Nebraska

Staats-Anzeiger und Herold.

Jahrgang 28. Grand Island, Nebr., 20. März 1908. (Zweiter Theil.) Nummer 30.

Wandel.

Der Lindenbaum vor'm Vaterhaus
War einst, als ich als Knab' zog aus,
Der schönste aller Bäume;
Es rauschte in den Aesten leis'
Wie eine wunderbare Weis',
Dran hingen sel'ge Träume.

Und als ich dann mit grauem Haar
Heim wieder eingezogen war
Nach langem, schweren Wandern,
Da rauschte er ein rauhes Lied
Und stand so fremd und altersmüd'
Gerade wie die andern.

Elisabeth's Liebe.

Novelle von Hedwig Nicolay.

Elisabeth Jungmann war die hervorragendste Sängerin am Stadttheater, eine junge, anmuthige Künstlerin und eine ungebrochene Natur.

Die Mutter hütete sie vor den Gefahren, die in jener bretternen Welt lauern, in der sie lebte; sie theilte mit ihr Glück und Triumphe, die meist ein häßliches Gefolge von Neid nach sich schleppten.

Unter den jungen und alten sie umdrängenden Herren, welche zu irgend einer Aristokratie gehörten, befand sich ein blauäugiger Germane, der ein edles Gemisch von Stolz und Liebenswürdigkeit zeigte — Legationssekretär Graf Falkenbach.

Er nahm sich bei der jungen Künstlerin keine der Freiheiten heraus, die bei manchem ihrer Bewunderer als gewisses Recht galten. Er hatte auch kein so geräuschvolles Lob für sie wie die anderen, aber sie las in seinen Augen, was sie beseligte.

Es dauerte nicht lange, als sie sich eingestand, daß sie nur für den Grafen lebte. Sie sang, denn sie wußte, Graf Karl Enno saß in seiner Loge und jeder der perlenden Töne traf sein Ohr wie eine Liebesbotschaft.

Ob neidische Blicke ihr folgten, ob die Zeitungen sie als ein Wunder der Zeit priesen. Elisabeth wußte es kaum; desto deutlicher aber sah es die Mutter. Sie blickte auf den Grafen wie auf einen Unglücksbringer. Sie fürchtete, diese feine weiße Hand mit dem Wappenring würde eines Tages den tödtlichen Pfeil in das Glück ihres Kindes schleudern, diese blauen leuchtenden Augen würden einen letzten, lieblosen Blick auf das zuckende Opfer werfen, um sich dann erbarmungslos dem Ziele zuzuwenden, das die Geburt dem Grafensohne und Fürstenenkel gesteckt hatte.

Dann wehe Dir, arme Elisabeth!

Und der Schlag fiel wirklich! Anfangs war's, als sei er ein Götterbote, der Glück brachte. Elisabeth sah wie verklärt auf jeden Gegenstand im Zimmer, war er doch ein stummer Zeuge des seligen Augenblicks, wo der stolze Mann die Arme um das junge Weib geschlungen und geflüstert hatte: „Elisabeth, meine herrliche Elisabeth, ich liebe Dich!"

Sie fühlte seinen Kuß im innersten Herzen.

Und Graf Enno? — Er zerriß alle Phantasiegespinnste und sah sich finster im Leben um. Was hatte er gethan? — Er sollte der erste sein, der das wappenlose Weib, die Sängerin, zu den hochgeborenen Frauen seines Hauses führte?

Der Graf war eine Doppelnatur! Das glückfordernde Herz und der kalte Geist des Aristokraten stritten heiß in ihm.

Elisabeth merkte nichts von diesem Kampf, nur ihre Mutter sah ihn mit scharfem Auge und schwankte in bitteren Zweifeln, ob sie die am Abgrund schlafende Tochter wecken sollte.

Diese fragte nicht nach der Zukunft, sie vertraute Enno, und genoß das Glück der Stunde.

Da ward Graf Enno zum Gesandten bei einem auswärtigen Hofe ernannt.

Frau Jungmann sah die drohende Sturmwolke sich über ihrem Hause zusammenballen; jetzt hieß es, die schlummernde Tochter wecken! Sie schob der Ahnungslosen die Zeitung zu.

Elisabeth las und lächelte.

„Liebes Kind," sagte die Mutter scharf, „wie wirst Du Dich nun zu dem Grafen stellen?"

