

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 3 (1945-1946)
Heft: 1

Artikel: Sorgen
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-968670>

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: 22.02.2026

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

Patienten, dies sei nun eine Organisation, mit der auch ich mitarbeite und schrieb auch der Beratungen wegen nach Trogen, um erst nachher wahrzunehmen, daß die Antwort nicht von mir oder einer neutralen Vereinigung, sondern von Herrn Udech kam.

Um diesem Täuschungsmanöver ein Ende zu bereiten, gebe ich nun wieder meine eigene Zeitung heraus. Darin kann ich nun überwachen, was erscheint, und deshalb auch die volle Verantwortung dafür tragen.

Nur 3 Franken 80 Rappen

Fr. 3.80 kostet Sie ein gutes Mittagessen. Mindestens so viel geben Sie für einen Theaterbesuch oder eine Kinovorstellung aus!

Wie viel mehr aber bietet Ihnen ein Abonnement auf die „Gesundheits-Nachrichten“!

Jeden Monat erhalten Sie daraus Ratschläge, die Ihnen und Ihrer Familie, Ihren Freunden und Bekannten dienlich sein können!

Wenn Sie in einer Notlage nur einen einzigen Ratschlag, der Sie von einem Leiden zu befreien vermag, gebrauchen konnten, dann hat sich das Abonnement für das ganze Jahr schon bezahlt.

Ich gebe die Zeitschrift nicht um materieller Vorteile willen heraus, sondern zur Verbreitung der Naturheil-methode, und zwar zum Wohl all derer, die sich die guten Ratschläge und Erfahrungen zu Nutze machen wollen.

Jeder Abonnent hat das Recht, zu jeder Zeit und in allen Krankheitsfragen gratis Auskunft zu erhalten.

Jeder Abonnent, der in irgend einer Notlage, in einem Unglücksfalle oder sonst einer gesundheitlichen Bedrängnis ist, darf in Teufen Nr. 3 61 70 aufläuten, und er wird ohne irgendwelche Honorarspesen Auskunft erhalten, was er zu seiner Hilfe vorzunehmen hat.

Fr. 3.80 ist gewiß Ihrerseits ein kleiner Betrag an die viele Arbeit und die daraus resultierenden Werte, die Ihnen durch das Abonnement der „Gesundheits-Nachrichten“ geboten werden.

Benützen Sie den beiliegenden Einzahlungsschein, wenn Ihnen der Geist der Zeitschrift und das darin Gebotene gefällt.

Wer hilft mit?

Wenn Ihnen die natürliche Heilweise schon Hilfe gebracht hat, dann denken Sie auch an Ihre Bekannten, Verwandten und Freunde.

Wenn Sie mithelfen bei der Verbreitung der „Gesundheits-Nachrichten“ und uns 10 Adressen schicken von Bekannten, bei denen Sie wissen, daß sie Interesse an unsern Bestrebungen haben, dann erhalten Sie, insofern uns aus Ihren Angaben 1 Abonnent erwächst, als Anerkennung von uns einen Gutschein zum Bezuge irgend eines homöopathischen Mittels nach Ihrer freien Wahl in der Originalpackung von 10 gr.

Für jeden Abonnenten, den Sie während des Monats Dezember werben, erhalten Sie ebenfalls einen solchen Gutschein, sodaß Sie sich event. auf diese Weise eine kleine Hausapotheke beschaffen können.

Wir wünschen allen, die uns in der Verbreitung dieses so wertvollen Gedankengutes behilflich sind, eine Anerkennung für ihre Bemühungen zu geben.

Denken Sie auch daran, daß ein Abonnement von Fr. 3.80 auf die „Gesundheits-Nachrichten“ für manchen Bekannten ein schönes Festgeschenk darstellt.

