



Fuer unsere Hausfrau:

O, frage nicht

Wie wird doch alles enden noch?
Wie wird sich alles enden noch?
O, frage nicht; es gibt die Zeit.
Wer weiß, dir nur so bald Bescheid!

Schon manchen Sehnsüchtigen list du dar,
Das deiner Jugend teuer war,
Und jedes Jahr, das dir verfliehet,
Wetret um eine Gossung dich.

Wie trügst du noch mit festem Mut
Du dieses Lebens mühsam Gut,
Wie trügst du noch mit festem Mut
Du dieses Lebens mühsam Gut?

O, frage nicht, was werden wird;
Och deine Strafe unbedacht,
Und spende Dank dem Weltgeist,
Dass du, was deiner harret, nicht weißt!

Robert Waldmüller

Sei tapfer!

Lach dich nicht beugen von deinem
Leid, lach dich nicht beugen von deinem
Leid, lach dich nicht beugen von deinem
Leid, lach dich nicht beugen von deinem

Schmäh mag es scheinen, daß das
Leid, das über uns zusammenbricht,
unüberwindlich ist und unsere ganze
Lebenskraft zu erschöpfen droht. La-

sen wir den herben Schicksalschlag
uns zu fühlen, daß wir uns nicht
wieder alleine ohne fremde Hilfe
aufzurichten vermögen, dann em-

pfinden wir seine Hand weit tiefer
als wenn wir ihm mit festem Mut
ins Auge schauen und uns sagen —
das Leben muß weiter gehen, und

wenn ich nicht selber mein möglich-
stes dazu beibringe, diese Trauer, diese
Qual zu überwinden, dann bin ich
es, der am Ende am meisten darun-

ter zu leiden hat.“ Wohl nehmen
unser Mitmenschen an unserer
Trauer, an unserer Unglücks Anteil
— aber adten sie uns nicht viel

mehr, wenn wir den Schicksalschlag
mutig tragen, wenn wir ihnen mit
einem freundlichen Gesicht begegnen
anstatt ihnen unser Leid zu klagen.

Wenn ein Leid dich schwer bedrängt,
Triff entgegen ihm mit Wille!
Wenn es dir den Raum besetzt,
Scheu selbst die Raum zu schaffen.

Seige dich in jeder Zeit
Stärker als dein Herzensjammer!
Sei nicht Anseh, deinem Leid,
Rein, sei deines Leides Hammer!

Wenn die Qual nicht hant von dir
überwunden und gekannt ist,
Wisse, daß du dann und ohn ihr
Morgen dreifach glücklicher bist!

Der. Margraff

von unserem Unglück vorzumeinen.
Menschen, die im Leid verzagen,
sind solche, die sich selbst nicht zu
helfen wissen, die keinen Versuch

machen, sich aufzurichten und einem
neuen Tage mit frischem Mut ent-
gegenzutreten. Sie beklagen sich,
daß die Freunde sie im Leid

verlassen und wissen doch, daß die
milde Fremdenhand überaus An-
fange ihres herben Schicksalschlages
fühlbar war. Und nun da die

Monate, die Jahre dahingegangen,
kommen die Freunde nur gar zu
selten, manche bleiben ganz aus.
Sie wissen ja, daß sie beim Versuch

doch nur ein betrübtes Gesicht, eine
weinerliche Klagestimme hören wer-
den. Sie scheuen sich förmlich ihren
Schritt über die Schwelle der Weh-

leidigen zu setzen. Alles gute Zu-
reden, alle aufmunternden Worte,
aller guter Rat wird mit wehleidiger
Kopfschütteln abgewiesen. Ist es

da ein Wunder, daß nur wenige
Freunde den Mut finden, in dieses
Sein zu gehen?

