

**Zeitschrift:** Allgemeine schweizerische Militärzeitung = Journal militaire suisse =  
Gazetta militare svizzera

**Band:** 22=42 (1876)

**Heft:** 28

## Buchbesprechung

### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. 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. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### 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. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### 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. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 28.01.2026

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

plötzliche Auftreten Acht zu haben. War dieser Fall eingetreten, so hielt die Colonne an, jeder Mann sah sich die Entfernung an, schätzte sie, worauf sie von mir notirt wurde. Durch einige Leute wurde die Entfernung abgeschritten und das Resultat bekannt gemacht und verglichen.

4. In der Zeit, wo es aing, theilweise die Felder zu betreten, wurden vor Aufbruch aus der Kaserne einige Unteroffiziere und qualifizirtere Ge-meine vorausgeschickt mit dem Auftrage, sich möglichst weit ab rechts oder links des Weges, den die Colonne passiren wollte, wichtige Aufstellungen zu suchen und sich dort vorerst wieder verdeckt aufzustellen, sobann, wenn sie von der ammarschirenden Colonne gesehen werden könnten, plötzlich aufzutauchen und sich sichtbar zu machen. Die Colonne machte, wie oben, Halt und schätzte jeder Mann die Entfernung. Da aber zur Controlle ein Abschreiten auf der kürzesten Linie meist unmöglich war oder zu lang dauerte, so wurde wieder mittelst der 5 Pikenstäbe und einigen Meßstangen vom Wege aus unter Zuhilfenahme des anliegenden Terrains die Entfernung gemessen.

Bei den beiden letzten Übungen zeigte die Mannschaft recht viel Interesse. Nicht allein, daß sie richtig zu schätzen suchte, mußte sie auch durch das Auftauchen gleichsam eines improvisirten Feindes schnell schätzen. Daneben wurde ihre Aufmerksamkeit und ihr Gesicht geübt, und, möchte ich sagen, ein gewisser Recognoßcirungssinn ausgebildet.

Ich muß gestehen, mit diesen Methoden der Übung habe ich recht schöne Resultate erzielt. Und die Hauptsache, auf welche man bei jeder Übung ausgehen soll, sie waren nicht gedankenlos und bieten für den Instruktor sowohl als für den Schüler Interesse genug, um weiter vervollkommen zu werden.

W. B.

Die Sonntagsruhe vom Standpunkt der Gesundheitslehre gemeinverständlich abgehandelt von Dr. Paul Niemeyer. Gelbute Preßschrift. Berlin 1876. Denicke's Verlag. Gr. 8°, S. 74. Preis 1 Fr. 60 Cents.

Es mag befremden, daß wir vorliegende Schrift in einem rein militärischen Fachblatte besprechen. Doch dieselbe ist für den Militär, Staatsmann, National-Dekonom, Arzt, Fabrikanten u. s. w. von gleichem Interesse. — Alle Genannten sind darauf angewiesen die Arbeitskraft der Menschen zu ihren besondern Zwecken zu benützen. In der vorliegenden Schrift wird nun der überzeugende Beweis geleistet, daß die besten Resultate nur erhaltlich sind, wenn sechs Arbeitstage ein Ruhetag folgt.

Gestützt auf Erfahrung und Beobachtung haben wir in diesem Blatte in Nr. 11, Jahrg. 1875 behauptet, daß auch beim Militär Ruhetage notwendig seien.

Doch bei vielen Offizieren macht sich noch immer die Ansicht geltend, daß bei der kurzen Dauer der Instruktionszeit auch die Sonntage zum Unterricht

benützt werden sollten. Es ist dieses ein blinder Eifer — der nichts Gutes, sondern Schädliches schaffen würde, wenn er zur Geltung käme.

Es hat uns gefreut eine Schrift zu finden, welche die Frage vom naturwissenschaftlichen Standpunkt aus behandelt und erledigt.

