

**Zeitschrift:** Schweizerische Lehrerinnenzeitung  
**Herausgeber:** Schweizerischer Lehrerinnenverein  
**Band:** 43 (1938-1939)  
**Heft:** 1

**Artikel:** Unsere Kraft  
**Autor:** Müller, Elisabeth  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-313656>

### **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:** 09.02.2026

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

Die « Lehrerinnen-Zeitung » ist der *einzig*e Ort, wo wir einander erreichen können, wo wir so recht unter uns sind. Hast Du schon darüber nachgedacht ?

Kollegin, weisst Du auch, dass wir Lehrerinnen ganz verschiedener Schulstufen unter uns haben ? Die Zeitung soll *allen* etwas bieten. Vielleicht findest Du in einer Nummer gerade für Dich nichts Passendes, dann freue Dich an dem, was sie den andern bietet. Voneinander zu wissen bringt Bereicherung.

Ich werde der Zeitung auch einen Briefkasten eingliedern. Ihr habt einander doch sicher mancherlei zu fragen, Kolleginnen ? Vielleicht macht Ihr mich auf etwas aufmerksam, oder ich Euch. Vielleicht hat jemand auf irgendeinem Gebiet eine gute Idee und will dazu unsere Meinung hören. Was meint Ihr dazu ?

Die Zeitung erscheint von jetzt an auch in einem neuen, unternehmungslustigeren Gewand. Sie möchte Euch nämlich gefallen ! Auch der Druck ist etwas kräftiger geworden. Vielleicht taten Euch vorher die Augen manchmal weh. Das fällt jetzt weg.

Nun, Kollegin, kannst Du die Zeitung ruhig behalten ! Eigentlich ist dies ein bisschen *Ehrensache*. Du gehörst doch zu uns !

Die Zeitung will *Dir* dienen ! Auch Dir ! Weise sie nicht zurück, sondern hilf mir, sie so zu gestalten, dass sie jedem von uns zum Helfer und Freudenbringer werden kann !

*Olga Meyer.*

**Zum 43. Jahrgang der « Lehrerinnen-Zeitung » heissen alte und neue Abonnenten gleich herzlich willkommen :**

**Der Schweizerische Lehrerinnenverein**

**Der Verlag : Bächler & Co., Bern**

---

### **Gefunden**

Bin gegangen viele Stunden,  
hab' die Blume nicht gefunden,  
die im Traume ich gesehn —  
Aber — plötzlich — bleib' ich stehn,  
brauch nicht weiter mehr zu gehn :  
Hab' den Weg in diesen Stunden  
wieder zu mir selbst gefunden. *El. Vogel, Zürich.*

---

### **Unsere Kraft**

Unsere Zeitung möchte uns sein wie ein Freund. Darum sollen wir darin auch reden dürfen, wie Freunde miteinander reden; von Dingen, die uns ganz persönlich angehen, die wir in andern Zeitungen nicht lesen können.

Ich sass mit einer Kollegin in der Eisenbahn, und wir sprachen miteinander von der Kraft, die wir ausgeben müssen in unserer Berufsarbeit und von dem ewigen Kampf um diese Kraft. Wir kamen darin überein, dass dies ein allgemeines Problem sei, unser eigentliches Berufsproblem. Es hat mich weiterbeschäftigt und ich möchte dieses Gespräch in der Eisenbahn hier wieder aufnehmen und fortsetzen.

Wozu brauchen wir denn soviel Kraft? Wollen wir grosse Taten vollbringen? Ich glaube eher, wir sind damit zufrieden, wenn wir das, was von uns verlangt wird, das, was der Alltag mit sich bringt und als nächste Aufgabe vor uns hinlegt, pflichtgetreu und freudig vollbringen können. Darauf kommt es an, wie wir fertig werden damit, was wir damit machen, und was « es » mit uns macht. Und zu diesem Fertigwerden, zu diesem Bereitsein, dass eben durch das alltägliche Geschehen in unsern Schülern und in uns selbst etwas wird und wächst — dazu brauchen wir unsere Kraft.

Es gibt unter uns junge, gesunde, kraftstrotzende Menschenkinder, die nicht müde werden, und die nach der Schule noch zu allem Tun entflammt sind. Wir beneiden sie und möchten etwa versucht sein zu seufzen: Ja, ja! Wenn ich diese Gesundheit, diese Kraft hätte, dann — ja dann! Aber wie steht es denn mit diesen stillen Frauen, die ohne viel Geräusch daherkommen und uns in Erstaunen setzen, weil sie mit dem geringsten Vorrat an Kraft und Gesundheit ihr Leben meistern und Unbegreifliches zustande bringen? Wir stehen da vor Wundern und bekommen eine Ahnung davon, dass es in der Lebensführung liegt, in der eigenen, ganz bestimmten Art, sein Leben aufzufassen und sich richtig hineinzustellen. Solche Menschen haben ihre Geheimnisse: Sie verschwenden nicht unnötig ihre Kraft und kennen ganz bestimmte Kraftquellen, die sie auszunützen verstehen.

