

Da Dr. Jäger seine Forschungen und Entdeckungen schon seit längerer Zeit in bezüglichen Schriften niedergelegt hat, so hätte ich Eingangs sagen sollen: „der bekannte Prof. Dr. Jäger“. In der That aber hat das große Publikum seiner Zeit nur höchst unbestimmte Mittheilungen über die von Dr. Jäger ausgegangenen neuen wissenschaftlichen Errungenschaften erhalten; die allermeisten Berufschrreiber versagten sich eine gründliche Lektüre der Jäger'schen Schriften und begnügten sich, dem Publikum einige dementsprechend dunkle Andeutungen, verbrämt mit schwachen Scherzen — namentlich über die „Niedseele“ — zu bieten. Wer sich besonders decken wollte, versicherte noch nebenbei seine Hochachtung für die „geistvollen Ausführungen des gelehrten Verfassers, denen er leider nicht überall hin zu folgen vermochte“.

Der Wunsch des hier bereits vorhandenen Anhanges des „Wollregimes“ einerseits und andererseits das Bedürfnis, den Angriffen entgegenzutreten, die kürzlich hier von Dr. Niemeyer auf die Jäger'sche Theorie gemacht worden waren, hatten den Herrn Professor nach Berlin geführt. Auch verdient gerügt zu werden, daß eine gewisse Gruppe von Zeitungen den Dr. Jäger todtzuschweigen sucht; ihren Lesern gegenüber ist das nicht zu rechtfertigen, und scheint hier leider oder für die Jäger'sche Sache „anerkanntermaßen“ kein besserer Grund als Rassenhaß vorzuliegen.

Jedenfalls fand Dr. Jäger hier ein sehr zahlreiches Auditorium und den reichsten Beifall. Schon dieser Umstand allein berechtigt wohl, unsern Lesern in Kürze den Inhalt der beiden Vorträge wiederzugeben.

### I. Die Normalkleidung.

Die Gymnastik ist ein uraltes Mittel nicht nur zur Erhöhung der Muskelkraft und Körpergewandtheit, sondern auch zur Abhärtung des ganzen Körpers. Obgleich dies kaum neuer Beweise bedurfte, hatte es Dr. Jäger von Neuem bestätigt, indem er statistisch feststellte, daß die Krankheitsfälle der Schulkinder durch Turnunterricht verringert würden und daß die Sterblichkeit der Soldaten nach der im ersten Dienstjahre gewonnenen Abhärtung um 30% und nach dem zweiten Dienstjahre um weitere 20% abnimmt. In Bezug auf die Widerstandsfähigkeit gegen Typhus, Cholera, Ruhr und andere Seuchen läßt sich ein noch viel größerer Erfolg der Abhärtung nachweisen.

Die Bezeichnung „Abhärtung“ ist eine sehr zutreffende für die zu benennende Erscheinung; denn in der That wird der Mensch hart; Jeder kann das an seinen eigenen Muskeln beobachten, wenn er sie in verschiedenen Stadien der Trainirung nachfühlt. Das Wesen der Abhärtung ist aber auch durch Trainirung — Drainirung bezeichnet, insofern der Vorgang im menschlichen Körper in einer wesentlichen Verringerung des Wassers und Fettes besteht, so daß das nicht verminderte Eiweiß, der Hauptträger des Lebens, der Nerven-, Blut- und Muskelthätigkeit ein beträchtliches Uebergewicht erhält. Auch die Zunahme des spezifischen Gewichts bestätigt diese Veränderung des Mischungsverhältnisses. Prof. Jäger wog wiederholt württembergische Soldaten im Wasser (wie es einst Archimedes mit der Krone des Königs Hiero machte).

Es ist einleuchtend, daß Schwitzbäder, indem sie den Wassergehalt des Körpers verringern, ebenfalls das Mischungsverhältnis verbessern; und hat Dr. Jäger experimentell nachgewiesen — das Wie würde hier zu weit führen —, daß die Kraft der Nerven, speziell ihre Leitungsgeschwindigkeit durch ein Schwitzbad um 13% gehoben wurde.