

Zeitschrift: Die Berner Woche in Wort und Bild : ein Blatt für heimatliche Art und Kunst
Band: 12 (1922)
Heft: 6

Rubrik: Berner Wochenchronik

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: 02.10.2025

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

Der Kehrichtwagen.

Durch der Straßen Lärm und Hast
Rollt ein grauer Wagen.
Eine seltsam bunte Last
Muß hinaus er tragen.

Dem, was all der Menschen Hand
Nichtlos warf bei Seite:
Kehricht, Scherben, Zeug und Tand,
Gilt sein Grabgeleit.

Während stößt der Kessel aus
Staub und Küchenreste,
Hier aus schlichtem Bürgerhaus,
Dort vom reichen Feste.

Schätze birgt der Wagen oft,
Zeugen schöner Stunden,
Vieles, das man froh erhofft,
Liegt darin verschwunden.

E. Dfer.



Geldbeschaffung.

Auf zweierlei Weise kann die Menge des umlaufenden Geldes, also der wirksamen Nachfrage, vermehrt werden, entweder durch Vermehrung der Notensumme oder dann durch Beschleunigung der Zirkulation. Beschleunigte Zirkulation erfolgt, wenn die Geschäfte laufen, die Lohnbezügler gesteigerte Beträge beziehen und sofort wieder ausgeben, die Freierwerbenden ihre Guthaben sofort wieder ins Geschäft stecken, kurz, wenn die wirtschaftliche „Maschinerie“ in allen Rädern schneller läuft.

Zu Zeiten, wo der Einzelne durch Produktion von Waren, welche im Preise sinken, nichts mehr verdienen kann, handelt er in seinem eigenen Interesse, wenn er seine Guthaben nicht umsetzt. Selbstverständlich tritt dann für die Allgemeinheit die Wirkung ein, daß die Zirkulation sich verlangsamt, das effektive Geldangebot zurückgeht, die Nachfrage sinkt. Das latent vorhandene Angebot wird dabei relativ und absolut größer. Staut sich an, und bei weiter dauernder Krisis drückt es auf den Zinsfuß.

Aber bevor der Fall eintritt, hat das Geld die Tendenz, in diejenigen Betriebe sich zu flüchten, die den sichersten und besten Gewinn verbürgen. In Krisenzeiten ist es darum für den Staat stets leicht, Geld zu beschaffen, namentlich dann, wenn er einen höhern Zinsfuß verspricht, als private Unternehmen garantieren können. Man muß daher den

Der neue Papst Pius XI.

Kardinal Achille Ratti, Erzbischof von Mailand ist am 3. Februar zum Papst gewählt worden. Er hat den Namen Pius XI. angenommen. Achille Ratti, wurde geboren in Desio, einer Gemeinde der Erzdiözese Mailand, am 30. März 1857. Er war ursprünglich Präfekt der ambrosianischen Bischofskirche in Mailand. Später wurde er zum Präfekten der vatikanischen Bischofskirche ernannt. Als solcher wurde er dann zum apostolischen Nuntius in Polen ausersehen. Am 6. Juni 1919 wurde er zum Titular-Erzbischof von Lepanto ernannt. Im Jahre 1921 wurde er vom Papst Benedikt XV. im letzten Konklave zum Erzbischof von Mailand erhoben als Nachfolger von Kardinal Ferrari und zu gleicher Zeit zum Kardinal gewählt. Als solcher hielt er am 18. September 1921 seinen feierlichen Einzug in Mailand. Die Krönung des neuen Papstes findet am 12. Februar in der Basilika des Vatikans statt. Papst Pius XI. hat Msgr. Kardinal Gaspari in seinen Funktionen als Staatssekretär bestätigt.



großen Erfolg der Bundesanleihen, die Zeichnung von 285 Millionen als ein Zeichen schlimmster wirtschaftlicher Situation betrachten. Flüssige Kapitalien, die sich auf dem Geldmarkt nicht mehr zeigen, haben sich hervorgewagt und dem Bund zur Verfügung gestellt.

Die Kritik hat diese Tatsache zur Kenntnis genommen, hat mit Befriedigung festgestellt, daß der Staat nunmehr vorläufig nicht mehr als Appellant des Geldmarktes auftreten werde, daß also die Tendenz zum Sinken des Zinsfußes sich verstärken müsse, haben aber mit großer Besorgnis dargetan, wie in den vielen Millionen nicht etwa ersparten Summen zu sehen seien, wie in normalen Zeiten, sondern einfach frei gewordene Betriebskapitalien. Wenn die Kapitalisten die Rolle der Ersparnisse übernehmen, nämlich sich in Neuanlagen zu investieren, so wird dadurch die tatsächliche Abnahme des Reichtums bewiesen: Man bezahlt gleichsam die Zinsen von den vorhandenen Kapitalien und kürzt die allgemeine Besitzsumme. Kommt hinzu, daß jeder Besitzer infolge allgemeiner Preislenkung den Kapitalwert sei-

nes Besitztums abschreiben muß. Wird später der Betrieb auf der ganzen Linie wieder aufgenommen, so wird er gezwungen, seine zur flauen Zeit beschafften Bundesobligationen zu veräußern und auf dem Geldmarkt zu werfen, wodurch unvermeidbar der Zinsfuß nach oben gedrückt werden muß. „Es wird sich dann nicht so leicht eine neue Käufersehnsucht im Lande finden“ sagt die „Nationalztg.“

Die Folgen der so leicht gezeichneten Anleihe wird man darum erst nach Jahren spüren. Wie sich dann der Bund helfen wird, kann man voraussehen. Gewinnt er nicht auf dem Anleihewege die Mittel, also einen Teil der neuen Ersparnisse, dann muß er, was er jetzt mit Vorbedacht vermeidet, tun: Neue Aktien ausgeben. „Das Bedürfnis“ nach Barmitteln, welches nach Gesetz für die Nationalbank neuleidend sein soll, stellt sich dann plötzlich ein und die Preise kann arbeiten.

