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

Herausgeber: A. Vogel

Band: 3 (1931-1932)

Heft: 6

Artikel: Hyspa : neuzeitliche Ernährung

Autor: A.V.

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-968629

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: 17.07.2025

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

Hyspa. Neuzeitliche Ernährung.

Was bietet sie uns die Hyspa, von der so viel geredet und geschrieben wird? Halle an Halle steht sie nun da, wie wenn es immer so gewesen wäre! Einige Tage vor der Eröffnung hätte man noch Besorgnis haben können, ob sie wohl rechtzeitig fertig würde? Handwerker, Künstler, Architekten, alles hat sich getummelt wie Ameisen, und doch waren nicht sie es, die die Hyspa aufgebaut haben. Wohl ist die Materie durch diese rührigen Menschen zur Form gekommen, jedoch der Erbauer der Hyspa mag ein Bedürfnis gewisser Klassen gewesen sein, die der Maße heute etwas zu sagen haben.

Daß wir heute mitten in einem Wendepunkt der Zeiten stehen, wo Altes zusammenbricht, um Neuem Platz zu machen, ist eine allgemein anerkannte Tatsache.

Wie bei einer großen Heeresschau, wo alles nochmals im vollen Glanze erscheint, wo altes Rüstzeug nochmals zu Ehren kommt, trotzdem das Neue bereits unendlich weiter entwickelt ist, so kommt an einer solchen Schau alles in seinem besten Lichte zur Geltung.

Von den großen Bierhallen und Dancing wollen wir nun nicht sprechen, denn inwiefern diese zur Hygiene und zum Sport gehören, kann ich nicht sagen.

Was mich heute speziell interessiert, ist eine kleinere Halle, die schon von außen als etwas eigenes absticht. „Neuzeitliche Ernährung“ steht in großen gelben Buchstaben über dieser Halle geschrieben. Klein, aber sicher steht sie da, wie eine kleine gesunde Pflanze neben alten, teilweise schon etwas morschen Bäumen.

Gehen wir hinein, um zu sehen, was uns da geboten werden kann, bevor wir von allem Drum und Dran der Ausstellung sturm geworden sind!

Ein Rohkostbuffet ladet uns zu einer kleinen Erfrischung ein, Nea, Ora-Nea, die malzhaltigen Getränke, sind wirklich etwas Vollendetes in ihrer Form, etwas anderes als die vielen künstlichen alkoholfreien Getränke. Rohkosttorten, Früchtekaltschalen, Bowlen werden uns da in einer Form geboten, die manchem Gegner dieser neuen natürlichen Richtung doch noch Achtung und Bewunderung abringen. Trotz der fein präsentierenden Form wird all dies sehr einfach und schnell zusammengestellt, ohne Kochapparat und ohne

---

Wieviele meinen, wenn sich ihre äußere Lebenslage ändere, kämen sie auch innerlich zurecht. Das geschieht aber niemals, sondern es ist umgekehrt. (*J. Müller*)

weitere technische Hilfsmittel. Vor unseren Augen wird es zubereitet, eine Anregung und ein Ansporn, daheim das gleiche zu tun. Und eben darum ist ja diese Ausstellung, um zu zeigen, anzuregen und zur Nachahmung zu bewegen. Fast alles Natürliche und Gesunde ist im Grunde genommen einfach, aber es gibt eben Menschen, die sich sonderbarerweise sagen: „Warum denn einfach, wenn es kompliziert auch geht?"

Nun kommt die Ausstellung der Lieferanten von vollwertiger Nahrung und Artikeln für eine richtige Körperpflege. Da sind die Avoba-Produkte mit ihrer vielseitigen Auswahl, die Arbeit eines Jahrzehnts steckt darin! Vollwertige Getreideprodukte, natürliche Würzen als Ersatz für Kochsalz, Fruchtpasten und anderes mehr ist hier zu finden. Als Neuheit ist am gleichen Stande eine Reformseife und ein Shampoo zu haben (Maru- und Fichtenborn genannt). Eine völlig wasserfreie reine Pflanzenölseife, die derart mild ist, daß sie auch auf der Zunge nicht im geringsten beißt. Technisch soll dies bis heute nicht möglich gewesen sein. Eine weitere Errungenschaft auf dem Gebiete der Hygiene, denn es hat sicherlich schon lange ein Bedürfnis nach einer solch milden Pflanzenölseife geherrscht!