Unnötiger Kraftverbrauch! Wollen wir einmal nachgehn und diese Brocken sammeln, die da nutzlos unter den Tisch fallen? Könnten wir nicht auch zwölf Körbe damit füllen?

Ein grosser, fetter Brocken ist der falsche Ehrbegriff: Ich muss tadellos dastehen; nicht nur so wie ich bin, sondern besser. Ich kann nicht zufrieden sein, wenn ich mit meinen Leistungen in dem Rahmen bleibe, den mir meine Verhältnisse normalerweise gestatten. Es muss mehr sein, auch wenn es auf Kosten der eigenen Kraft und derjenigen der Schüler geht. — Warum? Man schielt auf Leistungen und Talente anderer. Es steigt ein Mensch auf einen Berg. Ist er oben, so sieht er auf einem höheren Berg auch schon einen Menschen stehen. Er kann sich jetzt nicht mehr freuen über seinen Berg und seine Aussicht, denn er muss auf den zweiten Berg eilen. Doch ist nun der Mensch, der dort oben war, schon auf einem dritten, noch höheren Berg. Man klettert nach, und so weiter. Unselige Hetzerei! Kommt man so einmal zu sich selbst, zu einem ruhigen Überblick? Das schlimmste daran ist, dass man nicht nur hinauf sieht auf den höheren Berg; man sieht auch auf den Berg zurück, der niedriger ist und erblickt dort mit Wohlbehagen den kleinen Mann, der sich abmüht, uns einzuholen. Es liegt eine grosse Gemeinheit darin, und wir können nichts anderes tun, als den tapferen Entschluss fassen, auszutreten aus diesem Wettlauf.

Einen enormen Kraftaufwand bedeuten unsere Minderwertigkeitsgefühle. Ich sehe im Geiste einen grossen, mächtigen Strom frischen, kraftstrotzenden Wassers unbenützt und traurig abfliessen. Sind nicht Minderwertigkeitsgefühle eine besondere Art verletzter Eitelkeit? Ich mache mir ein Bild davon, was ich für eine Person sei, was ich bedeuten sollte, wie man mit mir umgehen müsste, was ich beanspruchen dürfte. Ach herrje, nun erfüllt sich das alles nicht, und ich muss mich in den Schmollwinkel zurückziehen. Schöpfer, warum hast Du mich nicht so gemacht wie jenen

ändern, der da klavierspielen, zeichnen und malen, flott reden und sich so vorteilhaft geben kann — bei dem in der Schulstube alles glatt läuft? Ich stehe blöde an der Wand, bin hässlich und kann mich nicht geben wie jene ändern. Das alles verdichtet sich zu einem Klotz, der nicht mehr zu verdauen ist, und der in dir alles Urwüchsige, alles das, was du bist und hast, tötet. Wo ist der wundervolle, heilige « Elan » geblieben, der dir vorher half, deine Arbeit anzufangen und zu deiner Freude zu verrichten? Auf dem Gebiete der Natur verstehen wir ganz gut, dass eine Tulpe nicht schön sein und dann noch einen Duft haben kann wie eine Rose, oder dass das Veilchen, das so gut riecht, nicht einen Stengel haben kann wie eine Lilie. Aber wir — wir möchten eine Tulpe sein mit dem Rosenduft, ein Veilchen mit dem Lilienstengel! Wir wollen unserm Herrgott Vorschriften machen, wie er uns hätte ausstaffieren sollen. Kommt das nicht nur vom Schielen nach ändern? Lest einmal das Büchlein von Sören Kierkegard: « Was wir lernen von den Lilien auf dem Felde und den Vögeln unter dem Himmel. » (Furche-Verlag.)

Mit all dem Gesagten hängt auch noch zusammen, dass wir es viel zu wichtig nehmen, was die Leute von uns sagen und denken. Unser Beruf bringt ganz von selbst bis zu einem gewissen Grade ein Schaufensterdasein mit sich. Um so mehr muss man auf der Hut sein, dass man nicht wie eine Spinne in der Ecke seines eigenen Schaufensters hockt, um mit argwöhnischen Augen zu beobachten, was jeder Vorübergehende denkt und sagt; das hält auf die Länge niemand aus. Die Spinne fängt an zu pfauchen und Gift zu spucken. Dann ist das Schaufenster verschmiert, und sie muss es mit viel Kraftaufwand wieder hell machen. Oder sie spinnt ein Netz um sich herum, der Vorübergehende soll sie gar nicht sehen. Jetzt braucht sie Kraft, um sich zu ärgern, weil niemand sie aus dem Netz herausholt.

