

**Zeitschrift:** Zürcher Illustrierte

**Band:** 11 (1935)

**Heft:** 14

**Artikel:** Frühlingsrausch und Frühlingskater

**Autor:** Schweisheimer, W.

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-755193>

### **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:** 24.02.2026

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

# Frühlingsrausch und Frühlingskater

von DR. W. SCHWEISHEIMER

Es wird Frühling, die Sonne steigt, die Farben leuchten — und jetzt wird alles wieder gut?

Es wäre schön, wenn das bei allen Menschen so wäre. Aber die Statistik, diese unerbittliche Wahrheitskünsterin, sagt etwas ganz, ganz anderes: *im Frühling geschehen die meisten Selbstmorde*.

Das ist schlimm, — vielleicht wird es aber ein wenig besser, wenn die Tatsache bekannt wird. Mit wirtschaftlichen Dingen hat diese regelmäßige Frühjahrssteigerung gewiß nichts zu tun. Denn in guten und schlechten Jahren, immer und überall in den Ländern, in denen eine einwandfreie Statistik besteht, läßt sich die Erscheinung

nachweisen. Nicht im Herbst, mit seinem Dunklerwerden und Traurigerwerden, wendet sich düstere Stimmung am meisten zur Selbstzerstörung, sondern der helle, lichte Frühling bringt alljährlich den Gipfel der Kurve.

Der Mensch ist in viel höherem Grade, als ihm das im allgemeinen bewußt wird, in den *kosmischen Rhythmus der Jahreszeiten eingespannt*. Es ließt sich denken, daß der lange Winter die seelische Widerstandskraft zerstört hat und daß sich erst jetzt offenbart, was in dunklen Winternächten an Depressionen herangereift ist. Ab Ende Februar nehmen die Selbstmorde regelmäßig zu, erreichen den Höhepunkt im Juni, und fallen dann

gleichmäßig wieder ab. Aber viel wahrscheinlicher ist es, daß ein erhöhtes Aufblühen und Säftentreiben im Körper — um den zeitgemäßen Vergleich mit Pflanzen zu ziehen — eine innerliche Unruhe erzeugt, die manche pathologische, übernervöse Naturen nicht gewachsen sind. Es ist kein Zufall, daß nach den Erfahrungen der Statistik im Frühjahr auch der Ausbruch von geistigen Störungen und die Ausführung von Sexualverbrechen am häufigsten sind.

Die erhöhte Tätigkeit der innersekretorischen Drüsen ist es vielleicht, die ein gesteigertes Lebensgefühl erzeugt, und dieses kann sich an manchen Tagen zu einem wahren *Frühlingsrausch* verdichten. Möglicherweise spielen Luftdruck oder Luftelektrizität oder Radioaktivität der Luft dabei eine Rolle: nervenempfindliche Menschen werden durch solche meteorologische Einflüsse aufs heftigste bewegt. Es entsteht ein Zustand, der dem Erregungszustand eines Alkoholrausches sehr ähnlich ist. Der Mensch mit Frühlingsrausch sieht den Himmel und die Erde mit ganz anderen, neuen Augen an. Der Himmel erscheint ihm so blau wie noch nie, das Grün und Braun der Erde bezaubern ihn, das Licht der Sonne wird ihm zur blendenden Helle, vor der er die Augen schließen muß. Mitten in der Stadt nehmen seine verfeinerten

**Zettlerei**

**Wirkerei**

**Stoffausrüstung**

**JSA** heißt:  
**Jos. Sallmann & Cie.**  
**Amriswil**

eine Abkürzung der Firma unseres Unternehmens im Kanton Thurgau!

Haben Sie das gewußt?

Wir erklären heute die Marke „Jsa“ speziell, damit Sie in Zukunft wissen, welch hohe Garantie hinter jedem „Jsa“-Wäschestück steht.

Hunderte geübte, tüchige Wäschefachleute schaffen die Schweizer-Wäsche „Jsa“, unterstützt durch eine große Zahl modernster Maschinen.