Doch wir wollen zu der kleinen Schrift, welche uns vorliegt, zurückkehren. Dieselbe zerfällt in sechs Abschnitte. Der erste bildet die Einleitung, und dieser entnehmen wir:

„Der „Schweizer Gesellschaft für Sonntagsheilung“ ist es als um so größeres Verdienst anzurechnen, daß sie die populäre Behandlung dieser Frage anregte, als noch Viele — in wörtlicher Deutung des mosaischen Gebotes — die Sonntagsruhe wie eine rein theologische Einrichtung betrachten, die sie um so weniger angehe, je mehr sie sich von confessioneller Religiosität losgesagt haben. Diese Ansicht darfste,“ sagt der Herr Verfasser, „schon durch meine vorhin gegebene historische Notiz widerlegt sein und später werde ich Gelegenheit haben, diese Materialien zu vervollständigen. Hier sei nur noch hinzugefügt, daß der bekannte Socialist Proudhon in seiner Schrift „*ds la célébration du Dimanche*“ auf dem Wege rein volkswirthschaftlicher und moralisirender Betrachtung dahin gelangt, die Sonntagsruhe als eine Bedingung öffentlicher und privater Wohlfahrt hinzustellen. In gleichem Sinne haben sich in England Männer aus dem Volke, ja aus dem Arbeiterstande, namentlich Quinton, Younger und Farquhar, publicistisch ausgesprochen. . . .

Es ist keine erfundene, sondern eine wahre Geschichte, die uns von zuverlässiger Seite folgendermaßen berichtet wird: „Als vor Jahren, noch vor der Zeit der Eisenbahnen große Frachtführwerke hunderte von Meilen Waaren aus dem Osten nach dem Westen transportirten, wo sie dann 8 bis 10 Wochen unterwegs waren, wurde von Freunden der Sonntagsruhe folgende Wette mit Gegnern derselben eingegangen: Zwei Fuhrleute mit gleichen Wagen, gleicher Last und Bespannung sollten eines Montag Morgens dieselbe Reise antreten, der Sonntagsfreund mit seinem Gespann jeden Sonntag Ruhe halten, der Andere jedoch Sonntags fahren.“ „Was war das Ergebnis?“ „Da mit Frachtführwerk überhaupt nur täglich bestimmte Touren, bis zum bestimmten Wirthshaus, etwa 3 bis 4 Meilen weit, gemacht werden können, so kam der Gegner am ersten Sonntage 3 bis 4 Meilen weiter als der Andere und so fort. In der sechsten Woche jedoch gewann letzterer den Vorsprung und erreichte mit seinen wohlgepflegten Pferden rechtzeitig das Ziel, während des Ersten Thiere abgetrieben und kraftlos, verspätet eintrafen.“

Diese Geschichte erzählt nur praktisch, was der englische Arzt Farre vor Jahrzehnten im britischen Parlamente theoretisch über die Feststellung der Arbeitszeit in Fabriken vortrug, wenn er sagte: „Ich sehe den Sonntag als unentbehrlichen Ruhetag an, durch welchen die unserem Körper inner-

wohnende Kraft der Selbsterneuerung und Wiederherstellung ergänzt wird. Ist diese Kraft einmal verloren, so hilft keine Medizin mehr. Wohl stellt die Ruhe der Nacht die Kräfte theilweise, nicht aber in ausreichendem Maße wieder her. Deshalb hat die göttliche Vorsehung einen Tag von sieben als Ruhetag und zur Ergänzung der Nacht ruhe angeordnet, um die erschöppte Kraft vollständig wiederherzustellen. Die schädliche Wirkung unangeseckter, ruheloser Arbeit ist zwar bei'm Menschen nicht so schnell bemerkbar als bei'm Thiere, aber er bricht dann am Ende um so rascher zusammen. Die Anordnung eines Ruhetages nach sechs Werktagen ist eine Naturnothwendigkeit, keine willkürliche Satzung. Der menschliche Organismus ist nun einmal so eingerichtet, daß er von sieben Tagen je einen zum Ausruhen von geistiger und leiblicher Arbeit bedarf."

Dieser Erklärung stimmte in Amerika ein Verein von 25 Aerzten einhellig bei: „So weit meine Erfahrung reicht“, sagte einer derselben, Dr. Warren, „habe ich stets gefunden, daß Leute, die sich gewöhnt haben, sich für den Sonntag aller weltlichen Arbeiten und Sorgen zu entschlagen, im Laufe der Woche das Bedeutendste zu leisten im Stande sind. Ich bin auch überzeugt, daß Solche in sechs Tagen mehr arbeiten und ihre Sache besser machen als wenn sie alle sieben Tage fortarbeiten.“

