

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 24 (1967)  
**Heft:** 2

## Inhaltsverzeichnis

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

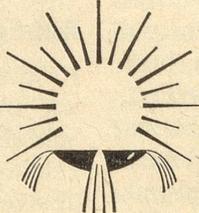
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 17.05.2025

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



# GESUNDHEITS NACHRICHTEN

## MONATSSCHRIFT FÜR NATURHEILKUNDE

ERNÄHRUNG • KÖRPERPFLEGE • ERZIEHUNG

Redaktion und Verlag: A. Vogel und Frau S. Vogel, 9053 Teufen (Schweiz), Telefon 071 33 10 23  
 Druck: Schoch & Co., 3072 Ostermundigen

Schweiz: Postcheck-Konto St. Gallen 90 - 107 75 / Jahresabonnement: 7.- Fr.  
 Deutschland: A. Vogel, Verlag der Gesundheits-Nachrichten, 7,- DM  
 775 Konstanz, Postfach 138, Postcheck Karlsruhe 70082  
 Österreich: Spar- und Darlehenskasse Feldkirch, Postcheck 97 670 45.- S.  
 Übriges Ausland: Fr. 8.50

Insertionspreis: Die 1spaltige mm-Zeile 35 Rp. Bei Wiederholungen Rabatt

### INHALT

1. Friedvoll überragen . . . . .	17
2. Begegnung mit wilden Tieren . . . . .	18
3. Diät . . . . .	21
4. Die Wesensart der Massage . . . . .	23
5. Gesundheitliche Kleiderfragen . . . . .	24
6. Schüttellähmung (Paralysis agitans) . . . . .	26
7. Impfschäden . . . . .	27
8. Heute bin ich sterbensmüde . . . . .	28
9. Wie kann man alt werden ? . . . . .	29
10. Lycopus virginicus und europäus . . . . .	30
11. Mönchspfeffer (Vitex agnus castus) . . . . .	31
12. Aus dem Leserkreis:	
a) Hilfeleistung bei Krampfadern . . . . .	31
b) Schwangerschaft während schwerer Blutarmut . . . . .	32

### FRIEDVOLL ÜBERRAGEN

Ist die Erde auch nur klein,  
 Vielgestaltiger könnt kaum sie sein.  
 Fern von hier, an anderm Ort,  
 Siehst du wieder andres, fort und fort.

Staunen würd in dir erstehn,  
 Würdest du zwischen Bäumen schreiten sehn  
 Eine mächtige Gestalt,  
 Gut gelaunt und nicht besonders alt.

Sachte wiegend ihren Gang,  
 Hoch den Kopf, die Beine äusserst lang.  
 Naschend nagt am höchsten Ast  
 Friedlich dieser demutsvolle Gast.

Soll er stolz, erhaben sein,  
 Weil wir gegen ihn gering und klein ?  
 Nicht doch, 'ne Giraffe nur  
 Und von Hochmut nicht die kleinste Spur !

Ein Geschöpf wie andre auch,  
 Andre leben lassen, heisst sein Brauch.  
 Hochgesinnt wie solch ein Tier,  
 Friedvoll, einfach sollten sein auch wir !

Wie wär dann das Leben schön !  
 Kriege würd die Erde nicht mehr sehn;  
 Wer nicht streitet und nicht klagt,  
 Unabwendbar Schweres überragt. —

Bildlegende: Giraffe im afrikanischen Busch

Originalaufnahme von Ruth Vogel