

# Heimwelt

## Unterhaltungsbeilage des Vorwärts

### Edeles Lügen.

Von Edith Kade-Rebelong.

Autorisierte Uebersetzung aus dem Dänischen von Frida E. Vogel.

Edele war siebzehn Jahre, hatte aber eine häßliche und kindische Angewohnheit: sie konnte nicht aus der Haustür gehen, ohne in die Ecke zu spucken.

„Edele,“ sagte die Mutter, „aber das sieht doch entsetzlich aus.“

„Du sollst dir Skautabat zulegen und mit den Händen in den Hosentaschen gehen!“ sagte der Vater.

Edele lächelte.

Aber eines schönen Tages geriet plötzlich ein junges Mädchen von außerhalb in ihren Bekanntenkreis; und als sie eine Zeitlang miteinander verkehrt und Arm in Arm Spatzergänge gemacht und sich gegenseitig ein bißchen ausgesprochen und entdeckt hatten, daß sie vieles ähnlich auffaßten, wurden sie Freunde.

Gert hieß das junge Mädchen und sie war meistens still, konnte aber auch lachen und schwätzen.

Als sie gesehen hatte, wie Edede in der Haustüre ausspuckte, sagte sie nicht „psu!“ und sie lachte auch nicht, aber als sie gute Freunde geworden waren, fragte sie sie eines Tages, warum sie das täte.

Edele lachte ein bißchen. Sie sah erstaunt und fast froh aus.

„Warum,“ sagte sie, „warum glaubst du, daß es dabei ein warum gibt?“

Gert lächelte nur.

Edele sah gerade vor sich hin und wurde langsam rot.

„Warum,“ sagte sie — „weil — nein, du kannst das doch nicht verstehen.“

Gert antwortete nicht.

„Weil“ — sagte Edede wieder — „weil — — ich mich da von einem Manne küssen lasse, den ich nicht liebe.“

Beide junge Mädchen erröten und schwiegen. Dann sagte Gert — nicht erstaunt, aber wie träumend:

„Warum — warum läßt du dich denn von einem Mann küssen, den du nicht liebst?“

Edele sah gerade aus, ihr Blick war trohig, aber auch etwas scheu: „Ich weiß es nicht!“

Sie schwiegen lange, dann sagte Gert neugierig: „Schämst du dich deswegen?“

„Nein,“ sagte Edede kurz.

Gert lächelte. „Doch, denn sonst würdest du ja nicht ausspucken.“

Edele schüttelte den Kopf. „Wenn ich mich deswegen schämte,“ sagte sie, „würde ich mir selbst im Spiegel ins Gesicht spucken. — Ich tue es nicht, weil ich mich schäme.“

Gert sagte verwundert: „Ja, aber, wenn Du es nicht tust, weil du dich schämst, warum tust du's denn überhaupt?“

Edele sah sie an. „Ich werde es dir sagen,“ erwiderte sie, „ich will mir nicht einbilden, daß es aus Liebe geschieht. Ich will nicht anfangen, mir etwas vorzumachen. — Es gibt einen, den ich niemals belügen will, und der bin ich selbst.“

Aber es gab einen, den Edede belügen sollte, und der war sie selbst. Wenn Agdas Bruder sie aus einer Gesellschaft nach Hause begleitete und in der Haustür küßte, stieg sie danach mit lautklopfendem Herzen, wie schwindlig, die dunkle Treppe herauf. Und ganz oben war es immer noch, als ob sie seine schweren Atemzüge im Taft mit ihren eigenen da unten hören konnte. Sie beeilte sich, ins Bett zu kommen und betete schnell und stolpernd ihr Vater-unser, um dann ganz unter das Deckbett zu kriechen und in die traumerfüllte Tiefe des Schlafes hinüberzugleiten. Doch am Morgen erwachte sie, mit Glibbern, die vor Unlust schwer waren, und hielt die Hände vor's Gesicht, wenn das Licht darauffiel. Nie mehr, sagte sie, — nie mehr — ich will, will, will nie mehr.

Sie sagte mehrere Male will, nicht etwa um eine andere Stimme, die das Gegenteil behauptete, zu täuschen, denn die war gar nicht vorhanden, nein, sie sagte will, um die große, stumme, dumpfe Unentschlossenheit auszufüllen, die ihr zur zweiten Natur geworden war, und die alles besser wußte.

Eines Tages sah sie schauernd ihre Niedertage ein. Ich kann es nicht sein lassen — ich will es nicht sein lassen. — Vater unser, der du bist im Himmel — gib, daß ich Agdas Bruder liebe.

Dieser Ausweg schien ihr passend und gut; sie betete ihr Vater-unser nun nicht mehr eilig und stolpernd, sie presste die Hände fest zusammen und betete: gib, daß ich Agdas Bruder liebe.

Agdas Bruder konnte freilich nicht ahnen, was für gute Absichten sie hatte. Sie ärgerte und quälte ihn den ganzen Tag. Er ging an ihren Fenstern vorbei, und sie tat, als sähe sie ihn nicht. Er begleitete sie auf der Straße, aber wenn sie einen anderen traf, fertigte sie ihn kurz ab und ließ ihn gehen. Sie dankte ihm nicht, wenn er ihr Blumen schenkte, und vergaß regelmäßig, sie mitzunehmen. Sie hatte eine Art, ihn mit den Blicken zu messen, daß er sich wie angepöbeln vorkam und verzweifelte. Aber wenn er am Abend in angstvollem Weh sie an sich zog, war ihr Widerstand nur ein Spiel für seine junge Männlichkeit und er brannte seine Küsse auf ihre Lippen, die weich vor Hingebung waren.

Konnte man verlangen, daß Agdas Bruder ein Mädchen verstand, das ihn am Tage mit gleichgültiger Kälte übershüttete und am Abend seine Lieblosungen wie eine hingebende Frau aufnahm, um dann des Nachts ihre Hände zu falten und wie ein Kind zu beten: Vater unser, der du bist im Himmel, gib, daß ich ihn liebe.

