

# **Badische Landesbibliothek Karlsruhe**

**Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe**

## **Der Volksfreund. 1901-1932 1905**

216 (16.9.1905) Unterhaltungsblatt zum "Volksfreund", Nr.37

Wir sind so gemein.

Wir pfügen und säen! wir sind so gemein,
zu schaufeln, zu graben im Grunde,
bis Wiese und Acker, bis Flur und Hain
von Früchten frogt in der Hande.

Wir sind so gemein, o wir sind so gemein!
Doch spinnen wir Seide und Wolle,
daß glänzend das Lein um des Reiches Gebein
in wärmenden Falten sich rolle.

Wir steigen hinein — wir sind so gemein —
in der Höhlen finsternste Minen,
wir graben das herrlichste Edelgestein,
das je noch in Kronen geschienen;

Wir sind so gemein, o wir sind so gemein!
Doch wenn die Trompeten erklingen,
da stellen wir Armeen uns in die Reih'n,
das Schwert für die Reichen zu schwingen.

Wir sind so gemein, o wir sind so gemein!
Doch mauern und bauen unsere Hände;
den Reichen fügen Stein wir an Stein,
zu Kirch' und Palast' ohne Ende.

Wir sind so gemein, doch soll es so sein?
Soll's immer so bleiben auf Erden?
Dem Reichen den Bein, den Gang und den Schein;
Dem Armen nur Laß und Beschwerden?

Ueber die Alkoholfrage.

Von A. Jendrich.

(Nachdruck verboten.)

III.

Die Rolle, welche der Alkohol beim Stoffwechsel spielt, ist eine
zweifache, wie diejenige mancher anderer Karostika auch. Der Alkohol
ist ein vorzügliches Verbrennungsmaterial für den Körper, er ist die
Quelle der lebendigen Kraft.

Bunge ist als Gelehrter zu gebührend, um die Frage stritte zu
verneinen. Er sagt nur: Wir wissen es nicht. Was wir wissen, ist, daß
die Wirkung des Alkohols in Nahrungsercheidungen der verschiedensten
Art sich äußert.

In dieser zuerst eintretenden Lähmung, die zunächst nur eine Ver-
langsamung des Stoffwechsels ist, liegt das Angenehme der Alkohol-
wirkung. Beschleunigter Stoffwechsel bedeutet beschleunigte Ausfuhr der
Stoffwechselprodukte, der Verbrennungsschlacken des Körpers.

Tatsächlich sind diejenigen, welche ihre tägliche Arbeit nicht ver-
richten können, ohne ihre Nervenkräfte durch Alkohol oder Tabak heranzu-
zubringen, schwach und krank und im Begriffe, dem Weg zu physiologischen
Bankrotte zu betreten.

Mit jeder Fleischnahrung nehmen sie ja beständig jene gefährlichen
Gifte, die Harnsäure und die Xanthin Körper, zu sich, und diese sind, wie
wir eben gesehen haben, zuerst Reizmittel und dann Nervenmittel; sie haben
zuerst unübrigweise die Nervenkräfte heraus, und dann erzeugen sie
eine große Abnahme der Kräfte und Schwächung des Ernährungszu-
standes, indem sie die Zirkulation blockieren; und während dies vor sich
geht, müssen andere Reizmittel, wie Alkohol, Tabak oder Tee herange-
zogen werden, um die Reizenergie des Körpers weiter im Gange zu
erhalten.

Wenn man sich also überhaupt von ihnen frei machen will, muß
man sie alle zusammen aufgeben; denn wenn man das eine oder das
andere beibehält, kommt man unbedingt dahin, mehr und mehr zu
nehmen und allmählich auch andere hinzuzufügen, welche noch mächtiger
wirken.

Nun kommt aber die dunkle Seite der Sache.
Die Klärung des Blutes von der Harnsäure und die ständige Zurück-
drängung der Stoffwechselreste in die Muskelgewebe hat schließlich
einmal ein Ende. Es tritt eine solche Ueberladung des Körpers mit halb-
verbrannten Nahrungsmitteln, speziell Eiweißstoffen ein, daß schließlich
nur noch die allergrößten Mengen Alkohol genügen, um das Blut vor-
übergehend frei zu halten von den nach Ausscheidung verlangenden
Stoffen. Die Herzarbeit wird immer schwerer. Die Herzmuskeln, welche
das leimartige Blut nur noch schwer im Kreislauf zu halten vermögen,
erschaffen. Das Herz erweitert sich. Die Nerven, der ewigen, immer
stärkeren Stimulation müde, erlahmen. Das Gehirn wird durch die fort-
währenden Nahrungszustände immer träger und stumpfer und der Mensch
bricht zusammen.

Nachdem ist es klar, daß der Mensch nicht aus angeborener Schlech-
tigkeit und Willensschwäche zum Alkohol und ähnlichen Getränken greift,
sondern je nach seiner gesundheitlichen Verfassung früher oder später, in
größerem oder kleinerem Maße Alkohol und Nikotin, oder im Morgen-
land Opium und Haschisch, als Nothelfer heranzieht, weil sein Körper
mit Stoffen überladen ist, die der Organismus nicht auszuscheiden ver-
mag. Daß hier ein besonderes in unserer Zeit liegendes Degenerations-
symptom vorliegen soll, ist deswegen nicht anzunehmen, weil zu allen
Zeiten, der Geschichte die Menschen „Sorgenbrecher“ gehabt und bemüht
haben.

Wo also liegt der Ausweg?
Offenbar in nichts anderem als in der Verminderung und gänz-
lichen Entfernung derjenigen Stoffe im Körper, zu deren Ausscheidung

Mangel an Fliegen auszeichnete, die sich dagegen im September über-
wiegend einstellten. Als bald stieg auch wieder die Häufigkeit des Durch-
falls bei den Säuglingen, von denen nicht weniger als dreizehn in diesem
einen Monat daran zugrunde gingen. Es hält schwer, da noch an einem
zufälligen Zusammenhang zu glauben.