Der Bund hat bekanntlich noch andere Wege, Geld zu beschaffen. Zählt man die Zolleinnahmen, die bekanntlich seit dem vollen Anziehen dieser unmerklichen Steuerkräube gewachsen sind, im Ja-

nuar auf 12 Millionen, 5 volle Millionen mehr als im letzten Jahr, dann läßt sich eine schöne Summe ausrechnen, welche vom gesamten Volkseinkommen, sprich von der gesamten Volkseinkraft, in die Taschen des Bundes fließt, allwo sie sich von neuem in Nachfrage verwandeln muß. Es kommt auf eins heraus, fange der Bund das Geld nun auf dem Wege der Anleihe ein oder entziehe er es dem direkten Volkseinkommen. Er hat sein leichtes Spiel in der Geldbeschaffung ausschließlich der Tatsache zu verdanken, daß infolge Abnahme der zirkulierenden Menge das Ver luste fürchtende Kapital sich zu ihm flüchtet, und daß die Verluste fürchtenden Besitzer ihn zu zwei einander durch aus entsprechenden Maßnahmen verleitet haben: Zur Fokserhöhung und zur Deflation. Ein Bild, das die Situation kennzeichnet: Bei Wasserknappheit leitet nicht etwa neue Quellen herbei, sondern verstopft alle Röhren bis auf eine. Dann habt ihr einen prächtigen Brunnen, freilich nur einen... —

Das schweiz. Nationalkomitee zur Feier des 1. August beantragt dem Bundesrat, den Ertrag der Bundesfeierkarten für 1922 wie folgt zu verwenden: 75 Prozent an den schweiz. Schützenverein als Jubiläumsbeitrag zu seinem 100jährigen Bestehen für seinen Fonds zur Unfallunterstützung, 25 Prozent an den schweizerischen Zentralverein für das Bändengewesen.

Während des Krieges hatte Oesterreich-Ungarn von der Schweiz einen Vorschub von 42 Millionen Franken erhalten zum Zwecke der Lieferung von Zuder. Infolge des Zusammenbruches der Monarchie sind dann die Lieferungen nicht erfolgt. Nach späteren Verhandlungen mit Oesterreich-Ungarn und der Tschechoslowakei übernahm schließlich die letztere die Zuderlieferungen für den Schuldbeitrag, ohne daß er durch Kompensationen seitens der Schweiz erhöht werden mußte. Inzwischen sind die Lieferungen erfolgt, so daß die Schuld als getilgt betrachtet werden kann.

Im Monat Januar 1922 erreichten die schweizerischen Zolleinnahmen Fr. 12,260,236 (Januar 1921: 7,414,205.— Franken).

Der gute Erfolg der Zeichnungen für das eidg. Anleihen voranzogte der Bundesrat, den Betrag des neuen Anleihe auf 300 Millionen festzusetzen.

Als Vertreter des Bundesrates für die spanisch-schweizerischen Handelsvertragsverhandlungen wurden die Herren Nationalrat Alfred Frey, Prof. Dr. Laur und Dr. Wetter, Generalsekretär des eidg. Volkswirtschaftsdepartements gewählt.

Der Bundesrat genehmigte einen neuen Generalzolltarif, der als Haupttarif bei den kommenden Vertragsverhandlungen zur Anwendung gelangen soll.

Auf die Initiative der schweizerischen sozialistischen Partei versammelten sich letzte Woche die Vertreter derjenigen Parteien und Gewerkschaften, die gewillt sind, die Lex Häberlin zu bekämpfen. Neben den Grütlianern, den Kommunisten nahmen an der Versammlung

auch Vertreter des Föderationsverbandes der eidgenössischen Beamten teil. Es wurde beschlossen, sofort das Referendum gegen das Gesetz zu ergreifen. An der Spitze der Aktion steht Nationalrat Ernst Reinhard; die Organisation des Komitees soll am 15. Februar in Bern stattfinden.

Die Bundesbahnlinie Luzern-Olten-Basel soll für den elektrischen Betrieb umgebaut werden, so lautet ein Antrag der Generaldirektion der Bundesbahnen und der ständigen Kommission an den Verwaltungsrat. Die Strecke beträgt 92 Kilometer. Für die Erstellung der festen Anlagen, sowie für Mobilien und Gerätschaften soll ein Kredit von Fr. 28,3 Millionen bewilligt werden.

Der erste elektrische Zug auf der Strecke Lugano-Chiasso traf am 6. dies, morgens 8.55 auf dem Bahnhof in Lugano ein, wo ein Empfang organisiert worden war. Neben einer zahlreichen Menschenmenge hatten sich auch Vertreter der Regierung und der städtischen Behörden eingefunden. Die Stadtmusik von Lugano spielte die Nationalhymne.



† Rudolf Berger,

gew. Oberlehrer in Niederscherli.

Am 21. Januar starb in Uetligen im Alter von 78 Jahren Herr Rudolf Berger, gew. Oberlehrer und Sekrionschef. — Am 20. November 1843 in Bleiken bei Oberdieblich geboren, besuchte er die Sekundarschule in Herbligen und ging dann mit 16 Jahren ins Waadtland, um das Französische gründlich zu lernen. Zurückgekehrt bezog er das Lehrerseminar in Mülchenbuchsee. Nach Stottbestandenem Examen wählte ihn Oberscherli als Lehrer an die dortige Schule und nach we-



† Rudolf Berger.

nigen Jahren folgte er einem Ruf der Schulkommission in Niederscherli an die dortige erweiterte Oberschule. Schon als

junger Lehrer nahm er es ernst mit seinen Pflichten als Vorkerzieher, ermahnte und lobte wo es an Blöße war, unbekümmert darum, ob manchen Eltern der Tadel des Kindes gefiel. Als er bei den damaligen kleinen Gehältern der Lehrer einjah, ohne Nebenbeschäftigung nicht auskommen zu können, übernahm er das Amt eines Sekrionschefs des großen Kreises Köniz, und das wiederholte Lob seiner militärischen Vorgesetzten beweisen am besten die Zuverlässigkeit und Gewissenhaftigkeit, mit welcher er dieses arbeitsreiche Amt versah, mußte er doch damals in allen Gemeinden herumwandern, um in seinen Kreise die Militärleuten einzuziehen. Wer kamte in der ganzen Gegend nicht den stattlichen Mann, wenn er in Fouriersuniform zur Inspektion erschien. Als arbeitsfreudiger Mann gab er in den wenigen Stunden, die ihm zur Verfügung blieben, noch Klavierunterricht, sowie französische und deutsche Sprache. Aber nach Freieabend gehörte er ganz seiner Familie, die ihn liebte und verehrte. 40 Jahre lang wirkte er an der Oberschule in Niederscherli, 31 Jahre amte er als Sekrionschef und 25 Jahre lang war der Bestorbene Sekrion des Ki chgemeinderates von Köniz. Seine getreue Gattin ging ihm vor 17 Jahren im Tode voraus; seither war sein Frohmut dahin, und da nun auch ihn ein Leiden ergriff, sah er sich in der Folge gezwungen, seine Aemter niederzulegen. Vor 14 Jahren zog er sich in den wohlverdienten Ruhestand zurück. Doch so ganz konnte er seine Tätigkeit nicht aufgeben; als ihm sein Nachfolger im Tode voranging und viele seiner Kollegen in den ersten Kriegsjahren Geiseln vorüber, stellte er sich nochmals seiner lieben Schulgemeinde zur Verfügung. Aber er hatte seinen Kräften zuviel zugekraut und ein erneutes Leiden warf ihn lange Zeit auf das Krankenlager, bis er auf den Wunsch seiner Kinder endlich ganz auf seinen Beruf verzichtete. Nun lebte er seinen Kindern und Enkeln und regelmäßig besuchte er bald dieses, bald das andere; wie konnte er dann hübsch erzählen aus den Tagen seines Lebens und wie leuchteten seine Augen, wenn er aus seiner Dienstzeit von 1870/71 und von seinem ihm so gut gefannten Vaterlande erzählte, dann war er immer wieder jung und frisch, ganz Lehrer seiner Schüler und begeisterter Patriot.

