

**Zeitschrift:** Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift  
**Herausgeber:** Pestalozzigesellschaft Zürich  
**Band:** 50 (1946-1947)  
**Heft:** 6

**Artikel:** Helsen  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-666040>

### **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:** 23.01.2026

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

und anderer Weihnachtslieder durch die Kinder entstanden die (mit Bildern aus der heiligen Geschichte geschmückten) Quempas-Hefte. Wie gesagt, ist das Quempas-Singen ein Überrest eines Weihnachtsbrauches aus vorreformatorischen Zeiten, der sich in der Gegenwart noch in einigen Gegenden Norddeutschlands und Schlesiens erhalten hat. Im Jahre 1934 wurde das Quempas-Singen in der alten St. Nikolaikirche in Berlin und in etlichen süddeutschen Städten wieder eingeführt. Die Volksschüler ziehen mit dem Gesang der Lieder „Vom Himmel kam der Engel Schar“, „Resonet in laudibus“ und „Quem pastores laudavere“ durch das Schiff der Kirche. Auch sie schrieben die Texthefte wieder selber und schmückten sie mit Malereien. Jeder der singenden Knaben hält eine brennende Kerze in der Hand. Die vier Sängerguppen ziehen prozessionsweise in der Kirche herum. — Wir verdanken es der Initiative von Musikdirektor E. A. Hoffmann in Aarau, daß seit einigen Jahren in verschiedenen protestantischen Kirchen der Schweiz, so in Aarau, das Quempas-Singen als schöner Brauch sich einbürgern konnte.

Die älteste größere Vertonung der Weihnachtsbotschaft stammt aus der Feder des Niederländers Rogier Michael: Die Geburt unseres Herren Christi (1602) Sie wurde abgelöst durch die „Weihnachtshistorie“ von H. Schütz. Johann Sebastian Bach hat aus den Kantaten für die Sonntage der Advents- und Weihnachtszeit sein inniges Weihnachtsoratorium zusammengestellt. Im weiteren Sinn gehört in diese Reihe der majestätische „Messias“ von Georg Friedrich Händel. In neuerer Zeit sind verschiedene prächtige Weihnachtsoratorien entstanden.

Was die eigentlichen Weihnachtslieder anbe-

trifft, so zählen die beiden Lieder Martin Luthers „Vom Himmel hoch da komm ich her“ und „Gelobet seist du, Jesus Christ“ zu den innigsten dieser Art. Auch von Michael Prätorius, Gerhard Teerstegen, J. Sclert u. a. sind uns herrliche Weihnachtslieder geschenkt worden. Zu den wertvollen Liedern zählt die schöne Weise „Es ist ein Ros“ entsprungen aus einer Wurzel zart“. Endlich gehören — hauptsächlich für Feiern im engern Familienkreise und in der Sonntagschule — die beiden Lieder „O du fröhliche, o du selige gnadenbringende Weihnachtszeit“ und „Stille Nacht, heilige Nacht“ zum bekanntesten Liedgut für die Weihnachtszeit. Im Jahre 1943, just am 24. Dezember, wurde J. Mohr's „Stille Nacht, heilige Nacht“ genau 125 Jahre alt. Ein Lehrer und ein Hilfspfarrer sind die Schöpfer dieses innigen und unsterblichen Liedes, das ursprünglich sechs Strophen zählte, von denen heute nur noch drei gesungen werden. Wer hätte vor 128 Jahren auch gedacht, daß das einfache, in Dichtung und Komposition als Gelegenheitswerklein entstandene Weihnachtslied in allen deutschsprechenden Ländern erklingen würde! — Das andere Lied „O du fröhliche, o du selige“ wanderte aus Italien ein, und zwar verdanken wir es dem Dichter und Volksliedersammler Johann Gottfried Herder, der es neben andern Liedern in Sizilien entdeckte, allerdings als Bittgesang der dortigen Fischer. Ein ehemaliger Pfarrer in Deutschland, Johann Daniel Falk, der sich später als Schriftsteller betätigte, schuf für die sizilianische Melodie einen neuen Text, der zugleich für Weihnachten, Ostern und Pfingsten Verwendung finden konnte. Heute gehören „Stille Nacht“ und „O du fröhliche“ zu den fast untrennbaren Bestandteilen einer rechten Weihnachtsfeier!

