

Zeitschrift: Die Berner Woche in Wort und Bild : ein Blatt für heimatliche Art und Kunst
Band: 11 (1921)
Heft: 30

Rubrik: Unterhaltendes und Belehrendes

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: 08.01.2026

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

Gesundheits- und Nährwert der Gemüsespeisen.

Von Dr. Thraenhart.

In manchen Ländern werden Gemüsesuppen tagtäglich mit großem Appetit genossen. Der russische Bauer muß jeden Tag seine „Borschtsje“ oder Kohlsuppe haben, in die nur selten etwas Fleisch getan wird. Der Italiener hat seine „Minestra“ oder Gemüsesuppe den größten Teil des Tages auf dem Feuer stehen. Sie besteht aus den verschiedensten, sehr fein geschnittenen Gemüsearten, denen Grütze, Mehl oder Teigwaren, namentlich Makaroni, zugelegt werden; bisweilen kommt auch ein wenig Fleisch hinzu. Auf dem Speisezettel steht Minestra an jedem Tage des Jahres; stets verzehrt man sie mit großem Appetit, ohne ihrer je überdrüssig zu werden.

Die Gemüsespeisen sind namentlich durch ihren Reichtum an Nährsalzen sehr gesund und nahrhaft, was in neuerer Zeit wieder der bekannte dänische Physiologe Professor Hindbøde durch zahlreiche Ernährungsversuche bewiesen hat. Die Blattgemüse enthalten vor allem auch viel Kalk, nämlich achtmal so viel wie Rindfleisch. Daher sind sie bei der Ernährung der Kinder sehr wichtig für die Bildung gesunder Zähne und kräftiger Knochen, zur Verhütung und Heilung von Rachitis (englischer Krankheit). Hinreichende Kalkzufuhr vermehrt aber auch in allen Organen der Erwachsenen die Leistungsfähigkeit und Lebenskraft ganz bedeutend, wie durch praktische ärztliche Erfahrungen vielfach bewiesen ist. Dazu kommt in den Gemüsen noch der hohe Gehalt an Vitaminen, den eigentlichen „Lebenspendenden Stoffen“.

Nun kann man sich diese Nährwerte schon in genügender Menge zuführen durch reichlichen Gemüsegenuß zum Fleisch oder Braten. Aber meist wird dabei das besser munde, jedoch noch sehr teure und nur einseitige Nährwerte (Eiweiß) enthaltende Fleisch bevorzugt zum Nachteil der Gemüse. Jedenfalls soll man, um sparsamere und nährhaftere Mahlzeiten zu erhalten, zu weniger Fleisch stets recht viel wohlgeschmeckende Sauce bereiten, zu der man reichlich sättigende Kartoffeln oder Brot genessen kann. Wenn diese mit Mehl gut sämig gemachten Saucen im Kräutergeschmack recht oft wechseln, dann regen sie den Appetit immer wieder wohlthuend an und sind sehr beförmlich (Petersilie, Lauch, Sellerie, Zwiebelsauce usw.). Auch kann man das Fleisch weglassen bei der Zubereitung der sehr wohlgeschmeckenden Gemüse-Frikadellen, von Gemüse-Karbo-nade, Pudding, Frikassee oder falschem Salaten. Die Mischung muß mit Ueberlegung und Geschmack ausgeführt werden; nur nicht stets das Altbergebrachte, sondern immer wieder Abwechslung in allen Zutaten. Es gibt ja so sehr viele Kräuterarten: Grünkohl, Weißkohl, Rotkohl, Blumenkohl, Spinat, Kerbel, Kohlrabi, Möhren, grüne Erbsen, Sellerie, Porree, Petersilie, Tomaten usw. Jedesmal kann zur Abwechslung eine andere Kräuterart etwas vorschmecken.

Die Gemüse und Kräuter müssen je nach Art genügend lange, möglichst in der Kochkiste, gut zugedeckt kochen, damit die aromatischen Geschmacksstoffe ausgezogen werden, aber sich nicht verflüchtigen können. Niemals darf man das nährhafte Kochwasser wegschütten, ebensowenig wie man die Brühe vom Kochfleisch (Fleischbrühe) weggießt. Man kann sie sehr gut zu Gemüsesuppen verwenden; ein Teller nährsalzreiche Gemüsesuppe mit Brot morgens oder abends ist namentlich für Kinder einer Tasse Kaffee oder Thee weit vorzuziehen.

