

<b>Zeitschrift:</b>	Jahrbuch der Schweizerischen Gesellschaft für Schulgesundheitspflege = Annales de la Société Suisse d'Hygiène Scolaire
<b>Herausgeber:</b>	Schweizerische Gesellschaft für Schulgesundheitspflege
<b>Band:</b>	11/1910 (1911)
<b>Artikel:</b>	Der Hygieneunterricht in der Schule : Vortrag, gehalten am 18. Februar 1910 im Schwurgerichtssaal in Zürich
<b>Autor:</b>	Bleuler
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-91110">https://doi.org/10.5169/seals-91110</a>

### 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:** 08.01.2026

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

# 1. Der Hygieneunterricht in der Schule.

Öffentlicher Vortrag

auf Veranlassung der Ortsgruppe Zürich des Schweiz. Bundes abstinenter Frauen, der Union für Frauenbestrebungen (Zürcher Stimmrechtsverein), der Sektion Zürich des Schweiz. gemeinnütz. Frauenvereins, der Sektion Zürich des Schweiz. Lehrerinnenvereins

gehalten

am Freitag, 18. Febr. 1910, im Schwurgerichtssaal in Zürich,

von

**Prof. Dr. Bleuler,**

*Direktor der kantonalen Irrenanstalt Burghölzli, Zürich.*

---

Es mag Ihnen frech von einem Psychiater vorkommen, über Hygiene zu Ihnen zu reden. Mir wenigstens kommt diese Frechheit unangenehm zum Bewusstsein, und da möchte ich zu Ihrem und zu meinem Troste sagen, was mich trotz allem drängte, vor Sie zu treten. Ich glaube nämlich, dass man punkto Hygiene noch lange nicht ganz auf der Höhe ist, auf der man nach dem Stand unseres Wissens sein könnte, indem man noch Dinge unberücksichtigt lässt, die viel wichtiger sind als das meiste, was gelehrt wird. Das bakteriologische Wissen wird überall im Sinne der Hygiene verwertet und popularisiert, meiner Meinung nach mehr als gut ist. Man predigt überall Luft und Reinlichkeit, man macht Vorschriften und Schutzvorrichtungen gegen Gifte und gegen Verletzungen, mehr als denjenigen lieb ist, die sie handhaben müssen. Kurz, man sorgt für den Körper und rechnet mit dem Körper in ausgibiger Weise — wie wenn der Mensch eine Pflanze wäre. Er ist aber keine Pflanze, sondern nur seine eine Hälfte führt ein pflanzliches Leben. Die andere Hälfte ist zwar unsichtbar, ist aber die wichtigere Hälfte für den Hygieniker so gut wie für den Theologen. Der Chirurg Rose lehrte uns, ob eine Verletzung gut oder schlecht heile, hänge vom

Verstand ab, des Patienten nämlich, nicht des Arztes. Der Ausspruch enthält nicht eine Unwahrheit, sondern nur eine gewisse Übertreibung. Er ist ausserdem insofern nicht ganz richtig, als er einseitig statt „Geist“ bloss „Intelligenz“ setzt; wichtiger als diese ist ja der Charakter, unser Streben, unser Fühlen, im speziellen Falle z. B. auch die Geduld.

Die Bedeutung der Hygiene wurde schon früh erkannt. Vor zweieinhalb Jahrtausenden haben die Erfahrungen in seinen Heeren dem grossen Cyrus den klassischen Ausspruch entlockt: „Die Ärzte sind schliesslich doch nur Flickschneider, und man sorgt besser für die Armee, wenn man den Krankheiten vorbeugt, als wenn man sie kuriert.“ Wenn auch die eigentliche Heilkunst seitdem ebenso angenehme wie anerkennenswerte Fortschritte gemacht hat, so ist der Ausspruch doch auch heute noch wahr. Jeder tüchtige Arzt empfindet das schmerzlich, und es gibt deshalb kaum einen, der nicht bestrebt wäre, auch Vorbeugung, d. h. Hygiene zu treiben, soweit es seine individuelle Lage, seine Zeit und die Art seiner Praxis gestattet. Das Bewusstsein, dass dies unsere erste Pflicht ist, wird beim ärztlichen Stand immer mächtiger. Und auch immer notwendiger. Bis in die letzten Jahrzehnte war ja der heilende Einfluss des Arztes bei den meisten Krankheiten so minim, dass er für die Auslese der Lebensfähigen nicht in Betracht kam. Erst die Kenntnisse der neuern Zeit in Anatomie und Physiologie und dann namentlich die Fortschritte der Chirurgie und der Geburtshilfe haben uns die Möglichkeit gegeben, so viele weniger lebensfähige Individuen zu erhalten, dass mit der Zeit eine erhebliche Verschlechterung des Gesamtzustandes der Art eintreten muss. Wenn unsere Lungen-sanatorien nicht nur als Erleichterung für die Tuberkulösen, sondern als eigentlicher Heilfaktor wirken, wie es den Anschein hat, dann erhalten sie eine Menge von Menschen, die sonst zugrunde gingen, nun aber ihre Disposition zu Tuberkulose in die folgenden Generationen tragen. Der Chirurg, der Brüche operiert und Wurmfortsätze herausschneidet, der Geburtshelfer, der trotz engem Becken die Geburt zum normalen Ende führt, sie tun dem einzelnen eine Wohltat, tragen aber damit bei zur allmählichen Verschlechterung der Rasse. Ich glaube nun nicht, dass hier die Gefahr eine unmittelbare sei; es braucht viele Generationen, bis solche Eingriffe in die natürliche Auslese sich ernstlich fühlbar machen. Schon schlimmer steht es aber mit unserer Tätigkeit als Irrenärzte und mit der zunehmenden Sorge für die Schwachen überhaupt. Die zu versorgenden Geistes-

kranken nehmen mit einer Geschwindigkeit zu, dass es nicht mehr lange so gehen kann. Es werden einfach nicht genug Gesunde mehr sein, um die Kranken zu erhalten. Haben sich doch die Ausgaben des Kantons Zürich für seine Irrenpflege in 20 Jahren von 800,000 Fr. auf 1,200,000 Fr. gesteigert, wobei die Bauten, die Millionen kosten und die über die Kostgelder hinausgehenden recht grossen Leistungen der Privaten nicht gerechnet sind. Das ist zwar etwas weniger erschreckend, als es zunächst aussieht; denn die Zunahme kommt weniger davon, dass mehr Personen in der Bevölkerung erkranken als davon, dass die Erkrankten länger am Leben erhalten bleiben als früher. Diese Art der Zunahme muss also bald an eine Grenze kommen. Wer aber längere Jahre in der Irrenpflege tätig ist, erschrickt über die grosse Menge derjenigen, die nach der Erkrankung heiraten, oder wenn sie vorher schon verheiratet waren, wieder Kinder zeugen. Bei der grossen Neigung vieler Geisteskrankheiten zur Vererbung kann das nicht ohne Einfluss auf die nächsten Generationen bleiben. Nimmt man noch alle die körperlich und geistig irgendwie abnormen Leute, die früher sehr rasch zugrunde gingen, nun aber dank unserer Wohltätigkeitseinrichtungen weiter leben und sich fortpflanzen, hinzu, so braucht man nicht gerade Nietzsche gelesen zu haben, um die Sache sehr ernst zu nehmen. Wohltun ist schön; aber man übernimmt damit auch die sehr ernste Pflicht, dafür zu sorgen, dass man nicht mehr Übles als Gutes tut.

