

**Zeitschrift:** Schweizer Spiegel  
**Herausgeber:** Guggenbühl und Huber  
**Band:** 6 (1930-1931)  
**Heft:** 6

**Artikel:** Warum denn mit der Zeit sparen! : Ein Briefwechsel  
**Autor:** Guggenbühl, Helen  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1064825>

### **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**

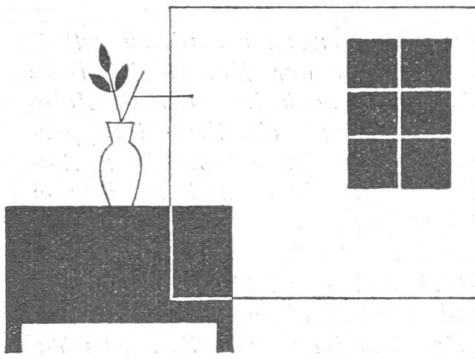
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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:** 02.04.2026

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



# DER VEREINFACHTE HAUSHALT

## WARUM DENN MIT DER ZEIT SPAREN!

### *Ein Briefwechsel*

Sehr geehrte Frau Dr. Guggenbühl!

**W**ir lesen nicht nur in Inseraten, sondern auch im Text jeder Zeitung und Zeitschrift (der «Schweizer-Spiegel» mit eingeschlossen), wie man Zeit einsparen könne, sei es durch Benützung des Telefons, des Telegraphen oder sei es durch den Kauf einer Waschmaschine.

Wir haben keine Zeit mehr, Romane zu lesen, sondern begnügen uns mit Kurzgeschichten. Illustrierte Zeitschriften finden deshalb unsern Beifall, weil wir durch sie eine Menge Neuigkeiten erfahren durch Bild und Text, und im Kino findet diese Übermittlung noch rascher statt durch die «Wochenschau», die uns lebendig und anschaulich die neuesten Ereignisse von fremden Erdteilen in kürzester Frist bringt.

Immer wieder, ich betone es, reden wir von Zeit einsparen und doch hat niemand mehr Musse, spazieren zu gehen, Kranke zu besuchen oder den Toten mehr als nur ganz wenige Tage nachzutruern. Dies ist nicht etwa ironisch gesprochen, sondern ich meine es ganz ernsthaft.

Wo ich gehe oder stehe, höre ich den Satz: «Ich habe keine Zeit!» Die Sonne lacht am Himmel oft nur wenige Stunden, aber die meisten Menschen haben keine Zeit, den Frühling aufzusuchen im Freien, die Knospen zu bewundern und dem tiefblauen Himmel einige Blicke zu gönnen. Man vernimmt etwas von einer erkrankten Freundin, sagt sich, man sollte sie wohl besuchen, nimmt sich flüchtig vor, zwischen zwei Verabredungen diesen Vorsatz auszuführen und liest schlüsslich in der Todesanzeige die

traurige Mitteilung, dass unser Besuch häufig geworden ist. Oder man knüpft wertvolle Beziehungen an, lernt Menschen kennen, mit welchen uns ein weiterer Verkehr Genuss, Bereicherung unseres Wissens und Geistes bieten könnte. Gewiss, beide Teile haben die feste Absicht, den Verkehr weiter zu pflegen, man verspricht sich Briefe, verabredet Zusammenkünfte, um dann alles zu unterlassen, aus Mangel an Zeit. Und gerade dies, die Beziehungen auszukosten, bedaure ich für meinen Teil am meisten. Denn Beruf und Erholung lassen sich immer weniger miteinander vereinigen, weil die Hast und das Eiltempo es dem beruflich tätigen Menschen selten gestatten, sich einer schönen Stunde restlos hinzugeben. Störend steht der Gedanke dazwischen: was könnte ich alles in dieser Zeit erledigen, wie hole ich die versäumten Minuten ein?

Und dann noch eines: man erledigt schon die Arbeit in raschestem Tempo, zum Vergnügen nimmt man sich gewöhnlich auch nicht mehr Zeit. Man hetzt sogar von Vergnügen zu Vergnügen, fährt in kürzester Frist durch die halbe Schweiz und sogar diese Schnelligkeit genügt nicht mehr, denn im Flugzeug werden noch ganz andere Schnelligkeitsrekorde geschlagen, als mit Hilfe des Autos.