Bei der Zubereitung der Gemüsespeisen soll man auch nicht so verschwenderisch mit den größeren Blättern oder Rippen umgehen oder sie gar wegwerfen; wie es oft z. B. beim Kohlrabi, Blumenkohl, Spinat geschieht, sondern man möge sie ganz fein schneiden oder hobeln und nach dem Kochen durch ein Sieb treiben, in welchem dann die groben Zelluloseteile zurückbleiben. So kann man das teure Gemüse strecken. Zur besseren Verdauung ist eine genügende Fettzugabe zu allen Gemüsen immer vorteilhaft.

Nur recht viel Abwechslung in den Zutaten und im Würzen; dann werden die Gemüsespeisen von allen stets gern gegessen werden und man wird sich bald an diese billigen und doch sehr nährhaften Speisen gewöhnen. Denn auch der Geschmack ist in hohem Grade Gewohnheitssache: „Mutterns Essen schmeckt immer noch am besten“, selbst dem erwachsenen, in viel besseren Verhältnissen lebenden Sohne. Daher ist es aber auch namentlich in der Jetztzeit jeder Mutter Pflicht, ihre Kinder an solche einfache, nährhafte Kost zu gewöhnen.

Ein Reffordläufer wider Willen.

Das Badeabenteuer eines jungen New Yorker Sportmannes hat den Amerikaner für einen Tag zum Lachen Anlaß gegeben. Der junge Mann suchte ein verstelltes Plätzchen zu einem Freibad im Bronxriver außerhalb New Yorks, die Kleider glaubte er im Gebüsch sicher geborgen. Als er aber nach einiger Zeit wieder ans Land stieg, waren der neue Anzug, Hut und Hemd spurlos verschwunden und nur die allerintimsten Bekleidungsstücke, ein Unterleibchen und eine Knieunterhose, sowie die Schuhe zurückgeblieben. In diesem leichten Aufzuge entdeckte ein patrouillierender Konstabler den Verzweifelden. Nachdem er die Klage des Hilflosen ruhig angehört hatte, ohne ihm praktische Hilfe leisten zu können, kam ihm nach kurzem Besinnen eine ingeniöse Idee. Er zog seine Füllfeder hervor und begann auf Brust- und Rückenlinie des Leibchens eine große „7“ zu malen, und auf die verblüffte Miene des jungen Mannes erklärte er diesem, jetzt so rasch, wie möglich nach seiner Wohnung zu rennen, jedermann würde ihn für einen Teilnehmer an irgendeiner Wettlauff Konkurrenz halten! Und wenn auch die Zeiten auf dieser originellen Rennstrecke

nicht offiziell chronometriert wurden, so besitzt der junge Sportmann heute noch den Ruf, eines der belebtesten Viertel New Yorks am hellen Tage im gewagtesten Kostüm durchlaufen zu haben.



Simon Gfeller, Meischoßli. Gschichtli für Jung und Alt. Verlag Friedrich Reinhardt, Basel. Geb. Fr. 3.—

Der rührige Basler Verlag gibt in seiner Stab-Bücher-Folge auch ein hübsches, lustiges Büchlein von Simon Gfeller heraus, das wir als Reize- und Ferienbüchlein allen unsern Lesern warm empfehlen können. Die fünf Dialekt-Geschichten und die sechs schrittweisen Skizzen, die das Büchlein enthält, sind alle aus dem Emmentaler Boden gewachsen, urig, aber warm gefüllt und mit Gfellers goldigen Humor gewürzt; sie bringen viel Selbsterlebtes und gut Beobachtetes und müssen schon darum die Freunde unseres Ggf. Dichters — und deren gibt es viele — reichlich interessieren. Die Säckelchen eignen sich vorzüglich zum Vorlesen im kleinen Kreis, in Familie und Schule. Noch einmal: Nehmt es mit in Eure Ferien; Ihr werdet daran Freude haben! H. B.

De Chochkurs i der Chrono z' Tribel dinge. Moderner Küchenchwank von Emilie Benz. Zweite Aufl. (5 Damen und 1 Herr). Preis Fr. 1.50. Verlag: Art. Institut Drell Fäbli, Zürich.

