

Zeitschrift: Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin
Band: 101 (1975)
Heft: 22

Rubrik: Die Seite der Frau

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](#)

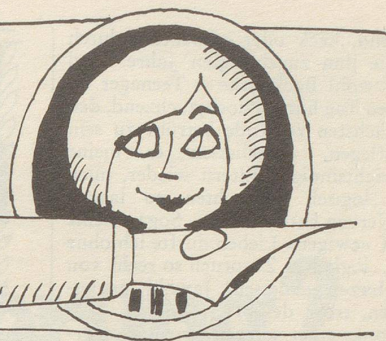
Terms of use

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: 20.02.2026

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

Die Seite der Frau



Die Kerngesunden

Meistens sagen sie es selbst: «Ich bin kerngesund. Mir fehlt nie etwas.» Sie sind Frühaufsteher. Schon vor dem Morgenessen gehen sie singend durch Haus und Garten. Dann eilen sie munter zur Arbeit und rufen ihren Kollegen gutgelaunt einen Gruss zu. Sie ärgern sich grundsätzlich nicht, wenn etwas schiefgeht. «Schwierigkeiten sind da, um überwunden zu werden!» verkünden sie, und schauen einem dabei so forsch in die Augen, dass man sofort beipflichtet. Am Telefon melden sie sich mit schallender Stimme, allzeit bereit, auch am Montagmorgen. Ohne Zeit zu verlieren, wird eine Aufgabe frisch angepackt, denn damit ist sie ja auch schon halb gelöst. Da wird nicht lange gezögert und gezauert, sondern fröhlich zur Tat geschritten, und was einmal begonnen ist, wird auch zu Ende geführt. In jedem Fall. Man gibt nicht klein bei; man behält den Kopf oben; man schlägt sich durch; man kommt voran im Leben. Und so bleibt man kerngesund.

Daneben gibt es die zahlreichen anderen, die zwar vielleicht nicht schwerkrank, aber auch bei weitem nicht kerngesund sind. Sie sind anfällig auf Stimmungen; sie lassen sich leicht beeinflussen von ihrer Umgebung; Misserfolge können sie tagelang in ihrer Arbeitskraft blockieren; neue Aufgaben bereiten ihnen Sorgen, und eine Lösung schwebt in weiten Fernen. Sie können stunden- oder tagelang vor einem leeren Blatt sitzen, bedenken und das Bedachte wieder verworfen, und haben sie sich endlich durchgerungen, einen ersten Satz hinzuschreiben, so streichen sie ihn hinterher wieder durch. Das Einhalten bestimmter Programme macht ihnen grosse Mühe, immer kommt ihnen etwas dazwischen. Sie gehen ins Kino, sie putzen die ganze Wohnung, nähen sämtliche abgerissenen Knöpfe an, laden Freunde ein, stellen die Möbel um oder reparieren irgendein Gerät, das nur einmal im Jahr gebraucht wird. All das selbstverständlich nur, um nicht hinter die längst fällige Aufgabe zu gehen, endlich den Anfang zu machen und die Sache weiterzuführen. Morgens reden sie nur, wenn sie unbedingt müssen,

falls man sie überhaupt zu sehen bekommt, tagsüber sind sie manchmal flau, und erst abends, wenn andere Leute schlafen wollen, werden sie fidel und haben plötzlich Einfälle, die sie aber nur selten in die Tat umsetzen.

Solche Menschen haben oft auch eigenartige körperliche und seelische Beschwerden. Sie leiden an Beklemmungsgefühlen und Angstzuständen, an Atemnot, an Magenschmerzen, sie sind ausserordentlich wetterfühlend, klagen tagelang über Kopfweh, schlafen schlecht, wenn es föhnig ist, und geraten bei der geringsten Anstrengung in Sch weiss. Auf ihre Mitmenschen wirken sie oft mutlos und niedergeschlagen.

Die Kerngesunden aber kennen das Rezept gegen solche Leiden: «Das ist eine Sache des Willens», sagen sie, «mit ein wenig gutem Willen kann man sich doch zusammenreissen! Solche Bobos existieren nur in der Einbildung, und beim Schaffen verschwinden sie von selbst. Arbeit lässt sich schliesslich einteilen und planen. Man macht jeden Tag sein bestimmtes Pensum. Dabei braucht man sich nur an den Plan zu halten. Das ist doch alles ganz einfach.»