„Ich lege das in Ennos Hände."

„Kind, Kind," schrie die Mutter schmerzlich auf, „Gott helfe Deinen blinden Augen! Der schöne, vornehme Mann ist Dein Abgott und Du bist ihm ein Liebesspielzeug, das er schwerlich vor seiner hochadeligen Sippe anerkennen wird."

„Mutter!" Elisabeths Augen schwammen in Thränen.

„Lisbeth," fuhr die Mutter fort, „das Band zwischen ihm und Dir muß zerschnitten werden! Versprich mir das, mein Kind!"

Da richtete sich die Tochter hoch auf. „Ihn von mir weisen soll ich? Ihn, dem mein Herz entgegenschlägt, der mir erst das Leben bringt? Und wenn ich selbst Ennos Schuld sähe, ich würde eher glauben, meine Augen lügen, als er."

Sie blätterte in ihren Noten, die Spannung ihrer Züge machten einem weichen Ausdruck Platz. Eine Ruhe des Entschlusses kam über sie. Sie selbst wollte dem Geliebten sein Wort wiedergeben, sie wollte nicht hemmend in seinem Lebensweg stehen. Aber sie zweifelte ja nicht einen Augenblick an ihm, seine Antwort würde der Triumph seiner Treue sein.

Als er dann zur gewohnten Stunde nicht kam, wurde sie unruhig, doch sie beschwichtigte sich mit hundert Trostgründen.

Am andern Tage ließ sich die Gräfin Falkenbach bei Frau Jungmann melden.

Die Begrüßung der Gräfin war so kühl, daß Elisabeth einen Frost vom Herzen aus durch alle Glieder gehen fühlte, und da sie an der erwartungsvollen Stille der beiden Frauen merkte, daß ihre Gegenwart nicht erwünscht sei, zog sie sich ahnenden Herzens zurück.

Nun begann die Gräfin zuerst in umständlichen Redewendungen ihr Kommen zu motiviren und erst als ihr bei einem Blick in das leidvolle Gesicht ihres Gegenübers plötzlich der Gedanke kam, auch diese Frau sei von der Verbindung ihrer Tochter mit dem Grafen Falkenbach nicht allzu entzückt, faßte sie sich kurz und sagte: „Wir sind beide Mütter, die das Glück ihrer Kinder wollen; ich habe außer Karl Enno noch zwei Söhne und zwei Töchter, Sie haben nur eine. Für diese kann kein Heil aus einer unpassenden Heirath erblühen, und ich weiß, wenn Ihre Tochter darauf besteht, schlägt Enno den schönsten Posten aus, von dem alles für uns abhängt, und es bleibt ihm nur eine kleine, unbedeutende Beamtenkarriere. Es wird mir sehr schwer, Ihnen zu gestehen, daß unsere Güter wenig rentiren, meine Söhne in der Armee verbrauchen fast die Hälfte unserer ganzen Revenuen. Genug, ersparen Sie mir die ganze Misere zu schildern. — Enno ist unsere ganze Hoffnung. Ich komme daher zu Ihnen und bitte um Ihr Machtwort, denn Sie selbst werden einsehen, daß die Frucht aus dieser Liebe Selbstvorwürfe und Vernachlässigung sein müssen."

„Was eine Mutter ihrem Kinde rathen kann," sagte Frau Jungmann gequält, „habe ich meiner Tochter vorgehalten, aber ..."

Plötzlich öffnete sich die Thür und Elisabeth trat ein.

„Ich errathe den Grund Ihrer Anwesenheit, Frau Gräfin," sprach sie leise. „Bitte, — sagen Sie ihm, ich wüßte es zu würdigen, wie leicht das Gewicht meiner Person gegen das Glück seines ganzen Hauses in der Schale seines Lebens wiegt. Ich habe nie ein Wort empfangen, das ich ihm zurückgeben könnte, ich habe ihm nichts zu senden, als ein Lebewohl!"

Gräfin Falkenbach sah, daß sie das scheinbare Schwere überraschend leicht erlangt hatte. Das starre Gesicht der jungen Künstlerin that ihr leid, deshalb sagte sie begütigend: „Es ist schlimm, wir könnten alle so schön mit und nebeneinander gehen, allein das Wenn und Aber sind nicht aus der Welt zu schaffen. Glauben Sie mir, mein Sohn wollte Ihnen nicht wehe thun!"

