Zeitschrift: Die Berner Woche in Wort und Bild : ein Blatt für heimatliche Art und Kunst

Band: 20 (1930)

Heft: 19

Artikel: Rassenhygiene und Ernährung

Autor: A.F.

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-638290

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: 13.12.2025

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

Pakte als eingeladenes ursprüngliches Mitglied angehören wolle, oder ob sie sich in vorsichtiger Distanz halten und erst nach gemachter Beobachtung entscheiden wolle. Im Ablehnungsfalle hätte die Schweiz wohl sicher ihre internationale Zentralstellung, also Genf den Sitz des Völkerbundes und Basel die Reparationsbank, eingebüßt, bezw. nicht erhalten. Wenn ihr vielleicht keine großen materiellen Gewinne dabei verloren gegangen wären — die Vorteile, die der Völkerbundssitz und die B. J. Z. dem Schweizervolk bringen, sind umstritten — so hätte sie doch an moralischem Prestige eingebüßt durch ihr mißtrauisches Zuwarten.

Denn die Völkerbundsidee ist trotz aller Anfechtungen und Anzweiflungen eben doch eine Realität, eine treibende Macht, die dem großen Ziele des Völkerfriedens näherführt! Und wenn Woodrow Wilson auch nur erreicht hätte, daß dieser eine Punkt — der letzte — von seinen 14 Punkten verwirklicht wurde, so wäre ihm die Unsterblichlichkeit gesichert gewesen.

In Millionen und aber Millionen von Menschen hat sich die Ueberzeugung gefestigt, daß der Krieg ein Unsinn, ein Verbrechen an den Völkern ist, und daß er geächtet werden muß. Wer anders aber sollte ihn verhindern und aus der Welt schaffen als eine Organisation der Völker, die die Machtmittel besitzen, um die Aechtung durchzusetzen?

Zwar hat sich der Völkerbund in Genf noch keine eigene Exekutivmacht, keine Völkerbundstruppe, kein Polizeiheer geschaffen. Er ist heute noch kein Ueberstaat in dem Sinne, daß er eigene Machtmittel besäße, mit denen er von sich aus renitente Mitglieder zum Gehorsam zurückführen könnte. Wer dem Völkerbund aus diesem Mangel den Strick dreht, übersieht, daß die Genfer Organisation andere, vielleicht wirksamere Hülfen besitzt zur Behauptung ihrer Autorität.

Seine vornehmste Hülfe ist das Weltgewissen. Dieses schuf die Sicherheits- und Schiedsgerichtsverträge zwischen den einzelnen Staaten und Staatengruppen. Sie schuf den Weltgerichtshof im Haag, dem heute alle Völker von Bedeutung, sogar die Nordamerikaner, verpflichtet sind. Streitigkeiten zwischen diesen Völkern werden letztinstanzlich nicht mehr durch die Gewalt, sondern durch das Recht entschieden. Wenn sich zwei Nachbarn über eine Grenz- oder andere Frage nicht einigen können, so rufen sie den Schiedsspruch des Völkeraereopags im Haag an. So geschehen in der Zonenfrage zwischen der Schweiz und Frankreich.

In gewissen Fällen hat auch schon die Intervention des Völkerbundsrates allein genügt, um schwere Konflikte zwischen zwei Staaten beizulegen und eine kriegerische Auseinandersetzung zu verhindern. Wir erinnern an den Streit um die Aalandsinseln, die Beschießung Korfus durch Italien, den bulgarisch-griechischen Grenzstreit, den Streit um Wilna zwischen Polen und Litauen, an die bolivianisch-paraguayischen Grenzzwischenfälle.

Gewiß, der Krieg als letzte Konsequenz politischer Feindschaft ist damit noch nicht aus der Welt geschafft. Die Garantie hiefür gibt erst die Abrüstung. Und just auf diesem Gebiete hat der Völkerbund noch keine überzeugenden Erfolge aufzuweisen. Die Flottenkonferenzen in Washington und London, als Präliminarien zu der kommenden Genfer Abrüstungskonferenz, lassen nur geringe Hoffnungen für entscheidende Taten aufkommen. Immerhin haben die Verhandlungen doch schon die Schwierigkeiten des Problems bloßgelegt und einen gangbaren Weg gewiesen, nämlich den des Rüstungsstillstandes als Uebergang zur eigentlichen Abrüstung. In letzter Linie werden über das Tempo der Abrüstung und — was gleichbedeutend ist — der Befriedung der Welt die Völker selbst entscheiden. Die Abrüstung muß sich zuerst in der Mentalität der Völker selbst vollziehen. Der Geist, der zum Krieg erzieht und anleitet, der den Glauben an die Entbehrlichkeit von Bomben und Giftgasen als Kulturmittel lächerlich und verächtlich macht, muß abgebaut werden.