Dass man sich Konzerte vermitteltst des Radios von Budapest herholt, ist selbstverständlich; nur Zeit gewinnen, das ist die Hauptsache, denn das Radio erlaubt noch eine zweite Beschäftigung, man kann lesen oder schreiben so nebenbei, und dass dadurch auf beide Tätigkeiten nur geteilte



Die Schuhcreme **MARGA** bildet auf dem Leder eine dünne Wachsschicht, die das Wasser abweist und so das Eindringen der Feuchtigkeit verhindert



**Calora**  
A.-G.  
FABRIK ELEKTR. APPARATE  
Küsnacht-zürich

Volt: 125  
Watt: 40  
Fabr.Nr. 06629  
Bestell-Nr. 602  
Vibr.: AA

**Elektr. Heizkissen**  
**Binden, Teppiche**  
**Autokühlerdecken**  
**Fuß-Säcke & Schemel**

Unübertroffenes Schweizer-Fabrikat  
Zu beziehen bei:  
Elektrizitätswerken, Elektro-  
Installations- & Sanitätsgeschäften

*Aufmerksamkeit verwendet wird, ist selbstverständlich. Denn der Mensch ist trotz aller Erfindungen noch immer kein Automat, in welchen man ein Zwanzigrappenstück hineinwirft unter der Rubrik: Aufpassen, jetzt ist Radio daran!, sondern er hat Geist, Gemüt und Seele.*

*Ist es aber nicht altmodisch, Gemüt und Seele zu besitzen? Das Nützlichkeitsprinzip sagt, wozu dienen diese beiden Dinge? Belasten sie nicht im Gegenteil unsern Tageslauf, verhindern sie nicht, dem Nützlichkeitsmoloch zu opfern, sind sie nicht ein Hemmnis im Gelderwerb?*

*Erst wenn man in die Jahre kommt, sieht man ein, dass das Leben auch ohne Hast seinen Reiz hat. Man wird besinnlicher, glaubt nicht mehr, überall dabei gewesen sein zu müssen, man kann es verschmerzen, wenn z. B. der Zeppelin ohne unser Beisein landet. Wir ertragen sogar, bedauert zu werden, dass wir dieses oder jenes Konzert nicht gehört haben und finden es wertvoller, einen einsamen, aber schönen Spaziergang zu machen als uns in der Menge einzupferchen.*

Sehr geehrtes Fräulein Lutz!

**I**n Ihrem Brief berühren Sie Fragen, die mich gerade in der letzten Zeit auch beschäftigt haben.

Warum vereinfachen wir unsern Haushalt durch rationelle Methoden?

Um Zeit zu sparen? Wie aber, wenn eine Frau sagt: «Ich mache die Haushaltung gerne, warum soll ich möglichst wenig Zeit darauf verwenden?» Wir rationalisieren nicht nur, weil wir Zeit sparen wollen. Wir rationalisieren, weil uns das ökonomische Prinzip «möglichst grosses Resultat mit möglichst kleinen Mitteln» im Blute liegt, wie in unserer ganzen Generation. Auch wenn wir keineswegs die Ansicht haben, Hausfrauenarbeit sei Sklavenarbeit, eigentlich der Frau unwürdig, und möglichst schnell zu erledigen, wenden wir diesen Grundsatz auch für unsern Haushalt an. Wir können einfach nicht anders. Es freut uns, vernünftig zu arbeiten, zu rationalisieren, genau so wie es den Sportsmann freut, seine Leistungen zu steigern. Das ist unser Sport, unsere Freude. Wenn ich jahrelang die Fenster mit vieler Mühe reinigen musste, und plötzlich eine andere, viel leichtere Methode für diese Arbeit kennen lerne, freue ich mich darüber.

