

<b>Zeitschrift:</b>	Pädagogische Monatsschrift : Organ des Vereins kath. Lehrer und Schulmänner
<b>Herausgeber:</b>	Verein kath. Lehrer und Schulmänner der Schweiz
<b>Band:</b>	1 (1893)
<b>Heft:</b>	11
<b>Artikel:</b>	Sobrius esto!
<b>Autor:</b>	[s.n.]
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-528638">https://doi.org/10.5169/seals-528638</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:** 16.01.2026

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

auf unsere Zeit! Das wäre mein Wunsch und gewiß der noch vieler! Wie leicht könnte das geschehen, wenn die Lehrer einzelner Gemeinden oder die Geistlichen Material aus den verschiedenen Kirchenladen und Pfundbriefen, aus den kantonalen Verordnungen und Erziehungsberichten zusammentrügen. Allseitiges Zusammenwirken würde die Sache ermöglichen. —

### N a c h t r a g (aus Pettlings Schweizerchronik.)

- 1314 Die Schwyz überfallen bei Nacht (1. März) das Kloster Einsiedeln und führen 4 Konventionalherren samt dem Pfarrer und Schulmeister gefänglich nach Schwyz. — Das ist die 1. Erwähnung eines Lehrers.
- 1523 erhielt Jost Leimbacher, Schulmeister in Schwyz (s. oben) das Landrecht wegen seiner Verdienste unentgeldlich.
- 1558 wurde dem Schulmeister in Schwyz bei jeder der 6 Jahrzeiten der Pfarrkirche ein Baken bezahlt.
- 1561 Der Pfarrer mußte den Helfern, Kaplänen, dem Lehrer und Sigrist an den 4 heiligen Tagen das Morgenbrot geben.
- 1596 Erbauung des seitherigen Schul- und Komödienhauses auf der Hofmatt in Schwyz (ehemals Zeughaus).
- 1616 findet man Kaspar Lindauer als ersten Schulmeister in Ingenbohl.
- 1644 den 7. Mai ist der Schulmeister zu Lachen, Wolfgang Ryhner, von der Obrigkeit zum Schulmeister von Schwyz angenommen worden.
- 1646 ist dem Schulmeister von Schwyz das Neujahrssingen „abgeträumt“ worden.
- 1656 den 25. Dezember wurde Joh. Molitor (Müller), der in Lichtenstein gewesen, nach Schwyz gewählt mit einem Wochenlohn von einer Krone samt Wohnung und Holz. Wöchentlich erhielt er als Gehaltsaufbesserung einen „Dicken“ (20 Schl.). Alle Nebenschulen wurden verboten.
- 1657 Peter Steinkopf aus Sachsen, der sich vom lutherischen zum kathol. Glauben bekehrt, wird Schulmeister in Schwyz.
- 1675 Die 3 Länder Uri, Schwyz und Unterwalden übergeben als Herren von Bellinz die dortigen Schulen dem Kloster Einsiedeln.
- 1670 Der Rat bewilligte den Kirchenossen auf Morschach, so lange sie einen Schulmeister halten, alle Fronfasteen beim Seckelmeister 2 Kronen erheben zu können.
- 1683 den 20. III. desgleichen dem Schulmeister im Muotathal 4 Gl. Fronfastengeld aus dem Landesseckel.
- 1741 wurde festgesetzt, daß der Schulmeister von Schwyz jährlich aus dem Landesseckel 79  $\frac{1}{2}$  Gulden an bar, 7 Käflaster Tannen- und Buchenholz im Werte von 26 " und 200 Studenburden im Werte von 7  $\frac{1}{2}$  " erhalten solle. Total 113 Gulden.

### Sobrius esto!

(Von einem jungen, lebenslustigen Lehrer. R. R.)

„Sobrius esto“! „Sei nüchtern.“ Dieses Wort hat in neuerer Zeit in manchen Kreisen, namentlich in England und Amerika Anklang gefunden. Besonders nehmen 2 Vereine dem Alkoholismus gegenüber entschieden Stellung, die Temperanzler und die Mäßigkeitvereine. Erstere vertreten das Prinzip der gänzlichen Enthaltung. Sie erzielten im Kampfe gegen den Alkoholismus die glänzendsten Erfolge. In Amerika haben sie bereits in 4 Staaten:

