

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

Herausgeber: A. Vogel

Band: 1 (1929-1930)

Heft: 3

Artikel: Der weisse Tod

Autor: Vogel, A.

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-968541>

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: 25.04.2026

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

oder Rohköstler werden, wäre es eine erzieherisch nutzbringende Taktik «Eviunis» fernerhin vor allem unter Nährmittel zu mengen, die einen Basenüberschuss besitzen und wirklich anempfehlenswert sind, um einen vermehrten Konsum unter der Allgemeinheit auch um anderer Vorteile willen nutzbringend zu fördern. Macht eure Verwandten und Bekannten, die von naturreiner Pflanzennahrung und Rohkost noch nichts wissen wollen, auf die interessante Gratis-Literatur der Christallo A.-G. aufmerksam, jedoch vergesst nicht, ihnen gleichzeitig mitzuteilen, dass die durch «Eviunis» gebotene Hilfe und Erleichterung anderweitige Ernährungsfehler nicht auch noch beheben kann. Wenn dir dein Bruder hilft einen Gläubiger zu bezahlen, dann glaube nicht, dass dadurch die schwebende Bankerottgefahr behoben sei.

Prüfe alles, was dir Menschen bieten,
Nimm das Beste draus heraus.
Prüfe alles, was dir Freunde rieten,
Denn wie rasch geschöpft ist Menschenweisheit aus.
Alles, was da recht zu den Gesetzen
Unsres Gottes harmonievoll steht,
Kann das Gute für uns nicht verletzen
Und zum Segen ist es uns gelegt.
Was da ungeteilt der Pflanze Lebenskräfte
In sich birgt, das kannst du nehmen hin.
Ihre reinen, unverdorbenen, frischen Säfte,
Zur Gesundheit sind sie dir Gewinn!
Lernest mit der Zeit du jedoch weiter schreiten,
Und genüget dir des Schöpfers Weisheitssinn,
Wirst du mit der reinen Nahrung dir bereiten
Auch den Weg zu köstlichem Gewinn.

A. Vogel.

DER WEISSE TOD

nicht «die gelbe Gefahr» ist in China, Japan und Indien vor zwei Jahrzehnten die aktuellste Frage gewesen.

Die Gefahr, die durch die gelbe Rasse uns gegenüber in Erscheinung treten kann, wird «die gelbe Gefahr» genannt.

Was mag nun wohl *der weisse Tod* sein? Ist der Todesengel vielleicht durch Vertreter der weissen Rasse in die Reihen der Völker des Ostens getragen worden?

Da diese Frage weder mit «Ja» noch mit einem «Nein» abgetan werden kann, möchte ich folgendes Geschichtchen sprechen lassen:

Wie bei uns Brot und Kartoffel stets auf dem Menu zu sehen ist, treffen wir auf dem Speisezettel des Inders, Japaners und

Chinesen als Hauptnahrungsmittel *den Reis*. Reis und Fisch, Reis mit Tomaten oder sonst einem Gemüse ist dem bescheidenen Sohne des Ostens schon Zusammenstellung genug. Wie die *Er-fahrung* zeigt, genügt dieses Einfache nicht nur dem Gaumen, sondern auch dem Körperhaushalte.

Plötzlich brach eine epidemisch ausartende Krankheit unter diesen Völkern aus und der Tod feierte reiche Ernte. Tausende fielen dieser unheimlich schnell ausgebreiteten, meist mit dem Tode endenden Krankheit anheim. Ärzte wetteiferten im Zusammenstellen und Ausprobieren von Medizin und Gegenmitteln, und Forscher suchten vergeblich nach dem geheimnisvollen Krankheitserreger, einem vermeintlichen Bazillus.