Ja, wir nehmen uns Zeit, einen Kranken zu trösten und ein gegebenes Versprechen zu halten, was andere so leicht entschuldigen mit der Ausrede, keine Zeit zu haben. Denn wir wissen, dass unsere Tage gezählt sind und dass es nicht mehr darauf ankommt, möglichst viel Wissen in unsere Köpfe anzuhäufen. Wir sind uns bewusst, dass wir zum Sterben Zeit haben und dass hier unserm ganzen Tun und Treiben ein Riegel gestossen ist, den beiseite zu schieben noch keinem Wissenschaftler gelungen ist.

Und so haben wir Ältern, die wir von den Jungen oft im stillen bedauert werden, etwas voraus, um das sie uns beneiden könnten: wir haben Zeit, oder wir nehmen diese, wenn es uns passt. Dieser Mut ist auch etwas, denn Zeit haben zu etwas, das ist doch sicher auch altmodisch!

Es würde mich, und sicher auch Ihre Leserinnen interessieren, wie Sie, liebe Kollegin, sich zu diesem Problem stellen.

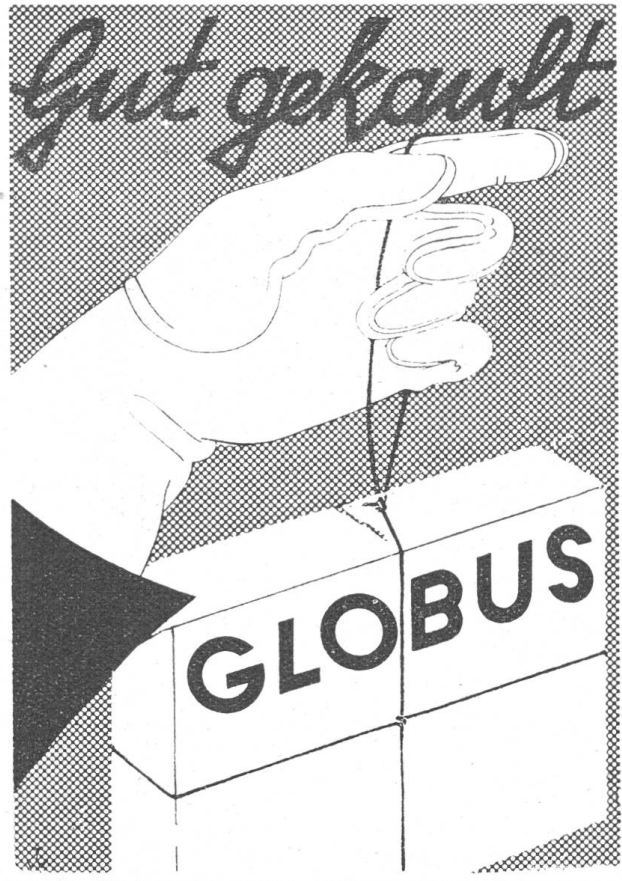
Ihre Sie herzlich grüssende

Miny Lutz.

Das freundliche Surren des Staubsaugers ist Musik für meine Ohren, wenn ich daran denke, welche Arbeit er mir abnimmt. Das Rationalisieren gibt der Haushaltung Sinn und Unterhaltung.

Ich habe in Büchern gelesen, dass es Leute gibt, die noch genau so leben, wie vor zweitausend Jahren. Einen grösseren Eindruck machte mir diese Tatsache, als ich ein solches Beispiel vor drei Monaten in Nord-Afrika mit eigenen Augen sah.

Da sass eine Bedouinenfrau am Eingang ihres schwarzen Nomadenzeltes. In zufriedendem Gleichmut drehte sie einen kleinen, runden Mühlstein, der auf einen andern von gleicher Grösse passte. Sie mahlte Körner zu Mehl, aus dem mit ganz wenig Oel das tägliche Brot ihrer Familie, nicht etwa gebacken, sondern einfach mit den Händen geknetet wurde. So mahlte sie jeden Tag drei, vier Stunden lang. In ihrem nur mit Teppichen und Tüchern «möblierten» Zelt führt sie trotz tausendjährigen Arbeitsmethoden das Paradies eines vereinfachten Haushaltes. Ihre Haushaltssorgen sind so gering, dass sie Zeit hat, stundenlang müsig bei ihren Kindern oder bei einer Herde von Schafen zu sitzen. Sie führt ein zufried-



... was meine Kräfte  
neu ersetzt ...

