Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 10 (1953)
Heft: 9

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: 12.07.2025

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

Teufen (App.), September 1953

Zehnter Jahrgang - Nr. 9

A. Z.
VILLMERGEN

Gesundheits-Nachrichten

MONATSZEITSCHRIFT FÜR NATURHEILKUNDE

Naturgemässe Ernährung, Körperpflege und Erziehung

Jahresabonnement:	Redaktion und Verlag: A. Vogel, Teufen	Vertriebsstelle für Deutschland:	Insertionspreis:
Inland . . . . Fr. 4.50 Ausland . . . . Fr. 5.70	Telefon (071) 3 61 70 Postcheck IX 10 775 Druck: Isenegger & Cie., Villmergen	VITAM-„Verlag" Hameln Abonnement: 4.50 DM Postscheckkonto Hannover 55456	Die 1spaltige mm-Zeile 30 Rp. Bei Wiederholungen Rabatt

AUS DEM INHALT

1. Aronenkraut 65
2. Naturgemäss leben in Amerika . . . 65
3. Kohlsaft gegen Magen- und Darmgeschwür 67
4. Behördliche Stellungnahme gegen Buttergelb 68
5. Bericht über Gesundheitsfragen in Australien 69
6. Wieviel Nahrung braucht der Mensch? . 69
7. Unsere Heilkräuter:
(Arum maculatum (Aronenkraut, Aronstab) 70
8. Fragen und Antworten:
Die grosse Obstillusion 71
9. Aus dem Leserkreis:
Lob den homöopathischen Mitteln . . 71

ARONENKRAUT

Manch' Schönes steht im Wald und im Gebüsch,
Es kümmert niemand sich darum,
Es dringet aus dem Boden jung und frisch,
In seiner Eigenart schaut es sich um.
«Wo bin ich hingestellt, und wer steht neben mir?»
So wundert sich wohl das Aronenkraut.
Mit einer eigenart'gen Zier
Schützt es sich, wenn der Himmel blaut.
Mit tütenförm'ger Hülle ist es angetan
Und schirmt damit den Blütenkolben sein,
Schaust du die ganze Pflanze an,
Erscheint sie zierlich dir und klein.
Du bist erstaunt wohl über ihre Blüte,
Erstaunt, dass sie versteckt im Walde steht,
Sie redet eine ei'gne Sprache zum Gemüte,
Wenn leis' der Abendwind darüber weht.
Reift sie zur roten Beerenfrucht heran,
Erinnert fast sie dich an Seidelbast,
Du wunderst dich, was sie wohl alles kann,
Und was du selber ihr zu danken hast?
O ja, sie kann uns Menschen allen
In dem und jenem Segen sein,
Sie weiss, womit sie kann gefallen,
Lebt in der Einsamkeit sie auch allein!
Es braucht im Grunde nur bescheid'ne Gaben,
Sie können unser Leben hell durchzieh'n,
Wenn wir uns froh an ihnen laben,
Ist wertvoll unser still Bemüh'n!

Naturgemäss leben in Amerika

Reisemöglichkeiten einst und jetzt

Es ist oft sehr schwierig in verschiedenen Ländern naturgemäss zu leben. Bereits früher habe ich schon darüber berichtet, wie man sich in Italien, Spanien, Portugal und Griechenland behelfen muss. Ist man nicht zu sehr an den gewohnten Gaumenreiz gebunden, dann findet man sich mit einer gewissen Geschicklichkeit mehr oder weniger in jedem Lande zurecht und zwar einfach durch eine Selbstverpflegung, die auf Rohkost beruht, was in südlichen Ländern gut möglich ist. In dem Falle ist am besten, man kann, unabhängig von andern im eigenen Wagen reisen. Will man ein grosses Land einigermassen kennen lernen, dann ist dies ja ohnehin der gegebene Weg. Ist die Zeit zu kurz bemessen, dann ist allerdings das Flugzeug günstiger. In kürzester Zeit legt man mit ihm weite Strecken zurück und kann dabei an den Landungsorten gewisse Sehenswürdigkeiten besichtigen. Man wird im Flugzeug freundlich und nett verpflegt, darf aber keine grossen Ansprüche auf naturgemässe Ernährung stellen, sondern muss sich aus der Reichhaltigkeit des Dargebotenen das Beste heraussuchen. Gewiss würden die Fluggesellschaften auf grossen Widerstand der Fahrgäste stossen, wollten sie eine rein naturgemässe Verpflegung durchführen.

Die Fahrt mit dem Auto hat auch noch den Vorteil, dass man Land und Leute besser kennen lernt. Noch besser wäre allerdings eine Wanderung zu Fuss, aber wer würde heute noch auf Schustersrappen ein Land durchqueren, das so gross ist wie Amerika, worunter wir in der Schweiz vor allem die Vereinigten Staaten verstehen. Würden wir täglich einen achtstündigen Marsch durchführen, dann benötigten wir ungefähr ¾ Jahre, bis wir von einem Ende des Landes zum andern gewandert wären. Nur wer das Land kennt, kann sich eine Vorstellung von dem machen, was die Pioniere beim Durchqueren der unendlich erscheinenden Weiten durchgemacht haben, und zwar besonders in den Hochebenen und flachen Gebieten Mittelamerikas. Damals waren weder Strassen noch Fahrwege vorhanden, denn die Indianer hatten kein Bedürfnis für solche Verkehrsmöglichkeiten. Es konnte daher leicht geschehen, dass die ganze Wagenkolonne der Auswanderer plötzlich vor einer Schlucht stand, die ein gebieterisches Halt darstellte. Hunderte von Kilometern Umweg mögen manchmal erforderlich gewesen sein, um das Hindernis zu umgehen, auch bildeten die Ureinwohner oft ein nicht immer leicht zu bewältigendes Problem, denn begreiflicherweise hatten sie keine Lust, sich immer mehr vom weissen Manne verdrängen zu lassen.

Heute durchqueren überall gute Autostrassen, teilweise sogar Autobahnen das bebaute Land, wie auch die