

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 62 (2005)
Heft: 12: Die Kraft der inneren Bilder

Inhaltsverzeichnis

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>

Inhalt/Vorschau



10

Naturheilkunde & Medizin

- Schlafzeit – Lebenszeit 10

Schlafen Sie gut? Für die Gesundheit ist Schlaf ein «Grundnahrungsmittel», entspannter Schlaf ist aber nicht selbstverständlich. Vom Schlaf, über Schlafstörungen, und wie man sie auf natürliche Weise behebt.

- Ziegen und die Medizingeschichte 26

Wie Ziegenmilch und Molke ein kleines Schweizer Dorf zum Weltkurort machten.

Körper & Seele

- Die Kraft der inneren Bilder 15

Erlebnisse und Eindrücke des Alltags übersetzen wir ganz unbewusst in eine Bildersprache. Hirnforschung und Psychologie beschäftigen sich und arbeiten mit diesen inneren Bildern des Menschen.

- Editorial 5
Fakten & Tipps 6
Buchtipp 6

Lebensfreude & Wellness

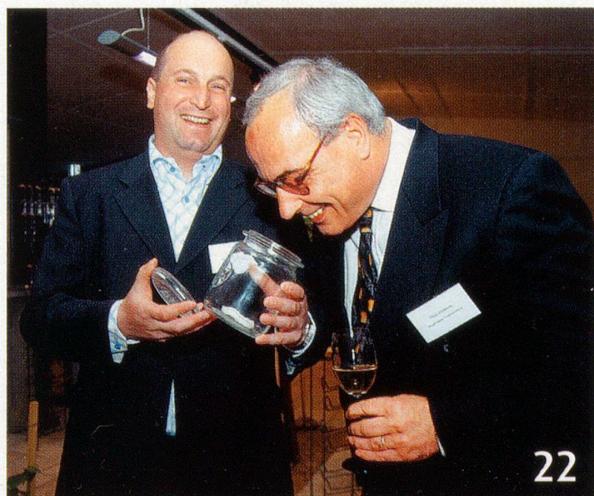
- Hinters Licht geführt 22

Farben wirken auf unsere Wahrnehmung und Stimmungen ein – aber auch auf unseren Geschmack. Ein Winzer spielt mit der Tatsache, dass unsere Zunge sich täuschen lässt.

Ernährung & Genuss

- Die schlanke Schwarze 17

Ein bisschen in Vergessenheit geraten und doch ein delikates Wintergemüse: Schwarzwurzeln.



22

Nächsten Monat

Was ist die Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitäts-Störung (ADHS)?
Winterwunder
Kopfschmerz durch Medikamente?

- Treff & Talk 31
Impressum 37
Anzeigen & Adressen 38



Bild des Monats – (Über-)lebenskünstler: Die Silberdistel (*Carlina acaulis*) gedeiht nur an trockenen, warmen und mageren Standorten.

Alfred Vogel (1902–1996)

Das Werk Alfred Vogels ist geprägt vom Gedankengut einer in jeder Hinsicht an der Natur orientierten Lebens- und Heilweise. Ein Leben in möglichst weitgehendem Einklang mit dem Schöpfer und der Natur und im Bewusstsein um deren Kräfte ist gleichbedeutend mit wahrer Lebensqualität.