Adolf Däster

## Helsen

Um diese Jahreszeit pflegen gewissenhafte Gotten und Götti darüber nachzudenken, was sie ihren Patentkindern zu Weihnachten oder Neujahr schenken — oder wie die Mundart sagt — helsen wollen. Dieses geheimnisvoll und

ahnungsreich klingende Wort ist — oder müssen wir auch hier sagen war? — in der Zentral- und Ostschweiz verbreitet und darüber hinaus im südlichen Schwarzwald. Es hieß ursprünglich eben, den Patentkindern etwas zu Weihnachten oder



Neujahr schenken; mit Erweiterung des Geltungsbereiches und zwangsläufig damit verbundener Verflüchtigung des spezifischen Gehaltes erlangte der Ausdruck manchenorts die allgemeine Bedeutung schenken. Aber noch heute steigt doch jedem beim Klang dieses Wortes die Erinnerung an Gotte und Götteri auf. In älterer Zeit bestand die Helsefete häufig aus Birn- oder Eierweggen, in die an manchen Orten ein Geldstück eingebunden wurde; aber auch Kleidungsstücke waren willkommenes Gaben. Umgekehrt brachten in einigen Gegenden die Kinder an Neujahr ihren Vätern die sogenannten Helseweggen und erhielten dafür Hemden, Schuhe, Strümpfe und dergleichen als Helsefete. Das Schweizerische Idiotikon erklärt das Wort helsen als Ableitung zu Hals, so daß als ursprüngliche Bedeutung „umhalsen“, „um den Hals hängen“ enthüllt wird. Es weist diese auf den ersten Blick recht überraschende Etymologie u. a. auch mit dem Hinweis zu erhärten, daß noch in neuerer Zeit in Fehrlort dem Kind die Helsefete, ein eingewickelter Geldstück, vom Götteri buchstäblich um den Hals gehängt wurde. In diesem Zusammenhang darf auch an die einst ebenfalls in der Ostschweiz gel-

tende eigenartige Sitte erinnert werden, einem zum Geburts- oder Namenstag zu gratulieren, indem man ihn am Hals würgte. Zu demselben Vorstellungskreis gehört offenbar, daß im Elsaß das Geburts- oder Namenstagsgeschenk Strick genannt wird; nebenbei sei schließlich noch auf die Parallele verwiesen, die im „Angebünde“ liegt. Es ist daher durchaus nicht unwahrscheinlich, daß auch das Helsen wie so mancher Weihnachts- und Neujahrsbrauch aus altgermanischer Zeit stammt. Es ließe sich bei dieser Annahme als Symbol für das Schicksalsseil deuten, das die Nornen spinnen; mit diesem Symbol sollte dem Kind Glück und Reichtum als Segenswunsch ins Schicksal eingeflochten werden. Darin läge dann ein weiteres Beispiel dafür, wie germanische Zaubervorstellungen, die offenbar nicht auszurotten waren, in christlichem Sinne umgedeutet wurden und — wie wir beifügen müssen — in neuerer Zeit fast ausschließlich um ihres materiellen Wertes gewürdigt werden. Doch halten wir Gotte und Götteri nicht länger auf mit solchen Betrachtungen; die Kinder warten mit Spannung auf die Helsefete, auch wenn sie ihnen nicht um den Hals gehängt wird.

## Uebertreibung — ein gefährlicher Feind!

Ein französischer Nervenarzt, der eine weitverzweigte Praxis besitzt, hat die Feststellung gemacht, daß viele Kranke ihre Leiden weit übertreiben. Besonders unter den weiblichen Patienten gibt es eine große Anzahl eingebildeter Kranker. Ein leichter Kopfschmerz flößt ihnen schon Furcht vor starker Migräne ein und sie verschanzen sich hinter der Krankheit, um ja nicht von ihrer Umgebung belästigt zu werden. Die Furcht vor der Krankheit ist bei nervösen Menschen eine sehr häufige Erscheinung und führt oft zu einem tatsächlichen Leiden.

Darum muß man, nach Ansicht des französischen Nervenarztes, solchen nervösen Menschen gleich von allem Anfang an vor Augen halten, wie gering ihr Leiden im Grunde genommen ist

und wie sehr sie dessen Bedeutung übertreiben. Der Arzt führt unter anderem das treffende Beispiel der Tiere an: eine Katze oder ein Hund wird sich seinem Schmerz nicht länger hingeben, als er tatsächlich vorhanden ist. Wie sehr können wir von den primitiven Lebewesen lernen! Wir, die wir in unserer Kompliziertheit alles auf die Spitze treiben!

Es muß ja nicht immer zu einem Leiden mit physischen Begleiterscheinungen kommen! Manchmal untergraben wir selbst unser seelisches Gleichgewicht durch schädliche Übertreibungen. Unser gelegentliches Mißgeschick sollten wir mit dem der anderen vergleichen, wir würden dann sofort die Schlußfolgerung daraus ableiten: das, was mir passiert ist, passiert auch Millionen anderen.