„Sicher nicht, Frau Gräfin," entgegnete Elisabeth mit tonloser Stimme; „der Blitz will auch niemanden schädigen, wenn er niederfährt und friedliches Menschenglück zerstört." —

* * *

Ein Jahr ums andere zog ins Land. Die Mutter war gestorben, Elisabeth stand allein in der Welt. Zwei Jahrzehnte war sie auf der Höhe ihres Ruhmes; dann kamen Tage, wo sie von jüngeren Leuchten überstrahlt wurde.

Da kam eines Tages ein hochgewachsener Herr zu ihr. Sein Haar war gebleicht und sein Auge flackerte ungewiß.

Elisabeth betrachtete ihn schweigend; erst nach geraumer Weile sagte sie langsam: „Ist's möglich, Graf Falkenbach?"

„Ja, ich bin's, Elisabeth," nickte er.

Seltsame Gefühle durchzuckten die Brust der noch immer schönen Künstlerin, die alte Zeit wachte auf mit ihrem Lieben und Leiden. Sollte der große Schmerz von damals umsonst durchlitten sein?

Doch nein, sie hörte, wie Graf Falkenbach erzählte: „Ich hatte mich meiner Familie als Opfer vorgeworfen; meine Geschwister sind glänzend versorgt! Man suchte mir eine reiche, standesgemäße Partie aus. Dann löste der Tod unsere kinderlose Ehe. Ich verließ die große Schaubühne, wo ich als Strohmann des fürstlichen Willens gegolten hatte und reiste um die Erde, bis ich müde geworden bin. — Nun weiß ich nur eine Stätte in der ganzen Welt, wo ich ausruhen kann! — Wirst Du mich vertreiben, Elisabeth?"

„Nein," rief sie warm, „kommen Sie so oft Sie wollen, Sie werden einen Platz an meinem Herde finden!"

„Wie mich das beglückt! Aber warum sagst Du nicht Enno, wie damals?"

„Enno ist todt für mein Herz, wie meine Jugend," klang es ihm leise, aber bestimmt entgegen.

„Du warst für mich nie gestorben," sagte er schwermüthig, „obgleich sich die kalte Welt zwischen uns geschoben hatte. — Kannst Du mich denn nicht wieder in Dein Herz aufnehmen? Denke, ich sei einer der Bedürftigen, die zu unterstützen, wie ich hörte, die größte Freude Deines Lebens ist. Du Edle, die über die Enterbten des Glücks ihre Sonne scheinen läßt?"

„Die Armen brauchen mich," gab sie unsicher zurück. „Doch der reiche Graf Falkenbach? — Soll das die ganze Ausbeute seines Lebens sein — ein altes verblühtes Mädchen?"

„Elisabeth," rief er da, sie zart umschlingend, „mein Leben ist reich an Gold und Glanz, doch den Edelstein Glück hatte ich vergessen; ihn trug nur Eine für mich, die Eine, die ich nun festhalte für immer!"

Zweihufer im Dienste des Verkehrs.

Von Dr. J. Wiese.

Nicht weniger als 2000 Dromedare sind infolge des Aufstandes in Südwestafrika von den Ufern des Rothen Meeres nach dieser Kolonie eingeführt worden. Schon im Verlaufe des Kampfes gegen die aufständischen Schwarzen haben wiederholt kleinere auf Kameelen berittene Truppen ausgezeichnete Dienste bei Ueberwindung weiter Durststrecken und bei der Vertreibung von den versteckt liegenden wenigen Wasserstellen in der Wüste Kalahari geleistet. Man plant daher sowohl für den Fall kriegerischer Verwicklungen in Zukunft wie auch für friedliche Verhältnisse die Massenverwendung der Kameele. Da das Kameel etwa das Fünf- bis Sechsfache von dem zu ziehen vermag, was es auf dem Rücken vorwärts schaffen kann, so wäre seine dauernde Einbürgerung an Stelle der Treckochsen oder wenigstens neben diesen erwünscht. In dieser Annahme werden wir durch die günstigen Erfahrungen bestärkt, die man mit dem zwar häßlichen, aber in mancher Beziehung geradezu wunderbaren Geschöpfe, mit dem „Schiff der Wüste", bei verschiedenen Völkern gemacht hat.

