

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 46 (1989)  
**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

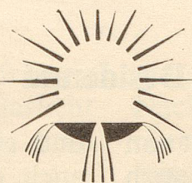
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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:** 24.04.2026

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



Februar 1989

46. Jahrgang

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

Schweiz: A. Vogel, Verlag der «Gesundheits-Nachrichten»  
Postcheck-Konto St. Gallen 90-10775-6 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 S 130.—  
Übriges Ausland: Fr. 18.—

### INHALT

1. Weiss oder braun .....	17
2. Desiderata .....	18
3. Im Schmelztiegel der modernen Zeit .....	18
4. Erfahrungen aus Brasilien .....	19
5. Die Augen .....	22
6. Naturreis .....	23
7. Freude als Heilmittel .....	24
8. Eiweiss-Probleme .....	25
9. Wann und wie ich die Echinacea-Pflanze kennenlernte! .....	26
10. Eine Nachricht aus alter Zeit! .....	29
11. Aus unserem Leserkreis .....	29

### WEISS ODER BRAUN

Ob ein braunes Gesicht uns entgegenlacht,  
Ob ein weisses es zustandegebracht,  
Uns mit freud'gem Lächeln ins Herz zu schliessen,  
Ist gleich! Soll uns die Haut denn verdrissen?

Mit nichten, denn da jegliche Heiterkeit  
Unser Empfinden im stillen erfreut,  
Grüssen wir freundlich auch braune Gesichter,  
Leuchtende Augen sind warme Lichter,

Laternenchen, die funkeln im Dunkel der Welt,  
Drum lächelt, Kinder, soviel's euch gefällt,  
Denn Brücken ihr bauet mit heiterem Blick,  
Freundlichkeit gerne zu euch kehrt zurück!

S. V.