«Gewiss», sagen die andern müde, «es ist alles ganz einfach.» Und

sie versuchen nicht einmal zu erklären, warum es gerade für sie ganz und gar nicht einfach ist. Denn es hat wenig Sinn, den Kerngesunden zu widersprechen. Die Kerngesunden kann man nur bewundern oder beneiden. Aber lieber aus der Ferne. Nina

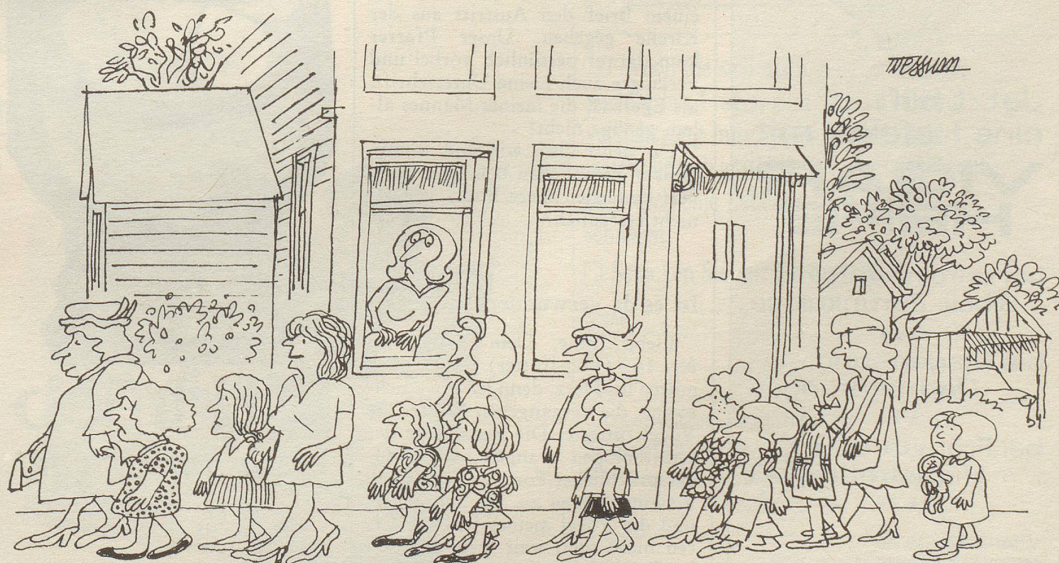
Rederei Schreiberei

Warum wird in unserer Zeit eigentlich alles und jedes, angefangen beim richtigen Gebrauch des Zahnstochers bis zur Reise auf den Mond, «zer»redet und «zer»schrieben? Warum wird der Mensch vom Moment des ersten Schreis an beobachtet, zergliedert, auseinandergenommen und oft nicht mehr richtig zusammengesetzt? Der erste Schritt, das erste Lallen, das erste Görppli, alles, alles wird registriert, dicke Wälzer werden darum herum geschrieben, denn es ist doch ungeheuer wichtig, ob ein Kind zuerst mit dem linken oder dem rechten Fuss den ersten Schritt macht! Man denke, links oder rechts ist doch das ganze Leben hindurch von Bedeutung: Linkshänder – Rechtshänder, linke Politiker – rechte Politiker, Linksverkehr – Rechtsverkehr, man kann da gar nicht genug darüber

schreiben und reden! Auch der Doktorhut ist sicher so zu erringen: «Erster Schritt, Wegweiser in die Zukunft.»

Und so geht es weiter, ein ganzes Menschenleben lang. Entsetzlich – – Meiner Ansicht nach wären wir alle bedeutend glücklicher, wenn man uns in Ruhe liesse! Wenn man nicht jede Altersstufe soziologisch, psychologisch und was weiss ich was noch für «...logisch», bis ins kleinste Detail «erfassen», «zer»reden, «zer»schreiben würde. Jawohl, diese ketzerische, völlig abwegige Meinung hege ich. (Hoffentlich liest ein ...loge diese Zeilen und beeilt sich, mich zu beobachten, denn solche Auffassungen vertritt doch kein normaler Mensch...)