Kaum ein anderes Thier, wenn wir das Pferd ausnehmen, hat seit historischer Zeit so nachhaltig in die Geschicke des Menschengeschlechts eingegriffen und die Ausbreitung im Verkehr der Völker befördert, als das Kamel. Schon den alten Griechen und Römern wurden auf seinem Rücken die stets gepriesenen Produkte Indiens zugetragen, wie es überhaupt seit Jahrtausenden den Handel zwischen Orient und Occident vermittelte. Nicht ohne Grund hat Mohammed diesem Thiere die Pforten des Paradieses erschlossen, denn vom Kameel herab verkündete der Prophet sein Gesetz, ohne das Kameel hätte der Islam nicht diejenige Verbreitung in Afrika und Asien finden können, wie es der Fall gewesen ist. Als Kanzel für die Predigten dient das Kameel dem Kadi, wenn er alljährlich auf dem Ararat zu den Gläubigen spricht. So lange noch die Saharabahn nur ein Projekt, ein Produkt vielleicht allzu großer Phantasie der Franzosen bildet, wird das Kameel den einzigen Vermittler des Verkehrs durch den Sandozean bilden. Seine ganze Natur, sein Körperbau, sein Temperament, ja selbst sein mit harten Drüsen belegter Rachen und seine Zunge passen vortrefflich zu den stachlichen Disteln und Dornen, den starren Gräsern und den holzigen Gesträuchern der Wüste. Die Natur hat dem Kameel ferner einen Schlauch, ein geräumiges Magazin in seinen Organismus gesetzt zum Zusammenhalten und zur Aufspeicherung und allmählichen Verwendung des wenigen Wassers, das ihm in den Oasen nur zu Zeiten geboten wird. Und selbst sein wunderlicher Höcker ist eine auf heißes und trockenes Klima berechnete Beigabe, denn dieser Höcker ist ein Fettspeicher, mit dessen Hilfe es für lange Zeit seine steifen Glieder schmeidigt. Dabei entwickelt es einen schnellen Gang und legt mit erhobenem Kopf gewaltige Strecken, ohne zu ermüden, zurück.

Vielleicht noch größere Schnelligkeit als das eigentliche Kameel entwickelt das Reitkameel, das Mehari. Während es im Schritt 3 Meilen in der Stunde zurückzulegen vermag, erreicht es im Paßgang Geschwindigkeiten von 6 bis 10 Meilen.

In Südrußland und Sibirien wird das dort gezüchtete zweihöckerige Kameel nur als Zugthier — sogar zur Landbestellung — benutzt. In Syrien, Algier und Egypten verwendet man das Dromedar ebenfalls schon als Zugthier u. in Südarabien fast allgemein, besonders in der alten englischen Besitzung Aden. Benutzt werden dabei zum Landtransport primitiv gebaute zweirädrige Karren, die mit einem oder mehreren Thieren bespannt werden können.

Wenden wir uns vom Kameel zu dessen kleineren Brüdern in der neuen Welt, zu den Lamas und Opacas, so sind diese für den Peruaner dasselbe, was jene für den Afrikaner und Asiaten. Die Lamas sind auf den riesigen Hochflächen der Kordilleren die geschätztesten Lastenträger. In der dünnen Gebirgsluft könnten andere Thiere es nicht aushalten. Nicht selten zieht der Indianer mit Heerden dieser Saumthiere von 300—500 Stück über das Gebirge, und man versteht beim Anblick solcher Heerden wohl den Ausspruch des berühmten Naturforschers Buffon: „Die Dienstleistungen der Lamaheerden seien den Peruanern viel wichtiger gewesen und deren Werth sei weit höher anzuschlagen als alle Gold- und Silbergruben des Landes zusammengenommen." Bloß in den Silbergruben Potosis waren im 17. Jahrhundert 300,000 Lamas als Lastthiere beschäftigt.

In Thibet ist der Yak das unermüdliche Last- und Reitthier. Der verdienstvolle Erforscher Thibets, Leutnant Filchner, der erst vor Kurzem mehrere Werke über seine Reise in dieses Land veröffentlicht hat, schätzt die Bedeutung der Yaks als Lastthiere sehr hoch. Sie tragen 200 bis 250 Pfund mit Leichtigkeit auf den schwierigsten Pfaden, über Schneefelder und 12,000 bis 16,000 Fuß hohe Pässe und spielen eine große Rolle besonders im Karawanenverkehr.