Die allgemeine Kenntnis und Übung der Hygiene ist also nicht nur deswegen ein Postulat geworden, weil wir nun die wissenschaftlichen und technischen Mittel haben, sie nutzbringend anzuwenden, sondern weil wir auf einem Punkt angelangt sind, wo es heisst: entweder Hygiene oder Entartung der Rasse. Hygiene ist eine Lebensbedingung geworden.

Selbstverständlich nützt es nichts, dass nur die Ärzte sie treiben. Man hat ja auf diesem Wege sehr Schönes erreicht; man hat durch Trinkwasserversorgung und Kanalisation die Sterblichkeit in grossen Städten bis auf die Hälfte herabgesetzt; man hat internationale und eidgenössische und kantonale Gesetze und Verordnungen wider Seuchen und Lebensmittelverfälschungen usw. gemacht; aber all das nützt wenig, wenn nicht der einzelne weiss, was not tut, besonders in unserer Republik, wo schliesslich ohne Einwilligung des Volkes, oder bei tauben Behörden ohne Initiative des Volkes — vide Absinth — nichts erreicht werden kann.

Die Hygiene ist ebensogut Sache des Individuums wie des

Staates; jeder einzelne muss sie nicht nur etwa einmal im Leben mit dem Stimmzettel, sondern auch alltäglich praktisch üben. Es nützt nichts, die Ansteckung durch Tuberkelbazillen zu verbieten, wenn der Kranke nicht gelehrt worden ist, worauf es ankommt, und wie er sich seines Auswurfs in unschädlicher Weise entledige. Für die letztere Massregel allerdings hat der behandelnde Arzt die spezielle Instruktion zu übernehmen. Er ist aber ohnmächtig, wenn ihm die Schule nicht soweit vorgearbeitet hat, dass der Patient die Belehrung mit Verständnis aufnehmen kann.

In Südalien kommt es noch etwa vor, dass man die Ärzte, die zur Bekämpfung einer Epidemie hingeschickt werden, für die Veranstalter der Seuche hält und sie zwingt, ihre Karbolsäure zu trinken. Bei uns hat man's ja weiter gebracht; aber es findet doch manche ländliche Gesundheitskommission nicht die Energie, gegen den Unverständ oder den Egoismus der Einwohner eine hygienisch notwendige Massregel durchzuführen. Es sollte bald dazu kommen, dass die Leute, die ihre Familie oder die Allgemeinheit an Gesundheit und Leben gefährden, von allen, die sie kennen, so viel Verachtung erfahren, wie wenn sie gestohlen hätten, oder wenn sie mit einem Rock herumliefen, der heute nicht Mode ist. Die gesundheitliche Gefährdung der Mitmenschen ist nämlich noch schlimmer als beides.

Es bedarf aber einer tüchtigen Arbeit, das zu erreichen. Der Mensch hat ja keinen direkten Instinkt für die Vermeidung von Krankheiten. Er will eigentlich vor Krankheit gar nicht bewahrt sein, das stellt zu unbequeme Forderungen; sondern er will rasch und sicher und angenehm geheilt sein, wenn er sich durch Liederlichkeit oder Nachlässigkeit eine Krankheit zugezogen. Für die Vorbeugung sind auch die kleinsten Opfer zu schwer; ist die Krankheit da, dann tut man alles mögliche, Gescheites und Dummes, namentlich aber das letztere, und kommt jedenfalls oft zu spät. So produziert man seit Jahrtausenden Heilmittel in unbegrenzter Zahl, vom Zauberspruch des Negers bis nach Lourdes, von der alten egyptischen Dreckapotheke bis zu den elegantesten und kompliziertesten Drogen der modernen Industrie. Aber alle diese Leistungen entsprechen nicht den Anforderungen der Menschheit; sie heilen eben noch recht wenig. Auch die andern berühmten Errungenschaften der Wissenschaft lassen den Durchschnittsmenschen kalt. Deswegen weil wir die Bazillen endlich sehen können, die uns umbringen, heilen wir wenige Blutvergiftungen und wenige Infek-

tionen mehr als vorher. Dass wir dadurch eine Anzahl der wirksamsten Mittel in die Hand bekommen haben, den Krankheiten vorzubeugen, und dass man sie nun auch benutzen soll, das ist das Wichtige, und das muss der Kulturmenschheit erst beigebracht werden.

Die Hygiene gehört also in die Schule und zwar nicht als Nebenfach.

Das Fach hat sich in zwei Richtungen zu teilen, die Individualhygiene und die Rassenhygiene. Die letztere käme naturgemäß in die obersten Klassen; die erstere hätte wieder Rücksicht zu nehmen auf die Hygiene der Gesunden und die der Kranken. Diese Unterabteilungen sind natürlich nicht scharf getrennt. Die Individualhygiene ist manchmal insofern im Widerspruch mit der Rassenhygiene, als sie eben schwächlichen Individuen die Fortpflanzung ermöglicht. Sie bedarf deshalb der ergänzenden Ermahnung zur Pflicht gegenüber der Zukunft.

Viel häufiger fallen Rassenhygiene und Individualhygiene zusammen. Wenn durch ungesunde Zustände, durch Hunger, durch Alkohol die einzelnen geschädigt werden, so leiden auch die Nachkommen darunter. Es ist — wenigstens innerhalb absehbaren Zeiten — nicht so, dass allgemeine schlechte Zustände durch energischere Auslese nur Kräftige übrig lassen. Es wird eben durch eine solche Schädlichkeit die Lebensenergie aller herabgesetzt, und diejenigen, die dabei nicht aushalten, sterben; die übrigen sind auf ein tieferes Niveau herabgedrückt. So bei Alkohol, bei Malaria, bei Kropfdegeneration usw. Eine Verbesserung unter solchen Einflüssen wäre nur möglich, wenn sich eine neue Rasse heranbildete, die sich speziell an die zu ertragende Schädlichkeit anpasste. Dazu braucht es enorme Zeiträume, die hier nicht in Betracht kommen.

