

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 51 (1994)  
**Heft:** 2: Auf natürlichem Weg zur Fruchtbarkeit

**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:** 02.05.2026

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

# INHALT

**DER NATUR AUF DER SPUR** ....4

**THEMA DES MONATS**

Kinderlos? Die Natur hilft nach .....6

**SCHLAFSTÖRUNGEN**

Überlisten Sie den Sandmann! Im Gespräch mit Dr. med. D. Kähler.....11

**NATÜRLICHE HEILMETHODEN**

Fieber als Krankheit und Therapie .....14

**DIE PRAKTISCHE SEITE IM**

**FEBRUAR** .....18

**BILD DES MONATS** .....19

**NATURHEILMITTEL**

Die Heilkräfte des Bienenhonigs .....20

**SERIE**

Vitamin C macht viel von sich reden .....22

**VORBEUGUNG**

Rechtzeitig gegen Heuschnupfen handeln .....24

**PFLANZENKUNDE**

Wer kennt die geheimnisvollen Flechten? .....25

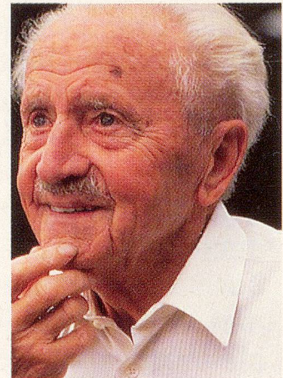
**LESERFORUM**

Erfahrungsberichte und Selbsthilfeforum ...28

**BLICK IN DIE WELT** .....31

## Liebe Leserinnen, liebe Leser

«Mir ist alles verleidet!» Je nach Veranlagung eines Menschen, je nach den Verhältnissen, die ihn bedrängen mögen, je nach den Pflichten, die er sich aufbürdet, mag sich dieser Stosseufzer der übermüdeten Menschenbrust entringen. Das will nun aber nicht heissen, dass wir trotz einer solch aussichtslosen Lage im Grund genommen aufzugeben gewillt wären. Nein, wir mögen viel eher durch eine solche Einsicht zur Vernunft kommen und nach einem Ausweg suchen, um den unangenehmen Zustand überbrücken und mit freudigem Schwung den Anforderungen wieder neu begegnen zu können. Wer einigermaßen naturverbunden ist, wird in solchem Falle wandern gehen, um sich von Pflanzen, von Felsen und Bergen, von Seen und Meeren und nicht zuletzt auch von der Sonne trösten zu lassen.



Vielleicht brauchen wir auch bloss eine verständnisvolle Seele, die uns zeigt, dass wir nur müde und erschlaft sind, während doch auf unserer Lebenswaage die Werte stärker wiegen als das Misslungene. Warum weiterhin Raubbau treiben, wenn dadurch der Lebensmut sinkt und die Lebensfreude dahinschwindet? Wir müssen lernen, Zeiten der Entspannung einzuflechten. Mit dem Ansteigen der Lebensjahre darf man sich auch nicht einbilden, ohne jegliche Einbusse täglich streng und angespannt zu arbeiten und abends sich zusätzlich noch ebenso gewissenhaft seinen Freunden widmen zu können.

Hören wir stattdessen auf den Rat unserer inneren Stimme, und wir werden den unliebsamen Tiefpunkt überwinden. Diesen nicht zu beachten, könnte sich höchst ungünstig, ja riskant auswirken. Wenn wir ihn aber einmal in seiner Wirksamkeit «ausgekostet» haben, dann wissen wir, wie wir ihm zukünftig begegnen müssen, damit er sich immer seltener, auf alle Fälle nicht mehr so stark, einzustellen wagt.

Herzlichst, Ihr

*A. Vogel*

Dr. h.c. A. Vogel

(aus: Gesundheits-Nachrichten, Februar 1974)