

**Zeitschrift:** Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift  
**Herausgeber:** Pestalozzigesellschaft Zürich  
**Band:** 31 (1927-1928)  
**Heft:** 14

**Artikel:** Die Kraft des Frühlings  
**Autor:** Mulford, Prentice / Hayek, Max  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-667624>

### **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>**

schuttsuchend das Dörfchen  
schmiegt. Im Vordergrund die  
breite, buschumsäumte Fahr-  
straße.

Im Innern der Stiftskirche  
von Meran spielen im Dämmer  
eigenartige Lichteefekte auf dun-  
kelbraunem Gestühl, wo weiß-  
gekleidete Nonnen sich der An-  
dacht weihen. Heiligenbilder in  
dunklen Rahmen beleben die  
gelbliche Wand. Freies Schaf-  
fen aus dem Gedächtnis hat die  
einheitliche, eigenartige Stim-  
mung ausgelöst, ein Beweis,  
wie sicher die Künstlerin das  
Geschaute erfasst.

Das Erstaunlichste an Dora  
Hauths Lebenswerk ist neben  
der Vielseitigkeit und sicheren  
Beherrschung der Technik und  
dem feinen Farbensinn die psy-  
chologische Einfühlung.

„Wie ist es möglich, daß Sie  
nach kurzem Beisammensein die  
Menschen so scharf erfassen  
und das Wesentliche ihres see-  
lischen Lebens wiedergeben kön-  
nen?“ frug ich die Künstlerin.

„Weil ich den Menschen in-  
nerlich sehr nahe bin und sie  
liebe,“ entgegnete sie. „Auch bin  
ich selbst sehr liebevoll erzogen und doch zur  
Strenge gegen mich und zur Selbstbeobachtung  
angehalten worden. Außerdem bemühte ich  
mich stets, das Proportionsgefühl in mir zu  
vertiefen, was zur Wiedergabe der Porträts  
notwendig ist.“ — Dieses Proportionsgefühl  
hat die Künstlerin durch jahrelange ernste Ar-  
beit trefflich ausgebildet, wurde sie doch schon  
als kleines Kind von der kunst sinnigen Mut-  
ter zu künstlerischem Beobachten und zur  
Wiedergabe des Geschauten angeregt. Dies taten  
auch der Rustos Dr. Gottfried Rinkel, der die  
Achtjährige allwöchentlich zweimal in die Kup-  
ferstichsammlung mitnahm, und später Profes-



Dora Hauth: Damenporträt.

sor Freitag, bei dem sie in der Kunstgewerbe-  
schule den ersten Fachunterricht erhielt, und  
der — wie wenige — es verstand, das Indi-  
viduelle jedes Talentes zu entwickeln. Zu den  
letzten Tiefen menschlichen Verständnisses konn-  
ten aber weder er, noch der vorzügliche Münch-  
ner Lehrer Hans Schildknecht sie führen, son-  
dern allein die Lebenserfahrung; denn nur  
ein Mensch, der selbst innerlich sich erlebt, er-  
litten und gestritten und überwunden hat, ist  
fähig zu so zartem seelischem Verständnis, zu  
solcher Güte, Aufrichtigkeit und Weitherzigkeit,  
und nur ein reifer Künstler kann das innerlich  
Geschaute und Erkannte restlos wiedergeben.

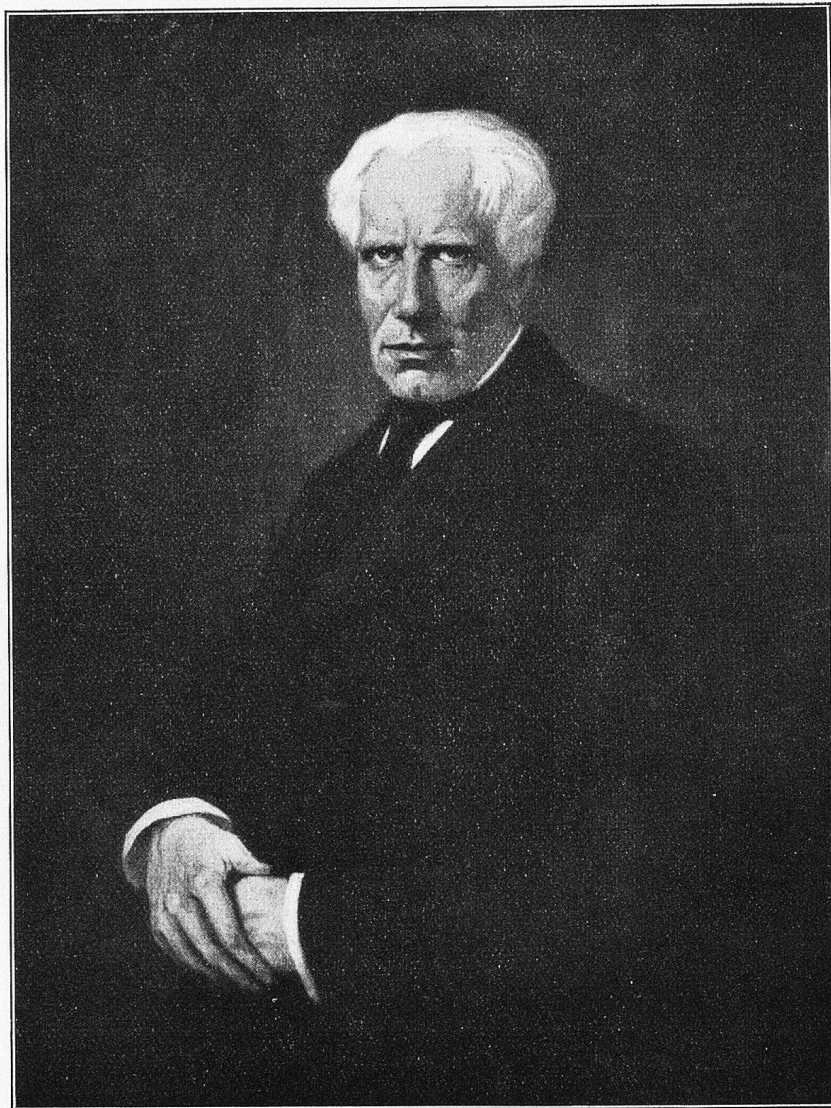
## Die Kraft des Frühlings.