Aus 1795 Konsumenten-Zuschriften:

Ihr vollwertiges Banago schätzen wir alle sehr hoch und können keinen Tag sein ohne das köstliche Produkt. Es ist nun einmal das, was ich mir schon lange wünschte und meine Kräfte immer neu ersetzt. Frau M. J. R. V. 1701

89

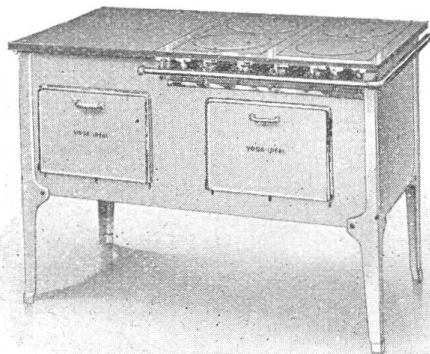


stark und arbeitsfroh  
macht

**BANAGO**

BANAGO à -.95 und 1.80, NAGOMALTOR à 2.- und 3.80,  
MALTINAGO (500 gr) à 2.50. In besseren Detail-Geschäften.  
NAGO OLTEN.

Der  
**VOGA-IDEAL**  
mit Wärmeplatte



der Gasherd der  
praktischen Hausfrau

H. Vogt-Gut A.-G., Arbon

**Verstopfung?**

Dann einfach das  
wohlschmeckende, nur aus  
Pflanzen bereitete, altbewährte  
Abführmittel

**Modélia**

5 Fr. und 9 Fr.  
in den Apotheken

Pharmacie Centrale, Madlener-Gavin  
Rue du Mont-blanc 9, Gent

**RICA** Aluminiumglanz  
hilft jeder Hausfrau

denes Leben und hat es nicht nötig, sich um Rationalisierung zu kümmern. Sie hat genug Zeit, warum Zeit sparen? Und ökonomische Grundsätze plagen sie auch nicht.

Wie unsagbar kompliziert dagegen ist unser modernes «gemütliches Heim»! So kompliziert, dass uns die Sorgen darum den ganzen Tag in Atem halten können. Unsere Bedürfnisse sind nicht nur unendlich viel grösser als die jener Araberin, sie sind auch grösser, als sie es zur Zeit unserer Grossmütter waren. Das ist das Geheimnis, weshalb wir, trotzdem wir rationeller arbeiten als sie, doch kaum freie Zeit haben. Denken Sie nur, wie viele Stunden damals für Handarbeiten verwendet werden konnten! Unsere Grossmütter mussten Petrollampen putzen und das Wasser am Brunnen holen. Wir haben unsere vielen Arbeitserleichterungen und Maschinen und seufzen doch unter der Last der Arbeit.

Unsere Bedürfnisse sind grösser: Wir treiben mehr Luxus in der Innenausstattung der Wohnung und einen grossen Aufwand für Körperpflege oder für Vergnügungen. Wenn uns wirklich an freier Zeit gelegen ist, so gibt es ein unfehlbares Mittel dazu: Einschränkung der Bedürfnisse.

Deswegen brauchen wir nicht ein Zelt aufzuschlagen, an einem Punkt, wo in einem Umkreis von 3 km kein Wasser ist, wie es jene Araberin bewohnt. Aber wir beschränken uns auf ein Wohnzimmer, statt dem Salon und Herrenzimmer. Wir wechseln nicht den Teller, wenn nach den Käseschnitten noch der Braten kommt. Wir vereinfachen den Haushalt nicht nur in seiner Methode, sondern in seinem eigentlichen Wesen. Ich betone es noch einmal: eine Frau, die findet, sie werde durch die Arbeit der Haushaltung zu sehr beschwert, soll sich vor allem darauf verlegen, die Bedürfnisse der Familie auf ein vernünftiges Mass einzuschränken.

In dem wahren «vereinfachten Haushalt» gewinnen wir tatsächlich freie Zeit, das heisst Zeit, die wir nicht im eigentlichen Haushaltbetrieb verwenden müssen.