Das konnte man nicht verlangen und er tat es auch nicht. Aber als sie eines Tages allein in Agdas Zimmer waren, fiel er auf die Knie, legte den Kopf in ihren Schoß und sagte hilflos: „Was willst du mit mir?“

Einmal mußte ja das alles geordnet werden, vernünftig geordnet. Was sie mit ihm wollte? Ihn lieben natürlich. Wenn sie konnte. — Sie hatte ihn ja geliebt. Sie hatte ihm etwas gegeben, was sie ihm nie wieder nehmen konnte. Sie war besudelt, wenn nicht — wenn nicht das alles geordnet wurde.

„Was willst du mit mir?“

Sie befeuchtete ihre Lippen mit der Zunge und gab seinem Kopf einen ungeduldigen Stoß mit dem Knie, auf dem er ruhte. Was verlangte er denn für einen Entschluß von ihr, mußte er denn nicht bestimmen!

„Wir könnten — wir könnten ja — — —“, sagte sie grübelnd, „uns verloben — steh doch auf!“

Er stand schnell auf. Sie sah, daß er geweint hatte, und haßte ihn deshalb.

„Bist du — willst du wirklich?“

„Ja. — Laß mich los.“

„Darf ich dich nicht küssen?“

„Nein. — Ja, bitte. — Soof! — Aber du darfst es keinem sagen. Agda darf es nicht wissen, kein er darf es wissen.“

„Ja aber, wie sollen wir uns dann sehen? Nein, Edede, ich spreche mit deinem Vater.“

Sie stierte ihn grenzenlos verwundert an, schwieg aber, nicht unangenehm von seiner Entschlossenheit überrumpelt.

„Vater wird außer sich sein,“ sagte sie, „und Mutter — sie halten mich immer noch für ein Kind.“

„Hast du Angst, Edede,“ sagte er, und nahm ihre Hand und lächelte.

Es kam ihr so schrecklich unvernünftig vor, daß er sich keine Spur vor ihrem Vater fürchtete. Aber es war eine lebenswürdige Unvernunft, die ihr gesiel und ihn in einem neuen Lichte erscheinen ließ.

„Was willst du sagen?“ fragte sie neugierig.

Er lachte. Und auch das kam ihr merkwürdig, aber nett vor. „Hast du vor deinen Eltern Angst?“ fragte er wieder.

„Nein, ich habe keine Angst,“ sagte sie, und mußte selber lächeln.

„Das wußte ich ja,“ sagte er, „du hast vor nichts auf der Welt Angst.“

Edele wußte von sich, daß sie vor allem Angst hatte, wovor man überhaupt in dieser Welt Angst haben konnte; aber sie war spöttisch erstaunt und zugleich dankbar dafür, daß das keiner wußte, daß keiner sie kannte. — Sie hatte eine Rolle im Leben zuerzitiert bekommen, sie hatte einen Platz zu besetzen.

Die Ruhe des Entschlusses lag über ihr, sie ging den ganzen Tag so munter und frei umher und war süßsam gegen ihren süßsamen Liebsten. Am Abend sog sie die erste Lüge ihres Lebens:

„Vater unser, der du bist im Himmel — hab' Dant, daß ich ihn nun liebe.“

„O wunderschön ist Gottes Erde“  
und der Geschöpfe Lebenslauf!  
Daß alles satt und glücklich werde,  
frißt einfach eins das andre auf.

# Die Geburt der Gebirge.

Von Alwin Rath.

Wir stehen am Fuße der Berggiganten, fühlen unsere ganze menschliche Winzigkeit vor den scheinbar unveränderlichen Gebirgsriesen. Und doch sind diese Gewaltigen winzig, schon wenn man sie nur als einen Teil der ganzen Erde betrachtet, auf deren Fesseln sie sich nur wie eine Hautrunzel auf dem Fesseln eines Elefanten erheben. Winzig sind sie auch ihrem Alter nach. Denn vor ihnen in früheren Epochen der Erdentwicklung schon haben Gebirge sich aus dem Erdinneren emporgehoben.

Selbst in den tiefsten eisigen Meergründen bereiteten sich Gewalten vor, die die letzten Ruinenreste der abgetragenen Gebirge wieder himmelhoch über Wasser und Land in die Sphäre des ewigen Schnees von neuem emporheben sollten. Die Erde schrumpfte unter dem Einfluß der sie umströmenden Ätherlätze und beim immer größeren Verlust ihrer Eigenwärme mehr und mehr zusammen. Die alte Haut pochte ihr nun nicht mehr. Selbst aus den Meeren tauchten die Gipfel und Kämme der neuen Kunzeln empor, wuchsen entweder unter stürmischen Zusammenziehungen in kurzer Zeit hinauf bis in blaue Höhen, oder sie schoben sich langsam heraus, wie man das heute noch an der ganzen skandinavischen Halbinsel beobachtet. Seit der Mitte des achtzehnten Jahrhunderts verfolgt man dort diese interessante Erscheinung und hat festgestellt, daß sich diese größtentheils aus Granit, also aus tief unter der Erdoberfläche erstarrtem und durch Druck veränderten Uravogstein, bestehende Masse unaufhörlich langsam aus der Tiefe emporhebt, und zwar in einem Jahrhundert um ungefähr einen Meter.

