

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

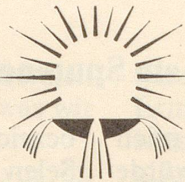
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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:** 25.04.2026

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



Juni 1989

46. 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 90-10775-6 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. Der Drang in die Ferne .....	81
2. Selen – ein Spurenelement .....	82
3. Das Bier – ein gesundes Getränk? .....	83
4. Russland und die Volksmedizin .....	86
5. Rudolf Breuss, ein Pionier der natürlichen Ernährungs- und Lebensweise, wird 90 Jahre alt! .....	87
6. Schlankheitskuren .....	87
7. Schlank bleiben mit Kelp .....	88
8. Die Milch .....	90
9. Aus unserem Leserkreis .....	91

### DER DRANG IN DIE FERNE

Schon früher war es des Menschen Begehren,  
Sich durch den Handel recht tüchtig zu wehren;  
Er nützte, was immer ihm dienlich konnt' sein,  
Die Wellen des Meeres, sie luden ihn ein! –  
Er baute sich Schiffe am felsigen Strand,  
Mit Frachten beladen verliess er sein Land,  
Zu holen sich Reichtum, trieb doch es ihn fort,  
Weit weg in die Ferne, von Ort stets zu Ort. –  
Auch baut' er sich Häfen an günstigem Platz,  
Wo er sich konnt' bergen manch kostbaren Schatz.  
Vor Sturm und vor Wetter war gut er geschützt,  
All dies hat bis heute ihm reichlich genützt! –

Es half ihm entfalten den Hang nach der Welt,  
Doch manches der Schiffe ist jäh auch zerschellt! –  
Viel Güter erwarb er, verlor zwar dabei  
Die innere Ruhe, doch fühlt er sich frei,  
Zu handeln nach eigener Freude und Lust,  
Mocht dabei auch leiden das Herz in der Brust,  
Weil draussen er fand nicht das friedliche Glück,  
Auch findet er's nicht, kehrt er ruhlos zurück. –  
Drum, wenn ich die Schiffe am Landungsplatz seh',  
Ergreift mich die Sorge mit bangendem Weh.  
Der Drang in die Ferne ist nichts als nur Flucht  
Vorm eigenen Fühlen, das Frieden doch sucht! –

S. V.

Umschlagbild: Dardanellen-Fähre

Originalaufnahme von Ruth Vogel