Auch die Avoba-Salböle in der neuen praktischen Verpackung scheinen besonders bei den Sportlern großes Interesse zu erwecken. Die porenverstopfenden Crèmen sind heute ziemlich abgetan und alles kehrt wieder zurück zu den belebenden Salbölen, wie solche von den Völkern des Altertums schon verwendet wurden.

Literatur ist das nächste. Für wenig Geld werden hier unbezahlbare Arbeiten dargeboten, und doch, wie wenige haben dafür etwas übrig! Ein Kostprobenstand, wo es etwas zu versuchen gibt, erweckt bei den meisten Besuchern mehr Interesse als dieser Schatzkasten geistiger Werte. In diesen Büchern ist mehr als praktisch gezeigt werden kann!

Da leuchtet uns auch das geschmackvolle Plakat vom „Aarheim" entgegen. Eine Einladung, die manchem bessere Tage verschaffen könnte, wenn er ihr folgen würde. Der Arzt Dr. med. Edwin Schmid steht ganz aut neuzeitlichem Boden. Moderne technische Hilfsmittel werden zur Unterstützung der Wirkungen natürlicher Ernährung verwendet und somit darf das „Aarheim" am herrlichen Thunerseeufer jedem Freunde unserer Sache empfohlen werden.

Wer wenig verbietet, hat wenig zu schelten. (A. Weber)

Ein Schritt weiter und da winken die appetitlichen Cellophanpakete der Eliteflocken. Eine wunderbare Hilfe für den Rohkosttisch bietet das Dutzend verschiedener Flocken in einer schmackhaften leicht verdaulichen Form. Rohkostkuchen, Fruchtmüesli, wie auch viele andere Dinge können daraus hergestellt werden! Ein geschmackvolles Rezeptbüchlein wird jedem Besucher gratis mitgegeben.

Vis-à-vis wird eine praktische Flasche für Obstsäfte und alkoholfreie Weine gezeigt. Neu ist ihre ganze Aufmachung mit dem oberen Filter und dem unteren Ausguß. Sie soll sich sehr gut bewähren, wie Besucher sagen, die sie im Gebrauche haben.

Auch ein Reformhaus aus Genf ist da, denn auch unsere französischen Freunde gehen mit der Zeit.

Die Citrovinfabrik hat hier auch ausgestellt. Sie scheint sich allerdings in diese Halle verirrt zu haben, denn man sucht sie sicherlich in der großen Halle für allgemeine Nahrungsmittel.

Ein Kräuter-Apperitif ist ebenfalls zugegen und es soll wirklich ganz naturell aus Kräutern ohne Alkohol hergestellt werden. Solche Produkte sind besonders als Ersatz für schädliche Getränke sehr zu begrüßen.

Sehr gut plaziert ist das „Reformhaus Ruprecht" und die ganze Aufmachung gibt ein Bild dessen, was aus einem Reformhaus gemacht werden kann! Durch den direkten Verkauf werden sicherlich wieder viele Außenstehende mit der Reformsache näher zusammengeführt. Was man nämlich einmal unter den Zähnen gehabt hat, sitzt auch, vorausgesetzt natürlich, daß es auch geschmeckt hat.

Die Phag-Produkte, vertreten durch die Firma Theo Maag & Co. in Bern, haben hier ebenfalls ihren berechtigten Platz gefunden, denn auch sie können mit vollem Recht in den Reihen der Qualitätsprodukte aufgenommen werden. Bekannt sind besonders ihre Produkte für Zuckerkranke, die Phag-Biskuits, Branomalt, wie auch der ausgezeichnete Fleischersatz, Protose genannt.

Das Brot wie auch das Gebäck der Steinmetz- und Aryanabäckerei scheint reges Interesse zu erwecken, vielleicht auch deshalb, weil die wissenschaftliche Abteilung ein interessantes Ergebnis an Ratten vorzeigt, wonach die mit Weißbrot ernährten Ratten klein und schmächtig sind gegenüber den mit Vollkornbrot ernährten.

