Herbstzeitlose

Autor(en): **S.V.**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Das neue Leben - Im Lichte neuzeitlicher Erkenntnis : monatliche Zeitschrift und Ratgeber über alle Gebiete der Lebensreform**

Band (Jahr): **1 (1929-1930)**

Heft 8

PDF erstellt am: **07.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-968566

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.

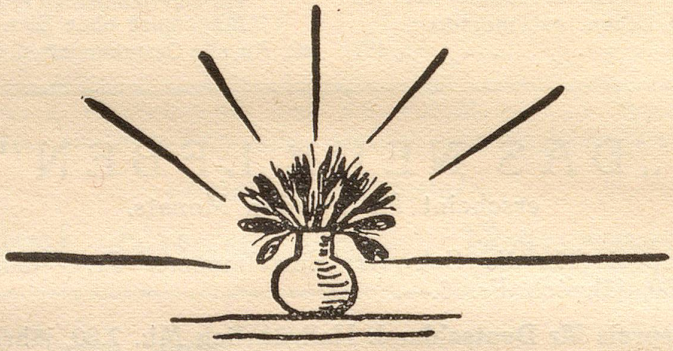
Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Schon blüht die Zeitenlose,
Schon ist der Herbst uns da!
Entblättert ist die Rose
Und kalte Zeiten nah.

Ich hab' die Sonn' im Herzen,
Ist auch der Winter trüb,
Ich tilge Gram und Schmerzen,
Das ist das Glück, das blieb!

S. V.



ENTWERTETE NAHRUNG.

Wenn der Vegetarismus lange Jahre keinen Siegeszug durch die Lager der Völker halten konnte, war es nicht zuletzt auch wegen dem Umstande, dass die gewählte Nahrung durch die Zubereitungsart fast entwertet worden war.

Obschon vor allem die Getreideprodukte schon in der Mühle durch unrichtiges Mahlverfahren und durch lediglich Verwenden der innern weissen Schichten ihren Wert fast ganz einbüssen müssen, ist doch der grösste Fehler früherer Vegetarier in der Küche gesehehen, und zwar durch das Abbrühen der Gemüse.

Immer mied ich in meiner frühern Jugend die hagern Vegetarier mit ihren bleichen Gesichtern mit einer gewissen vorsichtigen Scheu, denn sie schienen mir etwas unheimliche, eigene Gesellen zu sein. Später, als ich die grossartigen Entdeckungen der Ernährungswissenschaft studiert und die Vorzüge einer rein pflanzlichen Ernährung, jedoch auch deren richtige Zubereitung kennen gelernt hatte, da begann ich zu begreifen, warum die damaligen Vegetarier so schlecht aussehen mussten.

Öfters hatte ich Gelegenheit, zuzusehen, wie die Hausfrauen das Gemüse zubereiteten, indem sie alles im Wasser abkochten und