Dieses lustige Stücklein, das fünf Damen und einen Herrn auf die Bretter zitiert und dabei nur bescheidenste Ansprüche an die Ausstattung macht, ist wohl in erster Linie dazu bestimmt, bei dem üblichen Schlußfesten eines Kochkurses alle Anwesenden — die Lehrerinnen, die Schülerinnen, das Frauenkomitee und die sonstigen Gäste — in eine recht fröhliche Stimmung zu versetzen. Dies wird aber auch bei beliebig andern Anlässen gelingen, denn dieser „Küchenchwank“ hat lauter humorvoll gezeichnete, zu herzlichem Lachen zwingende Darsteller: die rabiat redende, aber dafür famos kochende Kägel in der „Krone“, der man plötzlich „drei Stud Chochlehrjümpfere i d'Chuchi stellt“: eine poetisch angehauchte Johanna, die mit Schiller-Verse um sich wirft; eine enrasierte Botanikerin, die mit Büchern, Herbarium, Botanischerbüchse und Lupe hantiert, und eine aufs Kochen ernsthaft bedachte Eva, also eine normale Kochlehrtöchter, der es ver-dientermaßen auch glücken mußte, das Herz des Kronenwirtschones Adam zu erobern.

Reise-Literatur.

Ein ganz ausgezeichnetes Propagandamittel sowohl für unser Land als Reiseziel, wie auch für unsere Hotellerie und die gesamte Industrie, ist das Jöeben in 3. Auflage neu erschienene „Reise-Album der S. B. B.“ Verlag: Drell Fäbli-Annoucen, Zürich. (Preis Fr. 10.—) Dieses hübsche Werk wird regelmäßig in den Wagen der I., II. und III. Klasse der S. B. B. und vielen andern Transportanstalten aufgelegt. Auch diese Ausgabe erschien in neuem künstlerischem Einband. Die zahlreichen prächtigen Bilder stellen die bekanntesten Gegenstände unseres Landes dar. Es sind durchwegs gediegene Künstler-Aufnahmen, die in farbigem Tiefdruck sehr gut reproduziert sind. Der in 4 Sprachen überlegte Text schildert alles, nicht nur für den Fremden, sondern auch für den Einheimischen, Wissenswertes. Das wertvolle Werk kann von der Belegerin, sowie durch alle Buchhandlungen bezogen werden.

Der
Lehm als Heilmittel
für akute und
chronische Krankheiten

Vielersprosses und bestbewährtes
Natur-Heilmittel, das in keiner
Haushaltung fehlen sollte.

Preis p. Kilopaket 70 Cts. Versand
nach auswärts. Zu beziehen bei
Frau Ww. Walter-Hostettler
Kesslergasse 2, Bern 156

Kunsthalle



24. Juli bis 21. Aug.

G. François W. Plattner
T. Senn F. Stauffer
F. Traffelet 217

Max Klinger
Radierungen.

Eintritt für Nichtmitglieder
Fr. 1.10. Sonntag nachmittags
und Donnerstag abends 50 Rp.

Beinleiden

Leiden Sie schon lange an
offenen Beinen, Krampf-
adern, Beingeschwüren,
schmerzhaften und entzündeten
Wunden etc. dann
machen Sie einen letzten
Versuch mit 154

„Siwalin“

Wirkung überraschend.
Ueber tausend Zeugnisse.
1 Schachtel Fr. 2.50. Um-
gehender Postversand.
Dr. F. Sidler, Willisau.

Verblüffend!
Reizendhübsch!



Schon in 5—8 Ta-
gen einen blendend
reinen jugendfri-
schen Teint.

Gebraucht
„Serena“
Gleich nach den
ersten Tagen
der Anwendung
tritt eine auffallende

Teintverschönerung ein, die Haut
wird sammetweich und zart. Be-
seitigt schnell und sicher alle lä-
stigen Hautfehler, wie Sommer-
sprossen, Falten, Narben, Säuren,
Flechten, Röte, lästige Nasenröte
etc. und ist absolut unschädlich.
Alleinverkauf gegen Nachnahme
portofrei à Fr. 4.50 und 6.75.

Erfolg absolut sicher
garantiert. 25

Grossexporthaus „Tunisa“, Lausanne

Spezialgeschäft für

Corsets

O. HUGENTOBLER
BERN Spitalgasse 36 b
(v. Werdt-Passage)

Fehlen
Drucksachen



Ich liefere alle vorkommenden Drucksachen
in bester Ausführung und zu
mässigen Preisen

Jules Werder, Buchdruckerei, Bern

Neuengasse 9

Telephon 672

Tupfenmull

(gewobene Plattstich) solide,
schöne Ware, geeignet für

Vorhänge,

Schürzen, Blousen, etc. liefert me-
terweise, direkt ab Fabrik zu äus-
serst günstigen Preisen: 203

Emil Voellmy, Trogen.

