[Impressum]

Objekttyp: **Group**

Zeitschrift: **Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift**

Band (Jahr): **49 (1945-1946)**

Heft 2

PDF erstellt am: **01.06.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

sel der Arbeit, insbesondere der der Witterung, der Grad der Ermüdung, Hunger, Durst, Kälte, Hitze sind von ausschlaggebender Bedeutung für die Stimmung einzelner wie ganzer Gruppen von Menschen. Alle Stimmungen sind ansteckend, die guten und die schlechten, die wehmütigen wie die freundlichen Stimmungen haben ihren Höhepunkt in gutem und schlechtem Sinn. Zorn und Schmerz, Leid, Trauer, Fröhlichkeit usw. sind, inneren Gesetzmäßigkeiten folgend, schon beim Beginn zu einem baldigen Abklingen verurteilt. Kein Schmerz hält in voller Wucht stärker als drei Tage, und die Dauer einer starken Freude ist oft noch kürzer. Oft genug erleben wir Einbrüche in unser Stimmungsleben von außen kommend, die uns, zu unserer Schande sei es gesagt, oft genug zu unserem Nachteil gefangen halten.

Die schönste Stimmungsgrundlage gelingt auf dem Boden des Vertrauens, der Achtung, einer mehr oder weniger warmgetönten Liebe. Unsere Stimmung wird u. a. beeinflußt von der Form oder Farbe eines Gegenstandes, deren Gewicht, Geruch, der Glätte oder Rauheit einer Oberfläche. Der erste Eindruck ist oft entscheidend. Die Art des Grußes, die Form des Abschiedes, das gesprochene oder gelesene Urteil oder die Meinung anderer trüben unser wahres Urteil stimmungsgemäß. Das Gefühl des Alleinseins oder der Mittellosigkeit, insbesondere der Zweifel und jede Form der Aussichtslosigkeit sind Stimmungsverderber ersten Ranges.

Die Stimmungspflege vernachlässigen zahllose Menschen, weil sie meist nicht klar wissen, wie ihre Stimmung zustande kam, ja, weil sie unter einer Stimmung leiden, ohne sich Rechenschaft davon geben zu können, daher rühren sehr viele unglückliche Stunden. Wir müssen um unsere Stimmungen wie um jene anderer wissen. Wir müssen Stimmungen niederzukämpfen verstehen, indes wir andere, bessere, gewollte Stimmungen herbeiführen, nicht aber, indem wir negativ einer ungewollten Stimmung befehlen wollen, abzutreten.

Es klingt vermessen, aber es muß gesagt werden: Die meisten Stimmungen lassen sich schalten und lenken, vervielfachen und beseitigen, fast wie man elektrische Lampen schaltet.

Ein einzelner, geschickter, wissender Mensch ist imstande, die Allgemeinstimmung spontan zu steigern oder zu zerstören. Mancher bringt eine Freudigkeit oder einen Schwung des Schaffens in eine Gesellschaft, für die ihm jeder lange dankbar ist. Umgekehrt wirkt das Kommen und Gebaren eines anderen in einer zuvor fröhlichen Gesellschaft bisweilen, als hätte man einen Eisklotz dastehen. Wer kennt nicht die Vorfreude auf ein schönes Fest, auf eine Reise, eine Wanderung, auf ein Geschenk? Das sind bewußt geschaltete Stimmungen, in denen ein noch so grob angelegter Ärger keinerlei Aussicht hat, von unserer Seele Besitz zu ergreifen. Der einzelne Erfolg wie der Erfolg des ganzen Lebens sind aufs innigste mit unserem Stimmungsleben verkettet. Der Mißerfolg ist ein anerkannter Stimmungszerstörer, aber nur für den Schwachen. Ganze Schlachten wurden schon gewonnen oder verloren nicht durch die Zahl der Geschütze, durch die Ausbildung, die Frische oder Verpflegung der Truppen, sondern ganz allein aus dem Stimmungsfaktor heraus. Ein frohes Wort, die Erinnerung an ein gemeinsames Ideal, das Auftauchen einer schönen Hoffnung reißen den einzelnen Menschen ebenso hoch, wie es der Mensch in der Hand hat, durch Vorleben seiner Stimmung die Stimmung seiner Nebenmenschen oft durch Monate und Jahre hindurch zu heben.

Stimmungspflege ist Selbstbeherrschung, klares, freudiges Bewußtsein, Überwinden launischer Einfälle, ist ein Wissen um seine Pflicht gegen sich und die andern.

W. Müller

Willst du dir dein Leben verbittern, so erbittere dich nur leicht über alles, was nicht geht, wie du gern hättest

---

Redaktion: Dr. Ernst Eschmann, Zürich 7, Freiestraße 101. (Beiträge nur an diese Adresse!) Unverlangt eingesandten Beiträgen muß das Rückporto beigelegt werden. Druck und Verlag von Müller, Werder & Co. AG., Wolfbachstraße 19, Zürich Telephon 32 35 27