Die Einzelheiten, wie und wann Hygiene gegeben werden soll, muss ich den Pädagogen überlassen. Die Ausführung wird namentlich auch vom allgemeinen Lehrplan abhängen. Reinlichkeit kann man dem Kleinsten predigen; Kleiderhygiene erst, wenn die Physikunterricht die Voraussetzungen gegeben hat. Aber man sollte auch von den andern Fächern fordern, dass sie alles das geben, was zum Verständnis des Hygieneunterrichtes nötig ist. Immerhin kann man schon recht weit gehen, ohne von Chemie und von Kalorien zu reden, und ich glaube, dass man oft in solchen Nebensachen zu viel Ballast aufladet. Ich behaupte, dass ohne Chemie eine hygienische Küche geführt werden kann, und ich möchte sogar

noch weiter gehen und tadeln, dass man jetzt schon da, wo man solches treibt, zu viel Gewicht darauf legt. Ferner ist sehr zu warnen vor verfrühter Popularisierung wissenschaftlicher Theorien. Es handelt sich da um so komplizierte Verhältnisse, dass z. B. bei der Zubereitung der Nahrungsmittel der Geschmack der Wissenschaft noch in vielem überlegen ist; nur da täuscht er sich, wo es sich um Dinge handelt, an die sich anzupassen unsere Rasse noch keine Zeit hatte, wie die Alkoholindustrie und den Kaffeeimport. Die Liebigschen Theorien von den wärmebildenden und den körperbildenden Nahrungsmitteln sind schon längst über den Haufen geworfen, ersetzt durch andere Theorien, deren Unrichtigkeit auch bereits dargetan ist. Zum Überfluss hat endlich Paulow nachgewiesen, dass ein Nahrungsmittel uns schmecken muss, wenn es richtig verdaut werden soll, und damit auch physiologisch eine Überlegenheit der Kochkunst über die Nahrungsmittelchemie dokumentiert. So gross die Fortschritte auf diesem Gebiete sind, der Einzelfragen sind so unendlich viele und so unendlich komplizierte, dass die junge Wissenschaft wohl erst in Hunderten von Jahren so weit sein wird, alles zu beantworten, was wir jetzt schon fragen.

Noch jedes populäre Lehrbuch der Hygiene enthält deshalb Behauptungen, die nicht bewiesen sind. Man soll also vorsichtig sein und das Hauptgewicht legen auf das, was sicher ist und durch Kritik die Autoren zwingen, auch hier einmal nur das zu sagen, was sie wirklich wissen, so schmerzlich es auch ist, auf wichtige Lebensfragen ungenügende Antwort geben zu müssen. Die ganze pädagogische Durcharbeitung des Hygieneunterrichts der Volksschule ist also noch eine Aufgabe und zwar eine dringende. Hoffentlich finden sich bald die Leute, die sie lösen!

Es sei mir gestattet, hier einige Andeutungen zu geben, wie ich mir die Sache vorstelle.

Zunächst das Wie? Gerade bei der Hygiene hat man sowohl die Gelegenheit als die Pflicht, die Bretter, welche der einseitige Fachunterricht in die Menschengehirne einsetzt, zu durchlöchern. Die Hygiene hat so vielseitige Berührungspunkte mit dem Leben, dass auch der Lehrer anderer Fächer darauf Rücksicht nehmen muss — sobald er es einmal kann. Ein bisschen Rassenhygiene lässt sich so drastisch schildern bei Gelegenheit des Untergangs alter Kulturvölker. Man soll sich ferner klar machen, warum die kräftigen nordischen Völker, welche einmal über das andere Italien durchstürmten, meist sich verflüchtigten wie Wasser auf heissem Stein,

warum die Indianer so rasch ausstarben, warum die Volksseuchen im Mittelalter so entsetzlich hausten. Die Literaturgeschichte gibt Anhaltspunkte, von der Willenshygiene zu sprechen. Im Rechenunterricht lassen sich manche Beispiele aus der Hygiene nehmen. Sonderegger gibt in seinen Vorposten der Gesundheitspflege (IV. Aufl., S. 326) folgende weitere Themata:

Warum schwitzen heute die Fenster? Woher kommt der Wasserdampf, was nützt und was schadet er? Warum sollen wir aufrecht sitzen? Ist das Turnen eine blosse Mode? Warum scheuern wir die Stube? Was schaden schmutzige Hände? Haben die gefürchteten Heldenscharen der alten Germanen und Helvetier Zichorien oder aber Hafermus, Milch und Käse gehabt? Warum freuen wir uns des neuen Schulbrunnens? Warum ist der Trinker, der dort auf der Strasse taumelt, kein starker Mann? und so weiter in alle Gebiete des dem Schüler bekannten Lebens.

Gehen wir auf das Was des zu Lehrenden ein, so können hier natürlich bloss einige Andeutungen gemacht werden; ich möchte namentlich auch darauf aufmerksam machen, dass vieles weggelassen werden kann, resp. in die allgemeine Bildung und nicht zur Hygiene gehört. Ich nehme die einzelnen Kapitel nach dem trefflichen Buche Sondereggers:

Von der Luft, die wir atmen, gibt es wenig, aber wichtiges anzuführen. Dass sie zur Verbrennung in unserm Körper dient, wird man sagen müssen, weil uns dadurch klar wird, dass sie durch die Atmung wie durch einen rauchenden Ofen vergiftet wird, und warum und wie man lüften muss. Dass eigentlich nur der Sauerstoff das wichtige ist, und dass Kohlensäure produziert wird, kann für diejenigen entbehrt werden, die nicht soviel von Chemie wissen. Die Feuchtigkeit der Luft ist ein wichtiges Thema; man darf aber nicht zu gründlich werden, sonst sagt man mehr als man weiss, indem man z. B. all die Wassergefässer auf unsern Öfen für notwendig erklärt. Mehr wissen wir von der Desinfektion der Luft, durch das Licht, das z. B. innert kurzer Zeit Tuberkelbazillen vernichtet. Die Warnung vor unbesonnten Zimmern, vor dem Halbdunkel hinter modernen Gardinen und vor Möbeln, die die Sonne nicht ertragen, ist immer angebracht. Die Verunreinigung der Luft durch Gase und Staub und ihre Abwehr wird überall berücksichtigt der Kampf gegen die Damenröcke, die den Staub aufwirbeln und ähnliche lungenfreundliche Veranstaltungen darf schon mit etwas mehr Nachdruck geführt werden.

Vom Wasser weiss man recht viel, sagt aber oft etwas mehr, z. B. von dessen Desinfektion. Da kommt vor einigen Monaten wieder ein Kantonschemiker und behauptet, man könne schlechtes Wasser durch etwas Weinzusatz gesund machen. Man bringt aber damit nur die Algen und ähnliche unschuldige Wesen ums Leben, bevor sie auch sonst verdaut würden, nicht aber die zäheren Krankheitskeime. Erwähne man auch den Unsinn, dass man den Alkohol empfiehlt, weil das Wasser gefährliche Mikroben nähre. Das kann in einem einzelnen Fall richtig sein, nicht aber auf die Dauer. Auch der Alkoholtrinker kommt ohne Wasser nicht durch und hat also immer noch Gelegenheit, sich zu infizieren, dafür aber weniger Widerstandskraft gegen die Infektion.

