERZIEHUNG

September 1975

32. 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

Schweiz:	A. Vogel, Verlag der «Gesundheits-Nachrichten» Postcheck-Konto St. Gallen 90-10775	Jahresabonnement: Fr. 10.50
Deutschland:	A. Vogel, Verlag der «Gesundheits-Nachrichten» Postcheck Karlsruhe 70082 - 756	DM 10.50
Österreich:	Spar- und Darlehenskasse Feldkirch, Postcheck 97,670 Uebrigtes Ausland: Fr. 12.50	S 68.-

### INHALT

1. Die wohlverdiente Rast . . . . .	129	12. Augenleiden . . . . .	140
2. Vorbeugen vorteilhafter als Heilen .	130	13. Unfruchtbarkeit beheben . . . . .	141
3. Verbrennen heisst Werte vernichten	131	14. Fleischvergiftung . . . . .	142
4. Aloe . . . . .	132	15. Natürliche Ratschläge empfehlen sich	143
5. Ein Baum, der Zucker liefert . . . .	133	16. Aus dem Leserkreis:	
6. Ein ausdauernder Tropenfreund . .	134	a) Hilfe bei Angina pectoris . . . . .	143
7. Krampfadern . . . . .	135	b) Wallwurz bewährt sich . . . . .	144
8. Gebärmuttermyome . . . . .	136	17. Zur Beachtung:	
9. Rohkost für Tbc-Gefährdete . . .	137	a) Hausspezialitäten . . . . .	144
10. Arthrosen im Jugendalter . . . .	138	b) Leberbuchversand . . . . .	144
11. Muskelrheuma . . . . .	139	c) Briefwechsel . . . . .	144

### DIE WOHLVERDIENTE RAST

Da weiden sie, die Schafe in dem Tale  
Indes die Berge ragen in die Höh',  
Sie sonnen sich im letzten Abendstrahle  
und kennen nicht des Kummers bittres Weh.  
Wie sollten sie? Sie haben nichts verschuldet,  
Es drückt sie wahrlich keine schwere Last,  
Sie haben gegenseitig sich geduldet,  
Und wohlverdient geniessen sie die Rast. —  
Was brauchen sie denn anderes zum Leben?  
Genügend Platz, genügend Nahrung auch,  
Kein Glied der Herde ist dem Neid erlegen,  
Wie es bei uns so oftmals ist der Brauch.  
Die ganze Erde hätt' wohl mancher gerne,  
Nicht nur ein abgegrenztes Wiesenland,

Die Herrschenden gar möchten Mond und Sterne,  
Drum glitt der Friede aus des Menschen Hand. —  
Die Schafe aber sind sich treu geblieben,  
Für sie ist das Bescheidene genug,  
Hätt' nur auch uns die Selbstsucht nicht getrieben,  
Würd weder Täuschung blenden uns noch Trug. —  
Statt unsre schöne Erde zu verderben,  
Wir würden sie gestalten in ein Paradies  
Und wären dann des Glückes reiche Erben,  
Nun aber es den Erdenball verliess.  
Zu schwer scheint es für uns zurückzukehren,  
Den Schafen gleich in die Zufriedenheit,  
Dann würd uns wiederum erneut gewähren,  
Der Abendfriede seine frohe Zeit.

S. V.

Umschlagbild: Schafherde im Bergell

Originalaufnahme von Ruth Vogel