

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

Artikel: A. Vogel's Monatsschrift im 50. Jahrgang
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-557748>

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: 24.02.2026

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

A. Vogel's Monatsschrift im 50. Jahrgang



Die allererste Monatschrift von Alfred Vogel, die aber 1932 wieder eingestellt wurde.

fragen kurze Auskünfte und Orientierungen geben», ist im ersten Jahrgang 1943, welcher mit der März-Nummer startete, nachzulesen. Angefügt wurde gleich, dass das Heft schon damals einen Vorgänger hatte: «In gewissem Sinne soll es eine Fortsetzung der früheren Zeitschrift 'Das Neue Leben' sein, wobei sich die 'Gesundheits-Nachrichten' allerdings nur auf das Wesentlichste beschränken, das sofort praktisch verwertet werden kann.» Und daran, so glauben wir, hat sich das Heft bis auf den heutigen Tag gehalten.

In der Tat stammt die allererste Schrift von Alfred Vogel, die während einer gewissen Zeit regelmässigen Charakter haben sollte, aus dem Jahr 1929. Wenn wir uns vergegenwärtigen, dass damals das Gedankengut in der westlichen Welt an der Schwelle stand zur Entfernung von den natürlichen Vorgängen in Richtung blinden Gehorsams gegenüber Technik und Chemie, dann vermögen wir zu erahnen, wie einsam sich ein engagierter Naturheilkundler bisweilen fühlen musste. Das allerdings hielt den Autor des «Neuen Lebens» keineswegs davon ab, mit Feuer und Flamme Gegensteuer zu geben. Lassen wir ihn gleich selber sprechen. Unter dem Titel:

Unsere aufmerksame Leserschaft wird es mit Sicherheit im Verlauf dieses Jahres schon gemerkt haben: Die Gesundheits-Nachrichten stehen heuer im 50. Jahrgang ihres regelmässigen monatlichen Erscheinens. Mit Freude, aber auch mit Dankbarkeit gegenüber einer derart langen und eindrucklichen Konstanz im Verbreiten des Gedankenguts einer natürlichen Lebens- und Heilweise nehmen wir die Mitte des Jubiläumsjahres zum Anlass, etwas zurückzublättern in frühere Zeiten des Wirkens von Dr. h.c. Alfred Vogel. Aber nicht nur das: Wir machen unserer treuen Leserschaft auch noch ein schönes Angebot. Lesen Sie selbst!

«Dem Wunsche vieler Kunden entsprechend, gebe ich nun wieder monatliche Nachrichten heraus, die über Gesundheits- und Ernährungs-

Treueste Leser(innen) gesucht

Es ist eine der Besonderheiten unserer Monatsschrift, dass sich ihre Leser sehr stark mit ihr, bzw. den darin vertretenen Ansichten und Erfahrungen identifizieren. Das hat zur Folge, dass eine Vielzahl unserer Leserschaft den Gesundheits-Nachrichten in grosser Treue verbunden ist. Nun wollen wir das halbe Jahrhundert an publizierten Jahrgängen zum Anlass nehmen, mit unseren treuesten Leserinnen und Lesern in Kontakt zu treten.

Erinnern Sie sich, wie lange es her ist, dass Sie Ihr erstes Abonnement bestellt

haben? Vielleicht schon vor einigen Jahrzehnten? Ist Ihnen womöglich ein besonderes Erlebnis aus all den Jahren als GN-Abonnentin oder -Abonnent in Erinnerung geblieben? Dann schreiben Sie uns an:

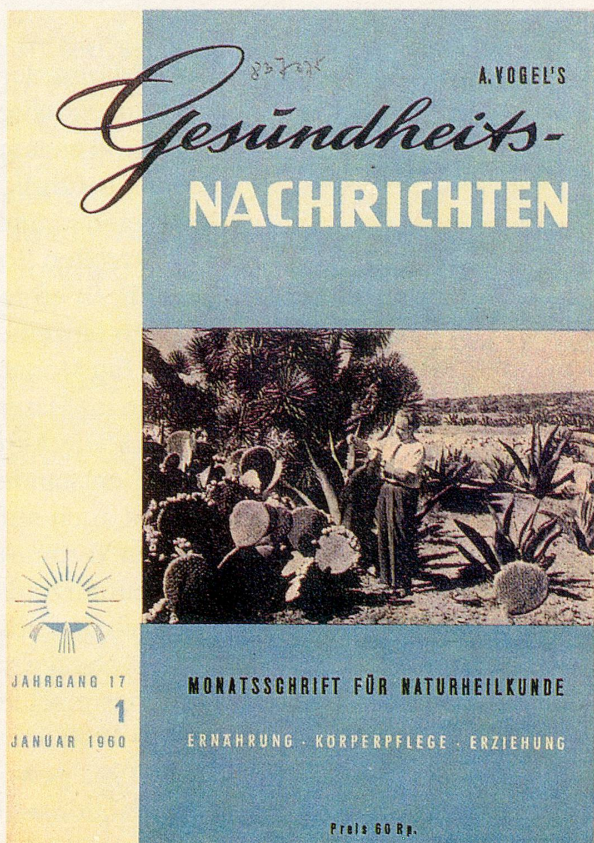
Verlag A. Vogel, Jubiläum,
CH-9053 Teufen.