Vom Nahrungsmittel Wasser kämen wir auf die flüssigen Genussmittel. Kaffee, Tee sind hier kurz abzutun. Beide werden von nervösen Leuten nicht gut vertragen. Sie haben aber sonst direkt wenig Bedeutung. Um so mehr indirekt. Der Kaffee ist ein Unglück, nicht weil er getrunken wird, sondern weil er, der selber kein Nahrungsmittel ist, die gesunden und billigen Volksnahrungsmittel, Milch und Hafermus, verdrängt. Viele Frauen und auch Kinder verdanken ihre Schwäche dem Kaffee, weil er ihnen genügt und sie abhält, etwas Vernunftgemäßes zu geniessen.

Der Tee hat zurzeit eine besondere Bedeutung als Ersatzmittel alkoholischer Getränke. Sind diese einmal verschwunden, dann bleibt die Rolle zu diskutieren, die man ihm vernünftigerweise noch übergeben soll. Er wird gewiss ein angenehmes, im grossen und ganzen nicht schädliches Genussmittel, auch ein für Mässige harmloses Getränk auf Märschen bleiben. Es ist aber im Auge zu behalten, dass der Germane an keines unserer flüssigen Genussmittel ganz angepasst ist und deshalb auch hier die Neigung haben könnte, zu übertreiben.

Am gefährlichsten sind in dieser Beziehung die alkoholischen Genussmittel, die wie alle andern narkotischen Stoffe den Organismus zum Gebrauch immer steigender Dosen direkt reizen. Ein Unterricht, der gerade diese Seite der Hygiene richtig bearbeitet, könnte unendlich viel Gutes tun; und da er es könnte, so sollte er es auch. Mit andern Worten: es ist Pflicht jedes Bürgers und jeder Bürgerin, die nur ein wenig Einblick in das Alkoholelend haben, mit allen Kräften dafür einzutreten, dass die Jugend in der Schule über die wirkliche Bedeutung des Alkohols aufgeklärt werde. Was sie jetzt im Leben davon

hört, ist fast nur das Gegenteil der Wahrheit. Der Alkohol stärkt die Kräfte, die Verdauung, den Verstand und schützt vor Infektion; er wärmt, und er kühlt! Alles ist eine Lüge, die aber gern gepredigt und gern geglaubt wird, weil man die geistigen Getränke gerne trinkt. Die Jugend in einer Lüge und in einer so gefährlichen Lüge befangen zu lassen, ist aber ziemlich gleichwertig mit sie direkt anlügen, besonders da auch die Handlungen der mässig-trinkenden Respektspersonen inkl. Lehrer vom unbefangenen Verstande der Kinder nur in Einklang gebracht werden können mit jenen falschen Anschauungen, nicht mit der Wirklichkeit.

Wenn einmal die nötigen Lehrkräfte vorhanden sind, ist der Unterricht sehr leicht zu geben, da keine Frage der Hygiene so abgeklärt ist wie die über den Alkohol. Es wird allerdings noch manches bestritten, was wir zu sagen verlangen; aber wie? und von wem? Von ehrenwerten Leuten, die die in der Jugend gesponnenen Ideenverbindungen von Alkohol mit Lebensgenuss, ja mit sittlichen Idealen nicht mehr zu trennen imstande sind, von den weniger ehrenwerten, die auf den Alkohol trotz seiner traurigen Wirkungen nicht verzichten wollen, weil er ihnen ein Vergnügen macht, und die einer Ausrede für ihr Tun bedürfen, und endlich, seitdem man die Abstinenten ernst nimmt, von denjenigen, die einen Teil der Alkohol-milliarden in ihrem Portemonnaie haben oder haben möchten. Mit wissenschaftlichen oder logischen Gründen ist nichts Wesentliches von den Behauptungen der Alkoholgegner bestritten. Ein Geheimrat schreibt etwa, es sei nicht wahr, dass die Abstinenten länger leben als die Trinkenden, hütet sich aber für den Beweis seiner Behauptung den Preis von tausend Mark einzuziehen, der Jahre lang von Hamburg aus offeriert wurde — aus guten Gründen, denn er hat, wo er zu beweisen suchte, leicht nachweisbare Fehler gemacht. Oder man schickt die Statistik des Herrn Ysambard Own seit einem Jahrzehnt in allen Zeitungen herum, indem man sie verdreht und sich in lügnerischer Weise den Anschein gibt, Schlüsse daraus zu ziehen, die in Wirklichkeit gar nicht daraus folgen. Es gibt nur eine einzige, von den Tatsachen und der Logik unanfechtbare Verteidigung des Alkohols: Der Alkohol bringt zwar eine Unsumme von Elend; aber er bringt mir auch ein Vergnügen. Um das Elend zu beseitigen, will ich nicht auf mein Vergnügen verzichten. Das ist Logik. Aber es ist nicht Moral, jedenfalls nicht unsere Moral.

Die Alkoholfrage ist also zum Unterschied von den meisten andern in allem wesentlichen abgeklärt. Der Alkohol ist der Bringer

des grössten Teils der zur Zeit vermeidbaren Übel. Man braucht ihn nur nicht zu trinken, dann schadet er nichts. So lange man ihn aber trinkt, schadet er. Diese Binsenwahrheit sollte den Kindern nicht verborgen werden. Da die Trinksitten und die ganze Suggestion der gegenwärtigen Generation und die Vergnugungssucht der Jungen selber noch in entgegengesetzter Richtung treibt, müssen die Anhänger des Alten oder einer langsamem Umänderung der Anschauungen keine Besorgnis haben, dass es zu rasch gehe. Aber wenn man nur will, kann man den Unterricht ohne Schwierigkeiten erteilen und auch in kurzer Zeit etwas erreichen, wie Mrs. Mary Hunt bewiesen hat, deren Eifer nun viele Millionen Kinder in den Vereinigten Staaten Aufklärung über diesen Zweig der Hygiene verdanken. Auch bei uns hat man in aller Stille bereits damit angefangen. In Schulen in Basel und in einem grossen Dorfe im Kanton Luzern werden von Ärzten solche Aufklärungen gegeben; auch am Zürichsee hat bereits eine Schulpflege den oberen Klassen eine Lektion über die Wirkung des Alkohols erteilen lassen; und es gibt gewiss ausserdem manchen Lehrer, der auch in dieser Beziehung seine Pflicht erfasst hat und in aller Stille übt.