Wer seinen Schmerz vergessen
will, weine sich aus, greife aber
nicht entschlossen zur Arbeit; denn
Arbeit ist das einzige, aber auch ein

unerschöpfliches Mittel gegen alles
Weh des Lebens. Wer nach einem
großen Leid viel arbeiten muß, der
hat schon einen großen Teil des

Lebens überwunden. Arbeit ist die
Sägenzelle, die die Dunkelheit in
Sonne und Licht verwandelt, die Trau-

er, die alle Qual der Menschheit
nimmt. Sie macht die Pflanze frucht-

bar. Wer seinen Schmerz vergessen
will, weine sich aus, greife aber
nicht entschlossen zur Arbeit; denn
Arbeit ist das einzige, aber auch ein

unerschöpfliches Mittel gegen alles
Weh des Lebens. Wer nach einem
großen Leid viel arbeiten muß, der
hat schon einen großen Teil des

Lebens überwunden. Arbeit ist die
Sägenzelle, die die Dunkelheit in
Sonne und Licht verwandelt, die Trau-

er, die alle Qual der Menschheit
nimmt. Sie macht die Pflanze frucht-

bar. Wer seinen Schmerz vergessen
will, weine sich aus, greife aber
nicht entschlossen zur Arbeit; denn
Arbeit ist das einzige, aber auch ein

unerschöpfliches Mittel gegen alles
Weh des Lebens. Wer nach einem
großen Leid viel arbeiten muß, der
hat schon einen großen Teil des

Lebens überwunden. Arbeit ist die
Sägenzelle, die die Dunkelheit in
Sonne und Licht verwandelt, die Trau-

er, die alle Qual der Menschheit
nimmt. Sie macht die Pflanze frucht-

bar. Wer seinen Schmerz vergessen
will, weine sich aus, greife aber
nicht entschlossen zur Arbeit; denn
Arbeit ist das einzige, aber auch ein

unerschöpfliches Mittel gegen alles
Weh des Lebens. Wer nach einem
großen Leid viel arbeiten muß, der
hat schon einen großen Teil des

Lebens überwunden. Arbeit ist die
Sägenzelle, die die Dunkelheit in
Sonne und Licht verwandelt, die Trau-

er, die alle Qual der Menschheit
nimmt. Sie macht die Pflanze frucht-

bar. Wer seinen Schmerz vergessen
will, weine sich aus, greife aber
nicht entschlossen zur Arbeit; denn
Arbeit ist das einzige, aber auch ein

unerschöpfliches Mittel gegen alles
Weh des Lebens. Wer nach einem
großen Leid viel arbeiten muß, der
hat schon einen großen Teil des

Lebens überwunden. Arbeit ist die
Sägenzelle, die die Dunkelheit in
Sonne und Licht verwandelt, die Trau-

er, die alle Qual der Menschheit
nimmt. Sie macht die Pflanze frucht-

bar. Wer seinen Schmerz vergessen
will, weine sich aus, greife aber
nicht entschlossen zur Arbeit; denn
Arbeit ist das einzige, aber auch ein

unerschöpfliches Mittel gegen alles
Weh des Lebens. Wer nach einem
großen Leid viel arbeiten muß, der
hat schon einen großen Teil des

Lebens überwunden. Arbeit ist die
Sägenzelle, die die Dunkelheit in
Sonne und Licht verwandelt, die Trau-

er, die alle Qual der Menschheit
nimmt. Sie macht die Pflanze frucht-

bar. Wer seinen Schmerz vergessen
will, weine sich aus, greife aber
nicht entschlossen zur Arbeit; denn
Arbeit ist das einzige, aber auch ein

unerschöpfliches Mittel gegen alles
Weh des Lebens. Wer nach einem
großen Leid viel arbeiten muß, der
hat schon einen großen Teil des

Lebens überwunden. Arbeit ist die
Sägenzelle, die die Dunkelheit in
Sonne und Licht verwandelt, die Trau-

er, die alle Qual der Menschheit
nimmt. Sie macht die Pflanze frucht-

bar. Wer seinen Schmerz vergessen
will, weine sich aus, greife aber
nicht entschlossen zur Arbeit; denn
Arbeit ist das einzige, aber auch ein

unerschöpfliches Mittel gegen alles
Weh des Lebens. Wer nach einem
großen Leid viel arbeiten muß, der
hat schon einen großen Teil des

