Zeitschrift: Schweizer Spiegel
Herausgeber: Guggenbühl und Huber
Band: 9 (1933-1934)
Heft: 6

Artikel: Der Sinn der gemeinsamen Mahlzeiten : über Tischsitten
Autor: Guggenbühl, Helen
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1065971

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

DER SINN DER GEMEINSAMEN MAHLZEITEN

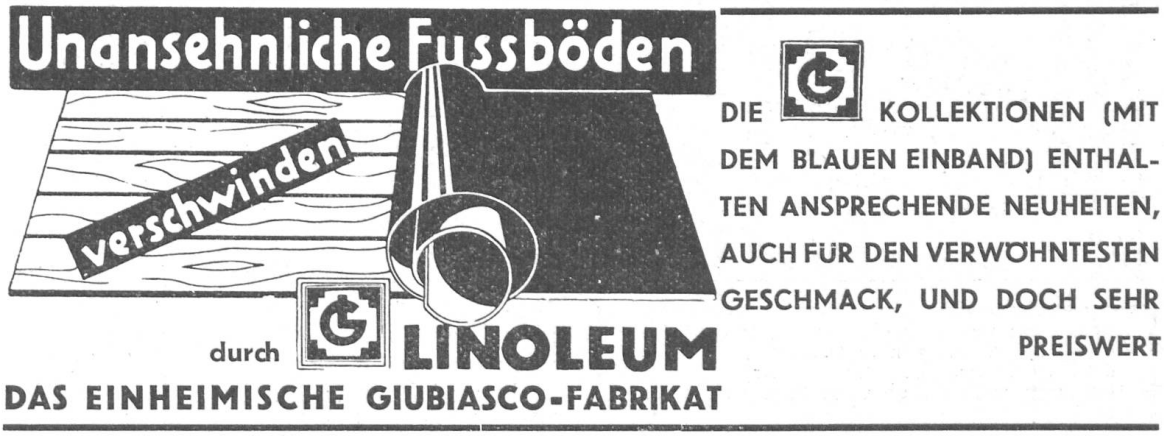
Über Tischsitten. Von Helen Guggenbühl

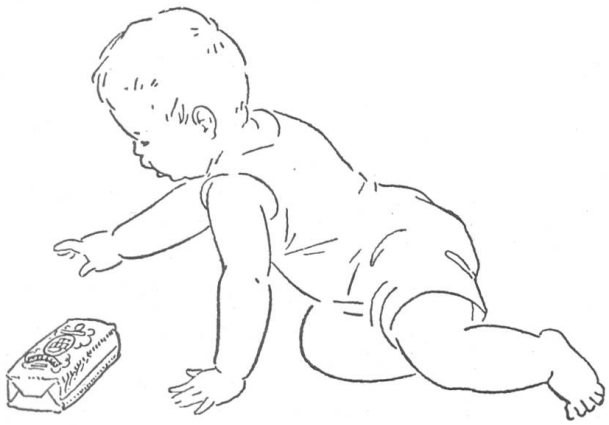
Im vergangenen Jahrhundert war das Essen eine sehr zeremonielle Angelegenheit. Auf keinen Fall durfte ein Kind am Tisch ungefragt reden, oder vor dem Vater den Löffel in die Suppe tauchen. Man hatte in tadellos aufrechter Haltung dazusitzen, und kleinere Kinder, die gestört hätten, erschienen überhaupt nie bei Tisch.

Es gab nun sicher eine Zeit, wo solche Tischsitten als passender Ausdruck eines bestimmten Geistes berechtigt waren. Nach und nach aber erstarrten diese Sitten zu inhaltslosen Formen, und waren in manchen Fällen nur noch ein willkommener Anlass zu tyrannischer Machtäusserung eines Einzelnen, gewöhnlich des Vaters. Damit wurde das gemeinschaftliche Familienessen den Kindern und manchen Erwachsenen zur Qual.

Dagegen musste man revoltieren. Mit der Auflockerung anderer Sitten, änderten sich auch die Essgewohnheiten. Alles Zeremonielle fiel weg. Man liess die Kinder wieder reden und sich einer gewissen Selbständigkeit erfreuen. Die Tischsitten wurden wieder viel ungebundener und entsprachen besser der Zeit.

