

**Zeitschrift:** Schweizer Spiegel  
**Herausgeber:** Guggenbühl und Huber  
**Band:** 32 (1956-1957)  
**Heft:** 9

**Artikel:** Die verleugnete Seele : eine Mahnung  
**Autor:** Guggenbühl-Craig, Adolf  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1073126>

### **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>**

# Die verleugnete Seele eine Mahnung

VON DR. MED. ADOLF GUGGENBÜHL-CRAIG

**Vom Verfasser dieses Artikels werden im Laufe der Monate weitere Beiträge folgen. Alle dienen der gleichen Aufgabe, die sich der Schweizer Spiegel seit seinem Erscheinen stellt: dafür einzustehen, dass bei der verwirrenden Vielfalt des Lebens um uns, überall die Würde des einzelnen Menschen – des ganzen Menschen – in Geltung bleibt.**

**F. H.**

Herr Fontana erwachte nach einer unangenehmen Nacht; Alpdrücke erschreckten ihn bis in den frühen Morgen hinein. Er fühlte sich nicht ausgeruht und wäre am liebsten im Bett geblieben. Aber da er um 8.00 Uhr im Geschäft sein sollte, springt er schneidig aus den Federn und beginnt sich zu rasieren. Er schneidet sich mehrmals und hat große Mühe das Blut zu stillen. Er fühlt sich schlecht gelaunt und von einer unbestimmten tiefen Angst erfüllt, nur vermöchte er nicht zu sagen wovor er sich ängstigt. Mit der Frau beginnt er einen heftigen Wortwechsel wegen einer Kleinigkeit, wobei er genau weiß, daß er einfach Streit sucht.

Als Herr Fontana den Zündungsschlüssel in das Schloß seines Autos steckte, durchzuckte ihn das Gefühl, er könnte heute einen Unfall haben. Mit Unbehagen denkt er an den cha-

tischen Verkehr im Stadttinnern und überlegt, ob er sich nicht doch wieder hinlegen und seiner Frau auftragen sollte, das Büro anzuläuten und zu melden, er sei krank und bleibe heute dem Geschäft fern. Aber das geht nicht, entschließt er. Erstens ist er kein Weichling und zweitens steht heute eine wichtige geschäftliche Unterredung in der Agenda, die er nicht verschieben sollte. Beim Gedanken an diese geschäftliche Unterredung wird ihm zwar beinahe körperlich übel und er hat den bestimmten Eindruck, der Sache in dieser Verfassung nicht gewachsen zu sein.

Aber trotz all diesen Gefühlen steigt Herr Fontana mutig ins Auto. Auf der Fahrt ins Geschäft passiert ihm beinahe ein Unfall und die geschäftliche Unterredung verläuft zu seinem Nachteil.

Wäre der gleiche Herr Fontana an diesem Morgen nach einer schlaflosen Nacht mit schweren Schweißausbrüchen, mit etwas Kopfweg und Husten erwacht, so hätte er den Thermometer zur Hand genommen und wäre nach der Feststellung von Fieber weniger hart gegen sich selbst gewesen. «Läute doch einmal ins Büro an», hätte er seine Frau gebeten, «und teile der Sekretärin mit, ich könne heute nicht kommen; ich müsse irgendwo eine Infektion aufgelesen haben.» Anschließend hätte er dann seiner Frau vielleicht noch er-

klärt, daß eigentlich heute eine wichtige geschäftliche Unterredung auf seinem Tagesprogramm stehe, für die er aber in seinem geschwächten Zustand kein ebenbürtiger Verhandlungspartner sei. Daraufhin wäre Herr Fontana wieder ins Bett zurückgekehrt, hätte sich gepflegt und, falls nach ein bis zwei Tagen die Temperatur nicht gesunken wäre, sogar einen Arzt zugezogen.

Soweit haben wir es also gebracht:

Warnungszeichen des Körpers, wie zum Beispiel Fieber, werden sehr ernst genommen; man verlangt auch von einem tüchtigen, energischen Mann nicht, daß er bei meßbaren Anzeichen einer körperlichen Krankheit zur Arbeit antritt. Man weiß, daß es sinnlos wäre, körperlich krank seinen Geschäften nachgehen zu wollen. Eine seelische Verstimmung hingegen, die bildlich gesprochen auch nichts anderes ist als ein Warnungszeichen, daß mit unserer Seele etwas nicht in Ordnung ist, wird nicht ernst genommen, als dummes Zeug abgetan und das Nachgeben einer solchen Verstimmung gegenüber als Faulheit bezeichnet, oder als Verweichlichung abgelehnt.