In Innertkirchen starb im Alter von 75 Jahren Herr Großrat Peter Brügger, bis vor kurzem Gemeindefschreiber. Brügger vertrat das Amt Oberhasli während mehreren Perioden im Großen Rat.

Letzte Tage hat der oberländische Fischereiverein aus Canada 15,000 amerikaniische Bachsaiblinge „Sal mamaycuks“ zugestellt erhalten und in der Brutanstalt „Go-dei“ Inter.aren ausgesetzt. Außerdem sind dort zur Aufzucht untergebracht 135,000 See- und Bachforellen und 2,700,000 Fische.

Auf dem Thunersee wurden letztes Jahr 266,768 und auf dem Brienzensee 103,642 Personen befördert. Total auf beiden Seen 370,410 Personen, oder 26,572 Personen mehr als im Jahr 1920.

Zur Teilnahme am kantonalbernischen Musikfest in Biel im Mai dieses Jahres haben sich 45 Gesellschaften mit zirka 1500 Musikern angemeldet.

Im Schoße der gemeinnützigen Gesellschaft des Kantons Bern und in Verbindung mit zahlreichen gemeinnützigen Vereinen und Freunden gemeinnütziger Bestrebungen wurde letzte Woche die Frage der Altersversorgung behandelt. Bekanntlich ist die Sache schon lange Gegenstand der Beratungen sowohl der eidg. Räte als zahlreicher Kommissionen. Dem Bundo sollen Mittel an die Hand gegeben werden, die Invaliditäts-, Alters- und Hinterlassenenversicherung einzuführen. Die finanzielle Lage der eben gestatteten indessen vorläufig die Einführung des ganzen großzügigen Werkes noch nicht. Der Ständerat hat nun die Altersversicherung herausgehoben und die Schaffung eines Uebergangsstadiums eingehend erwogen. Aus der staatlichen Belastung des Tabakes sollen der Altersversicherung jährlich 10 Millionen Fr. zur Verfügung gestellt werden. Da es aber noch lange gehen wird, bis diese Angelegenheit gesetzliche Wirksamkeit erlangt, muß inzwischen die private Wohltätigkeit an ihre Stelle treten. Daher wurde seinerzeit auch die Stiftung „für das Alter“ gegründet, doch fehlt es überall an Geld. Die Versammlung beschloß daher in ihrer Resolution, an die eidg. Räte zu gelangen, damit während des Uebergangsstadiums Greise und Greisinnen aus Mitteln des Bundes unterstützt werden. Dem Berner Volk aber wird dringend empfohlen, die Institution „für das Alter“ kräftig zu unterstützen und überall wo irgendwie tunlich, Altersheime zu gründen.

† Alfred Menzel-Studer,
gew. Hotelier in Bern.

Als Wirt zu Pfistern in Bern, als das alte Zunfthaus beim Zülglochenturm noch nicht in ein Warenhaus verschandelt war, hat sich Herr Alfred Menzel, der stadtbekannt Koch und Erfinder guter Platten, einen Namen gemacht, der manchmal heute noch den Mund wässrig macht. Damit hat er sich ein Andenken geschaffen, das die Taten manches Politikers von Rang überdauern wird. — Der Verstorbene, Bürger von Luthry und Cully am Genfersee, wurde 1850 geboren und widmete sich schon früh dem Berufe, der ihn zum berühmten Manne machte. Nach einer ausgezeichneten Lehrzeit im Hotel Evian des Bains arbeitete er zuerst in Vevey, Nizza und Paris. 1876 kam er nach Rom, wo er nach zwei Wintertätigkeiten zum Chef des weltbekannteren „Hotel du Quirinal“ aufrückte. Den Sommer über war er Küchenchef im „Hotel des Alpes“ in Müren und verweilte in diesen beiden Stellungen volle 18 Jahre. Zu erwähnen darf nicht unterlassen werden, daß Herr Menzel 1891 anläßlich einer internationalen Kochkunst-Ausstellung in Paris für außergewöhnliche Menus und Rezepte mit einem ersten Ehrendiplom ausgezeichnet und zum „Professeur de l'art culinaire“ ernannt wurde. Der Erziehung seiner Kinder wegen siedelte er sich im Jahre 1900 in Bern an und

übernahm zuerst das Hotel zu Pfistern; später zusammen mit einem A. So. die das Hotel Bristol-Storchen an der Spital-



† Alfred Menzel-Studer.

gasse. 1919 siedelte er in das prachtvoll gelegene Park Hotel Favorite über und hatte die Freude, hier noch zwei glückliche Jahre zu verleben, wofür die Seinen dem Schicksal sehr dankbar sind, denn das Leben des Verstorbenen war Arbeit und Mühe im Dienste anderer. — Herr Menzel hatte einen gold-ätheren Charakter, und seine Freunde hat er viel an ihm. Er war auch Ehrenmitglied des Berner Hoteliervereins, Präsident der Lehrprüfungscommission und Mitglied der Kochlehrungscommission des schweizerischen Hotelier-Be.ens. —

† Hermann Scheller,
gew. Werkstättenmeister der Rammgarnspinnerei Interlaken.

Wie wir es in der Chronik kurz meldeten, ist Hermann Scheller, der gewesene Werkstättenmeister in der Rammgarnspinnerei Interlaken, der in den Turnerkreisen des Kantons Bern und darüber hinaus bestens bekannte und beliebte



† Hermann Scheller.

Kranzturner und Tödler, einem verhängnisvollen Schicksal zum Opfer gefallen und hat sein junges, kaum 30jähriges

Leben lassen müssen. Mit einer Eisenstange kam er der elektrischen Hochspannungsleitung zu nahe und wurde von ihrer gewaltigen Energie, die durch ihn ging, an Armen und Beinen furchtbar verbrannt, so daß der Tod, der ihn schließlich vor Schlimmerem bewahrte, als eine Erlösung an sein Lager trat. Die ganze bernische Turnerschaft trauert um den trefflichen und allezeit fröhlichen Kameraden. Ueber seinen Lebensgang lassen wir nun seinen Freund H. St. zu Worte kommen:

Hermann Scheller, geb. am 8. September 1891, besuchte die hiesigen Schulen, absolvierte eine vierjährige Lehrzeit bei der Firma Brown & Boveri in Baden. Nachdem er sich an verschiedenen Orten der Schweiz in seinem Berufe weiter ausgebildet hatte, kam er im Jahr 1915 nach Bern, um bei Hasler A.-G., Telegraphenwerkstätte, Stellung zu nehmen, welche letztere er bis zu seiner Berufung als Werkstättenmeister der Rammgarnspinnerei Interlaken Ende des Jahres 1920 inne hatte. Im Oktober 1919 gründete er sich ein eigenes Heim.