Wo in den Einöden des eisigen Nordens die Pferde und unsere Wiederkäuer den Dienst versagen und der kümmerliche Pflanzenwuchs selbst dem genügsamsten Menschen, wenn er allein bliebe, die Existenz unmöglich machen würde, da fühlt doch das von dürftigen Moosen, harten Flechten und Sträuchern genährte Rennthier sich wohl und gewährt dem Menschen Lebensunterhalt und Wanderkraft. Weder mit unseren Schaf- u. Rinderheerden noch zu Roß hätte er die Tundren Sibiriens und die Mooshaiden Lapplands bewältigen können. Nur mit dem Rennthier, das ihnen Pferd, Rind und Schaf zu gleicher Zeit ist, das ihnen Milch und Nahrung gibt, mit dessen Fellen sie ihren Leib schützen und ihre Hütten decken, das sie reiten und vorspannen, das den Mittelpunkt ihres ganzen Lebens bildet, haben die Lappen, die Samojeden, die Eskimos und noch andere Völker sich bis in die Nähe des Nordpols hinaus zu verbreiten vermocht. Ohne das Rennthier wären zahllose Inseln und Halbinseln, große Gliedmaßen unseres Länder-Kontinents ohne menschliche Bewohner, d. h. ohne Seele geblieben. Mit ihm ist auch dort eine Heimath und ein Vaterland geschaffen worden. Neuerdings hat das sichtliche Zusammenschmelzen der Eskimos in Nordwestamerika unter dem Einfluß der Goldgräbereien in Alaska zu einem Versuch mit Einführung des Rennthiers in jene Gegenden geführt. Es handelt sich dabei um eine Nahrungsquelle für die genannte Urbevölkerung, deren Seehundjagd und Fischerei durch die weißen Einwanderer ziemlich abgeschnitten sind; überall an den Flußmündungen dieses Gebietes finden sich große Fischkonserven-Fabriken und Thrankochereien, deren Fang- und Jagdbetrieb die Eskimos mit ihren primitiven Hilfsmitteln nicht gewachsen sind. Aus diesem Grunde ist jetzt die Einführung des Rennthiers aus Sibirien nach Alaska begonnen worden. Die sibirischen Eingeborenen nämlich haben sich mit ihren Rennthierheerden noch immer ein vorzügliches Auskommen bewahrt. Man hat es anfangs mit wilden Rennthieren versucht, dann aber die zahmen vorgezogen, da sich diese für Akklimatisation weit besser eignen. Anfangs kaufte man Rennthiere bei den Tungusen, jetzt aber zieht man die norwegischen vor, die wider jede Voraussage den Transport zur See vorzüglich vertragen. Von 526 in Drontheim nach New York eingeschifften ging auf einer 24tägigen Fahrt nur ein Thier ein, obschon die Fahrt sehr stürmisch war und die Thiere Tag und Nacht auf dem Deck von den Sturzseen überschüttet wurden. Man erzieht jetzt die alaskischen Eskimos zu Rennthierhirten; nach einjähriger Lehrzeit erhält ein Eskimo zwei Thiere zum Eigenthum mit der Bedingung, daß diese zunächst bei der Hauptheerde bleiben sollen; bewährt er sich, dann bekommt er mehr Rennthiere; nach vier bis fünf Jahren können zwei bis drei Eskimos auf diese Weise eine ganze Heerde zusammen haben und damit eine Familie ernähren. Ursprünglich als philanthropisches Mittel zur wirthschaftlichen Erhaltung der Eskimos gedacht, hat sich diese Einrichtung auch jetzt wirthschaftlich bewährt; die zuströmenden Goldgräber bekommen durch die Rennthiere frisches Fleisch. Die Post wird statt wie früher durch Hunde jetzt durch Rennthierschlitten besorgt. Die Thiere fahren im Zweigespann wie die Pferde und können bis zu 800 Pfund ziehen. Vor einigen Wintern vermochte man mittels der Rennthierschlitten 400 Walfischjäger zu retten, die bei Point Barrow eingefroren waren; ohne diese Thiere hätten sie elend verhungern müssen. Man hat jetzt dort eine ständige Rennthierstation zur Versorgung der Walfischjäger mit frischem Fleisch eingerichtet. Ueberhaupt hat neuerdings der weiße Mann in Alaska das Rennthier ebenso nöthig wie der Eskimo. Man will das Thier auch in dem dänischen Grönland ansiedeln, wo trotz des Branntweinverbots die Urbevölkerung gleichfalls im Dahinscheiden ist, weil die Zivilisation ihr die nächstliegende Ernährung in Gestalt von Seehundsjagd und Fischfang bereits empfindlich zu schmälern beginnt.