Mitten in dieser scheinbaren Epidemieperiode machte ein Arzt eine eigenartige Wahrnehmung. Er beobachtete ein unter der gleichen Krankheit leidendes Huhn, wie es im Hofe eines Schuppens regelmässig rohen, unverarbeiteten Reis pickte und nach einiger Zeit die Krankheitssymptome verlor. Dies machte ihn nachdenklich und führte zur Erkenntnis, dass diese, *Beri-Beri* genannte Krankheit, in gewissem Zusammenhange mit dem Reis stehen müsse.

Kurz vor diesen Geschehnissen wurde der Reis in allen Ländern des Ostens unverarbeitet als «Vollreis» gegessen. Vollreis ist das unbearbeitete, unpolierte Reiskorn, das noch die gelbliche Kleiehaut hat, wie unbearbeitete Getreidekörner. Durch die weissen Kulturvölker wurden damals die Reissaffinerien auch im Osten eingeführt, und der gelbe Mann hatte die Ehre den Reis nun schön weiss zu essen.

Dass in der Reiskleie jedoch neuneinhalb mal so viel Mineralbestandteile sind, wie im ganzen übrigen weissen Reiskorn, hat man jedoch nicht in Betracht gezogen. Zudem war das in der Kleie vorhandene antineuritische *Vitamin «B»* noch völlig unbekannt. Da die Nahrung jener Völker sehr einfach und einseitig ist, entstand im Körper ein Mangel an Vitamine «B», was zu einer Mangelkrankheit, Avitaminose, führte, die *Beri-Beri* genannt wurde. Diese Erkenntnis resultierte aus der Beobachtung des erwähnten Arztes, der die Symptome des kranken Huhnes nach der Fütterung des Vollreises verschwinden sah. Sofort gab man den an *Beri-Beri* Erkrankten wieder Vollreis, worauf sie zusehends genasen und der weisse Tod, der durch den weissen Reis der weissen Rasse gebracht worden war, verschwand.

Wer daraus eine Lehre ziehen will, lasse fortan den weissen Reis aus der Speisekammer verschwinden und greife zum kraftspendenden Vollreis. Vollreis, besonders die Karoliner- u. Vialone-Qualität, ist sogar viel schmackhafter als weisser Reis und bietet dem Körper eine wirklich gehaltvolle Nahrung. Würde unser Speisezettel nicht so mannigfaltige Zusammenstellungen aufweisen, dann würden die Folgen des Raffinierens bei uns ebenso krass zum

Vorschein kommen. All die vielen Ernährungskrankheiten, die unter uns immer häufiger vorkommen, sollten genügen, all diese teuer bezahlten Lehren praktisch zu befolgen. Obschon bei uns der weisse Tod nicht so offen als Sensemann herumgeht, schleicht er heimlich doch in jede Familie und holt sich seine Opfer. Wer die feste Burg der Mutter Natur verlässt, läuft eben Gefahr durch viele versteckte Feinde zu Schaden zu kommen, wenn nicht sogar ihnen zum Opfer zu fallen.

Darum auch hierin

Zurück zur Natur!

A. Vogel.

ZUR FREUDE DER KINDER

RÄTSEL.

I.

Ich kenne einen Baum, doch ist er nicht von Holz
Er ist der Kinder Lust und freudevoller Stolz.
Sie selbst sind Stamm und Kron' von diesem Baume wohl,
Sag' an mir, liebes Kind, wie ich ihn nennen soll?

Purzelbaum.

II.

Ohne Blätter, immer grün,
Kann ich dir zur Freud' erglüh'n.
Nähre mit den Früchten mein
Flinke Waldestierlein klein.
Sag', wer bin ich? Nenn' das Tier,
Das sich nähret gern von mir?

Tanne und Eichhörnchen.

III.

Mitten im Gefängnis drin
Bin ich eingeschlossen,
Werde von der Menschen Sinn
Doch so gern genossen.
Werkzeug braucht's, um zu befreien
Mich von meinem Kleide,
Doch die Müh muss dich nicht reun,
Denn ich schaffe Freude.
Süss bin ich und würzig fein,
Sage mir wer kann ich sein?

Nuss.