

Objekttyp: **TableOfContent**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **10 (1953)**

Heft 9

PDF erstellt am: **01.09.2024**

Nutzungsbedingungen

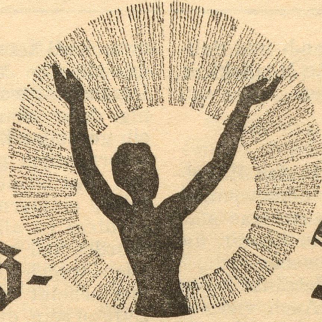
Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern. Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung 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.e-periodica.ch>



Gesundheits-Nachrichten

MONATSZEITSCHRIFT FÜR NATURHEILKUNDE
Naturgemässe Ernährung, Körperpflege und Erziehung

Jahresabonnement: Inland Fr. 4.50 Ausland Fr. 5.70	Redaktion und Verlag: A. Vogel, Teufen Telefon (071) 3 61 70 Postcheck IX 10 775 Druck: Isenegger & Cie., Villmergen	Vertriebsstelle für Deutschland: VITAM-„Verlag“ Hameln Abonnement: 4.50 DM Postcheckkonto Hannover 55456	Insertionspreis: 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

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 einiger-massen 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 heraus-suchen. Gewiss würden die Fluggesellschaften auf gros-sen 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 bes-ser wäre allerdings eine Wanderung zu Fuss, aber wer würde heute noch auf Schustersrappen ein Land durch-queren, das so gross ist wie Amerika, worunter wir in der Schweiz vor allem die Vereinigten Staaten verstehen. Würden wir täglich einen achtstündigen Marsch durch-führen, dann benötigten wir ungefähr $\frac{3}{4}$ 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 Ge-bieten 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 Ureinwoh-ner oft ein nicht immer leicht zu bewältigendes Problem, denn begreiflicherweise hatten sie keine Lust, sich im-mer mehr vom weissen Manne verdrängen zu lassen.

Heute durchqueren überall gute Autostrassen, teil-weise sogar Autobahnen das bebaute Land, wie auch die

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!*