

**Zeitschrift:** Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin

**Band:** 100 (1974)

**Heft:** 12

**Illustration:** [s.n.]

**Autor:** Moser, Hans

### 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:** 18.01.2026

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

Thaddäus Troll

# MEIN SONNTAG

Was ist blass aus dem Sonntag geworden?

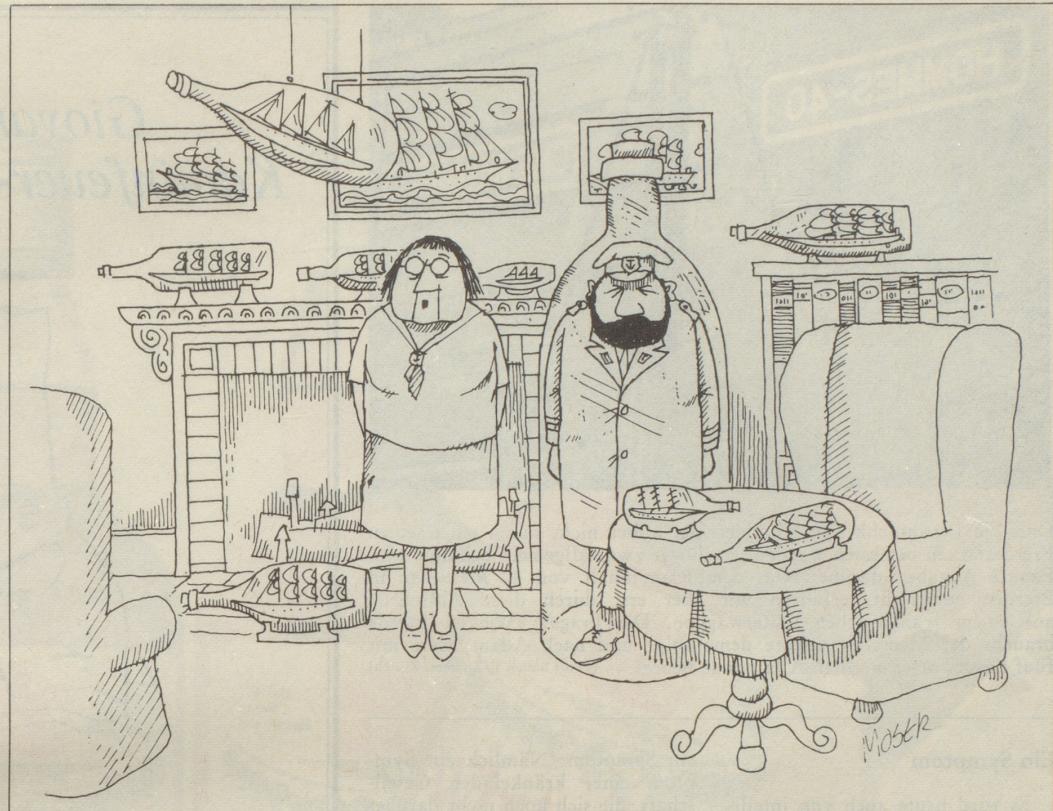
Als ich jung war, sah er ganz anders aus. Man durfte ausschlafen. Man zog den Sonntagsanzug an. Zum Frühstück gab es Hefekranz oder Gugelhopf. Man versuchte sich um seine Kirchenpflichten zu drücken. Man machte Besuch bei den Grosseltern. Oder ging zum Promenadenkonzert, um mit den Damen aus der Tanzstunde zu flanieren. Zum Mittagessen gab es etwas Besonderes: Nudelsuppe, Kalbsbraten mit Kartoffelsalat und Spätzle vielleicht und eingemachte Aprikosen zum Nachtisch. Dann fuhr man mit den Eltern Eisenbahn dritter Klasse aufs Land und wanderte in irgendeinen Weinort. Vesperle Bauernbrot mit Butter und Honig oder Kräuterkäse und trank dazu eine der giftfarbenen Limonaden, die nach chemischem Waldmeister oder künstlichen Himbeerschmeckten, während die Eltern sich an Landwein erfreuten. Fuhr wieder nach Hause und ging in ein gut bürgerliches Restaurant zum Abendessen.

Der Sonntag bestand aus Essen, Müsiggang, wieder Essen und Behaglichkeit. Sicher, er war auch damals kein Tag des Herrn. Er wurde nicht gefeiert, aber beachtet. Er hatte etwas Frischgestrichenes an sich. Schon am Samstag, nach Schulschluss freute man sich auf ihn.

Wo ist der Sonntag hingekommen! Vor fünfzehn Jahren sagte meine Tante Berta, die inzwischen gestorben ist, sie halte nicht viel von jungen Leuten, weil die ihren Sonntagsanzug schon werktags anzögeln. Das war eine hoffärtige Verwischung der Grenzen. Heute löst der Begriff Sonntagsanzug nur noch ein spöttisches Lächeln aus. Und wie sieht der Sonntag aus?