Dr. Kahl hat dem Sachverhalt später noch genauere Aufmerksam-
keit geschenkt und die Vermutung bestätigt gefunden, daß gerade in
Häusern, die besonders stark von Fliegen heimgesucht wurden, auch Er-
krankungen an Durchfall häufiger waren, als anderswo. Diese Erfah-
rungen enthalten eine hohe Moral. Sie zeigen nämlich, wie die Er-
füllung der Forderungen der Gesundheitspflege einen Lohn in sich trägt,
der die Verpflegungen und Erwartungen noch weit übertrifft. Die
Fliegen und andere Insekten leben von der Unreinlichkeit der Menschen
und werden zum mindesten in ihrer Vermehrungs- und Verbreitungs-
fähigkeit bedeutend eingeschränkt, wenn sorgfältig auf die Entfernung
jedes Ururats, aller Flüssigkeiten und sonstiger Ansammlungen von siedendem
oder fauligem Wasser Sorge getragen wird. Die Abnahme der Fliegen
ist, wie wir jetzt also wissen, nicht nur eine Annehmlichkeit für den
Menschen, sondern bedeutet eine erhebliche Verringerung der Krankheits-
gefahr.

Dieser Segen beschränkt sich nicht auf eine Verminderung der
Kindersterblichkeit, sondern erstreckt sich sicher auch auf die Erwachsenen,
denn es ist nicht einzusehen, warum die Fliegen ebenso wie die kleine
der erwähnten Krankheiten nicht auch andere, so namentlich die des
Typhus, auf den Menschen sollten übertragen können.

Erdbunde.

Der neue Vulkanismus in Italien. Durch die großartigen vul-
kanischen Ereignisse in Italien, namentlich durch den Ausbruch des
Stromboli und das kalabrische Erdbeben, erhaben einige briefliche Mit-
teilungen an die Londoner Nature ein besonderes Interesse. Die erste
rührt von Beobachtungen am Vesuv während der letzten Monate. Seit
April und Mai hatte der Vulkan eine gesteigerte Tätigkeit gezeigt, und
in dem damals etwa 80 Meter tiefen Krater begann sich ein kleiner
Regel zu bilden, der mit steigender Schnelligkeit wuchs und Mitte Mai
bereits 15 Meter über den Krater hinausragte. Ende Mai erfolgten
heftige Explosionen, die in allen Ortschaften auf der Bergseite ver-
nommen wurden und von dem Ausfluß vieler rotglühender und flüssiger
Massen begleitet wurden. Am 27. Mai hörten die Explosionen jedoch
plötzlich auf, und auf der Nordwestseite des großen Kegels entstand
eine kleine seitliche Öffnung, die dem Inhalt des Kraters einen Aus-
gang verschaffte. Wenige Stunden darauf bildete sich ein zweiter Auslaß
und dann ein dritter etwas tiefer und näher an der Station der Draht-
seilbahn.

Aus diesen Öffnungen floß einige Wochen lang Lava in zwei
Strömen nebeneinander den Berg herab, die von Neapel aus als zwei
Feuerlinien am Abhang des großen Kegels erschienen. Am 25. Juni
hörte der eine Lavaström auf, aber der andere blieb bestehen und zeigte
fogar noch eine dauernde Zunahme. Als die Lava den Fuß des großen
Kegels erreicht hatte, taute sie sich in der Höhlform zwischen dem Regel
und dem durch den Lavaström von 1895 gebildeten Hügel auf. Es
zweigte sich danach ein Strom gegen den Monte Somma ab, während
ein zweiter, der wegen größerer Flüssigkeit der Lava einen schnelleren
Lauf nahm, erst in kurzem Abstand von der elektrischen Bahn zwischen
dem Observatorium und der untern Drahtseilbahnstation Halt machte.
Außerdem war an einem Ausgang unter vielen Explosionen ein kleiner
Schladentegel entstanden. An den Stellen, wo die Lava ausfloß, ent-
wickelte sich viel Dampf, während aus dem Krater selbst ein schwarzer
Rauch empordrang.

Die größere Häufigkeit von Lavaströmen aus seitlichen Öffnungen
schreibt Professor Mercalli dem Umstand zu, daß der Vesuv an Höhe zu-
genommen hat. Die flüssige Lavafähle nämlich läßt, wenn sie innerhalb
des Kraters bis zu gewisser Höhe aufsteigen gezwungen ist, einen
stärkeren Druck auf die Seiten des Kegels aus, die außerdem eine geringere
Festigkeit besitzen. Früher, als der Berg niedriger war, z. B. zwischen
1840 und 1850, gingen die Lavaströme gewöhnlich vom Gipfel aus.
Außer diesem Bericht ist noch eine kleine Mitteilung von Prof. Silliker
beachtenswert, der den Vesuv im August besucht hat. Als besonders auf-
fällig bezeichnet er die Erichter, die sich Schornsteinen gleich an verschie-
denen Stellen der abgeflachten Oberfläche der Lavaströme gebildet hatten.
Der Gipfelkrater warf viele glühende Bomben aus zäher Gesteinsmasse
aus, hauptsächlich in der Richtung nach Pompeji, deren Gerabrollen auf
den Menschenmassen zeitweise ein prachtvolles Schauspiel darbot. Außerdem
wird noch erwähnt, daß die Explosionen des Stromboli am 21. August
in Zwischenräumen von etwa 3 1/2 Minuten hörbar waren.

Naturwissenschaft.