Lebens überwunden. Arbeit ist die
Sägenzelle, die die Dunkelheit in
Sonne und Licht verwandelt, die Trau-

er, die alle Qual der Menschheit
nimmt. Sie macht die Pflanze frucht-

bar. Wer seinen Schmerz vergessen
will, weine sich aus, greife aber
nicht entschlossen zur Arbeit; denn
Arbeit ist das einzige, aber auch ein

unerschöpfliches Mittel gegen alles
Weh des Lebens. Wer nach einem
großen Leid viel arbeiten muß, der
hat schon einen großen Teil des

Lebens überwunden. Arbeit ist die
Sägenzelle, die die Dunkelheit in
Sonne und Licht verwandelt, die Trau-

er, die alle Qual der Menschheit
nimmt. Sie macht die Pflanze frucht-

bar. Wer seinen Schmerz vergessen
will, weine sich aus, greife aber
nicht entschlossen zur Arbeit; denn
Arbeit ist das einzige, aber auch ein

unerschöpfliches Mittel gegen alles
Weh des Lebens. Wer nach einem
großen Leid viel arbeiten muß, der
hat schon einen großen Teil des

Lebens überwunden. Arbeit ist die
Sägenzelle, die die Dunkelheit in
Sonne und Licht verwandelt, die Trau-

er, die alle Qual der Menschheit
nimmt. Sie macht die Pflanze frucht-

bar. Wer seinen Schmerz vergessen
will, weine sich aus, greife aber
nicht entschlossen zur Arbeit; denn
Arbeit ist das einzige, aber auch ein

unerschöpfliches Mittel gegen alles
Weh des Lebens. Wer nach einem
großen Leid viel arbeiten muß, der
hat schon einen großen Teil des

Lebens überwunden. Arbeit ist die
Sägenzelle, die die Dunkelheit in
Sonne und Licht verwandelt, die Trau-

er, die alle Qual der Menschheit
nimmt. Sie macht die Pflanze frucht-

bar. Wer seinen Schmerz vergessen
will, weine sich aus, greife aber
nicht entschlossen zur Arbeit; denn
Arbeit ist das einzige, aber auch ein

unerschöpfliches Mittel gegen alles
Weh des Lebens. Wer nach einem
großen Leid viel arbeiten muß, der
hat schon einen großen Teil des

Lebens überwunden. Arbeit ist die
Sägenzelle, die die Dunkelheit in
Sonne und Licht verwandelt, die Trau-

er, die alle Qual der Menschheit
nimmt. Sie macht die Pflanze frucht-

bar. Wer seinen Schmerz vergessen
will, weine sich aus, greife aber
nicht entschlossen zur Arbeit; denn
Arbeit ist das einzige, aber auch ein

unerschöpfliches Mittel gegen alles
Weh des Lebens. Wer nach einem
großen Leid viel arbeiten muß, der
hat schon einen großen Teil des

Lebens überwunden. Arbeit ist die
Sägenzelle, die die Dunkelheit in
Sonne und Licht verwandelt, die Trau-

er, die alle Qual der Menschheit
nimmt. Sie macht die Pflanze frucht-

Säuren im Magen verursachen Verdauungsbeschwerden

Mehrheitliche Untersuchungen haben ergeben, daß bei Säure im Magen die Verdauung sehr beeinträchtigt ist. Die Verdauung ist ein langsamer Prozess, der viel Zeit in Anspruch nimmt. Wenn die Verdauung beeinträchtigt ist, kann es zu verschiedenen Beschwerden kommen, wie zum Beispiel Sodbrennen, Blähungen oder Verstopfung. Es ist wichtig, die Verdauung zu unterstützen, um diese Beschwerden zu vermeiden.

Die Verdauung ist ein langsamer Prozess, der viel Zeit in Anspruch nimmt. Wenn die Verdauung beeinträchtigt ist, kann es zu verschiedenen Beschwerden kommen, wie zum Beispiel Sodbrennen, Blähungen oder Verstopfung. Es ist wichtig, die Verdauung zu unterstützen, um diese Beschwerden zu vermeiden.

Die Verdauung ist ein langsamer Prozess, der viel Zeit in Anspruch nimmt. Wenn die Verdauung beeinträchtigt ist, kann es zu verschiedenen Beschwerden kommen, wie zum Beispiel Sodbrennen, Blähungen oder Verstopfung. Es ist wichtig, die Verdauung zu unterstützen, um diese Beschwerden zu vermeiden.

