

Zeitschrift: Fachblatt für schweizerisches Anstaltswesen = Revue suisse des établissements hospitaliers

Herausgeber: Schweizerischer Verein für Heimerziehung und Anstaltsleitung; Schweizerischer Hilfsverband für Schwerverziehbare; Verein für Schweizerisches Anstaltswesen

Band: 28 (1957)

Heft: 10

Artikel: Lebenskünstler : ein paar beherzigenwerte Gedanken von Richard Gerlach

Autor: Gerlach, Richard

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-809071>

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: 15.03.2026

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

Kinder so verschieden «begabt» sind. Es zeigte sich, dass gute Schüler nur wenig an ihren Eltern aussetzen haben, während unglückliche Kinder fast immer auch schlechte Schüler sind. Und die Statistik ergab: Ein sehr grosser Teil der Kinder, die nicht in die nächste Klasse versetzt werden konnten, haben lieblose Eltern oder ein unglückliches Zuhause...

Aus 120 000 Kinderbriefen erkannte man, dass nur rund 10 Prozent mit ihren Eltern zufrieden sind. Das ist ein geringer Prozentsatz. Es mag der Elternschaft zu denken geben. Anhand der kindlichen Berichte konnten erfahrene Psychologen und Pädagogen in Gemeinschaftsarbeit einen «Codex für perfekte Eltern» aufstellen. Hier sind die Punkte in der Reihenfolge der Dringlichkeit: 1. Kein Streit zwischen Vater und Mut-

ter, vor allem nicht, wenn Kinder dabei sind. 2. Vater und Mutter sollen sich gegenseitig achten. 3. Sagt einem Kind immer die Wahrheit — auch wenn sie für euch unangenehm sein sollte. 4. In Gesellschaft anderer Kinder das eigene Kind nicht ausschimpfen oder gar züchtigen. 5. Jedes Kind soll gleich liebevoll behandelt werden. 6. Jede Frage eines Kindes verdient eine Antwort. 7. Schlechte Laune, Kummer und Sorgen niemals am Kind auslassen. 8. Zeigt dem Kind, dass es innerhalb der Familie eine Rolle spielt und nicht nebensächlich ist. 9. Seid nett zu den Freunden und Freundinnen eurer Kinder. 10. Lobt das Kind für gute Leistungen und schimpft nicht nur über seine Fehler. Eltern, die diese Punkte beherzigen, werden Freude an ihren Kindern haben... Wolfgang Bührle, Prora

Lebenskünstler

Ein paar beherzigenswerte Gedanken von Richard Gerlach

Lebenskünstler nennen wir Menschen, die gut mit dem Leben fertig werden, die nicht zuviel und nicht zuwenig erwarten, und die sich mit dem, was sie haben, behaglich einrichten. Sie leiden nicht an Depressionen und bewahren sich ihr fröhliches Gemüt auch in Situationen, in denen die meisten niedergeschlagen und missgelaunt wären. Was beim ersten Versuch nicht glückt, kann beim zweiten gelingen. Ein Lebenskünstler lässt sich nicht entmutigen. Die Voraussetzung des Wohlbefindens ist die Gesundheit; aber auch Krankheiten überwindet man leichter, wenn man an die Besserung glaubt und unterlässt, was sie stören könnte. Nur gehört ein bisschen Beharrlichkeit und Geduld dazu.

Mit allem, was uns die Erde Angenehmes bietet, lässt sich auch Missbrauch treiben. Da gibt es zum Beispiel den Wein und das Bier und den Schnaps. Wenn man Durst hat, kann das Trinken zum Genuss werden. Genehmigt man sich aber zuviel davon und säuft die verschiedenen Getränke wahllos durcheinander, so hat man am nächsten Morgen den Kater, und wenn man das häufig wiederholt, wird der Kopf dumpf und bedarf immer größerer Reizmittel. Nun muss man sich durch Kaffee wieder aufputschen. Wie gut kann eine Zigarre oder eine Zigarette oder eine Pfeife zur rechten Zeit schmecken! Wer aber dauernd qualmt und es nicht mehr sein lassen kann, schädigt seine Nerven und sein Herz.

Was ich hier sage, ist gewiss nicht neu, und eigentlich weiss es jeder. Aber irgendein kleines Laster darf man sich doch wohl gestatten? Nun, jeder muss wissen, wieviel er vertragen kann, und um nicht rauschgiftsüchtig zu werden, brauch man noch kein Mässigkeitfanatiker zu sein. Ebenso steht es mit der Gefrässigkeit. Aus Angst vor der Herzverfettung braucht man nicht auf jede wohltuende Speise zu verzichten und zum Asketen zu werden. Aber wer zuviel in sich hineinfüllt, hat keinen Genuss, sondern nur eine Last davon. Es kommt auf das rechte Mass an, dafür gibt es keine allgemein gültigen Vorschriften; jeder muss es für sich selbst ausprobieren. Der Lebenskünstler meidet die Uebertreibungen, ohne zimperlich und fortwährend auf der Hut vor bösen Folgen zu sein, er wiegt sich die Genüsse weder mit

der Briefwaage noch mit der Viehwaage zu. Wie aber verträgt er sich mit seinen Mitmenschen?

Er wird nicht alle für Engel und auch nicht alle für Teufel halten, er wird nicht allzu vertrauensselig und nicht allzu argwöhnisch sein, sich die vom Leibe halten, die nicht zu ihm passen, und mit seinen Freunden freundlich sein. Er wird jeden Menschen, der diesen Namen verdient, gelten lassen und keinen anrempeln wollen. Jeder muss seinen eigenen Weg gehen, wie jeder seinen eigenen Charakter hat. Der Einsichtige kann wohl auch anderen helfen, den besten Weg zu finden, und wo er Unrecht sieht, wird er nicht schweigen. Aber er wird auch nicht zu denen gehören, die nur eine einzige Strasse in die Zukunft und sonst nichts auf der Welt bauen möchten. Wie könnte einer etwas für die Zukunft versprechen, der nicht die Gegenwart meistert?

So käme es denn auf die wirklichen Werte, auf ein erfülltes Dasein, auf die Harmonie mit sich selbst und mit der Natur, auf die Uebereinstimmung mit dem Wahren, Schönen und Guten an und nicht auf die Jagd nach den goldenen Kälbern und auf die Häufung von Reichtümern, die schnell zerstioben können. Ich will nicht sagen, dass der Lebenskünstler ein müssiger Sonnenbruder sein müsste, aber er wird sicher nicht mit denen um die Wette laufen, die vor lauter Schufferei keine Zeit mehr haben, sich mit dem Eigentlichen und Menschenwürdigen des Daseins zu beschäftigen.

Gerichte aus frischem Obst

Apfelstrudel nach Wienerart

500 g Mehl, 10 g Salz, 2 Eier, 80 g Butter, 2—3 dl lauwarmes Wasser werden zu einem weichen Teig verrührt; gleiche Festigkeit wie Hefeteig. Für die Apfelfüllung werden 1 kg Äpfel fein in Würfel geschnitten, dann mit 100 g Rosinen, 50 g Orangeat, 150 g Zimtzucker, 100 g feingerösteten geriebenen Mandeln, untereinander gemischt. Nun wird der Teig aus-