Selbstverständlich können wir nicht jeder Verstimmung nachgeben und jedesmal, wenn wir uns am Morgen ängstlich und deprimiert fühlen, ins Bett zurückkriechen und uns pflegen lassen. Wohl aber wäre es angebracht, solche Verstimmungen so ernst zu nehmen, wie ein Fieber. Wir sollten versuchen, zweierlei herauszufinden. Einmal, ob die Verstimmung schwer genug ist, um eine wichtige Unternehmung mit Vorteil zu vermeiden und zweitens, was denn eigentlich dieser Verstimmung zugrunde liegt.

Herr Fontana wäre besser beraten gewesen, wenn er an diesem Morgen zu Hause geblieben wäre, die wichtige geschäftliche Unterredung verschoben und sich einmal Zeit genommen hätte, sich zu fragen, was denn mit ihm los sei. Ist seine Verstimmung tatsächlich nur ein Ausdruck von Faulheit, oder stimmt zum Beispiel etwas in seiner Ehe nicht? Hat er sich seinen Kindern gegenüber falsch verhalten, oder flößt ihm das Altwerden Angst ein? Leidet er an ungelösten religiösen Schwierigkeiten, oder ist er gar das Opfer von neurotischen Konflikten, die seine Fähigkeit, das Leben voll zu leben, einschränken?

Wahrscheinlich kann er keine dieser Fragen sofort beantworten. Es stellt sich unter Umständen auch heraus, daß es sich wirklich nur

um eine nicht sehr tiefgründige, rasch vorübergehende Verstimmung handelt. Vielleicht ergibt die Selbstprüfung aber, daß er in bestimmten Angelegenheiten falsch handelt, daß er seine Einstellung zu bestimmten Menschen, oder Lebensgebieten ändern sollte. Wenn er auf Grund seiner Prüfung feststellt, daß er nicht fähig ist, die Ursache seiner Verstimmung herauszufinden, er aber zum Schluß kommt, daß diese tief verwurzelt ist, dann fände er vielleicht den Mut, einen Seelenarzt aufzusuchen.

Was auch das Ergebnis einer solchen Selbstprüfung im einzelnen sein mag, so liegt ihre Wichtigkeit darin, daß die Äußerungen und Warnungszeichen unserer Seele nicht einfach beiseite geschoben, sondern ernst genommen werden.

#### LASSEN SIE EINMAL ALLES LIEGEN

Genau so, wie ein Fieber einen Menschen derart schwächen kann, daß er unfähig ist, wichtige Entscheide zu fällen, oder zum Beispiel ein Auto zu führen, genau so kann eine seelische Verstimmung gefährliche Wirkungen haben.

Wir alle kennen die Hausfrau, die eines Morgens mit dem Gefühl aufwacht, daß ihr alles verleidet ist. Statt nun aber entsprechend zu handeln, den Haushalt Haushalt sein zu lassen und vielleicht mit den Kindern einen Spaziergang zu machen, arbeitet sie während des ganzen Tages tüchtig im Haushalt; sie läßt eine wertvolle Suppenschüssel fallen, verbrennt mit dem Bügeleisen das beste Hemd ihres Mannes, läßt die Milch überkochen und stürzt dann zu guter Letzt noch mit dem Koteimer die Treppe hinunter und muß für einige Tage mit einem geschwollenen Fuß herumhumpeln. Dies alles würde sie vermieden haben, wenn sie ihrer Seele etwas mehr Beachtung geschenkt und deren Ruf nach Ausspannung und Konzentration auf sich selbst befolgt hätte.

#### WEINEN

#### IST KEINE ATMUNGS-GYMNASTIK

Es ist leider üblich geworden, seelische Belange zu vernachlässigen. Man beginnt damit schon im Säuglingsalter. Eine der ersten Ausdrucksmöglichkeiten der Menschen ist das Weinen. Der Säugling drückt jedes Unbehagen, sei es nun durch Hunger, Durst, Angst,

Mangel an Liebesbeweisen und Ähnliches verursacht, mit Weinen aus. Oft wird aber behauptet, daß es für einen Säugling geradezu notwendig sei, mindestens eine Stunde im Tag zu weinen, damit seine Lungen durchlüftet würden. Die früheste verständliche Ausdrucksmöglichkeit, die uns Menschen zur Verfügung steht, wird bei dieser Betrachtungsweise nur als Lungendurchlüftung ernst genommen. Es gibt Mütter, die deshalb glauben, den weinenden Säugling liegen lassen zu müssen, damit das «Lüften der Lungen» nicht gestört werde.

