**Zeitschrift:** Die Berner Woche

**Band:** 36 (1946)

**Heft:** 32

**Artikel:** Jedem seine Sommerfreude

Autor: [s.n.]

**DOI:** https://doi.org/10.5169/seals-647328

### 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:** 19.11.2025

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

# Tedem seine Sommer frende

Es geht Ihnen doch auch so: Bei schönem Wetter ist man gut aufgelegt. Und wenn man dabei noch frei hat, wenn man seinen Spaziergang, seinen Ausflug, seine Ferien in der Sonnenzeit macht, dann ist das Glück doppelt und dreimal so gross. Denn dann entdeckt man, dass trotz Griesgram und Einerlei des Alltags die Welt doch so wunderschön und reich ist und sich von dem trüben Geschehen der Zeit keinen Deut beeinflussen lüsst. Nun, die Natur muss den Kopf hochhalten, sonst würden wir vergessen, zum Himmel aufzusehen, wenn das Leben uns mit Schwerem aufwartet.

Der Sommer verjüngt. Seht doch einmal hin, wenn sich die Leute im Bade tummeln. Man kann gross und klein kaum mehr unterscheiden. Sie werden alle wie die Kinder. Und das gleiche geschieht, wenn sich ein paar Leutchen zum Wandern aufmachen. Auf goldiger Höhe, in frischer Bergluft lösen sich alle Zungen, die steifsten und ungemütlichsten Leute werden freundlich und froh und beginnen zu plaudern, wenn nicht gar zu singen und erst, wenn sie sich wieder eine Weile im Tal unter Ihresgleichen bewegen, verwandeln sie

sich oft wieder ins Blümchen «Rühr-mich-nicht-an». Braun werden ist nicht nur

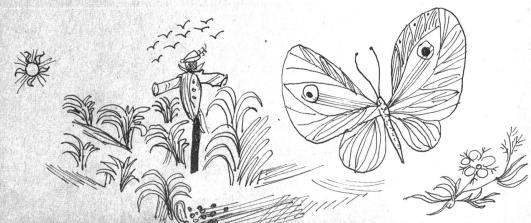
Modesache, ein in der Sonne gebrannter Körper, der durch Wasser, Sonnenschein und frische Luft «gegerbt» worden ist, hat Gelegenheit geboten, durch Tiefenstrahlung den Blutkreislauf und, die Organe zu beleben. Wir legen uns an die Sonne und werden froh und müde und faul. Und wir dürfen es sein, weil in dieser Zeit etwas in uns schafft, und zwar die Gesundheit. Sie holt auf, und wir brauchen nichts dabei zu tun, als ihr genügend Zeit dazu zu lassen. Schon stellt sich der gesunde Schlaf, der gute Appetit, die frische Rötung, die braune Farbe ein, und wir helfen noch ein bisschen dazu, indem wir Sonnenöl und Cremen aufschmieren, und viele kurze Sonnen- und Wasserbäder nehmen. Denn die Sonne ist stark und eine langanhaltende, zu starke Bestrahlung erregt zu sehr auf einmal und kann uns schaden. Man kann auch daheim im Garten sonnenbaden. Dabei schadet es bestimmt nicht, wenn wir uns, leicht bekleidet, mit Sonnenbrillen und Kopftuch behaftet, im Garten betätigen: Unkraut zupfen, giessen, jäten usw. Vielleicht ergibt es sich, dass wir, im leichten, bunten Sommerkleidchen einen Spaziergang über die Wiesen machen Bauern beim Früchteauflesen antreffen. Die Arbeitskräfte, die ihnen zur Verfügung stehen, sind heute, trotz Landdienstpflicht, sehr gering, und die Bäuerin hat stets ein Uebermass an Arbeit. Sonnenkult und Bauernhilfe passen aber sehr aut zusammen. Und unsere Bäuerin sagt sicher nicht nein, wenn wir uns bereit erklären, ihr ein wenig zu helfen, «weil es ja in Einem geht», weil man sich dabei «sönneln» und doch auch helfen kann.

Freilich, manchmal haben wir es nötig, an die Sonne zu gehen und einmal ganz mit

uns allein zu sein. Wir setzen uns unter einen Baum oder auf ein Bänklein im Schatten und lassen in der Erinnerung einmal alles vorübergehen, was uns beschäftigt und besorgt hat. Auf einmal sieht hier, im hellen Sonnenschein, die ganze Sache nicht mehr so schwer aus. Man kann auch in Ruhe überlegen und wird finden, dass es keinen Sinn hat, den Kopf hängen zu lassen. Der Falter, der an uns vorbeifliegt, die Grille, die sorglos im Grase singt, der Vogel, der sich sein Würmchen holt, der Wind, der die Wolken vorbeijagt, sie alle sagen es uns: «Auch du gehörst in diese Welt, in die Natur, zu Gottes Schönheit dieses Erdengartens.



