

Zeitschrift: Schweizer Spiegel
Herausgeber: Guggenbühl und Huber
Band: 20 (1944-1945)
Heft: 8

Artikel: Schönheit und Würde der gemeinsamen Mahlzeit
Autor: Guggenbühl, Helen
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1069594>

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>



Jede Frau leidet manchmal unter der Enge ihres häuslichen Daseins und seufzt über die Nüchternheit der Hausarbeit. Die Sehnsucht nach mehr geistigem Erleben führt sie oft auf seltsame Wege. Manche mittelmäßigen amerikanischen Romane verdanken solchem Streben ihre weite Verbreitung. Es führt zum Besuch von literarischen Vorträgen über: Nacht und Dämmerung in den frühen Gedichten Eichendorffs, oder von Kursen über die Kultur der Inkas.

Eigentlich müßte die Frau in ihrem Verlangen nach geistiger Betätigung gar nicht so sehr in die Ferne schweifen. Das nächstliegende Gebiet, wo es gestillt werden könnte, ist das eigene Familienleben. Prosaisch sind in der Haushaltung bloß die äußerlichen Verrichtungen. Sie bilden aber nur die eine Seite der Arbeit der Frau. Daneben handelt es sich für sie darum, die äußeren Formen, in denen sich das Familienleben abspielt, mit geistigem

Inhalt zu füllen, das heißt der Haushaltung einen Stil zu geben, den Stil ihrer Persönlichkeit. Das ist eine Aufgabe, welche die besten Kräfte der Frau beansprucht, aber in ihrer Bedeutung verkannt wird.

Eine der wichtigsten Ausdrucksformen des Familienlebens ist die gemeinsame Mahlzeit. In vielen Fällen bedeutet sie leider nur eine Nahrungsaufnahme, aus praktischen Gründen von allen Familiengliedern zur gleichen Zeit verrichtet, also eine notwendige, aber geistlose Prozedur. Andererseits aber kann gerade die Art, wie sich die Mahlzeit abspielt, von höchster Kultur erfüllt sein. Sie beruht dann auf schönen Zeremonien, die von Tradition zeugen, verschieden von Familie zu Familie. Das «Wie» ist weniger wichtig, als daß überhaupt Formen da sind.

Eine solche Mahlzeit ist jeden Tag von neuem ein bedeutsamer Akt, dessen tiefste symbolische Bedeutung im christlichen Abendmahl begründet ist. Deshalb der besondere Zauber, der für den unteiligten Zuschauer von einer zum Essen versammelten Familie ausgeht. Maler haben ihn auf Bildern festgehalten und Dichter ihn besungen.

Worauf kommt es nun an, daß die Würde des gemeinsamen Familienmahles in Erscheinung tritt?

Grundlegend für die richtige Einstellung zu jeder Mahlzeit ist die Ehrfurcht vor dem Essen. «Wäsched d'Händ» befiehlt die Mutter ihren Kindern, bevor sie sich an den Tisch setzen. Nicht hygienische Gründe sind hier ausschlaggebend, sondern die gefühlsmäßige

Erkenntnis: Schmutzige Hände entweihen das Essen. Das obligate Händewaschen der Kinder vor dem Essen ist ein Teilstück des großen Gebotes: Es gebührt sich, zum Essen wie zu jeder anderen wichtigen Handlung als eine für die Augen angenehme Erscheinung sich einzufinden. Die Erwachsenen geben für die Erfüllung dieses Gebotes natürlich das gute Beispiel.

Der Stil der Tischsitten sollte unserem Lebensstil im allgemeinen entsprechen, so z. B. in der Aufmachung des gedeckten Tisches. Man kennt den pseudoaristokratischen Stil der Restaurants, welcher auf internationale Bedürfnisse zugeschnitten ist. Das feudale Tischservice, vielversprechende Bestecke, ein zum Trinken verschiedener Weinsorten verlockendes Gläserarrangement. In manchen bürgerlichen Familien wird diesem Restaurant-Ideal nachgestrebt, besonders, wenn Gäste kommen. Dann tischt man zu Repräsentationszwecken möglichst prächtig auf, statt sich auf diejenigen Geschirr- und Besteckstücke zu beschränken, die vernünftigerweise gebraucht werden. Es mag

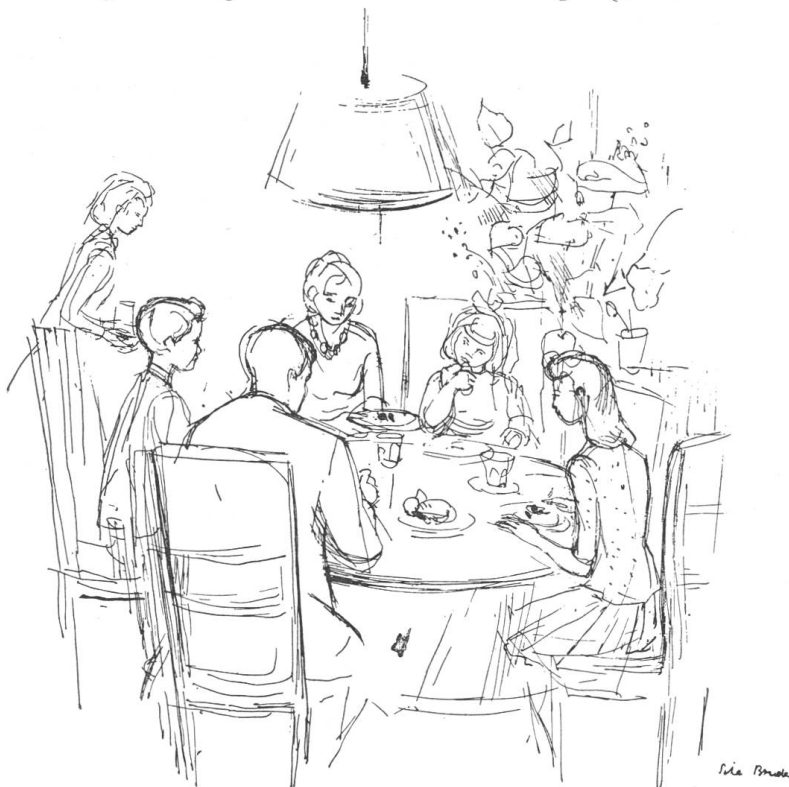
als nobel gelten, die Butterbirne mit Messer und Gabel zu behandeln, aber schweizerisch ist es nicht. Das Salattellerchen erübrigt sich gewöhnlich; ein spezielles Hors-d'Oeuvre-Besteck bildet keinen unerläßlichen Bestandteil der Aussteuer.

