

Zeitschrift: Schweizer Spiegel
Herausgeber: Guggenbühl und Huber
Band: 14 (1938-1939)
Heft: 1

Artikel: 13 Jahre
Autor: Guggenbühl, Helen
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1066790>

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: 01.04.2026

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



13 Jahre

Von Helen Guggenbühl

Bei der Gründung des « Schweizer-Spiegels » vor 13 Jahren wurde beschlossen, einen Teil der Zeitschrift der Haushaltung zu widmen. Viele verwunderten sich darüber. « Wie, eine Zeitschrift mit geistiger Haltung und Kochrezepte? » Doch der praktische Teil des « Schweizer-Spiegels » verdankt sein Dasein nicht dem Zufall, sondern ist ein Bekenntnis zu einer ganz bestimmten Lebensanschauung.

Ein weitverbreitetes Übel unserer Zeit ist die Ansicht: hier Kultur und Geist, dort, viele Stufen tiefer, das alltägliche Leben. Hier die Weisheit der Hochschule, und bedeutsames Treiben im Konzert- und Theatersaal, dort der Kleinram des Alltags.

Gegen diese, in einem demokratischen Staat unsinnige Trennung, tritt der « Schweizer-Spiegel » seit 13 Jahren auf. Wir sind im Gegenteil der Ansicht, dass die Kultur das ganze Leben durchdringen muss und sich der Geist auf jedem Gebiet und in jeder Tätigkeit entfalten kann, also auch in der Küche und in der Haushaltung. Wir sind ergriffen von der Idee Pestalozzis, dass gerade die Wohnstuben-

kultur das Fundament des kulturellen Lebens unserer Nation ist. — « Ihr seht, dass der Mittelpunkt aller meiner Bestrebungen auf eine solide Begründung des guten Zustandes der Wohnstube hinlenkt. Wir haben die Kraft der Wohnstuben in unserer Mitte verödet und zernichtet. Ihr guter Zustand mangelt in unserer Mitte so gut als die Segensfolgen der nationalen Bildung und Volkskultur, die aus demselben hervorgehen würden, wenn er da wäre, und es ist dringendes Bedürfnis, dass unsere sittliche, geistige und Kunstkraft dahin gerichtet werde, uns auf diesem Punkt wieder herzustellen, von dem das Verderben unserer Zeit allgemein ausgeht. »

Der Haushaltsteil des « Schweizer-Spiegels » wendet sich den praktischen und theoretischen Fragen der häuslichen Kultur zu.

Unsere Rubriken « Frau und Haushalt » und « Küchenspiegel » sind aber auch in anderer Hinsicht nicht blosses Anhängsel, sondern ein organischer Bestandteil der Zeitschrift. Von der ersten bis zur letzten Seite weht der gleiche Geist, in den weltanschaulichen Aufsätzen, in den Gedichten, wie auch in den Beiträgen des praktischen Teils. So wie wir im allgemeinen Teil für Volksgemeinschaft eintreten, so im Haushaltsteil für die Förderung der Familiengemeinschaft. So wie wir es dort theoretisch ablehnen, in Anbetracht der düstern Gegenwart in abgrundtiefem Pessimismus zu verharren, so versuchen wir etwas Ähnliches hier, indem wir zeigen, wie wir im häuslichen Gebiet, in der Küche,

mit heitern Rezepten die Lebensfreude heben können. Dort handelt es sich um die Neugestaltung der Volksfeste, hier um die Durchführung einer häuslichen Feier, und zwar in Form konkreter, durchführbarer Vorschläge. Einerseits gegen die Vermassung und Aufhebung der Individualität, anderseits für die Wichtigkeit des persönlichen Wirkens der Hausfrau. Das Bestreben ist im Grunde dasselbe, verschieden ist nur das Gebiet, in dem es sich auswirkt.

Liegt nicht in der geistigen Einheitlichkeit, die alle Beiträge des «Schweizer-Spiegels» miteinander verbindet, auch der Grund, weshalb der praktische Teil zu meiner grossen Freude nicht selten männliche Leser findet?

