

Objekttyp: **TableOfContent**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **9 (1952)**

Heft 1

PDF erstellt am: **05.07.2024**

### **Nutzungsbedingungen**

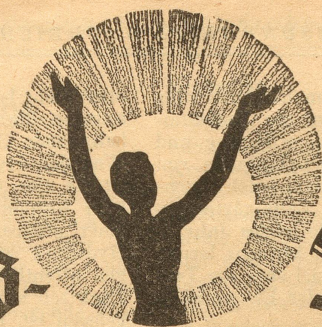
Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern. Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

### **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*  
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, [www.library.ethz.ch](http://www.library.ethz.ch)

<http://www.e-periodica.ch>



# Gesundheits-Nachrichten

MONATSZEITSCHRIFT FÜR NATURHEILKUNDE  
Naturgemässe Ernährung, Körperpflege und Erziehung

<b>Jahresabonnement:</b> Inland . . . . . Fr. 4.50 Ausland . . . . . Fr. 5.70	<b>Redaktion und Verlag: A. Vogel, Teufen</b> Telefon (071) 3 61 70      Postcheck IX 10 775 Druck: Isenegger & Cie., Villmergen	<b>Vertriebsstelle für Österreich:</b> Dr. Günther, Rechenweg 1g, Innsbruck Abonnementspreis: 20 Sch.      Postcheck-Nr. 129.335	<b>Insertionspreis:</b> Die 1spaltige mm-Zeile 30 Rp. Bei Wiederholungen Rabatt
---	--	--	---

**AUS DEM INHALT** Seite

1. Rosmarin . . . . .	1
2. Eine kleine Ferienreise (3. Fortsetzung) . . . . .	1
3. Heilungen von Krebs . . . . .	3
4. Vorbeugen und heilen . . . . .	4
5. Sportherz . . . . .	5
6. 365 neue Tage . . . . .	5
7. Unsere Heilkräuter: Rosmarinus officinalis (Rosmarin) . . . . .	5
8. Fragen und Antworten: Entgiften hilft . . . . .	6
9. Aus dem Leserkreis: Interessante Berichte für werdende Mütter . . . . .	7

## Eine kleine Ferienreise

(3. Fortsetzung)

### Die Meerfahrt

Die Abfahrt eines Schiffes vom Lande ist immer wieder ein besonderes Erlebnis, mag es sich auch noch so oft wiederholen. Wenn der dumpfe, energische Ton der Schiffs-sirene ertönt und das Schiff langsam durch den Hafen ins offene Meer hinausfährt, dann scheint der feste Grund, auf dem wir standen, für uns dahin zu sein und das ziellos Ungewisse drängt sich uns voll Erwartung entgegen. Die Meerfahrt hat für den, der durch das Schwanken des Schiffes nicht seekrank wird, etwas Beruhigendes. Sie bietet eine kräftigende Erholung, selbst, wenn sie nur ein paar Stunden dauern mag. Der Anblick der unendlich scheinenden Wasserfläche ist mit ihrem gleichmässigen Spiel der Wellen eine hervorragende, natürliche Medizin. Die Fahrt von Frankreich nach England dauert zwar bekanntlich ja leider nicht lange, so kommt es denn, dass man sich kaum an sie gewöhnen kann, und schon tauchen in der Ferne die hohen Felsen der Küste Britaniens auf und nach kurzer Zeit legt das Schiff in Folkestone an.

### In England

Ein anderes Land, eine andere Sprache, der sich unsere Zunge erneut anpassen muss. Schon die verschiedenen Fragen der Zollbeamten beweisen uns, dass selbst ein geschliffenes Französisch hier keineswegs mehr genügen konnte. Der englische Zoll ist, wie man uns dies voraus-gesagt hatte, wirklich exakt und genau. Der Beamte klopfte bei allen Türen, bei allen Hohlräumen des Autos, nach all-fällig versteckten Gütern suchend. Die genaue Sucharbeit aber verlief erfolglos, denn wir gehören zu jenen, die sich eine Reise nicht durch Zollschwierigkeiten trüben lassen.

## Rosmarie

*Rosmarie heiss ich, im Garten ich steh'  
Lindre gar manches Gebrechen und Weh,  
Diene als Würze mit feinem Sinn,  
Musst mich nur kennen, schlank, wie ich bin.  
Blättchen wie Nadeln trag ich zur Schau,  
Blümchen, die kaum ich zu zeigen getrau,  
Alles an mir ist zierlich und fein,  
Lebe voll Dank in den Tag hinein,  
Zieh' aus dem Boden würzige Kraft,  
Die für den Leidenden Gutes beschafft.  
Könnte ich wohl noch Bessres begehren,  
Als zu wachsen, mich tapfer zu wehren,  
Als im Licht, in der Sonne zu steh'n?  
So scheint das Leben mir wertvoll und schön!  
So führt es trotz der schwierigen Zeit  
Zu reich gesegneter Wirksamkeit.*

Nun ging es zum ersten Mal mit dem Auto durch Eng-land. Das bedeutete etwas ganz Besonderes, das man nicht erleben kann, wenn man per Bahn oder Flugzeug reist. In England heisst es nämlich links fahren und jeder, der zum ersten Mal mit seinem Fahrzeug den englischen Zoll passiert, um nun sein Heil auf der linken Strassenseite zu versuchen, verrät eine gewisse zaghafte Unsicherheit. Wie mochte das Umgewöhnen wohl gelingen? Manchmal aber ist die Wirklichkeit viel einfacher als die bangende Vor-stellung. Kaum hatten wir Folkestone durchquert, um in die ruhige, englische Landschaft abzubiegen, fühlte ich mich auch bereits schon sicher im Linksfahren und Rechts-vorfahren.

Wohl war der Hafen auch hier schwarz wie in andern Ländern, die Häuser aber waren sauber, hatten einen gewissen Stil und gefielen uns. Aber nicht nur die schönen, originellen Häuser und Häuschen fielen uns auf, auch die englische Landschaft überraschte uns mit ihren grossen Bäumen, vor allem mit den stattlichen Eichen und sauberen Farmen. Wir fühlten uns gar nicht fremd, denn sowohl die Landschaft als auch die Sauberkeit und Wohn-lichkeit der Häuser erinnerte uns an unsere Schweiz. Wir fanden hier ähnliche, verwandte Bedürfnisse. Auch unsere