Natur gerecht, weil der schwarze Kaffee die Absonderungsorgane zur Thätigkeit anregt, also auch die Verdauung befördert.

Morgens nüchtern ist der Genuss von schwarzem Kaffee, statt Milchkaffee oder auch Milch allein, gegen die normalen, chemischen Vorgänge, welche sich in unserem Körper abspielen, gerichtet.

Derjenige, welcher wenig Nahrung zu sich nimmt, und dabei gehörig arbeitet, kann sich des schwarzen Kaffees nach dem Essen passiren.

Der Thee als Genussmittel.

So wenig wie der Kaffee zu den eigentlichen Nahrungsmitteln gehört, so kann auch der *Thee* nicht unter dieselben gerechnet werden, denn es enthält derselbe ein Prinzip, das *Theïn*, welches chemisch dem Kaffeïn sehr nahe steht.

Der Theestrauch, *Thea chinensis Sim.*, aus der Familie der Camelliaceen, dessen Heimath die Insel Hainan im südchinesischen Meere ist, birgt dieses Alkaloïd in seinen glänzenden Blättern.

Der Theeaufguss ist ein von hygienischer Seite bestens zu empfehlendes Getränk, denn er hat die guten Eigenschaften, den Menschen in seiner Urtheilskraft zu stärken und sein Ueberlegen und Nachdenken zu einem sinnigen zu machen, während die allgemeine Stimmung des Consumenten durch Fröhlichkeit und ein gewisses Wohlbehagen charakterisirt wird. Natürlich wird vorausgesetzt, dass der Thee mässig genossen wird, denn übermässiger Genuss desselben führt zu Schwindel, Angstgefühl, Eingenommenheit des Kopfes, Betäubung, und schliesslich zu dem sogenannten Theerausch.

Wer also Thee trinkt, bringt seinen Geist in eine ganz andere Stimmung, als wenn er sich dem Genusse des Weines hingibt. Im ersteren Falle wird der Gedankenaustausch in der Gesellschaft mit mehr Ueberlegung geschehen, und das Urtheilen und Nachdenken tragen mehr den Stempel des Ernsten und des Sinnigen, während im zweiten Falle schon mehr ein unbändiger, zügelloser Witz und drollige Einfälle jedweder Art im Gespräche auftauchen können, — *de gustibus non est disputandum!* —

Soviel über den Thee als «*Getränk*», man «*raucht*»

nämlich auch Thee, und hierüber eine kleine Betrachtung aufzustellen, bietet des Interessanten nicht wenig.

Ein englischer Arzt hat nachgewiesen, dass diese neue Mode, welche in seinem Heimathlande Wurzel gefasst hat, die Zahl der an Nervosität Leidenden bedeutend erhöht hat. Nun ja! das fehlte noch! Es wird wohl noch nicht genügt haben mit den bis dahin bekannten ursächlichen Momenten der Nervosität, als da sind: Der täglich schwerer werdende Kampf um die Existenz, die stets lebhaft und andauernd in Anspruch genommene körperliche und geistige Spannkraft des Individuums, die hereditäre Belastung, die sogenannte „moderne“ Erziehung, das Opium, der Kaffee, der Tabak, der Alkohol u. s. w. u. s. w.

Der grüne Thee, das heisst, die an der Luft getrockneten, in Gefässen erhitzten und dann zusammengerollten Blätter des Theestrauches, wird nun auch beim five o' clock in Cigarrettenform geraucht, was in weit grösserem Maasstabe, als unmässiges Trinken des Theeaufgusses, grosse Nervosität und Schlaflosigkeit nach sich zieht.

Das zur Neige gehende Jahrhundert wird nicht mit Unrecht das *Jahrhundert der Nervosität* genannt, und in Anbetracht dieses, ist es ja auch nicht mehr wie natürlich, dass man sich bemühe, vor 1900 Alles angewandt zu haben, damit später unsere Nachkommen nicht sagen können, unser Jahrhundert hätte diese Benennung nicht vollauf verdient.

Dr. *Ernest Feltgen.*



Die Schlange in der Mythe und in der Wirklichkeit.

Von **H. Schliep.**

(Forts. II.)

In unsern Sagen, wie diejenige der Melusine, oder dem Fräulein vom Johannisberg, erscheint die Schlange mit einem goldenen Schlüssel im Munde, den der betreffende Jüngling, welcher zur Erlösung schreitet, mit dem Munde muss übernehmen. Das „Erlösen“ wird in alter Sprache mit loset gegeben, welches auch „höret“ bedeutet. Also er höret die Schlange (das Wissen), von Mund zu Mund gesprochen. Es bestanden also bei uns ebenso die Mysterien, wie in allen Ländern,