Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel

Band: 6 (1948-1949)

Heft: 5

Rubrik: Unsere Heilkräuter

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: 10.08.2025

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

Unsere Heilkräuter

Melissa officinalis und Monarda didyma
(Citronen- und Goldmelisse)

Schon blühten die ersten Veilchen, als der Winter nochmals seine Macht erzeigen wollte. Sollte er jetzt so mir nichts, dir nichts das Feld räumen und wirklich gänzlich verschwinden? Nein, dazu hatte er keine Lust. Nochmals drang er mit erneuter Kälte zurück in das bereits verlassene Gebiet. Er liess seine Schneeflocken tanzen, als hätte er das grösste Recht dazu und leise fröstelnd duckten sich die Citronenmelissen, die bereits zaghaft aus dem Boden hervorgedrungen waren, näher an die Erde heran. «Wie war es doch früher schön, als wir Melissen noch im Schutze der Klostergärten standen! Da hatte der Wind keinen solch freien Zugang und die Kälte konnte uns nicht so viel anhaben wie hier, wo es zwar ja auch ganz schön ist, wenn nur erst einmal der lästige Winter ganz weg wäre.» «Was weisst du denn noch vom Klostergarten?» wollte die Goldmelisse wissen, die neben ihrer kleinern Schwester, der Citronenmelisse stand. Rings um ein Bäumchen herum hatte man sie gepflanzt und es war im Juli immer besonders schön, wenn ihre roten Blüten weithin leuchteten. Immer und immer wieder kamen die Kinder mit ihren Körbchen, um die honiggefüllten Lippenblüten zu ernten und immer und immer wieder erschlossen sich neue Blüten, die sie von Zeit zu Zeit einsammeln konnten. Wie liebten die Frauen doch den Tee aus diesen Blüten ganz besonders zur Pflege der Unterleibsorgane. Auch die Blätter durften dabei mithelfen und manche schmerzliche Periode verschwand infolge der heilenden Wirkung, die der Goldmelisse zu diesem Zwecke inne wohnt. «Ja, ja,» bestätigte die kleine Citronenmelisse, «einst standen wir beiden, du und ich in den wohlgepflegten Klostergärten an ehrenvollem Platze. Die Grossmutter wusste noch viel davon zu erzählen. Nicht nur du, Goldmelisse, warest dort als Monarda didyma vertreten, sondern auch ich, die kleine, unscheinbare Citronenmelisse, die man lateinisch melissa officinalis nennt, war zur Genüge bekannt. Die heilige Hildegard, die eine gelehrte Aebtissin war, nannte uns «Binsuga», was Bienensaug heisst, weil die Bienen unsere kleinen, weissen Lippenblüten, die im Juni und Juli einen feinen Nektar liefern, gerne und reichlich aufsuchen. Bienenzüchter, die ihre Bienenstöcke mit unsern, nach Citronen duftenden Blättern ausreiben, erreichen damit, dass die Bienen gerne beim Stocke bleiben. Auch die Aebtissin Hildegard hat unsere Blätter sehr geschätzt und geboten, solche zu essen, da dadurch das Herz freudig werde. Wie traurig wäre ich, wenn ich all dies nicht wüsste, denn im Grunde genommen, wäre ich auch gerne so gross und stattlich wie du, der man wohl deshalb den vielsagenden Namen Goldmelisse gegeben hat. Da nun aber auch ich in meiner Unscheinbarkeit gleichwohl helfen kann, will ich mich gerne bescheiden. Ist nicht schon alleine mein Duft, der meinen Blättern entströmt, eine wahre Beruhigung für aufgeregte Nerven? Darum irrt man sich nicht, wenn man mich bei abgemühten Nerven geniesst, denn ich beruhige sie wirklich nach bestem Wissen und Können.» Lächelnd hatte die Goldmelisse zugehört, denn es war ihr angenehm mit ihrer kleinen Schwester im Frieden leben zu können. Wie gut, dass sie so vernüftig war und sich mit dem zufrieden gab, was ihr zu wirken möglich war. Mochten die Schneeflocken auch wild herumtanzen, sie vermochten doch keineswegs die Redseligkeit der kleinen Citronenmelisse einzudämmen, die alles mögliche aus frühern Zeiten zu erzählen wusste. Nicht nur von Klosterfrauen war die Rede, auch von manch Hohen aus fürstlichem Geblüt, sprach sie. Bei vornehmen Anlässen liessen diese edlen Frauen mit Vorliebe einen feinen Sirup servieren, den sie mit Zucker und Citrone aus den Blüten der Goldmelisse hatten herstellen lassen. Wer