

**Zeitschrift:** Das neue Leben - Im Lichte neuzeitlicher Erkenntnis : monatliche Zeitschrift und Ratgeber über alle Gebiete der Lebensreform  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 2 (1930-1931)  
**Heft:** 7-8

## **Inhaltsverzeichnis**

### **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:** 14.04.2026

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

# Das neue Leben

Monatliche Zeitschrift u. Ratgeber über alle Gebiete der Lebensreform

Herausgeber A. VOGEL, BASEL

Copyright by Verlag „Das neue Leben“ 1929. Alle Rechte vorbehalten.

No. 7/8

SEPT./OKT. 1930

2. JAHRGANG

## INHALTSVERZEICHNIS:

1. Nachtfalter . . . . .	129	9. Zur Freude der Kinder: Rätsel . . .	145
2. Glück im Unglück . . . . .	130	10. Speisezettel und Rezepte . . . . .	146
3. Nährmassage . . . . .	132	11. Aus dem Leserkreis . . . . .	149
4. „Rohkost ist gut, aber nicht für Sie!“	134	12. Fragen und Antwort . . . . .	150
5. Verklingender Schmerz . . . . .	137	13. Warenkunde und Geschäftliches . .	154
6. Muss die Hausfrau Gymnastik treiben?	138	14. Wichtige Mitteilungen . . . . .	161
7. Menschheitsfragen . . . . .	140	15. Büchertisch . . . . .	164
8. Eine ausgezeichnete Kindermatratze	144		

**Abonnementspreis für die Schweiz:** Einzelnummer Fr. —.50, halbjährlich Fr. 2.80, jährlich Fr. 5.—. **Für Deutschland:** Halbjährlich Mk. 2.80, jährlich Mk. 4.80. **Übriges Ausland:** Halbjährlich Fr. 3.50, jährlich Fr. 6.—. Um Nachnahmespesen zu vermeiden, möchte man bei Abonnementsbestellungen an den Verlag, den Betrag stets gleichzeitig auf unser Postcheckkonto V 6883 einbezahlen. In Deutschland Karlsruhe 70423.

## NACHTFALTER.

Nachtfalter sag, was fällt dir ein,  
Du bist im Verhältnis zu mir doch so klein,  
Fliegst aber wirrsch um mich herum,  
Als wär's dir nur drum,  
Zu pochen auf dein nächtlich Gewand,  
Das doch nicht du schufest mit eigener Hand  
Und sind auch güldene Äderchen drin,  
Sie bringen dir nicht des Lichtes Gewinn!  
Fälterchen, Falter, du mahnest mich  
An törichte Menschen sicherlich,  
Die brüsten sich mit ihrem Sein  
Und die im Verhältnis zu Gott doch so klein!  
Bilden sich ein, sie könnten leben  
Mit ihrem eignen Licht, doch eben  
Falter, sie haben es ganz wie du,  
Im Finstern ist ihre bekömmlichste Ruh,  
Indes das helle Sonnenlicht  
Gefällt ihnen nicht,

Die Anhänglichkeit eines Kindes hängt viel von dessen vernünftig liebevoller Erziehung ab. Je grösser das Verständnis des Erwachsenen für das kindliche Erleben, desto erfreulicher ist das Vertrauen des Kindes.

Es blendet ihr nachtschwarz gülden Gewand,  
Nur künstliches Licht erfreut ihren Stand,  
Woll'n nur seh'n, wie lang sie es treiben,  
Wenn ohne Licht und Sonne sie bleiben!  
Ich glaub, sie verschwinden, dem Nachfalter gleich,  
Gar bald in ihrem nächtlichen Reich! —

S. V.

### GLÜCK IM UNGLÜCK.

«Schon eine ganze Woche bin ich so schlaff und müde, alle Arbeitslust ist mir vergangen, ja sogar mein sonst so geliebtes Pfeifchen schmeckt mir nicht mehr. Von Appetit ist keine Rede und am liebsten möchte ich das Essen ganz bleiben lassen, wenn nicht die Mutter, die Frau und die Tante beständig schimpfen würden, dass ich so noch ganz von Kräften käme, denn aus nichts könne nichts werden. Wer kräftig sein und werden wolle, der müsse wacker essen, das ist das beständige Lied, das ich seit der Zeit meiner körperlichen Verstimmung zu hören bekomme.

Das Unangenehme ist noch, dass ich abends nicht ins Bett und morgens nicht heraus mag, kurz und gut mit einem Wort, ich mag überhaupt nichts mehr und die letzte Kraft, die ich habe, ist das Beharrungsvermögen, meinen Pflichten wie gewohnt nachzukommen.

Heute jedoch scheint es gerade gar nicht mehr gehen zu wollen. Ein Frösteln schauert durch meinen ganzen Körper, ich schwitze und friere miteinander und muss einfach im Bett bleiben und dem Geschäfte Bericht geben lassen, dass ich krank sei. —»

Der Arzt kommt, untersucht das trübe, rote Wasser, macht ein wenig ein besorgtes Gesicht, fragt nach der Temperatur, dem Stuhlgang, dem Appetit, den eventuellen Schmerzen im Rücken, misst den Blutdruck, zählt den Puls, nimmt eine Blutprobe und ein Fläschchen Urin mit, verschreibt momentane Wickel und Bärentraubenblätter, verbietet scharfes Gewürz, den Alkohol und das Rauchen, prophezeit mindestens vier Wochen Ruhe bei einer Spezialdiät und nun beginnt das Kranksein.

Unser Körper ist wie ein gutmütiger Onkel, der einem jungen Manne, der einmal etwas Gescheites werden soll, während der Studienzeit immer wieder Schulden bezahlt, trotzdem solche vielleicht sehr leichtsinnig gemacht worden sind. Plötzlich aber ist das Mass voll, es gibt einen kleinen Krach, die Schuldengelder werden nicht mehr beglichen, trotzdem des Onkels Kasse noch lange nicht leer ist und die notwendige, später eventuell als wohlthuend empfundene Krise ist da.

Wie mancher Student wäre ohne solche Krise durch die miserablen Gelegenheiten, getragen von der fixen Idee, dem Studenten

---

Es ist erfreulich, dass die einfachste Nahrung die beste ist, denn dadurch wird viel Frondienst hinweggetan.