Alle Gesundheitsstörungen fangen mit einer fehlerhaften Ernährungsweise an.
(J. Hensel)

Klopfermehl und Brot ist auch vorhanden und es ist zu begrüßen, denn jeder kann durch seine Werbearbeit wieder neue Kreise für diese vernünftige Sache gewinnen, obschon jedes gut bereitete Vollkornbrot dem entspricht, was von einem vollwertigen Brote verlangt werden kann.

Wiederum sehen wir eine Auswahl Salböle und Badesalze, die vom Reformhaus Müller ausgestellt sind. Ist dies nicht wieder ein erneutes Zeichen, daß eine richtige Hygiene und Körperpflege als unbedingte Notwendigkeit und kein Luxus erkannt wird?

Ein farbenprächtiger fein arrangierter Stand zeigt die Früchte biologisch gezogener Gemüse. Dies sollte als Ansporn dienen für all solche, die einen Garten besitzen oder sonst Gelegenheit haben, die Erde zu bebauen.

Die Rohkost hat nur dann den großen Erfolg, wenn auch reine, natürlich gewachsene Pflanzen als Nahrung gegessen werden. Kompostdüngung in Verbindung mit Steinmehlen und Asche ist die einzig richtige Düngungsart, die wirklich gesundes Gemüse hervorbringen kann.

Nun kommt der Ißrostand, wo jeder Besucher ein feines Birchermüesli zum versuchen bekommt. Das Müesli, wie es gemacht werden soll, wenn man es Birchermüesli nennen will, nicht wie man es zeitweise in Hotels und Gaststätten bekommt, die der Sache weiter kein Interesse entgegenbringen.

„Famosan" heißt das famose Getränk, das nun serviert wird. Ein feinschmeckendes, natürliches, gesundes Getränk der Firma Halter in Weinfelden. Etwas, das leicht selbst zubereitet werden kann, und es scheint den Besuchern wirklich zu schmecken.

Mina Hofstetter, die an der Saffa sogar das Interesse der Führer der Bauern auf sich gezogen hat durch ihre interessanten Ergebnisse eines viehlosen Bauerngewerbes mit biologischem Landbau, ist ebenfalls vertreten. Ihr wertvolles lehrreiches Büchlein sollte sich jeder Besucher anschaffen, denn für einige Rappen können unbezahlbare Ratschläge und Wegleitungen mit nach Hause genommen werden.

Das Nuxo-Werk ist natürlich auch da, denn die Nußprodukte in dieser erlesenen feinen Form bilden einen wesentlichen Bestandteil der Reformernährung. Mandelcrème auf Vollkornbrot, Mandel-

---

Wie negative Gedanken die Körperzellen verkrampfen, und mithin auch das Auge, dieses empfindliche Organ, so entspannen die positiven Gedanken. (K. Laman)

milch mit und ohne Valenciana, wobei ersteres direkt vorzüglich schmeckt, all dies wird gratis zum Kosten dargeboten. Wohl den Menschen, vor allem den Kindern, die anstatt die magere, wertarme Kost solch gehaltvolle Nahrung bekommen und ein jeder, der dies erkennt und erfahren hat, sollte sich verpflichtet fühlen, all seine Bekannten darauf aufmerksam zu machen.

Nun kommt für Vegetarier etwas ganz Neues, ja direkt Umwälzendes: das Lanid-Werk. Es bietet ein vegetarisches Leder, das, ebenso stark ist wie Leder aus dem Felle der Tiere und letzterem gegenüber sogar viele Vorteile hat. Jetzt kann man dem Vegetarier die Notwendigkeit der Viehzucht nicht mehr unter die Nase reiben, denn das letzte stichhaltige Argument ist nun zusammengestürzt. Eine Lebensarbeit ist hiermit mit Erfolg gekrönt worden, denn ein überzeugter Vegetarier hat seit seiner Jugend an dieser Sache unermüdlich gearbeitet, und es ist kein geringerer als unser J. Kläsi vom Nuxo-Werk. Koffer, Handtaschen, Briefmappen, Schreibmappen, kunstgewerbliche Arbeiten, all dies und noch vieles dazu kann mit diesem neuen Leder gemacht werden und zwar ebensoschön wie mit dem besten Leder. Besonders die Wassereinwirkung hat auf Lanid eine weniger nachteilige Einwirkung wie auf Leder, was für Touristen wieder sehr wichtig ist; Rucksäcke, Skieriemen, Lederjacken sind somit widerstandsfähiger aus Lanid hergestellt. Auch Fensterleder ist so fein hergestellt, daß es ohne genaue Prüfung vom natürlichen Hirschleder kaum unterscheidet werden kann.