Was für herrliche Zeiten waren doch die Jahre meiner Jugend! Ich durfte tatsächlich, falls ich mich «anständig» aufführte, tun und lassen was ich wollte, sogar als wilder Indianer durch die Gärten kriechen und meine «Feinde» am Marterpfahl rösten, ohne dass gleich ein ...loge zu Rate gezogen worden wäre, ob ich nicht eventuell zu seelischer Grausamkeit neige! Nun, rückblickend kann ich sagen: Ich neigte nicht. Der Indianer machte dem Backfisch Platz und der wanderte kichernd, errö-



«Warum geben Sie uns nicht auch Ihre kleine Susi mit, Frau Müller? Wir gehen alle zu Hansli Bachmann, der hat die Röteln.»

tend, keck oder schüchtern durch die ihm zugebilligten Jahre. Und obwohl Backfische = Teenager einen Tag himmelhochjauchzend, den nächsten zu Tode betrübt zu sein pflegen, unterliessen es meine leichtsinnigen Eltern wieder, mich ...logisch beobachten zu lassen. Nerven hatten die – Sogar meine X «ewigen» Lieben durfte ich ohne ...logischen Zuspruch so recht von Herzen geniessen! Jawohl, geniessen, trotz des oft tragischen Ausgangs einer solchen, wo der sofortige Sprung von der Quaibrücke in die, ach so lockende, Limmat mir als der einzige Ausweg aus meinem unendlichen Leid erschien! Da man mich jedoch völlig in Ruhe liess, lebe ich heute noch ...

Eva Renate

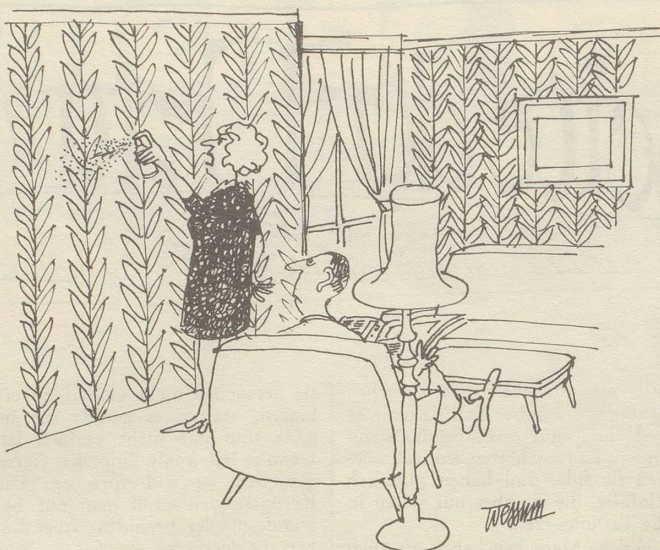
Conrad Escher privat

Dass sich Conrad Escher in der Linthebene wahrscheinlich den Tod geholt hatte, beschäftigte einige Fünftklässler offenbar mehr, als technische Einzelheiten.

«Wüsstet Sie», meinte ein Mädchen in der Pause, «s preicht scho immer die Beschte!»

«Sie», wollte ein anderes wissen, «hätt dann eigentlich Pfrau vom Escher nachetane wieder ghüratet?»

Auf meine Entgegnung, dass ich



«Es soll vorzüglich wirken gegen Blattläuse!»

mir das tatsächlich noch nie überlegt hätte, es aber nicht glaube, tönte es von der Türe her: «Hoffentlich au nöd!»

Erstaunt blickte alles auf die Klassenkleinste, welche auch gleich weiterfuhr: «Aso wänn eini emal e so en Ma gha hät, dann sött sie sich e chli chöne beherrsche!»

Susanne

Gleichberechtigt

Liebe Sébastienne, Du regst Dich im Nebi Nr. 17 auf, dass es bei der PTT ohne Unterschrift des Mannes nicht geht und glaubst, wir würden nach der Heirat wieder unmündig.

Kürzlich hat mein Mann mit einem Brief den Austritt aus der Kirche gegeben. Unser Pfarrer kam darauf persönlich vorbei und verlangte auch meine Unterschrift, als Ehefrau, die meines Mannes allein genüge nicht!

Du siehst also, wir sind wenigstens in kirchlichen Belangen Partner und gleichberechtigt, ist das nicht erfreulich?

Hege

Ist es da verwunderlich...?