Verlangen Sie Muster.

Pianos

Burger & Jacobi
Rordorf & Cie.
Hüni & Co.

Diese führenden Schweizer-
marken werden auch in
Miete und gegen bequeme
Raten geliefert. 71

Alleinvertreter:
F. Pappe Söhne
54 Kramgasse 54
BERN

Blutarme, appetitlose Personen,
Rekonvalescenten, Greise erhal-
ten gegen 205

Fr. 3.50

einbezahlt auf Postcheck-Konto
Félix Décroux, Bulle II/834 porto- u.
verpackungsfrei ein Fläschchen des
berühmten, wirkungsvollen Mittels

Tonique Décroux

A. Müller, Schuhmacher

Spitalackerstrasse 55

Verkauf von Schuhwaren. 88

Reparaturen u. Anfertigungen
nach Mass. Um geneigten
Zuspruch bittet Obiger.

SEGELJACHT.

Vorzüglicher
durchkonstru-
ierter Segler
74 cm hoch,
Nr. 1020 W
Fr. 10 franko.
Reich illustr.
Katalog über
Schiffsmodelle
und Zubehör,

Flugzeugmodelle, Lehrmittel,
drahtlose Telegraphie, Tesla-
Röntgen-Apparate, Mikroskope,
photographische Artikel, Motore,
Dynamos, Dampfmaschinen, Mo-
delleisenbahnen usw. Nr. 18 H
Fr. 1.25. Geldbeträge wolle man
nicht durch Postanweisung, son-
dern in Scheck, in bar oder in
Briefmarken senden. Fritz Sa-
ran, Berlin W 57, Potsdamer-
strasse 66. 201

BRISE
BISE

Gestickte Gardinen auf Mousseline,
Tüll, Spachtel etc. am Stück oder ab-
gepasst, Vitrages, Draperien, Bett-
decken, glatte Stoffe, Etamine, Wä-
schestickereien etc. fabriziert und
liefert direkt an Private.

HERMANN METTLER
Kettenstickerei, HERISAU
Musterkollektion gegenseitig franko

Spezialgeschäft

für **schwarze Stoffe** und
sämtliche **Trauerartikel** von

W. Pezolt

Bärenplatz 6 BERN Bärenplatz 6
Vorteilhafte Preise 161

Heidelbeeren

zu Fr. 1.20 per Kilo franko ver-
sendet **A. Delucchi, Arogno**
(Tessin) 204



empfeilt sich für

Ferien-Bewachung

Bei Jahresauftrag 50 % Rabatt
und Gratisversicherung des Haus-
haltes gegen Einbruch-Diebstahl
bis Fr. 15,000.— 187

Securitas A-G.

Christoffelgasse 3. Telephon 29.

Immer frisch!



113 BERN

Oppliger & Frauchiger
Aarberggasse 23 und 25

Schweiz. Möbel-Fabrik
J. Perrenoud A.-G.

Gegründet 1868

Verkaufsmagazin: 53

Länggassstr. 8, Hallerstr. 2 und 4, Bern.
Geschäftsführer: R. Baumgartner.

Grösste Auswahl gediegener
Brautaussteuern
:: Einzelmöbel ::

Langjährige Garantie. Sehr vor-
teilhafte Preise. Franko Lieferung.

Spezialgeschäft

Zum „Seifenkeller“

Marktgasse 53 183

empfiehlt la. **Marseiller-Seife**
sowie la. **Riviera-Speiseöl** (Oli-
ven u. Arachid) bestens u. billigst.
290 **E. Zryd.** Telephon 4029.



Die Berner Woche in Wort und Bild

Nummer 31

Bern, den 6. August 1921

11. Jahrgang

Druck und Verlag: Buchdruckerei Jules Werder, Neuengasse 9, Bern. Telefon 672.
Abonnementspreis: Für 3 Monate Fr. 2.50, 6 Monate Fr. 5.—, 12 Monate Fr. 10.—.
Ausland: halbjährlich Fr. 7.60, jährlich Fr. 15.20 (inkl. Porto)
Abonnementsbeträge können kostenfrei auf Postcheck-Konto III. 1145 einbezahlt werden.

