

**Zeitschrift:** Schweizer Spiegel  
**Herausgeber:** Guggenbühl und Huber  
**Band:** 31 (1955-1956)  
**Heft:** 10

**Vorwort:** Die Sonne scheint für alle Leut

### **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:** 02.04.2026

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



WIR können darüber bestimmen, ob wir mit leichtem oder schwerem Gepäck in die Ferien reisen wollen. Der Entschluß, uns als Fußgänger oder im Flugzeug, mit der Eisenbahn oder auf dem Velo in die Ferien zu begeben, ob wir das Meer oder die Berge als Aufenthaltsort wählen, hängt wenigstens teilweise von unserem Geschmack ab.

EINES aber ist unserem Willen vollständig entzogen. Wir kommen nicht darum herum, uns selbst mitzunehmen. Dabei hängt von diesem Selbst und dem Zustand, indem es sich befindet, der Erfolg unserer Ferien unvergleichlich stärker ab als davon, ob wir fliegen, fahren oder zu Fuß gehen, welchen Ferienort wir wählen, und wie wir uns für die Ferien ausrüsten.

WENN wir in den Ferien Ruhe suchen, dann entscheidet nicht der Ort, den wir aufsuchen, ob wir diese finden. Auch die einsamste Alphütte bietet reiche Gelegenheit, uns aufzuregen, und wenn es bloß über die Unordnung wäre, die unsere rücksichtslosen Vorgänger zurückgelassen haben. Den Ausschlag gibt unsere eigene Seelen-Verfassung.

HABEN wir uns erlebnisreiche Ferien vorgenommen, die uns Eindrücke von Landschaften, Begegnungen mit Menschen oder Kunstwerken verschaffen sollen, dann wird uns dieser Wunsch fast unabhängig davon, wo wir hingehen, erfüllt werden, wenn wir selbst wirklich erlebnisfähig sind; und er bleibt uns versagt, falls uns die innere Bereitschaft und Fähigkeit zum Erlebnis fehlt.

MAN hört etwa den Rat, der sich in einem Studentenlied in der Aufmunterung zusammenfaßt: «Lasset die Sorgen zuhaus!» Ja,

wenn das so leicht wäre: aber abgesehen davon, daß dieser Vorschlag kaum ausführbar ist, wäre er wahrscheinlich nicht einmal im Ernst zu empfehlen. Würden wir es nämlich tun, dann müßten uns die gleichen Sorgen, zurückgekehrt, nur um so schwerer drücken. Der einzige Gewinn, den wir von den Ferien in der Hinsicht erwarten dürfen, wäre vielleicht eine andre Einstellung zu diesen Sorgen.

ABER im großen und ganzen bleibt es doch so, daß wir uns selbst, mitsamt unseren Sorgen in die Ferien nehmen müssen und zwar eben dieses Selbst, so wie es ist. Wir werden es nicht viel ändern können.

ES bleibt uns also nur eines, uns wenigstens für die Zeit unserer Ferien mit uns selbst auszusöhnen.

NUR sehr wenig Menschen bringen das fertig. Die meisten von uns quält so lange sie leben die Unzufriedenheit mit sich selbst. Man sieht es ihnen bloß nicht an. Man zieht es vor, diese vor den Mitmenschen – und was das schlimmste ist, auch vor sich selbst – hinter dem Groll gegen Mitmenschen und gegen die Umstände, in welchen man wirkt, zu verstecken.

DA ließe sich etwas unternehmen. Wir könnten, bevor wir Ferien machen, für diese kurze Zeit, mit uns selbst doch wenigstens einen Waffenstillstand schließen.

DAS würde sich nicht bloß für uns günstig auswirken, sondern auch für jene, die mit uns in die Ferien gehen. Es läßt sich nur mit Menschen das Leben einigermaßen genießen, die im großen und ganzen mit sich selbst zufrieden sind.