Die Verdauung ist ein langsamer Prozess, der viel Zeit in Anspruch nimmt. Wenn die Verdauung beeinträchtigt ist, kann es zu verschiedenen Beschwerden kommen, wie zum Beispiel Sodbrennen, Blähungen oder Verstopfung. Es ist wichtig, die Verdauung zu unterstützen, um diese Beschwerden zu vermeiden.

Die Verdauung ist ein langsamer Prozess, der viel Zeit in Anspruch nimmt. Wenn die Verdauung beeinträchtigt ist, kann es zu verschiedenen Beschwerden kommen, wie zum Beispiel Sodbrennen, Blähungen oder Verstopfung. Es ist wichtig, die Verdauung zu unterstützen, um diese Beschwerden zu vermeiden.

Die Verdauung ist ein langsamer Prozess, der viel Zeit in Anspruch nimmt. Wenn die Verdauung beeinträchtigt ist, kann es zu verschiedenen Beschwerden kommen, wie zum Beispiel Sodbrennen, Blähungen oder Verstopfung. Es ist wichtig, die Verdauung zu unterstützen, um diese Beschwerden zu vermeiden.

Die Verdauung ist ein langsamer Prozess, der viel Zeit in Anspruch nimmt. Wenn die Verdauung beeinträchtigt ist, kann es zu verschiedenen Beschwerden kommen, wie zum Beispiel Sodbrennen, Blähungen oder Verstopfung. Es ist wichtig, die Verdauung zu unterstützen, um diese Beschwerden zu vermeiden.

Die Verdauung ist ein langsamer Prozess, der viel Zeit in Anspruch nimmt. Wenn die Verdauung beeinträchtigt ist, kann es zu verschiedenen Beschwerden kommen, wie zum Beispiel Sodbrennen, Blähungen oder Verstopfung. Es ist wichtig, die Verdauung zu unterstützen, um diese Beschwerden zu vermeiden.

Die Verdauung ist ein langsamer Prozess, der viel Zeit in Anspruch nimmt. Wenn die Verdauung beeinträchtigt ist, kann es zu verschiedenen Beschwerden kommen, wie zum Beispiel Sodbrennen, Blähungen oder Verstopfung. Es ist wichtig, die Verdauung zu unterstützen, um diese Beschwerden zu vermeiden.

Die Verdauung ist ein langsamer Prozess, der viel Zeit in Anspruch nimmt. Wenn die Verdauung beeinträchtigt ist, kann es zu verschiedenen Beschwerden kommen, wie zum Beispiel Sodbrennen, Blähungen oder Verstopfung. Es ist wichtig, die Verdauung zu unterstützen, um diese Beschwerden zu vermeiden.

Die Verdauung ist ein langsamer Prozess, der viel Zeit in Anspruch nimmt. Wenn die Verdauung beeinträchtigt ist, kann es zu verschiedenen Beschwerden kommen, wie zum Beispiel Sodbrennen, Blähungen oder Verstopfung. Es ist wichtig, die Verdauung zu unterstützen, um diese Beschwerden zu vermeiden.

Die Verdauung ist ein langsamer Prozess, der viel Zeit in Anspruch nimmt. Wenn die Verdauung beeinträchtigt ist, kann es zu verschiedenen Beschwerden kommen, wie zum Beispiel Sodbrennen, Blähungen oder Verstopfung. Es ist wichtig, die Verdauung zu unterstützen, um diese Beschwerden zu vermeiden.

Die Verdauung ist ein langsamer Prozess, der viel Zeit in Anspruch nimmt. Wenn die Verdauung beeinträchtigt ist, kann es zu verschiedenen Beschwerden kommen, wie zum Beispiel Sodbrennen, Blähungen oder Verstopfung. Es ist wichtig, die Verdauung zu unterstützen, um diese Beschwerden zu vermeiden.

Die Verdauung ist ein langsamer Prozess, der viel Zeit in Anspruch nimmt. Wenn die Verdauung beeinträchtigt ist, kann es zu verschiedenen Beschwerden kommen, wie zum Beispiel Sodbrennen, Blähungen oder Verstopfung. Es ist wichtig, die Verdauung zu unterstützen, um diese Beschwerden zu vermeiden.

