

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 9 (1952)  
**Heft:** 1

## 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:** 25.12.2025

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



# Gesundheits-Nachrichten

MONATSZEITSCHRIFT FÜR NATURHEILKUNDE  
Naturgemäße Ernährung, Körperpflege und Erziehung

Jahresabonnement:  
Inland . . . . . Fr. 4.50  
Ausland . . . . . Fr. 3.70

Redaktion und Verlag: A. Vogel, Teufen  
Telefon (071) 3 6170 Postcheck IX 10 775  
Druck: Isenegger & Cie., Villmergen

Vertriebsstelle für Österreich:  
Dr. Günther, Redenweg 1 g, Innsbruck  
Abonnementspreis: 20 Sch. Postcheck-Nr. 129.335

Insertionspreis:  
Die 1spaltige mm-Zeile 30 Rp.  
Bei Wiederholungen Rabatt

## A U S D E M I N H A L T

	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 Schiffsirene 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 vorausgesagt hatte, wirklich exakt und genau. Der Beamte klopft bei allen Türen, bei allen Hohlräumen des Autos, nach allfällig versteckten Gütern suchend. Die genaue Sucharbeit aber verlief erfolglos, denn wir gehören zu jenen, die sich eine Reise nicht durch Zollschnüre 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 gelrau,  
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 begehrn,  
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 England. 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 Vorstellung. Kaum hatten wir Folkestone durchquert, um in die ruhige, englische Landschaft abzubiegen, fühlte ich mich auch bereits schon sicher im Linksfahren und Rechtsfahren.

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 Wohllichkeit der Häuser erinnerte uns an unsere Schweiz. Wir fanden hier ähnliche, verwandte Bedürfnisse. Auch unsere