Ein solcher Unterricht hätte z. B. kurz aufzuklären über die Entstehung des Alkohols durch Gährung, die Zusammensetzung der alkoholischen Getränke, die Identität des wesentlichen Stoffes in denselben allen; die Gründe, warum sie nicht als Nahrungsmittel gelten können, die ökonomische Bedeutung dieser Getränke, die für so und so viel Geld dem Körper nichts Notwendiges zuführen, die vermeintlichen und die tatsächlichen Wirkungen, die Bedeutung für das Individuum, die Familie und das Volksleben. Der Zusammenhang des Alkoholismus mit körperlichen und geistigen Krankheiten, mit Verbrechen und Verarmung und mit der Degeneration der Rasse wäre zu zeigen, letzteres natürlich in den obersten Schulklassen. Ob aus diesem Material die Forderung der Abstinenz oder die der Mässigkeit zu ziehen ist, kann man zunächst den Kindern oder auch dem Lehrer überlassen. Denn jetzt kommt die Schwierigkeit.

Wer soll in der nächsten Zeit einen solchen Unterricht erteilen? Würde man von einem Tag auf den andern von unsren Lehrern verlangen, dass sie Chinesisch geben, so wäre das kein Unglück, denn sie würden es ablehnen oder Mittel und Wege suchen, sich darauf vorzubereiten. Sie wären sich eben klar, dass sie noch nichts wüssten, und klar, was sie zu tun hätten. Über den Alkohol haben sie unter dem Einfluss der Trinksitten und der Volksmeinung

ihre Ansicht schon gebildet; es würde den wenigsten zum Bewusstsein kommen, wieviel sie in der Materie zu studieren und zu prüfen hätten, bevor sie vor die Kinder treten dürften. Und da die vulgären Anschauungen über den Alkohol falsch sind, liesse es sich nicht vermeiden, dass manche Lehrer nicht nur einen ungenügenden Unterricht erteilten, sondern den Kindern auch Unrichtiges beibrächten.

Das Dringendste ist also, dass Lehrer herangebildet werden, die auch in dieser Materie Bescheid wissen. Und zwar meine ich nicht bloss einzelne Fachlehrer, die dann und wann in die Schule einbrechen und die ständigen Lehrer zu ärgern riskieren. Es sollte jeder Volksschullehrer die Alkoholfrage soweit beherrschen, dass er den Unterricht darin geben kann, d. h. es sollte die Alkoholfrage als Unterrichtsgegenstand am Seminar eingeführt werden. Das ist das Wichtigste und das Erste, was zu verlangen ist. Aber nicht nur das: Derjenige, der sie in dieses Fach einzuführen hat, muss es selbst verstehen. Solche Leute, die zugleich lehren können, gibt es nun zwar nicht sehr viele, aber genug, um eine Auswahl zu haben und einen derselben mit einem Kurs am Seminar zu beauftragen. Unsere sehr bestimmte Forderung geht also dahin, es sei am Seminar so schnell als möglich Unterricht über die Alkoholfrage und die pädagogische Durchbildung dieses Materials zu erteilen und zwar von einer gerade darin kompetenten Persönlichkeit. Über die Art und Weise, wie den Kindern der Stoff geboten werden soll, existieren sehr gute Vorarbeiten und Vorschläge, die in Form von Lehr- und Lesebüchern niedergelegt sind. (Aus frischem Quell; W. Helenius und A. Trygg-Helenius: Gegen den Alkohol; Lindrum: Zehn Lehrproben zur Alkoholfrage; das Lehr- und Lesebuch für die VIII. Primarschulkasse des Kantons St. Gallen, S. 371.)

Eine weniger leicht zu behebende Schwierigkeit ist der Konflikt mit dem Leben. Der Chinesischlehrer kann unbeschadet seines Amtes im Privatleben zürichdeutsch reden, soviel er will. Der Trinkende aber kann das Trinken nicht als gefährlichinstellen — nämlich das Trinken, wie er es gerade zufällig betreibt. Ich halte dennoch meine Forderung für gut durchführbar. Es gibt so viel objektives Material in der Alkoholfrage, dass kein Lehrer in Verlegenheit kommen wird, was er sagen soll. Was er für Schlüsse aus den Tatsachen zieht, das muss man seiner logischen Kraft und seinem pädagogischen Takt überlassen, wie man es ihm überlässt,

sich im Unterricht mit seinen religiösen und politischen Privatansichten abzufinden.

Bevor aber das Seminar seine Lehrer durchgebildet hat, werden viele Tausende von Kindern von der Schule ins Leben hinausgeschickt. Diese dürfen nicht ungewarnt bleiben; zeigt uns doch die Statistik, dass von unsern Männern etwa 10 % als offenkundige Alkoholiker sterben. In der Zwischenzeit wird man sich also doch durch Wanderlehrer behelfen müssen, die, ohne sich in Gegensatz zur Schule zu stellen, die Kinder der letzten Klassen in 1—2stündigen Lektionen wenigstens darauf aufmerksam machen, dass hier wichtige Probleme und grosse, aber vermeidbare Gefahren stecken.

Von der komplizierten und durchaus noch nicht in allen Stücken klaren Hygiene der Nahrungsmittel kann ich hier nicht viel sagen. In bezug auf den Streit zwischen Vegetariern und Fleischessern will ich nur berichten, dass die Akten noch lange nicht geschlossen sind, dass die natürliche Kost des Menschen eine gemischte ist, denn unter andern haben schon vor ungezählten Jahrtausenden die Neandertaler, die in ihrer ganzen Bildung dem Affen deutlich näher stehen als wir, Fleisch gegessen; aber die Fleischmengen, die wir hier essen, sind eher vom nationalökonomischen als vom hygienischen Gesichtspunkt aus übertrieben. Auf der andern Seite ist Fleisch sicher nicht notwendig. Am richtigsten ist es wohl zu leben, wie es die Italiener machen, die sich mit Polenta oder Makkaroni, d. h. mit Vegetabilien sättigen, aber zur Geschmacksanregung dabei einen kleinen Vogel verzehren. Nun, den letztern werden wir durch einige ebenso schwere Fleisch- oder Wurstscheibchen ersetzen. Gemüse und Obst werden immer noch zu wenig geschätzt. Die „Nährsalze“, von denen man heutzutage soviel spricht, haben gewiss ihre Bedeutung, freilich wissen wir noch nicht so recht welche. Im übrigen scheint es selbstverständlich, dass eine einfachere Kost zuträglicher ist, aber so ganz sicher bewiesen ist nicht einmal das. Vielleicht ist unter den einen Umständen diese, unter andern jene Kostform zuträglicher; vielleicht!

Zur Hygiene gehört es auch, dass man sich mit den Nahrungsmitteln richtig einteilt; man soll den wirklichen Wert derselben kennen, damit man nicht unnütze Ausgaben macht, um am nötigen sparen zu müssen. Sonderegger sagt nicht ohne Berechtigung: „Die Armen leiden weniger an Geldmangel als an Gedankenmangel;“ (143) und ich füge hinzu: aber bei den besser Situierten trifft das noch mehr zu. Milch, Brot, Kartoffeln gehören immer noch zu den

billigsten Nahrungsmitteln; der Nährwert der Eier wird in der Regel überschätzt usw. Dass unsere schweizerische Müllerei und Bäckerei nur ganz weisses Brot liefern will, ist eine Geschmacksverirrung und eine Sünde an den Zähnen und der übrigen Leiblichkeit. Die Käufer sollten sie endlich zwingen, wieder gesunderes und wertvoller Brot zu liefern. Dazu gehört zwar die Kleie nicht, sie hat aber oft Wert als die Darmbewegung anregender Ballast.

