

196. Nahrung.

Wenn der Mensch leben will, so muß er essen und trinken. Die meisten Speisen müssen erst zubereitet werden. Einige kocht man, andere werden gebraten, noch andere gebacken. Viele Speisen werden für den späteren Gebrauch aufbewahrt. Zwetschen, Birnen und anderes Obst werden gedörret; Gurken, Bohnen und Sauerkraut werden eingemacht; Kartoffeln und Rüben werden im Keller vor Kälte geschützt. Wenn die Menschen nicht im voraus an den Winter dächten, so würde es ihnen dann an Nahrung fehlen. Die Landleute sorgen für die Nahrung der Städte und empfangen dafür Geld. Wenn die Bauern nicht säeten, ernteten und dröschten, so könnte der Müller kein Mehl mahlen und der Bäcker kein Brot backen. Wenn aber niemand den Bauern ihre Feldfrüchte abkaufte, so hätten sie kein Geld, um sich Pferde, Geschirr, Kleider und Schuhe anzuschaffen.

Auch die Jäger und Fischer sorgen für die Nahrungsmittel. Manche Speisen bereiten uns die Tiere zu, wie z. B. den Honig und die Milch. Die Milch können wir kaum entbehren, weit eher Kaffee, Tee, Bier und Wein. Von den Getränken ist nächst der Milch frisches, klares Wasser am gesündesten.

Wenn die Nahrungsmittel rar sind, so ist Teurung. Dann sind die Armen sehr übel dran. Wir wollen daher den lieben Gott bitten, daß er keine Teurung kommen läßt. Aber auch ohne Teurung gibt es viele arme Leute, welche sich nicht satt essen können. Wer viel hat, sollte den Armen von seinem Überflusse geben.

Man soll nicht eher essen, als bis man Hunger hat, und nicht mehr, als man vertragen kann. Auch soll man nicht trinken, wenn man erhitzt ist. Es gibt aber Kinder, welche nichts Eßbares sehen können, ohne davon zu verlangen. Artige Kinder essen nur zur rechten Zeit und nur das, was ihnen die Eltern zu essen geben.