Zeitschrift: Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift
Herausgeber: Pestalozzigesellschaft Zürich
Band: 39 (1935-1936)
Heft: 18

Artikel: Die Nachtigall
Autor: Rohr, Theo
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-671038

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: 13.12.2025

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

Der Weg glich einem ausgeschwemmten Bachbeet, aber Maria fand den Sonntag immer schöner. Ihr Mann konnte sie wegen ihrer sonderbaren Tracht necken soviel er wollte, sie ließ ihn gewähren. Sie fühlte in sich eine große Dankbarkeit, daß das Leben ihr solche Tage spendete, und nun wollte sie den Mut nie mehr sinken lassen, sondern immer stark sein im Hoffen.

Als sie die Landstraße erreichten, begegnete ihnen viel Volk, teils kamen die Leute zu Fuß, teils auf Eseln geritten. Die Fußgänger erwiderten höflich den Gruß der Städter, wogegen die Eselsreiter hochmütig keine Miene verzogen. Das bereitete ihnen viel Ergötzen. Der Abend bekam immer mehr Farben, und ihr Blick wandte sich oft und oft zurück, wo in der Ferne die Monti Sibillini im Abendrot glühten.

Bald saßen Giovanni und Maria im Zug und hielten sich still die Hände. Jedes war erfüllt von dem Sonntag in der Campagna Romana, die ihnen noch jedesmal unendlich viel Freude und Glück gegeben hatte.

Es war im nächsten Jahr, als ein strammes Büblein zur Taufe getragen wurde. Maria bestand auf dem Namen Giorgio! So hatte der Älteste der guten Bäuerin geheißen, und sie hatte ihr doch den Segen mit auf den Weg gegeben!

„Aber du wolltest doch eigentlich eine Margherita!" erinnerte ihr Gatte sie jetzt an ihren damaligen Ausspruch. Da gab Maria heiter zur Antwort: „Das müssen wir dann einmal unsern kleinen Giorgio fragen, ob er ein Schwesterchen Margherita haben möchte!"

Die Nachtigall.

Horch, welcher Schall!
Die Nachtigall,
Sie schluchzt und weint und jubiliert,
Sie ruft und lockt und musiziert,
Daß Berg und Tal erklingen.

Dann bricht sie ab.
Still wie ein Grab
Ist nun die Welt, doch bald aufs Neu
Ertönt ihr Lied von Lieb und Treu,
Laß sie umsonst nicht singen.

Theo Rohr.

Gefährliche Sonnen-Freundschaft.

Einige Ratschläge für Übereifrige. — Neue Forschungsergebnisse über die Wirkungen des Sonnenlichts.

Von Dr. med. et phil. G. Venzmer.

Das Sprichwort „Wo die Sonne hinkommt, da kommt der Arzt nicht hin", ist heute in solchem Maße Allgemeingut geworden, daß es überflüssig wäre, irgend jemand über den gesundheitlichen Wert von frischer Luft und Sonnenschein aufklären zu wollen. Jeder weiß, welch ein unentbehrliches und unersetzbares Heilmittel das Sonnenlicht ist; aber wie vermutlich niemand auf den Gedanken kommen würde, von einem noch so nützlichen Arzneimittel die ganze Flasche auf einen Schluck zu leeren, so sollte man sich gerade auch bei der Sonnenbestrahlung vor Übertreibungen hüten. Das gilt vor allem für den kurzwelligen Anteil des Sonnenlichtes, die ultravioletten Strahlen. Dabei soll hier weniger von den banalen Verbrennungen die Rede sein, die — wie jeder weiß — durch übermäßige Sonnenbestrahlung verursacht werden können. Sie äußern sich bald in schmerzhafter Rötung, bald in Blasenbildung und in schlimmen Fällen sogar in tiefen Hautwunden, die dann Narben zurücklassen — bewirken in diesem Falle also gerade das Gegenteil von dem gewünschten „verschönernden" Erfolge. Auch die Augen können, wenn sie nicht hinreichend geschützt werden, durch die Sonnenbestrahlung geschädigt werden; ebenso vermag übermäßige Bestrahlung die Haarwurzeln anzugreifen und so der Schönheit und Fülle des Haares gefährlich zu werden.

Sonnenstrahlen können uns vergiften!

Aber darüber hinaus kommen den ultravioletten Strahlen des Sonnenlichtes noch weit tiefer greifende und ernstere Wirkungen zu. Wenn sie in allzu großer Stärke die Haut durchdringen, bringen sie die Eiweißkörper der dicht unter der Oberhaut befindlichen Gewebeschichten durch die ihnen eigentümliche, in ihrem Wesen durchaus noch nicht restlos geklärte Strahlenwirkung zum Zerfall. Die so entstandenen Abbauerzeugnisse des Eiweißes haben giftig wirkende Eigenschaften: wenn sie nun in den allgemeinen Blutkreislauf gelangen, so können sich recht unlieb-