In solcher Gemächlichkeit freilich haben sich die ersten Gebirge unseres Planeten, deren Spuren wir in den schon erwähnten Sedimentschichten finden, nicht gebildet. Die stürmische Jugendzeit dieser Erstgeborenen unter den Gebirgen reicht bis in die glühende Epoche des noch mit schwankenden, unbeständigen Feuermeeren bedeckten Erdballs. Wie heute noch durch unsere Wassermeere breite Ströme fließen, so haben auch in dem Flammenchaos kreisende Blutflüsse eine gewisse ordnende Harmonie geschaffen. Auf diesen gewaltigen Strömen trieben, als der Feuerball die ersten Erscheinungen beglückender Erstaltung zeigte, ungeheure Schollen, die erste „Feste“ in dem haltlos beweglichen Umkreis. Unter feurigen Wirbelstürmen rasten diese fester werdenden, auf den Blutströmen treibenden Schollen voran. Wo aber bei einer Eruption aus dem Innersten ein neuer Strom hervorbrach und mit einem alten zusammenprallte, stauten sich diese Schollen, wie wir es im kleinen beim Eisgang ähnlich beobachten können, zusammen, verwühlten sich unter der Wucht des Zusammenpralls tief und unzertrennbar ineinander, verdrängten mit ihren emporgeworfenen Unterseiten, die noch eine glühende Masse waren, fest ineinander und formten, sich hoch emporstürmend, die eigentlichen Kerne der ersten Massen- und Kettengebirge.

Nach und nach kühlte sich die ganze Oberfläche des Planeten so weit ab, daß sie gänzlich von einer Kruste bedeckt wurde. Die Abkühlung schritt immer weiter vor, das glühende Innere des Erdballs zog sich weiter zusammen — aber die Kruste konnte zuletzt nicht mehr folgen —, es mußten sich riesenhafte Hohlräume, nur mit feurigen Gasen erfüllt, zwischen der Oberfläche und dem tiefer zurückstehenden glühend flüssigen Inneren an vielen Stellen bilden. Endlich aber brachen diese Schollen in sich zusammen. An den Gebirgsrippen, mit denen sie sozusagen verschweißt waren, mögen sie sich eine Zeitlang noch gehalten haben, dann jedoch kam der Tag, wo sie unterm Donner von Bergstürzen zusammenbarsten. So ist einst das ganze unterseeische Gelände des Stillen Ozeans zusammengefallen und ebenso ein nicht unbeträchtlicher Teil des Mittelmeeres. Diese Schollenmassen von der Ausdehnung ganzer Meere übten natürlich im Niedersinken, da sie als erkaltete, verdichtete Masse ein größeres Gewicht als die unter ihnen brodelnden weichen Gluten besaßen, einen riesigen Druck hierauf aus. Daher gaben, wo die Schollen von den Kettengebirgen abgebrochen waren und an den Bruchrändern die tieferliegenden Schichten zutage traten, diese dem Gegenpressen des mächtig belasteten feurigen Erdinneren nach, und bald lohten aus den Kettengebirgen die Riesensackeln der Vulkane empor.

Auch bei unseren Alpen brach die auch in späteren Erdperioden immer unter der weiterschreitenden Verdichtung von neuem zusammenbrechende Erdkruste auf der Südseite steil ab. Die ganze Hälfte eines Gebirges ist hier mit in die Tiefe verschwunden. Und während die Alpen im Süden steil zur Ebene abfielen, drängen sich im Norden ans granitne Urmassiv niedere Gebirge, die Boralpen heran, in deren interessanten Sedimentgesteinen, den Schlammlagerungen der zu den Urmeeren hinab abgeschwemmten Gebirge noch früherer Erdperioden, versteinerte Einschlüsse an Lebewesen aus allen Zeiten sich finden. Dies sich heute vor dem Auge des Forschers auftuende Buch erzählt uns zum Beispiel, daß der Nigil noch ganz unter den spügenden Wellen alter Ozeane lag, als noch jene Ungetüme die Erde bevölkerten, die Riesensauriere, Dinosaurier und Donnerschnecken, vor deren Gerippen wir heute staunend stehen. Sehr oft sind bei diesen Erdstaltungen, durch die diese „Faltengebirge“ entstanden sind, die vorher flachliegenden Schichten in die Höhe gestellt oder auch geradezu wie weiche Lächer gänzlich umgebogen oder ineinander gerollt worden, welche letztere Bildungen man als „Schichtverwerfungen“ gut am Bierwaldstätter See im abstürzenden Fels bei Füllien beobachten kann. Entrecht aufgetürmte Sedimentablagerungen einstiger Meere aber zeigt in vortrefflicher Anschaulichkeit das Gestein der Barbarenoschlucht bei Gardone am Gardasee. Doch aber die ursprüngliche flache Lagerung bei so ge-

waltigen Gebirgen wie dem Himalaja gar keine Umlagerung erfahren hat, können wir kaum begreifen. Die gleiche Erscheinung sehen wir auch bei uns in charakteristischer Prägung an den drei Zinnen und am Paternkofel in den Dolomiten, wo in einer immerhin beträchtlichen Höhe von dreitausend Metern die flachen Schichten des einstigen Meergrundes noch fast ganz ihre ursprüngliche Lage trotz der enormen Heraushebung aus der Tiefe behalten haben.

Während diese Sedimentschichten sehr viele Versteinerungen von lebenden Wesen in sich tragen, finden wir solche im Urgestein der höchsten Gipfelreihen unserer Alpen nicht. Dies besteht aus dem der ersten Erdentwicklung angehörenden kristallinischen Schiefer, dessen Bildung man sich nach einer neueren Ansicht unserer Forscher etwa folgendermaßen denken kann. In den Mulden der Riesenschollen, die anfangs die Erde überkrusteten, bildeten sich nach immer neuen gewaltigen Niederschlägen aus der Atmosphäre kochende Meere, deren Wasser sich mit den Mineralien sättigte, mit denen es in Berührung kam. Da nun auch diese großen Kochtöpfe der ersten Ozeane nach und nach erkalten, mußten sich diese Mineralien natürlich am Boden wieder absetzen. So entstanden die allerersten Sedimentschichten, die darum teilweise einen kristallinischen Charakter bekommen haben, weil „sich auf diese Weise durch Abkühlung des Auflösungsmittels ja bekanntlich viele Stoffe in Kristallform ausscheiden“.

So sind selbst die für uns Menschen die Bilder der Ewigkeit abgebenden Bergesriesen der Bergänglichkeit unterworfen — ewig ist nur das immer neue Werden.

## Drei Tagesmahlzeiten.

Von Sanitätsrat Dr. M. Conrad.