Gerne möchten wir in einer der nächsten Nummern darüber berichten – und auf unsere treuesten Leser wartet in diesem Jubiläumsjahr eine angenehme Überraschung!

«**Alles Grosse und Schöne ist einfacher Art**» nahm Alfred Vogel im Oktoberheft 1929 den Zeitgeist offen und ehrlich unter die Lupe: «Hinab in die Tiefe weist der Wegweiser der herrschenden Ansichten, niederwärts zu prunkhafter Schönheit, zu herrschsüchtiger Grösse; denn was ist begehrenswerter für den heute mehr denn je degenerierten Zustand der Menschheit, als sich über die nackte Tatsache des Niedergangs hinwegzutäuschen!» Das sind deutliche Worte, die, man staune, auch 1993 hätten geschrieben werden können. In jenem Artikel lässt es der Schreiber aber nicht bei der Kritik bewenden. Was wie ein roter Faden durch sein aufklärendes Werk im Dienste des kranken wie gesunden Menschen führt, war schon damals Alfred Vogels Anliegen: Den Menschen stets praktischen Rat zur Umkehr, zum friedlichen Umgang mit den Helfern aus der Natur zu erteilen.

«Wirf sie weg, die Bürde vergänglicher Schönheit, schleudere sie von dir, die Würde schwindender Grösse, und du wirst mit federnder Leichtigkeit und singendem Frohmut den Fuss über Schwierigkeiten setzen und zu ruhiger Schönheit und erhabener Grösse in unvergänglicher Art hingelangen», kann man in diesem über 60jährigen Heft weiter lesen. Gemeint ist damit die Abkehr vom Schielen nach Scheinerfolg, Luxus und unnatürlichem Überfluss und, stattdessen, die Hinwendung zu Bescheidenheit und Respekt vor Mitmensch und Natur.

Die Ausgabe Januar 1960. Zum erstenmal erscheinen die Gesundheits-Nachrichten im bis heute gebliebenen Format, mit der Leitfarbe blau.



TEUFEN (App), Dezember 1949

Siebter Jahrgang - Nr. 1

A. Z.
VILMERSGEN

Gesundheits-Nachrichten

MONATSSCHRIFT FÜR NATURHEILKUNDE
Naturgemässe Ernährung, Körperpflege und Erziehung

Jahresabonnement: Inland Fr. 4.50 Ausland Fr. 5.75	Redaktion und Verlag: A. Vogel, Teufen Telefon 071 336 76 (Nachsch. 15. 1975) Druck: Jentges & Co., Vöhringen	Vertriebsstelle für Österreich: Dr. Gebel, Döbelenstrasse 14, Innsbruck Anwesenheitspreis: 10 Sch.	Leserpreis: Das Heft kostet nur 20 Pf. Die Wechselkursrate: 1:1
--	---	--	---

AUS DEM INHALT

1. Schlafgerbe. 2. Magen- und Darmleiden (Stöhn). 3. Blut-
gerstenale und Krebs. 4. Frühherbst oder deren Umgebung?
5. Radionuklidstrahlung. 6. Hechte und Tüfliche der Frau.
7. Unsere Heilkräuter: Achillea Millefolium (Schlafgerbe).
8. Fragen und Antworten: Durch Ausdauer zum Erfolg. 9. In-
teressante Berichte aus dem Leserkreis: Rasche Hilfe durch Aus-
scheidung der Gifte. 10. Neujahrswünsche.