von ihnen lange jugendlich bleiben wollte, bereitete sich regelmässig aus dem Brühwasser der Goldmelissenblätter ein wohltuendes Sitzbad. Gerne hörte die Goldmelisse den Lobgesängen zu, und sie war auch gar nicht verdrossen, als nun die Citronenmelisse auch ein wenig an sich selber dachte und vom echten Karmelitergeist zu berichten begann, der im grossen Karmeliterkloster früher jährlich zu Hunderten von Litern aus den Blättern der Citronenmelisse gebrannt wurden. Aber da hatte denn doch die Goldmelisse noch richtig zu stellen, dass ihre kleine Schwester nicht alleine zum Rezept des berühmt gewordenen Karmelitergeistes beigetragen habe, denn mit den Blättern der Citronenmelisse wurden auch noch Citronenschalen, Muskatnuss, Zimmt und Gewürznelken mitdestilliert. Das wusste die Goldmelisse sehr gut, und es war ihr auch bekannt, dass im grossen Kloster von Chartreuse weite Kulturen von Citronenmelissen angebaut waren, weil sie zum wesentlichen Bestandteil jenes berühmten Likörs gehörten, den das Kloster bekanntlich herstellte. «Ich weiss noch mehr von dir zu erzählen, denn kürzlich hab ich ein Gespräch belauscht und bin dadurch inne geworden, dass du auch bei Angina pectoris, einer schlimmen Herzerkrankung die Anfälle zu lindern vermagst. Jedenfalls liegt die nervenberuhigende Wirkung in dem aetherischen Oele, das in deinen Blattdrüsen enthalten ist. Schon im Mittelalter kannten dich, du kleine Citronenmelisse auch die stillenden Mütter gut, denn sie wussten, dass ihnen dein Genuss vermehrte Milchbildung ermöglichte, besonders, wenn sie zugleich auch noch viel Weinbeeren nebst Mandeln oder auch Haselnüssen assen und den Tee der bittern Kreuzblume nicht verschmähten. Bekannt war auch, dass mit Citronenmelissentee zusammen die fünf wärmenden Pflanzensamen Anis, Fenchel, Dill, Kümmel und Koriander in hartnäckigen Fällen der Milchbildung dienlich waren.» So plauderten die beiden ungleichen Schwestern zusammen, als schliesslich auch der Thymian bescheiden erwähnte, er sei damals auch mit im Klostergarten gewesen. «Aber auch ich habe dabei nicht gefehlt,» bemerkte auch die Pfefferminze dazu, die soeben ihre zarten Schosse aus dem schweren Lehmboden hervorstreckte. «Wie schön, dass wir ja nun auch hier in dem Garten eines Pflanzenfreundes wieder zusammensein dürfen! Auch hier können wir uns wie einst darüber freuen, unsere Gaben zum Segen aller hervorkommen zu lassen. Wir wollen nur tüchtig wachsen, denn je schlimmer die Zeiten werden, umdesto nötiger haben uns die Menschen. Seht, schon scheint die Sonne wieder. In weissen Wolken ballt sich das düstere Gewölk des Himmels zusammen und helles Blau leuchtet uns froh entgegen. Der Frühling lässt sich nicht mehr zurückhalten. «Winter ade, scheiden tut weh, aber dein Scheiden macht, dass mir das Herze lacht, Winter ade!» lachend sangen die vereinten Pflanzen zusammen das fröhliche Abschiedslied, denn diesen Abschied feierten sie gerne, war er ihnen doch Gewähr zu neuem Erblühen und Wirken. Sie schüttelten die letzten Schneestäubchen von ihren grünen Kleidern und dankten den beiden Melissenschwestern recht herzlich für die angenehme Unterhaltung, hatten sie dabei doch ganz vergessen, dass sich der Winter nochmals hatte rächen wollen.

Entgifte Dich
ohne Berufsunterbrechung durch die angenehme neuzeitliche Badekur nach Frau Prof. Schlenz
(Kräuter-Schwitzbäder)
Ausgezeichnete Wirkung bei chronischen Leiden, insbes. Zirkulationsstörungen, hoher Blutdruck Gicht, Rheuma, Ischias, Gelenkleiden, Neuralgie, offene Beine, Blutwallung, Alterserscheinungen. Keine Belastung f. das Herz.
Prospekte verlangen.
HEILBAD NEUBAD
Zürich 6, Ottikerstr. 37
Tel. 28 47 11

Kennen Sie die hervorragende Wirkung vom natürlichen OZON-Dampfbad? Es fördert die Blutzirkulation, stärkt den Körper, gibt Beweglichkeit und wunderbares Wohlbefinden. - Seit 10 Jahren gute Erfolge!
OZON-BAD
Zürich 1, Zähringerstr. 21
Frau E. Pfister
Tel. (051) 32 33 70

Kurhaus und Café **Post Hemberg**
(Toggenburg)
Ruhe und Erholung, Pensionspreis Fr. 10.— *B. Rychen*