* * *

Dreizehn Jahre sind vergangen, seitdem ich zum erstenmal versuchte, ein Programm für den praktischen Teil aufzustellen. Hat sich in diesem Programm inzwischen etwas geändert? Ist der Haushaltsteil einer Zeitschrift nicht etwas Zeitloses? Kochen, Abwaschen, Zeit einteilen, Kinder erziehen, bleibt sich das nicht immer gleich, 10, 13, 20 Jahre lang?

Gewiss, die Grundprobleme sind die gleichen, und dieselben Fragen, die schon unsere Mütter, Grossmütter und Urgrossmütter, ja schon die Frauen der Pfahl-

bauer beschäftigten, wiederholen sich und sind immer wieder interessant und neu, wie das Leben selber. Dennoch scheint mir manches, was früher an dieser Stelle vertreten wurde, veraltet. Es kann ja nicht anders sein, denn der Haushalt von 1938 ist anders als der von 1925.

Worin liegt nun die verhältnismässige Zeitbedingtheit des praktischen Teils?

Im Zusammenhang mit der persönlichen und der zeitlichen Entwicklung verschiebt sich im Laufe der Jahre das Interesse auf andere Gebiete. So trat ich in den ersten Jahren vor allem für rationelle Haushaltsführung ein. Praktische Einrichtungen, zeitsparende Geräte und Maschinen interessierten uns. Die Idee setzte sich dann allgemein durch (wenn auch mehr in der Theorie als in der Praxis) und verlor damit an Interesse. Natürlich sind wir alle immer noch gegen das Unpraktische, aber anderes steht jetzt mehr im Vordergrund. Warum?

In den dreizehn Jahren ist die Welt anders geworden und unsere Haushaltung ist ihr Spiegel. Sie ist einer der unendlich vielen Spielplätze, auf denen sich im kleinen das Schicksal der Welt abrollt. Sollte denn die Frau nur unbeteiligter Zuschauer sein?

Der «Schweizer-Spiegel» tritt für die geistige Landesverteidigung ein. Wir versuchen auch im praktischen Teile mit-

Tuchfabrik
Schild A.-G.
Bern und Liestal

Kleiderstoffe
Wolldecken

Grosse Auswahl

Verlangen Sie Muster

Fabrikpreise

Versand an Private

Annahme von Wollsachen



Wir wandern
durch das Leben froh
und trinken alle

BANAGO

Gesundheit ist Optimismus

C 114 NAGO OLTEN

FEIN UND MILD
PREIS FR. 1.-

Bekannt unter dem Namen
BÄUMLI-HABANA



Léonard Eichenberger Söhne
BEINWIL 3/SEE SCHWEIZ



Folgen von Erkältungen
Rheuma Hexenschuss
Brust-, Hals- und Zahnweh

Pyrogène

FEUERWATTE Pyrogène

bekämpft erfolgreich

ALTHAUS

FEUERWATTE
SCHWEIZER-FABRIKAT
THERMO-COTON
FLAWA
SCHWEIZER VERBANDSTOFF-
U. WATTE-FABRIKEN A.-G.
FLAWIL

Die Feuerwatte PYROGÈNE

enthält das Capsicin aus den Früchten des spanischen Pfeffers, welches die örtliche Blutzirkulation anregt. Durch das Auflegen von Pyrogène-Watte bei Erkältungsfolgen (Rheumatismus und dergleichen) werden die schmerzenden Stellen zufolge vermehrter Blutzufuhr erwärmt und die Krankheitsgifte weggeschafft. Pyrogène ist deshalb ein gutes Hausmittel, das man in der Übergangszeit und im Winter stets zur Hand haben sollte. Schachtel Fr. 1.25 in der Apotheke

Hersteller:

„FLAWA“, Verbandstoff-Fabrik AG., Flawil

zuarbeiten. In der richtigen Demokratie ist die Stellung der Frau und deshalb auch der Haushaltbetrieb anders als da, wo das Führerprinzip herrscht. Wir wollen ihn bewusst anders gestalten und uns überlegen, was in dieser Beziehung zum Beispiel in der Kindererziehung oder was im Verhältnis der Familie zu den Hausangestellten besser gemacht werden kann. Die Familie ist uns wichtig, und was sie zusammenhält, Tradition und Sitte. Das Schöne wollen wir zu Hause pflegen und alles, was schweizerisch ist. Ansporn dazu ist tausendfach vorhanden, wenn auch heute zur Hauptsache im negativen Beispiel anderer Staaten, wo zugrunde geht, was uns am Herzen liegt.