Wir übergehen die weiteren Citate und wenden uns dem zweiten Abschnitt zu; dieser behandelt „Das organische Getriebe des menschlichen Körpers.“ In diesem wird der Einfluß der Arbeit auf dasselbe besprochen und die Krankheiten und ihre Entstehung in Folge gewisser Beschäftigungen erörtert. Als eine solche Folge wird auch die geistige Abschüpfung aufgeführt und gesagt:

„Als Denkorgan besitzt das Gehirn auch eine immaterielle Elasticität, wie wir sie schon bei den Sinnesorganen im Auge hatten, als wir von Abschüpfung sprachen. Wie solche dort durch specielle Eindrücke herbeigeführt wird, so entsteht sie hier durch das Einerlei der geistigen Beschäftigung. Wie das materielle Elasticum Wechsel von Spannung und Nachlaß bedarf, so bedarf die Denkkraft Wechsel der Eindrücke. Außerdem ist auch die Qualität der geistigen Arbeit von Belang: es giebt höhere und niedere geistige Interessen; mechanische „geisttötende“ und ideelle, den Geist anregende Gedankenarbeit. Beispiel der ersteren ist das Zusammenrechnen von Zahlen, Entwerfen von Tabellen, Aufstellung von Rechnungen (Calculatur) — Beispiele der letzteren: Lesen guter Bücher, musikalische Unterhaltung, Betrachtung der Naturscheinungen, heitere Gesellschaft. Treffend nennt man den Schauplatz des Wochendienstes eine „Tretmühle“, welche, wenn niemals verlassen, Gehirn und Sinne abschüpfst, aus dem Individuum eine Nummer, aus der „organischen Fabrik“ einen Automaten werden läßt, der mit dem Menschen nur die äußere Gestalt gemein hat.“

Der dritte Abschnitt behandelt „Diätetische Folgerungen.“ Hier finden wir einen Satz, welchen wir

nicht mit Stillschweigen übergehen wollen, da er von einem vernünftigen Aerzt ausgesprochen wird. Derselbe lautet:

„Der Wahn der sogenannten Heilmittellehre ist der Tropfen Gift im Becher der modernen Medizin und verderbt das gesunde Haus des Hippocrates — dieser Vater der Heilkunde nämlich hat schon gelehrt, was ein französischer Gesundheitslehrer, der treffliche Bonnagrinus, mit Nachdruck in Erinnerung bringt, daß „es kein Mittel, sondern nur eine Methode giebt, gesund zu bleiben.“

Als Schädigungen der Gesundheit, die nothwendige Folge ununterbrochener Arbeit sind, werden (je nach Art der Beschäftigung) aufgeführt:

- 1) Verkümmern der Sätemischung und der Blutsfarbe, daher elendes, trockenes, blasses Aussehen.
- 2) Anhäufung von Erstickungs- und Ermüdbungsblut.
- 3) Staubhusten und trockener Husten.
- 4) Mangelhafte Lungen- und Muskelventilation.
- 5) Rückstau des Pulssaderblutes und gesteigerter Blutdruck, Neigung zu Blutsturz u. dgl.
- 6) Stockung des Blutaderblutes: Hämorrhoiden und Krampfadern.
- 7) Abschüpfung der Sinne und des Geistes, Neigung zu Trunksucht.

Die vereinte Wirkung dieser Schädigungen geht dahin, daß die Elasticität des ganzen Körpers abgenutzt, daher die Lebenskräftigkeit und mit dieser die Arbeitsfähigkeit, mittelbar die Lebensdauer überhaupt abgekürzt wird. Uebrigens sagt schon ein alter medicinischer Canon: „Quod caret alterna requie, durabile non est“ d. h.: „Was nicht abwechselnder Ruhe genießt, bleibt nicht dauerhaft.“

Um nun weiter Das, was nicht-ärztliche Autoritäten „Erhaltung“ oder „Ruhe“ schlechthin nennen, ärztlich zu zerlegen, der Praxis in seinen Einzelheiten zum Bewußtsein zu bringen, so sieht sich ihre Wirkung folgendermaßen zusammen:

- 1) Auffrischung der Sätemasse und der Blutsfarbe.
- 2) Austreibung des Erstickungs- und Ermüdbungsblutes.
- 3) Beschäftigung der Haut-, Lungen- und Muskel-Ventilation.
- 4) Uebung schlanken Pulssaderblutlaufs und Hebung des Blutaderlaufes.
- 5) Belebung der Sinne und des Geistes.“

