

**Zeitschrift:** Sauter's Annalen für Gesundheitspflege : Monatsschrift des Sauter'schen Institutes in Genf  
**Herausgeber:** Sauter'sches Institut Genf  
**Band:** 19 (1909)  
**Heft:** 6  
  
**Artikel:** Die Ehe im Werktagskleid  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1038212>

### **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:** 13.01.2026

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

nährhafter ist, als Ruchfleisch oder anderes geringeres Fleisch.

Die zahlreichen Rindvieh-Rassen sind sehr verschieden in ihren Eigenschaften; ein Teil derselben eignet sich mehr zu Mastvieh, ein anderer als Zugvieh und wieder andere als Milchvieh; auf die Milchergiebigkeit wird gewöhnlich das meiste Gewicht gelegt und sehr häufig gibt dieselbe Rasse vorzügliches Mast- und Melkvieh, was man besonders bei den englischen Kurzhorn-Rindern, den holsteinischen, den friesischen, mecklenburgischen und holländischen Rassen findet; das Schweizervieh zeichnet sich durchschnittlich mehr durch Reichtum und Güte der Milch aus, ebenso die Allgäuerrasse, während sich zum Beispiel die ungarischen, steyrischen und italienischen Rassen weit mehr als Mast- und Zugvieh bewähren. Auf der Weide gezogenes Vieh gibt wohlschmeckenderes, aber weniger fettes Fleisch, als im Stalle gemästetes, ebenso ist die Milch der im Freien weidenden Kühe schmackhafter, allein in Gegenden, wo das Futter nicht so reichlich vorhanden ist oder das Land mehr zum Getreidebau ausgenutzt wird, ist die Stallfütterung vorteilhafter.

Wir hoffen, die so verbreitete irrige Meinung zu widerlegen, Rindfleisch sei ein untergeordnetes Essen, welches sich nur für den einfachen bürgerlichen Tisch eigne und außer der Brüh- und dem Filet nicht viel biete. Solchen kaiserlichen Aussprüchen gegenüber möchten wir des berühmten Soupers des Marschalls Richelieu erwähnen, welcher 1757 im Kriege eine große Gesellschaft bewirten wollte, aber nichts als einen Ochsen und etwas Gemüse zur Verfügung hatte, trotzdem aber ein Menu von 22 Gerichten der vorzüglichsten Art entwarf und mit dessen Ausführung er großen Erfolg erzielte.

(Hauswirtschaftlicher Ratgeber).

## Die Ehe im Werktagskleid.

Von J. R.

Wir leben in einer merkwürdig aufgeklärten, nach selbständigen Rechten ringenden Zeit. Den Kindern, auch schon den kleinen A-B-C-Schützen, soll nicht nur das Märchen vom gütigen Klapperstorch genommen werden, sondern auch so manche andere schöne Illusion, die zum Paradies der Jugend gehört und im Alter eine der liebsten Erinnerungen bildet. Die Mädchen und Jünglinge sind, ihrer Meinung nach, über jeden Tadel erhaben, sie glauben mit der Schul- auch die Lernzeit hinter sich zu haben und befeißigen sich nunmehr nur „ihre Jugend zu genießen.“ Den kühnsten Schritt vorwärts haben aber sicher jene Frauen getan, welche ohne Uebergang ein neues Gebiet an sich rissen, auf dessen Grenze ein stolzes Banner weht mit der vielfagenden Aufschrift: „Frauenemancipation.“ — Sonderbarer Weise hält diese schroffe Art der Emancipation meist nur so lange vor, bis ein Mann die Pfade der Frauenrechtlerin durchkreuzt und es versteht, ihr Interesse fortan auf seine Person zu konzentrieren. Von diesem Zeitpunkte an gleicht sie ihrer weniger streitbaren Schwester, ja es stellen sich da wie dort häufig dieselben weiblichen Schwächen in der Auffassung des ehelichen Lebens ein. Viele junge Frauen können oder wollen nicht begreifen, daß das Leben in der Ehe ein tieferes, ernsteres, hauptsächlich aber der praktischen Wirklichkeit entsprechenderes sein muß, wie das süße Hindämmern während des Brautstandes. Sie nehmen es ihrem jungen Ehemanne übel, wenn er seine Liebe nicht mehr in schmachtende Verse kleidet, oder aus seinen knappen Einnahmen, die doch nunmehr einen Hausstand erhalten sollen, anstatt sündhaft teurer langstieliger Rosen, etwas Eßbares