Die Einrichtung der durchgehenden Arbeitszeit, wie sie in den letzten Jahren zugleich mit der Einführung des Achtstundenarbeitstages in zahlreichen großstädtischen Betrieben, in denen sie vordem nicht üblich war, stattgefunden hat, machte für einen großen Teil von Menschen eine erhebliche Umgestaltung ihrer bisherigen Lebensordnung, insbesondere ihrer Etagewohnheiten erforderlich. Nun haben Viele es bis zum heutigen Tage nicht verstanden, sich der neuen Lebensweise in geeigneter Weise anzupassen; sie empfinden sie als unbequem, unzuverlässig, ja als nachteilig für ihre Gesundheit. Tatsächlich kommen auch vielfach allerhand Gesundheitsstörungen, wie Appetitlosigkeit, Nervosität, Magenbeschwerden, unter dem veränderten Regime zur Beobachtung. Die Schuld daran trägt aber nicht dieses selbst, trägt nicht die durchgehende Arbeitszeit, sondern ganz allein die mangelnde Anpassung vieler Menschen an die Neueinrichtung, vor allem hinsichtlich ihrer Ernährungsweise. Dabei muß freilich zugegeben werden, daß gerade in der Gegenwart deshalb gewisse, nicht geringe Schwierigkeiten gegeben sind, weil wegen der ungeheuren Teuerung die Ernährungsbedingungen für die meisten erheblich begrenzt und eingeschränkt sind.

Ein gewisses Maß von Nahrungszufuhr ist unbedingt Voraussetzung für eine erspriechliche Arbeitsleistung. Bei leerem Magen stirbt nicht nur das alsbald sich einstellende nagende, nervöse Hungergefühl; der Mangel an leicht zu verarbeitenden Nahrungstoffen vermag auch direkt die Arbeitsleistung ungenügend zu beeinflussen. Andererseits beeinträchtigt jede stärkere Ueberladung des Magens und der Därme sowohl die körperliche wie die geistige Leistungsfähigkeit.

Die wichtigste Aenderung, zu der die durchgehende Arbeitszeit nötigt, bildet die Verlegung der Hauptmahlzeit des Tages von der bisher üblichen Mittagsstunde auf die Zeit nach Arbeitsluß, also auf die späte Nachmittagsstunde resp. frühe Abendstunde. Für viele bedeutet diese Aenderung nun ein halbes Hungern den ganzen Tag über und eine übermäßige Anfüllung des Magens am Tagesschluf. Das ist natürlich ebensowenig zweckmäßig, wie es ehemals zuträglich war, wenn man in der Mittagsstunde die Arbeit unterbrach, in langer Straßenbahnfahrt seiner Wohnung zuhause, dort die Hauptmahlzeit heftig einnahm und nach kurzer Rast verdauungsmüde zu seiner Arbeitsstätte zurückkehrte. Soll die durchgehende Arbeitszeit gesundheitlich nicht schaden und die Arbeitsleistungen nicht herabmindern, so erfordert sie unbedingt eine zweckmäßige Umgestaltung der Tagesmahlzeiten.

Hierher gehört in erster Reihe ein wesentlich reichlicheres erstes Frühstück, als es zumeist üblich ist. Viele Menschen begnügen sich immer noch des Morgens mit einer Tasse Kaffee und einer, oft noch trockenen, Semmel. Die bekannte Folge eines solchen dürftigen ersten Frühstückes ist es, daß sich alsbald, schon nach ein bis zwei Stunden, ein gewisses stauendes Gefühl einstellt, das Bedürfnis nach dem sogenannten „zweiten“ Frühstück. Dieses Bedürfnis ist lediglich die Folge einer ungenügenden ersten Mahlzeit; ein stärkeres erstes macht ein solches kurz darauf folgendes zweites Frühstück völlig entbehrlich. Die Behauptung mancher Leute aber, sie könnten des Morgens nicht viel herunterbekommen, beruht zu einem guten Teil auf Einbildung; tatsächlich ist der Magen zu keiner Zeit so leer und so aufnahmefähig, wie unmittelsbar nach der langen nächtlichen Ruhepause. Eine wesentliche Rolle spielt bei der dürftigen Nahrungsaufnahme des Morgens zumeist die Hast, der Mangel an Zeit, der wiederum eine Folge des zu späten Aufstehens zu sein pflegt; und letzteres hängt seinerseits meist mit dem späten Zubettgehen zusammen. Dieselben Menschen, die da behaupten, des Morgens nichts genießen zu können, pflegen kennzeichnenderweise, wenn sie sich z. B. in der Sommer-

frische befinden, ein üppiges erstes Frühstück, das ihnen vorgesetzt wird, nicht nur ohne besondere Schwierigkeit, sondern sogar mit dem besten Appetit zu verzehren!

Man nehme sich also vor allem genügend Zeit zum Frühstück und genieße zum warmen Morgengebräu einen reichlichen Imbiß: nicht eine, sondern zwei, drei und noch mehr Semmeln, nicht trocken, sondern reichlich mit einem Nahrungsfett sowie, zur Erhöhung des Wohlgeschmacks, mit Marmelade, Kunsthonig oder dergleichen bestreicht! Und auch damit lasse man es nicht genug sein! Gewiß ist heute kaum jemand bei uns in der Lage, sich auf den Frühstückstisch, wie es in England üblich ist, kaltes Fleisch, Fisch, Eier, Speck, Käse, Obst stellen zu lassen. Allein es geht auch auf einfachere und billigere Weise. So z. B. kann nicht dringend genug als Beinahrung zum ersten Frühstück ein dicker Brei aus Hafer- und Gerstengröße empfohlen werden. Wird die Größe am Abend vorher in Wasser gebracht, so ist sie des Morgens so durchquollen, daß sie nur ganz kurze Zeit zum Kochen braucht. Mit einem Zusatz von Margarine versehen, mit Salz, Zucker oder Fruchtsaft schmackhaft gemacht, bildet sie eine Morgenspeise, die ebenso nahrhaft, wie leicht verdaulich und gut-bekömmlich ist.

