Zeitschrift: Schweizer Schule

Herausgeber: Christlicher Lehrer- und Erzieherverein der Schweiz

**Band:** 12 (1926)

**Heft:** 15

Artikel: Immer wieder

Autor: W.G.

**DOI:** https://doi.org/10.5169/seals-528696

## 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: 26.11.2025** 

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

## Immer wieder

Immer und immer wieder fommt es vor, daß junge, arbeitsfreudige Kollegen in jugendlichem Arbeitseiser sich überladen und damit ihre Gesundheit schädigen. Seißt es nicht auch da: Maß halten! — Gewiß! Und, ist es eine nicht zu unterschäßende Wohltat, wenn em ersahrener Kollege einen jungen "Stürmer" hie und da etwas zurücklält. — "Schulmeistere dich nicht frant!" — so mahnte ein ersahrener Lehrer einen jungblütigen Kollegen. Und ein auf dem Krantenlager leidensder Kollege mahnte: "Junge Kollegen, schos net die Gesundheit. Sie ist ein großes Glück. Ihr wißt es nicht, aber ich weiß es."

Erst einige Jahre der Praxts liegen hinter mir. In diesen wenigen Jahren mußte ich zusehen, wie liebe, junge Kollegen unter der Last der Arbeit zusammengebrochen sind, wie sie von ihrer liebgewordenen Berufsarbeit zurücktreten mußten— einige für Wochen, andere für Monate, wieder andere für Jahre; einige mußten die Berufsarbeit gänzlich aufgeben. Einige fonnten nach wochen= und monatelanger Leidenszeit ihre Berufsarbeit wieder aufnehmen, aber sie mußten gestehen: "Meine Arbeitsfraft hat gelitten. Hätte ich mich nicht überlaben, dann könnte ich eher leisten, was ich sollte."

Ist es nicht richtig, was unlängst ein berufsfreudiger Lehrer äußerte: "Unser heutiger Schulbetrieb fordert eine ganze Kraft." Wohl gibt es "Naturen", die neben der täglichen, aufreibenden Schularbeit noch die eint oder andere "Nebenarbeit" leisten können. Aber, hüten wir uns vor der Ueberbürdung und dem stänbigen Zimmersigen,

Daben wir nicht auch die Pilicht, für unsere leibliche Gesundheit besorgt zu sein? "Da Sie mit Leib und Seele Ihrem Schöpfer und Herrn gehören, müssen Sie für das Ganze gute Rechenschaft ablegen können und dürsen deshalb nicht die leibliche Gesundheit schwächen. — So weit müssen wir den Leib pflegen und gesund erhalten, als er der Seele dient und sie für den Dienst und die Berherrlichung unseres Schöpfers taugslicher macht." So schreibt der heilige Ignatius von Lopola an den Herzog Franz von Borgia.

Und Dr. Franz Walter mahnt uns in dem Werte "Der Leib und sein Necht im Christentum" wie folgt: "Neben die Pflicht der Arbeit, die beute fast allgemein, wenn auch nur erzwungene Anerkennung und mitunter überschwenglichen Lobpreis sindet, tritt die Pflicht der Erholung."

"Wir muffen unserm Geist wie unserm Körper bisweilen eine Erholung gönnen." So schreibt der bl. Franz v. Sales in dem Büchlein "Philothea".

Manche Kollegen gibt es, die bis tief in die Nacht hinein hinter ihrer Arbeit sigen, die sich be-

schäftigen mit Vorbereitungen und Korrefturen. Rollegen, die sich ein vermehrtes und vertiestes berustiches Wissen aneignen wollen, sind der Gesahr dieser Nachtarbeit in vermehrtem Maße auszesest. "Ich bin gezwungen dazu, die späten Abendstunden zur Arbeit zu verwenden." So wurde mir schon enigegnet. Ausnahmsweise kann es angehen. Geschieht es aber dauernd, dann leisdet die Gesundheit. Die geschwächte Gesundheit aber macht sich in der berustlichen Tagesarbeit gewiss bemerkbar. Ich möchte den Leser dieser Zeislen nur ersuchen, die "Schweizer-Schule" Nr. 2 dieses Jahrganges zur Hand zu nehmen und den Artisel "Der Lehrer "zu lesen.

Auch dürfen wir vielleicht erwähnen, was der bl. Franz von Sales schreibt: "Man muß die Nacht zum Schlafen nehmen, ein seber nach seiner Leibesbeschaffenheit, insoweit als es erforderlich ift, um den Tag hindurch gehörig wachen und alle seine Obliegenheiten mit Kraft und Eifer erfüllen zu können."

Der Schreiber biefer Zeilen weiß gang gut, daß mancher Rollege noch barauf angewiesen ift, "Rebenarbeit" zu leiften, ba die Gehaltsverhältnisse noch nicht überall ber Zeit entsprechend eingestellt sind. In gar manchen Schulgemeinden ware es fein Ueberfluß, wenn an ber Befferung ber Lehrerbesoldung etwas mehr geleistet wurde. Mancherorts wird die Arbeit des Erziehers und Lehrers nicht gebührend geschätzt. — Auch fommt es vor, bag vielerorts ein Lehrer "Bereinsvater" ber verschiebensten Bereine sein konnte ober "follte". — Das ift auch ein Weg, auf bem man feine Krafte "zersplittern" tann. Sier beißt es: "Bis zu einer gewiffen Grenze geht's, und bann muß man einmal "Nein" fagen tonnen. — Ueberladen wir uns nicht! Sonft fann man vielleicht den Ausspruch hören, wie ich ihn schon hörte: "Ja, er war ein guter Lehrer. Aber er hat zuviel gearbeitet. — Er hat sich zuviel aufgeladen und jett find feine Rrafte gebrochen."

Gönnen wir uns die Erholung. Trachten wir darnach, täglich wenigstens eine Stunde für die Erholung zu gewinnen. Und, vergessen wir nicht den Gang hin-aus ins Freie. Das frischt auf. Beherzigen wir das, was Lodington-Rüble S. I. im Buche "Durch Körperfraft zur Geistesbildung" schreibt: "Fürchte dich nicht vor einem ordentlichen Spaziergang von 4, 5 oder 6 Stunden, wenn du einen freien Tag hast. Das öffnet die Poren, macht den Kopf flar, gibt dem Körper neue Lebenskraft, verschafft dir etwas Naturkenntnisse, bringt dich in gute Stimmung, und du hast wieder Freude an dir und der Welt."