Dabei liegt es doch auf der Hand, daß eine Mutter, wenn ihr Kind weint, zuerst einmal herausfinden sollte, weshalb denn dieser Säugling so herzerreißend schreit. Vielleicht hat er Durst, vielleicht wurde er durch etwas fürchterlich erschreckt, oder empfindet das Bedürfnis, von der Mutter liebevoll in die Arme genommen zu werden. Vielleicht fühlt er sich verlassen, weil sich die Mutter zu wenig um ihn kümmert, vielleicht ist er aber auch bloß verwöhnt und möchte mit durchdringendem Geschrei die Familie tyrannisieren und die Mutter zwingen, dauernd bei ihm zu bleiben. Sicher wäre es das einzig richtige, wenn die Mutter zunächst einmal versuchen würde, den Grund herauszufinden, weshalb der Säugling schreit, um dann ihr Verhalten darauf abzustimmen.

#### GESTRIEGELT UND GEPUTZT

«D Frau Fäsi ist halt scho e gueti Mueter; muesch nu emal iri Chind aaluege, immer sinds sauber und nett agleit. I mag zwar d Frau Fäsi nöd, aber eis mues mer e laa, als Mueter isch sie vorbildlich.»

Solche Aussprüche habe ich schon wörtlich gehört. Auch sie sind der Ausdruck einer materialistischen, oberflächlichen und die seelischen Werte nicht ernst nehmenden Auffassung der Beziehung zwischen Mutter und Kind. Die moderne Psychiatrie betont immer wieder, daß das wichtigste in der Beziehung der Mutter zum Kind deren echte Liebe sei. Sicher ist es nun nicht so, daß sich diese vor allem darin ausdrücken muß, daß die Kinder stets sauber angezogen sind. Es ist durchaus möglich, daß Frau Fäsi die Kinder zwar tadellos sauber hält und sie dennoch seelisch völlig vernachlässigt, kaum mit ihnen spricht und ihnen keinerlei Liebe zeigt. Andererseits kann auch eine Frau, deren Kinder nicht besonders

sorgfältig und sauber gekleidet sind, immer für sie Zeit haben und ihnen das Gefühl geben, in ihrer mütterlichen Liebe geborgen zu sein. Eine solche Frau kann es für wichtiger halten, dem Kind in seinen seelischen Nöten liebevoll und freundlich beizustehen, als jeden beschmutzten Pullover sofort auszuwaschen. Wir aber neigen dazu, sogar seelische Werte, wie die Mutterliebe, nach Äußerlichkeiten zu beurteilen.

Ich beobachtete eines Sonntags eine Italienerin mit ihrem Kind in einem Zürcher Park. Das dreijährige Bübchen steckte in einem schneeweißen Matrosenanzug. Es wurde von vielen Spaziergängern mit Wohlwollen betrachtet. Da kamen die beiden in die Nähe eines Baumes, in dessen Umkreis die Erde aufgewühlt war. Strahlend stürzte sich der kleine Wicht auf diese Erde. Die Mutter hielt ihn nicht zurück. Sogleich begann der kleine Schlingel mit der Erde zu spielen und dabei sein Kleid völlig zu beschmutzen. Ich sah dem Gesicht der Mutter deutlich an, daß diese es nicht über sich brachte, dem Knaben die Freude an dem Spiel zu nehmen. Offenbar war dieser Mutter das strahlende Gesicht des Kindes wichtiger als der saubere Matrosenanzug.

Aber das Verhalten dieser italienischen Mutter löste bissige Bemerkungen einiger Frauen aus, welche den kleinen Vorfall beobachteten. «Kann die nicht besser aufpassen, das ist doch keine Art, ein Kind seine Kleider so verschmutzen zu lassen», flüsterten sie einander zu.

Dabei wäre zu sagen gewesen: endlich einmal eine Mutter, welche die Seele ihres Kindes wichtiger nimmt als dessen weißen Matrosenanzug.