Die Verdauung ist ein langsamer Prozess, der viel Zeit in Anspruch nimmt. Wenn die Verdauung beeinträchtigt ist, kann es zu verschiedenen Beschwerden kommen, wie zum Beispiel Sodbrennen, Blähungen oder Verstopfung. Es ist wichtig, die Verdauung zu unterstützen, um diese Beschwerden zu vermeiden.

Die Verdauung ist ein langsamer Prozess, der viel Zeit in Anspruch nimmt. Wenn die Verdauung beeinträchtigt ist, kann es zu verschiedenen Beschwerden kommen, wie zum Beispiel Sodbrennen, Blähungen oder Verstopfung. Es ist wichtig, die Verdauung zu unterstützen, um diese Beschwerden zu vermeiden.

Die Verdauung ist ein langsamer Prozess, der viel Zeit in Anspruch nimmt. Wenn die Verdauung beeinträchtigt ist, kann es zu verschiedenen Beschwerden kommen, wie zum Beispiel Sodbrennen, Blähungen oder Verstopfung. Es ist wichtig, die Verdauung zu unterstützen, um diese Beschwerden zu vermeiden.

Die Verdauung ist ein langsamer Prozess, der viel Zeit in Anspruch nimmt. Wenn die Verdauung beeinträchtigt ist, kann es zu verschiedenen Beschwerden kommen, wie zum Beispiel Sodbrennen, Blähungen oder Verstopfung. Es ist wichtig, die Verdauung zu unterstützen, um diese Beschwerden zu vermeiden.

Die Verdauung ist ein langsamer Prozess, der viel Zeit in Anspruch nimmt. Wenn die Verdauung beeinträchtigt ist, kann es zu verschiedenen Beschwerden kommen, wie zum Beispiel Sodbrennen, Blähungen oder Verstopfung. Es ist wichtig, die Verdauung zu unterstützen, um diese Beschwerden zu vermeiden.

Die Verdauung ist ein langsamer Prozess, der viel Zeit in Anspruch nimmt. Wenn die Verdauung beeinträchtigt ist, kann es zu verschiedenen Beschwerden kommen, wie zum Beispiel Sodbrennen, Blähungen oder Verstopfung. Es ist wichtig, die Verdauung zu unterstützen, um diese Beschwerden zu vermeiden.

Die Verdauung ist ein langsamer Prozess, der viel Zeit in Anspruch nimmt. Wenn die Verdauung beeinträchtigt ist, kann es zu verschiedenen Beschwerden kommen, wie zum Beispiel Sodbrennen, Blähungen oder Verstopfung. Es ist wichtig, die Verdauung zu unterstützen, um diese Beschwerden zu vermeiden.

Die Verdauung ist ein langsamer Prozess, der viel Zeit in Anspruch nimmt. Wenn die Verdauung beeinträchtigt ist, kann es zu verschiedenen Beschwerden kommen, wie zum Beispiel Sodbrennen, Blähungen oder Verstopfung. Es ist wichtig, die Verdauung zu unterstützen, um diese Beschwerden zu vermeiden.

Die Verdauung ist ein langsamer Prozess, der viel Zeit in Anspruch nimmt. Wenn die Verdauung beeinträchtigt ist, kann es zu verschiedenen Beschwerden kommen, wie zum Beispiel Sodbrennen, Blähungen oder Verstopfung. Es ist wichtig, die Verdauung zu unterstützen, um diese Beschwerden zu vermeiden.

