

Zeitschrift: Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift

Herausgeber: Pestalozzigesellschaft Zürich

Band: 32 (1928-1929)

Heft: 2

Artikel: Zur Physiologie der Freude

Autor: Schleich, Karl Ludwig

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-662074>

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>

Als Aleksjonow in der nächsten Nacht auf seiner Pritsche lag und eben einschlafen wollte, hörte er, wie jemand zu ihm kam und sich ihm zu Füßen hinsetzte. Er blickte in der Dunkelheit hin und erkannte Makar.

Aleksjonow sagte:

Was willst du noch von mir? Was machst du hier?

Makar Sjemjonowitsch schwieg. Aleksjonow aber erhob sich und sagte:

Was willst du? Geh fort! Sonst rufe ich den Posten.

Makar Sjemjonowitsch beugte sich zu Aleksjonow und flüsterte:

Iwan Dmitrijewitsch, verzeih mir!

Aleksjonow sagte: Was soll ich dir verzeihen?

Sch habe den Kaufmann getötet. Ich habe dir das Messer untergeschoben, ich wollte auch dich töten, aber auf dem Hofe entstand ein Geräusch; da schob ich das Messer in deinen Sack und kletterte zum Fenster hinaus.

Aleksjonow schwieg und wußte nicht, was er sagen sollte. Makar Sjemjonowitsch glitt von der Pritsche herunter, beugte sich bis zur Erde nieder und sprach:

Iwan Dmitrijewitsch, verzeih mir, verzeih mir um Gottes willen. Ich werde aussagen, daß ich den Kaufmann getötet habe, dann kommst du frei und kehrst nach Hause zurück.

Das verstoßene Glück.

Wir trieben alle zwei das Glück
Aus unserm hellen Haus.
Wir waren manchmal salt davon
Und quälten es hinaus.

Nun läuft es auf der Straße fort
Und schlucht in seiner Pein.
Wohl rufen wir noch in der Nacht —
Es kommt nicht mehr herein.

Emanuel von Bodman.

Zur Physiologie der Freude.

Von Carl Ludwig Schleich.

Die Sonne ist der Quell der Freude. Das ganze Nervensystem ist ein Geflecht der Sonne. Sie spannt sich selbst die Harfenseiten, auf denen wir ihr Lied singen. Die Farbe der Wonne ist Licht. Das Dunkel ist ein Heimweh nach Licht. Ein Strahl der Sonne kann mehr erwidern, als tausend Nächte zu ersticken vermögen.

*

An nichts mehr gern denken heißt den Tod rufen.

*

Aleksjonow sagte:

Du hast gut reden, aber was wird aus mir? Wohin soll ich jetzt gehen? ... Mein Weib ist tot, die Kinder haben mich vergessen; ich kann nirgend hin ...

Makar Sjemjonowitsch erhob sich nicht vom Boden, sondern schlug mit dem Kopfe gegen die Erde und sprach:

Iwan Dmitrijewitsch, verzeih mir! Als man mich auspeitschte, war mir leichter zumute als jetzt, wo ich dich ansehe ... Und du hast noch Mitleid mit mir gehabt — hast kein Wort gesagt! Verzeih mir! um Christi willen! Verzeih mir verfluchtem Verbrecher! Und er schluchzte auf.

Als Aleksjonow hörte, wie Makar Sjemjonowitsch weinte, begann er selbst zu weinen und sagte:

Gott wird dir verzeihen; vielleicht bin ich hundertmal schlechter als du! Und plötzlich wurde ihm leicht ums Herz, und er sehnte sich nicht mehr nach Hause. Er verließ das Gefängnis niemals, sondern dachte nur an seine letzte Stunde.

Makar Sjemjonowitsch hörte nicht auf Aleksjonow und gestand sein Verbrechen. Als die richterliche Entscheidung eintraf, er könne heimkehren — war Aleksjonow gestorben.

Es wäre eine mystische Sache um die Telegraphie ohne Draht, wenn nicht jede Übertragung seelischer Eindrücke eigentlich dasselbe wäre. Ich sehe ein Kind lachen — und mein Herzdruck steigt messbar; ich lese eine Todesanzeige — und meine Pulse stocken. Das ist das Mysterium des nervus sympathicus: Millionen kleinsten empfindlichsten Fangschirme aller Weltall-Wellen, eingestellt gewiß auf alle X-, Y- und Z-Strahlen von Mensch zu Mensch, von Unbeseltem zu Belebtem.

*

Das Gefühl der Freude entsteht aus einer plötzlichen Bejahung des Lebens. Indem wir lachen, jauchzen wir dem Weltall taurend „Ja!“ entgegen. Unsere Freuden sind unsere erhaltungsgemäesten Ereignisse. Unser Lebenslied konsoniert zum Weltakkord, jede Dissonanz zu ihm ist Unlust.