Nach einer so oder ähnlich zusammengesetzten, jedenfalls hinreichend sättigenden Morgenmahlzeit, die, alles in allem, etwa so reichlich sein muß, wie das Abendessen bei der früheren Ordnung, läßt sich immerhin einige Stunden bequem durcharbeiten, und die zweite Mahlzeit braucht dann erst in die kurze Mittagspause, welche auch die durchgehende Arbeitszeit vorzieht, verlegt zu werden. Auch die zweckmäßige Ausgestaltung dieser zweiten Mahlzeit macht oft allerhand Schwierigkeiten. Zumeist ist es bei uns üblich, hier eine große Anzahl mitgebrachter belegter Schwarzbrotstücke (Stullen) zu verzehren. Das ist an sich gewiß nicht ungewöhnlich. Das Brot bildet mit Recht von jeher den Grundstock einer jeden vernünftigen Ernährung; ein dicker Fettschicht und ein nicht zu dürftiger Belag von Käse, Butter, Ei steigern seinen Nähr- und Sättigungswert noch in erheblichem Maße. Bei Aufnahmen genügender Mengen bedarf es in der Tat meist nur noch eines geeigneten Getränkes, am besten eines warmen, anregenden, wie Tee, Brühe, Kaffee, jedenfalls eines alkoholfreien, sowie etwas Obstes, um das Nahrungsbedürfnis für die bevorstehende zweite Hälfte der Tagesarbeit hinlänglich zu befriedigen.

Es kann indessen nicht geleugnet werden, daß es in der großstädtischen Bevölkerung zahlreiche Personen gibt, insbesondere solche weiblichen Geschlechts, denen eine so starke Brotzufuhr, wie sie zur Sättigung nötig ist, nicht bekommt, zumal, wenn schon des Morgens Schwarzbrot genossen wurde, oder wenn das Brot etwa zu frisch oder nicht hinreichend aufgebacken ist. Allerhand Unbehagen, Verdauungsbeschwerden, Appetitlosigkeit stellen sich ein; auch die Einsamkeit dieser Kost erzeugt bei manchen auf die Dauer Appetitmangel. Alles dieses führt nur allzu leicht zu einer Einschränkung der Nahrungszufuhr überhaupt, die ihrerseits wiederum Schwächegefühl, Nervosität und Unzulänglichkeit der Arbeitsleistungen nach sich zieht.

In allen solchen Fällen empfiehlt es sich, das Brotessen beträchtlich, auf ein verträgliches Maß, einzuschränken und dafür eine besser bekömmliche, schmackhafte zubereitete Speise von Reis, Nudeln, Grieß und Ähnlichem zu genießen, die man sich im Thermosgefäß heiß von Hause mitnimmt oder aber an der Arbeitsstätte wärmt, wozu natürlich Gelegenheit geboten sein muß. Vor allem aber kommt hier die Benutzung der für alle größeren Betriebe durchaus notwendigen Kantinen in Betracht, in denen neben warmen Getränken auch einzelne warme, schmackhafte Gerichte, wie dicke, nahrhafte Suppen, Reis-, Mehlspeisen, leichte mit etwas Fleisch gelochte Gemüße für Arbeiter und Angestellte hergerichtet werden.

Schleßt man unmittelbar an das Ende der Arbeit die natürlich ausgiebige zu bemessende Hauptmahlzeit an, so kommt man somit im wesentlichen mit drei Tagesmahlzeiten aus. Eine Bespermahlzeit kommt nur dort in Frage, wo aus irgendwelchen Gründen die Hauptmahlzeit noch auf eine spätere Stunde hinausgeschoben werden muß.

Wenn in der hier geschilderten Weise hinsichtlich der Ernährungsweise und Lebensordnung den veränderten Verhältnissen gebührend Rechnung getragen wird, dann bringt die durchgehende Arbeitszeit keinerlei Unzuträglichkeiten und keinerlei Schaden für die Gesundheit mit sich, und der soziale Fortschritt, den sie in Wahrheit für den Großstädter bedeutet, kann ungestört zur Auswirkung gelangen, der Fortschritt, der darin besteht, daß der Arbeitende nach Schluß der Berufstätigkeit noch genügend Ruhe findet, sich seiner Familie zu widmen, sich im Freien zu erholen, sich sportlich zu betätigen, seinen Nebenbarnen nachzugehen und vor allem auch sich geistig fortzubilden und anregen zu lassen.

## Die „Gezeichneten“.

Von Egon Kosta.

Man kann auf recht verschiedene Art für das Leben gezeichnet sein. Man ist's vielleicht durch eine Jugendtorheit, die einen zum Verbrecher werden ließ und dazu zwingt, bis ins Alter hinein die Rechte der Vorbestraften mit sich herumzuschleppen; man ist's, wenn man sich leichtsinnig mit einem Rowdy in Streit einließ, der einem mit einem Faustschlag das Nasenbein einschlug oder einen dazu zwang, einäugig durchs Leben zu gehen. Und es gibt wohl noch viele andere Arten.

Als die harmloseste, weil auch nicht ganz freiwillig gewählte Art, darf wohl die gelten, von der wir hier plaudern wollen, die durch Tätowierung hervorgerufene. Vielleicht wissen die meisten Menschen, die sich irgendein Zeichen, ein Symbol auf die Hand, auf den Arm oder sonst wo hin tätowieren lassen, gar nicht, daß sie damit gezeichnet fürs Leben sind, denn Tätowierungen sind nur sehr schwer, keineswegs schmerzlos, und auch niemals so fortzubringen, daß nicht deutliche Spuren davon zurückbleiben. Und ebenso sicher ist, daß die meisten von denen, die sich tätowieren lassen, — vielleicht mit Ausnahme der Angehörigen einiger Berufsstände, in denen das Tätowieren allgemein üblich ist, wie das z. B. bei den Matrosen der Fall ist, — in späterer Zeit diese Kennzeichnung, die sie fürs ganze Leben nur herumtragen müssen, gern los sein wollen.

