

lange Posten, bis man allmählich die Leitung des Staates übernehme, „wenn die Zeit reif ist“. Das Ziel geheim zu halten sei aber unmöglich; nenne man es offen, sei die Aussicht auf den Erfolg vorbei. Gesetzliche und friedliche Mittel genügen nicht. Die Revolution sei in der Wurzel schlecht und verabscheuungswürdig. Darum könne man in Nichts zusammenarbeiten. Friedliche Mittel fordern, sei „eine besondere Art von Narrheit“; nur das Radikale verbürge den Sieg¹⁸.

Ein solcher Gegensatz war geistig unfruchtbar. Die Lage änderte sich, als neue Menschen darangingen, die Fragen über die gerechte Mitte und das kleinere Übel zu begraben und statt dessen junge, echte Spanier zu erziehen. Von vielen seien hier Antonio Primo de Rivera, Franco, Serrano Suñer, Calvo Sotelo, Gil Robles, A. Herrera genannt. Sie siegten im Waffenkampf. Jetzt heißt es, das ganze Volk innerlich zu erobern.

Damit erhebt sich die Frage, wie man die geistigen Kräfte, die zweifellos in der Institución vorhanden und tätig waren, für den Aufbau verwenden könne. Ganz scharf erscheint sie und der Versuch einer Lösung in der Tatsache, daß im Januar 1941 Ortega y Gasset von Serrano Suñer in den Rat der Hispanität berufen wurde, der alle Völker spanischer Sprache kulturell zusammenfassen soll. Die Absicht geht offenbar dahin, ihn, den Erzieher vieler südamerikanischer Studenten, wieder heranzuziehen. Die Möglichkeit hierzu wurde schon in dieser Zeitschrift (134 [1938] 265) besprochen. Mit Recht sagte E. Schramm¹⁹: „Keiner der Männer, die heute für die Zukunft Spaniens kämpfen, wird ‚Spanien ohne Wirbelsäule‘ (das berühmte charakteristische Werk des Philosophen) in seinem Tornister mit sich tragen.“ Was indes der Berichterstatter der „Deutschen Allgemeinen Zeitung“²⁰ schreibt, dürfte das Wagnis nicht richtig beurteilen oder aber die Gefahr eines langsam wieder sich regenden Liberalismus anschaulich machen. Nach ihm haben Costa, Ganivet, Unamuno und Ortega

y Gasset wesentliche Aufbauarbeit geleistet und bleibende Werte geschaffen. Zum Beweis führt er die Rede des Antonio Primo de Rivera zur Feier des 25jährigen Professorenjubiläums Ortegas im Dezember 1935 an. Bei aller Anerkennung des Philosophen dachte jedoch Primo de Rivera im Entscheidenden anders, nicht europäisch, sondern spanisch. Es wird bei der gegenwärtigen innern Entwicklung darauf ankommen, wessen Wesen stärker, im Volk und seiner Geschichte mehr verwurzelt ist. Der Ausgang ist nicht fraglich, wenn die Größe der Belastungsprobe erkannt und recht gewogen wird.

Der Überblick über das spanische Wesen und die geistigen Gegensätze, die sich im 19. Jahrhundert formten, zeigt also keine innere, absolute Tragik. Aus der Begrenztheit des scharfgeformten Charakters gerät der Spanier in einen Widerstreit mit der Wirklichkeit, wie ihn Cervantes schon sah und für seine Zeit verdichtete.

Aber liegt nicht darin die Tragik auch seines Lebens, daß Don Quijote am Ende seiner Fahrten von seiner Narrheit geheilt wird und seine Torheit erkennt? Will der Dichter nicht damit sagen, daß der Spanier eben sein ganzes Dasein verfehlt? Heißt das nicht vielleicht, daß er sich überhaupt charaktermäßig den Träumen verschreibt und tragisch daran scheitert? Im unvermuteten Ausgang seines Romans hat der Dichter am genialsten die spanische Frage gelöst. Der Geist, der den Ritter beseelte, „den Armen beizustehen“, war richtig und groß; aber daß er mit Schwert, Schild und Lanze ausritt, den Helm des Mambrinus auf dem Kopf, war Torheit. Da er nun „durch die Barmherzigkeit Gottes“ geheilt wird, ist er nicht mehr Don Quijote de la Mancha, und will er nicht der einsamkeitstrunkene Hirte Quijotiz werden, sondern ist wieder Alonso Quijano der Gute. Diese Güte wird Tat. Nachdem er Gott gehuldt und seine Treue zur Kirche bekannt hat, gibt er seine ganze Habe dem treuen Knappen und seinen Hausgenossen. Die tätige Liebe im gottgegebenen Lebenskreis ist der Ausklang der Dichtung.

Sie ist auch die Lösung für die Arbeit am innern Leben des spanischen Volkes. Daß der katholische Spanier der Gegenwart dies begriffen hat, soll ein späterer Aufsatz darstellen.

TOMATEN — ALS WAFFEN?

Von Franz Heselhaus S. J.

