

**Zeitschrift:** Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin

**Band:** 106 (1980)

**Heft:** 47

**Illustration:** Neues vom Stress

**Autor:** Gilsi, René

#### **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](#)

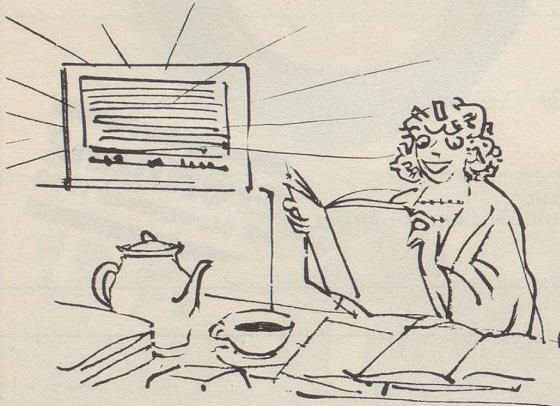
**Download PDF:** 21.01.2026

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

# NEUES VOM STRESS



Den Teufel Stress im Nacken, beginnt der Mensch der Leistungs- und Konsumgesellschaft seinen Tag. Schon die Morgennachrichten sind ebenso aufreibend wie deprimierend.



Nur flüchtig kann er seiner ebenfalls schwer überlasteten Gattin gedenken: Zugleich Kafitrinken, Musik hören und Spezialberichte über Farah Dibas Schicksal lesen stellt höchste Anforderungen.

Ebenfalls nur flüchtig

Bereits auf dem Weg zur Arbeit werden die Nerven des Zeitgenossen durch Dummheit und Bösartigkeit aller andern Verkehrsteilnehmer strapaziert. Ausgiebiges Fluchen und die Erfindung unerhörter neuer Schimpfwörter bringen nur vorübergehend Linderung.



gedenkt er seiner armen Kinder, denen ein inhumanes, repressives Schulsystem mit Gewalt das blöde Abc eintrichtert, statt die freie Entfaltung der jungen Seelen durch Förderung ihrer natürlichen Hobbies zum Erblühen zu bringen.



Wie sollen des Menschen Talente nicht verkümmern in der täglichen Arbeitsfron? Die Mitzklavin im Büro leidet zusätzlich unter den Problemen der politischen und sozialen Frauenmisshandlung und vermiest ihm durch ihre Reizbarkeit das Leben.



Was bleibt also ihm - dem Menschen - übrig, als sich dem Teufel Nikotin, dem Satan Alkohol, wenn nicht noch Schlimmerem zu ergeben.

Neid und Bitterkeit  
erfüllen den Bürger beim  
Gedanken an die ebenfalls bis  
aufs Blut gestresste akademische  
und nicht akademische Jugend,  
die wenigstens demonstrieren, Schau-  
fenster einschlagen, Molotow-Cocktails  
schmeissen darf und auf diese Weise vor  
den schlimmsten seelischen Schäden  
bewahrt bleibt.



Was bleibt dem gestressten Menschen also,  
als sich, durch seelenlockernde Pillen und  
Spritzen belebt, ganz persönlichen Träumen  
hinzugeben, was der sture, verständnislose  
Büroboss nicht gerne  
sieht.



Auch die Gattin hat unterdessen Schwer-  
tes erlitten: Eine von roher Staatsgewalt  
diktierte Parkierbusse; sodann bei



Kein Wunder: Es kommt zum handfesten Ehekrach.  
Durch das im Sinne der schlankheitsbewussten  
Gattin komponierte Nachtessen aus rohen  
Rüebli, rohen Kohlräbli und noch roherem Schnittlauch  
- schon wieder Roheit - wird die Harmonie nur unzulänglich verbessert.



Feierabend:  
Die schon erwähnte Dummheit  
und Bösartigkeit der Mitmen-  
schen verekelt ihm auch noch  
die Heimfahrt.