Magen- und Darmleiden

Vortrag von A. Vogel, gehalten am 6. Dezember 1943
im Hotel Falken in Teufen

6. Fortsetzung und Schluss

Ein weiterer Faktor, der nun Beachtung finden muss,
ist die Leber. Bei ihr spielt vor allem der Genuss von Ca-
rotin eine hervorragende heilsame Wirkung, aber auch
noch andere gute Hilfsmittel stehen zur Verfügung. So
ist das bekannte Schöllkraut, das so genannte Chelidonium,
in ganz kleinen Mengen eingenommen, eine ausgezeichnete
Hilfe bei Leberstörungen. In manchen Gegenden ist es als
Wurmkraut allgemein bekannt. Am besten ist es, wenn
man es homöopathisch, in der zweiten Potenz einnimmt.
Auch Podophyllum ist in der dritten Potenz, für Sensible
ein sehr gutes Mittel. Sensible sollten überhaupt in erster
Linie einmal die homöopathischen Mittel ausprobieren,
denn wenn diese stark genug wirken, dann verliert man
über eine Hilfe, die auf keinen Fall schadet. Sollten die
homöopathischen Mittel in ihrer Wirkung hingegen nicht
stark genug sein, dann kann man zu den Frischpflanzun-
präparaten übergehen, die etwas intensiver sind. Nicht
jeder Mensch reagiert auf die gleichen Mittel. Symp-
tomatische Naturen, Kältesichter, Menschen
mit feiner Haut, in denen das Blut der Adern durch-
schimmert, also feine und empfindsame reizbare Naturen
sind für homöopathische Mittel geeignet. Im Kontrast zu
diesen stehen die kräftigen Typen, wie Metzger und Bau-
ern, die bei einer körperlichen Störung vorzuziehen zu den
kräftigeren Kräutermitteln greifen, da solche bei ihnen
erfolgreich zu wirken vermögen. Je nach der Struktur des
Menschen sollte man auch die Mittel wählen. Im Grunde
genommen, gehört es zur Aufgabe eines guten, lichten
Arztes, die Wahl geschickt zu treffen und ebenso ge-
schickt zu dosieren. Dies war früher ja selbstlich, die
heutige chemische Industrie hat aber dieser individuellen
Notwendigkeit den Rüssel gestossen, da sie alles schema-
tisiert und standardisiert hat, so dass die letzte keine Re-
zepte mehr zu schreiben haben, denn alles steht sowohl
ihnen, wie auch den Apothekern fertig verpackt zur Ver-
fügung.

Für einen talentierten, studierten Fachmann, der die
ganze Pharmazie und alles damit zusammenhängende
kennt, ist ein solcher Umstand unbedingt unzufrieden-
dend, besonders in Anbetracht dessen, dass auch er sich der in-
dividuellen Verschiedenheiten bewusst ist. Die Zeit
des alten Landarztes, der sowohl die individuelle Veran-
lagung, als auch den Krankheitsfall genau berücksichtigte
und danach seine Mittel richtete, zu denen er selbst die
Rezepte schrieb, war für den Patienten, wie auch für
den Arzt bedeutend. Ihn aber, allerdings viele,
denen es nur um Schmerzmittelung zu tun ist, mit dieser
Aussicht nicht einig gehen. Die vielen Fertigfabrikate er-

Schlafgerbe

Schlafgerbe steht am Wege
Und heisst fein:
«Soll ich denn nicht zur Pflege
Gehören sein?»
Es, willst du dich denn schenken
Mit diesem herben Gut,
Willst nicht an dich auch denken
Mit frohem, leichem Mut?
Schlafgerbe schüttelt leise,
Gössen, doch geschwind
In ihrer stillen Weise
Die Blüte leicht im Wind,
Sie lüchelt froh, versonnen,
Wenn sie im Lichte steht,
Dass Glück hat sie gewonnen,
Wenn Herzhaft sie umweht,
Doch ist sie auch zufrieden,
Sicht sie im Stolzbruch bloss,
Wo der vollsteit bescheiden
Ein kühnliches Los,
Liegt irgend in der Runde
Ein fecher Broch und leer,
Sicht sie in seinem Grunde
Und wünschet sich gar nichts mehr,
Einmal mit weisen Döhlen,
Einmal auch rosarot
Zählt sie sich zu den Holden
Und schüttelt ob die Not,
Wer so sich leine bescheiden
Immiten Sturm und Pein,
Wer lüchelt selbst in Leiden,
Kann sicher glücklich sein.

So sahen die Gesund-
heits-Nachrichten in
den Vierziger- und
Fünfzigerjahren aus.

Seine damalige intensive Tätigkeit
als Naturarzt und Heilpflanzenforscher
sowie die sich häufenden Vorträge Al-
fred Vogels im In- und Ausland brachten
es mit sich, dass das Monatsheft in den
Dreissigerjahren nicht mehr regelmässig
erschien. In diese Periode fiel andererseits
die erste grössere Publikation, die rasch
vergriffen war: Das Buch «Die Nahrung
als Heilfaktor», das seit 1992 im Verlag A.
Vogel als Faksimile wieder erhältlich ist.

1943 war es soweit!