Man kann der Waffen vielerlei im Kriege verwenden. Da wird erzählt von heißem Wasser und brennenden Holzschelten, die man den Belagern entgegenschleuderte, von Ziegeln und Balken, womit man die Festigkeit ihrer Hirnschale, und von verstunkenen Flüssigkeiten, durch die man die Abhärtung ihrer Geruchswerkzeuge auf die Probe

stellte. Granaten scheinen heute die zünftige Waffe, wie einstmals die beschwingten Pfeile und der rasch hinausende Wurfspieß. Aber Tomaten? Natürlich sind sie nicht zum Werfen zu gebrauchen, man könnte nur ein Herz mit ihnen verwunden; sie sind zum Essen bestimmt. Aber ist nicht die Ernährung des Heeres und des Volkes eine der

¹⁸ Ähnliche Gedanken äußert er in der Rede über den Integralismus vom 5. Dez. 1919. Siehe V. de Mella, *Obras completas*.

¹⁹ *Hochland* 35 I (1938) 335.

²⁰ Nr. 39/40 vom 24. Jan. 1941.

wichtigsten Aufgaben der Kriegsführung? Aus-
 hungern, Blockade, Rationierung, das sind uns
 sehr bekannte Waffen im Kriegsjahr 1941. Und
 es klingt recht modern, was die Memeler von
 ihrem Glomssack erzählen: Als König Erich von
 Schweden vor die Burg zog und, da er sie nicht
 mit Gewalt nehmen konnte, sich anschickte, sie
 auszuhungern, war es bald so weit. Die Lebens-
 mittel gingen rasch zu Ende, und nichts war mehr
 da als ein großer litauischer Käse. Plumps, fliegt
 der saftige Quarkkäse mitten ins feindliche Lager.
 Na, müssen die aber noch fett drinsitzen, sagt der
 Schwede, macht ein langes Gesicht und zieht ab.
 So war Memel befreit, und der Glomssack wurde
 in Erz gegossen zum ewigen Gedächtnis. — Viel-
 leicht lohnt sich eine kleine Übersicht der Er-
 kenntnisse aus der Ernährungslehre, die wir durch
 die früheren Kriege, besonders den Weltkrieg, ge-
 lernt haben oder hätten lernen sollen. Und da
 kann man schon mit den Tomaten beginnen.

Wir kannten sie nicht im Weltkrieg. Nun ja,
 Sie verstehen mich recht. Der Name stand im
 Botanischen Lehrbuch und im Samenverzeichnis
 der Erfurter Weltfirmen, aber der Durchschnitts-
 deutsche hatte die Liebesäpfel kaum je gesehen.
 Und heute kennt sie jeder, und das kam durch
 den Krieg. Da gab es so eigentümliche Erkan-
 kungen, die man auch früher gekannt, aber nicht
 so recht beachtet hatte. Das war der Skorbut, die
 Seefahrerkrankheit. Man wußte, daß sie ver-
 schwand, sobald die Schiffer an Land kamen und
 frische Nahrung genossen. Berühmt wurde der
 Fall einer englischen Truppe, die bei Kut el-Amara
 am Tigris abgeschnitten und durch Von der Goltz-
 Pascha gefangen genommen wurde, nachdem die
 Hälfte der Mannschaft trotz ausgezeichneten Ver-
 pflegung am Skorbut gestorben war. Man brachte
 diese Erfahrungen in Zusammenhang mit einer
 eigentümlichen Augenkrankheit der Kriegskinder
 in Dänemark, die man durch Butter und Milch
 vermeiden konnte, sowie mit einer eigentümlichen
 Krankheit der Reisesser, der Beriberi. Sie zeigt sich
 bei den Menschen, die ausschließlich geschälten
 Reis bei ihren Mahlzeiten verwenden, und kann
 durch Zufügung der Reiskleie sofort behoben wer-
 den. Es waren zunächst amerikanische Forscher —
 sie hatten damals am ehesten Zeit —, die der Frage
 nachgingen, auch im Tierversuch die geheimnis-
 vollen Krankheiten herbeiführten und als Mangel-
 krankheiten kennzeichneten. Es mußte bestimmte
 Stoffe geben, die zur Vollbetätigung des Lebens
 notwendig waren und die man bis dahin nicht
 kannte. Mehr wußte man im Augenblick nicht
 von ihnen und bewies es auch sofort durch die
 Namengebung. Denn die Vitamine (Lebens-Amine)
 sind gar keine Amine (zu Ammoniak — Stickstoff —
 gehörig), wie sich später zeigte; aber den Namen
 behalten sie. Im Deutschen spricht man wohl von