Das kann nur durch Erzieherarbeit geschehen, und diese Arbeit muß in den Schulen beginnen.

Darum haben die Völkerbundsversammlungen von 1923 und 1924 Resolutionen gutgeheißen, die allen Mitgliedstaaten die moralische Pflicht auferlegen, ihre Jugend mit den Idealen des Weltfriedens bekannt zu machen und sie für den Frieden zu erziehen.

Der schweizerische Bundesrat hat diese Aufgabe den im Schulwesen souveränen Kantonen überbinden müssen. Diese haben leider den Auftrag nicht alle mit dem nötigen guten Willen durchgeführt. Es gibt noch Tausende von Schweizerkindern, die vom Völkerbunde nichts wissen und die dann später als Bürger ein Hemmschuh sind für die Entwicklung des Friedensgedankens. Die bernische Unterrichtsdirektion empfiehlt ihrer Lehrerschaft, den 16. Mai als Anlaß zur Belehrung der Jugend über die Ideen und Ziele des Völkerbundes zu benutzen. Möge der Appell gehört und eifrig befolgt werden! H. B.

Rassenhygiene und Ernährung.

Der Schweizer vor 1800 kannte die Kartoffeln und das Weißmehl nicht. Der Weizen hat den Roggen verdrängt und die Kartoffeln den Hafer. Kartoffeln, Weißmehl und Weißzucker sind fettbildend und verdrängen Blut und Muskeln. Hafer und Roggen bilden Blut, Muskeln und Knochen. Unser Volk hat sich am Weißmehl blutarm gegessen. 90% unserer Mütter sind blutarm und stoffwechselkrank. In der Schweiz haben wir 80,000 Tuberkulosekranke und noch mehr Tuberkulosegefährdete. Unzählige sterben an Krebs. 96 bis 98% unserer Kinder sind zahnkrank. Unsere Krankenhäuser, Sanatorien, Armen- und Irrenhäuser sind überfüllt. Sollen wir wie der Vogel Strauß den Kopf in den Sand stecken und zuwarten, bis die Kraft des Schweizervolkes zermürbt ist? Nein, das dürfen wir nicht. Die Abhilfe wäre sehr einfach. Turnen, Sport und Sonnenbäder ohne zweckmäßige Ernährung nützen nicht viel. Ein wegtrainierter Bauch ist noch lange kein Muskelersatz und sonnengebräunte Haut beweist noch lange nicht, daß der Mann nicht blutarm oder tuberkulös ist. Aeußere Zeichen solcher Art sind oft ein Selbstbetrug. Ebenso wichtig wie Sonne und Körperübungen ist die richtige Blut und Muskeln bildende Ernährung. Die erste Ernährung des Menschen geht im Mutterleibe vor sich. Schon da ist es nicht gleichgültig, wie sich die Mutter ernährt, denn die Säuglingsfürsorge beginnt im Blute der Eltern. Beim Säugling ist die Zeit der Entscheidung in der Periode des Zahndurchbruches, vom 4. bis 9. Monat. Gibst du dem Kind nur Brei, so lernt es schlingen und nur schlingen. Gibst du dem Kind zu beißen, so lernt es beißen und nur beißen. Seine Kiefer und Muskeln bilden sich zum Beißen aus, das Kaubedürfnis entsteht und die Zähne sind gerettet. Der harte Haferstengel ist der Anfang. Ihr Mütter! Ihr, denen das Wohl des Kindes am Herzen liegt, Ihr müßt mithelfen, und hier ist der Anfang. Geht dann das Kind zur Schule, so werdet ihr weiter für die richtige Nahrung besorgt sein. Dem Schulkind eine Tasse Milch am Morgen, ein Roggen- oder Haferbrötchen mit viel Kruste (Ranft) und auf den Schulweg dazu einen Apfel.

Ich hatte kürzlich Gelegenheit, in London englische Truppen vorbeimarschieren zu sehen. Zuletzt kamen die Hochländer-Regimenter, der Stolz Englands. Wie das federte, von Kraft strotzte — Federfuß, Federrücken. Was aber gibt den Schottländern diese Kraft? — Das Haferbrot. Auch unser Volk war ein Volk der Kraft. Im Heer Napoleons dienten die „Roten Schweizer". Sie waren Napoleons Lieblingstruppe. Als sein Heer an der Beresina vor Hunger und Kälte bezwungen dem Ansturm der Kosaken erlag, da traten die roten Schweizer vor, hielten dem Sturm der Feinde stand, bis der Rückzug über den Fluß geschehen war. A. Fl.