Sorgen

Gleich wie eine schwarze Gewitterwolke, die ein Tal beschattet, diesem Licht und Wärme wegnimmt und alles, was vordem noch lieblich und farbig geleuchtet hat, in düsteres Dunkel hüllt, so legen sich Kummer und Sorgen wie ein schwerer Schleier auf unsere Schultern. Alles, was uns vordem noch leicht überwindbar vorgekommen ist, wird zu einem unerreichbaren Berg, der immer höher zu werden beginnt, je länger wir ihn betrachten. Der Atem

wird schwerer, langsamer und oberflächlicher. Das Blut scheint zu stocken, langsam und gehemmt gehorcht es dem mühsam schlagenden Herzen, wie wenn es nicht mehr der Wert wäre, die Organe mit den so lebenswichtigen Nährsäften zu versorgen. Die Nerven werden gespannt, die Drüsenfunktionen werden reduziert, der normale Appetit verschwindet ganz oder teilweise, die Leber sondert weniger Galle ab, die Bauchspeicheldrüse wird spärlicher mit der Ausscheidung der so wichtigen Fermente, der Schlaf wird gestört, das Unterbewußtsein arbeitet in wirren Träumen, die Nächte werden lang, und im Halbschlaf zählen wir das Schlagen der Kirchenuhr. Müde wälzen wir uns von einer Seite auf die andere, den so wichtigen, erlabenden Schlaf suchend. Immer sind sie wieder da, die Sorgen und Kümernisse, wie gespenstvolle Schattengeister, die eine arme Seele verfolgen und quälen. Tag um Tag vergeht mit dieser Qual, und alles Zureden vermag wie ein Tropfen Wasser auf einen heißen Stein nur ein unruhiges Zischen auszulösen. Wir werden schwächer, die Spannkraft geht zurück und Tür und Tore sind geöffnet für allerlei Krankheiten. Alle Leiden beginnen ihre vergangene Plage wieder zu bringen. Wenn wir liebernd, schwitzend und hustend im Bette liegen, dann denken wir wieder, wie schön es sein könnte, wenn man gesund wäre. Wenn wir etwas verloren haben, lernen wir in der Regel den Wert des Besitzes erst recht schätzen. Es entsteht der Wunsch, das Eingebüßte wieder zurück zu gewinnen. Wir beginnen uns zu wehren und fangen an, unserm Körper wieder die rechte Aufmerksamkeit zu schenken. Vielleicht läuft auch uns ein „Elihu“ über den Weg, der uns, wie einst dem schwergeprüften Hiob, die richtigen Worte des Trostes zu geben vermag. In unsrer ganzen Traurigkeit lernen wir das wieder schätzen, was wir noch Gutes und Wertvolles besitzen, und was uns in unserem Unglück noch geblieben ist. Langsam erwacht in unserem Innern wieder das Gefühl des Glückes. Wir denken an liebe Menschen, die uns noch nötig haben, an Pflichten und Vorrechte, die uns noch geblieben sind und siehe da, der Atem wird tiefer und voller, das Blut beginnt rascher zu kreisen, langsam löst sich die Verkrampfung. Wie ein böser Traum geht die Schwere vorüber. Das krampfhaftige Gefühl in der Brust wird freier, eine innere Ruhe paart sich mit einem stillen Herzensfrieden. Ein Windstoß hat die schwarze Wolke vertrieben. Nun strahlt die lebengebende, lichtspendende Sonne wieder ins Tal.

Es waren schwere Tage.

Wenn Ihnen Ihr Arzt nicht helfen konnte

wenn Ihre Krankheit als unheilbar erklärt worden ist, dann versuchen Sie es mit der Naturheilkunde! Wenn die Naturheilkunde auch nicht alle Defekte beheben kann, denn auch ihr ist eine Grenze gesetzt, besonders, wenn man zu spät eingreifen kann, so kann mit ihr doch viel erreicht werden (und zwar sogar in Fällen, die als hoffnungslos erschienen sind). Die vielen Geheilten, die als sogenannte Unheilbare zu uns gekommen sind, geben uns das Recht, den Kranken mit der Naturheilkunde einen Weg zu zeigen, der auch in schweren Fällen immer noch eine Möglichkeit zur Hilfe, zur Besserung, ev. sogar zur Heilung zu bieten vermag. Besser ist es jedoch, man wendet sich der Naturheil-methode zu bevor alles andere nutzlos versucht und die Lebenskraft vermindert worden ist.

Unser Kurhaus, das sich in prachtvoller Lage befindet, ist das ganze Jahr geöffnet. Melden Sie sich jedoch beizeiten an, damit Sie auf die Ihnen passende Zeit ein Zimmer reserviert erhalten. Verlangen Sie Prospekte.

Kurhaus Vogel, Teufen (App.) Tel. 3 61 70