Raum der Schule entlassen, hat er sich der edlen Turnerei gewidmet. Mit inniger Liebe hing er stets am Turnverein Interlaken. Dem Verein hat er in unermüdbarster, muster-gültiger Weise als Vorturner gedient. Freund Hermann war einer der besten und fleißigsten Turner. Sein Eifer und seine Energie haben denn auch schöne Früchte getragen. Schon in jugendlichen Jahren konnte Hermann der Kranzturnerriege einverleibt werden. Kranzgeschmückt fehrte er von vielen kantonalen und interkantonalen Festen nach Hause.

In allen seinen Aemtern, wie auch in seinem Berufe war er immer mit ganzer Seele dabei. Dank seines lieben, bescheidenen Charakters erfreute er sich der Achtung und Zuneigung aller seiner Turnkameraden; in ihm war ein Stüd des Turnvereins Interlaken verkörpert.

In all seinen Stellungen erwarb er sich durch sein aufrichtiges, gerades Wesen, durch seinen Arbeitsgeist und seine treue Pflichterfüllung die volle Achtung und das Vertrauen seiner Vorgesetzten.

Im Privatleben war Freund Hermann stets ein fröhlicher, gemütvoller Mensch; man fühlte sich wohl in seiner Gesellschaft. Eine unerwartete Lücke hat sein allzufrüher Heimgang in seine Familie gerissen, wo eine junge Frau mit einem zweijährigen Söhnchen um ihren geliebten Gatten und Vater, sowie Mutter und Geschwister um ihren lieben Sohn und Bruder trauern. Aber auch seine Turnkameraden trauern tief um ihren lieben Freund und werden ihn schwer vermissen.

Eine in Zweimmen abgehaltene Volksversammlung zur Besprechung der Konzessionsfrage betreffend die Simentaler Gewässer hat einstimmig eine Resolution gefaßt, in der sie vom Bernischen Regierungsrat verlangt, daß er nunmehr unverzüglich die Elektrizitäts-genossenschaft Blattenheid-Simme die Konzession für die Ausnützung der Simentaler Wasserkräfte nach dem Projekt Flurn in verbindlicher Weise zulassere.

Diese Resolution wurde an den Regierungsrat telegraphisch übermittelt. — In Köniz starb im Alter von 74 Jahren Herr Notar Franz Anton Winkelried, früher Gerichtspräsident in Schwarzenburg, seit 1832 aber als Notar und Gemeindefreiber in Köniz tätig. —

Der Reingewinn der Bank von Langenthal pro 1921 beträgt Fr. 301,824.33 gegen Fr. 256,953.63 im Vorjahre. Sie kann eine Dividende von 7 Prozent ausbezahlen. —

Als Präsident des Thuner Stadtrates wurde Karl Wätli, Hotelier, und als erster Vizepräsident Dr. U. Trepp gewählt. — Letztes Jahr hat die Stadt an Arbeitslosenunterstützung Fr. 228,799.61 ausbezahlt, wovon Fr. 48,247.19 zu Lasten der Gemeinde fielen. Ende Januar 1922 wurden von 347 Arbeitslosen 279 unterstützt. —

Zwischen Biel und Narberg soll ein Automobilkurs eingerichtet werden. Bei der „Bern“-Fabrik ist bereits ein Wagen für 20 Sitze und 10 Stehplätze, mit einem 40psigen Motor bestellt worden; später soll ein zweiter Wagen folgen, um vermehrten Ansprüchen an den Verkehr zu genügen. Der Betrieb soll am 1. März nächsthin aufgenommen werden. Der Wagen kostet Fr. 34,450. Die Strecke ist 12½ Kilometer lang; das Billet wurde pro Kilometer auf 18 Rp. festgesetzt. Die Fahrtzeit dauert eine Stunde. Das Auto wird bisher ziemlich abgelegene und von der Post nur höchst mangelhaft bediente große Dörfer anfahren und so den Marktplätzen Biel und Narberg näher bringen. —

Im Alter von 60 Jahren starb in Hiltwil Herr Johann Leuenberger-Eggemann, gewesener Handelsmann. Er führte seinerzeit die Fabrikation von Chorien und Tafelsen ein, im öffentlichen Leben genoss der Bestrebene hohes Ansehen und diente seinerzeit der Gemeinde in mehreren Ehrenämtern. —

Eine nicht alltägliche Versteigerung fand dieser Tage in Langenthal statt, nämlich ein Kößspiel mit dazugehörigem Komediwagen. Das Karusel war, um die Kauflust der Liebhaber zu wecken, betriebsfertig aufgestellt worden, worauf die zahlreich anwesende Jugend einige Gratisfahrten machen durfte. Während die Orgel ihre schönsten Melodien dazu spielte, nahm man im Siegerlokal die spärlich und viel zu niedrig fallenden Angebote entgegen. Die Steigerung findet acht Tage später noch einmal statt. —

Für die Ausschmückung des Bahnhofes Biel veranstaltet das eidg. Departement des Innern einen Wettbewerb zur Erlangung von Entwürfen für eine friesartige Bemalung des Buffets 3. Klasse, sowie die Bemalung je einer Wand im Restaurant und im Wartsaal 2. Klasse. Die Kosten des Wettbewerbes werden aus dem Spezialkredit von 300,000 Fr. bestritten, zur Bekämpfung der Arbeits- und Verdienstlosigkeit der Künstler, während für die Ausführung Kunstkredit und Bundesbahnen aufkommen werden. Danach der Erfahrung, die mit dem Wettbewerb von Biel gemacht werden, soll auch für den Bahnhof Thun ein solcher erlassen werden. —

Bekanntlich hat das Berner Volk das Gesetz über die Reform der bernischen Staatsverwaltung angenommen. Nunmehr unterbreitet der Regierungsrat den vorberatenden Behörden einen Dekretsentwurf, in dem für 21 Amtsbezirke der Gerichtspräsident zugleich Regierungsstatthalter ist. Trotdem diese zusammengesetzten Ämter in Zukunft besetzt werden sollen, entsteht für den Staat eine bedeutende Ersparnis. Von dieser Neuerung werden folgende Ämter betroffen: Narwangen, Narberg, Bären, Erlach, Fraubrunnen, Freiberger, Frutigen, Korolfinzer, Lauenen, Laupen, Neuenstadt, Nidau, Dieblich, Stettigen, Ober- und Niederhimmental, Saanen, Schwarzenburg, Sigräu, Trachselwald und Wangen. —



