Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel

Band: 51 (1994)

Heft: 12: Der grosse Energietest : wie haushalten Sie mit Ihrer Kraft?

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: 16.07.2025

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

INHALT

BUCHTIP EXTRA.....4

DER NATUR AUF DER SPUR....5

THEMA DES MONATS
Wie gehen Sie mit Ihren Energiereserven um? 6

NATURHEILKUNDE
Warzen wecken die Phantasie 10

HEILPFLANZEN
Die tropische Papaya ...14

AUF DEM SPEISEPLAN
Gebäck aus Weizen.....17

NATÜRLICHE FAMILIEN-PLANUNG
Mondrhythmus und Fruchtbarkeit.....18

DIE PRAKTISCHE SEITE IM DEZEMBER 22

BILD DES MONATS 23

THEMA DES MONATS
Fortsetzung von Seite 9 24

HEILPFLANZEN
Was Sie alles über Hanf nicht wissen.....26

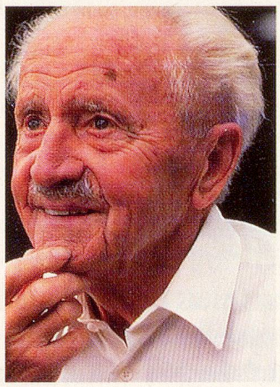
SERIE
Kalzium für die Knochen.....30

LESERFORUM
Erfahrungsberichte und Selbsthilfeforum ...33

BLICK IN DIE WELT.....36

Liebe Leserinnen, liebe Leser

Viel zu wenig achtet man darauf, daß Gleichgewichtsstörungen unseres inwendigen Menschen sehr oft ärgerlichen Zuständen zuzuschreiben sind. Wer in seinem Innern ohnedies rasch erregt ist, findet sich eher dazu berechtigt, dem Ärger Einlaß in sein Herz zu gewähren, als wenn man gelassener Natur ist und abwarten kann, bis sich sorgenvolle Wolken wieder verziehen. Wer so veranlagt ist, schadet sich gesundheitlich viel weniger, denn der Ärger, der Empörung in uns aufkommen lassen kann oder uns eine unerträgliche Aussichtslosigkeit vorgaukelt, stört nicht nur die Funktion gewisser Organe, sondern vermag auch unser Empfindungsleben äußerst ungünstig zu beeinflussen. Eine mir bestens bekannte Inhaberin einer Gesundheitsklinik wunderte sich sehr darüber, daß Menschen, die sich fast fanatisch bemühen, äußerst gesund zu leben, dennoch an Krebs sterben können, ja, daß sich dieser sogar oft schon in einem Alter einstellt, in dem sie eigentlich noch voll leistungsfähig sein könnten. Die Antwort auf das Warum und Wieso erhielt sie gewissermaßen an einem meiner Vorträge mit dem Thema, wie man Krebs verhüten könne. Sie erfaßte dabei den Zusammenhang zwischen der unnötigen Belastung der Leber durch fortwährenden Ärger und der Entwicklung von Krebs. «Wenn man allen gesundheitlichen Notwendigkeiten Rechnung trägt, wieso kann dann gleichwohl Krebs entstehen?» Das war die ungelöste Frage, die ihr zu schaffen gab. Nun aber begann sie die untergrabende Macht des Ärgers zu verstehen und richtig einzuschätzen. Da bei vorzüglicher Lebertätigkeit kein Krebs entsteht, muß es trotz Befolgung der verschiedenen Gesundheitsregeln fortgesetzter Ärger sein, der die Leber schädigt und ihre Tätigkeit stört. Es braucht noch keine nennenswerte Leberkrankheit zu sein, denn die stetigen Störungen genügen schon, um die Voraussetzungen für Krebs zu schaffen. Der Ärger hat es an sich, daß er den stillen Seelenfrieden zerstört, wodurch sich das Sprichwort bewahrheiten kann: «Friede ernährt, Unfriede zerstört.»



Herzlichst, Ihr

Alfred Vogel

(Aus: «Gesundheits-Nachrichten», Dezember 1977)