Maine, Iowa, Kansas und Georgia das vollständige Verbot von Produktion und Verkauf geistiger Getränke erwirkt. Ebenso verspricht die Temperanzbewegung in England, an deren Spize der verstorbene Kardinal Manning stand, eine Zukunft. Die Mäßigkeitsvereine laben sich nur am sokratischen Becher, d. h. in Mäßigkeit. Beide Vereine haben in der That viel Gutes, wenn man bedenkt, welches Unheil der Alkohol, dieser Hauptfeind des sozialen Fortschrittes, in körperlicher, geistiger, sittlicher und ökonomischer Hinsicht schou angerichtet hat und in Zukunft sicher noch anrichtet, wenn ihm nicht Einhalt gethan wird. Er hat seine Herrschaft in den meisten zivilisierten Ländern in erschreckender Weise befestigt, wie die in neuerer Zeit herausgekommenen Alkoholstatistiken beweisen. Deshalb nennt ihn Manning „den Wurm, der das Lebensmark eines Volkes zernagt.“ schreiben doch diese statistischen Angaben 70—80 % aller Verbrechen, 80—90 % aller Verarmung und 10—40 % aller Selbstmorde den Wirkungen des Alkohols zu.

Auf Grund eingehender Studien behauptet Manning, daß der Alkoholismus in England allein jährlich 60,000 Menschenleben verschlinge, 75 % aller Verbrecher stelle und den Irrenhäusern  $\frac{2}{3}$  ihrer Insassen liefern. Die kath. Liga in Belgien giebt uns über das Verderben des Alkohols folgenden Aufschluß: „Im Jahre 1850 betrug die Zahl der Wirtshäuser in Belgien 53,000, im Jahr 1880 dagegen 125,000 und jetzt über 300,000. Im gleichen Zeitraum nahm der Selbstmord um 10,4 % und die Verurteilung um 10,5 % zu.“

Wie die meisten Staaten leidet auch die Schweiz an dieser Krankheit. Die Statistik von 1891 weist nach, daß in 15 unserer größern Städte von 3409 Männern, welche in diesem Jahre starben, 10,7 % dem Alkohol zum Opfer fielen. Über 50 % aller Verbrechen sind seine unheilvollen Folgen. Ebenso liefern unsere überfüllten Irrenhäuser den Beweis von seinen Verheerungen. Der Kanton Zürich z. B. hat in Folge Alkoholgenuß und anderer damit zusammenhängender Übel verhältnismäßig am meisten Irren in Europa. Diese wenigen Angaben, glaube ich, thun genugsam die Wichtigkeit der Alkoholfrage dar, von deren Lösung auch die Lösung der sozialen Frage vielfach abhängt. Leider hat in unserm geliebten Vaterland das „sobrius esto“, trotz den eifrigsten Bestrebungen einzelner Männer, nur an wenig Orten sympathischen Anklang gefunden. Ich bedaure sehr, daß sich bei den Lehrern, die in dieser Hinsicht durch Wort und Beispiel soviel thun könnten, nicht mehr Begeisterung zeigt, daß sie selbst mehr auf die alkoholische als auf die Seite der Temperanzler neigen.

Einerseits zur Abschreckung vor dem Alkoholismus, andererseits aber zur Begeisterung für den zeitgemäßen Kampf gegen diesen immer mehr überhand nehmenden Feind will ich die Wirkungen hervorheben, die der Alkohol auf

den Lehrer, und die schlimmen Folgen, welche das Beispiel eines solchen Lehrers auf die ihm anvertraute Kinderschaar und seine Familie ausübt.

Auch wenn der Alkohol mäßig getrunken wird, hat er zunächst schlimme körperliche, geistige, sittliche und ökonomische Folgen in Bezug auf die Person des Lehrers. Vorerst untergräbt der Alkohol die Gesundheit des Körpers. Die geistigen Getränke, namentlich das Bier, werden vielfach als Nahrungsstoffe betrachtet. Es läßt sich allerdings nicht bestreiten, daß das Bier Nährstoffe, nämlich Kohlenhydrate, Dextrin und Zucker enthält. Aber diese sind in den meisten Nahrungsmitteln mehr als genügend vorhanden, so daß eher Überfluß daran als Mangel im menschlichen Körper herrscht. Liebig behauptet sogar, daß der Nährstoff einer Maß Bier kaum einem kleinen Schnittchen Brot gleichkomme.

Man schätzt oft den Alkohol als Verdauungsmittel und doch wirkt er mehr hemmend als fördernd auf die Verdauung ein. Dr. Bunge sagt in seinem Lehrbuch „physiologische Chemie“: „Sehr verbreitet ist das Vorurteil, daß alkoholische Getränke die Verdauung fördern. In Wirklichkeit ist das Gegenteil der Fall. Es kann jeder leicht an sich beobachten, daß die Zeit, welche nach der Mahlzeit verfließt, bis wiederum Hunger sich einstellt, eine verschiedene ist, je nachdem zur Mahlzeit alkoholische Getränke genossen wurden oder nicht; sie ist bei gleich reichlicher Mahlzeit bedeutend länger, wenn Wein oder Bier getrunken wird. Die hemmende Wirkung der alkoholischen Getränke — und zwar auch in mäßiger Menge Bier und Wein — auf die Verdauung ist übrigens auch an einer Magenfistelkranken, an mehreren andern Personen mit Hilfe der Magenpumpe und durch zahlreiche andere Versuche konstatiert worden.“