Ergänzungsstoffen. Man hat sie inzwischen recht
 genau kennen gelernt, sie zum Teil sogar rein
 dargestellt und kann sie im Handel haben. Ihre
 Bezeichnung erhielten sie nach dem Alphabet in
 der Reihenfolge, wie sie sich der Wissenschaft vor-
 stellten. So ist Vitamin A jener Stoff, dessen Feh-
 len die dänischen Kinder blind machte, Vitamin B
 hat es mit der Beriberi zu tun, Vitamin C mit dem
 Skorbut und Vitamin D mit der bekannten Ra-
 chitis der Kinder. Das waren die ersten Ergeb-
 nisse. Sie mußten sich später Ergänzungen und
 Verbesserungen gefallen lassen. In dem B-Vitamin
 steckt eine ganze Reihe von Sondernummern, und
 die Buchstabenreihe von E bis K ist inzwischen
 auch belegt, aber es waren doch jene die wichti-
 gen, die sich von Anfang an vorgestellt hatten.
 Als Vitaminquellen wurden bald Naturbutter und
 Lebertran (für A und D), Vollkornbrot und Hefe
 (für B), Möhren (für D und A), Spinat, frisches
 Obst, Gemüse (besonders für C, aber auch für A
 und B) angegeben. Dabei zeigt sich eine Bevor-
 zugung von Pflanzenstoffen, und das hat schon
 seine Richtigkeit. Denn der Vitamingehalt etwa
 der Milch oder Butter hängt davon ab, ob die
 Kuh ausreichend frisches Grün als Futter erhält
 oder nur Heu und Häcksel. Bald wurde es auch
 verständlich, daß die Menschheit so lange an diesen
 Ergänzungsstoffen vorbeigelaufen war. Wir brau-
 chen sie nur in winzigen Mengen, und diese Mengen
 sind fast immer in den gewöhnlichen Nahrungs-
 mitteln enthalten. Aber durch langes Kochen,
 Dörren, Trocknen und Einwecken kann man die
 Vitamine zum Teil zerstören. Das gilt besonders
 vom Vitamin C, und gerade für dieses ist die
 Bedarfszahl zehnmal so hoch wie bei den andern
 Vitaminen. Natürlich suchte man nach Pflanzen-
 stoffen, die möglichst reich an dem Antiskorbut-
 mittel, der Ascorbinsäure, waren. Bei dem Wett-
 bewerb hat nun unsere Tomate neben der Pa-
 prika und der Hagebutte besonders gut abgeschnit-
 ten. Es traf sich gut, daß die Gartentechnik neue,
 frühreifende Tomatensorten in den Handel bringen
 konnte, während wir die Paprika den wärmeren
 Strichen überlassen müssen, wo der Tokayer reift.
 Es wird ja nun wohl keiner meiner Leser auf den
 Gedanken kommen, sein ganzes Rittergut mit To-
 maten zu bestellen, aber es ist vielleicht doch gut,
 darauf hinzuweisen, daß wir nur von Ergänzungs-
 stoffen redeten, und daß die Tomate nicht gerade
 als die Idealnahrung vorgestellt wurde. Daß man
 auch zu viel Tomaten essen kann, braucht nicht
 eigens betont zu werden. Man kann alles über-
 treiben. Sogar der Name Ergänzungsstoff ist ei-
 gentlich eine Übertreibung. Das klingt so, als ob
 zu den bisher bekannten Nahrungsmitteln noch
 eine neue Gruppe hinzugekommen sei. Besser würde
 man von Schlüsselstoffen reden, weil sie dem

Körper die Ausnützung der eigentlichen Nahrung ermöglichen.

Diese besteht aus Fett, Eiweiß und Kohlehydraten und bildet zunächst die Quelle für die Körperwärme und Muskelkraft, sie liefert also die Kalorien und wird vielfach in Kalorien gewertet. Eigentlich gehört auch der Luftsauerstoff zu den Nahrungsmitteln und Kalorienlieferanten, aber da er nichts kostet und nicht mit Löffeln gegessen wird, hat der Sprachgebrauch ihn nicht dazu gerechnet. Wasser und Salze werden eher anerkannt, aber sie verschaffen uns keine Kalorien. Es sind Betriebsstoffe, Werkzeugstoffe, die eben auch da sein müssen.