Insertionspreis: Für die viergespaltene Nonpareillezeile 25 Cts. (Ausland 30 Cts.
Reklamen 75 Cts. die Zeile.

Annoncen-Regie: Orell Güssli-Annoncen Bern, Bahnhofplatz 1. Filialen: Zürich, Aarau, Basel, Chur, Luzern, St. Gallen, Solothurn, Genf, Lausanne, Neuchâtel etc.

Redaktion: Dr. Hans Bracher, Spitalackerstrasse 28 (Telephon 5302) in Bern, und Jules Werder, Neuengasse Nr. 9 (Telephon 672) in Bern.

Aus dem Inhalt: Walter Dietiker: Zwei Gedichte. — Gottfried Keller: Das verlorene Lachen (Erzählung). — Reinhold Kündig: Im Sommer (Illustr.). — Die Kraftwerke Oberhasli, Fortsetzung (4 Illustr.). — F. A. Volmar: Mensch und Tier (eine Plauderei). — Von den schweizerischen Nationalspielen (3 Illustr.). — Berner Wochenchronik: Mein Sommerland (Gedicht von F. W. Konrad). — Die neuen Gebirgsautos am Rhonegletscher (Illustr.). — Nekrologe mit Bildnissen: Prof. Dr. G. Tobler; Christian Strahm, gew. Bankbeamter, Bern.

Woldecken 29⁵⁰

Leintücher	13.90	Taillen	4.90
Bazin	5.90	Hemden	6.90
Waffeltücher	1.85	Hosen	7.50

offert

141

— LINGERIE —
TSCHAGGENY
7 Amthausgasse 7

Spezialgeschäft für

30

Corsets

O. HUGENTOBLER
BERN Spitalgasse 36 b
(v. Werdt-Passage)

Kentaur-Hafergrütze

weiss, für Porridge

Stickereien

für Wäsche beziehen Sie vorteilhaft direkt vom Sticker.
Tadellose Handmaschinen-Ware. Verlangen Sie Muster
Alb. Meier, Sticker, Degersheim (St. Gallen.)

1

Mutter
ernähre deinen Säugling mit
„Berna“
Hafer-Kindermehl

und frischer Kuhmilch, absolut das
Beste für Blut u. Knochenbildung
Erhältlich in Apoth. Drog. u. Handlg.
oder vom Fabrikant Hans Nobs Bern

Spezial-Institut für Körperpflege

Frau Rosa Bleuel

Bollwerk 41, Bern — Telefon 5685

Elektrisches Lichtbad — Massage
Dampf- und Heissluftbad
Medizinische Wannenbäder
Krankenpflege

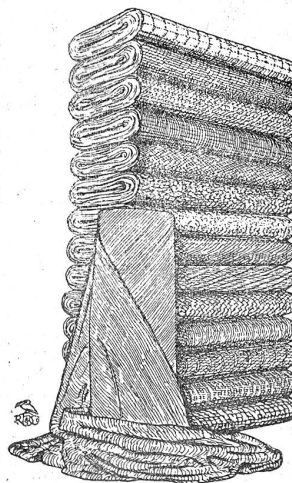
178

Haar- und Schönheitspflege
mit Violettstrahlen.

Behandlungen nach ärztlicher Vorschrift. Fachkundige Bedienung
auch ausser dem Hause.

Spezialgeschäft Rud. Jenni-Chunauer

Kramgasse 51 Bern Telefon 47.40



Damen-
und Herren-Stoffe
Aussteuer-Artikel

Verlangen Sie Muster
5 % Rabattmarken

14

Heidelbeeren

zu Fr. 1.20 per Kilo franko versendet. A. Delucchi, Arogno (Tessin) 204

Blutarme, appetitlose Personen, Rekonvaleszenten, Greise erhalten gegen 205

Fr. 3.50

einbezahlt auf Postcheck-Konto Félix Décroux, Bulle 11/834. porto- u. verpackungsfrei ein Fläschchen des berühmten, wirkungsvollen Mittels

Tonique Décroux

Die Einbanddecke

zu der

„Berne Woche“ in Wort und Bild

für den Jahrgang 1920

kann zum Preise von Fr. 3.50 bezogen werden. — Das Einbinden wird ebenfalls besorgt zum Preise von Fr. 3.— per Band.