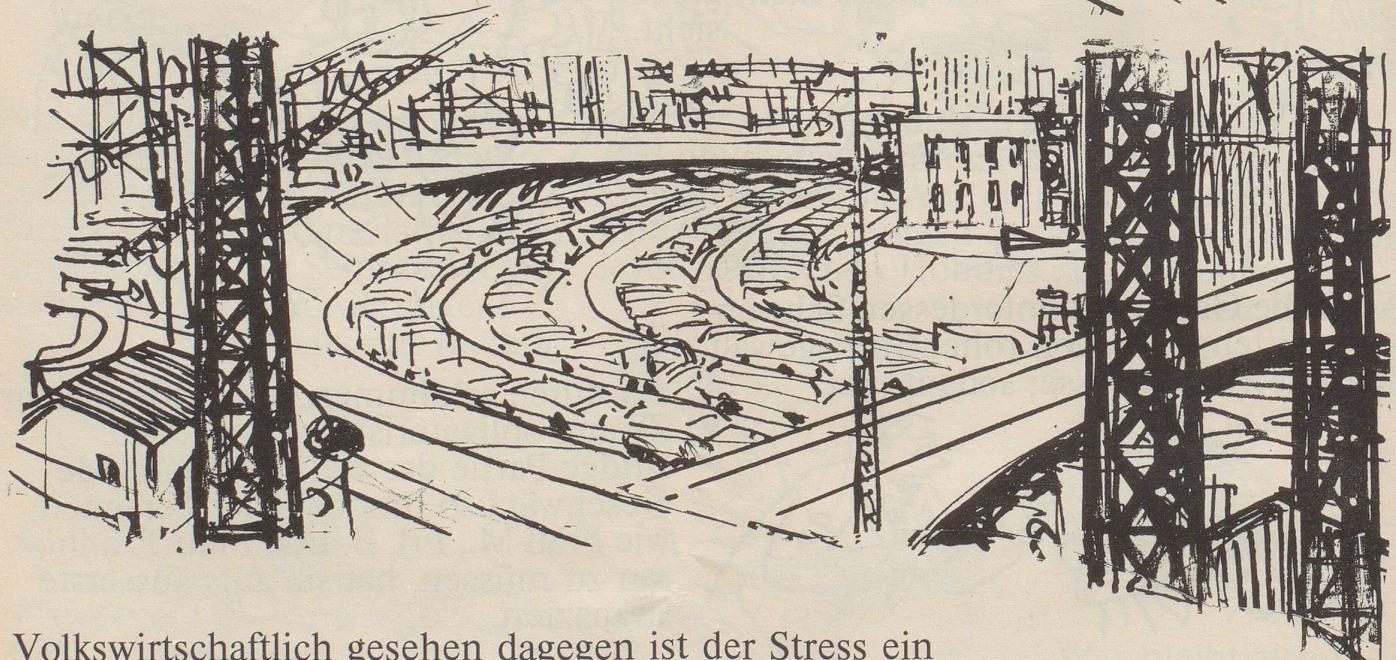


der durch schlimmen gesellschaftlichen  
Zwang obligatorisch gewordenen  
Bridge-Partie das vielstündige blöde  
Geschwätz so unmöglich Personen  
wie Frau M., Frl. B. und Frau T. anhören  
zu müssen, hat sie aufs äusserste  
strapaziert.