Die Verdauung ist ein langsamer Prozess, der viel Zeit in Anspruch nimmt. Wenn die Verdauung beeinträchtigt ist, kann es zu verschiedenen Beschwerden kommen, wie zum Beispiel Sodbrennen, Blähungen oder Verstopfung. Es ist wichtig, die Verdauung zu unterstützen, um diese Beschwerden zu vermeiden.

geführt. Die Heilung nach diesem
wertvollen Beltrager hat seinen Be-
stand so sehr zusammengekauert la-
sen, daß der letzte Jodelbalg nur
noch eine Frage taum eines halben
Jahrhunderts ist. Obwohl er von
allen Wadern der schlauften und
heimsüchtigen, dessen Klugheit und
Vorsicht durch die ländliche Verfolgung
durch Jäger mit eigens hierfür ab-
gerichteten Schützen, durch Fallen,
Schlingen und Reihelien noch ge-
steigert werden, zählt er zu den Tie-
ren, die nur noch die ungewohnte
Wildnis schützt. Seine Jagd wurde
aus dieser trüben Erkenntnis her-
aus verboten, die Ausfuhr streng
überwacht. Trotzdem gelangten 1926
noch 10,000 Jodelbälge auf den
Londoner Markt. Stamm das ver-
mehren, wenn 200, auch 300
Jodelbälge für ein einziges
Jodelfell bezahlt werden? Was Ver-
bote wirken, wissen wir ja beispiels-
weise vom Edelmaier, der fast
überall „geschützt“ ist und doch immer
noch zu vielen Wadern gehandelt
wird. Für einen Balg gibt man
heute (gegen einen Vorkriegspreis von
40 Mark) 150 und mehr Mark
aus.

Die allermeisten Felle aber, die
zu Pelzen für geringere Ansprüche
verarbeitet werden, kommen von den
Kaukasiern, wiewohl wir wissen,
daß die Kaukasiern seit Jahrhunderten
die aus aller Welt zusammengekauert
werden. Leipzig, die Stadt der
Fücher und Pelze, beschäftigt Tau-
sende von Arbeitern mit dem Zurück-
ten und Herden der Kaufmannen für
die ganze Welt. Es ist der Haupt-
platz aller Sorten von Kauf-
mannen, wie alle mit den Haaren ge-
gebenen Felle genannt werden, und
denn auch die würdige Stadt für
die Internationale Pelzschauausstel-
lung 1930.

Unser Hausarzt
Gejunger Schlaf
Von Dr. Hermann Soller.

„Süßer Schlaf! Du kommst wie
ein reines Glück ungebeten, unerlöst
am willigsten. Du löst die Knoten
der strengen Gedanken, vermischt
alle Bilder der Freude und des
Schmerzes; ungebeten fließt der
Kreis innerer Harmonien und ein-
geht in gelassenen Rhythmus, ver-
sinken wir und hören auf zu sein.“

Die Worte aus Goethes Ge-
dicht, die Geisel so treffend ergötzt
mit dem Ausdruck „Ein heiliger
Schlaf“, lauten bereits die Seh-
nsucht des Menschen nach gesundem
Schlaf erkennen. Um so größer ist
das Leid derer, die keinen ruhigen
Schlaf finden können. In den mei-
sten Fällen sind es überreizte Ner-
ven, die den erhofften Schlafver-
lust verursachen. Allerdings gibt es auch
Ausnahmefälle, die selbst nach aus-
gezeichneten Aufregungen und über-
mäßiger Arbeit grundlegend innerlich
sicher und tiefen Schlaf ver-
stehen. In allgemeinen aber hat
die Schlaflosigkeit zugenommen, weil
die Menschen weit mehr als früher
unter einer falschen Lebensweise oder
unter Sorgen, Aufregung und son-
stigen Nachdenken zu leiden haben.
Sobald das Leben zur Gewohnheit
wird, tritt eine allmähliche Entfrem-
dung ein, die um so verhängnisvoller
wirkt, weil sie Körper und Geist ge-
gen sonstige Antriebskräfte abklingt,
widerstandsfähig macht, im übrigen
aber die Arbeitskraft lähmt und ein
vorzeitiges Altern verursacht.

Es bringt schon eine Lustverän-
derung Änderung; aber nur wenige
können durch einen längeren Erho-
lungsaufenthalt in einer anderen Ge-
gend heilen; sondern würde der
Erfolg bei sonstiger falscher Lebens-
weise rasch illusorisch werden.

Ausfallgegend ist zunächst die La-
gerstätte als solche; ein schlafloses
Wachsein, das schon so wie so unzu-
fänglich ist, wird noch mehr durch
die Schlaflosigkeit verstärkt; be-
sonders der Brustteil muß so leicht mög-
lich bedeckt sein; nötigenfalls warme
man ihn durch ein wollenes Hemd,
Mantel, etc. auch die Luft im
Schlafraum frisch und rein sein.