Weil wir in dieser Zeit weder Bettdecken häkeln, noch Leintuchstickereien machen, wie früher, haben wir so und so viele Stunden zur Verfügung. Was machen wir damit?

Ich weiss von einer Frau in meinem Bekanntenkreise, die lebhaft Anhängerin des vereinfachten Haushaltes und stolz auf die

dadurch gewonnene Zeit ist. Aber sie sinkt jeden Abend mindestens so erschöpft ins Bett, wie wenn sie stundenlang Konserven eingekocht hätte. Sie spaziert zehn Mal hintereinander die Bahnhofstrasse auf und ab und sitzt zum « five o'clock tea » in die Konditorei. Es stellt sich aber im Gespräch mit ihr heraus, dass sie für das, was sie eigentlich möchte, nie recht Musse findet. Sie kommt selten dazu, mit den Kindern zu spielen. Sehr oft hat sie auch abends noch Wäsche zu flicken, währendem sie ihr Mann lieber unbeschäftigt sähe. Sie benützt die freie Zeit zur Befriedigung tausend unnötiger Launen und Bedürfnisse, statt etwas Rechtes damit anzufangen. Sie lässt die wertvolle, freie Zeit wie Sand zwischen den Fingern zerrinnen.

Zum Glück gehen die wenigsten Frauen so schlecht mit ihrer freien Zeit um, aber wir stehen immer mehr oder weniger vor der Gefahr, die freien Stunden zu wenig planmässig auszufüllen. Machen wir doch etwas Vernünftiges in dieser Zeit! Zeigen wir, dass wir imstande sind, noch wertvollere Güter zu pflegen als glänzende Fussböden.

Viele Frauen können ihrem Manne helfen, ihm die Buchhaltung abnehmen, oder einen Teil seiner Privatkorrespondenz. Wer Freude an der Natur hat, soll spazieren gehen oder Sport treiben, oder sich dem Garten widmen. Wer seine Literatur- und Sprachkenntnisse erweitern will, soll soviel als möglich englische und französische Werke lesen. Oder, noch besser: Die freie Zeit kann auch der Familie und dem Spielen mit den Kindern gewidmet werden.

Sie bemerken in Ihrem Briefe, sehr geehrtes Fräulein Lutz, dass die moderne Frau oft für nichts mehr recht Zeit habe. Nicht mehr Zeit zu einem Krankenbesuch, nicht mehr Zeit zu einem langen Spaziergang in der Natur. Sie haben Recht. Aber woher kommt es? Ich glaube, dass das nichts zu tun hat mit der Quantität der freien Zeit, die uns zur Verfügung steht. Diese Art von « Zeit » oder « Nicht Zeit haben », die Sie meinen, hängt ab von unserer Einstellung zum Leben.

Es gibt Menschen, welche immer « Zeit haben ». Ich denke hier an einen Freund, der eine verantwortungsvolle, öffentliche Stellung inne hat. Er hat immer Zeit, mit seiner Frau auszugehen, immer Zeit, einen schönen Sonnenuntergang zu geniessen, immer Zeit, wenn sie etwas mit ihm bespre-



**Rasiere  
ohne Pinsel  
ohne Seife**  
mit  
**Barbasol**  
Tube 2.25 u. 3.90  
Gratis - Mustertuben durch  
Barbasolvertrieb 5  
Schaffhausen



**SIX  
MADUN**  
STAUBSAUGER  
SPRUDELBAD  
BLOCHER  
FOHN  
SCHWEIZER  
FABRIKAT  
+

SIX MADUN-WERKE RUD. SCHMIDLIN & CO  
SISSACH



*Meine Tragenwäsche  
besorgt fein und schonend die*

**WASCHANSTALT  
ZÜRICH A.G.**  
ZÜRICH 2/WOLLISHOFEN

chen will, und immer Zeit für seine Arbeit. Nie habe ich ihn, während eines abendlichen, geselligen Zusammenseins auf jenem störenden Blick auf die Uhr ertappt, der so sehr ernüchtert. In der Atmosphäre der Ruhe, der sich in seiner Gesellschaft verbreitet, kann es einem wohl sein.

