

**Zeitschrift:** Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin  
**Band:** 88 (1962)  
**Heft:** 50

**Illustration:** [s.n.]  
**Autor:** [s.n.]

### **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:** 16.03.2025

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





## Sauna

Jüngst ließ durch einen Freund ich mich verleiten.  
 Er sprach voll Takt: «Mein Lieber, sei getrost!  
 Auch wenn sich noch mehr Deine Kleider weiten,  
 Ein Wanst bleibt Dir erspart, sorgst Du beizeiten.  
 Machs wie die Finnen, leg' Dich auf den Rost!»

Ich tat's. Wer dächte wohl, daß – Gott bewahre –  
 Auch ein Professor in die Sauna geht!  
 Vor kurzem traf ich stolz ihn im Talare,  
 Nun liegt er schwitzend auf des Masseurs Bahre  
 Als Adam, wie er in der Bibel steht.

Auch sonst erkennt man, fehlen auch die Kleider,  
 Bald den, bald jenen Herrn aus unsrer Stadt.  
 Dabei wird offenbar, daß mancher leider,  
 Sonst ein Adonis im Gewand vom Schneider,  
 Doch krumme Beine und ein Bäuchlein hat.

Man liegt geduldig auf dem warmen Schragen,  
 Bis man vor Hitze zu zerspringen droht.  
 Doch eh's soweit, springt selbst man voll Behagen  
 Ins kalte Bassin, daß die Wellen schlagen,  
 Und wird allmählich wie ein Krebs so rot.

So trieb denn zu des Körpers Nutz und Frommen,  
 Auch ich das muntre Spiel von kalt zu warm,  
 Bestieg zum Schluß die Waage leicht beklommen  
 Und sah erfreut: «Zwei Kilo abgenommen!»  
 Das hilft der Linie und erhöht den Charme.

Beschwingt, erleichtert ging ich schließlich weiter,  
 Von allen ungesunden Schlacken rein,  
 Mit einem Bärenhunger als Begleiter,  
 Und holte dann beim Mittagessen heiter  
 Die beiden Kilo spielend wieder ein.      Blasius