Bestellungen nimmt entgegen:

Der Verlag: Buchdruckerei Jules Werder
Neuengasse 9 Bern Telephon 672

Spezialgeschäft Zum „Seifenkeller“

Marktgasse 53 183

empfiehlt la. Marseiller-Seife sowie la. Riviera-Speiseöl (Oliv u. Arachid) bestens u. billigst, 290 E. Zryd. Telephon 4029.

Lebensbund

Organisation d. Sich-

Findens. Vornehm. diskret. Tausende v. Anerk. u. Dankschreiben glücl. verheirat. Mitglieder. Bundesschrift geg. Einsend. v. 50 Cts. Verlag G. Bereiter, Basel 12./37.

Kleines Seuilleton

Nachtrauer.

Von Hasper.

Ein altes Schloß. —

In dem düstern Park, der es umgibt, haufen steinerne Götter mit schwermütigen Gesichtern, abgebrochenen Gliedern und zeiternagten Leibern, — die trostlosen Reste einer glänzenden Vergangenheit. Damals waren sie berufen, den Park zu schmücken und das Auge des Beschauers zu erfreuen, heute erhöhen die verwitterten Gestalten nur die trüb-selige Monotonie und die Verwahrlosung des ganzen wird noch auffälliger. Das Innere des Gebäudes mit seinen hohen Sälen, düstern Zimmern, hallenden Gängen und dunklen Nischen, worin einst vornehme Damen und Herren trauten und lächelten, beherbergt heute ein Mädchenpensionat.

Welch ein Kontrast! —

Dieses frisch pulsierende, jugendliche Leben in den düsternen, einer toten Vergangenheit angehörenden Räumen! Das zwitschert, lacht und plappert den ganzen Tag, und selbst, wenn sich schon die Nacht herniedergehängt hat, weht es manchmal noch durch die Gänge wie leises Flüstern und Raunen. Es sind aber keine Geister, diese nächtlichen Ruhe-störer. —

Zwei junge Mädchen eilen flüchtigen Fußes dahin. Sie haben in aller Eile Toilette gemacht und nur ein leichtes Tuch um ihre Nachtkleider geworfen. Jetzt betreten sie den Garten. Wo das Mondlicht durch das Laubwerk flimmert, vermeiden sie zu gehen und nur im tiefen Schatten huschen sie weiter. Ihr Ziel ist der Mittelpunkt des düsteren Parkes. Dort, in einem dichten Boskett steht eine Statue des Apollo. Der in Stein gemeißelte, herrliche Körper ragt hoch empor in göttlicher Nacktheit. Eine Weile stehen die beiden Mädchen im Anschauen verfunken. Das schimmernde Mondlicht scheint den starren Gliedern Leben zu verleihen, — die dunklen Schatten der Bäume verheißen Schweigen, — das leise Rauschen des Windes in den Ähren, — Frühlingsodem... alles zwingt zur Andacht, und diese Andacht wollen die beiden jungen Mädchen jetzt begehnen. — sie schwingen sich auf das Postament, — schlingen die Arme um den

Nacken des Gottes und küssen, fiebernd und stöhnend in verhaltener Glut, den kalten Stein...



Wunder in uns. Ein Buch vom menschlichen Körper für jedermann. Unter Mitarbeit von Dr. Hermann Deffer, Dr. Fritz Kahn, Dr. Ad. Koelich, Prof. Dr. C. L. Schleich. Herausgegeben von Hanns Günther. 384 S. Großformat mit zahlreichen Abbildungen im Text und 16 Kunstdrucktafeln. In Halbleinen Fr. 6.70, in Ganzleinen Fr. 8.—. Verlag: Ratscher & Cie., Zürich.

Ein Buch von uns selbst, das uns den innern Bau und die Tätigkeit unseres Körpers erschließen will, Dinge und Vorgänge, die für vielzu viele noch unbekannte Wunder sind! Und zwar ein Buch, das nicht in der Sprache der Lehrbücher und Leitfäden geschrieben ist, vielmehr fesselnd, unterhaltend, geistreich, jedem verständlich und trotzdem bis zu den neuesten wissenschaftlichen Auffassungen und Entdeckungen führend. Dazu reich illustriert und auch in den Bildern zum Teil ganz neue Wege gehend.

