Zeitschrift: Schweizer Spiegel
Herausgeber: Guggenbühl und Huber
Band: 9 (1933-1934)
Heft: 1

Artikel: Die Ausnahme ist so wichtig wie die Regel
Autor: Guggenbühl, Helen
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1065920

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: 02.10.2025

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

DIE AUSNAHME IST SO WICHTIG WIE DIE REGEL

Von Helen Guggenbühl

Ich erinnere mich aus meiner Schulzeit, dass wir alle die Kinder, die ohne Aufsicht lebten, die abends manchmal um fünf Uhr, aber oft auch erst um acht Uhr völlig ungestraft heimkommen konnten und über Mittag überhaupt nicht nach Hause mussten, heftig beneideten. Ihr wildes Leben erschien uns so viel romantischer als das unsere, ach so regelmässige: um 7½ Uhr Morgenessen, Mittagessen um halb ein Uhr, den Zvieriapfel um halb fünf Uhr und um sieben Uhr wohlbehütet ins Bett. Dass so viel freies Leben unsern bewunderten Schulkameraden nicht nur Lust und Freude, sondern sicher auch äussere und innere Zerfahrenheit brachte, dafür fehlte uns das Verständnis.

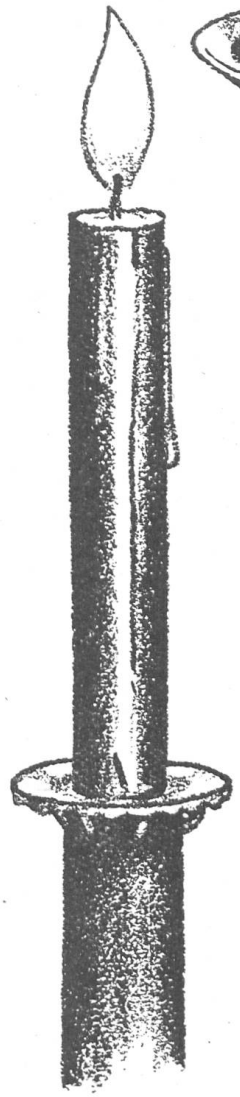
Neben dem Hang zur Romantik lebt aber in den meisten Kindern ein starkes Bedürfnis sich einzuordnen, und die Liebe zur Gewohnheit. Oder welches Kind liebte etwa nicht irgendwie, und ganz im Grunde, den geordneten Tageslauf und bestimmte Sitten seines Elternhauses? Woher käme sonst der grosse Reiz, den in allen Kindheitserinnerungen gewisse regelmässige Gewohnheiten, wie der Sonntagsmorgenspaziergang mit dem Vater, oder der alljährliche Geburtstagsbesuch bei einem Onkel, oder das Wähen-Mittagessen des Freitags haben?

Ein regelmässiger Rhythmus im gutgeführten Haushalt ist für Kinder und Erwachsene notwendig. Wann die festen Zeitpunkte sind, in denen gegessen, gespielt oder gearbeitet wird, spielt keine Rolle. Wichtig ist nur, dass solche Punkte da sind. Sie sind die Achsen, um die sich das Tagesgeschehen dreht. Sie geben dem Leben etwas Sicheres, Festes, einen Halt. Mit der äussern Disziplin wird aber auch der Grund zu einer entsprechenden innern gelegt, und gerade darin liegt der wohltuende Einfluss, den jedes im tiefern Sinne «geordnete» Familienleben auf die Kinder ausübt.

Nun glaube ich aber, dass bei uns in der Schweiz, wo wir Hausfrauen von Natur aus so viel Tüchtigkeit im Blute haben, dieses geordnete Familienleben nicht in Gefahr steht, im Gegenteil. Vielleicht geben wir manchmal zu viel auf diese Ordnung und Regelmässigkeit, und das ist deshalb schlimm, weil es das Leben langweilig macht. Denn der Rhythmus, den ich hier meine, und den wir alle so nötig haben, ergibt sich natürlicherweise aus unserer Lebensart, er ist etwas Organisches, und nicht zu verwechseln mit irgendeinem willkürlichen Schema F.