Die Tätowierung war bereits im Altertum bekannt und bis in die neueste Zeit überall dort Brauch, wo die Menschen nackt, oder doch zum großen Teil entblößt einhergehen. Nach den Mitteilungen des Herodot, Strabon und Plinius war die Sitte bei den Thrakern, Dakern, Sarmaten und Agathyrern (im heutigen Siebenbürgen) verbreitet, auch bei den alten Ägyptern, und wie die Bibel bemerkt, auch bei den alten Juden, bei denen das Tätowieren immer wieder verboten werden mußte. Bei diesen mag die Sitte durch das Romabüßeren aufrechterhalten worden sein. Denn bis in die neueste Zeit ist merkwürdigerweise bei allen, die unsittlich leben, wie ja auch bei den Matrosen, das Tätowieren im Schwunge. Bei den Kreuzfahrern des Mittelalters und bei Wallfahrern nach dem heiligen Lande noch in der neuesten Zeit, war es Brauch, sich dort Wahrzeichen auf die Arme tätowieren zu lassen.

Es ist wohl psychisch damit zu erklären, daß die, die dauernd oder auch nur zeitweilig keine Verknüpfung mit der Scholle haben, eine festere Anknüpfung an den Gefährten, Genossen suchen, die ihnen die gleiche unausstüßbare Tätowierung gibt. Daher hat denn auch der Weltkrieg den Brauch der Tätowierung wieder sehr verbreitet. In den Schützengräben, fern von der Heimat, wurde die Kameradschaft durch Tätowierung befestigt. Viele Tausende — ja, wenn man die Heere der Feinde mitzählt, — wohl Hunderttausende oder Millionen kamen mit Tätowierung in die Heimat zurück.

Wie schon bei den alten Juden, so sind bis in die neueste Zeit Verbote gegen die Tätowierung erlassen worden. In Japan, wo das Tätowieren noch vor einigen Jahrzehnten allgemein verbreitet war, wurden, als die europäische Kulturwelle über das Land ging, strenge Verbote gegen die Sitte erlassen.

Aber auch bei den Europäern und in den Ländern, deren Kultur der europäischen verwandt ist, ist das Tätowieren niemals ganz außer Brauch gekommen. Kurz vor dem Kriege war die Unsitte bei der Berliner Schuljugend so verbreitet, daß die Schulbehörden Warnungen deshalb erlassen mußten. Vor ungefähr zwanzig Jahren war es in der übermütigen Selbaristokratie Amerikas Sitte, daß die Damen sich die Wüste und die Arme mit allerlei Blumen, Schmetterlingen, Vögeln usw. tätowieren ließen, und in Frankreich und England — merkwürdigerweise in Deutschland nicht, — wurde die Unsitte nachgeahmt.

Vielleicht würde manche weniger leicht sich Tätowierungen in die Haut geben lassen, wenn sie wüßten, daß die Sitte besonders auch bei — Verbrechern verbreitet ist. Wollte man die Zuchthäuser und Gefängnisse aller Länder nach Tätowierten durchsuchen, der Prozentfuß würde ein besonders starker sein. Auch hier ist die Erklärung aus dem bereits erwähnten psychischen Moment gegeben: Der Verbrecher fühlt sich von der Gesellschaft ausgestoßen, von der Scholle für alle Zeit getrennt. Da sucht er Anschluß an den Gefährten seines Unglücks. In den Kaskemmen und Verbrechertreppen finden die Tätowierer gute Kundschaft, und in den Gefängnissen selbst wissen die Gefangenen untereinander sich die Tätowierungen beizubringen, ohne daß es dem Wärter erklärlich wird, woher sie das nötige Material und Handwerkszeug dazu haben.

Wie eine Tätowierung, freilich eine solche von besonders grauer Art, an besonders sichtbar Stelle wirken kann, erzählt uns Erwin Rosen in seinen Erinnerungen an seine Fremdenlegionszeit. Er war eben in der Kaserne der Fremdenlegion in Sidi-El-Abbés in Algier eingetroffen und machte einen Spaziergang mit einem älteren Legionär über den Kasernenhof, wo er die ungeheuerlichsten Eindrücke hatte. „Kaum hatte ich mich von meinem Erstaunen erholt“, erzählt er, „so prallte ich einseitig zurück. Ein Legionär schritt an uns vorbei, auf dessen Stirne ein grinsender Totenkopf eintätowiert war. Er lächelte geschmeichelt, als er mein Erschrecken sah, und freute sich offenbar über den Eindruck, den er gemacht hatte. Ich sagte irgend etwas über den Wahnsinn, sich für sein ganzes Leben lang so fürchterlich zu verunstalten, und Göttinger (der ältere Legionär) meinte nur achselzuckend: „So machen sie's bei den Zéphiers. Is nit dabei . . .!“ Is nit dabei! Nichts, als eine Hoffnungslosigkeit, wie sie schreiender nicht ausgedrückt werden könnte.“

Die Hoffnungslosigkeit eines Menschen, der seine Rückkehr zur menschlichen Gesellschaft nicht mehr erwartet oder sie verhindern will. — Aber, wenn auch nicht in so trasser Form, so kann doch sehr oft in der Tätowierung eine Trennung für alle Zeit, wenn auch nicht von der Menschheit, so doch von einzelnen Kreisen und Personen liegen.

Die Gesellschaft findet nun einmal nicht ihr Gleichgewicht, bis sie sich um die Sonne der Arbeit dreht.