Die verschiedenen Fettarten haben ungefähr gleichviel Nährgehalt. Dass man für Milchbutter soviel bezahlt, ist viel mehr Sache des Geschmackes als des Nährwertes.

Wichtig ist dann noch die Art, wie man isst; man soll im ganzen regelmässig essen, wenn es auch nichts schadet, vielleicht sogar sehr gut ist, etwa einmal Hunger, wirklichen Hunger zu haben. Man soll appetitlich essen und soll sich Zeit zum Essen nehmen etc. Ob man Zwischenmahlzeiten einnehmen soll, hängt bei Gesunden, soviel wir wissen, mehr von der Gewöhnung und der Suggestion als vom Bedürfnis ab. Wahrscheinlich ist es besser, wenn man dem Magen Zeit lässt, zu verdauen, was er erhalten.

Was man an der Nahrung spart, nicht an ihrer Qualität und ihrer Quantität, sondern an den Dummheiten derselben, kann man hygienisch sehr nützlich für die Wohnung ausgeben. Eine rein gehaltene, trockene, sonnenreiche Wohnung mit genügendem Luftraum und mit Lüftungsmöglichkeit, die weder über einen Müllhaufen noch in einen unreinlichen Innenhof geht, ist eine wesentliche Bedingung der Gesundheit. Ich brauche hier nicht mehr zu sagen.

Bei den ältern Kindern sollte auch etwas über sexuelle Hygiene gesagt werden. Man soll sie vor Verirrungen warnen, aber ihnen nicht beibringen, dass sie moralische Auswürflinge der Menschheit oder bestimmte Opfer späterer Rückenmarks- und Gehirnkrankheiten seien, wenn sie einmal gewisse Fehler begangen haben, die manche doch nicht ganz vermeiden können. Es werden viel mehr krank infolge der Angst, die man ihnen gemacht hat, als infolge der Onanie selbst. Und das ist schlimm, nicht nur, weil es sehr viele trifft, sondern weil es sich dabei gerade um feinere, ethisch angelegte Naturen handelt. Die moralisch Defekten machen sich nämlich nichts daraus und ertragen auch solche Strapazen.

Nicht genug Respekt kann man den jungen Leuten einflössen vor der venerischen Ansteckung, die leider in vielen Kreisen noch wie ein kaum vermeidbares oder gar wie ein komisches Missgeschick angesehen wird. Man soll den Jungen auch sehr bestimmt bei-

bringen, dass die Keuschheit nichts schadet, dass der Keusche unter gleichen Umständen der bessere ist, als der sich nicht beherrscht. Es ist dies heutzutage wieder dringender nötig als je.

Wann und wie die Rassenhygiene gelehrt werden soll, überlasse ich den Pädagogen zu bestimmen. Von der Degeneration der Rasse durch Alkohol kann man im Pubertätsalter gut sprechen. Man soll auch vor Rassenmischung warnen; ich erinnere mich, in der Sekundarschule mit 12 Jahren solche Fragen besprochen gehört zu haben. Sie haben uns interessiert, niemand hat dabei etwas Unrichtiges gedacht. Man kann auch ruhig sagen, dass die einkommende Geldaristokratie, die sich in einer blödsinnigen Art Gesellschaftlichkeit überanstrengt — bei uns noch nicht stark, an andern Orten in uns ganz unverständlicher Weise — dass diese sehr rasch zugrunde gehen muss. Die Leute, die so schlemmen, dass sie alljährlich in Karlsbad die Leber und andere Organe vom überflüssigen Fett befreien müssen, sind auch sonst ganz auf der Stufe alter Römer und moderner Studenten, die sich künstlich den Magen entleeren, um ihn wieder aufnahmefähig zu machen.

Bevor wir zum Psychischen übergehen, möchte ich noch einmal darauf aufmerksam machen, dass man nichts sage, was nicht bewiesen ist. Nachdem die Mikroben entdeckt waren, hatte man gemeint, durch Desinfektion alle möglichen Krankheiten bekämpfen zu können. Man hat zur Verhütung von Infektion alle Körperhöhlen mit Karbol ausgespült, aber dabei oft das Gegenteil erreicht, da es eben unmöglich ist, komplizierte Schleimhäute, z. B. Mund und Nase zu desinfizieren; dafür werden unschädliche Bakterien, die wahrscheinlich sogar manche krankmachenden vernichten, in der Entwicklung gehemmt, und es wird den natürlichen Absonderungen der Kampf mit den Eindringlingen erschwert. Ich möchte niemanden gleichgültig gegen den Tuberkelbazillus machen; aber es mag doch in der jetzigen Zeit der übertriebenen Bazillenfurcht heilsam sein, zu erwähnen, dass jeder von uns gelegentlich Tuberkelbazillen einatmet, dass auch kaum jemand, der über 30 ist, ohne Spuren einer Infektion sein wird, und dass es somit unter gewöhnlichen Umständen gar nicht auf den Bazillus, sondern auf die Widerstandsfähigkeit des Körpers ankommt, ob man tuberkulos wird oder nicht.

Ähnlich ist es mit der Hygiene der Städte. Wenn auf dem Kontinent irgendwo die Cholera ausbrach, machte man bis vor kurzem ein bisschen in den Tag hinein grosse Sperrungen des Verkehrs, in der Regel ohne Erfolg. Die Engländer verlassen sich auf ihre

hygienischen Einrichtungen, übertragen es diesen, die Choleravibrionen weg- oder umzubringen, stören den Handel gar nicht und fahren dabei sehr gut.

Also nicht am unnützen Ort Angst machen. Das ist ein Gebot, das überhaupt mehr beachtet werden sollte. Bei nervösen Leiden der Verdauungsorgane z. B. wird den Patienten oft diese oder jene Speise verboten, meist mit vorübergehendem Erfolg. Aber das Übel kommt wieder und dann wird eine neue Speise abgeschafft, und so kommen die Kranken immer mehr herunter, bis ein energischer Arzt sie zwingt, wieder einmal normal zu leben; dann fühlen sie sich zu ihrer höchsten Verwunderung auf einmal besser statt schlechter, wie sie erwarteten.

Geburten verlaufen bei Geisteskranken, die sich darum nicht kümmern, meist so leicht wie bei Naturvölkern und bei Tieren.