Haben Sie auch schon ein Freitagsabonnement fürs Theater gehabt? Theaterabonnemente mögen Vorteile haben, finanzielle und andere, aber ich kann mir nichts vorstellen, was mir das Theater mehr verleiden würde, als dieser regelmässige Zwang.

Es ginge mir dabei genau so, wie wenn ich den ganzen Winter hindurch jeden Morgen immer Porridge essen



Heute wissen wir über Mutter und Kind...

mehr als einstmals. Die Welt macht Fortschritte. Heute sitzen wir nicht mehr bei der Kerze, wir haben elektrisches Licht. Licht erhellte auch unser Wissen auf vielen Gebieten; so wissen wir, daß die Mutter für richtige Nahrung sorgen muß, will Sie das Kind gut nähren.

Im Lichte der Wissenschaft

ist das Wichtigste für die Ernährung die Milch Milch ist die beste Nahrung, doch wird sie schwer verdaut, weil sie im Magen durch die Magensäfte zum Gerinnen gebracht wird. Mit Kathreiner gemengte Milch verteilt die dicken Klumpen, die die Milch im Magen bildet, zu lauter kleinen Flöckchen, welche dreimal besser verdaut werden als Milch allein. — „Milchkathreiner" ist das stärkende und gesunde Getränk für Mutter und Kind.

Kathreiner
Malzkaffee

müsste und nie etwas anderes, oder einmal überhaupt nichts, oder wie wenn ich immer nur Roggenbrot zum Essen bekäme. In der Regel habe ich nichts gegen den Porridge und auch nichts gegen das Roggenbrot, aber als Regel ohne Ausnahme sind mir beide sterbenslangweilig.

Darauf kommt es an: dass auch wir Hausfrauen nie den Sinn für die Ausnahme verlieren.

Einmal beim Kochen. Nehmen wir an, wir kochen alle (mehr oder weniger) sparsam und essen einfach. Mit einiger Anstrengung kochen wir (mehr oder weniger) abwechslungsreich. Nun ist es ohnehin schwer, das Budget nicht zu überschreiten, und eine üppige Mahlzeit kommt von vornherein nie in Frage. Wirklich nicht? Wird aber dadurch unsere Küche nicht so eintönig und reizlos, dass allen Beteiligten nach und nach der Appetit vergeht? Wenn wir einsehen, wie wichtig es wäre, von Zeit zu Zeit ein besonderes Essen einzuschalten, einmal ein besonders üppiges, ein anderes Mal ein besonders spezielles, so liesse es sich bestimmt auch durchführen, entweder durch eine Einsparung an einem andern Ort, oder durch eine Sparessenswoche.

Es ist ein guter Grundsatz, bei Besuch « keine Umstände » zu machen und einfach wie gewohnt zu essen. Aber für Besuch überhaupt nie irgendwelche Umstände zu machen, weder an Reichhaltigkeit noch an Besonderheit des Menus, ist ein schwerer Fehler. Auch « der Besuch » sind Menschen, die gern Abwechslung haben. Wie langweilig, wenn man stets zum voraus weiss, was kommen wird, sei es nun die gewohnte Einfachheit, oder, an einem andern Ort, der gewohnte Luxus mit Vorspeise und zwei Hauptgerichten.

Trotz der Einförmigkeit unserer Arbeit wollen wir ein wenig jugendliche Elastizität behalten, und zwar ebensosehr in der Linie, wie in unserer Art zu kochen und den Haushalt zu führen. Wir wollen manchmal viel Besuch haben und manchmal wenig, wie es uns gerade drum ist, nur um Gottes willen nicht Besuch jeden Dienstagabend, alle 52 Wochen lang.

Bei vielen Kindern, vor allem aber bei

jungen Leuten, äussert sich der Drang zur Selbständigkeit in der Auflehnung gegen starre Regelmässigkeit. Da möchte man zum Beispiel plötzlich auf dem Boden schlafen, statt im Bett. « Dummes Zeug, das fehlte gerade noch ! » heisst es darauf. Oder Buben möchten an einem gewöhnlichen Tag im Wald aus dem Rucksack essen, oder am Morgen schon um vier Uhr spazieren gehen.