Auf die Marke „Jsa“ können Sie sich verlassen! Elegante Entwürfe aus den Weltmodezentren, vereint mit alter, guter Schweizerqualität. Immer haben wir es so gehalten. Beachten Sie unser neuestes Angebot: Interlock-Plissé. Einfach reizend. Diese Bilder geben Ihnen einen kleinen Einblick in unser Unternehmen.

**Jos. Sallmann & Cie. Amriswil**

**WIDMANN**

**Interlock Plissé**  
Fr. 6.75

**Garnitur Rococo**  
Fr. 6.75

**Garnitur Ballet**  
Fr. 8.25

**Jsa**  
**TRICOT**

„Die  
neue Zeit“

DAS MODERNE  
HANDGEHÄM-  
MERTE BESTECK

**Sternegg**

**Silberschmiede**  
**Schaffhausen**

Tafellöffel in den Preislagen von Fr. 2.50, 3.-, 3.50, 4.-, 9.- und 11.-. Ausführung echt Silber 0.800 und schwere 10er Versilberung. Verlangen Sie Offerie und Muster. — Detailverkauf in Zürich: Hans Benes, Naefenhäus (Usterstrasse-Bahnhofstrasse)

**TRAUBENKUR ZU JEDER JAHRESZEIT**

Allgemeine Blutregen-  
nigungskur, Zuakter-  
krankheit, Rheuma-  
tismus, Fettigfleigigkeit,  
Blutarmut, etc.

erleichtert  
die Verdauung

Regt  
den Appetit an...

AG ZUM KULTUR-  
HAUS TRAUBENKUR AG & BOSS, MÜNSTERLÄNDLE

**"MÉDICOFERMENT"**

reine Traubenzucker-Propolis 10% auf 1000 gr. Blüten-  
blüte-Tuch von Nachahmungen FISCHER AUSGEZEICHNET

Haut- und  
Bluhrkrankheiten  
Magen- und Darm-  
krankheiten  
etc.

Regt  
den Appetit an...

AG ZUM KULTUR-  
HAUS TRAUBENKUR AG & BOSS, MÜNSTERLÄNDLE

**BULLDOG-KLINGEN**

halten länger und schneiden zarter, weil aus haarscharf geschliffenem Schwedenstahl.

Machen Sie einen Versuch, Sie werden zufrieden sein. Erhältlich in Fachgeschäften.

0.15 mm. dick / 0.10 mm. dünn  
gleicher Preis

**BULLDOG**  
**5 KLINGEN 2.-**

Sinne den Geruch der schneeverlassenen, neukeimenden Erde wahr. Er fühlt die lauen Wellen einer neugeborenen Luft, er meint zu spüren, wie in seinem Innern die vertrockneten Zellen und Gewebe zu quellen und zu sprühen beginnen.

Und ein unbändiges Glücksgefühl, ein *Glückrausch*, ergreift ihn vom ersten Augenblick des Erwachens an. Er möchte jauchzen und springen, die Arme dem Himmel entgegenstrecken und die ganze Welt, die herrliche, neugrüne, braunkospende Erde an die Brust nehmen. Die Menschen erscheinen ihm freudig und freundlich, er will ihnen selbst Freude und Freundlichkeit erweisen. Unlustgefühle werden abgetan, Sorgen verlieren ihre übermäßige Drehung, Hochwertigkeitsgefühle beherrschen die seelische Einstellung, Pläne reifen, ein Drang in die Ferne wird übermächtig. Der Frühling ist ins Blau eingedrungen und lässt es in den Köpfen und Körpern gären, als sei flüssige Sonne in die Adern gegossen worden. Ein unabzweiglicher Bewegungsdrang besteht; er führt den wintergewohnten Städter rasch wieder zu näherer Berührung mit der Natur.

