Zeitschrift: Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift
Herausgeber: Pestalozzigesellschaft Zürich
Band: 41 (1937-1938)
Heft: 13

Artikel: Licht und Dunkel
Autor: Kuhn, Martha
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-669769

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: 04.12.2025

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

ihrem totkranken Mann, dem der Arzt alles zu essen erlaubt hatte, was ihm nur schmeckte; und gebratenes Gansfleisch war seine Lieblingsspeise...

Zwei Frauen hatte der Alltag zusammengeführt, zwei Menschen, einander fremd, und jeder beladen mit seinem Kreuz.

Und ich dachte mir, daß man oft mit der eigenen Not weniger unzufrieden wäre, wenn man von der des anderen wüßte.

Licht und Dunkel.

Denselben Weg, den ich mit dir gegangen,
Denselben Weg geh' ich nun ohne dich.
Als ich mit dir ging, war es Nacht, doch licht,
Weil deine Liebe alles mir erhellte.
Nun ich allein geh', strahlt der blaue Mittag,
Doch dunkel scheint mir alles, weil du fern bist.

Martha Kuhn.

Ich rauche nicht mehr . . .

„So kann das nicht weitergehen," sprach besorgt meine Gattin. „Was du zusammenrauchst, das ist einfach entsetzlich und grenzt beinahe ans Aschgraue. Du ruinierst dir deine Gesundheit und verräucherst mir dabei die ganze Wohnung. Spare dir doch lieber das Geld, du wirst staunen, was das im ganzen Jahr ausmacht." — „Du solltest nicht gar so viel rauchen," sprach mein Freund, „es tut dir nicht gut. Schau mich an, ich rauche schon seit sechs Jahren nicht mehr. Frage doch einmal einen Arzt, der wird dir sagen, wie schädlich das Rauchen ist." — „Vor allem: nicht rauchen!" sprach der gute Doktor. „Wenn du so weiter rauchst, bist du in zwei, drei Jahren erledigt."

Also bitte, dann rauche ich eben nicht mehr. Das ist doch lächerlich! Ich bin ein Mann mit einem eisernen Willen, und wenn ich sage: „Nie wieder Nikotin!", dann ist's eben Schluß damit. Ich schenkte meinen Virginiavorrat dem Hausmeister, der hat ja keine Ahnung, wie schädlich das Rauchen ist. Zweiundsiebzig Jahre ist der Mann alt und raucht wie in Schlot. Der würde staunen, was der Arzt sagen würde, wenn er zu ihm hinginge. Aber er geht nicht hin und raucht weiter. Aber er wird schon selbst draufkommen, wenn er mit neunzig Jahren sterben muß, daß nur das Rauchen schuld war an seinem frühen Tod. Doch ich rauche nicht mehr. Schon seit fünf Wochen nicht mehr. Und ich bin riesig stolz darauf, daß ich die Kraft hatte, dieses böse Laster niederzukämpfen. Ich bin schon beinahe ganz giftfrei. Das heißt, wenn ich im Wirtshaus einen sitzen sehe, der stillvergnügt eine herrliche, blonde Virginia raucht, da gifte ich mich schon noch. Innerlich natürlich nur. Äußerlich bin ich die Ruhe selbst. Neidlos lächelnd kann ich ihm zusehen, obwohl ich ihm am liebsten die Zigarre aus dem Munde reißen und selbst weiterrauchen möchte. Wohler fühle ich mich ohne das Rauchen, das muß ich ehrlich zugeben. Aber so wohl eben doch nicht wie in der Zeit, wo ich selbst gemütlich schmauchte. Und einen „Glust" habe ich oft, nicht zu sagen. Und verdrossen bin ich und arbeitsunlustig. Nichts freut mich, alles ärgert mich, und eine Wut habe ich, eine Wut! Doch ich halte durch im Kampfe gegen das Nikotin bis zum Siegen oder — Unterliegen!

Gott sei Dank! — ich bin unterlegen. Jetzt sitze ich wieder in bester Laune auf meinem Stammplatz im Wirtshaus, lasse mir den Kaffee schmecken und freue mich am Duft der Zigarre. Und ich bin wieder voll Schaffensfreude und bin restlos glücklich, daß mich das Nikotin besiegt hat. Nur der alte Hausmeister sagte gestern zu mir: „Was? Sie rauchen schon wieder, mein Lieber? Sie, das sollten Sie nicht tun. Sie haben viel gesünder ausgesehen, als Sie nicht rauchten. Geben Sie es wieder auf. Die vorigen Virginias nehme ich Ihnen wieder gerne ab, mir schaden sie nicht."

Ja, das ist einer dieser aussichtslosen Kämpfe, die der Mensch täglich, oft sogar stündlich zu führen hat, ihre Zahl dürfte in die Tausende gehen. Und fast immer unterliegt er, und immer wieder kämpft er dagegen an. Ich habe Schluß gemacht mit der ewigen, zwecklosen Kämpferei. Ich habe es satt. Wenn mir das Rauchen nicht gut tut, verzichte ich auf die Zigarre, und wenn mich das Verlangen danach wieder packt, dann rauche ich eben wieder. Und so geht es mir weit besser. Ich reagiere ganz einfach nicht auf die Kampfansagen mit Kampfbereitschaft. Und ich habe dabei meine heilige Ruhe. Und das ist doch das Schönste, was ein Mensch auf der Welt haben kann!

W. S.