Bei Besprechung der Erholung sagt der Herr Verfasser:

„In der That entspricht die Pause, welche der reguläre Arbeiter etwa um 8 Uhr, Mittags, um 4 Uhr und dann zum Feierabend genießt, gerade nur jenem Minimum von Nachlaß, welches am Elasticum durch Einstellung des Zuges bewirkt wird, und die selbstverständliche Vorbedingung zur Wiederausdehnung bildet. Ohne regelmäßige Mahlzeiten würde vollends von Arbeiten überhaupt keine Rede sein können. Dasselbe gilt von der Nacht-

ruhe, ohne deren Genuss der Körper schon nach wenigen Tagen vernichtet sein würde. Die Ruhepausen im Laufe der Arbeitswoche verhalten sich also zur Arbeit einfach wie Frage und Antwort, wie Hebung und Senkung eines Hammerwerkes. Eigentliche Erholung wird erst geboten durch völlige Einstellung des arbeitenden Ganzen. Gleich die Durchsicht unseres Spezialprogrammes lehrt, daß solches nicht in episodischer Form zu erledigen ist. Wenn die Eintheilung der Arbeitswoche schon den Cyclus befolgt, den der Gang unseres Planeten um die Sonne vorschreibt, den Cyclus von Tag und Nacht, so fällt auch ganz naturgemäß dem Werke der Erholung ein voller 24 stündiger Cyclus zu und es handelt sich nun blos noch darum, nachzuweisen, warum hierzu gerade der siebente Tag der geeignete sei?"

Wir übergehen diesen Beweis. Der Abschnitt schließt mit den Worten:

"Der Zeitraum, in welchem die Spannkraft des menschlichen Körpers durch das Einerlei beruflichen Dienstes erschöpft wird, und eine volle Pause des Nachlasses erforderlich, beträgt 6 Tage. Der 7. Tag, ebenfalls mit Arbeit verbracht, bewirkt Überspannung und dadurch allmählichen Ruin der aktiven Spannkraft. Wird er dagegen der Erholung gewidmet, so erweist sich gerade diese Spannkraft als eine Stärke unseres Körpers und eine Garantie für weit bedeutendere Ausdauer, als sie der leblosen, mit der Zeit sich abnützenden Maschine eigen ist. Der Körper, anstatt mürbe zu werden, wird vielmehr zäh, ja, die Arbeit selbst wird zum Stahlmittel und erweist sich gesunder als Müßiggang.

Der Physiologe Flourens läßt sogar den Normalmensch, der allen Organen das richtige Maß von Arbeit und Ruhe zuteilt, sein Leben auf — 100 Jahre bringen! —

Darf ich das Resultat kürzer und feierlicher fassen, so bietet mir das in der Einleitung angezogene Dichterwort Anleitung. Der Gelehrte nämlich, der „in sein Museum gebannt, die Welt kaum einen Feiertag sieht,“ bricht am Ostertage, der ihn hinausführt, in die Worte aus: „Hier bin ich Mensch“. Nun wohl, wenn die Religion den 7. Tag den „Tag des Herrn“ nennt, so sagt die Gesundheitslehre in dem hier entwickelten Zusammenhange: „Der Sonntag ist der Tag des Menschen!“ —

(Schluß folgt.)

### Eidgenossenschaft.

— (Verlegung der Centralschule IV nach Leitstal). Der Bundesrat hat die Centralschule IV nach Leitstal verlegt und es ist der Einrückungstag auf Sonntag den 13. August (statt wie früher angeordnet auf Samstag den 12.) festgesetzt. Dem bezüglichen Erlasse des Waisenhefts entnehmen wir, daß die Recognoscirung wahrscheinlich durch das Birsital in's Pruntrutische gehen wird, wenigstens sind die Offiziere angewiesen u. A. die betreffenden Blätter des Dufour-Atlas und einige Blätter der Originalaufnahmen aus leitgenanntem Gebiet mitzubringen.