Warum stehen nun gerade wir Frauen so harmlosen Wünschen gewöhnlich ganz ablehnend gegenüber ? Zum Teil aus Ängstlichkeit : er könnte sich erkälten, oder : er muss doch etwas Rechtes essen ! Zum Teil aus unüberwindlicher Abneigung gegen alles Unregelmässige, das uns als chaotisch und deshalb verderblich anmutet. Zum Teil aber auch aus Tyrannei : so haben wir unsern Tagesplan eingerichtet, und so soll er auch befolgt werden. In Unbeweglichkeit, in Starrheit zu verfallen, gehört aber zum Unerfreulichsten, was uns Frauen passieren kann.

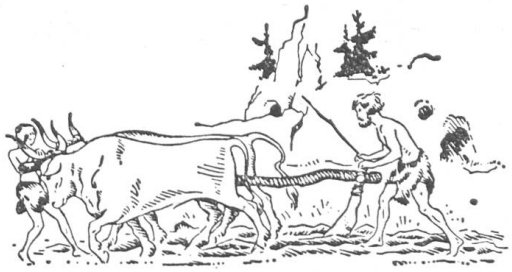
Es ist doch gar nicht so schwer, gleichzeitig Hüterin guter Familientradition und doch jung und beweglich zu sein ! An Gelegenheit, der ersten Aufgabe gerecht zu werden, fehlt es uns nicht; aber wir dürfen nichts vorbeigehen lassen, uns auch in der zweiten zu üben.

Es gibt viele Frauen, und zwar auch jüngere, denen es vermessen, ja ungeheuerlich scheint, einmal in Gesellschaft eine ganze Nacht hindurch aufzubleiben. Gegen Mitternacht wird man doch einfach müde und muss ins Bett ! Oder wer von uns hat den Mut zu einer ganz unvorhergesehenen Reise irgendwohin, irgendwann ? Und wenn diese Reise auch nur einen Tag dauert und nur zu Verwandten führt, so ist sie doch ein Zeichen, dass wir noch frisch und beweglich sind und fähig zu plötzlichen Entschlüssen, die unsere gleichförmige Arbeit unterbrechen.

Oder wir sind an einem Abend auf Besuch, wo wir uns wohlfühlen, und man lädt uns zur Verlängerung des Abends, zum Übernachten, ein. Sind wir nun wirklich nicht mehr imstande, unvermutet bei Bekannten zu übernachten, und glauben wir, unsere Familie könnte dadurch ausser Rand und Band geraten ?

Nichts kann uns, die wir sonst immer

3

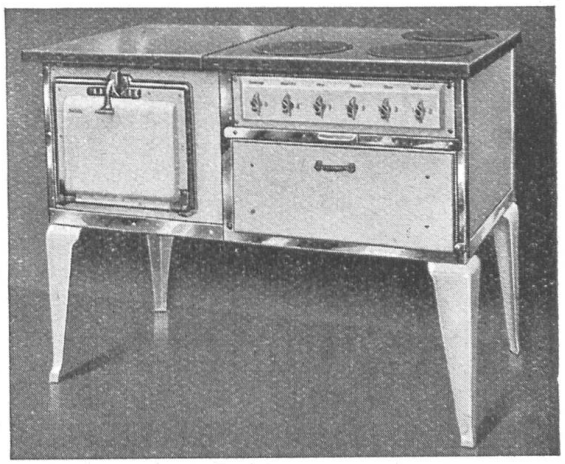


Schon vor 6000 Jahren

pflügte der altgermanische Bauer sein Feld mit dem einfachen Hakenpflug, um Hafer zu säen. Damals fehlte die Hafernahrung bei keiner Mahlzeit. – Der Hafer ist die älteste Getreideart im nördlichen Europa. – Setzen Sie ihn auch wieder auf Ihren Küchenzettel und essen Sie täglich die gesunden

Knorr Haferflocken

Salvis



Achten Sie beim Einkauf eines elektrischen Kochherdes, eines Boilers auf Marke SALVIS — dann werden Ihre Ansprüche restlos erfüllt.