Wie man Schweine und Ratten dressiert. Der Dressurakt ist heute noch auf dem Variet  und im Zirkus so beliebt wie in früheren Zeiten. Alles, was da treucht und steucht, muß seine Künste zeigen, und es sind heute bei den teuren Zeiten und der schlechten Valuta weniger die exotischen wilden Tiere, als die unserer heimischen Fauna, aus der nicht nur die Bierf her, sondern sogar die Sechsf her — man denke an den ewigen Reiz des Flohtheaters! — aufstreten. Hunde und Pferde sind als die Tiere bekannt, die am häufigsten vorgeführt werden, aber auf der Suche nach neuen Tricks hat man sich auch ganz anderen "er"zen zugewendet, Feln und Schweinen, Gänsen und Enten, Katzen, Ratten und Mäusen. Bei der Dressur der Haustiere und anderer Kreaturen, die man nicht zu den "Raubtieren" rechnen kann, ist mit Gewalt oder Einschüchterung nichts auszurichten, sondern der Dressur muß sich in das Wesen und in den Charakter der betreffenden Tiergattung vertiefen, die feinsten Eigentümlichkeiten beobachten und aus dieser besonderen Veranlagung Mittel und Wege finden, um geschickt auf das Tier einzuwirken. Aus der Bewertung kleiner Angewohnheiten oder Unarten, aus dem Ausnützen von Zufälligkeiten im Verhalten des einzelnen Tieres entstehen die besten Tricks, die dann als "unbegreifliche" Dressurst cke bewundert werden. Einer der herborragendsten Dressureure, die sich je in der Artistenwelt durch die Originalität der verwendeten Tiere hervorgetan haben, war der russische Clown *Anatol Durow*, der im letzten Viertel des vorigen Jahrhunderts einen großen Ruf besaß. Er war ursprünglich Lehrer an einer höheren Knabenschule in Rußland gewesen, hatte sich dann aber ganz dem Unterricht seiner vierf higen Zöglinge zugewandt. Er führte z. B. ein ganz gewöhnliches Hausschwein vor, das über Barrieren und durch Reifen sprang, Volten und Pirouetten schlug usw.; eine Gans hatte er dahin gebracht, daß sie wie ein Hund opportierte. Sodann zeigte er sich mit einem Haushahn, der auf Kommando kr hte, und ritt auf einem wilden Schwein in die Manege, wobei dieses seltsame Reittier die Musik des Reiters mit Heulen und Stutzen begleitete. Sein berühmtester Trick aber war sein Auftreten als "Rattens nger von Hameln". Durow hatte eine gr o ere Anzahl von Ratten und Mäusen so dressiert, daß sie den Tönen einer kleinen Flöte folgten, mit der er voranschritt. Er gew hnnte sie daran, beim quiekenden Laut des kleinen Blechinstrumentes aus ihrer Riste herauszukommen und hinter ihm her zu marschieren, wobei er sie f ttertete. Er brachte es so weit, daß keins der mehr als dreihundert Tiere fortlie ; blieb er stehen, so kletterten die Ratten und Mäuse an seinen Beinen empor und im Nu war er bis zu den Schultern von ihnen bedeckt, worauf er dann die eine oder andere Reite an ihrem langen Schwanz ergriff, in die Luft warf und wieder auffing. Irgendwelche Strafmittel wandte er bei der Ausübung dieses Tricks nicht an, sondern nur unendliche Geduld und große Mühe. Trotzdem war ihm der Unterricht der Bierf her lieber als der seiner früheren Schüler. Wie er dem bekannten Zirkusschriftsteller "Signor Domino" verriet, wollte er "lieber ein Schwein unterrichten, als ein Kind". "Ich will sogar lieber unterrichten zehn Schweine, als ein Kind", sagte er in seinem gebrochenen Deutsch, "oder zehn Gänse — eine Gans lernt sehr gut! Und da nicht so viel Mühe, nicht so viel K rger! Ein Tier kann ich leicht dahin bringen, zu tun, was es soll; ein Tier nicht unartig, nicht l rmen, nicht wieder vergessen, was haben gelernt, — aber Kinder? Oh, Kinder alles das — und, oh, begreifen schrecklich schwer! Man immer nicht weiß, wie anfangen, daß begreifen, und dann morgen — hums! — alles wieder vergessen! Rein, ich mir loben, Tiere unterrichten, das leicht, das ein Vergnügen und nicht viel Mühe! Aber Kinder unterrichten — das schwer — oh, sehr viel mehr schwer, als Tiere dressieren!"

## Naturwissenschaft

**Pflanzenwanderungen im Kriege.** Kriege gehen auch an der Natur nicht spurlos vorüber, sondern rufen in der Pflanzenwelt wichtige Veränderungen hervor. Von diesem eingonartigen Einfluß des Krieges auf die Pflanzenwelt spricht E. Schadow in einem Aufsatz der "Naturwissenschaftlichen Wochenschrift". Schon während der Römerzeit haben augenscheinlich die vordringenden Regionen südliche Pflanzen nach Deutschland gebracht, und mit Einbruch der Hunnen in Mitteleuropa ist die Einschleppung zahlreicher asiatischer Steppenpflanzen verknüpft. Ganz genaue Angaben aber lassen sich erst aus der Zeit des Dreihundertj hrigen Krieges machen. Vor dieser Zeit werden z. B. in den genauen Pflanzenaufz hlungen aus dem Harzgebiet verschiedene Unkräuter nicht erwähnt, die nach dem Dreihundertj hrigen Kriege im Harz allgemein bekannt sind. Das syrische Schnabelsch tchen ist zweifellos während der Belagerung Wiens durch die Türken 1683 im Prater angesiedelt worden. Die Pflanzenwanderungen, die die napoleonischen Kriege mit sich brachten, lassen sich genau verfolgen. In Westdeutschland erinnerte noch nach Jahrzehnten des Rudergas an die einstige französische Besatzung, und ebenso wurde das Knopfkraut durch die französischen Truppen verbreitet. Diese aus Südamerika stammende Pflanze, die heute noch hier und da den Namen Franzosenkraut führt, wird 1807 von den Franzosen bis nach Ostpreußen gebracht. Die steil zum Himmel aufragenden Pyramidenpappeln unserer Chaussees mahnen noch an jene Franzosenzeit vor 100 Jahren, da Napoleon I. an den neuangelegten Heerstraßen diese Bäume anpflanzen ließ. Die russischen Truppen, die 1812/13 den fliehenden Franzosen folgten, schleppten mit dem Pferdefutter s drussische Pflanzen weit nach Westen, so die aus dem Kaukasus