#### KAMERADSCHAFT - NEBENSACHE

Unseren Lehrern wird es durch den Druck der öffentlichen Meinung und durch die Tatsache, daß sie ihren Schulbetrieb schon in der Primarschule nach den Aufnahmeprüfungen der Mittelschulen auszurichten haben, schwer gemacht, den Kindern zur Einsicht zu verhelfen, daß es beim Menschen nicht nur auf den Verstand ankommt, und den Körper, sondern auch auf die Seele. Die öffentliche Meinung erwartet, daß er die Schüler nach ihren intellektuellen Leistungen und den entsprechenden Noten beurteilt. Ob ein Schüler mit den besten Noten daneben ein unangenehmer z Leidwercher

ist, darf für ihn keine Rolle spielen. Peterli, der in der Schule eher unterdurchschnittliche Leistungen zeigt, daneben aber ein reizender Kamerad ist, in dessen Gegenwart sich alle wohl fühlen, wird als schlechter Schüler ziemlich sicher keinerlei Anerkennung für seine guten Qualitäten ernten.

In den amerikanischen Schulen versucht man zwar nicht nur die intellektuellen Fähigkeiten eines Kindes zu fördern und anzuerkennen. Dort nehmen es Eltern und Lehrer sehr wichtig, daß die Schüler auch gewisse soziale Fähigkeiten zeigen, die sie bei ihren Kameraden beliebt machen. Aber dieses Gewichtlegen auf soziales Verhalten stammt weniger aus Einsicht in die seelischen Erfordernisse, als aus der Wertschätzung, die in Amerika die Fähigkeit genießt, Freunde zu erwerben, als ein Mittel, im Lebenskampf rascher und leichter vorwärts zu kommen.

WAS WILLST DU WERDEN,  
DEMOSTHENES

Unsere Mißachtung seelischer Werte drückt sich sehr oft auch in der Berufswahl aus. Man fragt: welche Berufe sind Mangelberufe und man prüft psychotechnisch die Fähigkeiten des jungen Menschen. Viel weniger Gewicht wird darauf gelegt, ob sich dieser in dem zu ergreifenden Beruf auch wohl fühlen werde, weil ihm dieser seelisch wirklich zusagt.

Es verhält sich nämlich durchaus nicht immer so, daß die Menschen in jenem Beruf am tüchtigsten und am glücklichsten sind, für den sie zunächst die größten Fähigkeiten zeigen. Man stelle sich nur einmal vor, was Demosthenes angeraten worden wäre, wenn man ihn auf seine Anlagen geprüft hätte. Ganz bestimmt wäre niemand auf die Idee gekommen, ihm zu empfehlen, Redner zu werden, da er ja bekanntlich an einem Sprachfehler litt. Aber da er sich als Redner in seinem Element fühlte, hat er sich später als solcher ausgezeichnet, ob-  
schon er rein mechanisch betrachtet, denkbar ungeeignet für diese Laufbahn war.

WIR SITZEN SO TRÄULICH BEISAMMEN  
UND HABEN EINANDER SO LIEB

«Wir müssen unbedingt einmal Herrn Schorer einladen. Das ist ein sehr kluger, weitgereister

## Richtiger und falscher Heimatstil



Auch dieses Gebilde aus einer Hinterstrasse des Hoteldorfes Interlaken war gut gemeint. Der Hausbesitzer wollte etwas bauen, das der heimatlichen Tradition entsprach und hat deshalb am «Guggeereli» diesen unechten Spitzenbesatz aufgeleimt.



Photos: Willi Zeller

Wirtschaft nach altem Brauch ob Meilen ZH, schon in den dreissiger Jahren mit beratender und finanzieller Unterstützung des Heimatschutzes ausgezeichnet restauriert.

Mann und weiß sehr interessant zu erzählen», schlägt Herr Bader seiner Frau vor. «Ja, das ist schon recht», erwidert seine Frau, «aber weißt du, ich mag diesen Mann einfach nicht.» «Dummes Zeug», meint darauf Herr Bader, «Herr Schorer ist ein sehr anständiger und interessanter Mann. Man sollte es nicht immer darauf abstellen, ob man jemanden gut leiden mag oder nicht. Schließlich muß man doch eine gewisse Sachlichkeit aufbringen.»