Und meine Erfahrungen an Geisteskranken, aber auch an Gesunden, haben mich zur Überzeugung gebracht, dass auch die meisten der Periodenbeschwerden daher kommen, dass man den jungen Mädchen Angst macht, ihnen alle möglichen Verhaltungsmassregeln vorschreibt und ihnen überhaupt den Glauben beibringt, dass Beschwerden zur Menstruation gehören.

Auf ähnlichem Wege entstehen die nervösen Beschwerden nach Unfall, nur wirkt da noch ein neues Agens mit, die Geldgier. Ich kann das hier nicht näher ausführen; aber es ist ganz sicher, dass die Unfallneurosen, die jetzt Millionen kosten, nahezu verschwänden, wenn es keine Versicherung gäbe. Ich fürchte deshalb die weitgehenden Gesetze in dieser Richtung; sogar die Krankenkassen haben ihre grossen Nachteile, indem die Unterstützungen die Krankheitsdauer verlängern. In einem energischen Charakter, der sich der Krankheit nicht ergeben will, liegt der wirksamste Schutz gegen manche schwere Erscheinungen.

Auch ohne Begehrungsvorstellung sind aber diejenigen, die sich aus irgend einem Grunde in eine Krankheit hineindenken, Legion. Viele meinen, sie müssen immer etwas doktern, sei es nach einer Naturheilmethode, sei es nach einer andern. Ganze Industrien leben von diesem Unsinn, und bringen ihren Aktionären schöne Dividenden aus der Tasche der Kulturmenschheit.

Wer sein Leben richtig einrichten kann und will, braucht selten solche Dinge. Sogar recht weit über die gesetzlichen Arbeitsstunden hinaus kann man ohne Schaden arbeiten, wenn man für rechtzeitigen Schlaf und sonstige richtige Hygiene sorgt. Es ist eine Fabel, dass

das, was man Neurasthenie nennt, gewöhnlich von Überanstrengung herkomme. Das kommt von allerlei Kummer, von Unbefriedigtsein mit der Arbeit, mit den sexuellen Verhältnissen, und namentlich von Unzufriedenheit mit dem Leben überhaupt. Geben Sie den „nervösen“ Frauen und Mädchen einen „Lebenszweck“, aber einen, der ihrem Charakter entspricht, und Sie werden viele derselben definitiv heilen.

Man soll auch nicht meinen, durch weitgehenden Sport gut machen zu können, was man sonst an seiner Gesundheit sündigt. Die Muskelanstrengung ist natürlich gut — wenn sie nicht wie sehr oft übertrieben wird —, die Bewegung im Freien auch; aber mancher verderbt sich dabei; und viel mehr wert ist ein täglich zweimaliger Gang zu und von einem nicht zu nahen Bureau als ein beständiges Leben in Stuben- und Wirtshausluft, das alle 14 Tage von einer anstrengenden Tour unterbrochen wird. Es ist indes eine wohl unlösbare Aufgabe, allgemeine Regeln zu geben, inwieweit es gut sei, sich abzuhärten. Dem Gesunden ist alles gesund, heisst es; aber der Schwächliche ruiniert sich leicht durch Übertreibung, besonders wenn er die natürlichen Sicherheitsventile der Ermüdung und andern Unbehagens durch Alkohol oder Fanatismus betäubt. Da kann nur bei genauer Kenntnis des einzelnen Individuums und seiner Kräfte entschieden werden. Übung entwickelt die Organe, Schonung ist aber ebenso oft notwendig, wenn etwas fehlt. Die richtige Mischung von beidem zu treffen, geht beim naturgemäß lebenden Gesunden meist von selbst, beim Kranken wird der Arzt zur Regulierung nötig sein. Dinge aber, wie die modernen Heizungen des ganzen Hauses oder gar die elektrischen Wärmteppiche fürchte ich nicht ohne Grund. Sie werden sicher mehr der Verzärtelung als berechtigter Schonung dienen.

Bis jetzt habe ich die Rolle eines Kochbuchschreibers durchgeführt; er macht Vorschriften wie: man nimmt 10 Eier, man nimmt 2 Pfund schöne Pfirsiche, man nimmt Kaviar, aber er sagt nicht, wie man diese guten Dinge bekommen kann. Vorschriften hat man von jeher gegeben, aber sie werden nur unter bestimmten Umständen durchgeführt. Was müssen wir tun, dass unsere Hygiene auch im Leben angewandt wird? Man hat seit ein paar tausend Jahren Mässigkeit gepredigt, die erleuchtetsten Ärzte haben gegen das Korsett geeifert, seit es besteht, — man hätte das ebenso gut bleiben lassen können. Wenn wir die Unmässigkeit und das Korsett abschaffen wollen, müssen wir also zunächst etwas anderes tun als predigen und wettern.

Das erste ist, systematisch dafür zu sorgen, dass hygienische Ideen wirklich in Fleisch und Blut übergehen. Man muss also davon reden und an vielen Orten. Hygiene darf nicht ein Fach sein wie Hebräisch, das ausserhalb der dafür bestimmten Stunde nicht existiert. Wie im Leben müssen hygienische Ideen auch in der Schule ihre Verknüpfungen, ich möchte fast sagen, mit allem und jedem finden. Weiss einmal jeder, dass der Alkoholismus zu den „vermeidbaren Krankheiten“ gehört, so wird er auch helfen, ihn zu vermeiden. Man muss ferner die Leute — soweit eben möglich — lehren, selbständig denken und logisch zu Ende denken — auch hier, wo es sich nicht um ein Geldgeschäft handelt. Es sollte auch einem Gänsebuben nichts derartiges mehr begegnen, wie jenem berühmten Professor, der in die Krankengeschichte eines Epileptikers schreiben liess, der Patient befindet sich jedesmal schlechter, wenn er Alkohol bekomme, ihm aber doch solchen nach altem Brauch ruhig weiter verabreichte — oder wie einem anderen fast ebenso berühmten Professor, der in einem Gutachten bezeugt, dass ihm eine Hochzeit ohne Wein undenkbar sei.

Nun aber kann man nicht auf den Verstand aller Leute bauen und noch weniger auf ihr selbständiges Denken. Mit Verstandesgründen muss man in der Elite festen Fuss fassen und bei den bessern Durchschnittsmenschen ist an den Charakter zu appellieren; diesen muss man erziehen, dass man es vermeidet aus Eitelkeit, aus Schlendrian, aus Genusssucht leichtfertig sich und andere zu ruinieren. Aber bei der grossen Masse ist auch das nicht anwendbar. Man muss die Lehren mit einem Instinkt verbinden, zu dem sie natürliche Beziehungen haben. Das ist nichts Neues. Man hat es früher immer getan und hat damit erreicht, dass den Lehren wirklich nachgelebt wurde. Hygienische Vorschriften bilden einen wesentlichen Teil der Religionen aller Kulturvölker mit Ausnahme des Christentums. Die Waschungen, Speisegesetze und noch vieles andere im alten Testament ist Hygiene und meist sehr gute Hygiene. Muhammeds Verbot des Weines ist Hygiene.