Soweit war alles in Ordnung, aber der Geister, die man rief, wurde man da und dort nicht mehr ganz Herr. Und wenn wir ehrlich sind, so müssen wir zugeben, dass heute unsere Tischsitten auch nicht ganz so sind, wie sie sein sollten. Natürlich wissen wir noch, was sich etwa gehört, aber da wir Erwachsenen die Sache selber nicht ernst genug nehmen, wird die errungene Freiheit missbraucht. Wenn die Kinder das Tischgespräch beherrschen, wenn sie trotz unserer schwachen Proteste kommen und gehen, wann es ihnen passt, so ist das einfach eine Verwilderung, an Stelle der früheren Zucht, und doch





BALMA-KLEIE

das Beste, was die Natur uns zur Pflege der zarten Haut gibt. Fürs Kinderbad die rote Rolle zu Fr. 1.50 mit 4 Säcklein

Gratismuster durch Trybol AG., Neuhausen

Sarsaparill

Modélia

altbewährt, nur aus Pflanzen bereitet, schmeckt gut und

reinigt das Blut

5 Fr. und 9 Fr. in den Apotheken

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

2500 Sammler wünschen mit Ihnen Briefmarken, Ansichtskarten zu tauschen, Korrespondenz zu führen etc. Prospekt Nr. 29 gratis. **Echangistes 51 Passage du Bureau, Maison B. O. Paris.**

wäre Zucht im guten Sinne heute so notwendig wie je.

Nun ist in jedem Hause vor allem die Frau für den Geist verantwortlich, der an ihrem Tische herrscht. Es genügt aber nicht, dass wir wissen, wie der Tisch gedeckt sein soll, wie man eine Serviette schön hinlegt, oder wie sich die Kinder zu benehmen haben. Es ist niemals gut, die Kinder mit Ermahnungen, sich gut aufzuführen zu überschütten. Einzig und allein darauf kommt es an, dass die Tischsitten, auf die wir Wert legen, kein leerer Zwang, sondern ein Ausdruck einer geistigen Haltung sind.

Aus einem Roman, den ich letzthin las, erinnere ich mich sehr deutlich an die Schilderung eines alten Bauern. Nie hat sein Sohn ihn hastig oder unordentlich essen sehen. Selbst beim Znüniessen auf dem Felde zerteilte er das Brot so sorgfältig, dass kein einziges Brösmeli zur Erde fiel, und die abgeschnittene Käserinde war kein Haar dicker als nötig. Diese besondere, sorgfältige Art zu essen, spielte noch lange nach seinem Tode eine grosse Rolle in der Verehrung des Sohnes für den verstorbenen Vater. Warum? Wohl weil diese Erinnerung das beste Bild für den Charakter des alten Mannes war: Es lag darin nicht etwa nur grösste Sparsamkeit, sondern dahinter tiefe Ehrfurcht und Dankbarkeit für alles das, was er empfangen hatte. Ich glaube nun gerade auf diesen Gefühlen sollten alle guten Tischsitten, die nicht blosse Form sein dürfen, beruhen.

Erinnern Sie sich an das Märchen von Andersen: Vom Mädchen, das auf die Brotrinde stand, und das zur Strafe dafür elendiglich in den Erdboden versinken musste? Diese Geschichte machte mir einen solchen Eindruck, dass ich mich als Kind nie getraut hätte, auch das kleinste Restchen Brot wegzuwerfen. Wir wissen, dass Brot Symbol für alles Essbare, also letzten Endes für die Erhaltung unserer Existenz überhaupt ist, und deshalb besonders heilig gehalten werden muss.

Und warum gewöhnen wir denn unsere Kinder mit unendlicher Mühe daran, keine Resten im Teller zu lassen, alles aufzuessen, was einmal darin ist? Sicher nicht nur im Gedanken an den Materialwert, der da verloren ginge, son-

dern vor allem (obschon wir uns darüber nicht jederzeit klar sind) weil wir den Kindern beibringen möchten, das, was ihnen gegeben wird, zu achten.

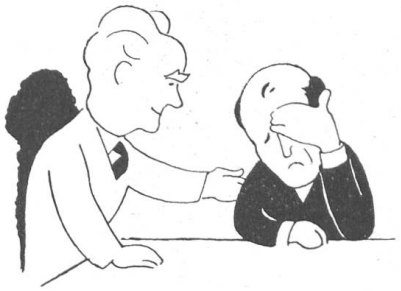
Ich habe immer sehr gerne bei amerikanischen Familien gegessen und dabei ihre so heiter-ungezwungene und gastfreundliche Atmosphäre bewundert. Aber geärgert hat mich jedes einzelne Mal die schreckliche Sitte, von allen Speisen einen Teil auf dem Teller zurückzulassen, denn so will es dort der gute Ton. Dass das gerade in den Vereinigten Staaten so ist, kann wohl kein Zufall sein.

