

Zeitschrift: Sauter's Annalen für Gesundheitspflege : Monatsschrift des Sauter'schen Institutes in Genf

Herausgeber: Sauter'sches Institut Genf

Band: 13 (1903)

Heft: 12

Rubrik: Vor den Festtagen

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: 24.01.2026

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

aus dem Morgenlande: „Wir haben seinen Stern gesehen und sind gekommen, ihn anzubeten.“

So merkt nun das Zeichen recht,
Die Krippe, Windelein so schlecht;
Da findet ihr ein Kindlein gelegt,
Das alle Welt erhält und trägt.

Ja, die Himmel selbst müssen sich über dieses Kind aufthun; die Engel Gottes steigen auf und nieder, und der nach Heil ausschauenden Welt wird die erste Christpredigt und das erste Gloria aus dem Munde des Engels verkündigt: „Siehe, ich verkündige euch große Freude, die allem Volke widerfahren wird; euch ist heute der Heiland geboren!“

Jawohl, das ist der Tag, den Gott gemacht! Ist er auch für dich zu einem Geburtstag gemacht? Besteht deine Festesfreude nur darin, daß du dich der äußeren Freude, den äußeren schönen Geschenken, als Sinnbildern der Liebe und Freundschaft, und der äußern irdischen und sinnlichen Lust hingiebst? Es wäre zu wenig, es wäre nicht genug! Ein Christtag ohne Christus kann kein gesegneter sein. Man mag sich freuen und viel Überraschungen erleben, aber wenn der Herr in unseren Herzen nicht geboren wird und uns im Innern glücklich und selig stimmt, dann ist das Fest umsonst und flieht dahin so, wie viele andere Tage unseres Lebens.

Suche Jesum und sein Licht,
Alles andre hilft dir nicht!

(Der Haushaltvater).

Vor den Festtagen.

Weihnachten und nachher die festlichen Tage des Jahreswechsels sind die Zeiten, die sich schon Wochenlang vorher in allen Verhältnissen und Bevölkerungsschichten, im häuslichen und im geschäftlichen Leben fühlbar machen. Auf allen Gebieten herrscht eine erhöhte Thätigkeit,

und je näher die Festtage rücken, um so feierhafter wird gearbeitet, um so mehr nimmt im Hause die geschäftige und unruhvolle Heimlichkeit überhand, um so mehr werden die Stunden der Ruhe und des Schlafes beschränkt, um so mehr wird das häusliche Behagen unterbrochen und gestört.

Harmlos betrachtet, gehört dieses unruhige und geheimvolle Fasten und Fagen unbedingt mit zur Signatur der Weihnachtszeit. Die Kaufläden und Magazine müssen weit über die gewöhnliche Stunde geöffnet sein, und als Zeichen verlängerter Arbeitszeit müssen die Fenster der Arbeitslokale bis tief in die Nacht hinein in hellem Lichte erstrahlen; in den Straßen muß beim Lampenscheine die geschäftig eilende Menge sich drängen und müssen die Kinder die lichtergeschmückten Schaufenster stauend umlagern, wenn das rechte Vorgefühl auf Weihnachten sich einstellen soll.

Hinter diesen, zu einer Gesamtwirkung vereinigten Einzelheiten verbergen sich aber allerlei Missstände, welche dazu angethan sind, die frohe und sinnige Weihnachtsstimmung zu beeinträchtigen.

Verlängerte Arbeitszeit in ungenügend ventilirten Räumen: das verursacht fahle Farben und matte Augen. Das Schlafbrechen der Jugend um des Unfertigens der zu Geschenken bestimmten Handarbeiten willen — was Blutarmut und Nervosität im Gefolge hat — nimmt den obligaten Weihnachtsarbeiten der opferfreudigen jungen Menschenkinder allen reellen Wert. Die vermehrte Zeit, die den Vorbereitungen aufs Fest gewidmet wird, muß den häuslichen Pflichten entzogen werden. Die Priesterin des heimischen Herdes muß in den Weihnachtswochen um des Geschäftes oder um der übernommenen Pflichten willen ihre Pflichten als Hausfrau, als Gattin, als Erzieherin und Pflegerin der Jugend und als Versorgerin und Wärterin

