

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

Herausgeber: Sauter'sches Institut Genf

Band: 21 (1911)

Heft: 3

Artikel: Von der Lebensweise der alten Deutschen

Autor: Schmidtbauer, Matthäus

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1038234>

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: 31.01.2026

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

Von der Lebensweise der alten Deutschen.

Matthäus Schmidbauer

In der Phantasie des Volkes und eines großen, wenn nicht des größten Teiles der „Gebildeten“, lebten die Altvorderen der Deutschen als eine Art halbnackter Riesen à la Goliath, auch ähnlich wie dieser „Weberbäume“ als Lanzen handhabend, den ganzen Tag auf der Bärenhaut liegend und Ummassen von Fleisch und dem „anno dazumal“ noch gar nicht vorhandenen Bier vertilgend.

Anders schon hebt sich von dieser allgemeinen Anschauung eine Stelle aus der Naturgeschichte des älteren Plinius ab, aus der hervorgeht, daß unsere Vorfahren viel Haferbrei verzehrt, und der Schriftsteller Novarx schreibt im 13. Heft des Jahrganges 1885 der „Illustrierten Welt“ unter anderem: „Dass die Germanen bereits in ihrer asiatischen Urheimat Ackerbau gekannt und betrieben haben, was sich nach dem Altmeister Grimm mit einiger Sicherheit aus unserem Sprachschatz nachweisen lasse. Man baute Hirse, Hafer, Gerste, Roggen, daneben wahrscheinlich schon Bohnen und Rüben.“ So stand's noch im großen und ganzen 300 Jahre vor Christus.

Der bereits angeführte Plinius war selbst mehrere Jahre in Deutschland und zwar zur Friedenszeit und aus diesem Grunde sind auch die Berichte aus dieser Feder wertvoller als die eines Cäsar oder eines Strabo. Leider ging Plinius Werk über die germanischen Kriege verloren und so können wir uns nur auf seine Naturgeschichte berufen, die uns aber ebenso entscheidende Aussprüche über die Lebensweise der Germanen hinterlassen. So schreibt er: „Der Hafer dient ebenfalls als Getreide, wie denn die Völker Germaniens ihn

säen und von keinem anderen Breie leben“. Nach demselben Autor geht mit Bestimmtheit aus seiner Schrift hervor, daß auch Obst in Germanien sehr wohl vorkam: er fand am Rhein eine „dreifarbige“ Kirsche (grün, rot und schwarz), auch gab es bereits Gärten wie heutzutage, in denen Zuckerwurzeln, Rettige, Rüben, Mohrrüben und Spargel gezogen wurden.

Wenn man sich immer wieder von gewisser Seite auf Tacitus beruft, so über sieht man dabei, daß bei diesem auch nicht alles unanfechtbar ist, was er schrieb. So spricht dieser Autor nur von dem blonden Haar der alten Deutschen, während große Stämme brünett waren, wie z. B. die Burgunder und andere.

235 n. Chr. verheerte Maximinus einen Teil Deutschlands, worüber Herodian erzählt: „Er verwüstete die ganze Gegend und auch das Getreide, das damals schon reif war“. 50 Jahre später machte Probus weitere Eroberungen und sandte eine pomphafte Siegesdepesche an die römischen Senatoren, in der es unter anderem heißt: „Germanien ist weit und breit unterjocht. Neun Könige verschiedener Völker lagen bittend und demütig zu meinen Füßen und zu den Euren. Alle Barbaren säen schon für Euch, ackern für Euch und fechten gegen die entfernten Völker. Verfügt daher nach Eurer Sitte über die „Zuwendungen“, denn die gallischen Felder werden mit Ochsen der Barbaren gepflügt, zu unserer Nahrung weiden ihre Herden, ihre Gestüte dienen unserer Reiterei, die Scheunen sind voll barbarischen Getreides.“

Aus all diesen verlässlichen Quellenwerken geht also hervor, daß unsere Vorfahren schon tapfer dem Hafermuss zusprachen, daß sie diesem ihr gesundes Mark, ihre kräftigen Knochen verdankten und bei dieser derben Kost der Schrecken ihrer Feinde wurden. Und solange man dem Hafer, dieser Kraftkost, treu blieb, solange gab

es auch ein gesundes kräftiges Volk; mit dem Verschwinden des Haferbreies — schwand auch die Volkskraft.

