

**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:** 11

**Artikel:** Vom kommenden Licht der Erkenntnis

**Autor:** S.V.

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-968588>

#### 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:** 10.02.2026

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

Zielen auf die Diätetik anwendet. Dass er dabei den Fleischgenuss nicht völlig untersagt, zeigt sein Ausgangspunkt, einen rein physiologischen, ungeistigen, der mit der naturheilkundlichen Heildiätetik nichts gemein hat. Trotzdem ist seine Methode als erster grosser Fortschritt innerhalb der Schulmedizin zu begrüßen, weil hier einmal der Boden der arzneilichen Behandlung im wesentlichen verlassen wird und das Hauptgewicht auf eine verständige Nahrungszufuhr gelegt wird.

Die weiteren Fortschritte der Nahrungsmittelforscher aber werden in Zukunft die Heildiätetik zu einem durchschlagenden Sieg führen, immer jedoch unter der Voraussetzung, dass sie von geistiger Erkenntnis getragen ist.

---

### VOM KOMMENDEN LICHT DER ERKENNTNIS.

Neumond lag über der Erde. Das Licht der gewaltigen Sternenschar vermochte den Weg nicht zu erhellen. Unsicher liefen die Füsse den sonst so vertrauten Pfad durch die Tannen hinunter ins tiefe Tal. Mit grosser Mühe nur erblickten die Augen einen matten Schimmer des Weges, den die tastend zaghafte Schritte zu gehen hatten. Eigenartig, das hatte der einsame Wanderer nicht gewusst, dass seine eigenen Augen, trotz dem wunderbaren Sternenhimmel ohne das grössere Licht des Mondes nicht ausreichen sollten, um ein freundliches Wandern hinab ins Tal zu ermöglichen! So erging es ihm denn wieder einmal, wie vor Jahren, als er sich schon tief in der Nacht auf einem kleinen Schifflein auf dem See befand. Getreulich hatte er damals eine grosse Laterne mitgenommen, im festen Glauben, sie leuchte ihm so deutlich und traut, wie den Beschauern am Ufer, aber wie enttäuscht war er, als das Licht nur einen matten Schimmer warf, und er nur mit grosser Mühe ans Ziel gelangen konnte!

Wieder hatte er sich auch heute verrechnet, das Licht von oben fehlte! Unheimlich rauschte der kleine Bach, als wolle er seinen Fuss von der sichern Fährte hinweglocken, und der Abgrund winkte mit all den vielen Lichtern der Tiefe. «Auf dem Weg bleiben!» raunte sich der nächtliche Wanderer zu, und seine Füsse würden sicherlich umgekehrt sein, müsste nicht sein Herz niederwärts, um den Menschen der Tiefe von dem Segen der lichtvollen Höhe zu erzählen! —

Erst, als er seine Menschenpflicht erledigt hatte, atmete er erleichtert auf und lief leicht und freudig den gleichen Pfad zurück, den er gekommen war, bergwärts, der Höhe entgegen! Furchtlos setzte er Schritt vor Schritt. Wie ein deutlich erhelltes

---

Dem Leibe gönne nur so viel, als zu seiner Gesundheit erforderlich ist.  
Seneca.

Band wand sich der Weg durch die nächtlichen Tannen. — Sonderbar, konnte sein Auge nun plötzlich sehen, was ihm vorher nicht erkenntlich gewesen war? Ach, er vergass, er lief ja nicht vergebens höhenwärts! Die Tiefe lockte nicht mehr mit ihrem Zauber der Nacht. Über ihm nur leuchtete in ruhiger Klarheit das flutende Licht des Sternenmeers freundlich, vertraut, und die hohen Tannen grüssten auf beiden Seiten des Weges bis hinauf zur Höhe. Tief und dankbar atmete er ihren starken Lebenshauch ein. Der Bach sang das Lied von der Quelle und murmelte in trauten Tönen von seinem Ursprung. Dem Wanderer wurde es wohl zu Mute. Ernst zwar erkomm er die Höhe, doch er wusste, dass er nicht straucheln würde, wenn er das Licht, das ihm von dort zufiel, dankbar beachtete! Licht von oben brauchte er, das hatte er erfahren, und wenn er es auch nicht gewahr werden sollte, so musste ihm doch sein Glaube die bestimmte Sicherheit geben, dass über dem kleinen Menschensein die göttliche Allmacht des Lichtes thront, und Segen spendet, indem sie den Weg erhellt, die Schritte festigt und den Mut erhöht, hindurch durch nächtliche Finsternis zu hellem Lichte der Erkenntnis! Murmelnd sprang der Bach über Steine und Felsen, furchtlos, sich überschlagend. Er sah ihn nicht, er kannte nur seinen Lauf.