Liebe Irene, Dein Artikel in Nr. 16 (Vogelfutter) traf mich mitten ins Herz, denn ich bin Auchsoeine, die vergangenen Winter die Vögel fütterte. Die Ratschläge der Ornithologen drangen nur in widersprüchlicher Form an mein Ohr; die einen rieten zu, die andern ab, und die Vögel meines Reviers waren nicht sooo weit weg, dass ich im Zweifelsfall ihrem Verhungern hätte zusehen mögen. Es fehlte mir auch die Möglichkeit, die eventuell falsch gestreuten Hirsekörner einem

hungernden Kind in Bangladesh zukommen zu lassen, denn auch die Entwicklungshelfer liegen sich neuerdings in den Haaren. Die einen raten zu, die andern ab, und

ich bin deshalb Auchsoeine geworden, die ihr Portemonnaie nur noch für Notleidende in der Nähe öffnet. Man liest von ganzen Schiffsladungen Getreide, die schon im Hafen von Ratten verspeist wurden, weil es an Transportmöglichkeiten ins Landesinnere, dort, wo die hungernden Kinder gefilmt wurden, fehlte; man liest Artikel über «Tod für Brüder», weil sich das gesammelte «Brot für Brüder» in Munition für Terror- und Revolutionskommandos verwandelt hatte. Ist es da verwunderlich, dass man sich als Auchsoeine vorstellt, die alles falsch verstanden, überall falsch gespendet, sich überall dumm eingesetzt hat, denn alles lag sooo weit weg. Nur der Spatz war in der Nähe; aber ihn zu füttern war also auch falsch. Theresli

Nachruf

Nun ist er tot, haha... irreparabel kaputt! Mein grosser Feind, ein lästiger Störenfried war er. Schon meine Kinder brachte er in Terminnöte, tötete ihre schöpferischen Impulse, seinetwegen wurde das Nachtessen kalt, war der Anruf eines lieben Freundes nicht eitel Freude, erlahmten Gespräche, verstaubten Bücher, setzten sich die Mäuse ins Klavier.

Ruhe in Frieden, du Kasten, du geschenkter Gaul. Bei uns wird wieder gelebt. Aus dem Keller tönen Hammerschläge, Papi übt seine Sonaten, aus den Kindern werden Leseratten, und auch das nervöse Aufdieuherschauen der Nachzüglerin hat aufgehört. Wie herrlich ist doch ein Nachtessen, bei dem jeder verweilen und von seinen Erlebnissen erzählen kann, wo ohne Programmdruck gekaut wird. Keine Indianer, Tiefseetaucher, Rennfahrer noch Mickymäuse warten mehr auf uns. Und wenn ich, das Mami, lesen will, so steht mir nicht einmal der Kommissar davor.

Welch ein Zeit-Dieb ist doch dieser Fernseher. Da kommt der Mensch abgekämpft von seiner Arbeit und hätte nun seine abendliche Gelegenheit, zu sich selbst zu finden, und da bedarf es nur eines einzigen kleinen Knopfdrucks eines einzigen Individuums, um eine frohe Atmosphäre oder Bastel- oder Lesepläne zu zerstören. Stante pede – wie bei Dornröschen – erstarren Gespräche und Bewegung, und der ungebundene Gast wird zum Zentrum der gesamten Aufmerksamkeit. Ein Zeichen der Zeit? Als Feind TV das letzte Mal defekt war, kam der Monteur auf unseren Anruf innert einer Stunde völlig atemlos, und bereits mit einem Ersatz, dahergerannt. Offenbar kennt er seine Pappenheimer wohl und weiss, dass dem heutigen Menschen kein fernsehfreier Moment mehr zugemutet werden kann.

Ich aber hoffe nur, dass mir Manitu mein momentanes immisionsfreies Glück noch lange gewähre und mich vor wohlmeinenden Gönnern bewahre.

Susi

Jetzt hilft eine Hefekur mit VIGAR HEFE

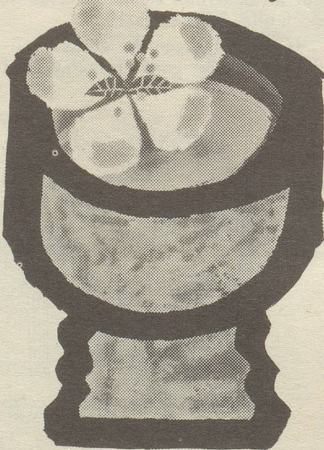
bei unreinem Teint, Bibeli, Furunkulose

bei Magen- und Darmstörungen

bei Frühjahrs- und Herbstmüdigkeit

VIGAR-HEFE Dragées sind geschmackfrei und angenehm einzunehmen
Originalpackung mit 200 Dragées Fr. 7.50
Kurzpackung mit 500 Dragées Fr. 15.-
in Apotheken und Drogerien

Fabelhaft ist Apfelsaft



ova **Urtrüeb**
bsunders guet