für den gemeinsamen Abendtisch mitbringt. Sie wollen es nicht verstehen, daß die Liebe in der Ehe eine realere Form annehmen muß, sind beleidigt, wenn ihre Zärtlichkeitsbeweise, für welche sie jede ihnen passende Zeit wählen, den Mann bei der Arbeit stören und deshalb auch nicht in die gewünschte Erwiederung finden, und fühlen sich tief unglücklich in der grundlosen Annahme, die Liebe ihres Mannes sei am Erlöschen, weil seine Liebesbeweise anderer Art sind wie zuvor. Um das ersehnte, aber wie ein kostbarer Schatz verborgene Glück in der Ehe zu finden, müssen beide Gatten daran arbeiten, es zu heben und zu erhalten. Zu diesem Ziele führen außer Nachgiebigkeit und Verträglichkeit auf beiden Seiten vor allem gemeinsame Interessen. Wie jedem Menschen ein Ausgleich zwischen geistiger und körperlicher Arbeit zum größten Vorteil gereicht, so soll auch ein wechselseitiger Austausch der gegenseitigen Interessen in der Ehe, hier der Beruf des Mannes, dort die Häuslichkeit der Frau, ein heilsames Gegengewicht herstellen, das nicht nur alles einseitige Vorgehen ausschließt, sondern zugleich das stärkste Band zwischen den Gatten bildet. Soll und braucht auch der Herr des Hauses sich nicht um kleine, neben-sächliche Vorkommnisse im Haushalt zu kümmern, so ist es hinwiederum nicht nur sein Recht, sondern auch seine Pflicht, für den beschränkteren, aber auf das Wohl der ganzen Familie einflußreichen Wirkungskreis seiner Frau Teilnahme und Interesse zu zeigen. In den weitaus meisten Fällen genügt es z. B. einer echten Frauennatur schon, wenn sie sieht und fühlt, hauptsächlich es aber auch von ihrem Manne ausgesprochen hört, wie sehr er es bedauert, sein geliebtes Frauchen nicht mit demselben Komfort umgeben zu können, wie ihn Frau Kälin D. ganz unverdientermaßen genießt, oder nicht in der Lage zu sein, ihr

diese oder jene Vergnügungen, sowie die dazu gehörenden Toiletten verschaffen zu können etc. Jedes wahre und liebende Weib wird daraufhin ihrem Manne die aufrichtig gemeinte Versicherung geben, daß sie dies alles nicht entbehrt, sondern sich glücklich fühlt in der treuen Liebe ihres Mannes. Geht hingegen ein Ehemann einfach seinen eigenen Pflichten und Sorgen nach, in der irrigen Annahme, für alles andere um ihn her weder Zeit noch Interesse nötig zu haben, und nimmt all die unzähligen täglichen und stündlichen kleinen und großen Opfer und Entbehrungen, die seine Frau erst freudig und willig genug auf sich genommen hat, als etwas ganz Selbstverständliches hin, das sich nicht der Mühe lohnt, beachtet und geschätzt zu werden, so wird sie sich darüber erst verletzt, dann erkältet fühlen. Aus dem frohen, schaffensfreudigen Bräutchen, das in Gemeinschaft mit dem geliebten Manne alle Sorgen und Lasten mutig und unverzagt getragen hätte, wird eine unlustige Frau, der alles im Leben nur als „hartes Muß“ erscheint. — Umgekehrt, erntet der Mann für sein ernstes Streben und seine, im immer heißer werdenden Existenzkampfe oft recht aufreibende Tätigkeit, niemals feinfühlerndes Verständnis von seiner Lebensgefährtin, sondern nur oberflächliche Dankesworte, sogar diese mit der Zeit nicht mehr, und auch nur dann, wenn er den recht kostspieligen und launenhaften Wünschen der gnädigen Frau gerecht würde, die noch immer den Ehemann mit dem Liebhaber verwechselt, der einzig dazu da zu sein scheint, jeden, auch den unvernünftigsten Wunsch sofort zu erfüllen, so ist wahrlich aus der erhofften Rosenkette eine recht empfindliche Dornenkette für ihn erwachsen. Die unzähligen Ehedramen und Irrungen, Vergehen im Amte und Selbstmorde, die von Jahr zu Jahr in besorgniserregender Weise zunehmen, sind viel-