Das ist die Hohezeit der *Liebe*. Jeder Dichter weiß das, jeder Schriftsteller benützt die Erfahrung. Im Roman wird es Frühling, wenn es soweit ist, daß sich die zwei Herzen finden sollen. Auch hier spricht wieder die Statistik und sie bestätigt, was der Dichter instinktiv gefühlt hat: in den Frühlingmonaten werden die meisten Kinder empfangen, und in zweiter Folge sind Januar bis März die Monate mit den höchsten Geburtsziffern. Man kann das mit einer gesteigerten Tätigkeit der inneren Sekretion in Verbindung bringen, aber was ist damit erklärt? Verständlicher ist immer noch die Annahme, daß der Mensch wie die Pflanze von dem beginnenden Frühling zu stärkerem Treiben und Blühen veranlaßt wird.

Auch *geistig* ist die Zeugungskraft erhöht. Dichter und Künstler empfangen im Frühling oft die *beste Inspiration*, wenn auch die Ausarbeitung der ihnen geschenkten

Themen erst zu anderer Zeit erfolgen mag. «Ich bin», so schrieb *Richard Wagner*, in einem Frühjahr reichster Inspiration, «vermutlich vom jähn Frühjahr sehr aufgeregert, mit starkem Herzschlag und Blutwallen.» Mechanische geistige Tätigkeit wird im Frühjahr weniger gut beeinflußt. So lernen die Kinder am besten im Herbst und Winter; Aufmerksamkeit und Gedächtnis befähigen sie in dieser Zeit zu den besten Schulerfolgen. Im Frühjahr bis zum Hochsommer tritt ein Tiefpunkt ein. Allerdings sind die äußeren Ablenkungen in diesen Sonnenzeiten größer als im Winter, aber auch der innere Drang nach Freibewegung und nach Verbundensein mit der Natur ist wahrnehmbar gesteigert.

Dem Rauschzustand folgt die *Depression*, der «Kater», — und sie ist im Frühling besonders ausgeprägt. Das stärkere Leben im Frühling bedeutet auch größere Beanspruchung von Körper und Nervenkraft. Es ist in der Tat merkwürdig: ein Mensch hat sich den ganzen Winter hindurch auf den Frühling gefreut, ihn mit allem Sehnen herbeigewünscht, sich Frohsinn und Gesundheitsgefühl von seinem Kommen sicher erwartet, — und jetzt, da er endlich gekommen ist, fühlt er sich müde, matt, unlustig, verstummt, nervös, gequält von traurigen Gedanken und rätselhaften Bedrückungen. Das kann sicher wieder ändern, dem «zu Tode betrübt» der depressiven Stimmung und Verstimmung folgt das «Himmelshochjauchzende» des Frühlingsrausches, und dieser Kinkel geht wochenlang hin und her.

So ist aus der Hoffnung auf den Frühling eine Enttäuschung geworden, und in schlimmen Fällen endet sie in gänzlicher Hoffnungslosigkeit, im Sich-fallen-lassen. Manche Depressionen sind so stark, sie nähern sich so sehr der Einbuße auch an geistiger Einsicht, daß durch Rat und äußere Hilfe hier nichts zu erwarten ist. Aber sehr viele Fälle stehen gerade an der Grenze, an der eine Selbstdentscheidung über freiwilliges Sein und Nichtsein möglich ist. Ihnen kann das *Wissen* um diese Dinge Hilfe bringen. Denn wenn sie wissen, daß solche schwere

Verstimmungen von kosmischen Einflüssen abhängen, daß eine Besserung nur eine Frage von kurzer Zeit, von wenigen Wochen ist, daß es keine greifbare dauernde Ursache ist, die ihnen die inneren Schmerzen bereitet, sondern ein äußerer, wieder vergehender Einfluß auf empfindliche Nerven, — dann werden sie auch eher den letzten Mut aufbringen, die schwer erträglichen Frühlingsdepressionen zu ertragen und eine bestimmte Zeit durchzuhalten. Dieses *Wissen* um die Zusammenhänge von Frühlingsrausch und Frühlingskater vermag allmählich die Selbstmordstatistik des Frühlings doch günstig zu beeinflussen.