Warum werfen die Laubbäume ihre Blätter ab? Es wider-
spricht zwar den modernen Anschauungen, bei jeder Naturerscheinung
nach dem Zweck zu fragen, jedoch sind Grund und Zweck oft so schwer
voneinander zu unterscheiden, daß es ziemlich auf eins herauskommt, ob
man nach dem einen oder nach dem andern anschaut. Jedenfalls ist es
bei vielen Vorgängen in der Natur durchaus klar, daß für das betreffende
Wesen ein Vorteil damit verbunden ist, und auch die Art dieses Nutzens
läßt sich unschwer einsehen. Der treffliche Botaniker Wiesner hat jetzt in
den Berichten der Deutschen Botanischen Gesellschaft eine Untersuchung
veröffentlicht, die auch hinsichtlich von der Zweckmäßigkeit einer Natur-
erscheinung spricht und zwar von dem Fall des Laubes im Herbst.
Eine glänzende Folge dieses Vorgangs ist jedem bekannt und außer-
ordentlich naheliegend. Die Bäume düngen sich gewissermaßen mit den
abgeworfenen Blättern den Boden ihres Standortes selbst, indem sie
ihm damit die Mineralstoffe zurückgeben, die sie ihm entzogen haben.
Durch die selbige Mitarbeit von Pilzen, Bakterien, Insekten und Reizen

infirmen wird dann aus den Blättern der eigentliche Humus, die Frucht-
erde, die von der Pflanze durch die Wurzeln mit besonderem Vorteil
wieder aufgenommen wird.

Es erscheint als ein außerordentlich weiser Zusammenhang, daß
auch die Blätter vor ihrem Niederfallen bereits Kleinstwesen aus der Luft
in sich aufspeichern, die dann später in den am Boden liegenden Blättern
deren Zersetzung zu Humus betreiben. Die ganze Masse der Laubblätter,
deren Oberfläche je nach der Art des Baumes auf das zweihundert- bis
eintausendfache der Grundfläche der Baumkrone zu schätzen ist, wirkt auf
die Luft gleichsam wie ein Filter, der die Bakterien zurückhält. Diese
Umstände geben aber nach dem Urteil von Wiesner nicht die wichtigste
Bestimmung des Laubfalls wieder, dessen augenfälliger Zweck vielmehr
darin zu suchen ist, daß die jungen Blattknospen Licht brauchen, um zur
Entwicklung von neuem Laub befähigt zu sein. Durch die Krone einer
in vollem Blattschmuck stehenden Buche dringt nur etwa der sechzigste
Teil der gesamten Lichtmenge an einem hellen Tage, während die ent-
laubten Zweige ein volles Drittel des Lichts hindurchlassen.

Daraus geht ganz klar hervor, wie Laubfall und Lauberneuerung
in enger Abhängigkeit voneinander stehen. Ferner sieht man daraus,
daß es für den Baum von Wert ist, seine Blätter möglichst gleichzeitig
und schnell zu verlieren. Jedes Blatt hat seine ganz bestimmte Lebens-
dauer, nach deren Ablauf es abwelken muß, und diese Lebensdauer der
Blätter muß sich den Bedürfnissen der Blättererneuerung anpassen. Die
einzelnen Baumarten aber verhalten sich dabei verschieden. Manche
Stränder halten ihr Laub mit großer Zähigkeit fest. Das trifft auch auf
manche Bäume zu, z. B. ist es auffallend, daß sich die sogenannten
Kobolde (Robinie) schon im Herbst zu entledigen und ihn wenigstens möglichst lange
festhält. Bei manchen Gewächsen ist es auch deutlich zu erkennen, daß
sie es aus dem Grunde mit dem Abwerfen der Blätter nicht eilig
haben, weil sie nach ihrer Form und Stellung der Pflanze wenig Licht
fortnehmen.

So ist auch der Laubfall im Herbst, der so vielen als ein trauriges
Symbol der Vergänglichkeit gilt, eigentlich nur die erste Kunde von
jungem Leben und neuem Frühling.

Ethnologisches.

Die amerikanischen Neger. In den letzten Jahren hat man öfter
gehört, die Neger seien in Amerika im Aussterben oder doch wenigstens
in starker Verminderung begriffen. Diese Angaben klingen auch gar nicht
unwahrscheinlich, weil die Verpflanzung aus einem Erdteil in den andern,
die Härte einer Sklaverei von 250 Jahren, die hilflose Lage nach der
Verbreitung und die Unfähigkeit, sich der europäischen Zivilisation anzupassen,
nicht anders als verberlich auf die Masse haben wirken können. Es ist
auch zweifellos, daß gewisse Krankheiten unter den Negern sehr häufiger
sind als unter ihren weißen Landsleuten in Nordamerika. Immerhin
muß man sich vergegenwärtigen, daß die Neger noch heute ein Siebentel
der gesamten Bevölkerung der Vereinigten Staaten ausmachen. Die
letzte Volkszählung hat gezeigt, daß die Neger ihre größte Bevölkerungs-
dichte in den Teilen der Vereinigten Staaten erreichen, die aus dem
Grunde auch gewöhnlich als „Schwarze Zone“ bezeichnet werden.

Das städtische Leben sagt dem Neger am wenigsten zu und hat
geradezu schädliche Einflüsse auf seine Entwicklung und auf seinen Ge-
sundheitszustand, wie die Unterjüdungen des obersten Sanitätsbeamten
in der Bundeshauptstadt Washington lehren. Der moralische Zustand
des Negers ist in den nördlichen Staaten schlechter als in den südlichen,
und diese Tatsache ist leicht begreiflich. In den Städten des Nordens
herrscht ein großes Massenverbrechen, das den Neger von fast allen freien
Gewerben ausschließt, so daß es ihm äußerst schwer gemacht wird, seinen
Unterhalt durch ehrliche Arbeit zu gewinnen. In 56 Großstädten der
Vereinigten Staaten überragt die Sterblichkeit unter der Negerbevölkerung
die Zahl der Geburten. Nur in den Baumwollgebieten der Südstaaten,
wo der Neger sich oft zum Besten aufgeschwungen hat, lebt er unter
normalen Verhältnissen. Außerhalb der Städte sind 85 v. H. aller Neger
in landwirtschaftlichen Betrieben tätig.

