Zeitschrift: Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift

Herausgeber: Pestalozzigesellschaft Zürich

Band: 51 (1947-1948)

Heft: 11

Artikel: Die Kunst des Vergessens

Autor: K.L.

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-668070

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: 02.10.2025

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

Eintreffen in der Schweiz und bevor er das ihm liebgewordene Land am 26. Oktober wieder verließ, stellte er sich nochmals auf dem Escherschen Gute in Herrliberg ein.

Es war übrigens auf dieser vor 150 Jahren

ausgeführten Schweizerreise, als Goethe den Plan faßte, ein Epos über "Wilhelm Tell" zu verfassen. Er trat jedoch den Stoff Schiller ab, der dann ein unvergleichliches Freiheitslied dichtete.

Die Kunst des Vergessens

Manchmal stellt das Leben solche Anforderungen an uns, solche Prüfungen, die wir nur dann bestehen können, wenn wir eine gewisse Vortion seelischer Stärke besitzen. Darum muß man sich rechtzeitig seelische Panzer zurechtschmieden, um allen unangenehmen Ueberraschungen, die das Leben mit sich bringen könnte, gewachsen zu sein. Dazu gehört auch die Kunst des Vergessens.

So sehr auch das gute Gedächtnis für den Lebenskampf notwendig, manchmal sogar un= entbehrlich ist, so ist auch die Fähigkeit des Verzessens von einer ebenso großen Wichtigkeit und Notwendigkeit. Es gibt Tage, die unvermeid-lichen Rummer und Aerger bringen. Ein geliebter Mensch wurde uns durch den Tod entrissen, oder man erhält plöhlich eine traurige Nachricht, die das ganze Leben aus dem Gleichzewicht zu bringen droht. Solche unvorhergesehene seelische Erschütterungen können manchmal auch starke Charaktere zu Boden werfen. Man hat zum ersten Male die tragischen Seiten des Lebens am eigenen Leibe verspürt und kommt darüber nicht hinweg.

Es gibt Menschen, die dem großen Frrtum unterliegen, daß alles, was ihnen begegnet, einer gedanklichen Ausbewahrung wert sei. Traurige oder häßliche Erlebnisse pflegen sich im Gedächtnis viel stärker einzuprägen als jene Stunden, wo wir glücklich zu sein glaubten. Wer eine traurige Jugendzeit hinter sich hat, wer längere Zeit Demütigungen oder Erniedzigungen ausgesetzt war, kommt oft auch im späten Alter über diese Tragik nicht hinweg, weil er die Kunst des Vergessens niemals geübt hat. Es gibt wohl viele Dinge im Leben, über die man einsach nicht hinweggehen darf, über die man sich

Gedanken machen muß, um nicht zu Schaden zu fommen. Aber man soll bei diesen Dingen so lange verweisen, als es nötig ist. Das allzu intensive Grübeln über eine Angelegenheit schafft niemals Klarheit, im Gegenteil, es stiftet viel Berwirrung. Anstatt das zu vergessen, was nicht mehr zu ändern ist, verbohren sich manche Menschen ganz in ihren seelischen Schmerz oder in ihren Aerger, und alles andere interessiert sie nicht mehr. Anstatt die Bunden durch die Kunst des Bergessens heilen zu lassen, rütteln sie immer stärker an ihnen und blicken immer wieder auf das trostlose Feld der Vergangenheit.

Wer leben will, muß an die Gegenwart und an die Zukunft denken. Die Vergangenheit, die unser kostbarstes Gut enthält, nämlich alle unsere bisherigen Ersahrungen, darf niemals zum Gegenstand des Grübelns oder der Melanscholie werden. Es kommt darauf an, wie man seine Ersahrungen verarbeitet. Wer schwarze Brillen anlegt, der wird alles schwarz sehen und niemals die Kunst des Vergessens erlernen. "Unsere schlechten Ersahrungen sind unsere größten Hindernisse, wenn wir sie falsch vers arbeiten," sagte einst ein amerikanischer Millios när. "Sie sind aber unsere größten Wohltäter, wenn wir sie richtig verarbeiten."

Die Kunst des Vergessens läßt sich ohne weisteres lernen, wenn man sich bemüht, auch die Lichtseiten das Daseins zu sehen. Wahre Lebensstunst besteht in der Kunst des Vergessens trausiger, unabänderlicher Schicksalsschläge. Dazu gehört die absolute Herrschaft über unsere Gebanken. Wenn wir so weit sind, dann ist uns die Macht gegeben, materielle und Gesundheitszusstände im günstigen Sinne zu beeinflussen.

K.L.