Wenn die Menschheit doch auch bald ihren Lauf erkennen würde, wenn doch ihre Irrtümer erlöschen möchten! —

War ihr Weg nicht, wie sein nächtlicher Gang hinab in die Tiefe? Bauten und trauten sie nicht tastend und strauchelnd auf ihr eigenes Können? War ihr Glaube nicht fest auf ihre Tüchtigkeit gegründet? Waren sie sich nicht eigne Helfer und Lichtspender? Ja, solange als Täuschung sie umnachtete, so lange, bis der jähre Abgrund verschwiegener Verzweiflung rief, um sie, wenn möglich in die unheimlichen Arme der Tiefe zu stürzen! — Wie lange sollte der Mensch in seiner verlassenen Einsamkeit noch wähnen, er wandle auf den Höhen des Lebens? —

Mit schwerem Seufzen fragte es sich der Wandrer: «Ja, wie lange noch, wie lange?» Denn auch sein Pfad war einsam, da seiner Gefährten nur wenige waren. Die Mehrzahl lockte ja der nächtliche Reiz, der in der Tiefe des Lebens lag! —

Da, während er sinnend Schritt für Schritt die Höhe erkomm, da zog die Antwort wie ein leuchtend Erinnerungsbild durch sein Herz und seine Augen strahlten in froher Zuversicht. «So lange nur würde die Menschheit im Dunkel des Irrtums und der Verwirrung wandeln, so lange, bis die Erkenntnis ausgegossen sein würde und die Erde bedecken würde, wie Wasser den Meeresgrund!»

Dann müssten die Füsse nicht mehr unsicher dahintasten, das Auge nicht mehr ohne Licht den Weg erforschen, das Herz

---

Jeder Leser, den du uns zuführst, hilft die Reihen im Kampfe gegen alles Unnatürliche im Ernähren, Kleiden, Leben und Heilen stärken.

nicht mehr von Irrlichtern geblendet werden, denn jeder würde sowohl über Licht, als auch über Irrlicht Klarheit empfangen und sie beide voneinander zu unterscheiden vermögen. Jeder, dessen Herz sich nach dem Guten sehnte, würde jubelnd der Gottheit liebevolle Absicht erkennen!

Ein froher Trost überflutete das Herz des Wandlers. — Mochten noch viele straucheln, sie würde ja doch kommen, die wunderbare Zeit ungetrübten Lichtes, harmonievoller Erkenntnis! Nur getrost, sie würde kommen. Daher wollte er geduldig weiter wandern und wie die Sterne Licht empfangen und Licht geben, bis die grosse Zeit der Erkenntnis göttlicher Wahrheit alles mit wunderbarem Segen überfluten würde.

Sie stand vor der Tür, er wusste es, und getrost erkomm er vollends die Höhe. S. V.

### FESTTAGS NACHKLANG.

Sie sind dahin die Festtage und manches Kinderherz hat förmlich geschwelgt in Lichterglanz und Freude, so dass strahlend klare Augenpaare im Widerscheine leuchteten!

Und jetzt? Soll's wieder kalt und sanglos, lichterleer und freudenarm werden, das liebe Dasein der Kleinen und Kleinsten? —

O nein, länger, viel länger soll die gewonnene Freudigkeit des Herzens dauern! so lange, bis wieder Vogelgezwitscher und Blütenduft von selbst erneuter Freude rufen!

«Ja, aber wir haben nicht so viel Zeit», klagen Vater und Mutter. «Der Alltag fordert herrisch sein Recht, und wie Freude bereiten, wenn die Zeit fehlt?»

Ei, ei, ihr lieben Eltern, seid ihr so alt geworden und könnt immer noch nicht die Zeit der Arbeit durchwärmen und durchsonnen mit dem Besitztum gesammelter Zufriedenheit all die vielen Jahre eures Daseins hindurch?

Nun, wenn ihr eben diesen Reichtum verloren habt, dann weiss ich euch nur einen und zwar einen ganz schlichten Rat. Geht einmal ganz verstohlen ins Kinderland, wo unverwöhnte Kinderherzen sich freuen, wo die geistig erwachenden Kleinen ihr munteres Dasein erleben!

«E-i-i-i!» Nur schon dieses Tönlein, das da dem Lauscher entgegensingt, bringt das Herz in Erwartung und wirklich, wenn Auge und Ohr sehen und hören, wie jede Kleinigkeit das Herz der kleinen Lieblinge erfreut, dann mag er sich staunend miterfreuen. Holz, Schnur, Papier, kurz, was in die Händchen der Kleinen gelangt, erfüllt sie mit reger Phantasie und nie sind sie einsam und allein, denn ihre klaren Augen und ihr unerfahrenes

---

Gefällt dir «Das Neue Leben», sage es deinem Nachbar, gefällt dir etwas nicht an dem Blatte, sage es uns!