Wie sehr kommt es doch darauf an, wie man etwas macht! Die gleiche Mahlzeit kann eine blosse animalische Befriedigung animalischer Triebe, oder aber eine feierliche, geistige Angelegenheit sein. Das kommt besonders beim gemeinschaftlichen Essen zum Ausdruck. Die Feierlichkeit hängt allerdings nicht allein davon ab, ob der Vater ohne Rock und Krawatte, und die Mutter in der Arbeitsschürze, statt gut angezogen, bei Tisch erscheinen. Die Hauptsache ist der Geist, der alles erfüllt.

Junge Leute essen in der Regel gern in Pensionen oder im Hotel. Später wird einem diese Art Essen auf die Dauer widerwärtig. Man empfindet, wofür man früher kein Gefühl hatte, dass das gewohnheitsmässige Essen in einer öffentlichen Gaststätte, und mögen auch noch so viele Leute da versammelt sein, keine gemeinsame Angelegenheit bildet. Jeder ist mit sich allein beschäftigt. Man isst, was man gerade mag, man kommt und geht, wie man will, das Ganze erfüllt den Zweck der Nahrungsbefriedigung, aber nichts darüber hinaus.

Beim gemeinschaftlichen Familienessen ist es ganz anders. Da ist die Gemeinschaft die Hauptsache. Gemeinschaftliches Essen ist geradezu ein Sinnbild für Gemeinschaft überhaupt, und hat als solches seinen höchsten Ausdruck im Abendmahl gefunden.

Warum laden wir so gerne Freunde und Bekannte zum Mitessen ein? Sicher zuallerletzt, um ihnen irgendwelche materiellen Vorteile, sondern vor allem um ihnen grössere Gemeinschaftsmöglichkeit zu bieten, worin ja gerade das Schöne am Familienessen liegt. Deshalb sollten wenigstens einmal am Tage, gleich ob morgens, mittags oder abends,

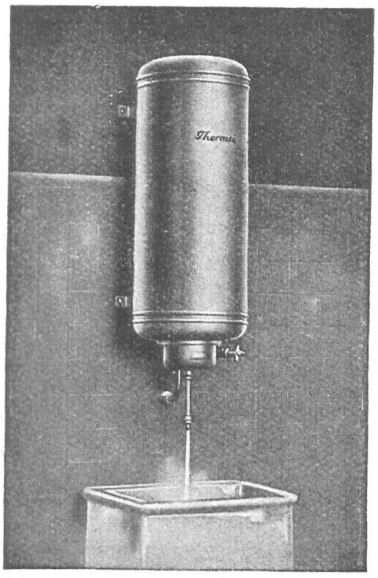


Gegen hohen Blutdruck!

Der Bedrückte: Immer diese Sorgen wegen hohem Blutdruck und Sie, mein lieber Freund, sind immer munter und zu Spässen aufgelegt.

Der Heitere: Ja, wissen Sie, ich sorge täglich für gute und geregelte Tätigkeit der Verdauungsorgane und des Stuhlgangs: ich trinke jeden Morgen ein Glas „BIRMO", das fördert die Verdauung und entfernt die drückenden Schlacken und so fühle ich mich immer gesund und munter.

Eine BIRMO-Kur macht jugendlich, schlank und frisch!



Wenn Sie ganz sicher gehen wollen

dann verlangen Sie beim Kauf eines elektr. Boilers einen **Therma-Boiler mit Kupferkessel.** Jahrelange Erfahrungen haben bestätigt, dass er vom Rost nie angegriffen wird, während sogenannte Extra- und Super-Qualitäten meistens nach kurzer Zeit durchrosten.

Wenden Sie sich um unverbindliche Auskunft an Ihr Elektrizitätswerk oder Ihre Elektro-Installations-Firma.

Therma
AG. Schwanden-Gl.

100%tige Erholung in Sennrüti

Die herrliche Landschaft, die anregende Umgebung, die neuartige Lebensweise und die individuell angepaßte physik.-diät. Behandlung ergänzen sich bei uns einzigartig. Aufklärungs-Schrift No. AC 54 gratis verlangen.

Sennrüti 900m.ü.M
KURANSTALT DEGERSHEIM

alle Kinder mit den Eltern gemeinsam am Tisch sein (in der Stadt ist das weniger selbstverständlich als auf dem Land). Das gemeinschaftliche Essen ist ein Band, das die Familie jeden Tag von neuem zusammenhält.