Wir brauchen täglich rund 500 g Kohlehydrate (Stärke und Zucker), rund 100 g Fett und 100 g Eiweiß, Schwerarbeiter viel mehr und bettlägerige Kranke viel weniger. Die Stärke erhalten wir in Mehlspeisen, Brot, Reis, Kartoffeln, das Fett in Butter, Speck und Öl, das Eiweiß in Fleisch (Fisch), Käse, Eiern, Hülsenfrüchten. Eiweiß ist nicht zu entbehren und nicht zu ersetzen, doch ist die notwendige Menge sehr gering und kann oft ohne Schaden bis auf 20 g herabgesetzt werden, auch bei Schwerarbeit, der man natürlich durch größere Stärkegaben Rechnung tragen muß. Fett kann auch zum Teil durch Kohlehydrate ersetzt werden. Neben dem Gehalt an den wichtigen Nahrungsstoffen ist nun aber für die einzelnen Lebensmittel die Frage ihrer Ausnutzbarkeit von Bedeutung. Zum Beispiel kann das Reh in der Wintersnot sich von Baumrinde richtig ernähren, während Rinde und Leder in Hungerjahren für Menschenmägen wahre Elendskost darstellten. Holz ist eine vollwertige Nahrung für Bockkäfer und Termiten, nicht für uns. Aber es ist möglich, Holz in Zucker zu verwandeln, der dann als Nahrung für Tiere oder für Hefezellen gebraucht werden kann und so für uns eine verwendbare Eiweißquelle darstellt. Auf diese eigentlichen Nahrungsmittel bezieht sich nun die Hauptsorge der Verantwortlichen in Krieg und Frieden. Da gibt es die Brotfrage, die Butterfrage, die Fleischfrage usw. Die Regelung der Erzeugung, Lagerung, Sicherung, Zumessung, Verteilung sorgt dafür, daß alle das Notwendige bekommen. Kein Zweifel, daß die Erfahrungen des Weltkrieges in jeder Hinsicht ausgenützt wurden. Freilich ist die strategische Lage eine andere und die Blockade nicht geschlossen. Das macht die Lösung wesentlich leichter. Gegenüber früheren Jahrhunderten mit ihren Hungergefahren ist besonders auf die Verbesserung des Verkehrs und der Austauschmöglichkeiten hinzuweisen. Man hat schon oft auf den großen Nutzen aufmerksam gemacht, den wir Europäer durch die Einführung der Kartoffel gewonnen haben. Seitdem ist keine rechte Hungersnot mehr in Europa zu verzeichnen, da in Dürrejahre die

Kartoffel meist recht gute Erträge liefert. Bekanntlich hat es damals dem Alten Fritz einige Mühe gemacht, seine Untertanen von dem Wert der Erdäpfel zu überzeugen. Aber der Wert ist unbestreitbar, und er geht sogar mit billigem Preis zusammen, Kartoffeln sind preiswert. Sie enthalten die ausgezeichnete Kartoffelstärke, aber nur sehr wenig Eiweiß und Fett. Das kann mißlich sein, wenn sie die ausschließliche Nahrung armer Irländer bilden sollen. Um die nötige Eiweißmenge zu gewinnen, muß solch ein Spezialist bis zu 12 Pfund täglich in seinem „Kartoffelbauch“ unterbringen. Dieses Übel ist aber mit einer kleinen Zutat, und sei es auch nur ein Häring, mit Leichtigkeit zu beheben. Und es sagt nichts gegen den Wert der Kartoffel. Jetzt erfahren wir auch noch, daß die Kartoffel so nebenbei die wichtigsten Vitamine in ansehnlicher Menge enthält. Eine darauf bezügliche Strophe fehlt noch im berühmten Kartoffellied. Dafür enthält es die recht fragwürdige Lobrede auf den Seeräuber Franz Drake.

Aber was haben die armen Leute denn vor der schönen Kartoffelzeit gemacht? Nun, die Grundlage der Mahlzeiten hieß damals Brot und Brei. Daß die beiden Worte denselben Anlaut haben, ist gar nicht zufällig. Beide haben was mit brauen und brodeln zu tun, und Brot ist der Name für flache Kuchen. Was wir heute Brot nennen, hieß früher Leib. Der Leibwart, der Lord, verdankte sein Ansehen dem Umstand, daß er über den Brotkorb zu verfügen hatte. Wes Brot ich schlinge, des Lied ich singe. Man sieht, Brot steht einfach für die Nahrung überhaupt. So beten wir ja auch um das tägliche Brot.

Das Brot im engeren Sinn, wie wir das Wort gewöhnlich gebrauchen, ist nun freilich auch heutzutage von der größten Bedeutung. Es hat den Vorteil, daß es neben der vorwiegenden Grundmasse, die aus Stärke besteht, ansehnliche Mengen von Eiweiß enthält und dazu vitaminreich ist, wenn es Grobbrot ist. Da lacht Pan einmal wieder über die schlauen Menschen. Wir hatten es richtig herausbekommen, daß die Getreidehüllen, die Kleie, schwerverdaulich sind. Also siebt uns der Müller diese Kleie sorgfältig aus dem Mehl heraus, so daß der Bäckermeister ein feinstes Weißbrot oder gar Brötchen auf den Frühstückstisch bringen kann. Aber da hätten wir besser sofort eine Kartoffel genommen, denn das Brötchen ist ebenso arm an Eiweiß wie an Vitaminen. Die guten Sachen stecken in der Kleie und wandern in den Schweinetrog. Das schadet nicht, sagt die kluge Wirtsfrau nach Prof. Rubner, dann erhalten wir diese Werte als Rippenstückchen und Schinken wieder. Gut gegeben, aber wissen Sie auch, in welchem Prozentsatz? Man ist sich darüber noch nicht ganz einig. Aber der günstigste Wert, den ich gelesen habe, sagte, daß auf diesem Weg ein Fünftel gerettet