*

Jeder harmonisch bewegte Rhythmus hat etwas zur Gleichbewegung Zwingendes. Ein springender Quell, eine hüpfende Bachstelze, der wirbelnde Schnee sind heitere Dinge allein durch rhythmische Bewegung. Das Lachen ist vielleicht rhythmische Entladung von Seelenüberstrom. Darum so ansteckend.

*

Eine durch nichts gehemmte Leichtigkeit seelischer Kontakte macht uns froh. Der leicht federnde Mechanismus in uns ist Behaglichkeit; nur wenn sich das Innere unempfunden, unbemerkt, von selbst reguliert, können wir heiter sein.

*

Freude ist Hemmungsfortfall im Seelenapparat. Der Anker hebt sich und das Schwungrad unseres Organismus reißt den Verstand in den jubelnden Wirbel seiner schäumenden Kreise. Jeder erreicht einmal sein Maximum von Freude und Schmerz. Es ist eine Kunst zu wissen, welchen Maßes von beiden man überhaupt fähig ist.

*

Die Kraft eines Volkes sollte man nach dem Maß seines Frohsinns messen. Wo Ernst ist, ist auch Sklaverei. Vertraue den Heiteren mehr als den Bedächtigen, sie sind lebensfähiger.

*

Daß das Leben an sich eine Lust ist, empfinden die meisten erst deutlich, wenn ein großer Schmerz im Verflingen ist, dann reicht allein die Empfindung der Ruhe an die Wollust heran.

*

Wenn wir gerechter wären, würden wir zugeben, daß jedes Leben mehr frohe als trübe Seufzungen gehabt hat. Wir verschwenden unsere Zufriedenheiten und rechnen wie Geizhälse mit unseren Widerwärtigkeiten. Der trefflichste Bücherrevisor ist die Krankheit, sie lehrt uns, die Bilanz richtig zu stellen.

*

Ein Mensch ist so stark, wie er lustig sein kann. Man ist in dem Maße jung, als man empfänglich bleibt für die Freuden der Jugend. Ein vergnügter Greis ist eben nur ein alter Knabe.

*

Ein nicht fröhliches Kind ist unter allen Umständen ein frankes Kind.

*

Es gehört Mut zu dem Bekenntnis glücklich zu sein, die meisten sind nur aus Furcht bescheiden. Der alte Übergläubche an den Neid der Götter macht viele zu Heuchlern und Verleugnern ihres Frohsinns.

*

Der Sinn des Lebens wäre ein Unsinn, wenn er nicht auf Freude gestellt wäre. Alle Unlust, alle Traurigkeit ist ein schmerzliches Verlangen nach Lust. Diese ist der produktive Gedanke der Schöpfung, jene nur seine Negation. Der Pessimist ist ein anmaßender Kritiker des höchsten Kunstwerkes, des Lebens.

Aus der trefflichen Aphorismen-Sammlung: Die Weisheit der Freude. Ernst Rowohlt, Verlag, Berlin.

Bücherschau.

Appenzeller Kalender 1929. Der Trogener Kalender (Verlag O. Kübler, vorm. Schläpfer'sche Buchdruckerei) berichtet munter, was das Jahr 1927/28 der Nähe und der Ferne gebracht hat, hält Totenschau, bietet volkstümliche Erzählungen und fügt zum Wort das Bild. Ein gediegener, schön illustrierter Aufsatz von Dr. Schnellmann gilt dem

700. Jahresgedächtnis ostschweizerischer Städtegründungen (Rapperswil, Wil, Lichtensteig); Prof. H. a n s L e h m a n n plaudert kulturgeographisch vom Hausrat unserer Voreltern, und Dr. F. ä. h. widmet einen Aufsatz dem Jahrhundertgedächtnis der Erfindung unserer Stickmaschine.

Redaktion: Dr. Ernst Schmidmann, Zürich 7, Rütistr. 44. (Beiträge nur an diese Adresse!) Unverlangt eingefandene Beiträge müssen das Rückporto beilegen werden. Druck und Verlag von Müller, Werder & Co., Wolfbachstraße 19, Zürich.

Insertionspreise für schweiz. Anzeigen: $\frac{1}{4}$ Seite Fr. 180.—, $\frac{1}{2}$ Seite Fr. 90.—, $\frac{1}{4}$ Seite Fr. 45.—, $\frac{1}{8}$ Seite Fr. 22.50, $\frac{1}{16}$ Seite Fr. 11.25 für ausländ. Ursprung: $\frac{1}{4}$ Seite Fr. 200.—, $\frac{1}{2}$ Seite Fr. 100.—, $\frac{1}{4}$ Seite Fr. 50.—, $\frac{1}{8}$ Seite Fr. 25.—, $\frac{1}{16}$ Seite Fr. 12.50

Allgemeine Anzeigenannahme: Annoncen-Expedition Rudolf Moosse, Zürich, Basel, Aarau, Bern, Biel, Glarus, Schaffhausen, Solothurn, St. Gallen.