Doch es gibt noch tieferliegende Ursachen unseres unnützen Kraftverbrauches. Der Mensch kann nicht anders als Pläne machen. Er ist ein denkendes Wesen, das kombinieren, sich etwas aufbauen, etwas vor sich entstehen sehen muss. Er gestaltet sich seine Zukunft, macht sich all das untertan, was er zu seinen Zwecken braucht, und verfügt über die Menschen, die ihm sein Haus bauen sollen. Wenn uns das eine Zeitlang gelingt, werden wir viel zu eigenmächtig. Das Schicksal kommt, nimmt uns unsere Pläne aus der Hand, zertrümmert unsere schön aufgebauten Gedankenhäuser und stellt uns vor eine Mauer, über die wir nicht hinwegsehen können. — Unser Beruf bringt es mit sich, dass wir viel selbständige Anordnungen treffen müssen. Wir können machen, « dass es läuft » nach unserm Willen. Wir spielen in unserer Schulstube recht ordentlich Vorsehung und Schicksal. Um so schwieriger wird es nun für uns überall dort, wo es nicht in unserer Macht steht, die Dinge so werden zu lassen, wie es in unserem Willen stand und in unsern Plänen aufgezeichnet war. Was nun? Wir kümmern und sorgen uns schon im voraus, es könnte nicht so kommen, wie wir's geplant hatten. Und nun wehren wir uns für unsere Häuser, die wir gebaut haben und die man uns zertrümmern will. Das Aufgeben von Plänen, das Sichhineinfinden ins Unvermeidliche fällt furchtbar schwer. Man stemmt sich mit aller Kraft gegen die Mauer und will nicht, dass sie stürzen soll. Und das braucht soviel Kraft, dass es nicht mehr reicht zu einem Aufbau. — Wer wüsste nicht zu erzählen von den langen, bleischweren Wochen, wo es in der Schulstube harzt, wo wir die

Freudigkeit nicht aufbringen, wo uns alles verleidet ist? Was liegt zugrunde? Eine getäuschte Hoffnung, ein zerstörter Plan, das Versagen eines Lieblingswunsches, eine bittere Enttäuschung. Und wir kommen nicht darüber hinweg, wir werden nicht damit fertig. Es ist eigenartig, wie wir Dinge, die längst vorbei sind, die wir endlich einmal dahinten lassen und damit fertig sein sollten, immer wieder in uns aufkommen lassen und uns nicht davon trennen können. Alte Beleidigungen, erfahrene Ungerechtigkeiten, verletzte Gefühle. Wenn ein Hund einen abgenagten Knochen immer wieder mit sich herumschleppt, lachen wir darüber und möchten dem guten Tier zurufen: Wirf doch einmal diese alten Knochen hinter dich! Aber der Hund hofft immerhin, doch noch einen kleinen Fleischrest daran zu finden. Und wir? Was suchen wir an den alten Knochen? Heissen nicht diese kargen Fleischresten Selbstmitleid? Ein Mensch, der daran nagt, braucht wahrlich seine Kraft am falschen Orte!

Oft vermögen wir eigentliche Schicksalsschläge recht ruhig und gelassen hinzunehmen, werden aber dafür die Beute der täglichen, kleinen Ärgernisse. Hier ist es schwierig, zu erkennen, ob wir uns ärgern und empfindlich sind, weil wir uns müde und am Ende unserer Kraft fühlen, oder ob wir müde und kraftlos sind, weil wir uns an Nichtigkeiten ärgern und durch Empfindlichkeit aufreiben. Es greift beides so eng ineinander, dass wir das Primäre nicht zu erkennen vermögen. Wir können ebensogut sagen: Hüte deine Kraft, dass du dich nicht verlierst in Ärger und Empfindlichkeit, als: Lass doch den Ärger und sei nicht empfindlich wegen Nichtigkeiten, damit du deine kostbare Kraft nicht unnütz verschleuderst. Leider kommt einem das immer erst in den Sinn, wenn man sich schon allbereits geärgert hat. Es geht gerade so wie mit den Tintenflecken. Das Kind weiss, dass es verboten ist, solche zu machen. Aber welches Kind will einen Klecks machen? Plötzlich ist er eben da, und dann erst sieht es, dass es ihn nicht hätte machen sollen! Ebenso unnütz ist der Rat: Denke jedesmal, bevor du dich ärgern willst: Ich will mich nicht ärgern. Wir wissen alle, dass diese Dinge viel tiefer liegen. Bevor ich mein Gartentor auseinandernehme und die Angeln ganz gründlich einöle, wird es halt unvermeidlich immer wieder girren und ächzen. — Das, was uns hilft, Schicksalsschläge hinzunehmen und in Demut zu ertragen, müsste doch sicherlich stark genug sein, um uns auch über die ärgerlichen Kleinigkeiten und Empfindlichkeiten hinüberzuhelfen.