Gedanken von Prentice Mulford. — Übertragung von Max Hahel.

Im frühen Lenz jedes Jahres strömt unse-  
rem Planeten eine schöpferische Kraft aus der  
Sonne zu, die alle organischen Lebensformen

entzündet: Bäume, Vögel, Tiere und vor allem  
den Menschen! Denn der Mensch ist der höchste,  
umfassendste und mächtigste geistbegabte Or-





Dora Hauth: Dr. Ludwig Büchner.

ganismus der Erde: er bedarf der größten Kraft und wird ihrer künftig noch mehr bedürfen und zu weit größerem Vorteile bedürfen, als in der Gegenwart, wo er erst lernt, sich ihrem Strome am besten zu öffnen.

Die Wissenschaft nennt diese Kraft Wärme. Aber die Eigenschaft, die wir Wärme nennen, ist nur eine äußerliche oder physikalische Manifestation. Die Wärme hat ihren Ursprung wohl in der Sonne, aber sie wird nicht eher zur Wärme, als bis sie unseren Planeten erreicht und auf die Elemente der Erde einwirkt. Wenige Meilen über der Erde gibt es nur geringe oder gar keine Wärme. Auf Bergspitzen ist es weniger warm als in Tälern: die Sonnenkraft kann sich in jenen Höhen mit den Elementen der Erde weniger vermengen.

Die Kraft der Frühlingssonne erzeugt die

erhöhte Kreislaufbewegung des Saftes in den Bäumen. Der Saft ist dem Baum ein neues Leben, aus dem dann Knospe, Blüte und Frucht werden. Das Einströmen dieser unsichtbaren Kraft der Sonne gibt dem Baum das Vermögen, mittels seiner Wurzeln aus der Erde neuen Kraftzuschuß an nährendem Element zu nehmen. Es gibt ihm auch die Kraft, alle übriggebliebenen Blätter aus der Krone des letzten Jahres abzuschütteln.

Diese Kraft wirkt in den späten Winter- oder ersten Frühlingsmonaten auch auf Tiere und Vögel, zumal wenn diese in ihrem wilden oder natürlichen Zustand leben. Sie streifen dann ihr vorjähriges Pelz- oder Federnkleid ab. Aber dieses Abstreifen der alten, sichtbaren Dinge ist nur ein verhältnismäßig Geringes gegen die Veränderung, die sich im Innern der Tiere und Vögel vollzieht. Es gibt nämlich auch ein Abstreifen alter, unsichtbarer Dinge, die das innere Wesen des Tieres oder Vogels betreffen. Diese Dinge treten durch die Poren oder auf an-

deren Wegen in verschiedenen Formen aus, die einen sichtbar, die anderen unsichtbar, und ihnen folgen neue, innere Elemente, wie der neue Pelz, das neue Haar oder die neuen Federn nach außen hin wachsen. Dein Körper ist dem gleichen Gesetz unterworfen. Während der späten Winter- und der ersten Frühlingsmonate „mauserst“ du dich. Du stößt die alten, toten Stoffe aus und nimmst neue auf, sofern du dieser Kraft Gelegenheit gibst, das Beste für dich zu tun, indem du, wenn Geist oder Körper nach Ruhe verlangen, deine Geschäftigkeit ein paar Stunden ruhen läßt, ganz wie dies die Vögel und Tiere tun, während sie mausern, das heißt, im Prozeß leben, alte Elemente auszustoßen und neue aufzunehmen.

