

**Zeitschrift:** Die Berner Woche  
**Band:** 34 (1944)  
**Heft:** 8

**Artikel:** Soll man oder soll man nicht?  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-635493>

### **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:** 13.01.2026

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

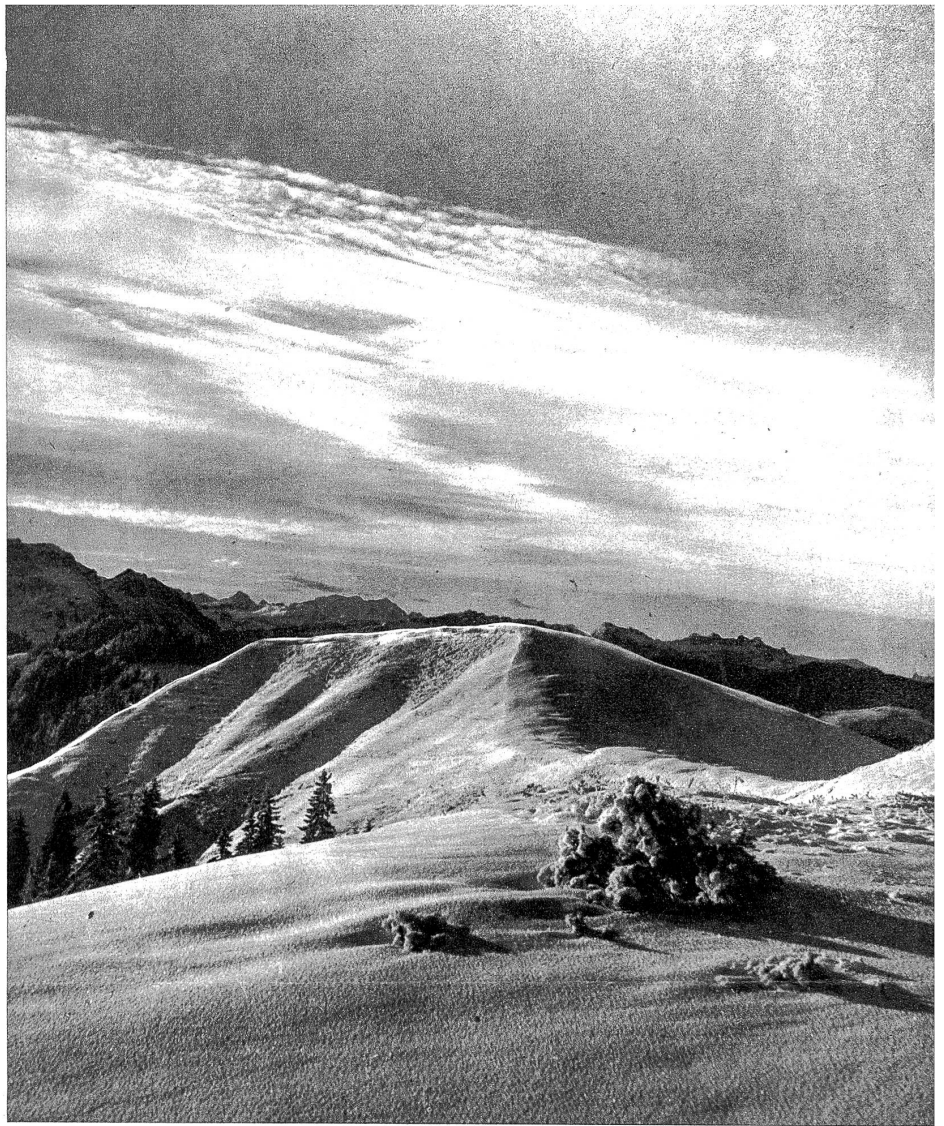
# SOLL MAN ODER SOLL MAN NICHT?

Nämlich: Sich ärgern! Die meisten Leute werden antworten, man solle, wenn es irgendwie möglich sei, die eigene Natur bezähmen und zuerst auf hundert zählen, ehe man den Groll im eigenen Herzen aufsteigen lasse. Und jedenfalls sei es nicht klug, die eigenen Kräfte an überflüssige Gefühlserregungen zu verschwenden. Kurz und gut, die Menschheit wird, solange sie nur von weitem zusehen muss und nicht selbst in Versuchung gerät, überzeugt antworten, der Mensch solle sich nicht ärgern.

