

Die Sonne bringt  
Optimismus



## GUTE LAUNE durch die STERNE

Text und Zeichnungen von HANS STEINER

**MOTTO: HAUPTSACHE, WIR SIND GESUND**

Als Epikur, der große Philosoph des Altertums, den Satz aufstellte:

**Gehe allem Widrigen aus dem Wege,  
suche das Höchstmaß an Lebensfreude!**

sprach er eine der größten Lebensweisheiten aus.

Er überließ es einem jeden, auf seine Art an dieses Ziel zu gelangen, denn Glücksrezepte gibt es wie Sand am Meere, und es ist unsinnig, so zu tun, als ob es nur einen einzigen Weg gäbe.

Man kann nicht alle Menschen über einen Leisten hauen. Es kann jeder, wie der alte Fritz sagte, nur auf seine Fassung selig werden. Aber wie wenige begreifen den Sinn dieser Worte! Die meisten Menschen sind der falschen Ansicht, daß alle anderen dasselbe denken und fühlen wie sie selbst. Dabei ist doch jeder anders veranlagt! Aber wenn Frau Schulze friert, dann muß Schulze den Wintermantel anziehen (bei 20 Grad im Schatten!), wenn sie müde ist, muß er ins Bett, wenn sie schwitzt, muß er die Stiefel ausziehen, wenn sie in Begeisterung wallt, muß er Ekstase heucheln. — Indessen, seien wir einmal ganz ehrlich: Machen wir es etwa besser, wenn wir uns über andere aufregen? Empört sich nicht die Frau Schulze in uns, wenn wir chokiert sind, daß Elise sich die Haare violett färbt und niedrige Absätze trägt (was doch ihre Sache ist!).

**Gewöhne dir das Ärgern ab!**

Ärger ist Kraftvergeudung, unökonomisch, unrationell, Luxus, ruiniert den Teint, macht die Haut schrumpelig! Genau wie der körper-

liche Schmerz das Alarmsignal dafür ist, daß der Organismus eine Panne hat, so ist Ärger das Zeichen, daß etwas nicht stimmt, aber bei dir! Dein Ärger ist das Anzeichen, daß du unfähig warst, dich zur Wirklichkeit in das für dich richtige Verhältnis zu setzen.

**Bewaffe dich bis an die Zähne mit guter Laune!**

Sie ist das wirksamste Gegengift gegen die tausend kleinen und großen Mißheiligkeiten des Alltags. Die sind nun mal nicht zu beseitigen. Es kommt nur darauf an, daß wir uns gegen sie unempfindlich machen. Wenn man es sich recht überlegt, so gibt es eigentlich nichts in der Welt, was einer Aufregung wert wäre. Natürlich sind wir vom Grad unserer Empfindlichkeit abhängig. Der Gefühlsathlet reagiert säuerlicher als der Dickhäuter. Aber der Dickhäuter ist besser dran als der andere. Er ist bei weitem der Klügere und hat recht, wenn er über alles lacht; denn die Dinge bleiben ja dieselben, ob du lachst oder klöhnst. Im



Der pessimistische  
Saturneinfluß