

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 44 (1987)
Heft: 8

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: 11.01.2026

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

GESUNDHEITS MONATSSCHRIFT FÜR NACHRICHTEN NATURHEILKUNDE

ERNAHRUNG · KÖRPERPFLEGE · ERZIEHUNG

August 1987

44. Jahrgang

Redaktion und Verlag: A. Vogel und Frl. R. Vogel, 9053 Teufen (Schweiz), Telefon 071 33 10 23
Druck, Versand und Administration: Schoch & Co. AG, 3072 Ostermundigen, Telefon 031 51 17 75

Schweiz:	A. Vogel, Verlag der «Gesundheits-Nachrichten» Postcheck-Konto St. Gallen 90-10 775	Jahresabonnement: Fr. 15.—
Deutschland:	A. Vogel, Verlag der «Gesundheits-Nachrichten» 7750 Konstanz, Postfach 1138; Postcheck-Konto Karlsruhe 70082-756	DM 18.—
Österreich:	Spar- und Darlehenskasse Feldkirch, Postcheck 97,670	S 130.—
	Übriges Ausland: Fr. 18.—	

INHALT

1. Fühlbare Gegensätze	113
2. Gewichtsprobleme	114
3. Ein paar Ratschläge, um besser schlafen und den Tag frischer überstehen zu können	117
4. Meerrettich	118
5. Im Reich der Inkas	120
6. Aus unserem Leserkreis	123

FÜHLBARE GEGENSÄTZE

Seen zwischen Bergen eingebettet
Haben ihre Schönheit meist gerettet,
Denn gar sachlich ist das Leben heute,
Das Geschäft, es erntet reiche Beute. –
Alles ist der Technik drum ergeben,
Manche Drähte durch die Landschaft schweben,
Schienenstränge und auch Autostrassen
Lassen gar viel Rollwerk auf sich rasen.
Doch ein See, fernab von dem Getriebe,
Spricht noch immer von des Schöpfers Liebe,
Der für uns die Erde liess erstehen,
Schönheitsvoll durch seines Geistes Wehen. –

Zwar der Mensch will mehr noch haben,
Wühlen muss er drum und ernstlich graben;
Götter sind für ihn die Industrien,
Den Maschinen hat er Kraft verliehen,
Schmutz und Lärm nebst andern Hässlichkeiten
Immer grössern Kummer uns bereiten! –
Drum, wenn irgendwo ein stilles Walten
Uns den Geist der Schönheit kann erhalten,
Heissen wir willkommen solche Gaben,
Denn an ihnen möchten wir uns laben,
Sind sie Schätze doch aus Schöpfers Händen,
Die noch heute reichen Segen spenden! –

S. V.

Umschlagbild: Oberengadiner Seen

Originalaufnahme von Ruth Vogel