Anders sieht die Sache aus, wenn der Einzelne von dem oder jenem Ergebnis angefallen wird, von Dingen also, welche gemeinhin die Galle heftiger fliessen machen. Da hört die Weisheit auf, und alle Theorien fallen ins Wasser. Eh man sich's versieht, wird einer käsbleich und ein anderer grün, und beiden möchte man wünschen, sie möchten lieber einen kräftigen Fluch loslassen und sich hernach umkehren... möchten weggehen und sogleich vergessen, woran sie eben Anstoss genommen. Aber sie können oft genug weder wettern noch fluchen, können den Dingen nicht den Rücken wenden und am allerwenigsten vergessen. Das Eigentümliche des Aergerns besteht ja gerade darin, dass der Mensch an einem Gefühl herumwürgt, nicht schlucken und auch nicht ausspucken kann. Es ist eine schleichende Angelegenheit, das richtige Aergern! Zu vergleichen dem Schimmel auf ungelüfteten und unbesonnenen Vorräten, die einer stehen gelassen, ohne sich ihrer zu erbarmen. Und wer sich ärgert, den hat eben der Gott des Humors vergessen, statt dass er für Lüftung und Besonnung gesorgt hätte.

Womit gesagt sein dürfte, dass es wirklich nottäte, sich des Aergerns zu enthalten. Aber vielleicht geht der Weg, der zur Sicherung der Seele vor allem Aerger führt, gar nicht über die einfache Enthaltensamkeit solchen Gefühlen gegenüber? Vielleicht nützt es nichts, sich vorzunehmen: «Ich will mich nicht unterkriegen lassen!» Vielleicht heisst es nichts anderes, als das Thermometer kurieren, statt der Krankheit, wenn man sich mit dem Aerger selbst abgibt? Wer weiss!

Es ist wohl so... der Aerger ist gar nicht das Erste. Voran gehen ganz andere Prozesse der Seele, welche wir als Vorbedingungen jeder Sorte von Aerger betrachten müssen. Oder, anders gesagt: Der Aerger ist eine parasitäre Pflanze, hat ihre ei-



genen Wirtspflanzen und wuchert nur, wenn sie ihren Nährboden finden kann, das heisst, wenn die Wirtspflanzen üppig gedeihen.

Man überlege: Eine Frau ärgert sich über ihren Mann. Nicht etwa grundsätzlich. In allen wesentlichen Fragen ist sie mit ihm einverstanden, und was seine Erscheinung und seine Lebensart angeht, hat er nichts an sich, was ihr nicht gefiele. Doch worüber ärgert sie sich?

Sie möchte ihm einen guten Bissen zuschieben, und er, gerade im Augenblicke, wo er Freude bezeigen und sich dankbar erweisen sollte, merkt nichts, lehnt schroff ab... und warum? Weil er von einer andern Sache beschäftigt, in Spannung einer Ueberlegung nachhängt... und nicht sieht und hört, was um ihn herum vorgeht. Die Frau ärgert sich. Sie könnte sich grün und blau ärgern, denkt sie. Und ein Schimmer von Grün steigt in ihre Wangen, und in den Augen kündigt sich Regenwetter an. Auch um die Mundwinkel beginnt es zu wetterleuchten. Nun merkt der Mann, was er angerichtet... und siehe da, auch er fängt an, sich zu ärgern.

Ueber sich... und über sie. Wie übrigens auch die Frau zweierlei Aerger brütet, einen über sich selbst und einen über die Teilnahmslosigkeit des Mannes.

Hier haben wir das Beispiel des Aergers zwischen zwei Leuten, die sich lieben. Es ist leicht, zu erkennen, dass es Illusionen ihrer Liebe sind, auf welchen sich der Aerger mästet. «Bin ich ihm nicht so viel, dass er mich nicht merkt?» denkt sie. Und er: «Hat sie denn keine Ahnung, dass ich hin und wieder auch etwas denke?» denkt er. Und das sind Illusionen, die man schleunigst ausrotten muss, so wie man den Staub entfernt, damit die Bazillen sich nicht darauf mästen.

Würden wir genau jeden Fall von Aerger untersuchen, würden wir immer als seinen Nährboden eine Illusion, eine Eitelkeit finden, welche sich verletzen lässt. In ihren Ritzen nistet der Aerger. Man soll also nicht sagen, dass sich einer nicht ärgern möge. Aber dies ist festzuhalten: Man rotte die Eitelkeit aus, den Nährboden alles Aergers. F.