

**Zeitschrift:** Adelbodmer Heimatbrief  
**Herausgeber:** Stiftung Dorfarchiv Adelboden  
**Band:** 56 (1996)

**Rubrik:** Gottes Segen der Kräuter

### **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:** 13.07.2025

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

# Gottes Segen der Kräuter

Ein grosses Lob möchte ich unseren wunderbaren Kräutern auf den Alpen und in unseren Gärten zukommen lassen. Wichtig ist, dass man ihre Heilkraft kennen lernt, und sie nutzt mit Vorsicht und Verständnis. Etwas davon möchte ich euch heute näherbringen und zum Gebrauch empfehlen.

All die guete Chrütli, für mengers Boboli la z'verschwinde,  
cha me hie i der Natur finde.

Da ds Johannisöl git ganz e fini schöni Hut.  
U für e Stuehlgang isch de 's Schwedechrut.

Dass me nid mues hüüle wäge jedere Büüle,  
so isch doch derfür da, das liebe gute Arnika.

Ringelbluemesalb' für d'Bii  
da vergah de d'Krampfaderi gli.

Für d'Iiterbibeli, Akne siit me däm va lescht,  
mit Ringelbluemetinktur isch das kis Problem,  
dermit abwäsche u du gesch nütme va däm!

Natürlich wünscht me sich vo Härze  
nie z'ha grossi Schmärze:

Walwurzinkturtur hilft derbi,  
wes nech emal weich i de Chnöi sötti si.

Aes chönnti iim onesmal ds Haar usgah,  
mit Wasser, Brennessle u Essig chasch z'bescht Haarwasser ha.

U wener zwickt der Häxeschuss  
bruch ds Linement und är isch düss.

Die ganzi Prozedur tuet natürlig ds Härz strapaziere,  
drum tüet euch no es Glas Härzwii la serviere.

Margrit Thüler