Dann wird der Alkohol wieder als Stärkungsmittel gegen Müdigkeit angepriesen. Die Erfahrung aber erweist gerade das Gegenteil. Allerdings steigert sich nach einem Trunke das Kraftgefühl; es tritt eine Erhöhung der Gehirnaktivität ein. Ist dies wirklich eine eigentliche Stärkung? Wie die Erfahrung beweist, ist es nur ein Fieberzustand, der schnell vorübergeht, um einer um so größeren Abspannung zu weichen. Gegen Müdigkeit und Abmattung kann uns nur entsprechende Ruhe stärken, Alkohol nur zeitweilig aufregen.

Wissenschaftliche Forschungen thun dar, daß der Alkohol vom Magen unverändert ins Blut übergeht und mit diesem den Körper durchströmt. „Nur kleine Gaben Alkohol werden vom Sauerstoff des Blutes vollständig zersezt, die Endprodukte treten als Kohlensäure und Wasserdampf wieder aus dem Körper und der Alkohol hat insofern als Nahrungsmittel gedient“. Große Mengen Alkohol dagegen vermag der Sauerstoff nicht zu zersezten. Da aber der überflüssige Alkohol den Sauerstoff aufnimmt, so lähmt er Millionen von

Blutkörperchen und setzt dadurch die Leistungsfähigkeit des Blutes herab. Beim öftern Alkoholgenuss wird daher das Blut leistungsunfähig. Es tritt entweder eine ungesunde Abmagerung oder eine Fettbildung ein, indem das Blut fetthaltiger als sonst wird. Die Folge bildet ein ganzes Heer von Krankheitsercheinungen. Der chronische Alkoholmissbrauch ruft Zirkulationsanomalien hervor mit ihren Folgezuständen als: Blutarmut, Blutaustritt, Trübung, Verdickung der Gehirnhäute und weiterhin Atrophie der Rindesubstanz &c. Ferner führt er zu einer tiefen Degeneration der Blutmasse, namentlich zur Abnahme des Fibrins und endlich durch Vermittlung von vielfachen Organerkrankungen, wie Herzverfettung, Magenkatarh, Nierenšrumpfung &c., zu bedenklichen Störungen sowohl der nährenden, als auch der ausscheidenden Thätigkeiten des menschlichen Körpers. Ebenso wird das Nervensystem angegriffen und zerrüttet. Infolgedessen verursacht der Alkohol Störungen in der Gehirnernährung, Lähmung der Gehirnfunktionen, Zittern und Muskel schwäche, da die Muskelfasern versetzt sind.

Die Wirkungen, die der Alkohol auf das Nervensystem ausübt, verdienen von Seiten des Lehrers eine besondere Aufmerksamkeit; da diese namentlich die geistige Thätigkeit hemmen. Wir werden später noch eingehender darauf zurück kommen. Die Alkoholvergiftung kann leicht zu einer akuten werden. Durch diese wird zuerst das Gefäßzentrum gelähmt. Größere Dosen verlangsamen auch die Herzbewegung und die Atmung. Direkt giftig soll sie auf die Gehirnrinde wirken, über deren eigentliche Statur aber die wissenschaftlichen Forschungen noch kein sicheres Resultat erzielt haben. Übermäßigiger Alkoholgenuss bewirkt dann namentlich gern tuberkulose Schwinducht, Wassersucht, ja oft sogar plötzlichen Tod.

Gute Folgen, die der Alkohol auf den gesunden Körper hat, sind kaum nennenswert. Immerhin haben Wein und Bier nicht so üble Folgen als die gebrannten Getränke. Doch sagt Dr. Bunge: „Es muß in dieser Hinsicht betont werden, daß unter den alkoholischen Getränken das Bier das allerschädlichste ist, weil kein anderes in dem Grade dazu sich eignet, zur Betäubung der langen Weile mißbraucht zu werden. Der Philister ist immer nur entsezt, wenn ein Mensch „durch den Branntwein zum Mörder oder Dieb wird.“ Daß Tausende beim Bier verdummen, versimpeln und verlumpen, läßt ihn völlig gleichgültig. Das Bier ist schon deshalb weit gefährlicher als der Branntwein, weil es verführerischer wirkt. Branntwein zu trinken gilt in allen Volksklassen als eine Schande. Mit unmäßigem Biertrinken hingegen renommiert die geistige Elite unserer Nation. Wie mancher aber wurde dadurch zum Branntweintrinker, daß er zuvor ein Biertrinker war! Principiis obsta.“

(Schluß folgt).