Die Bedeutung des Gemüses für die Ernährung.

Würde man die Gemüse nur von dem Gesichtspunkte aus betrachten, wie viel Eiweiß, Fett und Kohlehydrate sie unserm Körper zuführen, so kämen sie bei der Beurtheilung sehr schlecht weg, denn während z. B. das Fleisch der Schlachtthiere und der Fische durchschnittlich etwa 20 v. H. Eiweiß liefert, hat das Gemüse davon im Durchschnitt nur etwa 2—3 v. H., die zudem noch bei der Verdauung sehr schlecht ausgenützt werden. Der Fettgehalt des Gemüses ist so gering, daß man ihn gar nicht zu erwähnen braucht.

Einzelne Wurzelgemüse haben Bedeutung als Lieferanten der Kohlehydrate, also von Stärke und Zucker, besonders die Kartoffel, die davon 21 v. H. enthält, und die verschiedenen Rübenarten mit 8—12 v. H. Aber auch darin werden sie von anderen Nahrungsmitteln weit übertroffen. Die Armuth an wirklichen Nährstoffen ergibt sich am besten aus dem hohen Wassergehalt der Gemüsearten; er beträgt bei der Kartoffel 75 v. H., bei den Wurzelgemüsen etwa 80 v. H. und bei den Blattgemüsen 90 v. H. und mehr. Daß da nicht mehr viel für die eigentliche Ernährung übrig bleibt, ist ohne weiteres verständlich. Wer sich also ausschließlich von Gemüsen ernähren wollte, der müßte so große Mengen zu sich nehmen, daß auch der größte menschliche Magen viel zu klein wäre.

Trotz dieses geringen Gehaltes an Nährstoffen ist der Genuß von Gemüse sehr zu empfehlen, da es eine nothwendige Ergänzung zu den nährstoffreichen Nahrungsmitteln bildet.

Zur Nahrungsaufnahme werden wir durch das Hungergefühl, in seiner milden Form Appetit genannt, veranlaßt; würden wir nun dieses Hungergefühl nur mit sehr nährstoffreichen Nahrungsmitteln stillen, so würden wir unserem Magen viel mehr Nährstoffe zuführen, als er nöthig hat, und als er zu bewältigen vermag; wir würden nicht nur seine Verdauungsthätigkeit überanstrengen, sondern auch die werthvollen und theuren Nährstoffe geradezu verschwenden. Deshalb ist es nöthig, daß wir solche nährstoffreiche Nahrungsmittel mit nährstoffarmen mischen, und dazu ist in erster Linie das Gemüse geeignet.

Durch die Verdauung werden die Stoffe, die unserm Körper zugeführt werden sollen, in eine flüssige Form gebracht und im Darm nach und nach aufgesogen. Diese Auffassung geschieht nur dann rasch und gründlich, wenn der Speisebrei eine gewisse Verflüssigung aufweist. Wollten wir diese Verflüssigung schon im Magen durch reichliche Aufnahme von Getränken beim Essen bewirken, so würden wir die Verdauungssäfte im Magen stark verdünnen und dadurch in ihrer Wirksamkeit sehr beeinträchtigen. Im Gemüse ist aber das Wasser in dünnwandige Zellen eingeschlossen, die durch das Kochen an Widerstandskraft außerordentlich eingebüßt haben. Im Verlaufe des Verdauungsvorgangs werden diese Zellwände nach und nach aufgerissen und voneinander getrennt, wobei auch noch gewisse Darmbakterien thätig sind, so daß die Verflüssigung des Speisebreies zum Theil erst im Darm und nur ganz allmählich eintritt, ohne die chemische Wirkung des Magensaftes zu beeinträchtigen.

Dadurch wird auch die Beförderung des Speisebreies im Darmkanal beschleunigt und einer trägen Verdauung vorgebeugt, was besonders für Leute, die wenig körperliche Bewegung oder eine sitzende Lebensweise haben, von größter Wichtigkeit ist.