der Hülfslosen, Alten und Kranken wider wissen und bessere Einsicht vernachlässigen. Die sonst reguläre, stramme Hausordnung ist eingebrochen, und offenkundige Ungehörigkeiten und Schädlichkeiten werden im Hinblicke auf die Festzeit als unabänderliche Begleiterscheinungen hingenommen. Die Kinder sind in allem laxer beachtigt; die Mutter sieht nicht alles und weiß nicht mehr alles, und wo das sonst prüfende und beobachtende Auge anderswo in Anspruch genommen ist, schleichen neben den sinnigen und minnigen Heimlichkeiten, wie selbe auch die Kinder auf Weihnachten so gerne pflegen, auch manche weniger harmlose nebenher, die, weil eben vom Mutterauge unbeachtet und demselben absichtlich verborgen, sich nachher zu schwerer Sorge und jahrelangem Leid verwandelt. In der Hast und dem Fagen auf Weihnachten wird auch in der Küche manches mehr in der Eile abgethan; die Gerichte sind oft nicht mit der gewohnten Sorgfalt zubereitet, und im Orange der Arbeit wird die Essensstunde oft unwillkürlich und ungebührend verschoben — ein Umstand, den die auf der Heze auf Weihnachten Beteiligten kaum oder gar nicht merken, der aber den Hülfslosen aller Art, den kleinen Kindern, den Schwachen und Kränklichen und Alten mehr oder weniger schmerzlich fühlbar wird. Zu einer Jahreszeit, wo für Alte und Schwache die größte Sorgfalt und Regelmäßigkeit geboten ist, um dieses oder jenes Uebel hintanzuhalten, sind fortgesetzte kleine Unregelmäßigkeiten schon oft verhängnisvoll geworden. Mancher unerklärliche, die Gesundheit schwer schädigende, vielleicht sogar zum Tode führende „Anfall“ müßte bei genauer Beobachtung auf solche ungesuchte Vernachlässigungen zurückgeführt werden. Kleine Ursachen — große Wirkungen.

Es ist etwas Röstliches um die Vorfreude und um den Genuss der arbeitsvollen, festlichen

Vorbereitungen; aber die damit verbundenen Gefahren sind nicht zu unterschätzen, und es ist eine unabweisbare Pflicht, auf dieselben aufmerksam zu machen.

Die Wogen der festlichen Vorarbeiten mögen noch so hoch schlagen, so darf doch das Wichtigste darüber nicht vergessen werden: die Erziehung der Kinder, die gewissenhafte Pflege der Hülfslosen und Schwachen und die zarte Rücksichtnahme auf das der Schonung oft so sehr bedürftige Alter, welch letzteres von dem übermäßigen Fagen und Treiben sich beängstigt und verpflichtet fühlt, über seine Kräfte noch mitzuthun und seine dringenden Bedürfnisse selbst ebenfalls außer acht zu setzen.

Ein Auge wenigstens sollte wachen; ein Wesen sollte von der allgemeinen Heze unberührt bleiben, um die Interessen der Schonungsbedürftigen zu vertreten und dafür zu sorgen, daß die in naher Aussicht stehende wonnige Festfreude durch Selbstvorwürfe keinen bittern Nachgeschmack bekomme, sondern daß der Festfriede und Festjubel in reinen und ungetrübten Accorden ausklingen könne.

(Schweizer Frauen-Zeitung)

Gesentliche Weihnachtsbäume.

(Dr. Ch. Krafft).

(Aus dem französischen übersetzt).

Wer in einem hygieinischen Blatt diesen Artikel über Weihnachtsbäume sehen wird, wird sich vielleicht fragen was wohl für eine Beziehung bestehen kann zwischen der Weihnachtsfeier und der ernsten Wissenschaft. Folgende von uns selbst vor einigen Jahren konstatierte Tatsache wird die Antwort auf diese Frage geben.

In einer Familie mit 4 Kindern, im Alter