SALVIS Apparate sind erhältlich bei Elektrizitätswerken und Installateuren.

SALVIS AG., LUZERN

REKLAME FÜR REKLAME

—

Dass zerrissene Schulheft

ALS die Aufsatzhefte vom Lehrer wieder ausgeteilt wurden, erhielt Ernst Haab, Schüler der sechsten Primarklasse und Sohn vom Heinrich Haab-Hablützel, Generalvertreter der Tatson-Automobile, das seinige zerrissen zurück.

« DU hast ausserdem den Aufsatz nochmals sorgfältig abzuschreiben ! », schnaubte ihn der Lehrer an. « Solange ich hier etwas zu sagen habe, dulde ich unter keinen Umständen bei den Schülern den Gebrauch eines Füllfederhalters. Ich selber würde mich schämen, einen Füllfederhalter zu benutzen. »

AUCH heute noch ist in manchen Banken den Angestellten der Gebrauch des Füllfederhalters verboten.

WARUM nicht, es gibt auch heute noch Herren, welche sich mit dem Rasiermesser rasieren und Frauen, die keinen Staubsauger besitzen !

« ES ist leichter, einen nützlichen, neuen Artikel zu erfinden, als das Publikum von der Nützlichkeit der Erfindung zu überzeugen », sagte einmal Edison.

REKLAME ERFÜLLT DIESE AUFGABE. WER NEGATIV ZUR REKLAME EINGESTELLT IST, WER DIE INSERATE NICHT LIEST, SCHÄDIGT SICH SELBST. ER BLEIBT HINTER SEINER ZEIT ZURÜCK . . .

Schweizer-Spiegel

an Kochtöpfen stehen, mehr Vergnügen bereiten, als, und sei es auch nur ganz selten, in einem Restaurant zu essen. Kein Mann kann nachfühlen, wie gross der Genuss ist. Aber wie oft erlauben wir uns, diesem ganz legitimen Wunsch nachzugeben, und, wenn uns niemand dazu auffordert, einmal selber die Initia-

ZEITEINTEILUNG

Antworten auf unsere

Wer wenig zu tun hat, braucht keine Zeit-
für alles da.
Aber genau wie man mit wenig Geld mehr
einem vernünftiges Sparenwollen zu einem
Arbeit = wenig Zeit für die einzelne Arbeit,
In deutschen Zeitschriften werden nach deut-
ten detaillierte Tagespläne für die Hausarbeit
Wir Schweizerfrauen lehnen solchen mili-
Wer von uns aber viel Arbeit zu bewälti-
fähren Arbeitsplan auf, der nur für ihn allein
Zeitlang, denn Zeiten und Umstände ändern
Es kommt nun nicht darauf an, ob wir
grosszügiger aufstellen und innehalten. Wich-
unsere Arbeit beherrschen, und dass uns
zerrinnt und wir trotz allem einmal mit der

Das Haushalten allein füllt nicht mein Leben aus

Wir wohnen auf dem Lande. Ich arbeite seit elf Jahren, d. h. seit meiner Verheiratung, nach einem Arbeitsplan, den ich natürlich von Zeit zu Zeit ein wenig abändern musste. Abänderungen waren bedingt durch Familienzuwachs. In den ersten zwei Jahren besorgte ich den Haushalt neben meiner beruflichen Tätigkeit allein. Seither war ich gezwungen, ein Dienstmädchen zu halten, weil sich mit den Jahren vier Kinder einstellten. Seit der Geburt des dritten Kindes übe ich meinen Beruf nicht mehr aus. Ein Mädchen halten wir gleichwohl, aber nur eine Anfängerin.

Mein oberster Grundsatz ist: Das Haushalten und Kochen soll nicht mein ganzes Leben ausfüllen – und doch darf das Wohlbefinden aller Familienglieder keinen Schaden leiden.