stammende gro bl tliche Katzenminze und andere Unkräuter. Das s drussische Zadenesch tchen war bis 1860 bei Paris völlig heimisch geworden. Während des deutsch-französischen Krieges brachten die nordafrikanischen Hilfsv lker neue Gew che nach Frankreich, so daß man um Paris geradezu von einer "Belagerungsflora" sprach, die zumeist aus algerischen und südfranzösischen Futterpflanzen bestand. Durch den Uebertritt der französischen Truppen in die Schweiz wurde auch deren Pflanzenbestand bereichert; so zeigten sich im Tal von Delemont im Jura nach dem Kriege etwa 30 neue Pflanzen. Der Weltkrieg hat zweifellos sehr bedeutende Pflanzenwanderungen zur Folge gehabt; nach Deutschland wurden besonders die neuen Gew che durch die Gefangenen gebracht, die in den großen Lagern angesiedelt waren. Verschiedene Beobachtungen sind darüber bereits gemacht worden, doch wird erst eine genauere Erforschung dieser interessanten Vorgänge den Einfluß des Krieges auf die Pflanzenverbreitung feststellen können.

**Unsterbliche Bäume.** Nicht allein in der Welt der niedrigeren Organismen begegnet man bisweilen Fällen einer Langlebigkeit, die die biologische Theorie, der an sich unbegrenzten Dauer des organischen Lebens zu st hen scheinen. So gibt es beispielsweise noch heute in Indien einen der Familie der Feigen angehörenden Baum, dessen weit ausladende Krone schon vor 23 Jahrhunderten dem Heere Alexanders des Großen Schatten spendet haben sollen. Auch die Affenbrodbaume des Senegal erreichen ein phantastisch hohes Alter und zeigen ein unbegrenztes Wachstum. Ein anderer, die Jahrhunderte  berdauernder Baum ist der Mammutbaum, eine Konifere, die in den Wäldern Kaliforniens heimisch ist und die bis 5000 Jahre alt zu werden scheint. Der Methusalem dieser Mammutb ume ist der sogenannte "General Sherman". Er hat einen Umfang von 32 Meter und mi t in der Höhe 92 Meter; sein Alter will man auf 10 000 Jahre sch tzen. Solche über die ganze Erde verstreute Baumriesen scheinen keines natürlichen Todes zu sterben und nur durch elementare Ereignisse, wie Blitz, Feuer, Orkane, in ihrer Lebenserf tzigkeit bedroht zu sein.

## Technik

**Die erste Petroleumlampe.** In allen Zeiten schon und in den verschiedensten Gegenden hat man Erdöl zu Leuchtzwecken verwendet. Die Konstruktion der ersten eigentlichen Petroleumlampe aber wird allgemein einem Nordamerikaner namens Silliman zugeschrieben und in das Jahr 1855 verlegt. Wenn allerdings ein Geschichtlicher recht hat, das aus der Zeit stammt, da man die Erdölvorkommen in Galizien entdeckte, so gebührte die Priorität nicht dem Amerikaner, sondern einem armen galizischen Juden, namens *Abraham Schreiner*. — In Brystal, dem durch seine Petroleumquellen und Erdwachsgruben zu einem stattlichen Ort angewachsenen Dorf bei Drohobycz in Galizien, drang von jeher, so wird erzählt, das Erdöl bis zu den obersten Erdschichten durch. Es trat auch in kleinen offenen Sprudeln zutage und wurde von der Bevölkerung als Heilmittel gegen Magenleiden und als Wagenschmiere verwendet. Eine solche Quelle war auch im Keller des Hauses entdeckt worden, das Abraham Schreiner gehörte, und dieser stellte aus dem Erdöl ein Schuhputzmittel her und vertrieb es an die Nachbarn. In einer Octobernacht des Jahres 1853 nun fiel so dichter Schnee, daß er das Haus fast v llst ndig begrub und jede Verbindung mit der Außenwelt abschnitt. Obwohl Schreiner sich um seine und der Seinigen Ernährung keine Sorgen zu machen brauchte, weil er für längere Zeit genügend Proviant im Hause hatte, so störte ihn doch die lange dauernde Finsternis. Schließlich versiel er auf den Gedanken, Erdöl zur Beleuchtung zu verwenden. Er riß aus einem Kleidungsstück ein paar Fäden heraus, tauchte sie in einen mit Erdöl gef llten Behälter und zündete die improvisierte Lampe an. Es gelang, die erste Petroleumlampe war erfunden. — Schreiner erkannte übrigens keineswegs die Tragweite seiner Entdeckung. Ihm genügte es, die Beleuchtungskosten zu ersparen. Immerhin bemühte er sich schließlich, das Erdöl zu reinigen. Da er in den nahen Schnapsbrennereien den Destillationsprozeß beobachten konnte, entlieh er sich einen Apparat und stellte Versuche an, die ihm gelangen. So wäre er auch der Erfinder des raffinierten Petroleums. — Die ersten Bestellungen auf sein Erzeugnis bekam Schreiner vom Apotheker eines nahen Städtchens. Spätere gr o ere Aufträge kamen von einem Lemberger Magister, der dann eine Petroleumraffinerie anlegte. Die erste ausgedehntere Verwendung fand das Petroleum im Lemberger Spital, von wo die Kunde von der neuen Beleuchtung sich verbreitete. Schreiner versuchte jetzt die Ausbeutung seines Kellerschazes durch Bohren eines 15 Meter tiefen Brunnens, aber dies Unternehmen mißlang, und nachdem er sein ganzes Vermögen verloren hatte, starb er als Bettler.

## Es werde!

Es werde,  
die freie, die heilige Erde,  
im segnenden Strahle des Sonnenlichts,  
Uns ewiger Segen!

Es werde,  
der staubgeborene Mensch,  
im Wechsel der Zeiten durch rastloses Regen,  
durch ewige Wandlung,  
den Göttern gleich. F r i s M u c h e, Metallarbeiter.