Immerhin gibt es dabei auch ganz praktische und wirtschaftliche Überlegungen: das Haushalten mit der Kraft. Es ist ohne weiteres einleuchtend, dass eine Hausfrau, die den Boden ihrer Haushaltungskasse sieht, anfängt einzuteilen und sich keine Auslage mehr leistet, die nicht zur strikten Notwendigkeit gehört. Dies sollte eigentlich auch gelten vom Kapital unserer Kraft. Aber es ist eigentümlich, wie wir oft gerade da uns benehmen, als ob wir gar keine Vernunft besässen. Gerade wenn Anzeichen der Müdigkeit da sind, drängt es uns, immer noch mehr und noch mehr zu leisten. Wir gleichen dann der Hausfrau, die den Rest in der Kasse einfach noch zum Fenster hinauswirft. Man will sich nicht ergeben und steigert sich in einen Schaffenskrampf hinein. Man will damit vor sich und andern gerechtfertigt erscheinen, spürt in dem Sichaufreiben eine gewisse Genugtuung und wird doch gegen aussen unausstehlich dabei. — Einem müden Pferd würde man niemals die Last verdoppeln, damit es ein-

sehen soll, dass es sich recht zusammennehmen muss. Aber mit uns selbst wirtschaften wir so. — Ich glaube, wir könnten da etwas lernen von den Männern. Wenn ihre flaue Tageszeit kommt, so legen sie sich hin, schieben eine Zeitung zwischen ihren Kopf und die Welt, hüllen sich in eine Rauchwolke und das will heissen: Lasst mich in Ruhe! — In einem bestimmten Rhythmus wechseln Stunden, da man gut arbeiten mag, da man angeregt und offen ist mit solchen der Entspannung, des Verschlusses. Warum sollte dieser natürliche Gang, dieser auf- und niedersteigende Rhythmus der Funktionen unserer Organe nicht Beachtung verdienen? Warum lässt Gott es Tag und Nacht, Sommer und Winter werden? Es gibt nichts Schöneres und Befreienderes als das Verrichten der Arbeit, die jeder Tag in seiner gütigen und verständigen Weise vor uns hinlegt. Aber es gibt nichts Aufreibenderes als das verkrampfte Arbeiten eines Menschen, der nicht mehr anders kann als arbeiten und in sich zusammenfällt, wenn diese Arbeit einmal aufhört und er feiern soll; denn dann spürt er, dass er nichts mehr bedeutet. Er kann nicht feiern. Oh, so ist die Arbeit, dieses Gottesgeschenk, nicht gemeint; denn so ist sie nicht der Erhalter und Vermehrer, sondern der Mörder unserer Kraft.

Das Bestreben, unsere Kraft nicht zu verschleudern und klug mit ihr umzugehen, ist nicht nur Pflicht uns selbst und unserer Arbeit gegenüber. Wir können kaum ermessen, wie wichtig es für unsere Zeit ist, ob sie nun Menschen findet, die aus gesunder, geschenkter Kraft heraus vermögen, an ihrem Platz gegen das Böse zu kämpfen und dem Guten zum Durchbruch zu verhelfen. Von wem sollte man das verlangen dürfen, wenn nicht von uns Lehrerinnen, die wir mit unserm Beruf mitten im Geschehen drinstehen, und denen die Einsicht, von dem was not tut, geschenkt ist? Ein grosser Teil unserer leidenden Brüder und Schwestern hat nicht mehr die Kraft, die guten Gedanken zu denken und sie in die Tat umzusetzen. Von uns muss man das erwarten und voraussetzen dürfen. Wir brauchen dazu nicht nur das Bestreben, mit unserer Kraft haushälterisch umzugehen, sondern es gilt, sich nach Kraftquellen umzusehen. Unsere Kraft muss sich immer wieder erneuern, sie muss sich mehren, verdoppeln und ins Unbegreifliche wachsen können. Darum reden wir vielleicht ein anderes mal über Kraftquellen.

*Elisabeth Müller, Hünibach.*

---

## AUS DER SCHULSTUBE

### Lied, Gedicht und Spruch im Dienste der Sittenlehre

« Schläft ein Lied in allen Dingen,  
die da träumen fort und fort,  
und die Welt hebt an zu singen,  
triffst du nur das Zauberwort. »

Diese singende, klingende, gefühlsfrohe Welt droht unserm unruhigen, geld- und geisthungrigen Geschlecht verlorenzugehen. Wenn ehemals Drill und geisttötendes Auswendiglernen die Schulstuben durchkältete, droht heute Verflachung und Verödung durch die Überbetonung des Intellekts.

Und doch wissen und erfahren wir jederzeit, dass das *Gefühlsleben* richtunggebend ist für Denken und Streben.