Damit ist aber die Bedeutung des Gemüses für die Ernährung noch nicht erschöpft. Denn das Gemüse ist auch ein werthvolles Genußmittel, und der Magen ist nun einmal keine chemische Retorte, bei der es nur darauf ankommt, was hineingeschüttet wird!

Wenn es sich auch bei der Ernährung in erster Linie darum handelt, unserm Körper Eiweiß, Fett und Kohlehydrate zuzuführen, so darf man nicht außer acht lassen, daß er neben diesen wichtigsten Nährstoffen auch noch anderer Stoffe bedarf, um gesund zu bleiben. So brauchen wir dringend, wenn auch in verhältnißmäßig geringer Menge, Eisen-, Schwefel- und Phosphorverbindungen sowie noch eine Reihe anderer Mineralsalze, wenn unser Blut die richtige Zusammensetzung, unsere Nerven die nöthige Anregung und Ernährung haben und Haut und Muskeln in richtiger Weise thätig sein sollen.

Im Kindesalter ist die richtige Entwicklung der Knochen nur möglich, wenn der Körper gewisse Mineralstoffe in der nöthigen Menge aufnimmt, und eine Anzahl Krankheiten, wie die gefürchtete Rachitis oder englische Krankheit, Skorbut, Bleichsucht, hängen aufs engste mit einem Mangel des Körpers an solchen Stoffen zusammen. Als Lieferant dieser nothwendigen Salze spielt das Gemüse eine sehr wichtige Rolle, besonders das Blattgemüse, und wenn es auch nicht viel Nährstoffe aufzuweisen hat, so ist sein Genuß doch gesund, ja nothwendig, da es wie das Obst eine Reihe der erwähnten Mineralstoffe in einer Form enthält, in der sie von dem Körper leichter aufgenommen werden als aus jeder Arznei.

Darum, ihr Hausfrauen, sorgt dafür, daß reichlich Gemüse auf den Tisch kommt, und gewöhnt besonders die Kinder daran, regelmäßig Gemüse zu essen!

Kartenspiel und Rechenkunst.

In eine Hirtenschule Süddeutschlands, so berichtet die Nassauische Schulzeitung, kommt kürzlich der gestrenge Herr Schulrath zur Prüfung. Der Verlauf ist keineswegs befriedigend und besonders die Kenntnisse im Rechnen sind überaus mangelhaft. Nicht die einfachsten Additionen im ersten Zehner können die Hirtenbuben. Der Lehrer soll Rechenschaft ablegen. Erbittert erklärt er, daß die überaus mangelhaften Kenntnisse auf den schlechten Schulbesuch und die Interessenlosigkeit der Hirtenbuben für die Schule zurückzuführen seien. Dumme Streiche und „Sechsundsechzig"-Spielen seien ihre Hauptbeschäftigung. Der Herr Schulrath läßt ein Pack Spielkarten holen, hält einzelne Karten vor und fragt den Sepple:

„Was ist das?"

„Eck Neuner!"

„Und das?"

„Kriz Aß!"

„Und das?"

„Schufle Dam'!"

„Und das?"

„Schufle Kinig!"

Entrüstet über diese Kenntnisse des Kartenspiels gegenüber denen im Rechnen gibt der Schulrath dem Sepple eine Ohrfeige und fragt ihn:

„Weißt Du auch, warum Du jetzt eins kriegt hast?"

Sepple:

„Weil i vergesse hab', zwanzig z' melde!"

Treffendes Wortspiel.

Als der berühmte Pianist Alexander Dreyschock bei seiner Kunstreise durch ganz Deutschland auch Berlin besuchte, spielte er vor König Friedrich Wilhelm IV. und zeigte seine unvergleichliche Ausbildung der linken Hand in der Bewältigung der schwierigsten Oktaven-, Sexten- und Terzenpassagen. Der König zollte der Kunst des Virtuosen in seiner witzigen Schlagfertigkeit Bewunderung, indem er zu seinem Begleiter sagte: „Dreyschock hat keine linke Hand, dafür aber zwei rechte. Uebrigens glaube ich nicht den Pianisten Dreyschock, sondern drei Schock Pianisten gehört zu haben."

Pflichtbewußtsein ist die Krone des Charakters.