würde. Also wenn's aufs Ausnützen ankommt, schauen wir uns nochmals die Kleie in der Mühle an. Wenn der Müller seine Walzen enger stellt, kann er das Korn noch ganz anders „ausmahlen“. Dann kommen jene wertvollen Bestandteile mit ins Mehl. Das Brot wird dann nicht so schneeweiß, aber gehaltvoll und bleibt gut verdaulich. Das ist im wesentlichen das Geheimnis der Vollkornbrote. Aber selbst die gröbere Kleie ist nicht einmal immer so unerwünscht. Man könnte einen starken Mann mit Dextroenergen und andern leichtverdaulichen Säckelchen mit Glanz zu Tod füttern, weil der Verdauungsapparat, da er eben ein Universalapparat ist, geradezu nach unverdaulichen Ballaststoffen schreit. So ist es auch wohl zu erklären, daß bei aller Hochschätzung der Milch, zumal der Muttermilch, als Kindernahrung doch der kleine Weltbürger nach etwa einem halben Jahr langsam an Manneskost zu gewöhnen ist. Man ist ja zunächst überrascht und findet es doch bald ganz entsprechend, daß solch ein Guckindiewelt auch mit Sauermilch ausgezeichnet gedeiht. Stellen Sie sich aber einmal vor, die Frau Rat Goethe hätte ihren kleinen Wolfgang mit saurer Milch und rohem Möhrensaft behandeln wollen. Als Rabenmutter wäre sie in die Geschichte eingezogen. Und unsere Zeit hätte sie dann als besonders erleuchtet preisen müssen.

Man kann die Moral von der Geschichte wohl so ausdrücken: Seid nicht zu ängstlich, und lauft nicht blind jedem guten Rezept nach. Das führt leicht zu Einseitigkeiten. Das gilt z. B. von der reinen Pflanzenkost und der Rohkost. Man kann vieles dafür sagen. Wir verbrauchten vor dem Kriege durchschnittlich dreimal so viel Fleisch wie unsere Vorfahren vor hundert Jahren. Fleisch ist im allgemeinen leichtverdaulich und wohlschmeckend und läßt sich durch Würzen und Braten noch verlockender gestalten. Da sind die 100 g Eiweißbedarf leicht überschritten, auch wo gar keine besondere Arbeitsleistung vorgesehen war. Daß gewisse Krankheiten, wie Gicht und Herzleiden, auf solch „gute Lebensweise“ zurückzuführen sind, ist allbekannt. Dem entgeht man einfach durch ausschließliche Pflanzenkost. Sie enthält im allgemeinen nicht zu viel Eiweiß, dafür aber mehr Ballast, sie beansprucht die Zähne und den Speichel, da man gezwungen wird, ausgiebiger zu kauen, endlich bleiben die Vitamine eher erhalten. Das letztere gilt besonders von der Rohkost. Aber als ausschließliche Ernährungsform ist sie doch zu einseitig. Als Krankendiät mag sie gegebenenfalls Wunder wirken. Bei ausgiebiger körperlicher Bewegung ließe sich über den Nutzen der Sache reden, aber welcher Beruf bietet diese in unserer Zeit? Der Bauer aber hat die Folgen des „Wohllebens“ ohnehin wenig zu fürchten.

Es geht sicher zu weit, wenn man den Fleisch-

genuß im ganzen als schädlich bezeichnet. Der Eskimo nährt sich ja fast ausschließlich von Fleisch. Freilich ist die Sterblichkeit bei diesen Nordlandleuten auch recht betrüblich. Aber das merkwürdigste in diesem Zusammenhang ist die Beobachtung, daß diese Naturkinder sich Vitamine zu versorgen wissen, sei es auch auf Eskimoart. Der Mageninhalt des Rentieres, das sich vorwiegend von bitteren Flechten ernährt, wird von ihnen als Frischgemüse geschätzt. So erklärt man sich auch die Vorliebe der Raubtiere für die Eingeweide der Beute mit Inhalt. Unser Haushund verleugnet in diesem Punkt seine Abstammung keineswegs, oft zum Entsetzen seiner Gebieterin, wenn er dem Dreck nachgeht.

Dieser etwas anrühige Ausflug in die Polarregionen hat uns nun wieder zu den Vitaminen zurückgebracht. Man fragt sich, ob nicht bei uns der Mangel in bedrohlicher Weise bemerkbar werden kann. Die Rachitis der Kleinkinder war früher gar nicht selten und wird heute bei der Ernährung der Kleinen wohl stets berücksichtigt, indem man Möhrensaft, bestrahlte Milch, Lebertran oder ein Reinpräparat verwendet. Von den andern Vitaminen gilt glücklicherweise die Regel, daß wir sie fast von selbst in ausreichendem Maß erhalten, und von vielen, daß sie auch durch Kochen und Trocknen nicht beeinträchtigt werden. Gewisse Nahrungsmittel, wie Hefe, Kleie und Graubrot, Leber, Fisch und Früchte, auch die Kartoffel, stehen wegen des Vitaminreichtums hoch im Ansehen.

