

## **Hoffmann von Fallersleben, August Heinrich: Freunde, geht ins Seebad! (1836)**

1      Freunde, geht ins Seebad!  
2      Jedes Leid und Weh  
3      Lindert und beschwichtigt,  
4      Scheucht und heilt die See.

5      Jedem wird Genesung  
6      In der See zu Theil;  
7      Jedem Rang' und Stande  
8      Bringt das Seebad Heil.

9      Wer auf festem Lande  
10     Nirgend Heilung fand,  
11     Wird sie wahrlich finden  
12     Dort in Helgoland. –

13     Vetter Michel höret  
14     Dieses frohe Wort,  
15     Macht sich auf und eilet  
16     Nach der See sofort.

17     Und er badet täglich,  
18     In des Weltmeers Fluth,  
19     Denn er weiß, das Seebad  
20     Machet Alles gut.

21     Und er nimmt der Bäder  
22     Fünfzig an der Zahl,  
23     Und er badet täglich,  
24     Wie's der Arzt befahl.

25     Wie er ist, so bleibt er –  
26     Von Philisterei  
27     Wird man auch im Weltmeer

28 Nun und nimmer frei.

(Textopus: Freunde, geht ins Seebad!. Abgerufen am 23.01.2026 von <https://www.textopus.de/poems/43428>)