

per in sich aufnimmt und sie so mit den Nahrungsmitteln dem Organismus zuführt. — Man nennt diese Körper darum unorganisch, weil sie in ihren einzelnen Bestandtheilen sich zerlegen oder zersetzen lassen und wieder in Gegenwart aller Bedingungen sich zu der früheren Verbindung vereinigen. So z. B. ist unsere doppelkohlensaure Soda, die wir zu Brausemischungen verwenden, durch die Gegenwart einer Säure leicht zersetzbar, weil letztere die Kohlensäure aus ihr gänzlich austreibt. Eben so schnell aber verbindet sich die Soda wieder mit Kohlensäure, wenn sie in eine kohlensaure Flüssigkeit gebracht und aufgelöst wird. Ja selbst auch ungelöst zieht sie aus der Luft Kohlensäure an sich, wenn sonst keine Hindernisse diese Verbindung stören.

Die unorganischen Stoffe tragen viel zur Ernährung und zum Aufbau unseres Körpers bei. Die Knochen, Nägel, Haare, Zähne u. s. w. helfen sie bilden, ja sind der größte Bestandtheil derselben. Es ist daraus ersichtlich, wie wichtig ihre Gegenwart in den Nahrungsmitteln ist, weil ansonst diese nothwendigen Körperbestandtheile sich nicht entwickeln könnten.

Täglich müssen nun durch neue Stoffe, die der Mensch zu sich nimmt, seine Ausgaben, seine Verluste, die in einem fort stattfinden, gedeckt und ersetzt werden. — Jede Thätigkeit, jede Bewegung, jeder Gedankenaustausch, ja selbst das stille Denken bewirken einen Verlust des Vorhandenen, sowohl im Körper als auch im Gehirn. Durch Haut und Lunge, durch Nieren und Darm werden abgenutzte und zur Ernährung unbrauchbare Stoffe ausgeschieden, so daß in einem Zeitraum von fünf Jahren der ganze Organismus, nämlich Muskel und Gewebe, Knochen und Haut, Haare und Nägel nicht mehr dieselben sind und durch neue Bestandtheile ersetzt werden. Indem nun die Existenz eines jeden Thieres, wie auch einer jeden Pflanze, enge mit der Außenwelt verknüpft ist und mit ihr in stetem