Splitter.

Verwegener Dienst belohnt sich auch verwegener.

Wirz nicht für eitlen Glanz und Blitterschein
Die echte Perle deines Wertes hin.

Humoristisches.

Lakonisch. „Was halten Sie von der Ehe?“
„Mich fern.“
Keine Antwort. „Was, das sollen deine Ahnen sein, Silberstein,
ja, haben denn die so ausgesehen?“
„Ausgesehen, ausgesehen! ... Hab' ich je getannt?“
In guter Gut. „Diese lauten Schmarzhüte während des ganzen
vorigen Altes waren ja entsetzlich fündend, Schliefer. Warum ist denn
der betreffende rildsichtslose Patron nicht angeweckt oder aus dem Theater
entfernt worden?“
„Ja, wissen S', dds war net möglic', 's is halt der „überwachende“
Polizeibeamte selber g'wesen!“

(Weggendorfer Blätter.)

In der Kinderstube. Mutter (in das Kinderzimmer tretend):
„Aber Kinder, was macht ihr mit Papa seinem Haarwuchsmittel?“
Fritz: „Ach, Mama, dein Wuff ist schon so schlecht und da wollen wir
mal sehen, ob die Haare wieder wachsen!“

Verlagsdruckerei und Verlag des „Volksfreund“, Ged u. Cie., Karlsruhe i. L.

Harnsäure wird meistens rein in den Körper eingeführt, in der Hauptsache durch das Fleisch, Eier, die Hülsenfrüchte, sowie den Tee und den Kaffee. Alle diese Nahrungs- und Genußmittel enthalten Harnsäure in reiner Form von 1-2 1/2 Prozent.

Harnsäure bildet sich aber auch im Körper selbst als ein unvollkommenes Verbrennungsprodukt der Eiweißstoffe. Eiweiß verbrennt unter normalen Verhältnissen, d. h. wenn es nicht in zu starken Mengen aufgenommen und bei genügend Sauerstoffzufuhr und Bewegung im gesunden Körper zu Harnstoff, einem nicht nur unschädlichen, sondern sogar sehr nützlichen Stoffwechselprodukt, wird. Ohne die genannten Bedingungen aber verbrennt Eiweiß nur zu Harnsäure, der sogenannten chemisch niederen Basis, die äußerst giftig wirkt.

Aber also dem Stoffgehalt wirksam entgegenarbeiten will, wer sich und seine Mitmenschen zu einem gesünderen, für die Person und die Allgemeinheit erfolgreicherem Leben bringen will, der muß zuerst die Ursachen des Stoffwechsels bekämpfen und das ist — so felsenfest hängen mag in der Zeit, wo die Fleischnot eine der brennendsten politischen Fragen geworden ist — in erster Linie das Fleisch und dann die Hülsenfrüchte. Daß beide Nahrungsmittel die Hauptursache von Rheumatismus und Gicht sind, wissen heute alle Ärzte. „Harnsäureüberschuß“ heißt die übliche Diagnose des Chemikers bei der Urinuntersuchung. Daß auch Migräne, Epilepsie und Geisteskrankheiten stets den gleichen Harnsäureüberschuß in den Ausscheidungen als Begleiterscheinung und als Ursache haben, hat Dr. Hayn nachgewiesen. Trinkerheilanstalten, in welchen die Kranken harnsäurefrei ernährt werden, haben drei- und vierfach so viel Geheilte als Trinkerheilanstalten mit Fleischkost. Ein Sohn unseres Parteiengenossen Blumhardt in Württemberg, ein Arzt, hat eine Epileptikeranstalt mit harnsäurefreier Diät. Seine Erfolge sollen vorzüglich sein. Die Leistungen der Athleten, Dauertänzer und Sportsleute, welche nicht nur alkoholfrei, sondern vor allem harnsäurefrei leben, sind allenthalben hervorragende. Es ist unmöglich, hier Zahlen zu geben. Interessanten kann ich nur auf das obengenannte Buch Hayns und dann auf ein Buch Dr. Moellers: „Körperliche und geistige Wiedergeburt“ (Berlin bei Otto Salle, 2 Mk.) hinweisen.

Die Erfahrung von Tausenden von Menschen, ja von Millionen (z. B. diejenigen Bewohner Indiens, welche kein Fleisch essen, aber a u s t e i n e H ü l s e n f r ü c h t e , einer in manchen Teilen Indiens sehr gebräuchlichen Nahrung), welche harnsäurefrei leben, beweist, daß bei der Freiheit des Körpers von Harnsäure und ähnlichen Nahrungsgiften das Vieh, wie nach Alkohol und Tabak nach und nach ganz anhört und schließlich ganz erlischt und daß dann allerdings es l a n g s a m wahr wird, was Bunge fälschlicherweise von der reinen Alkoholenthaltung verspricht, nämlich, daß der Mensch dann „nichts erbt und nur gewinnt an Lebensfreuden“.

Ueber das obige „langsam“ und über das „warum“ in einem weiteren Artikel.

### Vom Apothekerwesen und -Anwesen im Mittelalter.

Einer der ersten Bekämpfer des Apothekerwesens im Mittelalter war der große Arzt Theophrastus Paracelsus, der von 1528—1529 Professor in Basel war, dabei aber auch als Stadtrat die Praxis betrieb. Er stellte beim Magistrat den nachdrücklichsten Antrag, die Apotheken einer Untersuchung zu unterwerfen, zumal er entdeckte, daß die Ärzte aus niederen Egoismus mit den Apothekern unter einer Dede steckten, denn wie er schreibt: „es sich viel ergibt, daß Doctor und Apotheker part und gedung spielen und ungebührlichen Preis fordern“. Der Magistrat folgte dem Rat und ließ die Apotheken, wie auch die Rezepte der Ärzte einer genaueren Prüfung unterwerfen und sodann eine Medizinaltare nach der Frankfurter (a. W.) und der durch den Stadtrat Jose 1462 ausgearbeiteten Apothekertare feststellen. Paracelsus hatte sich mit seiner Reform jedoch das Leben in Basel vergått, denn seine Amtscollegen und die Apotheker setzten ihm dernaeh in, daß er entwich.