Wenn wir uns hier auch nicht in Einzelheiten verlieren wollen, so ist doch auf das C-Vitamin noch etwas einzugehen, weil es am ehesten fehlen und zu einer Mangelkrankheit Anlaß geben kann. Unser Tagesbedarf wird auf etwa 10 mg angegeben. Das ist sicher wenig, soviel wie ein kleiner Stecknadelknopf, aber für ein Vitamin ist das viel. Es ist in frischen Pflanzenteilen im allgemeinen reichlich vorhanden, aber es zerfällt von selbst beim Lagern, besonders rasch bei höherer Temperatur und an der Luft. In kühl gelagertem Gemüse hält es sich lange, stark geschädigt wird es durch andauerndes Kochen, deshalb fehlt es auch in Gemüsekonserven alter Form, während es in der Kartoffel sich auch beim Kochen ziemlich erhält. Unter den verschiedenen Zeiten des Jahres sind nun die ersten Monate dadurch benachteiligt, daß sie wenig frische Gemüse in die Küche liefern. Da mag es sich empfehlen, auf dieses Vitamin etwas Rücksicht zu nehmen. Es ist kein Zufall, daß um diese Zeit die Agrumen, Apfelsinen und Zitronen neben unsern Äpfeln auf dem Markte erscheinen. Die Früchte haben den Vorteil, daß sie anscheinend einen Schlüssel zu den Schlüsselstoffen, eine Oxydase, gleichzeitig mitliefern. Aber man wird gewiß auch nach einem grünen Kraut Umschau halten, das

möglichst früh im Jahr erscheint und als Salat oder Gemüse Verwendung finden kann, und das neben den Vitaminen auch die erwünschten Salze und Füllstoffe bietet. Wer freilich diese kostbaren Blättchen ganz zerkocht oder gar das Kochwasser in den Rinnstein schüttet, der vergeudet die Hauptsache und wird bloß den Ballast behalten. Feldsalat, Winterkohl, Spinat sind deshalb so vielbegehrte Ersterzeugnisse des Gartens. Die warmen Quellen des Erfurter Dreienbrunnens liefern die berühmte Brunnenkresse, aber auch jedes Treibbeet beeilt sich, die ersten Salatköpfchen zu spenden. Da es nun aber auf das frische Grün in erster Linie ankommt, liegt es nahe, in der Notzeit nach andern genießbaren Pflänzchen Umschau zu halten, und das haben wir besonders im Weltkrieg auch redlich besorgt. Da wächst in unsern Wäldern ein Kraut mit kleinen runden Blättchen, das geradezu das Scharbocks- oder Skorbutkraut heißt. Ja, es ist etwas Merkwürdiges um die Volksheilkunde. Erst heute sehen wir, warum so eine weise Drude damit die verblüffenden Erfolge erreichte. Ich meine beim Scharbockskraut; bei andern sehen wir es noch nicht. Man muß schon lange sammeln, wenn man den Familientopf mit diesen Zwergblättchen füllen will. Aber Löwenzahnsalat läßt sich schon eher zusammenbringen. Man nimmt allerdings auch hier die jungen Blättchen, die eben erst die Spitze aus dem Rasen vorstrecken. Das ist erstens gesund, zweitens wohlschmeckend, drittens billig und viertens einmal etwas anderes. Das wäre dann eine Kriegsfolge, die in sich gar nicht zu bedauern wäre. Denn die Einerleiheit ist für einen Motortreibstoff vielleicht ein Lob, aber nicht für die Speisekarte. Sie merken wohl, ich sehe die Sache vom Standpunkt des Gastes an. Nicht von der Seite des Hotelbetriebes. Leiter, Gemüsehändler, Küchenmeister und Kellner sind für wenige, einheitliche, natürlich gute Nummern. Da können Sie mit Löwenzahn und ähnlichem Kleinzug nur sofort einpacken. Und ähnlich geht es in Anstaltsküchen, Kasernen, Krankenhäusern, Klöstern. Die Arbeit drängt, man ist auf bestimmte Maschinen und Verrichtungen eingestellt, neue Versuche sind gewagt und zeitraubend. Viel günstiger ist in dieser Hinsicht die Einzelfamilie gestellt, besonders dann, wenn sie ein Gärtchen ihr eigen nennt. Was da auf einigen Quadratmetern gezogen werden kann, ist kaum zu glauben. Wurzeln, Knollen, Salate, Würz-, Riech- und Heilkräuter. Und wenn man dann noch einen Blick für die Wegraine und Brachfelder übrig hat und die Wälder nach Pilzen abstreift, mag es eher zu viel des Wechsels geben. Pastinak und Kerbel, Gundermann und Tripmadam, Nesseln und Nachkerzen, Ziest und Kresse, Sellerie und Angelica, Radies und Meerkohl, Melde und Mangold, Wegerich und Sauerampfer, und von den Würzkräutern

Melisse und Bohnenkraut, Anis und Fenchel, Liebstöckel und Rosmarin, Wacholder und Waldmeister. Um nur einiges zu nennen¹. Man findet die erforderlichen Hinweise heute in den meisten Gärtnerpreislisten. Ich möchte mich auch nicht auf das besondere Lob dieses und jenes Wunderkrautes einlassen, ja, ich meine sogar, den Ausdruck: Das und das ist sehr gut, hassen zu sollen. Diese sehr guten Sachen werden dann durch die ewige Wiederholung Gift. Alles Übermaß ist Gift, freilich dieses Maß ist bei verschiedenen Stoffen verschieden schnell erreicht, beim Strychnin schneller als beim Kochsalz, aber die Chinesen vergiften sich mit dem letzteren, wenn sie sich zum Freitod entschlossen haben.