Da gönnt man sich zunächst den Luxus des Ausschlafens. Besonders die Kinder haben das nötig. Sie sind in der Woche eigentlich ständig überfordert. Denn für sie gibt es keinen Achtstundentag, keine 42-Stundenwoche und keinen freien Samstag.

Statt sich in einen Sonntagsanzug zu stürzen, kleidet man sich besonders lässig. In New York war ich einmal sonntags zu einer Familie eingeladen, die mich schon am Telefon darauf aufmerksam



machte, dass sich die männlichen Familienmitglieder an diesem Tag nicht rasierten und von mir das gleiche erwarteten.

Das Frühstück findet am Sonntag besonders spät statt, ist besonders reichhaltig und besonders behaglich. Die Familie hat Zeit für einander. Danach zieht sich jeder zurück und tut, was ihm Spass macht oder was er werktags versäumt und auf den Sonntag hin vor sich hergeschoben hat. Da ich einen freien Beruf, keine feste Arbeitszeit und nie einen Feierabend habe, gibt es am Sonntag viel zu tun, zumal der Störenfried, das Telefon, an diesem Tag so gut wie stumm ist und meine Gedanken nicht totschlägt. Während sich Teile der Familie am Tele-Frühstückspoppen ergötzen, erledige ich längst fällige Post, räume auf und versuche, die wortreichen Verlautbarungen des Arbeitsamts und der Ortskrankenkasse zu lesen und zu verstehen (was mir selten gelingt), mache meine Steuererklärung und rufe Freunde an, von denen ich lange nichts mehr gehört habe.

Ich gehe den Menschen aus dem Weg. Ich vermeide Zusammenrottungen. Ich setze mich nicht den Sonntagsfahrern und den Spaziergängerscharen aus. Ich verkrieche mich und geniesse mein Zuhause. Ich schaue ins Fernsehprogramm und überlege mir, ob es wert sei, eine Sendung anzuschauen. Ich bin am Sonntag besonders wählerisch.

Ich koche gern. Manchmal etwas Besonderes, eine Wildente vielleicht. Oder ich probiere ein neues Rezept aus. Mit Pfeffer-

beeren zum Beispiel. Nach dem Essen, das an keine Zeit gebunden ist, überlasse ich der Familie die Küche, möglichst nicht allzu verwüstet, weil ja Sonntag ist. Nehme das Rezept in mein Kochbuch auf, wenn es allen geschmeckt hat. Bossle wieder ein wenig herum und suche im Kalender, ob da bald ein Werktag kommt, an dem

keine Termine drängen und den ich zum Sonntag erklären kann. An dem ich ausschlafen, schwimmen gehe, eine Ausstellung ansehe, mit dem Auto aufs Land fahre, durch den Wald wandere, in einem guten Restaurant esse.

Dann schreibe ich einen längst fälligen Privatbrief. Ordne Fotos. Schau nach, ob es sich lohnt, am Abend in die Röhre zu gucken. Wähle unter den drei Programmen etwas aus. Oder greife zu ein paar Zeitungen. Stöbere im Bücherschrank.

Und gönne mir am Abend eine ganz besonders gute Flasche Wein. Wähle lange, was zu meiner Stimmung passt. Lege mir eine Zigarette zurecht. Suche im Radio nach zum Wein passender Musik oder leg eine Platte auf.

Vielleicht findet sich die Familie dazu ein. Denn jeder tut bei uns am Sonntag, was er will. Vielleicht unterhalten wir uns über ein Thema, das kurzweiliger ist als das Fernsehprogramm. Zu dem wir keine Musikerieselung brauchen.

Sonntag ist für mich: Musse haben. In der Untätigkeit tätig sein. Behaglichkeit schaffen und sie bewusst und dankbar genießen. Sicher: Mein Sonntag ist nicht beispielhaft. Wenn ich ihn geschildert habe, dann nur, um zum Nachdenken anzuregen, ob der Sonntag noch ein sinnvoller Tag sei. Denn seine Feierlichkeit ist tot. Sie ist von der Behaglichkeit abgelöst. Von ihr sollte man am Sonntag möglichst viel tanken, damit der Motor die Woche durch ohne Stottern läuft.

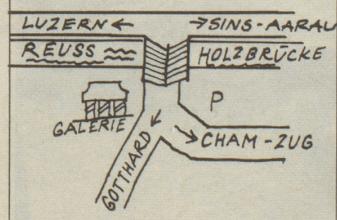
Galerie Zollweid  
vom 17. März bis 20. April 1974

**DFURRER**

CARTOONS UND  
BILDER + OBJEKTE

Unter-Hünenberg  
Zollweid-Alte Holzbrücke-Reuss-Sins

Telefon 042/36 45 04



Öffnungszeiten 15–21 Uhr  
Samstag und Sonntag 15–18 Uhr  
Montag geschlossen