Das erste und größte Kapitel, dessen Verfasser der Herausgeber selber ist, gibt auf 90 Seiten eine knappe, klare Uebersicht über die Grundtatsachen vom Bau und der Tätigkeit der Körperorgane. Diese Einleitung ist für den Leser, der noch keine zusammenhängenden Vorkenntnisse besitzt, eine vorzügliche Einführung in das ganze Gebiet der menschlichen Physiologie, die es ihm ohne weiteres ermöglicht, die oft ziemlich weit ausholenden nachfolgenden Aufsätze zu verstehen. Ein großer Vorteil dieser kurzen Darstellung der Körperlehre, der diese auch für den Kenner der Tatsachen sehr wertvoll macht, sind die eigenartigen, zum Teil nach amerikanischen Vorbildern hergestellten Tafeln mit ihrer technischen Auffassung des menschlichen Körpers, der darin als ein Fabrikbetrieb mit zahlreichen selbstständigen Unterabteilungen erscheint. Diese naive, aber äußerst glückliche Darstellungsart trägt in ihrer Anschaulichkeit in hohem Maße dazu bei, auch dem ganz unvorgebildeten Leser eine klare Vorstellung von der Bedeutung und der Arbeit unserer Organe zu geben.

Die nachfolgenden 23 längeren und kürzeren Kapitel sprechen teils über Einzelfragen aus dem weiten Gebiet der Physiologie des Menschen, teils über die hygienische, medizinische und technische Ausnutzung der von der Forderung auf diesem Gebiet gelieferten Kenntnisse; immer mit dem Bestreben, nicht nur das allbekannte zu berichten, sondern dem Leser zugleich einen Einblick in den Werdegang der in mühevoller Arbeit errungenen neuesten Erkenntnisse zu gewähren. Die verschiedenen Bearbeiter, — alles bekannte Namen auf dem Gebiet der vollständigsten Darbietung wissenschaftlicher Stoffe — bieten jede Gewähr für Verständlichkeit und Zuverlässigkeit des Vor-gebrachten.

Ist das Buch vermöge seines fast 1/4 des Umfangs umfassenden ersten Kapitels vor allem dem Einführung Suchenden sehr wertvoll, so ist es durch den übrigen Inhalt auch für den biologisch schon Vorgebildeten ein geistreicher und sehr anregender Führer zu den Fortschritten der wissenschaftlichen Erkenntnis unseres Körpers, den immer besser zu kennen und zu verstehen, nicht nur nützlich, sondern auch unendlich interessant ist. Der billige Preis ist noch besonders hervorzuheben. Dr. H. H.

Aphorismen.

Man zeigt sich als gebildeter Mensch, wenn man:

1. Nicht immer von sich spricht;
2. stets in den Grenzen der Höflichkeit bleibt;
3. pünktlich erscheint, wenn man eingeladen ist;
4. andern nicht ins Wort fällt;
5. nicht mit seiner Bildung prahlt;
6. sich in fremde Verhältnisse zu finden weiß;
7. alle Vorkommnisse des Lebens im Lichte der Herzensgüte betrachtet.

Haßt du deine Kinder gern,

Dieser Rat sei dir zu Frommen:

Halte nur den Teufel fern,

Engel werden von selbst schon kommen.

Der Herr gab dir ein Buch mit goldenen Lettern;
Es trägt den schönen Titel! Das Gewissen.
Du sollst darin an jedem Tage blättern
Und drinnen forschen gründlich, lernbeseßigen.

Wohltaten, still und rein gegeben,
Sind Tote, die im Grabe leben,
Sind Blumen, die im Sturm bestehen,
Sind Sternlein, die nicht untergehen.

Das eben ist der Liebe Zaubermacht,
Daß sie veredelt, was ihr Hauch berührt,
Der Sonne ähnlich, deren goldner Strahl
Gewitterwolken selbst in Gold verwandelt.

Teuer ist mir der Freund, doch auch den Feind
kann ich nützen; zeigt mir der Freund, was ich
kann, lehrt mich der Feind, was ich soll.

Laß dir's gesagt sein, daß Freundlichkeit gegen jedermann die erste Lebensregel ist, die uns manchen Kummer sparen kann, und du selbst gegen die, welche dir nicht gefallen, verbindlich sein kannst, ohne falsch und unwahr zu werden. Die wahre Höflichkeit und der feinste Weltton ist die angeborene Freundlichkeit eines wohlwollenden Herzens.

Auf die darf man fürwahr nicht hören, die denken, man müsse den Feinden heftig zürnen und das für das Zeichen eines großmütigen und kühnen Mannes halten; nichts ist doch lobenswürdiger, nichts eines großen und herrlichen Mannes würdiger als Veröhnlichkeit und Milde.