Aber der Gedanke, Monat für Monat
mit einer Vielzahl von Leuten in Kontakt
zu sein, die seine Ideen und Erkenntnis-
se teilten und Erfahrungen austauschen
wollten, liess Alfred Vogel nicht los. Und
im März 1943 war es dann soweit: Das
Heft erschien zum erstenmal unter dem
Namen «A. Vogel's Gesundheits-Nach-
richten», versehen mit dem Untertitel:
«Für Sie und Ihre Familie – Monatlicher
Berater für natürliche Ernährung, Kör-
perpflege, Erziehung und biologischen
Landbau». Zu lesen ist darin über die viel-

fältige Wirkung der kieselsäurehaltigen Hirse sowie über entspre-
chende Hirsekochrezepte. Leser berichteten über ihre Erfolge mit Jo-
hannisöl und weissem Lehm bei Nervenschmerzen, während der Au-
tor selber ausführlich über die Vorzüge der «verachteten Brennessel»
als Kalklieferant und über den fluorhaltigen und deshalb für die Zäh-
ne so wertvollen Roggen informierte.

Von da an erhielten die Leser (bald aus aller Welt, wie das Blät-
tern in den einzelnen Nummern unschwer erkennen lässt) bis zum
heutigen Tag Monat für Monat Aufschlussreiches aus der natürlichen
Heilkunde ins Haus geliefert. Während Jahrzehnten war es ein allei-
niges Werk von Alfred Vogel und seiner ersten Frau Sophie. Die Ma-
nuskrifte entstanden nicht nur zu Hause, zuweilen im Flugzeug,
manchmal auch auf einer Flussfahrt im Amazonas, während Ruhe-
pausen auf Vortragstourneen oder auch spätabends nach getaner Ar-
beit als Naturarzt mit täglich Dutzenden von Patienten. Nie aber ver-
siegte diese monatliche Quelle der Erfahrungen, aus denen so viele
Menschen Nutzen ziehen konnten.

Anfangs erschien das Heft noch im einfachen Zeitungsformat,
später, ab 1960, im traditionellen blauen Kleid als Heft, wie man es
bis April 1992 gewohnt war. Erst dann vollzog sich, unter Einbezug
eines Redaktionsstabes, der gewillt ist, diese Tradition fortzusetzen,
ein weiterer Entwicklungsschritt in Richtung einer etwas erweiterten

und farbigeren Gestaltung – so, wie sich auch das vorliegende Heft präsentiert.

Wir freuen uns, dass eine wichtige Stütze des Lebenswerks von Dr. h.c. Alfred Vogel, die von ihm begründeten «Gesundheits-Nachrichten», bis heute lebendig geblieben sind und – die Aufmunterung und der Zuspruch der Leserschaft beweisen es – nichts an ihrer Bedeutung für eine zunehmende Zahl gesundheitsbewusster Menschen verloren hat. Gerne hoffen und wünschen wir, dies möge über den 50. Jahrgang hinaus so bleiben. ●

Unser Angebot: Die Leserreise zum GN-Jubiläum!

Das Jubiläum «50 Jahre A.Vogel's Gesundheits-Nachrichten» ist für uns der Anlass, mit einem besonderen Angebot an unsere Leserschaft heranzutreten: Eine sechstägige Leserreise vom

Dienstag, 24. August bis Sonntag, 29. August 1993 nach Holland,

- wo, wie nirgendwo sonst, für praktisch jedermann der Schweizer Naturheilkundepionier ein Begriff ist;
- wo allein der «Kleine Doktor» in einer Millionenaufgabe erschienen ist;
- wo, umrahmt von einem malerischen historischen Städtchen, wunderschöne Heilpflanzenkulturen (nach A.Vogel) Auge und Herz erfreuen.

Unsere Leserreise führt uns am ersten Tag von Teufen über Zürich und Basel bis nach Limburg. Am zweiten Tag treffen wir in Elburg ein, wo wir am Donnerstag im von jährlich 50 000 Menschen bewunderten grossen A.-Vogel-Zentrum empfangen werden. Der Freitag ist für einen Besuch in Amsterdam mit den bekannten Grachten und für eine Rundfahrt durch die berühmten Blumenfelder bei Bloemendaal und Haarlem reserviert. Am Samstag erreichen wir über Breda, Antwerpen und Brüssel die Stadt Luxemburg, wo wir übernachten und am Sonntag über die elsässische Metropole Strassbourg etwa um 17 Uhr Basel erreichen.

Unsere Leserreise mit Gleichgesinnten, die ganz im Zeichen des 50. Jahrgangs der Gesundheits-Nachrichten stehen wird, worüber Sie täglich viel Wissenswertes und Neues erfahren werden, kostet Fr. 900.–, inklusive Übernachtungen und Halbpension in den Hotels.

Die Teilnehmerzahl ist beschränkt.

Wenn Sie interessiert sind, bei dieser einmaligen «A.Vogel-Reise» dabei zu sein, dann verlangen Sie unseren Anmeldeschein mit einer Postkarte bei:

Verlag A.Vogel,
A.-Vogel-Reise, CH-9053 Teufen,
Telefon 071 33 46 12.