Unter den damaligen medizinischen Heilmitteln spielten Lazativa, Opata, Theriak, Nitridat, Aquavit und Latwerge die größte Rolle. Wir verstehen darunter Purgiermittel, Opiumpillen, Pillen wider die Pestilenz, desgleichen gegen Vergiftung, den vielgerühmten Theriak, ein Gemisch von allen möglichen Stoffen, die wir, sowie deren Zusammensetzung nicht mehr kennen, sodann wunderlicherweise auch Branntwein, damals unter dem Namen „gebranntes Wasser“ bekannt, das jedoch mit aromatischen Zutaten versetzt war. Namentlich waren es Theriak und das gebrannte Lebenswasser, die als Universalmittel für alle möglichen Gebreden und Schäden angesehen wurden. So lesen wir es in Doktor Michael Schridts Buch „Vom gebranntem Wasser“, Augsburg 1584: „Der gebrannt Wein ist gut für's raiben in den gliedern, die damit zu bestrichen. Wenn heuser sel, bestreiche sich um den Hals und trinke ein teil drey Morgen nüchtern, undt mer alle Morgen trinkt ein halben Böffel voll, ist es gut gegen Husten, Kopfschmerz, gegen den Wurm, so auch gegen Schleimung des Magens undt Verstopfung der Aderen undt am jünhl“ usw. Ein echtes Aquavit zu bereiten, wurde aber von den Destillatoren sehr geheim gehalten, weil — wie der Herr Dptor sehr naiv bemerkt — „so viele danach lischen“.

Zeit jenen „göttlichen“ Zeiten, da der Branntwein oder der Schnaps nach als Medizin galt und nur in der Weise gebraucht wurde, ist das Getränk durch die menschliche Leidenschaft und die Entsehung der Branntweinkunst, wenn immer mehr zum „Kalliativmittel“ wider die Sorgen des Lebens“ worden, hat aber trotzdem noch seinem geholfen. Jedenfalls ist die „Entwicklung“ keine der Großtaten unserer Kultur.

Die strengste war auf dem Felde der Arznei- und Apotheker-

weist ein erheblicher Fortschritt angebahnt worden, indem dorten mit- verchlagene deutsche, französische und italienische Ärzte im Vorgehen manche Krankheiten, sowie bedeutende Arzneimittel kennen lernten, die man damals im Abendlande nicht kannte. Viele Arzneistoffe wurden seitdem aus dem Orient bezogen, welche, durch Benediger Kaufleute importiert, in der Medizin eine schnelle Verbreitung fanden. Ein zweiter bedeutender Umschlag zum Besseren trat in der Heilmittellunde nach der Entdeckung Amerikas ein, da die neue Welt wiederum neue Heilmittel herbeiführte, zunächst ein sehr wichtiges, nämlich die Fieber- oder Chinarinde, ferner Quackia, Cassiafras u. a. m.

Alein, es ist ein trostloses Kapitel, auf diesem Kulturfelde die Spuren noch weiter zu verfolgen, es kam ein langer Zeitraum, während dessen in keiner anderen Berufswissenschaft und Kunst eine derartige Vertiefung und Untertunntnis, ein solch gewissenloses Schwindeltum vorherrschte wie in der Heilkunst und medizinischen Behandlung. Das siebzehnte Jahrhundert bildet in der Doktor- und Apothekerkunst die Zeit der wuchernden Unkrauter, die Zeit der größten Entartung, in der das Volk durch die langen Kriege in Aboheit und Stumpfheit versank und Charlatanerie und Quackalberei jede ärztliche und medizinische Wissenschaft fast zu Tode drückten.

Erst das neunzehnte Jahrhundert führte auch auf diesem Gebiete die Wandlung zum Besseren herbei. Allein, wenn wir auch die mittelalterliche sog. „Dreipapothek“ nicht mehr haben, so lassen doch neuere Entdeckungen, wie z. B. Jinsens Lichtstehverfahren und elektrische Heilmethode, vermuten, daß unsere Nachkommen über unsere Arzneikunst mit ihren Tausenden von Mitteln, über deren Wirkung Ärzte und Kranke oft gleich unklar sind, ebenso mitleidig lachen werden, wie wir über die Quackalbereien des Mittelalters.

### Armenier und Tataren.

Man schreibt der Frankfurter Zeitung: Angefichts der bedeutenden Nachrichten über den Bürgerkrieg, der zwischen den Völkern des Kaukasus wüthet, dürfte die Charakteristik zweier der wichtigsten unter denselben durch einen deutschen Forscher, Alex. Beshobit, von Interesse sein. Vorausgeschickt möge werden, daß Beshobit seinerzeit als Professor an der Universität Dorpat gewirkt hat und einer der besten deutschen Kenner des Kaukasus nach seiner volkswirtschaftlichen und ethnographischen Seite ist.