Es gibt einen alten Spruch: „Wir essen, um zu leben“, bei dessen Aussprechen man fühlt, wie sich die aszetischen Falten um die Mundwinkel vertiefen. Aber er hat schon recht, wenn man Leben nur im Vollsinn nehmen wollte. Speise und Trank sind dazu da, die Verluste und den Verschleiß zu ersetzen, das Wachstum zu ermöglichen, einige Reserven zu sichern, aber auch die Arbeit zu belohnen, die Geselligkeit zu fördern, die Lebensfreude zu erhöhen. Man denkt bei Worten wie Familientisch, Hochzeitsmahl, Vereinsessen, erst recht bei Kaffeekränzchen und Weihnachtskarpfen gar nicht mehr an die Zuführung von Kalorien. Noch weniger bei Getränken. Jedenfalls ist die Nahrhaftigkeit von Suppen und geistigen Tränkelein größtenteils frommer Betrug. Aber der Wein erfreut des Menschen Herz. Ebenso unbestreitbar ist es, daß das schöne Essen und Trinken gelegentlich zum Übermaß führt, und das gerade bei kräftigen Naturen. Da hat so ein Krieg mit seinen zwangsläufig einsetzenden Einschränkungen wieder seinen Vorteil. Man sieht einmal, es geht auch ohne die großen Mengen und die ausgesuchten Feinheiten, die man für selbstverständlich hielt. Und es geht sogar besser. Darum hat der Dichter recht: „Herr, laß mich hungern dann und wann, Sattsein macht stumpf und träge.“ Eine erfreuliche Folge des Weltkrieges sei hier noch erwähnt. Er zwang unsere chemische Industrie, die Stickstoffverbindungen, die wir als Salpeter vom Ausland bezogen, selbst herzustellen, da man sie in den Munitionsfabriken unbedingt braucht. Nachher standen dann diese Werke mit ihrer riesigen Erzeugung ohne weiteres zur Verfügung des deutschen Bauern, dem sie wertvolle Dünger liefern. Es gibt biologische Eiferer, die nur naturgedüngte Kartoffeln essen wollen. Bislang ist ihnen in keiner Weise der Nachweis gelungen, daß mit Mineralsalzen, dem sog. Kunstdünger, gezogene Pflanzen minderwertig

¹ Vgl. auch die billigen Büchlein: Wildgemüse und Salate, Gewürzpflanzen usw. aus dem Verlag der Franz'schen Buchdruckerei Emil Meyer, München 2.

wären. Aber wir können ja Schwärmern zuliebigar nicht mehr auf die künstliche Düngung und damit auf die Hälfte des deutschen Bodenertrages verzichten. Man kann auch da übertreiben. Schließlich steckt in jedem einfachen Bauernbetrieb ein gut Stück Unnatur, in den einheitlich bestellten Feldern, in der Haustierzucht, in der Schädlingsbekämpfung usw. Wer entschieden biologisch leben

will, der muß als Neandertaler auf eine Robinsoninsel gehen, und da bringt er sich leider selbst mit. Man soll auch an die Anpassungsfähigkeit des menschlichen Organismus glauben und seinen Verstand verwenden, um zwischen Unkultur und Überkultur den Weg des edlen Menschentums zu finden. Am Ende ist der Mensch doch noch mehr als nur Biologe.

UMSCHAU

OSTKIRCHLICHE UMSCHAU

Professor Wunderle bemerkt zu Anfang eines Vortrages „Über die religiöse Bedeutung der ostkirchlichen Studien“ („Das östliche Christentum“ 1939, Heft 10, S. 6) über die ostkirchliche Bewegung: „Vielleicht hat sie tatsächlich an hörbarem Geräusch verloren; ihre innere Stärke jedoch dürfte sich kaum gemindert haben. Und wäre dies wirklich der Fall, dann müßte alles aufgeboten werden, um sie wieder zu erneuern und zu kräftigen.“ Daß diese Bewegung noch lebenskräftig ist, ja daß sie eine Wendung zu größerer Sachlichkeit und Vertiefung genommen hat, bezeugen vor allem drei neuere Veröffentlichungen innerhalb der katholischen ostkirchlichen Literatur, die unsere besondere Beachtung verdienen¹.