Nach warmen Schneeschmelztagen kam eine Kältewelle unangenehmer Art über die Stadt und das Bernerland, die die Temperatur rasch bis 12 Grad unter Null sinken ließ. Die rasch aufeinanderfolgenden starken Temperaturschwankungen im Volk eine Menge Erkältungskrankheiten nach sich, zumals der Schnee nach Regentagen verschwunden ist und die Straßen unter der starken Bißtaub aufwirbeln. In der Stadt tritt die Grippe wieder stark auf; an die 600 Menschen liegen zurzeit krank im Bett. Die Frage der Steuerreform beschäftigt gegenwärtig die Gemüter unserer Stadt. Ueberall wird nach Behebung der schlimmsten Härten des geltenden Steuergesetzes gerufen. In zahlreichen Versammlungen wird darüber diskutiert und beraten. Allgemein ist man der Meinung, daß z. B. die Abzüge für die Ehefrau und die Kinder zu erhöhen seien usw. —

Die Frage der Steuerreform beschäftigt gegenwärtig die Gemüter unserer Stadt. Ueberall wird nach Behebung der schlimmsten Härten des geltenden Steuergesetzes gerufen. In zahlreichen Versammlungen wird darüber diskutiert und beraten. Allgemein ist man der Meinung, daß z. B. die Abzüge für die Ehefrau und die Kinder zu erhöhen seien usw. —

Im Alter von 66 Jahren starb in Bern Herr Carl Steffen-Miesch, Gründer und Seniorchef der bekannten Kolonialwarenhandlung Gebrüder Steffen an der Schaulackgasse, ein tüchtiger Geschäftsmann. — Unerwartet starb ebenfalls Herr Dr. F. Diehl-Bon, ein bekannter und geschätzter Zahnarzt in Bern. Ein nervöser Zusammenbruch, wahrscheinlich infolge Überarbeitung, hat den tüchtigen Bürger und einst lebenswichtigen Cellhaster aufzufühndahingerafft. —

Vergangenen Montag explodierte im Felerauweg ein Kabedverchuck Deentleidebard verurachte ein Kurzschluß und die Folge war, daß im größern Stadtteil zwischen halb sechs und sieben Uhr die Stromversorgung unterbrochen war. Nach 25 Minuten war die Störung behoben. —

Im Bürgerhaus fand letzte Woche die dritte Jahresversammlung der schweizerischen Gesellschaft zur Bekämpfung der Geschlechtskrankheiten statt, an der Prof. Dr. Bloch aus Zürich über die Tätigkeit der Gesellschaft im abgelaufenen Jahre berichtete. Eine Enquête über die Geschlechtskrankheiten vom 1. Oktober 1920

bis 30. September 1921 hat in der Schweiz 16,360 ärztlich festgestellte Fälle ergeben. Der Bund hat die Enquête ermöglicht durch Bewilligung einer Subvention von Fr. 20,000.—. Die Spezialausstellung in Bern erreichte innerhalb 16 Tagen eine Besucherzahl von 10,000.

Am 21./22. Januar fanden in Bern und am 28./29. Januar in Luzern Wettspiele zwischen den Billard-Klubs Bern und Luzern statt, die zu Gunsten Berns mit 18 gegen 14 gewonnenen Partien endigten. Mit diesem Sieg geht der vor Jahren von Herrn Fréard in Luzern gestiftete Becher endgültig in den Besitz des Billardklubs Bern über. —

Im Saal des Hotel Schmieden fand vergangenen Sonntag die Delegiertenversammlung des Mittelländischen Turnverbandes statt, an dem 80 Abgeordnete aus 26 von 31 Turnvereinen des bernischen Mittelandes teilnahmen. Präsident Fritz Künzi, Bern-Bürger, erstattete den Jahresbericht, betonend, daß der Verband dieses Jahr auf einen 30-jährigen Bestand zurückblicken kann. Er wurde 1892 gegründet; erster Präsident war Herr Trachsel, Bern-Stadt. Der Verband umschließt heute 31 Turnsektionen mit zusammen 5258 Mitgliedern, davon sind nicht weniger als 2071 Turnende. Außerdem gehören 452 Jüglinge den Jugendriegen des Verbandes an. Das letztjährige Turnfest in Muri schließt mit einem Einnahmenüberschuß von Fr. 2565.— ab, wovon 25 Prozent in die Kasse des Verbandes fließen. 284 Schüler beteiligten sich an den Kursen des turnerischen Vorunterrichts. Die Einnahmen des Verbandes pro 1921 belaufen sich auf Fr. 2723.50; die Ausgaben auf Fr. 2678.50; das Barvermögen auf Fr. 1640.30. Aus den Anlässen pro 1922 sei die Verbandsturnfahrt auf den Chuzen, Belpberg, erwähnt, dann das mittelländische Turnfest in Zollikofen als Generalinspektion für das eidgenössische Turnfest in St. Gallen, sodann die Einführung einer Meißnermannschaft in neu eingeführten Korballspiel, das von Sek.-Lehrer Müllener erklärt wird. Auch dem turnerischen Vorunterricht und der Jugendriegenbildung wird in laufendem Jahr wiederum weiteste Beachtung geschenkt werden. —

Kellerdiebe machen sich zurzeit in der Stadt unangenehm bemerkbar, namentlich auf dem Kirchensfeld und in der Länggasse. Die Polizei sucht zwei unbekannte Männer, ein älterer und ein jüngerer, die der Diebstähle verdächtig sind. Den Schelmen fielen hauptsächlich Wäsche, Flaschenweine, Konserven, Eier usw. in die Hände, deren Wert sich auf viele hundert Franken beläuft. —

Unter dem Vorsitz von Oskar Bohlhardt, dem Kommissar der Schweizerischen Handelsbörse konstituierte sich in Bern ein Initiativkomitee für die Gründung einer schweizerischen Freihandelsliga. Dem Komitee gehören 30 Personen aus Kreisen von Handel und Industrie, sowie mehrere Mitglieder der eidg. Räte an. Die Liga will sich in erster Linie für eine freihändlerische Zollpolitik, für Beseitigung der Monopole, Abbau der Außenhandelsbeschränkungen und Förderung der freien Handelsbeziehungen mit dem Auslande einsetzen.