Ich weiss aber auch einen andern Fall, jemand, der sicher nicht mehr arbeitet als jener. Aber wie sehr lässt dieser sich bitten, bis er einmal zum Nachtessen erscheint, denn gewöhnlich ist er wegen einer dringenden Arbeit daran verhindert. Kaum sitzt er am Tisch, gibt er bekannt, um 8¼ Uhr wieder aufbrechen zu müssen wegen eines unaufschiebbaren Rendez-vous. Oder ein andermal weiss man von Anfang an, dass man schon früh auf seine Gesellschaft wird verzichten müssen wegen Ermüdung. Er ist in der Arbeit nie ruhig, in seinen Erholungsstunden und Vergnügungen nie ruhig und hat für seine Freunde nie recht Zeit.

Sicher hatten unsere Grossmütter mehr «Zeit», mehr Ruhe und Beschaulichkeit, als wir es heute haben. Sicher hat auch jene Araberin vor ihrem Zelt eine grosse Dosis dieser schönen Qualität, wie ja überhaupt alle orientalischen Völker sie eher besitzen als wir Abendländer.

Das «Zeit haben» ist der Ausfluss eines ganz bestimmten Seelenzustandes. Es

braucht dazu einen innern Frieden. Wer diesen Frieden besitzt, für den kann eine Minute länger sein als für einen andern eine ganze Stunde. Er lebt in der Gegenwart, er beschäftigt sich voll und ganz mit dem, was er gerade macht. Der andere aber lebt in der Zukunft, er flieht eigentlich immer vor sich selbst und möchte immer woanders sein, als er gerade ist. So geht es der Frau, die, kaum sitzt sie bei ihrer Freundin, sich bereits überlegt, ob sie wohl nachher vor der Turnstunde noch Zeit haben wird, schnell zur Schneiderin zu gehen. Und in der Turnstunde macht sie nicht recht mit, weil sie sich die Einkäufe überlegt, die unbedingt vor dem Nachtessen erledigt sein müssen. Sie macht vieles, aber alles in der Hast, und nichts recht.

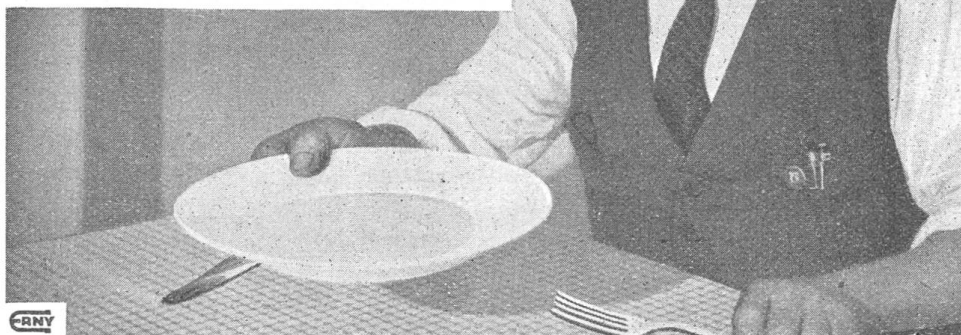
Ich glaube, jemand, welcher «Zeit» für alles findet, hat eine religiöse Einstellung zum Leben, die dem andern, Ruhelosen, fehlt. Das ist es wohl, sehr geehrtes Fräulein Lutz, was Sie so oft an uns vermissen. Das ist auch der Grund, weshalb sehr vielen Leuten die Beschaulichkeit und Ruhe erst mit dem Alter kommt, denn alte Leute haben gewöhnlich mehr «Zeit» als die jungen.

Unsere Seelenverfassung hat einen grossen Einfluss auf unsere Umgebung. Es gibt Kinder, die das Gefühl haben, ihre Mutter

## Gib mir nochmals Fri-Fri Nudeln!

Die sind halt so fein und so delikat!  
Kein Wunder, denn sie enthalten nur  
frische Eier und auserlesenes Hart-  
weizengrieß.

Fabrikanten: A. Rebsamen & Co.,  
Richterswil.



CRNY