Wie außerordentlich *naturgebunden* solche Seelen- und Gemüterscheinungen sind, das geht aus der Aenderung im Rhythmus des Seelenlebens hervor, wenn ein Mensch seinen Aufenthalt auf der Erde grundlegend verändert. Es ist bekannt, daß das Herz morgens langsamer schlägt als abends, daß die Körpertemperatur abends fast um einen ganzen Grad höher ist als morgens. So ist es bei uns. Wenn aber nun ein solcher Mensch, bei dem diese Dinge ein Leben lang im gleichen Rhythmus abliefern, auf die andere Seite des Globus kommt, — wo es Nacht ist, wenn bei uns die Sonne scheint, und Tag, wenn unsere Länder Dunkelheit bedeckt, — so gleichen sich Herzschlag und Körpertemperatur in kurzer Frist dem dortigen Tagesablauf an: auch dort ist morgens der Puls am langsamsten, die Körpertemperatur am niedrigsten, alles hat sich um 12 Stunden verschoben. Und wenn ein Mensch von der *nördlichen* auf die *südliche Halbkugel* übersiedelt, so bleibt seine Neigung zu Frühlingsrausch und Frühlingsdepression nicht mit dem Datum verknüpft, sondern sie wird bestimmt durch die neue Zeit des Jahres, zu der am neuen Wohnsitz der Frühling eintritt. Wie könnte das auch anders sein beim Menschen, der doch bei aller geistigen Emanzipierung in Wirklichkeit nur ein Teil des großen Kosmos ist, und auf den von allen Seiten kosmische Einflüsse bestimmt strahlen und einwirken?



### Angemalte Püppchen

erfreuen wegen ihrer knallroten Bäckchen das Kinderherz. Im Leben der Erwachsenen gelten jedoch angemalte Frauen als unschön. Deshalb nehmen Frauen, die nicht blaß und abgespannt aussehen wollen, *Khasana-Superb-Creme*, die den Wangen den passenden natürlich wirkenden Farbton gibt. Ebenso verschön Khasana-Superb-Lippenstift die Lippen vollkommen unauffällig. Wangenrot Fr. 2.25, 1., Lippenstift Fr. 4.50, 2.25, 1.75, 85  
**KHASANA SUPERB**  
DR. M. ALBERSHEIM - FRANKFURT AM MAIN  
Vertrieb: Frédéric Meyrin A.-G., Zürich, Dianastr. 10

### 37 BAHNHOFSTRASSE 37

Photographie macht **Freude**  
Die größte aber macht es, wenn Sie sich **durch**  
**Fotopan** bedienen lassen.  
Papphoto, Kino - Photoapp., Reprod.

**Goshawks Nachfolger, Zürich**

Generalvertretung für die Schweiz: A. Weyermann jun., Zürich 24

# Allen hilft es und Sie wissen nichts davon?

**Scherk**  
Gesichtswasser

Und noch etwas: Sicherlich haben Sie schon oft nach einem guten Puder gesucht. Lassen Sie sich einmal *Mystikum Puder*, den guten Scherk-Puder, zeigen.

Dann ist es aber wirklich Zeit, daß Sie Scherk Gesichtswasser kennen lernen! Auch Ihr Teint bessert sich dann schnell, wird völlig klar und so weich wie Samt. Machen Sie gleich einmal einen Versuch.

### Neurasthenie

Nervenschwäche der Männer, verbunden mit Funktionsstörungen und Schwinden der besten Kräfte. Wie ist dieselbe vom Standpunkt des Spezialarztes ohne werllose Gewaltmittel zu verhüten und zu heilen. Wertvoller Ratgeber für jung und alt, für gesund und schon erkrankt, illustriert, neu bearbeitet unter Berücksichtigung der modernsten Gesichtspunkte. Gegen Fr. 1.50 in Briefmarken zu beziehen von Dr. med. Hausherr, Verlag Silvana, Herisau 472



10er Cigarre

**Hallwiler Foreller**

ATELIER  
GALIB