Kleine Chronik

Der letzten Bundesversammlung hat der Bundesrat die vierte Rechnung über die Mobilmachungskosten, umfassend die Jahre 1919-1921, unterbreitet. Die Ausgaben erreichen den Betrag von Fr. 203,000,000.—, worunter rund 50 Millionen Franken für die Militärversicherung und 35 Millionen Franken für nachträgliche Zahlungen an die Bundesbahnen und Privatbahnen für Militärtransporte figurieren. Die vier Rechnungen ausgewiesenen Ausgaben für die gesamte Zeit der Mobilmachung belaufen sich auf rund Fr. 1,565,000,000.—. Darunter figuriert als nicht eigentlich zu den Mobilisationskosten gehörend ein Betrag von 310 Millionen, der für die Brotversorgung des Landes aufgewendet wurde. Alle diese Zahlen sind jedoch noch nicht als endgültig zu bezeichnen. Nimmt man an, daß an diese Summe durch Kriegs- und Kriegsgewinn-Steuern bis jetzt etwa sechshundert Millionen Franken aufgebracht wurden, verbleibt durch die kommenden Kriegssteuern immerhin noch ein netter Millionenbetrag aufzubringen.

Cheater und Konzerte

Zur Aufführung des Lehrergesangsvereins Konolfingen und Umgebung.

Die Wiederholung von Brahms' deutschem Requiem in der schlichten Dorfkirche in Mönningen vom vergangenen Sonntag brachte dem Lehrergesangsverein Konolfingen und Umgebung in jeder Hinsicht einen schönen Erfolg. Auch aus der Bundesstadt hatte sich eine stattliche Zahl von Freunden des Vereins eingefunden, so daß die Kirche bis auf den letzten Platz gefüllt war.

Wenn man von den beschränkten Raumverhältnissen in der etwas engen Kirche absteht, die eine volle Auswertung des großen Orchesterwerkes nicht ermöglicht, kann gesagt werden, daß der strebsame Chor im Rahmen des Möglichen dem Werk eine würdige Wiedergabe verlieh. Um auf dem eingeschlagenen Wege weiter mit Erfolg aufwärts zu schreiten, sollte der Verein darnach trachten, besonders in den Bass- und Tenören weitere Kräfte zu gewinnen, damit das Stimmenverhältnis noch besser ausgeglichen wird. Vor allem im Sopran verfügt der Chor über ganz ausgezeichnete Kräfte, die einen Ausgleich in den übrigen Stimmen wünschenswert erscheinen lassen.

Brahms widmete dieses tief empfundene Werk seiner heimgegangenen Mutter. Auch wenn uns nicht die Biographie des großen Meisters dies verraten würde, müssen wir doch erkennen, daß ein schmerzlicher Verlust dem Komponisten die Anregung zu seinem Requiem gegeben hat, das von tiefstem seelischem Erleben erfüllt ist und in seiner Art ganz einzig dasteht.

Das Werk zerfällt in zwei Hauptabschnitte. Im ersten gibt sich der Tonsetzer restlos seinem Schmerz hin. Alle hellen Farben im Orchester fehlen. Alles atmet tiefste Wehmut. Die Worte, die Brahms frei der heiligen Schrift

entnommen hat, verkünden das Nichts des Diesseits, das uns den Blick erheben läßt; aber noch ist der Schmerz zu groß. Wir können keine Hoffnung schöpfen, keinen Trost finden, immer wieder versinken wir in Trauer. Erst zu Ende des dritten Satzes bricht sich die Erkenntnis Bahn: „Der Gerechten Söhne sind in Gottes Hand“. Diese drei Sätze mit ihren immer wiederkehrenden Zweifeln, dem Aufklaren der Hoffnung, dem erneuten Versinken in tiefste Betrübniß, bieten dem Chorleiter alle Möglichkeit zu feinsten dynamischer Ausgestaltung. Direktor Schweinruber hat diese Aufgabe mit großem Verständnis gelöst. Die Chorgesänge gelangen überaus lebendig und überzeugend. Felix Vöffel zeigte in den Soloeinlagen neuerdings, daß er in erster Linie als Konzertsänger prädestiniert ist. Der Wohlklang seiner Stimme kam hier ganz besonders zur Geltung.

Der zweite Teil der Trauerfeier wendet sich dem Troste zu. Klage und Schmerz sind überwunden und im Glauben an ein überirdisches Leben finden wir Erlösung. Eine besondere Stellung nimmt hier der fünfte Satz ein, wo die Solosopran-Einlage — vom Komponisten als Stimme einer abgesehenen Seele gedacht — die Tugend des Widersprechens verkündet. Die Solistin, Frau Dr. Seiler-Neuenschwander aus München, verstand es, diesem Satz in seiner anmutigen Schlichtheit, seinen vollen seelischen Gehalt zu verleihen, wozu die reine Vortragsweise viel beitrug.

Der sechste Satz, der in seiner Anlage zweifellos der bedeutendste ist, und zu Beginn in seiner Wucht viel an das Dies irae der katholischen Totenmesse erinnert, brachte eine mächtige Steigerung. Dieser Chorgesang stellt besonders an den Sopran größte Anforderungen. Mit unermüdlicher Frische wurde er bewältigt. Durch ein etwas rascheres Tempo gegen den Schluß hin, wäre die Wirkung vielleicht noch erhöht worden.

Mit dem überaus stimmungsvollen Schlußsatz, der in stiller Ergebung die Ruhe wieder bringt und wahren Gottesfrieden atmet, fand die Aufführung ihren Abschluß. Wir können dem Lehrergesangsverein Konolfingen zu seinem schönen Erfolg nur gratulieren und die Hoffnung aussprechen, daß er auch in Zukunft technische Schwierigkeiten nicht scheuen und wieder an das Studium größerer Orchesterwerke herantreten werde. D.n.

Stadttheater. — Wochenspielplan.

- Sonntag, 12. Februar:
Nachmittags: „Faust I“.
Abends: „Der keusche Lebemann“, Lustspiel von Arnold und Bach.
- Montag, 13. Februar (Ab. A):
„Maria Magdalena“, Trauerspiel von Friedrich Hebbel.
- Dienstag, 14. Februar (Ab. C):
„Der keusche Lebemann“, Schwanck von Arnold und Bach.
- Mittwoch 15. Februar (Ab. B):
„Der Sturm“, Zauber-Lustspiel von William Shakespeare.
- Donnerstag, 16. Februar:
„Die Josephslegende“, von Richard Strauß.
- Freitag, 17. Februar (Ab. D):
„Fra Diavolo“, Oper von Auber.
- Samstag, 18. Februar:
„Der Bitter aus Dingsda“, Operette von Ed. Künneke.

Sonntag, 19. Februar:
Nachmittags: „Die Josephslegende“, von Richard Strauß.
Abends: „Fra Diavolo“, Oper von Auber.

Heimatdramatheater.