Auch für dich ist gesorgt, auch dein ist diese Welt. Und es wird uns leichter und froh ums Herz, und das Gemüt bekommt wieder einmal Nahrung. Und langt es immer noch nicht, können wir immer noch nicht froh werden, so singen wir doch ein Liedchen vor uns hin, eines aus der schönen Jugendzeit, eines, das vielleicht die Mutter mit uns sang und schaffen wir so wieder ein bisschen Heimatluft. Nach dieser gelüstet es doch jeden Menschen, und er trachtet unbewusst, es wieder einmal so zu haben und zu halten, wie es daheim war. Geht hinaus in den Sommertag und versucht es auf diese Weise: Es geht bestimmt, und was Ihr heimbringt, ist ein frohes Herz und leichtere Gedanken.



## Die Gefährtin <sup>in</sup> Raffiakleid

VON PAUL MORAND

Deutsch von H. und L. Schmidt-Elirich

Man hatte von Schlangengifte gesprochen, dann von Giften über haupt.

In unsern weissen Rohrsessel auf Sumatra liegend, genosen die jene schwärzliche Stunde, die hinfliesst zwischen Sonnenuntergate und der Ankunft der Stechmücken unter dem übermässig langen Schuff dache eines jener Eingeborener dache eines jener Eingeborener häuser, bedeckt mit den Fasen der Palmen.

«Die Vergiftung», sagte van Brown in excellence excellence, mysteriös, grausam, mer von Erfolg gekrönt. Es gibt au diesen diesen Sunda-Inseln wunderst Pflanzengifte, von denen die derne Wissenschaft noch keine die nung hat Saar derne Wissenschaft noch kelne di nung hat. Sogar die Chinesen, die ja alles lange vor uns bis zub haben, vom Schiesspulver in dies Kommunismus, sind Kinder Materie im Vergleich zu Sie laien. Vielleicht kennen java in düsteren Giftbäume von Java rölli nen trostlosen Tälern, dieses röllich Wachs, mit dem die Eingeborenen waffen überstrichen sind, das Starrkrampf hervorruft und, die Er es die Atmung unterbindet die Er es die Atmung unterbindet, die stickung stickung erreicht? Sie haben de Zweifel die seltsame Wirkung ver Stechapfels gegeb Stechapfels gesehen, wenn der der giftete lange seine Hände betrachte bevor er stiebte. bevor er stirbt?... Jedes Gift hat seine bevor hat seine besonderen Symptome sozusagen seine eigene Person keit Die keit. Die eine vernichtet Sie auf Stelle Stelle, treibt Ihnen den Schaum die Linner die Lippen, und das Leben verlösen andere verwüsten Sie langs andere verwüsten Sie Jahren schwe'gend; sie brauchen Jahren zu wirken, im sechzehnten schößen den schößen den schößen sechschaften schößen schoßen sch dert gab man ihnen den school Namen «Gifte auf Sicht» Lassen amich erzählt, da mich erzählen, wie ich erfuhr, sie auch heute noch im Gebraus sind.

Einer meiner Freunde, Europe grosser, dänischer Riese, geschvälle durch all jene Gerechtigkeit Okzidents, was ein Verweilen all Orient noch schwieriger gestalt in es ohnehin ist, wenig gemacht with hin für die Gefahren dieser ver hin für die Gefahren Lande ver hin für die Gefahren dieser ver hin te glauben, dass im das ver könnte glauben, dass ihm das denn er wies ein Avancement ück, das ihm seine Gesellschaft rück, das ihm seine Gesellschaft ger Eine Reise, die mich vor zwerklätten in sein Gebiet führte, Atter mir alles: er lebte mit einer

frau zusammen.

Die Geister der schmerzensfeißen welt, an die die Eingeborenen gleben, hatten sie sich während ben, hatten sie sich während wie sie sich während sie sich während werden wilden seinen offenen wilden seinen habe sie sich währen seinen habe sie sie seinen habe sie sie seinen hatte in seinen hatte susdrucksvolle Augen. In der Machausdrucksvolle Augen. Hütte ihr Gang, wie sie in der Hütte ihr Gang, wie sie in der Hütte sie der Majestät einer Gattin, die der Majestät einer Gattin, aug ganze Bewusstsein ihrer Macht wie ganze Bewusstsein ihrer allein, kaum je liess sie uns allein, bei abends nicht, wenn wir uns