Wenn uns unser Rundgang durstig gemacht hat, wartet uns die Neogena A.-G. gerne mit einem labenden Trunke auf. Nea, Ora-Nea oder Valenciana, je nach Wunsch und Geschmack, denn alle drei Getränke sind sehr gut, werden uns gereicht.

Hat sich inzwischen auch Hunger eingestellt, dann wandern wir in den andern Teil der Halle, wo das Restaurant für neuzeitliche Nahrung etabliert ist. Was hier geboten wird, muß unbedingt auch den anspruchvollsten Menschen befriedigen, insofern er einigermaßen noch einen natürlichen Gaumen besitzt. Frau Nußbaum ist hier der führende Geist des Hauses, das sicherlich von allen Gästen der Neuengasse als „Ryfflihof Nr. 2“ empfunden wird.

Erfreulich war es für uns zu beobachten, daß diesem Restau-

Wandern und Sport können zur körperlichen Erholung dienen, wenn sie Uebung, aber keine Ueberlastung sind und wenn dabei auf den Körperzustand Rücksicht genommen wird.

rant verhältnismäßig mehr zugesprochen wurde als den übrigen, nach alter Methode arbeitenden.

Es gibt doch nichts besseres für eine Sache interessiert zu werden, als eben zu probieren, zu kosten, und wenn es schmeckt, wird es auch angenommen. Es kann eine Nahrung noch so gesund sein, sie muß auch schmecken und leider ist heute bei vielen nur ausschließlich der Geschmack ausschlaggebend.

Wer also an die Ausstellung kommt, verfehle nicht, dem Restaurant die gebührende Beachtung zu schenken.

Die interessant gehaltene Festschrift, die sogar für 20 Rp. erhältlich ist, vermag uns nicht nur ein Hyspa-Andenken, sondern auch viel Nützliches, Verwertbares zu bieten. *A. V.*

Wanderzellen.

(Fortsetzung)

Ich befand mich über der Schnittfläche des von mir verletzten Muskels. Wie leuchtende Porphyrfelsen stiegen die zertrennten Muskelwände zwischen dem klaffenden Schnitt der Wunde empor. Wie phantastische Schlingpflanzen mit roten Blüten hingen herausgerissene Einzelfasern an den Felsen, weiße Nervenfäden ringelten sich wie Wurzeln über das Gestein und losgelöste Bindegewebsscheiden lagen entfaltet wie silberne Blätter zwischen den Blöcken. Unversehrt gebliebene Fasern bildeten Brücken, über die Wanderzellen herankrochen. Allenthalben waren Zellen beschäftigt, die Wände und Wege von Bröckeln, Faserfetzen, Blutgerinnsel und sonstigem Unrat zu reinigen. Nun aber schoben sich zu meinem Erstaunen aus den Lücken zwischen den Muskelfasern langsam sternförmige Bindegewebszellen vor, streckten zögernd wie Seeanemonen, wenn sie aus ihrem Mantel hervorkommen, feine Plasmaspitzen hervor und suchten mit diesen langsam nach allen Seiten tastend Anschluß an eine Kante, Spitze oder Wand der Nachbarschaft, suchten sich auch gegenseitig mit ihren Fühlern und spannen so von Spalt zu Spalt wie Spinnen, die zwischen Zweigen ihre Netze flechten, ein Gewebe feinster Fasern, dessen Knotenpunkte ihre Leiber bildeten und das die zerrissenen Teile miteinander verband: Bindegewebe. Wunderbar klar ward mir hier Sinn und Inhalt dieses Wortes, und niemals, weder vor- noch nachher, sah ich so Natur im stillen Weben wie hier,

---

Ungenügende Erholung bedingt eine schwere Schädigung der Lebenskraft und ist eine häufige Ursache für vorzeitige Alterserscheinungen. (Dr. Malten)