Im Schängli wurde Simon Gsellers Schauspiel „Schwarzgeist“ für Bern uraufgeführt. Das Stück ist als ein Ereignis zu betrachten. Nachdem schon oft der Versuch mißlungen war, tragische Stoffe in der Mundart Bühnenmäßig zu gestalten, ohne daß sie entweder sentimental oder komisch wirken, stellt uns Meister Geller heute ein Schauspiel auf die Bretter, das beweist, daß alle die früheren Mundartstücke tragischen Charakters nicht an dem Wesen bernischer Sprache scheitern mußten, sondern weil die Schriftsteller nichts konnten. Sprache und Eigenart der Berner sind so reich, als die eines expressionistischen schwäbischen Jünglings oder schweizerischen Dichter-Exzenters, der alles mit inbrünstigem Vollen erreichen und hauptsächlich dadurch groß werden will, daß er jeden anderen als veralteten Trottel bezeichnet.

Der Weltkrieg ließ die Zeit nach seelischen Werten suchen. Das ist nicht nur in der Stadt so, wo die Sektenpriester nicht genug weite Räume finden für ihre Zuhörer, sondern auch auf dem Guggenbühl. Dort hat Elise Erscheinungen, betört die Frau ihres Bruders, der an der Grenze steht, daß sie nicht einmal den Arzt holen läßt, als ihr Kind krank wird; Gott ergeben schauen sie zu, wie Fredi sterben muß. Die Mutter hinterläßt sich am Tode ihres Bibbchens, Elise aber sieht den Anfinn ihrer Schwärmerie ein und fühlt bittere Reue. Da kommt Ueli von der Grenze heim. Er ist im Angesicht des taufendfachen Todes, dem er im Dienst zuschauen konnte, hart geworden und hat treue Männerfreundschaft kennen gelernt. Aber der Schmerz um seine Liebsten übernimmt ihn doch eine Weile. Schließlich versöhnt er sich mit seiner Schwester, und seine Frau scheint ihn wiederzuerkennen. Das Stück endigt in einem Lustakt. Und das ist etwas vom Besten daran, wie der Weg nicht im melancholischen Dünst sich verläuft, sondern sich nach der schweren Prüfung wieder aufhellt und — uns, den Zuschauern, vorwärts zeigt, einem Ziel entgegen, das fest auf dem Boden steht.

Die Darsteller machten jeder seine Sache so gut und im Zusammenspiel so echt, daß es eine Freude war. Besonders hervorgehoben sei der Akteur, Stübli und Elise, so wie die Kinder. Die Wahnsinnszene packte so, daß im Zuschauerraum manch eine und manch einer sein Taschentüchlein verdächtig viel gebrauchen mußte. — Im übrigen sei doch einmal gesagt, daß sich die „Heimatdramatiker“ im Grunde genommen eine viel schärfere Kritik von Seiten unseres Berner Publikums gefallen lassen müssen, als die gelehrten Schauspieler am Stadttheater. Denn wie ein Bernerbauer oder eine Bernerbäuerin ungefähr sich benimmt, das weiß doch der Bernstädter besser, als er weiß; wie sich ein niederdeutscher wunderbarer Jan, ein Biedermeierfräulein oder gar ein Gralsritter in Wirklichkeit benehmen würden, und darum sind gewisse Erwartungen und bestimmte Maßstäbe da, die bei einer Stadttheatervorstellung nicht vorhanden sind. Weil das Urteil des Berner Publi-

funs über die Aufführung des „Schwarzgeißt's“ allgemein so lobend ausfiel, können sich der Verfasser, wie die Spieltruppe wirklich gratulieren!
Hans Zulliger.

Gesundheitspflege.

Gesundheitswert und Heilkraft des Tiefatmens.

Von Dr. Traenhart.

Ohne Speise kann man tage- und wochenlang leben, wie Hungerkünstler beweisen haben, aber ohne Luft nur wenige Minuten. Lungenpeise ist Lebenspeise. Mit tiefem, energischem Luftholen begrüßt der neugeborene Mensch das „himmliche Licht“. Der Säugling ist Voll- und Tiefatmer aus Instinkt. Er schreit „aus vollem Halse“, wirft Kopf und Schultern zurück, drückt die Brust heraus und stemmt sich mit den Füßen gegen die Unterlage. Er atmet „mit allen Bieren“. Auch später noch übernimmt das Schreien mit Tiefatmen die gesundheitsliche Rolle des Spazierens und man sollte die Kleinen nicht durch Lutscher (Schnuller), Herumtragen, Schaukeln davon abhalten. „Schreitinder — Gedeihkinder“. Und der Knabe oder Mädchen lautes Wesen und leichtes Weinen bei Spiel oder Streit gehört ebenfalls zu den natürlichen Lungenstärkungsmitteln, die man wohl beschränken, aber nicht unterdrücken soll. Gerade der kindliche Organismus hat Vollatmen sehr nötig, damit ihm „der lebendige Odem“ in Fülle zugute kommt. Bei der gewöhnlichen oberflächlichen Atmung wird kaum ein Fünftel des ganzen Luftinhaltes der Lunge erneuert, bei energischer Tiefatmung aber über vier Fünftel, also viermal soviel. Namentlich in den Spitzen, die den Hauptluftmagen darstellen, wird dabei nur wenig die schlechte, kohlenstoffhaltige Luft verbessert durch Zufuhr von neuer sauerstoffreicher Nahrung. Dadurch bleiben die Gewebe der Lungenspitzen schlecht ernährt und werden widerstandslos gegen Krankheitserreger, sie bilden erfahrungsgemäß häufig den Anfangsherd für Tuberkelwucherungen. Deshalb bildet Vollatmen, rechtzeitig gepflegt, das sicherste Schutzmittel gegen tuberkulöse Erkrankungen. — Schon bei kleinen Kindern kann man mit solchen regelmäßigen Übungen beginnen. Man gibt ihnen jeden Tag einmal eine Pfeife und ein Schüsselchen mit Seifenwasser und spornet sie an, recht große Blasen durch anhaltendes, langsames Pusten fertig zu bringen. Die Fenster müssen möglichst geöffnet sein, damit fortwährend frische Luft einströmen kann. So üben sich die Kinder spielend im Tiefatmen, ihr Brustkorb dehnt und kräftigt sich, ihre Lunge wird gestärkt und vollblütig. Bei den Kleinen muß man solche Luftübungen zu Zweckübungen benutzen, die dann auch bald mit Genuß auszuführen werden. Mit größeren Kindern kann man regelmäßiges Tiefatmen ohne Spielerei vornehmen, um sie zu schützen vor Schmalbrüstigkeit, Lungenschwäche, Blutarmut und Tuberkulose. Dr. Marage hatte mit 200 Schülern täglich Atemübungen vorgenommen. Nach wenigen Wochen war deren Brustumfang durchweg um 2 bis 6 Zentimeter gewachsen. Tiefatmen ist

als Vorbeugungsmittel gegen Schwindel, unsere verheerendste Kinderseuche, von unschätzbarem Werte. Man muß jedes Kind dabei und in der Schule zum Vollatmer erziehen und ausbilden; jung gewohnt, alt getan! Beim Vor- und Nachmittagsunterricht soll je eine Zwischenpause von einigen Minuten dazu benutzt werden, die Kinder außerhalb des Schulzimmers in freier Luft tiefatmen treiben zu lassen, wobei der Lehrer zu seiner eigenen Gesundheit mit gutem Beispiel vorangehen muß. Dies Vollatmen dient hierbei auch noch zur allgemeinen Ermunterung und geistigen Auffrischung. Wenn das Tiefatmen ferner noch regelmäßig geübt wird beim Turnunterricht und auf gemeinsamen Spaziergängen, dann werden wir nicht mehr so viele blutarme, bleichsüchtige, engbrüstige Mädchen, und hagere, schmalbrüstige Knaben haben.

