

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 62 (2005)  
**Heft:** 2: Rheuma und Ernährung

**Vorwort:** Editorial  
**Autor:** Rawer, Claudia

### **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:** 23.02.2026

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



## Liebe Leserinnen, liebe Leser

Murphys Gesetz lautet, vereinfacht gesagt: wenn etwas schief gehen kann, dann wird es auch schief gehen. Das wird immer mit dem Toastbrot illustriert, das vom Tisch fällt – natürlich mit der Butterseite nach unten. Statt Frühstück ist also Putzen angesagt.

Natürlich kennen wir alle so etwas: die schicke helle Bluse bekleckert man sich ausgerechnet vor einem wichtigen Treffen. Es gibt zwei Sorten Heftpflaster: Das eine hält nicht, das andere geht nicht ab. Bildstörungen beim Fernsehen treten nur dann noch auf, wenn man ausnahmsweise eine Sendung unbedingt sehen wollte. Der Computer stürzt immer dann ab, wenn man einen Abgabetermin hat. Murphys Gesetz ist also das typische Pessimistengesetz: immer das Schlimmste erwarten. «Wo der Pechvogel aus allen Wolken fällt, landet er todsicher in einer Kaktusplantage.»

Unser Autor Adrian Zeller geht in dieser Ausgabe der «Gesundheits-Nachrichten» der Frage nach, ob es «Glückspilze» und «Pechvögel» gibt. Und wie so oft: so viele Experten befragt werden, so viele Ansichten gibt es dazu. Der eine sagt, die Glückspilze seien durch ihren ausgeprägten Optimismus erfolgreicher. Die andere meint, pessimistisch eingestellte Menschen sähen möglichen Fehlschlägen klarer ins Auge und würden daher auch gründlicher denken und arbeiten. Richtig ist sicher, dass es sich oft positiv auswirkt, dem Leben mit einem Lächeln zu begegnen, und dass man sich häufig Chancen verbaut, wenn man immer nur

Negatives erwartet. Aber ich meine, dass eine gute Portion Skepsis oft genug angebracht ist – vor allem auch Schwarz-Weiss-Malerei gegenüber. Von daher halte ich es mit einem vorsichtigen Optimismus: ich erhoffe nur das Beste vom Leben – aber die Notrufnummer ist gut sichtbar über dem Telefon angebracht.

P.S.: Zumindest die Sache mit dem abstürzenden Butterbrot lässt sich rein physikalisch erklären. Bei einer durchschnittlichen Tischhöhe von 75 Zentimetern und der üblichen Kantenlänge von Toastbroten schafft das Murphy'sche Objekt während des Fallens in aller Regel nur eine halbe Drehung und landet somit in 80 Prozent aller Fälle auf der Butterseite. Die Konsequenz daraus? Auf Vollkornbrot umsteigen!

**Bleiben Sie gesund!**

**Herzlichst Ihre**

*Claudia Rawer*

