

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 45 (1988)
Heft: 7

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: 22.01.2026

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

GESUNDHEITS MONATSSCHRIFT FÜR



NACHRICHTEN NATURHEILKUNDE

ERNÄHRUNG • KÖRPERPFLEGE • ERZIEHUNG

Juli 1988

45. 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 90-10 775-6	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 Übriges Ausland: Fr. 18.-	S 130.—

INHALT

1. Erholsame Einsamkeit	97
2. Wie kann man heute noch gesund leben?	98
3. Pilzkrankheiten.....	100
4. Entsauerungskur	101
5. Brennessel (Urtica).....	102
6. Pioniere, die gehört werden sollten.....	103
7. Ruhig Schlafen	105
8. Aus unserem Leserkreis.....	106

ERHOLSA ME EINSAMKEIT

Immer grösser wird die Menge,
Die mit lärmendem Gedränge
Über unsre Erde schwirrt,
Sich in lauter Hast verirrt.
Ist es nicht vielmehr Verdruss
Als ein lieblicher Genuss,
Sein begrenztes Erdenleben
Dem Begehrten hinzugeben? –
Sieht man denn das Schöne noch,
Wenn die Eile wird zum Joch,
Wenn auf jeglichem Gebiet
Unvernunft durchs Dasein zieht? –
Wirst du in die Bergwelt kommen,
Bahnen heissen dich willkommen,
In der stillen Einsamkeit

Fluggedröhnen sein Echo weit
Trägt selbst an den fernsten Ort,
Die Erholung, sie ist fort! –
Was geschieht am Meerestrände,
Im verlassnen Küstenlande?
Unruhvoller Menschenschwarm
Kommt dort hin und schlägt Alarm! –
Ja, die Einsamkeit, sie weicht,
Wenn die Menge sie erreicht.
Darum, wo noch Stille walte,
Wo noch Schönheit sich entfaltet,
Findet mit Genügsamkeit
Unser Herz noch echte Freud',
Wahren Wert es nicht verlor
Und das Glück es sich erkore! –
S. V.

Umschlagbild: Olivenbäume auf Lesbos

Originalaufnahme von Ruth Vogel