Manchem von Ihnen wird zunächst diese Verquickung von Religion und irdischer Praxis sonderbar vorkommen. In Wirklichkeit ist es sonderbar, dass man dazu hat kommen können, die Hygiene von der Religion zu trennen. „Du sollst deinen Leib nicht schänden“, ist eine ethische Forderung, die im wesentlichen identisch ist mit dem Selbsterhaltungstrieb und „Du sollst nicht töten“ ist ein Gebot, das sowohl vom rein naturwissenschaftlichen, als vom ethischen und

vom religiösen Standpunkt aus selbstverständlich ist. Wer nun gegen die Gesetze der Hygiene sündigt, der sündigt gegen diese beiden Vorschriften, die in unbewussten Instinkten wurzelnd, zu klaren religiösen Geboten geworden sind. Die Ethik ist der Trieb der Erhaltung der Art, aber nicht nur der gegenwärtigen Generationen, sondern auch der zukünftigen. Und auch dieser letztere Teil der Ethik, die Sorge um die späte Nachkommenschaft, ist begründet in natürlichen Trieben, ohne die jede Art rasch aussterben würde. Man hat deshalb davon gesprochen, aus der Rassenhygiene „die Religion“ der Zukunft zu machen. Es ist keine Frage, dass eine solche Religion die Lebensfähigkeit eines Volkes steigern würde wie nichts anderes. Der Ausdruck hat aber etwas brutales, den andern Religionen feindliches. Sagen wir, wir sollen uns klar machen, dass die Vorschriften unserer Religion die Übung der Hygiene fordern, nachdem uns nun einmal bewusst geworden ist, dass sie ohne Verletzung erster religiöser Gebote nicht vernachlässigt werden kann. Sagen wir, dass die Existenz und noch mehr das Glück unserer ganzen Rasse in Gegenwart und Zukunft davon abhängt, wie wir Hygiene treiben, dann predigen wir die Wahrheit, ohne zu verletzen, und wenn wir ein Echo finden, sei es im Verstand, sei es im Herzen der Mitmenschen, so werden wir für uns das tun, was Moses für das Volk Israel getan hat, das durch seinen Glauben an seine Unsterblichkeit auch für so lange unsterblich geworden ist, als es ihn behält.

Trotzdem ich Ihnen hier nur einige Andeutungen über ein weites und grosses Thema machen konnte, hoffe ich, nicht ganz unverstanden zu bleiben. Und doch werden mich gewiss manche von Ihnen auch jetzt noch als einen Kochbuchfabrikanten ansehen. Denn ich habe Ihnen immer noch nicht gesagt, wie man nun die Hygiene mit Instinkt und Religion verbinde, sondern nur, dass man diese Dinge verbinden sollte. Leider haben gerade diese Nörgler recht. Denn ich glaube selbst nicht, dass wir im laufenden Schuljahr viel ändern werden. Manches, was ich forderte, wird zwar auch jetzt schon von den kompetenten Behörden erstrebt. Man kann sich aber im Gespräch mit jedem beliebigen ehemaligen Schüler überzeugen, dass noch lange nicht alles das erreicht ist, was im Rahmen des gegenwärtigen Lehrplanes getan werden kann, wenn ich auch gerne konstatieren will, dass an vielen Orten der gute Wille und auch ein respektables Können vorhanden ist. Aber was angestrebt werden muss, geht über den jetzigen Lehrplan hinaus. Dass wir das nicht so rasch erreichen, ist selbstverständlich. Es bedarf dazu einer

Änderung mancher Ansichten, einer pädagogischen Durchbildung des ganzen Stoffes und leider auch noch einer genaueren Präzisierung unseres Wissens in manchen Gebieten der wissenschaftlichen Hygiene selbst. Je weiter wir aber vom Ziele entfernt sind, umso dringender ist es, alle Forderungen für die Zukunft zu nennen und dafür in weiteren Kreisen Verständnis zu erwecken. So lange unser jetziger Lehrplan Gültigkeit hat, ist nur zu hoffen, dass jeder Lehrer sich eingehender als gewöhnlich mit diesen Dingen beschäftige, wobei natürlich immer etwas Gutes auch für die Schüler abfällt, und dass man wenigstens dasjenige Gebiet so gründlich als möglich in Angriff nehme, das wissenschaftlich und pädagogisch bereits erschlossen ist, und das zugleich im gegenwärtigen Moment das dringendste ist, das der hygienischen Bedeutung des Alkohols. Alle anderen Aufgaben sind erst zu stellen, aber wir müssen unser möglichstes tun, dass sie bald gestellt und gelöst werden können.

Ich betrachte es als ein gutes Omen, dass es gerade Frauenvereine waren, die mir das heutige Thema gestellt haben. Die berufenen Hüterinnen der Nachkommenschaft, der Religion und der Hygiene sind ja die Frauen. Sie werden das Bedürfnis nach hygienischer Aufklärung in weitere Kreise tragen. Sie sollen aber im gegenwärtigen Moment noch etwas mehr tun. Wie ich gesagt habe, ist die hygienische Bedeutung des Alkohols abgeklärt; es ist ferner jetzt schon möglich, sie innerhalb des bestehenden Lehrplanes in genügender Weise mit den Kindern zu behandeln, und man kann auf hygienischem Gebiet zur Zeit mit nichts anderm auch nur annähernd so viel Gutes stiften und so viel Unheil vermeiden wie mit der Verbreitung der Kenntnisse über die Alkoholwirkung. Ich glaube deshalb, die Frauenvereine sollten sich in Verbindung mit andern Vereinen setzen und den Behörden beweisen, dass man sie in ihren Bestrebungen, den hygienischen Unterricht auszugestalten, unterstützt und dass man im Interesse unserer Kinder ein rascheres Tempo dieses Ausbaues erwartet. Ich möchte Ihnen deshalb vorschlagen, eine Petition an die Erziehungsbehörden zu richten etwa in folgendem Sinne:

Die Unterzeichneten möchten die h. Erziehungsdirektion ergebenst bitten, so bald als möglich den Hygieneunterricht am Seminar auszubauen. Besonders wäre es erwünscht, dass von **kompetenter** Seite den zukünftigen Lehrern eine eingehende Einführung in die Alkoholfrage gegeben werde; denn der Alkoholismus richtet so grossen Schaden an, dass

nicht länger zugewartet werden darf, und er ist eine der wenigen Fragen der Hygiene, die wissenschaftlich in allem Wesentlichen klar sind. Sobald genügend Lehrkräfte vorhanden sind, sollte in den oberen Klassen der Volksschule eine systematische Belehrung über die Alkoholfrage eingeführt werden. Für die Zwischenzeit möchten wir bitten, dass durch **kompetente** Wanderlehrer die Schüler der letzten Klassen auf die Gefahren des Alkohols und die Vermeidung derselben aufmerksam gemacht werden.