

**Zeitschrift:** Das Schweizerische Rote Kreuz  
**Herausgeber:** Schweizerisches Rotes Kreuz  
**Band:** 59 (1949-1950)  
**Heft:** 9-10

**Artikel:** Wandern im Sommer  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-556961>

### **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:** 24.01.2026

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

# WANDERN IM SOMMER



Garben am Genfersee. Gemälde von Max Kessler.

**A**us Höhen und Tiefen, im Auf und Ab formt sich das Sein; uns allen gibt nur die Veränderung Atem, der Pflanze, dem Stein, Tieren und Menschen. Damit der Sommer prangen kann, muss feuchte Trübnis vorangehen; Berge würden nicht aufragen, wenn das Flachland fehlte. Solang wir Menschen uns nicht verlieren können, finden wir aus dem lärmvollen Geltungsdrang nicht zurück zur Fröhlichkeit des reinen Herzens, zu unseren Quellen.

Der Boden, auf dem die absichtslose Beglückung gedeiht, ist die Natur. Wer sie durchwandert, kommt weg von stockiger Verkrampfung. Ein Tag genügt, selbst eine Stunde, wenn Arbeit und Pflichtenlast freie Wochen nicht erlauben. Die Natur ist so überreich, dass sie uns in jeder Sekunde zu beschenken vermag. Es gibt keine Aermlichkeit in ihr und keine Leere; nur wenn wir achtlos sind, laufen wir am Schönen vorbei. Wandern heisst nicht hasten, sondern schauen; im rechten Augenblicke zu verweilen, ist Steigerung der Wanderseligkeit.

Aus jedem Haus führt eine Tür, aus jeder Stadt ein Weg. Plötzlich wird der Himmel hoch. Ungehindert strömt die Luft an unsern Körper; die Augen sehen die Weite, sehen Wasserlauf und Wiese, Busch und Baum, Berg und Fels, finden den Wald. Der Himmel fügt das Einzelne zum Ganzen, steht siegreich über den Gezeiten. Die ganze Natur ist von Leben angefüllt, und selbst ihre Einsamkeit tönt tausendfältig. Auch wenn es windstill ist, schwingen die Gräser ohne Unterlass, bewegen sich und singen ein harfendes Lied. Und wenn wir rasten, presst sich unsere Haut an den warmen Wiesengrund; der Körper ruht in der Grenzschicht zwischen Erde und Himmel. Ganz hoch über uns, oben auf dem Dschungel der Halme, fliegen Mücken und Schmetterlinge. Grillen zirpen. Eine Biene erntet Honig an farbigen Blütenkelchen; Glockenblumen und Thymian laden alle Insekten zu Gast. Früchte erwarten wachsend den Herbst. Kein Mass, kein Zeitbegriff. Sekunden vergehen oder Jahrmillionen. Wir sind wach und wissen es nicht; die Sinne werden ihrer Grenzen frei.

Für jeden hat die Natur Freude und Glück genug!