Er schreibt: „Der Armenier steht physisch dem georgischen Volksstamme in seiner schönsten Entwicklung, also dem Kurier, Mingreliner und Jmeretier, nur wenig nach, obgleich seine Schönheit anderer Art ist. Was aber die physische Begabung anlangt, so wird er von keinem der kaukasischen Völker übertroffen. Von sanftem und gutmüthigem Charakter, besitzt er bei aller Unwissenheit doch ein höheres Maß von Intelligenz und eine größere Verstandesschärfe, als seine griechischen und tatarischen Nachbarn, er ist fleißiger und reghamer, als der Grusiner, und hängt trotz großer Sägsamkeit und Geschmeidigkeit des Charakters, dennoch mit größter Fähigkeit an den Sitten und Gebräuchen seiner Vorfahren. Ebenso zeichnet er sich durch seine Gastsfreundschaft, sowie durch ein sehr entwickeltes patriarchalisches Familienleben aus. Bei dem gebildeten und wohlhabenderen Armenier dokumentiert sich das höhere Maß von Intelligenz besonders in seinem Triebe nach Kenntnissen; wie denn auch die Leichtgläubigkeit hervorgehoben werden muß, mit welcher er fremde Sprachen erlernt. Weniger kriegerisch, als der Grusiner, ist er doch ein guter Soldat, und unter den Namen renommierter Generale der kaukasischen Armee glänzt mehr als ein Armenier. So weit mein Urteil über den Armenier im allgemeinen; man sieht, es ist durchaus günstig.“

Es darf aber auch die Schattenseite des soeben entworfenen Bildes nicht unbetachtet bleiben. Man hat nämlich zu unterzählen den armenischen Städtebewohner und den armenischen Bauer. Während bei dem armenischen Bauern die guten Eigenschaften des armenischen Charakters sich ziemlich rein erhalten haben, ist das bei dem armenischen Städtebewohner weniger der Fall gewesen. Ihm, dem Städtebewohner, ist leider so manche rühmensewerte Seite des armenischen Charakters abhanden gekommen. Die größere Verstandesschärfe macht ihn kalt und berechnend; die armenische Biegsamkeit und Schmiegsamkeit schlägt in kriechendes Wesen, in Unzuverlässigkeit und Falschheit um; der Fleiß und die Regsamkeit lockt ihn zum Erwerb, wobei es so leicht ist, die Grenzen erlaubten Gewinnes zu überschreiten. Daher erklärt sich der schlechte Ruf, in welchen die Armenier der Städte gekommen sind. Was den transkaukasischen Tataren anbetrifft, so überwiegen bei ihm in der Allgemeinheit die guten Seiten die weniger guten in einer solchen Weise, wie das bei keinem anderen kaukasischen Volke der Fall ist. Körperlich ist er ein sehr wohlgebildeter Mensch, in dessen ganzem Auftreten sich ein gewisser edler Stolz und eine Achtung einflößende Zurückhaltung ausspricht, im Gegensatz zu der armenischen Gleichmüthigkeit. Einfach und außerordentlich mäßig in seiner Lebensweise, läßt er nichtsdestoweniger eine fast unbegrenzte und dabei höchst zarte Gastsfreundschaft. Er ist ein vortrefflicher Reiter, und in der Handhabung seiner Waffen sucht er seinesgleichen. Schulunterricht ist sehr verbreitet, es können infolge davon die meisten lesen, sehr viele schreiben; ja die Vornehmern des Volkes erhalten sogar eine Art wissenschaftliche Bildung, die auf das tiefere Verständnis des Korans, sowie auf das gründliche Erlernen noch anderer Sprachen hinausgeht. Außer von den Wollahs wird daher noch von vielen anderen neben der Muttersprache (dem Türkischen, hier im Kaukasus „das Tatarische“ genannt) auch noch arabisch und persisch verstanden und gesprochen. Als Kaufmann ist der Tatar zuverlässig; als Webauer des Landes, sei es als Ackerbauer oder als Gärtner, ist er sorgsam und fleißig; als Viehhändler und Hüter aufmerksam und unermüdblich. Im allgemeinen dürfte Beshobits Charakteristik guttrefend sein.

Schreiber dieser Zeilen, welcher längere Zeit in Transkaukasien zu-

gebracht hat, hat keine Schwierigkeiten gehabt, sei es mit Armeniern, sei es mit Tataren, in Frieden auszukommen. Wenn das Verhältnis dieser Nationalitäten zu einander heute ein schlechtes ist, so ist nur die internationale Berührung durch diejenigen schuld daran, deren Pflicht es wäre, für den Frieden zu wirken. —

Im Anschlusse an die Mitteilungen der Herr. Jg. schreibt man uns noch: Der Verfasser dieser Zeilen, ein ehemaliger russischer Professor, drückt sich, was die Grundursachen der jetzt im Kaukasus (der Berle in der russischen Krone) herrschenden Zustände anbetrifft, sehr sarkastisch und vortheilhaft aus. Es ist in Russland ein offenes Geheimnis, daß die zarische Regierung daran die alleinige Schuld trifft. Sie verfährt nach einem altbewährten Rezepte, sie hebt den zurückgebliebenen Teil des Volkes auf den vorwärtsdringenden und hier, nach dem Muster von Sibirien, eine Nationalität auf die andere. Aber es wird hier wie dort auf die Dauer nicht verfangen. Die jetzigen Feinde werden sich in richtiger Erkenntnis der Sachlage die Hände reichen und gegen den gemeinsamen Feind kämpfen. Nur der Sturz des um seine Existenz kämpfenden Zarismus kann den Frieden unter die nach Sprachen und Sitten verschiedenen Völker bringen.

### Das Tiefatmen.

Alle bei der Arbeit ruhigstehenden oder -stehenden Menschen atmen in der Regel ruhig, schon deshalb, weil durch die ruhige Körperhaltung gar kein Anreiz zum Tiefatmen gegeben wird. Lebhafte hantierende und Kräfte ausübende Menschen dagegen werden eher zum tiefen Atemholen veranlaßt. Das Kurzatmen hat aber mancherlei Nachteile im Gefolge. Wie wir wissen, ist die Lunge mit einem Schwamm zu vergleichen. Wird nun kurz geatmet, so fällt sich die Lunge nicht vollständig mit Luft; zu den äußersten Enden gelangt sie schwach oder gar nicht. Die Folge ist, daß die dort lagernden Zellen zusammenleben, eintrocknen und ihre Kraft und Widerstandsfähigkeit verlieren und dadurch große Neigung zu Entzündungen erhalten, die dann als sogen. Lungenpneumonie zum Ausbruch kommt.

