

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

Illustration: "Warum geben Sie uns nicht auch Ihre kleine Susi mit, Frau Müller? [...]"
Autor: Wessum, Jan van

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](#)

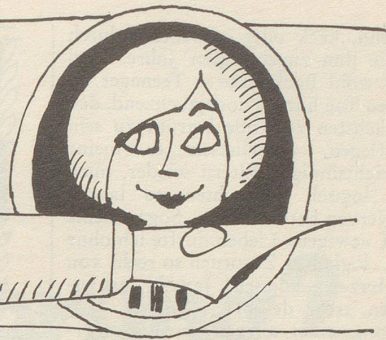
Terms of use

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: 14.01.2026

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 gezaudert, 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 verwerfen, 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 Schweiss. 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

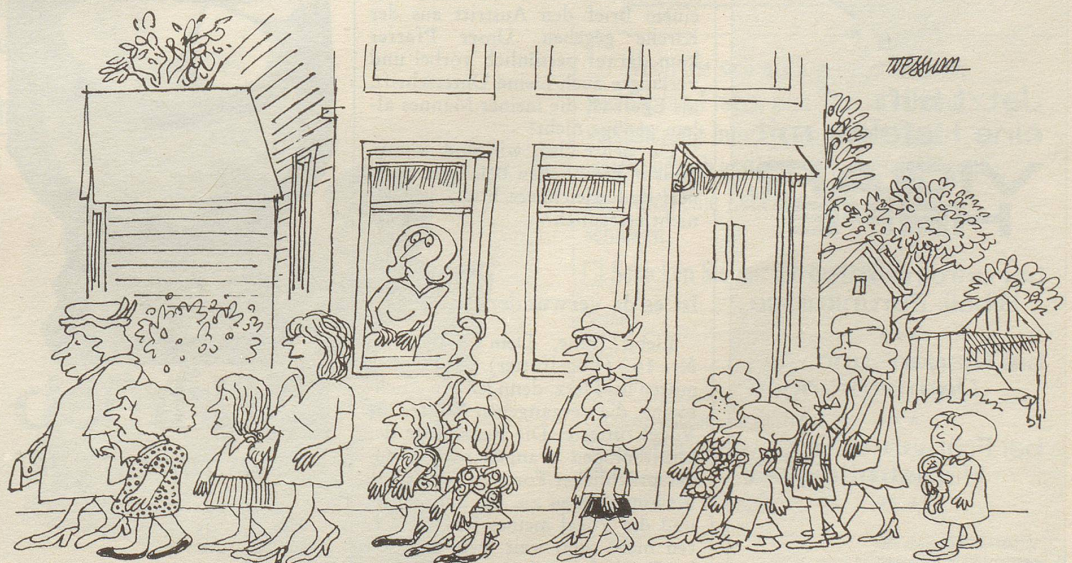
Rederei Schreiberei

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.»