In jedem Zeitabschnitt sind wieder andere Erkenntnisse besonders wichtig. « D'Süberei treit nüt ab », heisst ein altes schweizerisches Sprichwort. Bestimmt noch älter aber ist die schweizerische Tradition, Ordnung und Sauberkeit hochzuhalten. Nié, scheint mir, war Sinn und Bedeutung der « Ordnung » für unsere Generation so offensichtlich wie heute. Wo Freiheit aufrecht erhalten werden soll, muss im Staat Ordnung sein. Das ist nur möglich, wo in der Familie Ordnung ist. Zwar wird die Idee der Ordnung gerade von uns Frauen stark veräusserlicht. Es ist nicht gerade nötig, dass die Brombeergeleegläser millimetergenau in Reih und Glied stehen, wie Soldaten. Wer in der Wohnung bei allem, was glänzt, auf Hochglanz hält, macht sich viel Arbeit, die wirklich nichts einträgt. Aber auch die lächerlichsten Übertreibungen nehmen dem häuslichen Ordnungsprinzip nichts von seiner Grossartigkeit. Sicher trägt die Familie, in der man erst mit dem Essen beginnt, wenn alle am Tische sind, wo die Mutter nicht bis um 12 Uhr in den Morgenrock gehüllt bleibt, wo die Kinder um 7 Uhr abends unweigerlich zu Hause sein müssen, mehr zum wahren Staatsbürgertum der Heranwachsenden bei als das Anhören von flammenden patriotischen Reden oder von wochenlangen Verfassungskursen.

Ja, in unserm Programm hat sich

in den dreizehn Jahren seit dem Bestehen des « Schweizer-Spiegels » vieles geändert. Manche Fragen wiederholen sich, aber sie werden immer wieder von einem andern Standpunkt aus betrachtet. Ausserdem verlegen neue Anforderungen der Zeit den Schwerpunkt unserer Betrachtungen auf neue Gebiete. Für Stoff sorgt wahrhaftig der wechselnde Zeitlauf, die ewig unversieglische, ewig interessante Quelle selber.

* * *

« Nächstes Jahr will ich in meinem Garten auch Kürbis pflanzen », sagte mir letzthin ein junger Lehrer vom Lande, der unsere Augustnummer aufmerksam gelesen hatte, « ich weiss nun doch, was ich mit den Kürbissen anfangen soll. » Jede Äusserung von Anteilnahme an meiner Arbeit ist mir eine grosse Aufmunterung. Ein Schuhmacher, der etwas auf sich hält, kann an seinem Beruf nur Freude haben, wenn er hin und wieder hört: « Wie neu sieht der Schuh aus, den Sie mir da geflickt haben, Qualitätsarbeit! » Eine Köchin liesse sich, glaube ich, lieber begraben, als gar nie ein Wort der Anerkennung über wohlgelungene Erzeugnisse ihrer Kochkunst zu vernehmen. Wie ein Pflänzlein den Sonnenstrahl, so hat jeder von uns etwas Anerkennung nötig. So macht es auch mir besondere Freude, wenn ich vom Interesse, das meine Leserinnen dem praktischen Teil entgegenbringen, erfahre, wenn ich sehe, wie das, was wir hier vertreten, eine gewisse Wirkung hat.

Bei jeder Zeitschrift mit einer ausgeprägten Lebensanschauung bilden die Leser eine unsichtbare Gemeinde. Auch alle Leserinnen und Mitarbeiterinnen des praktischen Teils verbindet ein gemeinsames Band. Wir alle treten für ein gemeinsames Lebensideal ein und bemühen uns um eine ähnliche Lebens- und Haushaltsgestaltung. Dass dies jedem einzelnen von uns bewusst sei, und worauf unser Ideal gerichtet ist, habe ich hier bei Anlass der ersten Nummer unseres 14. Jahrganges zu zeigen gesucht.

