

Zeitschrift: Das Rote Kreuz : offizielles Organ des Schweizerischen Centralvereins vom Roten Kreuz, des Schweiz. Militärsanitätsvereins und des Samariterbundes

Herausgeber: Schweizerischer Centralverein vom Roten Kreuz

Band: 39 (1931)

Heft: 7

Artikel: Aphorismen : Über den Tod und das Sterben

Autor: Goethe / Rothnagel, Hermann / Sokrates

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-547023>

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: 27.04.2026

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

daß kürzlich der Bäcker in L., der seit Jahrzehnten für eine größere Liebhabergemeinde ein feinflöcheriges, duftiges, kräftiges und stark gebackenes Vollbrot herstellt (die Rinde durchgängig leicht verkohlt), vom betreffenden Lebensmittelinspektor, gemäß der Schablone des Gesetzes, wegen Gewichts- (also Wassermangel) gestraft wurde.

Gut gebackenes Vollbrot, das auch die für den Verdauungs- oder Ausnützungswert äußerst wichtige Schmachhaftigkeit besitzt, gibt es nun in zahlreichen Spezialitäten, wie Graham-, Vitamin-, Vollro-, Surseerbrot. Es handelt sich aber für uns darum, das Hausbrot, etwa 90—95% des Konsums, schmackhafter und bekömmlicher zu schaffen.

Ein gutes Hausbrot muß aus Vollmehl bestehen; es darf nicht lehmig, aber auch nicht trocken wie Tonscherben sein. Es muß feinflöcherig, in schmalen kleinen Laiben und mit leicht verkohlter Rinde hergestellt werden.

Nach unserer über Jahrzehnte sich erstreckenden Beobachtung ist das Brot in ganz Europa ungenügend, am schlechtesten in den besseren Hotels. Das Wasserbrot macht als besser gebackene Ausnahme, böß ist das lehmige Brot der Ostschweiz. Das vielgerühmte Wal-

liserbrot gehört bald nur noch der Sage an; was dort jetzt meist gegessen wird, ist ein blaßes, fades oder, wenn älter, sägespähniges Herrenbrot. Die mehr oder weniger verkohlte Rinde ist nicht nur für die Zähne, sondern auch für den Dünndarm — als Gährungshindernd — durchaus bekömmlich und vorteilhaft.

Nun erreicht der jährliche Brotverbrauch für ein Land wie die Schweiz den Wert von rund 100 Millionen Schweizerfranken. Wenn die Schätzung richtig ist, daß gut gebackenes Vollbrot etwa 18—25% mehr Verdauungswert hat als das gewöhnliche bisher gebackene Brot, so würden mit der Herstellung eines richtigen Volksbrotes jährlich etwa 18—25 Millionen Franken gespart.

Es verlohnt sich also reichlich, die bisherigen Erfahrungen der Zahnärzte und Ärzte durch genaue wissenschaftliche Erhebungen zu prüfen und, gestützt darauf, das Volk eindringlich aufzuklären, daß es aufhört, die edle Brotfrucht zu verwüsten. Denn wie die Entdeckung des Feuers, so bedeutet die Gewinnung der Brotfrucht eine der größten Kulturthaten der Menschheit.

Aphorismen.

Ueber den Tod und das Sterben.

Der Todesgedanke läßt mich ganz in Ruhe, denn ich habe die feste Ueberzeugung, daß unser Geist ein Wesen ganz unzerstörbarer Natur ist, es ist ein Fortwirkendes von Ewigkeit zu Ewigkeit. Goethe.

* * *

Seltam, aber Tatsache ist, daß für viele nicht so sehr der Tod an sich als das Sterben einen furchterregenden Begriff bildet. Hermann Nothnagel.

* * *

Nein, der Tod braucht nicht gefürchtet zu werden. Denn entweder hören wir ganz auf zu fühlen und zu denken oder wir gehen ein zu den Sternen und den unsterblichen Göttern. Sokrates (469—399 v. Chr.).

* * *

Niemand hat jemals den Tod gefühlt, und wir haben nicht mehr Bewußtsein unserer selbst, wenn wir die Welt verlassen, als wenn wir in dieselbe eintreten.

Guseland (1762—1836).