Deshalb ist es ratsam, gerade wie man in den Pausen den Körper durch Aufnahme von Nahrung kräftigt, daß man gelegentlich des Tages über durch etliche tiefe Atemzüge diesen zu erfrischen sucht; natürlich in reiner Luft.

Mit dem gelegentlichen Tiefatmen allein aber ist noch nicht viel getan. Bei seinem Gesundheitszustand erhalten, kräftigen will, der sollte nicht unterlassen, das „Atemholen“ regelmäßig zu üben. Es ist dies eine Selbstkur, die mit leichter Mühe jeder an sich selbst vornehmen kann und die gegen mancherlei Beschwerden hilft und insonde ist, das Allgemeinbefinden wesentlich zu erheben.

Von Kant (geboren 22. April 1724, gest. 12. Februar 1804), den erst kürzlich bei der Wiederkehr seines Todestages vielgenannten Philosophen, wissen wir, daß dieser kleine, magere, gebrechliche Mann mit dem eingebogenen Brustkasten und dem gekrümmten Rücken sich durch eigene Kraft bis ins achtzigste Lebensjahr wohl auf und geistesfröhlich erhalten hat. In seiner kleinen Schrift: Ueber die Kunst, durch den eigenen Willen der krankhaften Fehlsicht zu werden, veröffentlicht er seine angewandte Methode, die darin besteht: krankhafte Anwandlungen ignorieren und durch Atemhaltung zu beseitigen suchen. Diese Methode war schon den Alten bekannt, und Kant hat sie möglichst genau aus den Schriften des Altertums geschöpft. In dem Gaimahl des Plato (geb. 429 v. Chr., gest. 384) beispielsweise wird der Lustspieldichter Aristophanes, als er sich anschickte, eine Fische zu halten, von heftigem Schladen befallen; der anwesende Arzt Erymachus riet ihm, einige tiefe Atemzüge zu machen, worauf der Schladen sofort verschwand.

Auf die heilsame Wirkung, welche das Tiefatmen und das Atemhalten im besonderen und allgemeinen mit sich bringt, ist der Schreiber dieses von keinem Geringeren als dem liberal bekannten Parteiführer A. V e b e l aufmerksam gemacht worden. Ich traf denselben einmal vor Jahren, zu einer Zeit, als derselbe noch für sein in Leipzig befindliches Geschäft (Dampfdrehscherei) auf Reisen ging, in Stuttgart. Im Gespräch sagte er mir, daß er bei einem Kunden, den er soeben besucht habe, nicht mithin konnte, den ihm vorgelegten Wein zu trinken. Da ihm aber der Wein nicht bekommen wollte, so lud er durch Tiefatmen die Kohlensäure wieder herauszuschaffen; wie er denn überhaupt das Tiefatmen übe. Ich merkte mir das. Und auch jeder Arbeiter sollte es sich zur Notiz nehmen und das Atemhalten regelmäßig pflegen. Hat man einmal den Anfang damit gemacht und eine Zeitlang wiederholt, so gewöhnt man sich daran, daß man es bei jeder passenden Gelegenheit zur Ausführung bringt. Wie in allen Dingen, so ist auch hier mäßig zu beginnen.

Der Anfänger begnüge sich, 5—10 Sekunden den Atem zu halten und allmählich eine Steigerung vorzunehmen. Beginnt man damit, so tue man es nicht etwa so, daß man aus einem erwärmten Lokal in die kalte Luft hinausstritt und durch Mund und Nase gleichzeitig einen Schwapp kalte Luft einströmen läßt, dadurch würde man sich den allerhöchsten Katarrh zuziehen. Man schließt vielmehr den Mund fest und macht durch die Nase einige kurze, und wenn die Lunge etwas abgekühlt ist, macht man tiefe Atemzüge. Bei gleicher Temperatur der äußeren Luft macht man keine Atemzüge. Zweckentsprechend ist es, wenn man bei geeigneter Witterung, bevor man in das Geschäft geht, ebenso abends nach vollendeter Arbeit, einen kleinen Spaziergang ins Freie unternimmt und dort mit vollen Zügen atmet. Wenn die Luft in der Stadt nicht gar zu schlecht ist, kann es auch da geschehen. Nach Regen, Gewitter und Schnee ist sie auch hier rein, weil sie danach gewissermaßen als gewaschen zu betrachten ist; denn der Regen und Schnee drückt alles Unreine zu Boden.

