Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 50 (1993)
Heft: 6: Krebs und die Immunkräfte

Vorwort: Editorial
Autor: Vogel, A.

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: 24.12.2025

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

INHALT

DER NATUR AUF DER SPUR 4

THEMA DES MONATS
Krebs – die Immunkräfte als Helfer 6

500 JAHRE PARACELSUS
Der Revolutionär in der Naturheilkunde 11

UNSER JUBILÄUMSJAHR
Gesundheits-Nachrichten im 50. Jahrgang 14

GESUND DURCH DEN JUNI ..18

BILD DES MONATS 19

ERNÄHRUNG
Avocado – die Butter aus dem Wald 20

PFLANZENWELT
Das Leben der Magerwiese 22

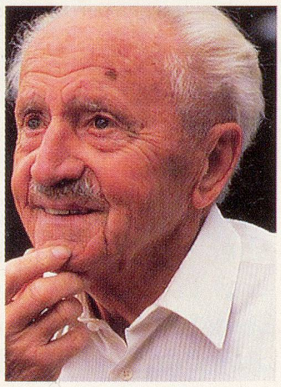
NATURHEILKUNDE
Wenn das Herz sich unangenehm zu melden beginnt 25

LESERFORUM
Selbsthilfeforum und Erfahrungsberichte 27

BLICK IN DIE WELT 30

Liebe Leserinnen, liebe Leser

«Wenn die Sonne aus dem blauen Himmelsgewölbe Wärmestrahlen auf die Erde niedersendet, und du Gelegenheit hast, in die Natur, vielleicht nur in den Garten zu gehen, dann ziehe einmal deine Schuhe aus und laufe durch das saftige Grün einer Rasenfläche oder über den grummeligen Humus deines Ackerbodens, und nach kurzer Zeit wirst du wahrnehmen, dass ein angenehmes, kräftiges, frisches Empfinden durch deinen Körper strömt. Wer Feld- und Gartenarbeit zu verrichten hat, benütze die Gelegenheit, seinem Körper die Wohltat des Barfussgehens zugute kommen zu lassen. Nicht umsonst wurde unsere Fussohle mit einem so reichen, feinen, organischen Nervengeflecht versehen, denn wenn der Fuss sich der Mutter Erde treu zur Verfügung stellt, erhält der Körper Kräfte zugeteilt, und zudem zieht die Erde noch schlechte Stoffe aus uns heraus, die den Leib, und durch ihn den Geist stetsfort belastet haben.



Durch diese Entlastung werden die Drüsen geschont, und wer beispielsweise unter öfters anschwellenden Mandeln zu leiden hat, versuche neben basenüberschüssiger Diät die Wunderwirkung des Barfussgehens. Durch eine gehobene Blutzirkulation kann das Barfussgehen allen Nieren- und Unterleibskranken sowie allen unter kalten Füssen Leidenden bald zum wohltuenden Bedürfnis werden. Wenn anfangs die Fussohlen etwas empfindlich auf jedes Steinchen reagieren, dann nehme man allabendlich ein Fussbad mit Ringelblumenabsud oder Eichenrindenextrakt.

Wie bei allen solchen Anwendungen heisst es auch hier, den Geist des gesunden Sinnes walten zu lassen. Man kann natürlich nicht gleich das erste Mal einen zweistündigen Marsch zurücklegen, und Kälte ist höchstens für schnelle Anwendung zum Hervorrufen einer Reaktion empfehlenswert. Aber bei Sonnenschein und nach einem warmen Sommerregen ist das Barfussgehen eine wahre Wohltat für den ganzen Körper.»

A. Vogel

Dr. h.c. A. Vogel
(aus: «Das Neue Leben», Juni 1929)