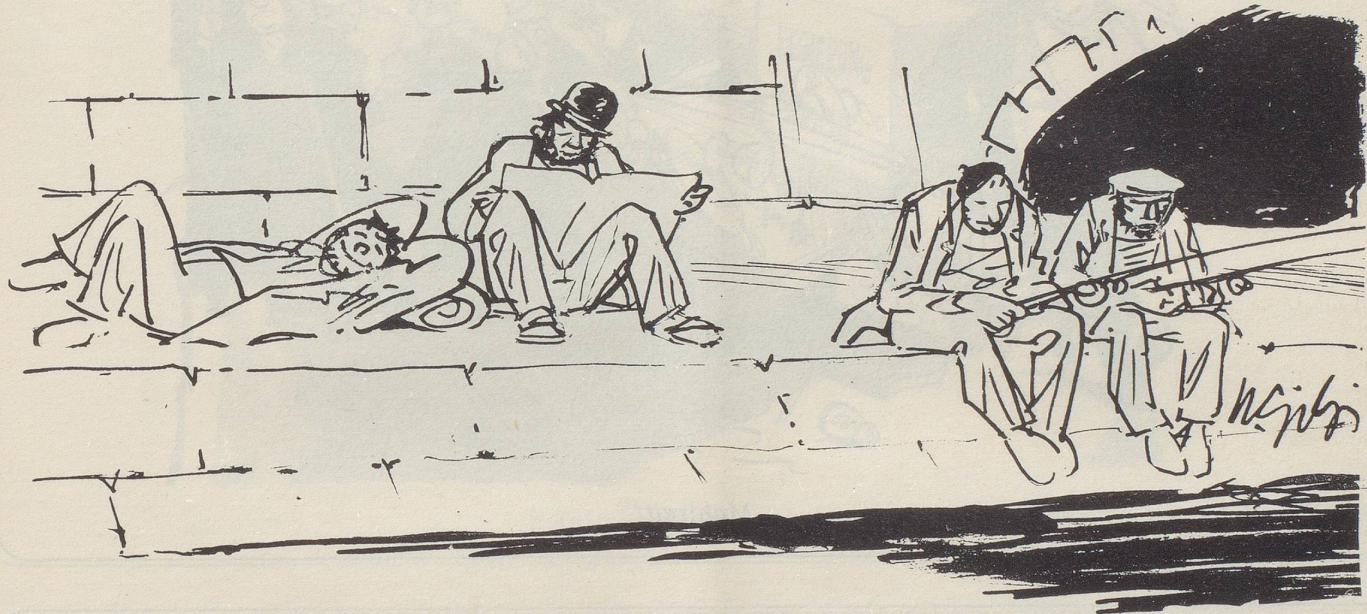
Den ersten und einzigen Lichtblick bringt am Abend das Schweizerische Fernsehen. Die wahnsinnig spannende Regie der Nachrichten, der Tschuttimätsch, die Hitparade, der Krimi mit zwei exklusiven und zwei gewöhnlichen Morden, die allerletzten Sensationen vom Showbusiness tun unserm Herzen wohl. Die (diesmal freudig) vibrierenden Nerven werden durch eine leichte Nachtmahlzeit von Beruhigungspillen angenehm besänftigt. Der schwer erarbeitete Schlaf des Geplagten gibt uns die Kraft, den Strapazen des nächsten Tages entgegenzugehen.



Volkswirtschaftlich gesehen dagegen ist der Stress ein wahrer Segen: Er macht den Menschen ferienreif. Ein unfehlbares Mittel gegen Stress ist die Ferienreise: Geruhsames, meditierendes Verweilen in der Autoschlange – Vorfreude auf die leider immer noch nicht restlos erschlossene Erholungslandschaft erfasst uns: Berg- und Sesselbahnen, Lifts, Rennpisten, Camping- und Rummelplätze, Lärm und Gestank am Boden und aus der Luft: Unsere Regenerierung kann beginnen!



War früher der Stress das beneidete Vorrecht prominenter Wirtschaftsführer, so schafft sich heute auch der kleine Mann seinen gerechten Anteil: Stress allüberall! Selbst die Clochards unter den Pariser Seinebrücken sind, ihres aufreibenden Berufs des Nichtstuns müde, in den Streik getreten.



Sie fordern gebieterisch – wer fordert schon heute nicht gebieterisch – Erholung vom Nichtstun, also, um es unverblümt zu sagen, Arbeit. In staatlichen und städtischen Ämtern werden sie vorsichtig, in kleinen Dosen, so an eine Art Beschäftigung gewöhnt. Um dem Stress zu entrinnen, wurde im Interesse einer gesunden Lebensführung das Jogging erfunden. Die alle sozialen Schichten umfassende, wahrhaft volksverbindende Wirkung solcher Stressbekämpfung selbst bei wenig günstigen Abgas-Atmungsverhältnissen erfüllt uns mit der Hoffnung auf eine erfreuliche Geschäftsbelebung für Jogging-Schuhe, Jogging-Hosen und Jogging-Brillen und auf die schliesslich immer siegreiche menschliche Solidarität –



**Und in diesem Sinne: Es lebe der Stress!**