

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 39 (1982)
Heft: 6

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](#)

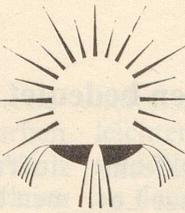
Terms of use

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: 23.02.2026

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

GESUNDHEITS MONATSSCHRIFT FÜR NACHRICHTEN



NATURHEILKUNDE

ERNAHRUNG • KÖRPERPFLEGE • ERZIEHUNG

Juni 1982

39. 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, Telefon 031 51 15 01

| | | |
|--------------|--|----------------------------|
| Schweiz: | A. Vogel, Verlag der «Gesundheits-Nachrichten» Postcheck-Konto St. Gallen 90-10 775 | Jahresabonnement: Fr. 13.— |
| Deutschland: | A. Vogel, Verlag der «Gesundheits-Nachrichten» Postcheck Karlsruhe 70082-756 | DM 15.50 |
| Österreich: | Spar- und Darlehenskasse Feldkirch, Postcheck 97,670 Übriges Ausland: Fr. 15.50 | S 115.— |

INHALT

| | |
|--|----|
| 1. Jungfräulicher Berg | 81 |
| 2. Atmen bedeutet leben..... | 82 |
| 3. Berücksichtigung individueller Empfindlichkeiten..... | 84 |
| 4. Vorteilhafte Schwangerschaft | 85 |
| 5. Wenn wir altern..... | 88 |
| 6. Empfehlenswerte Trinksitten | 91 |
| 7. Tierversuche | 92 |
| 8. Zur endgültigen Abklärung der Pendelfrage | 94 |
| 9. Wie unbefangene Kinder das Rassenproblem lösen | 95 |

JUNGFRAULICHER BERG

Wieviel Schönheit und erhabner Sinn
Liegt verborgen in der Alpenwelt,
Weil des Friedens Stille zum Gewinn
Sich harmonisch noch hinzugesellt.
In der Einsamkeit so wunderbar
Mancher Müde sich erholen kann,
Stärkt sich durch und durch fürs ganze Jahr
Und betrachtet alles anders nun fortan.
Durch den Hauch der Ruhe tief beglückt,
Es für ihn in Zukunft Bessres gibt,
In die Hast, den Lärm kehrt zwar zurück
Seine Seele, die nun tiefre Werte liebt. –
Warum solch ein Berg nun Jungfrau heisst,
Wird in seinem Sinn ihm plötzlich klar,
Einer wahren Jungfrau reiner Geist
Wird dadurch ihm nunmehr offenbar.
Selbst im Tal verliert sich nicht der Glanz,
Den er auf dem Firnschnee still genoss,

Geht nicht unter mehr im Lebenstanz,
Der zuvor ihn ruhelos verdross! –
Sonnenschein und unberührter Schnee
Spiegeln sich in seinem Tageslauf,
Und es wird ihm nicht mehr leidvoll weh,
Überzeugt, das Böse höret auf! –
Eine Macht, die lauter Schönheit schuf,
Duldet künftig auf die Länge nicht
Hässlichkeit, denn göttlicher Beruf
Bringt das Böse wahrlich ins Gericht. –
Reingefegt wird dann die Erde sein,
Einer würdgen Jungfrau gleichet sie;
Wie in schlchter Bergwelt still und rein
Friede herrscht dann ohne Streit und Mühl! –
Darum Jungfrau, Berg der Alpenwelt,
Leucht' als Sinnbild der Erhabenheit
Herrlich unterm blauen Himmelszelt,
Stetes Glück verheissend weit und breit!

S.V.

Umschlagbild: Stattliche Jungfrau im Berner Oberland

Originalaufnahme von Ruth Vogel