Die verschiedenartigsten Stimmen kommen zu Wort. Mannigfaltig ist auch die Art der Darbietung: neben Einzeldarstellungen stehen Gesamtüberblicke. Den Gegenstand bildet der christliche Osten in seiner ganzen Weite, in seiner Geschichte, seiner Lehre, seinem Gottesdienst, seinen Heiligen und seiner religiösen Kunst. Im Sammelwerk „Der christliche Osten“ wurde versucht, mit einer gewissen Vollständigkeit in alle den Osten betreffenden Fragenkreise einzuführen. Das ist den Verfassern vollauf gelungen. Natürlich ergibt sich aus derart verschiedenen Bausteinen kein einheitliches Mosaikgemälde. Wohl allgemeine Anerkennung werden die sachlich darlegenden Aufsätze finden; sie sind zum Teil mit großer Anschaulichkeit und äußerst fesselnd geschrieben; wir denken da vor allem an das, was Von Arseniew (er ist orthodoxer Christ),

¹ „Der christliche Osten“, Geist und Gestalt, hrsg. von Julius Tyciak, Georg Wunderle, Peter Werhun. 80 (408 S.) Regensburg 1939, Pustet. Kart. M 8.50. 13 andere Mitarbeiter sind beteiligt, unter ihnen Nikolaus v. Arseniew, Odo Casel, Kilian Kirchoff, Karl Pfleger, Reinhold v. Walter, um nur einige der bekannteren zu nennen. Das Buch ist dem Andenken des Unionspapstes Pius XI. gewidmet. — „Ut omnes unum sint.“ Ein Werkbuch ostkirchlicher Arbeit, hrsg. von der Abtei St. Joseph zu Gerleve. 80 (159 S.) Münster i. W. 1939, Regensburg. Kart. M 2.40. — „Ein Leib, ein Geist.“ Einblicke in die Welt des christlichen Ostens, hrsg. von der Abtei St. Joseph zu Gerleve. 80 (220 S.) Münster i. W. 1940, Regensburg. Kart. M 3.40. In den beiden letzten Bändchen stammen die Beiträge zumeist von Benediktinern; aber wir finden darin auch Ausführungen von Alexej Hackel und Reinhold v. Walter, die zu den Mitarbeitern des an erster Stelle genannten Ostbuches gehören.

Von Walter, Wunderle, Engberding, Hackel ausführten. Schwieriger und in manchem Punkt fragwürdig, wenn auch voller geistreicher Anregungen für den Leser, bleiben die Sichten der Tyciak, Pfleger, Keller.

Ein Hauptanliegen der drei Ostbücher bezieht sich, wie bereits aus Titel und Widmung ersichtlich ist, auf die kirchliche Einheit. Es macht Ethos und Stellungnahme der Mitarbeiter verständlich. Es ist hier unmöglich, all das aufzuzählen, was in diesen Vorträgen und Aufsätzen an Gedanken, Durchblicken, Anregungen und Problemen geboten wird. Es sei uns gestattet, freimütig ein paar grundsätzliche Fragen zu erörtern, die sich aus der Lesung ergeben!

Die schon vorliegenden Besprechungen des Buches „Der christliche Osten“ gehen in einem wichtigen Punkt auseinander, in der Frage nach der Methode. Ein Beurteiler (P. Iwan v. Kologriwof S. J., auf der innern Umschlagklappe des Buches) spricht sich aus, wie folgt: „... Welche Sorgfalt in der Bearbeitung des Materials! Welche liebevolle Einfühlung, nicht nur in den Artikeln authentischer Ostchristen, sondern auch bei allen westlichen Mitarbeitern des Buches! Möge dieses Werk endlich mit all den fehlervollen und irreführenden Schreibereien über das östliche Christentum Schluß machen, die uns so reichlich in den letzten Jahren dargeboten wurden.“ Die Internationale Kirchliche Zeitschrift (1940, S. 191 f.) dagegen urteilt: „Durch das ganze Buch weht ein feiner, irenischer Geist — aber die Irenik geht zu weit. Sie übersieht geschichtliche Tatsachen und überbrückt etwas allzu leicht bestehende tiefe Gegensätze. Damit ist aber im Grunde genommen dem Ziel, das sich das Buch steckt, nicht gedient.“ Es sei nicht verschwiegen, daß dem altkatholischen Beurteiler wenig an einer Annäherung zwischen anatolischer und römischer Kirche liegt; diese Psychologie färbt auf sein Urteil ab. Trotzdem hat er hier nicht ganz unrecht. Einige Mitarbeiter gehen in der Tat aus bester Absicht in der Irenik zu weit. Die Herausgeber haben allerdings manchem Mißverständnis dadurch vorgebeugt, daß sie den Einzelausführungen die Worte des unionserfahrenen Metropoliten Scheptyckij vorausschickten.

Wer den getrennten Bruder gewinnen will, geht gern an drei Stellen in seinem Entgegenkommen zu weit; das beobachten wir auch hier:

1. Die Problematik wird vereinfacht. Das Problem der Trennung ist doch viel schwieriger, die dogmatischen Unterschiede sind doch bei weitem größer, als es nach Otto Karrer (im Beitrag „Der christliche Osten und die Kirche Christi“) den Anschein hat. Auch die Lehre der morgenländischen Väter über das Filioque ist nicht so eindeutig klar, wie Tyciak sie darstellt (S. 43).