Ich glaube, daß die Auffassung, welche Herr Bader vertritt, einer Mißachtung von seelischen Werten entspringt und sich an ihm und seiner Familie rächen muß. Nur wenig gestaltet das Leben so schön wie Freundschaften. Um aber wirklich Freunde zu haben, muß man seine eigene Seele wichtig nehmen. Das verlangt, daß man in der Privatsphäre mit Leuten verkehrt, die man gern hat, die einem liegen und nicht mit solchen, die man eigentlich nicht mag, auch wenn diese noch so interessante Eigenschaften aufweisen. Es kann jemand so klug, interessant, so anständig und geschäftlich erfolgreich sein wie er will, wenn er uns einfach nicht liegt, so werden wir durch den freundschaftlichen Umgang mit ihm nie viel gewinnen. Man sollte in der Auswahl von Freunden viel mehr das Gefühl walten lassen und weniger auf den Verstand hören. Sogar der Verkehr mit dem scheinbar langweiligsten Menschen verschafft einem Freude und Gewinn, wenn man ihn gern hat. Natürlich gibt es schwer neurotische Menschen, die aus einer falschen seelischen Entwicklung heraus immer nur Menschen gerne haben können, die sich als ausgesprochene Lumpen und Taugenichtse entpuppen. Das ist aber für den seelisch einigermaßen Gesunden kein Grund, im zwischenmenschlichen Verkehr den Argumenten des Gefühles kein Gehör zu schenken.

Es ist ja auch charakteristisch für unsere Zeit, daß die Aussage, «Er ist halt ein Netter», beinahe wie eine Beschimpfung ist und man eigentlich damit sagen will, daß es mit den Fähigkeiten eines Menschen nicht weit her sei und diese nur gerade dazu ausreichen, daß er niemandem etwas zuleid tue.

Eine ähnliche Geisteshaltung drückt auch die Redensart aus: Religion 6 (sehr gut), Rechnen 1 (sehr schlecht). Man will damit einen Menschen mit der Sprache des Schulzeugnisses als gutmütige Null charakterisieren.

DIESER ROMAN IST EIN „MUSS“  
FÜR DEN GEBILDETEN MENSCHEN

Alle bisher aufgeführten Beispiele zeigen, daß wir auf sämtlichen Gebieten dazu neigen, unsere Seele nicht ernst zu nehmen. Wie C. G. Jung sagt, sind wir zwar technisch sehr fortgeschritten, aber in bezug auf die Kenntnisse unserer Seele geradezu primitiv. Derselbe Mann, der eine ungeheure Kenntnis der Außenwelt besitzt und das Leben in seinen materiellen Formen großartig beherrscht, hat keine Ahnung von seiner eigenen Seele, von der Bedeutung deren Ausdrucksformen, in Stimmungen, Gefühlen und Träumen; er findet seine ganze Innenwelt kaum der Mühe wert, studiert zu werden.

Gewiß, viele von uns studieren Psychologie, aber auch dies geschieht meist völlig abstrakt; wir reden dann von psychischen Mechanismen und Phänomenen und weigern uns, die einzige Seele wirklich kennen zu lernen, bei der das überhaupt möglich ist, nämlich unsere eigene.

Ein weiteres Gebiet, in dem wir unsere Seele, unsere Gefühle viel zu wenig wichtig nehmen, ist das Gebiet der Kunst. Gewisse Bilder gefallen uns, andere wieder nicht; es gibt Theaterstücke, die uns langweilen und andere, die uns packen. Aber die wenigsten gebildeten Leute sind fähig, in der Kunst das zu betrachten oder zu lesen, was ihnen wirklich gefällt. Sie wollen sich mit dem beschäftigen, was als gut gilt, mit etwas, das die allgemeine Bildung erweitert und mit dem man nachher vor sich oder anderen intellektuell glänzen kann. Die Wünsche der eigenen Seele scheinen ihnen nebensächlich. Es spielt keine Rolle, was man in der Kunst genießen *möchte*, sondern nur, was man genießen *sollte*.

Man geht oft in Konzerte klassischer Musik, nicht weil man diese Musik genießt und weil die Seele darnach verlangt, sondern weil der Verstand uns sagt, daß wir diese Art von Musik schätzen sollten. Im mittleren Westen Amerikas ist es übrigens gerade umgekehrt: Viele, denen es seelisches Bedürfnis wäre, klassische Musik anzuhören, wagen nicht ihren Gefühlen nachzugehen, da sie befürchten, sonst als «blutlose Intellektuelle» zu gelten. Alles dies sind Zeichen, daß wir unsere eigene Seele nicht genug hoch einschätzen.

HIER STEHE ICH,  
ICH KANN NICHT ANDERS

Während meines Aufenthaltes in Amerika hatte ich an dem psychiatrischen Institut, an dem ich arbeitete, einen Kollegen, dessen Haltung mir einen tiefen Eindruck hinterließ. Dieser Arzt blieb jeden Freitagnachmittag seiner Arbeit fern. Schließlich kam es deshalb zu einem kleinen Skandal und er wurde vom Direktor des Institutes zur Rede gestellt.

