

XIII.

Über Verstimmungen.

Die Selbstbekenntnisse der größten Menschen sprechen von Zeiten der Abspannung und der Lähmung. In solchen Fällen muß man die Ursachen zu entdecken suchen, um sie wegzuräumen. Denn an der Erreichung des Zweckes unseres Lebens, der aber durch die Anlagen indiziert wird, ist alles gelegen, und das Bewußtsein, mit dem wir einst vom Leben scheiden, hängt von dem Grade des erreichten Lebenszweckes ab. Der vernünftige Mensch kann durch gewonnene Erkenntnis, durch Sachgründe und Vorstellungen sehr viel dazu beitragen, daß er die ihm verleidete Richtung mit Lust und Eifer wieder betrete. In dieser Beziehung möchte ich meinen Mitlehrern mit einigen Ratschlägen, die mir oft Dienste geleistet haben, an die Hand gehen. Denn auch bei Lehrern ist die Verstimmung nicht selten, ja sie kehrt oft in dem Grade, als man von einem Ideale oder dem Streben nach demselben erfüllt ist, bei uns ein, wie Lichtenberg, wenn ich nicht irre, die feine Bemerkung machte, daß ein für eine Sache gerade hochbegabtes Gemüt am ersten durch Störungen verletzt werde. Nicht jedermann ist es z. B. gegeben, mitten unter einer Schar wilder Knaben seine Meditationen zu verfolgen, was sich indessen auch bis zu einem gewissen Grade lernen läßt.

Sehr viele Verstimmungen rühren von körperlichem Unwohlsein her, wenn wir auch nicht gerade bestimmte Schmerzen empfinden. Wenn nicht die Abhängigkeit des Geistes vom Körper, so ist doch der Einfluß dieses auf jenen sehr groß. In solchen

Fällen suche man sich zu stärken, körperlich zu beleben, die Sinne zu erfrischen, die Funktionen zu erhöhen.

Darum ist des Lehrers Lage und Erziehung zu preisen, der die rechten Mittel wählen kann.

1. Obenan steht das Leben in der freien Natur. Dieses ist ohnedies für keinen Menschen entbehrlich, am wenigsten für den Lehrer. In ihr, der ewigen, wunderbaren Schöpfung gewinnt der Körper und die Seele am ersten die verlorene Harmonie wieder; die Dinge erscheinen uns wieder in ihren natürlichen Verhältnissen, wir erkennen die Verzerrungen des menschlichen Lebens und der sozialen Zustände als solche, und wir lernen sie meiden, verringern wenigstens ihre Macht auf uns, erheben uns wenigstens in Gedanken über sie.

Darum klebt an dem Land- und Gartenbau, der Obstbaum-, Bienen- und Seidenraupenzucht für den Lehrer ein wunderbarer Segen; darum treten wir aus einem Bade im frischen Wasser wie neugeboren heraus; darum allein schon hat Harnisch recht, den Lehrern besonders das Trinken des frischen Wassers und das tägliche Waschen mit demselben zu empfehlen. Alle künstliche Reizungen durch geistige Getränke und ähnliches wirken höchstens augenblicklich und vermehren das Übel. Was man in so künstlich aufgeregtem Zustande thut, gelingt nicht in rechtem Maße.

2. Ein zweites großes Mittel gegen Verstimmungen ist die Beschäftigung mit der Musik, wenn sie natürlich, einfach, großartig ist und das Gefühl unmittelbar anspricht. Ich preise die Lehrer glücklich, daß die Anwendung desselben meist in ihre Hand gegeben. Ein kräftiger, die religiösen Gefühle weckender Choral, wenn auch nur gespielt, ein Gesang von Männerstimmen u. giebt dem Geiste die verlorene Harmonie zurück. Selbst auf die verstimmte Kindermasse wirkt ein Gesang in der wohlthätigsten Weise.

3. Ein drittes Mittel gewährt das Lesen vertrauter Bücher. Was hat nicht allein in dieser Beziehung die heilige Schrift, besonders die Evangelien, genützt! Wie viel tausend Lehrerherzen sind durch inhaltsvolle, kräftige Lieder des Gesangbuches gestärkt worden! Aber auch pädagogische Schriften wirken auf den

Pädagogen in der vorzüglichsten Art, wenn sie danach sind, d. h. wenn sie vom pädagogischen Geist und Leben ausgingen, was man an der Wirkung, die sie auf uns üben, erkennt. Erscheint uns durch sie das Lehramt in erhöhter Schöne; werden wir für das einfach Wahre und Gute ergriffen; fühlen wir uns von neuem ermutigt, auf der schwierigen Bahn fortzuschreiten: dann sind solche Schriften die rechten, wir müssen sie zu unsern vertrauten Freunden wählen. Was haben in dieser Beziehung nicht die Schriften begeisterter Männer, wie Salzmann und Dinter waren, gewirkt! Es ist gar nicht zu ermessen.

4. Das Hauptmittel, die rechte Lehrerstimme wieder zu gewinnen, ist und bleibt aber der Mensch, der in edlen Richtungen lebt, mit dem uns Gemeinschaft verbindet. Ein belehrend-erheiterndes Gespräch mit einem erleuchteten, uns wohlwollenden Manne, der Umgang mit geistesverwandten Lehrerfreunden, der Zusammentritt mit ihnen zu einem Lehrerverein, in welchem die Kraft des Strebens, des Lichtes, des Geistes und der Wärme des Gemüthes lebt, traun, das sind des Lehrers Seligkeiten auf Erden, das sind Beruhigungsmittel auch für den tiefsten Erden-schmerz, das sind Heilmittel für das kränkste Gemüt! Amen.
