

# Natürlich leben - richtig leben!

# 20 ODER 80

336 Seiten • Gebunden RM 5.80

## Der Weg zu Gesundheit und Lebensfreude

Ein Buch von  
**Hugo Hertwig**

dem Biologen und Schriftsteller, Mitarbeiter vieler Zeitungen und Zeitschriften, der weitesten Kreisen durch seine Bücher über Heilpflanzen- und Ernährungsfragen bekannt wurde. Er liefert in dem vorliegenden Buche den Beweis, daß alles menschliche Leben naturverbunden ist und jede Entfernung von der Natur eine Schwächung der menschlichen Rasse darstellt. Das Buch - einfach, klar und leichtverständlich geschrieben - gibt jedem Leser die Waffen für seinen täglichen Lebenskampf. Wir lernen von den frühesten Anfängen an das Freundschafts- und Liebesleben kennen. Alle Einzelheiten dieser Probleme werden aufgerollt, ihre Schwierigkeiten und erfolgreichen Lösungen gezeigt. Besonders klar wird uns die praktische Gesundheitspflege dargestellt: denken wir nur an die Ernährung, den Schlaf, an unsere Haltung usw. Wir lernen, wie wir atmen, welche Übungen wir treiben, wie wir wohnen, uns kleiden und schön machen müssen. Das Buch ist für erwachsene Männer und Frauen geschrieben und ist das Resultat lebendiger Erfahrungen, die nur ein Mensch sammeln konnte, der immer natürlich lebte.

In schlichter, allgemeinverständlicher Weise werden alle Probleme des menschlichen Daseins behandelt. Es wird auf Fragen der Erziehung, der Freundschaft und Ehe, der Erhaltung der Gesundheit, des Umganges mit Menschen eingegangen. Schu., Reichs-Gesundheitsblatt

Darum sollte jeder zu diesem Buch greifen, der ein gesundes und kraftvolles, natürliches und inhaltsreiches Leben führen will, es wird ihm sicher ein guter und zuverlässiger Wegweiser sein. *Die Lebensreform*

Hugo Hertwig . . . weist uns den Weg zu Gesundheit und Lebensfreude, den wir nach seiner höchst einfachen Lehre dann gehen, wenn wir richtig, das heißt: natürlich leben. Dieser Apostel naturgemäßer Lebensführung hat eine seltsam eindringliche Art, zu seinen Lesern zu sprechen. Heinz Amelung, Die neue Gartenlaube

Ⓜ

**Verlag Dr. von Arnim & Co. • Berlin W 35**

Auslieferung: Carl Fr. Fleischer, Leipzig

Nr. 113, Sonnabend, den 17. Mai 1941

VORANZEIGE

Im Frühjahr erscheint:

Marissa von der Osten

# PETJA

Ein Menschenleben

Roman

Umfang 248 Seiten

Mit wirkungsvollem Schlußschlag

Bewegt und unruhig war das Leben des Kabarettängers Peter von der Osten, der in Berlin, in seiner lettländischen Heimat und vor allem im Simplificissimus in München die Hörer zu Begeisterungstürmen hinstieß. In diesem Buch, den Tagebuchaufzeichnungen seiner Frau nach seinem Tode, wird mit einer unmittelbar packenden Ursprünglichkeit dieses Lebens dargestellt. Die Vielfalt der Personen und Schicksale, das lockere Bohémendasein, die reiche Vergangenheit vor Krieg und Revolution, die schwere Zeit der späteren Erkrankung: dies alles hat Raum in einem so eigenartig komponierten Buch wie diesem. Denn in fast absichtslosen Aufzeichnungen, die in neuartiger Verbindung und Durchdringung Gegenwärtiges mit Vergangenen verknüpfen, enthüllt sich ganz natürlich und wie ungewollt der Reichtum dieser Lebensgeschichte.

Jetzt eingehende Aufträge werden vorgemerkt und bei der jeweiligen Ablieferung durch die Binderei laufend nach den Bestelldaten ausgeführt. Kürzungen müssen wir uns vorbehalten.

Ⓜ

Marion von Schröder Verlag

G. m. b. H. / Hamburg

Auslieferung durch F. Volckmar, Leipzig C 1;  
für die Ostmark durch Leopold Heidrich, Wien I

Ⓜ

2007