Nun wissen wir zwar recht gut, welches die vielen kleinen Unsitten sind, die das gemeinschaftliche Familienessen so oft trüben. Aber wir sind uns viel zu wenig bewusst, wie gross die Werte sind, die da leichtsinnig zerstört werden können.

So gibt es Familienväter (manchmal auch Mütter), die das gemeinsame Mittagessen dazu benützen, um alle die Kritik und die zahlreichen Ermahnungen, die sich im Laufe eines Tages ansammeln können, an den Mann zu bringen : Die Telephonrechnung war wieder viel zu gross diesen Monat. Die Kinder kamen eine halbe Stunde zu spät aus der Schule nach Hause usw. Ist aber nicht für ein erspriessliches gemeinschaftliches Essen eine friedlich-heitere Atmosphäre die Grundbedingung ? Sollten wir als Eltern uns nicht überlegen, ob sich nicht eine andere Gelegenheit während des Tages bietet, einander das Unangenehme zu sagen ?

Da wir ja alle dazu neigen, uns das Leben so bequem als möglich zu machen, ist es nicht erstaunlich, wenn man hie und da, und oft auch mehr als nötig, der Einfachheit halber in der Küche isst, statt im Zimmer. Im allgemeinen scheint mir das, wenigstens für städtische Verhältnisse, ein schlechtes Prinzip, sowohl für die Hausfrau selbst als auch für die ganze Familie. Eine Frau, die bereits während dem Essen gleich wieder ans Abwaschen und die andere Küchenarbeit denken muss, findet wenig Interesse für ein allgemeines Gespräch.

Jedem von uns macht das Essen an einem schön gedeckten Tisch Vergnügen. Wir dürfen aber nicht nur schön decken und Blumen aufstellen, wenn Besuch erwartet wird. Freude macht auch hie und da eine kleine Ueberraschung, ein nettes Blütenzweiglein auf dem Tisch oder der erste Veilchenstrauss aus dem Garten. Gewiss sind das alles nur Äusserlichkeiten, aber gerade sie helfen mit, das Essen, das ja an sich eine sehr materielle Angelegenheit ist, mit dem nötigen geistigen Gehalt zu erfüllen.

Selbstverständlich ist es, dass wir alle (nicht nur die Kinder) nett gekleidet und (die Kinder!) sauber zu Tische kommen. Das Händewaschen vor dem Essen ist nicht nur eine hygienische Massnahme, sondern hat etwa denselben Sinn wie die Füssereinigung des Mohammedaners vor dem Betreten der Moschee. Es geht leider nicht ohne einen jahrelangen, hartnäckigen Kampf, bis die Hände ungeheissen gewaschen werden, aber dann ist es dafür so etwas wie eine « Errungenschaft » fürs Leben.

Das Zeitungslesen während dem gemeinschaftlichen Essen ist eine üble Gewohnheit. Genau so sehr stört es, wenn die Kleinste sich nicht von ihrer Puppe trennen will oder ein anderes den grossen Ball auf den Knien hält während dem Essen. Im Grunde sind alle diese Unarten von den Kindern wie von den Erwachsenen aus dem gleichen Grunde eine Unhöflichkeit: die Gesellschaft der Anwesenden wird nicht wichtig genug genommen.

Jeder Familientisch sollte sein Zentrum haben, d. h. einen Punkt, von dem aus die Leitung geht, unter die sich alle fügen müssen. Deshalb ist es so schön, wenn bei Tisch die Mutter, in manchen Ländern ist es auch der Vater, der ganzen Familie schöpft. Man kann das Zentrum auch durch die Einteilung der Plätze unterstreichen, zum Beispiel sitzt die Mutter unten, der Vater oben am Tisch, dazwischen die Kinder und der Besuch. Manchmal werden die Plätze der Eltern sogar durch besondere Stühle ausgezeichnet.

Eine solche Betonung von Vater und Mutter gibt der Mahlzeit etwas Feierliches, und so soll sie auch sein: Jeder Tag von neuem ein feierlicher Akt, der die Familie vereinigt. Feierlich, aber dennoch heiter. Es kommt also darauf an, dass es uns gelingt, eine gewisse Tischdisziplin zu halten, die sich nicht so sehr auf Vorschriften und Einzelermahnungen, als auf unsere Einstellung zum geistigen Gehalt jeder Mahlzeit gründet.

Die Antworten auf die Rundfrage: „Wieviel geben Sie für Nahrung und Bekleidung aus?" werden in der April-Nummer erscheinen.