fach auf die gedankenlose und leichtsinnige Auffassung des Ehebündnisses zurückzuführen. Denn nicht allein Schönheit und Gestalt verschwinden häufig nur allzubald, sondern auch Geld und Gut oder Stellung sind jähem Wechseln unterworfen. Wenn diese aber das einzige Fundament für die Ehe darstellten, und das sinnliche Moment oder Verliebtsein, das nur zu oft im Anfange mit der wahren Liebe verwechselt wird, ebenfalls rasch schwindet, so muß auch selbstredend das auf unwahren haltlosen Grundlagen errichtete Gebäude ihres ehelichen Lustschlosses jämmerlich in sich zusammensinken. Um aber aus den Ruinen etwas neues, bleibendes zu schaffen, dazu gehören ganze Menschen, stark in ihrer Einigkeit. Darum hat auch noch heute in unserer hochmodernen Zeit die Mahnung unseres großen Dichterhelden ihre alte Gültigkeit:

„Drum prüfe, wer sich ewig bindet,  
Ob sich das Herz zum Herzen findet;  
Der Wahn ist kurz die Reu' ist lang“.

(Schweizer Frauen-Zeitung).

## Korrespondenzen und Heilungen.

Schöneberg (Berlin), den 13. Februar 1909.

Tittl.

Redaktion der Annalen

Genf.

### Physiologische Begründung der Frauenleiden.

Die Leidenszustände unserer Frauen nehmen in der Gegenwart derartig überhand, daß man unser neues Jahrhundert mit Recht **das Jahrhundert der unterleibskranken Frauen** getauft hat. Nicht blos Bleichsucht, Fetzsucht, schlechte Zähne, mangelhaften Haarwuchs beklagt man schon bei unseren Mädchen und jungen Frauen, nein auch eine Menge direkter Leidenszustände des Unterleibs werden konstatiert und hat die

junge Mutter erst einem oder zwei Kindern das Leben gegeben, so ist sie oft eine wandelnde Ruine, geplagt von allerhand krankhaften Zuständen.

**Die Ursache dieser zahllosen Frauenleiden** soll man in erster Linie in einer falschen und minderwertigen Ernährung suchen und in zweiter und dritter Linie erst in verkehrter Lebensführung und Uebertragung von außen. Aber gleich neben der ungeeigneten Ernährung ist auch eine unsinnige Art der Bekleidung mit aufzuzählen. Der falsch ernährte Körper bekommt schlechte fehlerhafte Formen, schlechte Taille, eingefallene Brust, herabhängenden Unterleib, plumpe Füße. Das will man künstlich durch Kleidung, mit schlecht sitzendem Schuhwerk und wahnsinnigem Einschnüren mit Stahlkorsett korrigieren, aber man preßt dabei die Eingeweide oder Blutgefäße nur unvernünftig ein, verdrückt sie in falsche Lagen, macht den Leib noch mißförmiger, schafft Blutstauungen und damit Entzündungen, Verkrüppelungen und daraus allerhand Leidenszustände (Verlagerungen, Entartungen der Unterleibsorgane). Und das beim Frauenleib, der in sich so fein organisierte zu hohen Leistungen bestimmte Organe enthalten muß! Wahnsinn! Schon in den Entwicklungsjahren der jungen Mädchen beginnt das systematische Ruinieren des Körpers durch blödsinnige Bekleidung und unnormale Ernährung: die junge Menschenblume kann sich nicht normal entwickeln, und jetzt schon stellen sich allerhand Störungen ein. Dazu kommt noch das nervenzerrüttende Großstadtleben mit seiner Hyperkultur, die Nacht wird zum Tag gemacht, das Seelen- und Gemütsleben wird mit Hyperkultur systematisch zerrüttet. **In Betreff der Ernährung** ist es viel zu wenig bekannt daß sowohl unser Blut, als auch alle Organe unseres Leibes ihre normale Beschaffenheit, ihre Dauerhaftigkeit und ihre Funktions-