### A u s k a n d.

**Oesterreich.** (Die Manöver bei Nikolsburg.) Die wiederholt erwähnten Truppenmanöver in Mähren werden in der Zeit vom 27. August bis 7. September stattfinden. Das Commando der zwei Armeecorps, des Nord- und Südcorps, werden die Feldzeugmeister v. Philippovich (Commandirer in Mähren und Schlesien) und v. Marolek (Commandirer in Wien) führen. Die Truppen, darunter 16 Landwehr-Bataillone, werden zum größten Theile durch die Nord-, Staats- und Nordwestbahn nach Nikolsburg befördert werden, und wird zum erstenmale seit ihrem Bestehen die cisleithanische Landwehr in Regimenter formirt; von Seite des stehenden Heeres kommen dazu die 2. und 25. Infanterie-Division, so daß das Südcorps circa 19,000 Mann zählen wird. Das Nordcorps wird aus der 4. und einem Theile der 5. Truppen-Division und aus den 8 mährischen Landwehr-Bataillonen 12—19 bestehen, aus welch letzteren gleichfalls drei Landwehr-Infanterie-Regimenter formirt werden; dieses Corps wird bei 17,000 Mann zählen. Jedes Corps werden drei Batterie-Divisionen à 12 Geschütze (System Uchatius), ferner eine reitende Probebatterie, letztere ganz nach preußischem Muster organisiert und ausgerüstet, beigegeben werden. Fast sämtliche Mitglieder des kaiserlichen Hauses werden den Manövern beiwohnen. Der Kaiser und Kronprinz Rudolph werden in Nikolsburg im Fürst Menendorffschen Palais Logis nehmen.

**Oesterreich.** (Ein Reservat-Befehl.) Vor Kurzem brachten Wiener Journale den Inhalt eines Reservatbefehles, in welchem Se. Excellenz der Kriegsminister die traurige Wahrnehmung constatirt, daß die Regimenter ihre tüchtigsten Offiziere Schulden halber verlieren, und die Truppen-Commandanten im Wege der General-Commandanten auffordert, dieser sehr bedauerlichen Thatsache ihr besonderes Augenmerk zuzuwenden; mit den Gläubigern im Interesse der Offiziere thunlichst zu pacitiren, namentlich aber durch zügliches Burenden die Angehörigen der betreffenden, in Wucherhände gerathenen Offiziere zur Ordnung der Schulangelegenheit zu bestimmen. — Daß dieser Erlaß in die Offenheit gedrungen, ist allerdings zu tadeln, und das umso mehr, als das Motiv zur Mittheilung dieses Amtegeheims nur ein unlauteres gewesen sein konnte.

**Oesterreich.** (Die Berittenmachung der Compagnie-Commandanten vor den Delegationen.) Die Begründung dieser Etat-Erhöhung lautet in den Hauptpunkten:

„Das Erforderniß für die Berittenmachung der Compagnie-Commandanten mit eigenen Pferden war bereits in den Voranschlag über das ordentliche Heeres-Erforderniß sowohl für das Jahr 1872 als auch für 1876 eingestellt, die Mittel hierzu wurden jedoch gemäß der Allerhöchst sanctionirten Delegationen-Beschlüsse nicht bewilligt.

Die Heeresverwaltung hat die Einführung dieser so wichtigen Maßregel jedoch stets im Auge behalten, und im Verordnungswege jener Unterabteilungs-Commandanten, welche zur Unterhaltung eines Pferdes aus eigenen Mitteln bereit sind, dies gestattet. Eine namhafte Zahl von Compagnie-Commandanten macht Gebrauch von dieser Bewilligung, die große Mehrzahl blieb aber nach wie vor bemüht, den beschwerlichen Dienst zu Fuß zu verrichten.

Die Hauptgründe für diese angestrebte Einrichtung liegen aber in der schwierigen, vielumfassenden Ausbildung der Unterabteilungen für die neue Kampfsciss und der verhältnismäßig kurzen Präsenzzeit hierzu.

Gargen und Mannschaft bedürfen einer eben so viel umfassenden als gründlichen Ausbildung, ohne welche ein günstiger Erfolg im Kriege schlichterding ganz unmöglich geworden ist. Die Verantwortung hiefür lastet einzig auf dem Compagnie-Commandanten. Um dieselbe zu erzielen, muß er das ganze Jahr hindurch, ohne jede Ruhepause, mit Aufstellung größter Anstrengung den vielen Zweigen seines Berufes zu entsprechen suchen. Für eine kurze Zeit sieht sich dies zur Noth bewältigen, mit der Zeit wird die Aufgabe geradezu auferhend. Die Zahl jener Hauptleute, welche jährlich bei den großen Waffenübungen krank