Bei oberflächlichem Atemziehen (wie Kant sich ausdrückt) gelangen nur 20—25, bei Voll- und Tiefatmen dagegen 90—250 Kubitzoll Luft zur Lunge, und den Vorgang des Atemholens kann man sich ähnlich vorstellen, wie den in einer Wohnung, in der beifalls Reinigung einmal Türen und Fenster geöffnet werden. Und wie in einer dumpfen Stubenluft das Feuer im Ofen läßt und lebhaft angezündet wird, wenn man durch das geöffnete Fenster frische, mit Sauerstoff gesättigte Luft einströmen läßt, so auch wirkt starke, reine Luftzufuhr auf den menschlichen Körper: alle Funktionen erhalten neue, lebendigen Antrieb. Die Sache ist sehr einfach und erklärlich. Dadurch, daß die zwei mit Luft gefüllten Lungenflügel wie Saugpumpen auf die zwischen ihnen zu und abfließenden Blutbahnen arbeitende Herzstätigkeit wirken, schaffen sie da, wo Strömungen der Säfte erfolgen, gleichmäßige Verteilung in allen Geweben des menschlichen Körpers. Das Atmen der Luft bewirkt die Fortschaffung der abgebrauchten Stoffe und schafft Platz für die zur Ernährung notwendigen, neu zugeführten Stoffe. Mit Recht nannte auch schon der Altvater Hippokratris (geb. 460 v. Chr., gest. 377) die atmosphärische Luft „Lebensspeise“. Wie nachteilig die schlechte Luft einzuwirken vermag, hat wohl jeder von uns Gelegentheit, jeden Tag an sich selbst wahrzunehmen, wenn gegen Fieberabend zu, infolge der Linderung des Blutes mit Kohlensäure, eine allgemeine Erschlaffung sich bemerkbar macht und die erst schwindet, wenn man an die frische Luft kommt. Für alle jene, die in geschlossenen Räumen arbeiten, ist es deshalb eine große Notwendigkeit, um sich das körperliche und geistige Wohlbefinden zu erhalten und zu erhöhen, nach getaner Arbeit, sofern es die Witterung und die Jahreszeit gestattet, möglichst oft und recht lange im Freien sich aufzuhalten und dem Tiefatmen und der Atemhaltung obzuliegen. Wie das die beengte Brust erleichtert, wird jeder an sich selbst empfinden.

### Hus allen Gebieten.

Theater, Kunst und Wissenschaft.

Franz Adam Deyerlein hat ein Bauerndrama Der Großknecht vollendet, das im Laufe des Winters in Berlin zur Aufführung gelangen dürfte.

Marie Ebner v. Eschenbach feierte am Donnerstag ihren fünf- undsiebzigsten Geburtstag. Eine böhmische Grafentochter aus dem Geschlecht der Dubsky, die Frau eines österreichischen Generals, ist sie aus dem geistig sterblichen Milieu heraus- und zum feinsten Dichter Österreichs herangewachsen. Die Jahre, die rasch verblühenden Talente schnell allen Eintagszauber rauben, haben diese Frau nur immer gütiger, verständnisreicher, innerlich weiter gemacht. Welch ein Abstand — so bemerkenswert die Wiener Arbeiterzeitung — von ihrem ersten dichterischen Werk — es war eine pathetische Maria Stuart — bis zu ihren Meisterwerken: Glaubenslos, Unflüchtig, Das Gemeindefind, Lotli, die Unermachterin! Es gibt für diese prächtige späte Entwicklung der Ebner-Eschenbach nur ein Gegenstück, das stelte Theodor Fontane dar, mit dem die Dichterin überhaupt mehr innere Ähnlichkeit hat, als auf den ersten Blick deutlich wird. Wie er, ist sie eine ursprünglich aristokratische Natur, die unwillkürlich von Tag zu Tag sozialer wurde. „In früheren Zeiten“, sagt der Lehrer Gebrecht zu dem armen Rabel in ihrem Gemeindefind, „konnte einer ruhig vor seinem Teller sitzen und sich schmecken lassen, ohne sich darum zu kümmern, daß der Teller seines Nachbarn leer war. Das geht jetzt nicht mehr, außer bei den geistig Blinden. Allen übrigen wird der leere Teller des Nachbarn den Appetit verderben. . . Den Braven aus Rechtsgefühl, den Feigen aus Angst.“ Das jüngste Werk, das die Ebner-Eschenbach veröffentlicht hat, ist ihre Selbstbiographie, vorläufig nur die Geschichte ihrer Kindheit. Willentlich wird die Volkung dieser Lebensgeschichte ein Bild, sei es auch ein mild abgedämpftes, des österreichischen Adels von heute geben, dessen einige Blüte diese Dichterin darstellt, die ihrem Willen längst entworfen ist.

### Medizinisches.

Fliegen als Krankheitsvermittler. Angefichts der Cholerafälle auf deutschem Boden wird man an die in Indien beobachtete Tatsache erinnert, daß die Fliegen zuweilen für die Uebertragung dieser Seuche verantwortlich gemacht werden müssen, indem sie den Cholerabakterien mit sich herumschleppen und auf Speisen ablegen. Die Rolle der Fliegen in der Verbreitung von ansteckenden Krankheiten ist wahrscheinlich überhaupt eine recht bedeutende, wie jetzt wieder einmal Dr. Raib in einer Zuschrift an den Lancet ausführt. Dieser Arzt bezieht sich insbesonere auf den im Sommer häufig epidemisch auftretenden Durchfall, also auf diejenige Krankheit, die vielfach als Cholera bezeichnet wird. Früher hat man ausschließlich die gesteigerte Temperatur und die dadurch bedingten Wechsel zwischen Erhitzung und Abkühlung des Körpers verantwortlich gemacht.

Dr. Ballard machte zunächst die merkwürdige Entdeckung, daß die sommerliche Erhitzung der Sterblichkeit an Durchfall erst dann einsetzt, wenn die mittlere Erdtemperatur in einer Tiefe von 4 Fuß unter der Oberfläche eine Steigerung bis auf 14 Grad erfahren hat. Er schloß daraus, daß dadurch das Wachstum der ansteckenden Keime der Krankheit besonders begünstigt werden müßte, jedoch blieb er im Unklaren über die Mittel, die die Uebertragung auf Nahrungsmittel und namentlich in die Milch zu bewirken vermöchten. Es ist zum mindesten sehr wahrscheinlich, daß die Fliegen als die gefährlichsten Zwischenträger in dieser Hinsicht zu betrachten sind. Dafür wird ein aus letzter Zeit berichtetes Beispiel geradezu beweisen.

Im Südbden von London wurden während der Monate Juli und August 1901 23 Todesfälle an Durchfall unter den Kindern gezählt, während in derselben Zeit des folgenden Jahres nicht ein einziger vorkam, obgleich die Temperaturverhältnisse die gleichen waren. Es fiel schon damals auf, daß der Hochsommer 1902 sich durch den fast völligen