

**Zeitschrift:** Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin  
**Band:** 93 (1967)  
**Heft:** 7

**Rubrik:** Lebenskunst in Raten

#### **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:** 18.02.2026

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

# Herz, mein Herz, was soll das geben?

Was dieser Goethe doch alles gedichtet hat! Und Beethoven hat es vertont. «Herz, mein Herz, was soll das geben? Was bedrängt dich so sehr?» Neben mir saß in dem Konzert mein Freund. Spötter und Schwerenöter. Wissen Sie, was er während des Gesanges ins Ohr flüsterte?: «Am ehesten einen Herzinfarkt!»

Sie mögen lachen. Lachen macht gesund. Man sollte deshalb den Nebelspaler als billiges (ich meine preislich billiges) Heilmittel gegen Herzinfarkt empfehlen. Denn ich kenne etliche Dutzend liebenswerte Zeitgenossen, von denen ich weiß: insgeheim befürchten sie einen Herzinfarkt. Insgeheim oder hinterrücks oder in einer melancholischen Stunde haben sie im Lexikon nachgeschaut. Ha, He, Herz, Herzinfarkt, siehe Infarkt. Und dann gelesen:

**Infarkt** (lat.) Untergang eines Gewebsbezirks nach schlagartiger Unterbrechung der Blutzufuhr. Anämische Infarkte nach arteriellem Gefäßverschluß (z. B. Embolie). Die Schwere des Krankheitsbildes entspricht der Wichtigkeit des befallenen Organs und der jeweiligen Ausdehnung des Infarktes.

Aber glauben Sie, daß solche Lexikonlektüre gesund macht? Oder auch nur ein bißchen dazu beiträgt, dem Uebel zu steuern, die Gefahr zu bannen, dem Schicksal ein Schnippchen zu schlagen? Vom Angsthaben ist noch keiner gesund geworden. Aber vom Aufpassen und Sorgehaben und vor allem von der Erkenntnis, daß man mit seinem Herz nicht umspringen kann wie's einem gerade beliebt. Ich bin nicht Mediziner, sondern Nebelspaler. Und drum möchte ich Ihnen empfehlen: Nehmen Sie sich ein Beispiel am Herzinfarkt-Club!

Was, so etwas gibt es auch noch? Oder auch schon?, fragen Sie mich.



Bezugsquellenangabe: E. Schlatter, Neuchâtel

Und ich frage Sie: Was gibt es in der Schweiz nicht? In Sachen Vereine sind wir führend! Ich kenne ein Druckereiunternehmen im Kanton Solothurn, dessen ein- und weitreichendes Personal einen Herzinfarkt-Club gegründet hat. Sie wissen, bei der Presse pressiert es immer. Obwohl unserem Herz, diesem sonderbaren Ding, das einen ganz besonderen Rhythmus hat, das Pressieren nicht sympathisch ist, im Gegenteil. Es war deshalb naheliegend, daß in einem pressanten Betrieb die Idee aufkam, einen Herzinfarkt-Club zu gründen. Ich bin aber fest überzeugt, daß sich die Statuten dieses Clubs auch auf andere Betriebe, Berufe, Unternehmungen und Gesellschaften übertragen lassen. Mehr noch: selbst im Privatleben, also außer der Arbeitszeit, lassen sich die Vorschriften oder Empfehlungen dieses Clubs mit Erfolg befolgen. Ich habe mir deshalb die Mühe genommen, die «Satzungen des Herzinfarkt-Clubs» abzuschreiben und gratis an die Leser des Nebelspalters weiterzugeben:

1. Sieh zu, daß Du immer etwas hast, über das Du Dich ärgerst. Das Ressentiment sollte ein wesentlicher Bestandteil Deines Lebens sein.
2. Rauche niemals weniger als 50 Zigaretten am Tag und möglichst mehr. Eine milde Zigarre am Abend ist kein Ersatz.
3. Wer täglich eine Flasche Whisky trinkt, wird Ehrenmitglied.
4. Nimm jedes Quartal wenigstens um ein paar Pfund zu. Stiernacken und Flüßpferd bauch sind hervorragende Club-Auszeichnungen.
5. Arbeit Tag und Nacht. Nimm genug Arbeit für den Feierabend mit nach Hause. Verzichte auf Ferien und mache Dich so müde, daß Du ein Schlafmittel nehmen mußt.
6. Geh niemals spazieren. Benütze überall das Auto. Entspanne Dich nie. Das schuldest Du Deinem Arbeitgeber. Wenn Du Fußball spielst, rede gleichzeitig stets über das Geschäft.
7. Sei nie optimistisch. Denk immer an die Steuern und gerate in richtige Wut über die Mitmenschen und die Weltlage.

So, und nun lasse Dir von Goethe vordichten und von Beethoven vorsingen: «Herz, mein Herz, was soll das geben?» Dann grüßt Dich herzlich Dein Philipp Pfefferkorn

## LEBENSKUNST IN RÄTEN



### Gezieltes Leben

Nicht jeder Mensch erreicht sein Ziel, doch mancher Mensch erreicht schon viel, wenn er zumindest das erreicht, was seinem Ziel von weitem gleicht, und deshalb sollte man dem Leben durch Streben eine Richtung geben; man sollte ruhig und gelassen zunächst sein Ziel ins Auge fassen, gleich wie der Weidmann auf der Pirsch das Rebhuhn oder gar den Hirsch.

Richard Drews



«Sie schienen große Eile zu haben, uns loszuwerden . . . »