Zweck der Atmung ist die Abgabe der im Körper gebildeten schädlichen Kohlenstoffe nebst schlechten Ausscheidungsstoffen und die Aufnahme von nährendem Sauerstoff aus der Atmosphäre. Im Atmungsorgan kreist beständig ein volles Drittel der gesamten Blutmasse und jede Blutleiste durchreißt diese Bahn 8000 Mal in 24 Stunden. Die beiden Lungenflügel sind sozusagen die Fütterungsplätze der wie Ameisen unablässig vorbeischießenden Blutkörperchen. Kommen diese kohlenstoffbeladen und sauerstoffhungrig an, können sie aber dann nicht reinigen und finden nicht, wonach sie lechzen, so müssen sie mit einem Teile ihrer schädlichen Kohlenstoffladung wieder abzugeben und bringen den Geweben statt Erfrischung und Nahrung nur Erschlaffung. Sie selbst leiden auch unter dieser mangelhaften Fütterung, indem sie an Gestalt und Farbe verkümmern. Da nun bekanntlich die Farbe des ganzen Körpers (Haut, Lippen usw.) von der des Blutes bestimmt wird, so ist mangelhafte Atmung die häufigste eigentliche Ursache aller jener als Blutarmut (Blutschwäche) bezeichneten Zustände. Jeden Morgen, Mittag und Abend regelmäßig zwanzig recht tiefe Atemzüge in frischer, reiner Luft bei leichtester Kleidung bewirkt viel sicherer „rote Baden“ als Stahlwasser und Eisenpillen. Das mögen die vielen, vielen bleichsüchtigen Mädchen wohl beherzigen und befolgen. Die „höhere Tochter“ und der hagere Jüngling sitzen tief gebeugt, mit eingesunkenen Lungen am Arbeitstisch und vergessen schier das Atmen. Wöhllich seufzen sie auf und holen unwillkürlich tief Atem: das ist ein Notschrei der lufthungrigen Lungen und ein Warnungssignal vor dem so gefährdeten Lungenspitzenkatarrh, den häufigen Vorläufer der Tuberkulose. Sie mögen stets beherzigen, daß man nur durch Vollatmen die Lunge widerstandsfähig machen, das Blut verbessern und beleben kann. Die eitle Jugend möge auch noch bedenken, daß stets kräftiges Atmen zur Verschönerung der Gestalt ganz bedeutend beiträgt, indem es die schlaffe, schlaffe Haltung streckt und reckt, Schultern und Brust strafft, kräftigt und voller macht.

Die Ausübung des Tiefatmens kann im Allgemeinen bei jungen und erwachsenen Personen gleich sein. Nur verwenden jüngere Leute zweckmäßig einen

Atemstab (Spazierstock, Besenstiel), den sie im Abstand von etwa 80 Zentimeter fassen, über den Kopf emporheben und dann bei geknickten Ellenbogen hinter den Nacken führen. Im übrigen nehme man eine gerade Haltung ein, Schultern zurück, Brust etwas heraus, die Hände in die Hüften gestützt. Der Körper darf in keiner Weise durch ungewöhnliche Kleidungsstücke, wie Korsett, enge Kragen, Gürtel, Hosenträger, Hosensack und eingeknickte oder beengt sein. Je leidloser man ist, umso besser. Da morgens am meisten schädliche Kohlenstoffe im Blute vorhanden ist, stehe man gleich nach dem Erwachen auf und mache Vollatmungsübungen. Dann wieder ungefähr zwei Stunden nach dem Mittagessen und zwei Stunden nach dem Abendessen; jedesmal nur etwa zehn Minuten. Nie übe man mit vollem Magen, lieber vor den Mahlzeiten.

Bei der gewöhnlichen Atmung der Männer ist fast nur das Zwerchfell tätig, der Unterleib hebt und senkt sich, aber die Rippen zeigen wenig Veränderung. Beim weiblichen Geschlecht wieder ist das Brustatmen gebräuchlich mit Hebung der Rippen. Beides ist einseitig und vernachlässigt manche Lungenteile. Deshalb soll man bei jeder Übung mit der Zwerchfellatmung beginnen, zur Rippenatmung übergehen und alsbald beides zu kräftiger Vollatmung vereinigen. Im Anfang mache man also jedesmal flache Atemzüge mit Vorwölben (Einatmung) und Einziehung (Ausatmung) des Unterleibes. Dann folgen immer tiefere Atemzüge, bei denen auch der Brustkasten erweitert und gehoben wird, ohne dabei das Zwerchfellatmen (Unterleib jedesmal vorwölben und einziehen) irgendwie zu vernachlässigen. Man muß namentlich während der ersten Übungen seine ganze Aufmerksamkeit auf die sorgfältige Ausübung dieser seit Jahrzehnten bewährten Regeln richten; bald werden sie zur zweiten Gewohnheit. Bei allen Übungen gilt das wichtige Gesetz, daß wenige tiefe Atemzüge bedeutend mehr wirken als zahlreiche oberflächliche.

Rättemelle.

Jeho, wo der Föhn schon tollte,
Wo es gerade lenzen wollte,
Saisonausverkauf schon schloß,
Wo man schon den Sommer ahnte,
Frühjahrsstolletten plante
Aus zwei Taschentüchern bloß,
Kam daher mit Blieschnelle
Unverhofft die Rättemelle.

Alles rannte kalt sie nieder,
Frühjahrsdichters schönste Nieder
Sind nun nicht mehr aktuell,
Aus dem Kasten holt man traurig,
Rättekloppernd, zappelnd schaurig,
Tritotagen wieder schnell,
Um das Ohr man Tücher windet,
Und der Blusenausschnitt schwindet.

Pelzbehangen bis zur Mitte,
Trippelt man mit raschem Schritte,
Durch die Lauben, durch die Stadt,
Füßchen muß man gründlich regen,
— Schon der Selbsterwärmung wegen —
Da man kurze Röckchen hat,
Und die Strümpfe, nach wie vor,
Spinnwebedünn aus — Seidenflor.