Wer wegen Rheumatismus oder
Strahlenarm nicht bei offenem Fen-
ster schlafen kann, muß wenigstens
bis unmittelbar vor dem Schlaf-
gehen das Zimmer gründlich durch-
gelüftet haben; selbst das Gefühl
vorübergehender Kälte darf diesen
überaus wichtigen Grundablag nicht
beeinträchtigen. Denn je reiner und
frischer die Luft im Schlafraum ist,
um so wohltuender wird die Wir-
kung auf den Gesamtorganismus,
mithin auch auf das Ausdehnungs-
vermögen des Menschen sein. Ebenso selbst-
verständlich ist die persönliche Vorbe-
reitung der Nachtruhe! Obwohl ich
gern rauche, lasse ich mehrere Stun-
den vor dem Schlafengehen Zigarren
oder Zigaretten unbedacht. Auch
vermeide ich Kaffeegetränk, sogar schon
nachmittags. Einige Gläser Bier oder
Wein sind fast nie schlafnennend;
dagegen wirkt ihr übermäßiger Ge-
brauch, erst recht Sekt oder ein anderes
harteres Getränk, erregend und deun-
ruhigend; ihr regelmäßiger, die er-
laubten Grenzen überschreitender Ge-
brauch, führt zu Schlafstörungen.

Das wichtigste und wertvollste,
freilich leider immer seltener wer-
dende Pelztier Afrikas ist der Jodel.
Es gibt auch in Canada Jodel, und
in Asien ist er nicht nur in Sibirien
zu finden; sein Jodelfell aber über-
trifft das in der rauhen, wilden
iberischen Taiga und in den Urwä-
dern vornehmlich des nördlichen Si-
beriens gewachsene. Der Jodel des
hohen Nordens Amerikas gleicht in
der Körperform und im Haar mehr
dem Edelmaier. Der weiche, dicke
und gleichfarbige Balg des asiatischen
Jodels, eines der feinsten aller
Felle, wurde vor 50 Jahren noch in
jährlich über 100,000 Stück für
(damals!) 4 Millionen Mark aus-
geführt.

Die Jodeln sind in der rauhen, wilden
iberischen Taiga und in den Urwä-
dern vornehmlich des nördlichen Si-
beriens gewachsene. Der Jodel des
hohen Nordens Amerikas gleicht in
der Körperform und im Haar mehr
dem Edelmaier. Der weiche, dicke
und gleichfarbige Balg des asiatischen
Jodels, eines der feinsten aller
Felle, wurde vor 50 Jahren noch in
jährlich über 100,000 Stück für
(damals!) 4 Millionen Mark aus-
geführt.

Die Jodeln sind in der rauhen, wilden
iberischen Taiga und in den Urwä-
dern vornehmlich des nördlichen Si-
beriens gewachsene. Der Jodel des
hohen Nordens Amerikas gleicht in
der Körperform und im Haar mehr
dem Edelmaier. Der weiche, dicke
und gleichfarbige Balg des asiatischen
Jodels, eines der feinsten aller
Felle, wurde vor 50 Jahren noch in
jährlich über 100,000 Stück für
(damals!) 4 Millionen Mark aus-
geführt.

Die Jodeln sind in der rauhen, wilden
iberischen Taiga und in den Urwä-
dern vornehmlich des nördlichen Si-
beriens gewachsene. Der Jodel des
hohen Nordens Amerikas gleicht in
der Körperform und im Haar mehr
dem Edelmaier. Der weiche, dicke
und gleichfarbige Balg des asiatischen
Jodels, eines der feinsten aller
Felle, wurde vor 50 Jahren noch in
jährlich über 100,000 Stück für
(damals!) 4 Millionen Mark aus-
geführt.

Die Jodeln sind in der rauhen, wilden
iberischen Taiga und in den Urwä-
dern vornehmlich des nördlichen Si-
beriens gewachsene. Der Jodel des
hohen Nordens Amerikas gleicht in
der Körperform und im Haar mehr
dem Edelmaier. Der weiche, dicke
und gleichfarbige Balg des asiatischen
Jodels, eines der feinsten aller
Felle, wurde vor 50 Jahren noch in
jährlich über 100,000 Stück für
(damals!) 4 Millionen Mark aus-
geführt.