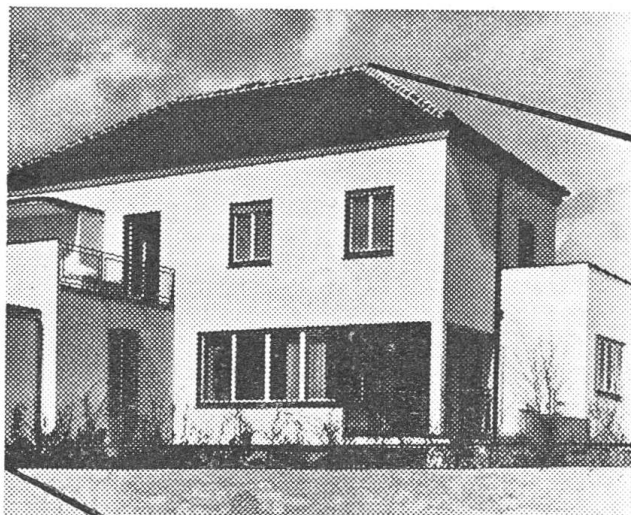
Reinen Atem
 durch tägliches Gurgeln mit **Sansilla**
 dem Gurgelwasser für unser Klima
 Originalflaschen Fr. 2.25, 3.50. Erhältl. in Apotheken



Gemüse
 schmecken viel besser

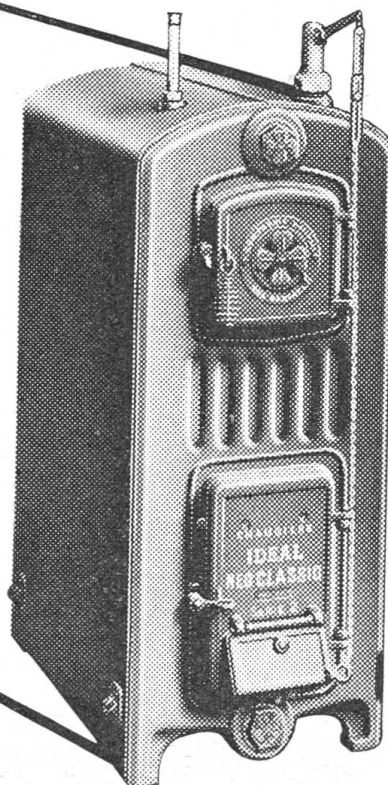
wenn Sie vor oder nach dem Anrichten der Gemüsesauce ein paar Tropfen Maggi-Würze begeben, und diese gut unter das Gemüse ziehen. Probieren Sie es nur einmal!

MAGGI'S WÜRZE



Arch. Fred Traub, Zollikon

**Mit einer Feuerstelle
das ganze Haus
erwärmt und geheizt!**



Im Keller, neben dem Kohlenraum, steht der „Ideal Classic“ Kessel: er läßt sich jeden Morgen und Abend mühelos bedienen. Nichts von Kohle schleppen! Kein Staub, keine Asche in der Wohnung – dafür aber Tag und Nacht, vom Herbst bis in den Frühling hinein, fortwährend eine behagliche, gesunde Wärme. Trotzdem sind die Heizkosten nicht höher als bei einer gewöhnlichen Heizung, dank der bewährten Konstruktion des „Ideal Classic“ Kessels. Schon bei drei Räumen macht sich die „Ideal Classic“ Zentralheizung bezahlt. Lassen Sie sich mit dem untenstehenden Couponausschnitt unseren Gratisprospekt No. 51 kommen.

„IDEAL“ RADIATOREN GESELLSCHAFT AG

ZUG, Alpenstraße 1

Werk in DULLIKEN bei Olten

Wie angenehm wäre es mit **„IDEAL CLASSIC“**



An die **„IDEAL“ RADIATOREN GESELLSCHAFT AG**
ZUG, Alpenstraße 1

Senden Sie mir unverbindlich Ihren
Gratis-Prospekt Nr. 51

Name:

Adresse: