

**Zeitschrift:** Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin  
**Band:** 79 (1953)  
**Heft:** 12

**Artikel:** Kaue dich ehrlich!  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-492140>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **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. [Voir Informations légales.](#)

### **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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 30.03.2025

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



## Das kleine Schöpfungswunder

Herrlich, wie der Schöpfer seine  
Eigne Leistung übertraf,  
Stets den Menschen auf die Beine  
Neu zu stellen durch den Schlaf!  
Nichts hat das Geschöpf zu tun  
Als zu liegen und zu ruhn.  
Während es die stumme Rolle  
Spielt, geschieht das Wundervolle.

Mit dem Blute ziehn im Kreise  
Zauberkräfte ihre Bahn,  
Säubernd auf geheime Weise  
Jedes innere Organ,  
Bis in die Gewebe zart  
Dringend auf der stillen Fahrt.  
Mit den Giften flieht die Blässe  
Bei dem chemischen Prozesse.

Das geht, während du apathisch  
Daliegst, alles automatisch  
Wie ein Uhrwerk, leis und sacht,  
Nicht vernehmbar deinen Ohren.  
Wenn du schließlich bist erwacht,  
Fühlst du dich wie neu geboren.

Schlaf, du Wunder ohnegleichen,  
Göttlicher Gedankenstrich —  
Alles Leben müßte weichen  
Und erleichen ohne dich!

Rudolf Nufzbaum

## Kaue dich ehrlich!

Die Anhänger der Ernährungslehre  
Gayelord Hauser sollen eine ganz be-  
stimmte Diät einhalten. Es wird erzählt,  
sie lebten von Yoghurt, Weizenkörnern  
und Salaten, und es bestehe für sie die  
hübsche Aussicht, hundert Jahre und  
mehr zu wandeln in diesem wonne-  
vollen irdischen Lustgarten.

Zwei meiner Freunde behaupten von  
sich, Gayelord Hauser nachzuessen.  
Beweise dafür fehlen mir. So oft sie  
nämlich bei mir eingeladen sind, häu-  
fen sie vergnügt auf die Gabel, was an  
von ihnen angeblich verpönten Speisen  
daliegt. Ihre Gesichter glühen auf in  
eitel Wohlbehagen, und lange, lange  
nach dem erschöpften Niederlegen der  
Eßgeräte verglimmen sie mählich.

Beim sorgfältigen Abschaben eines  
Kofeleff-Knochens finden sie wohl auch  
Zeit, mich für ihre kulinarischen Grund-  
sätze zu gewinnen.

Es belustigt mich, auf diese Unver-  
einbarkeit von Theorie und Praxis hin-  
zuweisen und dann immer die gleiche  
Antwort zu hören, welche in Hausers  
Lehre einen oft benützten Notausgang  
darzustellen scheint: «Man muß sich  
selbst bei dieser Ernährungsweise nichts  
versagen, auf nichts verzichten!»

Deshalb habe ich noch nie einen  
Hauser-Esser in flagranti erwischt. Ich



W. Büchi

— — und das Ganze nennt man Sport!

verspüre auch keine Lust dazu. Denn  
gibt es in dieser verlogenen Welt etwas  
Treuherzigeres, Ehrlicheres, als mit vol-  
len Backen Schweinebraten und Kar-  
toffeln kauende Asketen, welche fort-

während die vom Meister bewilligte  
Ausnahme der Regel demonstrieren und  
gleichzeitig den sie speisenden Freß-  
säcken die Befolgung ebendieser Regel  
predigen? rll

**BARATELLA**  
Caffè Ristorante  
**SAN GALLO**  
Unterer Graben 20 gegenüber der Central-Garage  
Italienische Küchenspezialitäten • Auserlesene Weine  
E. Andreani, Telefon (071) 2 60 33

**ST. JAKOB** Zürich  
am Stauffacher  
Tram Nr. 2, 3, 5, 8, 14 • Telefon 23 28 60  
Das gute Speiserestaurant mit seinen  
**Wild-Spezialitäten**  
im **Bistro**  
„Schnellzugs“-Bedienung  
Stehbar SEPP BACHMANN

**Rebe Riesbach**  
ZÜRICH 8 Tel. (051) 24 57 47  
Nebelbachtstrasse 22, Ecke Seefeldstrasse  
TRAM 2 und 4 HALTESTELLE WILDBACH  
Ich freue mich  
auf Ihren Besuch.  
Adèle Riebel  
**TREFF** der Geschäftsfreunde