Bernehmen wir als Stütze dieser unserer Behauptung noch einen Artikel: „Das Habermus“, der vor Jahren ins „Berner Stadtblatt“ aus dem „Oltener Wochenblatt“ überging, und dieser lautet:

Es ist uns immer, je mehr man mit sozialen Phrasen ein Volk traktiere, destoweniger und schlechter werde des Volkes Nahrung. Und in der Tat ist mit dem Reichtum der Programme zur Hebung unseres Volkswohls seine einstige naturgemäße, gesunde Nahrungsweise zurückgegangen und in all dem lauten Phrasengeslingel der Gegenwart erstickt. Heute hat das Schweizervolk viel Phrasen zu verdauen, die es vielfach nicht versteht und bei denen es hungert. Und doch ist neben der Arbeit die Ernährung ein Hauptfaktor der sozialen Frage und beide — Arbeit und Ernährung — greifen tief in diese ein: Sie sind die Grundlagen der Staatsexistenz, die Grundlage der Gesellschaft überhaupt.

(Zeitschrift für Erziehung und Unterricht.)
(Fortsetzung folgt.)

Essen und Trinken in alter Zeit.

Löffel und Messer waren seit urdeutlicher Zeit die Instrumente, deren man sich beim Essen bediente; nur die Gabel ist erst hinzugekommen, als in der Mitte des 16. Jahrhunderts mit der Verfeinerung der Künste und Wissenschaften sich auch die Sitten verfeinerten. Bei den sprichwörtlich gewordenen Festmählern des Lucullus zu Rom nahmen die Tafelgäste mit den Händen die Speisen aus der Schüssel und am glänzenden Hofe Franz des Ersten von Frankreich machte man es ebenso. Im

Mittelalter war die Gabel noch ein äußerst seltenes Gerät; Karl der Schöne und Clemence von Ungarn besaßen jeder nur eine Gabel, Karl der Künste hatte doch wenigstens neun, doch benützte er sie nur zum Genuss von Obst. Die Gabel wurde bei ihrem ersten Erscheinen überhaupt als ein lächerliches Werkzeug betrachtet, dessen man sich sehr ungeschickt bediente; in bürgerlichen Häusern hat sie erst sehr spät Eingang gefunden. Nebenhaupt war das Arrangement der Tafel in früheren Jahrhunderten höchst verschieden von dem in unseren Tagen. Auf den Burgen und Schlössern der Ritter rief nicht die Glocke die Tischgenossen zusammen, sondern einige Trompetenstöße vom Turm herab verkündeten, daß die Zeit zum Mittagessen gekommen sei. Auch wenn der Burgherr allein speiste, zeigte ein Hornsignal vom Söller aus an, daß der Ritter jetzt speise und also nicht gestört zu werden wünschte. Anders wollte es jener Tartarenfürst, der nach seinem Diner blasen ließ, zum Zeichen, daß er jetzt gespeist habe, und nun auch die andern Fürsten der Erde speisen könnten.

Bei größeren Gelagen saß oben der Herr des Hauses, die Gäste reihte man paarweise um den Tisch, was notwendig war, weil sehr oft zwei aus einem Teller essen mußten. Zu der Nähe des Herrn oder der Frau des Hauses saßen jene, die man besonders auszeichnen wollte. Der Ehrenplatz war nicht ein bestimmter Platz im Speisesaal, aber so oft es tunlich war, wurde jener Platz dafür ausgesucht, der an dem von der Türe am weitesten entfernten Fenster sich befand. Unsere heutigen Gesellschaftskreise könnten etwas lernen von der Rücksicht, mit der der Gastgeber seine Gäste behandelte. Da gab es keinen Rangunterschied; jeder Eingeladene war gleich viel wert und man fand keinen Verstoß darin, einen einfachen Gerichtsschreiber neben eine Herzogin zu