Zeitschrift: Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift

Herausgeber: Pestalozzigesellschaft Zürich

Band: 21 (1917-1918)

Heft: 1

Rubrik: [Impressum]

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: 22.08.2025

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

neien und keine Kuren! Kaum ist man wieder in der gewohnten Arbeit und Umgebung, geht das alte Elend wieder los. Da hilft nur eines, sich innerlich so stellen, ich möchte sagen: sich innerlich so trainieren und abhärten, daß nicht jedes kleine Mißgeschick, jede Unliebsamkeit uns aufregt und „in Harnisch bringt".

Das Leben bereitet uns nun mal Überraschungen, Schwierigkeiten, Nöte; es geschehen Unglücksfälle, es kommen unvorhergesehene Ereignisse. Mit Furcht und Sorge werden wir dieselben nie aus der Welt schaffen, bessern oder überwinden. Im Gegenteil; wir machen dadurch die Situation immer noch schwerer und verwirrter, als sie schon an sich ist. Unsere erste Sorge sollte sein, möglichst klaren Kopf zu behalten, damit der äußere Wirrwarr, die äußere Not oder Katastrophe nicht zu einer inneren werde, sondern uns innerlich gewappnet finde, ihr mit sicherer Überlegenheit zu begegnen und sie klein zu kriegen. Dazu sollten wir auch unsere Kinder durch Wort, Beispiel und Gewöhnung erziehen. Jeder Tag bietet uns reichlich Gelegenheit dazu. Benutze jede kleine oder größere Widerwärtigkeit, die dich sonst in Aufregung, Ärger oder Sorge brachte, um dich zu üben, in ruhiger Gelassenheit, deine geistigen Fähigkeiten ins Feld zu führen, um die Not möglichst vollkommen zu überwinden. Ich kann dir aus Erfahrung sagen: das macht ordentlich Freude! Und wenn wir treu sind, bekommen wir sehr bald eine gewisse Übung darin; stehen dem Leben und den Menschen mit einer Sicherheit gegenüber, die wir früher nicht kannten. Und wer sich so im Alltag geübt hat, immer Herr der Situation zu bleiben, dem wird es einfach zur Gewohnheit, sich nicht aufregen und ängstigen, sich nicht „ins Bockshorn jagen" zu lassen. Ich möchte sagen, sein Gehirn, sein Wille reagiert ganz unbewußt in der richtigen Weise. Er regt sich nicht auf, sondern bleibt klar, kühl und nüchtern. — Es ist einleuchtend, daß solch ein Mensch dann auch bei plötzlichen Unglücksfällen, in schweren Notzeiten seine Kaltblütigkeit nicht verliert, sondern sich viel besser aus der Sache ziehen kann, als der andere, der bei jedem kleinen Zwischenfall verwirrt und verstört ist. Deshalb sollen wir die Widerwärtigkeiten des alltäglichen Lebens als Kraftproben betrachten; wir wollen nicht klagen, jammern und uns fürchten, sondern wir wollen vertrauen und uns in Selbstbeherrschung, Überlegung, Kaltblütigkeit und klarer, heiterer Ruhe üben.

Olga Peltzer.

Redaktion: Dr. Ad. Vögtlin, in Zürich 7, Asylstr. 70. (Beiträge nur an diese Adresse!)
Unverlangt eingesandten Beiträgen muß das Rückporto beigelegt werden.
Druck und Expedition von Müller, Werder & Co., Schipfe 33, Zürich 1.

Insertionspreise
für schweiz. Anzeigen: 1/1 Seite Fr. 72.—, 1/2 S. Fr. 36.—, 1/3 S. Fr. 24.—, 1/4 S. Fr. 18.—, 1/8 S. Fr. 9.—, 1/16 S. Fr. 4.50.
für Anzeigen ausländ. Ursprungs: 1/1 Seite Fr. 90.—, 1/2 S. Fr. 45.—, 1/3 S. Fr. 30.—, 1/4 S. Fr. 22.50, 1/8 S. Fr. 11.25, 1/16 S. Fr. 5.65.

Alleinige Anzeigenannahme: Annoncen-Expedition Rudolf Mosse, Zürich, Basel, Aarau, Bern, Biel, Chur, Glarus, Schaffhausen, Solothurn, St. Gallen, Berlin, Breslau, Dresden, Düsseldorf, Frankfurt a. M., Hamburg, Köln a. Rh., Leipzig, Magdeburg, Mannheim, München, Nürnberg, Prag, Straßburg i. E., Stuttgart, Wien.