Die Jodeln sind in der rauhen, wilden
iberischen Taiga und in den Urwä-
dern vornehmlich des nördlichen Si-
beriens gewachsene. Der Jodel des
hohen Nordens Amerikas gleicht in
der Körperform und im Haar mehr
dem Edelmaier. Der weiche, dicke
und gleichfarbige Balg des asiatischen
Jodels, eines der feinsten aller
Felle, wurde vor 50 Jahren noch in
jährlich über 100,000 Stück für
(damals!) 4 Millionen Mark aus-
geführt.

Die Jodeln sind in der rauhen, wilden
iberischen Taiga und in den Urwä-
dern vornehmlich des nördlichen Si-
beriens gewachsene. Der Jodel des
hohen Nordens Amerikas gleicht in
der Körperform und im Haar mehr
dem Edelmaier. Der weiche, dicke
und gleichfarbige Balg des asiatischen
Jodels, eines der feinsten aller
Felle, wurde vor 50 Jahren noch in
jährlich über 100,000 Stück für
(damals!) 4 Millionen Mark aus-
geführt.

Die Jodeln sind in der rauhen, wilden
iberischen Taiga und in den Urwä-
dern vornehmlich des nördlichen Si-
beriens gewachsene. Der Jodel des
hohen Nordens Amerikas gleicht in
der Körperform und im Haar mehr
dem Edelmaier. Der weiche, dicke
und gleichfarbige Balg des asiatischen
Jodels, eines der feinsten aller
Felle, wurde vor 50 Jahren noch in
jährlich über 100,000 Stück für
(damals!) 4 Millionen Mark aus-
geführt.

Die Jodeln sind in der rauhen, wilden
iberischen Taiga und in den Urwä-
dern vornehmlich des nördlichen Si-
beriens gewachsene. Der Jodel des
hohen Nordens Amerikas gleicht in
der Körperform und im Haar mehr
dem Edelmaier. Der weiche, dicke
und gleichfarbige Balg des asiatischen
Jodels, eines der feinsten aller
Felle, wurde vor 50 Jahren noch in
jährlich über 100,000 Stück für
(damals!) 4 Millionen Mark aus-
geführt.

Die Jodeln sind in der rauhen, wilden
iberischen Taiga und in den Urwä-
dern vornehmlich des nördlichen Si-
beriens gewachsene. Der Jodel des
hohen Nordens Amerikas gleicht in
der Körperform und im Haar mehr
dem Edelmaier. Der weiche, dicke
und gleichfarbige Balg des asiatischen
Jodels, eines der feinsten aller
Felle, wurde vor 50 Jahren noch in
jährlich über 100,000 Stück für
(damals!) 4 Millionen Mark aus-
geführt.

Die Jodeln sind in der rauhen, wilden
iberischen Taiga und in den Urwä-
dern vornehmlich des nördlichen Si-
beriens gewachsene. Der Jodel des
hohen Nordens Amerikas gleicht in
der Körperform und im Haar mehr
dem Edelmaier. Der weiche, dicke
und gleichfarbige Balg des asiatischen
Jodels, eines der feinsten aller
Felle, wurde vor 50 Jahren noch in
jährlich über 100,000 Stück für
(damals!) 4 Millionen Mark aus-
geführt.

Die Jodeln sind in der rauhen, wilden
iberischen Taiga und in den Urwä-
dern vornehmlich des nördlichen Si-
beriens gewachsene. Der Jodel des
hohen Nordens Amerikas gleicht in
der Körperform und im Haar mehr
dem Edelmaier. Der weiche, dicke
und gleichfarbige Balg des asiatischen
Jodels, eines der feinsten aller
Felle, wurde vor 50 Jahren noch in
jährlich über 100,000 Stück für
(damals!) 4 Millionen Mark aus-
geführt.

Die Jodeln sind in der rauhen, wilden
iberischen Taiga und in den Urwä-
dern vornehmlich des nördlichen Si-
ber