Dieses Element oder die Kraft, die um diese Zeit von dir empfangen wird, ist, wie alle



Kraft, dem physischen Auge unsichtbar. Der neue Pelz, das neue Federnkleid des Vogels, die neue Haut und das äußere und innere Zellengewebe an deinem Körper, wenn du es erhältst, die neuen Knospen, Blätter und Zweige: sie alle sind verkörperte Offenbarungen dieser Kraft. Es sind neue Kristallisationen, die aus neuen Lösungen unsichtbarer Chemikalien stammen, worin der Vogel, das Tier, der Baum und dein Körper gebadet sind. Alle Lösungen oder alles so aufgenommene Element des letzten Jahres wurden aufgebraucht. Der Baum oder jede andere sichtbare Organisation, wie der Vogel, das Tier oder dein Körper stehen in demselben Verhältnis zu der neuschaffenden Lösung wie der Metallstreifen zu einer mineralischen Lösung, aus der er die von ihr zu bildenden Kristalle zieht.

Der Indianer nennt die Monate Februar und März die „schwachen Monate“, weil er, ein weit schärferer Beobachter der Natur als wir, die Tendenz zur Langsamkeit und Trägheit in Tier und Mensch erkennt, die immer vorherrscht, wenn die Kraft den organischen Körper verjüngt, durchkräftet und erneuert.

Die vollkommensten Kristalle aus einem mineralischen Element entstammen jener Lösung, die am freiesten von Störungen erhalten wurde. Dein Körper gehorcht im Frühjahr denselben Gesetzen und seine Elemente kristallisieren neu. Um den vollsten Gewinn von der heilenden und erneuernden Kraft des Frühlings zu empfangen, solltest du ruhen — und zwar wann immer du dich zur Ruhe geneigt findest und es deine Pflichten gestatten. Wenn du Körper oder Geist entgegen ihrer Neigung in Tätigkeit erhältst, wenn du deine Muskeln einfach durch Willenskraft zu Anstrengungen zwingst, wenn du entweder Geist oder Körper bis an den Rand äußerster Erschöpfung bemühst, unwissend, wie sehr kraftlos du bist,

ehe das Werk zu Ende getan ist: dann verhinderst du diese heilende und verjüngende Kraft an ihrem vollsten Einstromen in deinen Körper. Du verhinderst das neue Element, das den Baum erneut und die Knospen schwellen macht, sich mit deinem Körper zu vermengen. Du hältst dich an das alte Element, das abgeschüttelt werden sollte, wie der Eichbaum alle seine toten Blätter abschüttelt, ehe der Winter vorüber ist. Du trägst dann dieses tote Element, die Ermüdungstoffe, welche der Winter in dir angesammelt, mit dir herum, anstatt das neue, aufsteigende Leben. Die gilt es hinauszuschwemmen aus deinem Leibe mit dem heiligen Schweiß der Arbeit oder der Frühlingssonne und nachfolgenden kalten Waschungen.

In der Natur finden wir Perioden der Ruhe im steten Wechsel mit Perioden der Tätigkeit. Die Bäume ruhen im Winter. Der Kreislauf des Saftes ist träge. Weder Blatt noch Blüte noch Frucht wird erzeugt. Die wilden Tiere und Vögel tun nach des Sommers brütender Jahreszeit nur wenig. Sie fressen und schlafen. Einige Tiere und Reptilien schlafen während des ganzen Winters. Selbst der Boden muß ruhen, um die beste Ernte hervorbringen zu können. Wo er durch andauernde künstliche Düngung übermüdet wird, da ist sein Ertrag an Wohlgeschmack und Nahrungswert unter dem Ertrage eines jungfräulichen Bodens. Krankheit, Mehltau und Insekten gelangen auf ihm unerkannt zu Gedeihen.

Die zarten Triebe des Frühlings enthalten schon die Kräfte, die später das stärkere Blatt und den Ast bilden werden. Dein eigenes Wesen enthält im Frühling dieselben zarten, knospenden Elemente. Darum, wenn dein Körper im Frühling schwach ist, dann nimm's als ein Zeichen, daß es in dir knospet. Diese Knospen sind voll Kraft.

### Aus Natur und Kultur.

**Wie Frauen erfinden.** Die Zahl der weiblichen Erfindungen nimmt immer mehr zu, und bei den Patentämtern erscheinen viele Frauen, die auf allen möglichen Gebieten neue Apparate und Einrichtungen anmelden wollen. Zu dieser Betätigung des weiblichen Geistes macht der Sekretär des englischen Patentamtes auf Grund reicher Erfahrungen einige interessante Bemerkungen: „Erfindun-

gen werden uns von Frauen aller Nationalitäten unterbreitet, und ihre Art unterscheidet sich deutlich von der der Männer. Die Frauen sind sehr hartnäckig. Wenn wir ihre Ideen einer strengen Prüfung unterwerfen und sie ablehnen, so lassen sie sich dadurch nicht entmutigen, sondern arbeiten in fast jedem Falle weiter, um Verbesserungen anzubringen. Es ist auffällig, daß Frauen fast nur sich mit sol-