«Herr Direktor», rechtfertigte sich mein Kollege, «am Freitagnachmittag gehe ich mit meinen vier Kindern im Park spazieren. Das liegt mir. Wenn ich es versäume, bin ich nicht leistungsfähig. Der Sonntag ist mehr meiner Frau reserviert. Ich gebe während meiner Arbeit am Institut mein Bestes; aber wenn ich am Freitagnachmittag mich nicht mit meinen Kindern abgeben kann, werden meine therapeutischen Fähigkeiten rapid abnehmen.» Es gelang ihm, den Direktor zu überzeugen. Noch größeren Eindruck aber machte mir, daß sämtliche anderen Ärzte am Institut, die am Freitagnachmittag arbeiteten, nicht murrten, weil dieser eine die Erlaubnis erhielt, einen Nachmittag zum Spielen mit seinen Kindern zu verwenden.

Dieser Kollege war als Therapeut weit überdurchschnittlich wirksam. Im Gespräch mit ihm wurde es mir klar, wie zwingend für ihn das seelische Bedürfnis war, sich am Freitagnachmittag mit seinen Kindern abzugeben und daß der Zwang, an diesem Nachmittag zu arbeiten, ein Unsinn gewesen wäre und seine therapeutische Leistungsfähigkeit ernstlich geschwächt hätte. Die Einsicht war bald allgemein, daß es nicht Faulheit war, die diesen Arzt veranlaßt hatte, am Freitagnachmittag mit der Arbeit auszusetzen, sondern gerade im Gegenteil ein tiefes Ernstnehmen seiner Aufgabe.

SECHS TAGE SOLLST  
DU ARBEITEN, ABER AM SIEBENTEN  
SOLLST DU RUHEN

Die britischen Sonntage werden von den Kontinentalen viel geschmäht. Sie sind auch wirklich, und namentlich in Schottland für uns Nicht-Briten etwas völlig Ungewohntes. Jede

Vergnügungsstätte ist geschlossen und sogar die lokalen Eisenbahnen stehen still. Es bleibt einem in Schottland an einem Sonntag nur übrig, in die Kirche zu gehen, zu lesen, oder im Freien herumzuspazieren.

Mir scheint jedoch, daß dieser «eintönige» Sonntag von einer großen Wertschätzung der menschlichen Seele zeugt. An diesem einen Tag wenigstens wird der Mensch sozusagen gezwungen, endlich einmal mit sich selbst vorlieb zu nehmen und seiner Seele ohne Ablenkung gegenüber zu stehen. Alle die tausend Möglichkeiten der Flucht vor sich selber sind ihm abgeschnitten. Ich würde es deshalb für durchaus wünschenswert halten, wenn auch bei uns der Sonntag etwas weniger dazu benützt würde, um sich noch mehr als werktags von sich selber abzulenken.

\*

Ich möchte nicht mißverstanden werden. Es ist keineswegs Weichlichkeit, die ich hier vertrete; nicht aus Weichlichkeit sollen wir unsere Seele und ihre Ausdrucksmöglichkeiten wichtig nehmen. Im Gegenteil, ich vertrete hier die Ansicht, daß wir härter sein sollten, härter namentlich gegen die Außenwelt. Wir haben uns angewöhnt, vor Forderungen der Außenwelt sofort zu kapitulieren, auch wenn sie im deutlichen Widerspruch zu unseren seelischen Ansprüchen stehen. Nach meiner Auffassung sollten wir unsere seelischen Bedürfnisse und Werte hoch genug einschätzen, um sie nicht gleich aufzugeben, wenn sie uns in Konflikt mit der Außenwelt bringen.

Es braucht oft sehr viel Härte, um nicht vor uns selber davon zu rennen, sondern sich uns selber zu stellen und nicht versuchen, durch die Flucht in Überbeschäftigung uns vor unseren inneren Problemen zu drücken.

Es ist bedeutend leichter, in bezug auf die Arbeit den Harten zu spielen, als den Mut aufzubringen, einmal längere Zeit mit sich selber allein zu sein und zu versuchen, darüber Klarheit zu schaffen, was eigentlich in einem vorgeht.

Wenn wir es aber versäumen, die Äußerungen unserer Seele ernstlich zu beachten, verliert unser Leben an Wert. Es heißt nicht umsonst im Neuen Testament: Was hülfte es dem Menschen, so er die ganze Welt gewänne und nähme doch Schaden an seiner Seele.