Der Lebensstil, welcher der durchschnittlichen schweizerischen Familie entspricht, ist bürgerlich-ländlich. Es ist deshalb unerfreulich, wenn man in der Stadt das Vorbild des gedeckten Tisches im Restaurant des Palace Hotels sucht, oder wenn man sich auf dem Land nicht an die eigene Tradition hält, sondern Städtisches nachahmt. Der bäuerliche Tisch ist schön und der städtische ebenso, wenn beide in ihrer Art echt sind und sie kein fremdes Ideal nachahmen.

Auch für die Weise, wie das Essen präsentiert wird, besitzen wir eine ganz bestimmte Auffassung. Sie beruht in einer betonten Ehrlichkeit, darin, daß wir nichts vortäuschen wollen! Welch ein veralteter Haushaltungslehrerin-Gedanke, der Kartoffelstock müsse wie eine Konditortorte garniert oder Salate als Frühlingsblumenbeete hergerichtet sein.

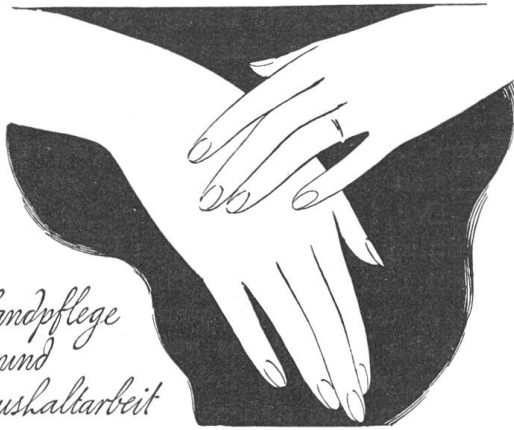
In dieser Beziehung stiften gutgemeinte Ratschläge über das Garnieren der Platten in Kochbüchern, Zeitungen und Zeitschriften viel Unheil an. «Man ißt mit den Augen», sagte jeweils unsere Kochlehrerin, während sie sich Mühe gab, ein ehrliches Stück Rindfleisch durch eine Gemüse-Ragoût-Beigabe farbenprächtig — aber völlig unkenntlich zu machen. Nein, das Fleisch soll wie Fleisch aussehen und die Kartoffeln sollen sich nicht genieren, bloß Kartoffeln zu sein.

Je einfacher das Essen ist, desto mehr Bedeutung kommt dem Charakter



Die Familienmahlzeit muß mehr sein als gemeinsame Nahrungsaufnahme

*Handpflege
und
Haushaltarbeit*



lassen sich auf einfachste Weise vereinigen, durch die natürliche VORO-Lanolin-Creme, die der Haut die nötigen Nährstoffe zuführt und sie straff und gesund erhält. Das Fett ist gerade ihr Vorzug: es dringt tief in das Gewebe ein und macht es weich und zart. VORO eignet sich gleich gut für Gesicht und Hände. Leicht einreiben und etwas massieren, in drei Minuten erreichen Sie mit VORO mehr als mit irgend einer gekünstelten Prozedur.

Voro- Lanolin-Creme

*... nährt die Haut
und schützt sie!*



In Dosen zu Fr. —.60, Fr. 1.20, Fr. 3.—; in Tuben zu Fr. 1.35

VOIGT & CO. AG. Romanshorn

der einzelnen Speise zu, desto deutlicher muß er betont werden. Ein gutes Mittel dazu sind große Schüsseln. Früher war es überall auf dem Lande üblich, die Apfelmückli oder die Röstli für alle in einer einzigen umfangreichen Platte auf den Tisch zu stellen. Heute aber sehen die meisten kleine Schüsseln als feiner an. Mir scheint das unrichtig. Kehren wir lieber wieder zu den großen Platten zurück, wo mehrere Personen am Tisch essen, und zwar besonders jetzt. Eine große Schüssel mit Kartoffeln, eine riesige Platte mit Salat, und das Essen hat trotz der Einfachheit etwas Larges. Es herrscht Fülle im Mangel.

Die sinnvollste und schönste Zeremonie ist das Tischgebet. Es heißt zwar: «Dem Hungrigen ist nicht gut predigen», doch gibt es Familien, wo der Vater zu Beginn der Mahlzeit einen Abschnitt aus der Bibel vorliest, und keiner einen Löffel berührt, bevor diese Andacht zu Ende ist. Sicher kommt es nicht so sehr darauf an, ob die Gedanken der Hungrigen mehr beim Gebet verweilen oder schon bei der dampfenden Schüssel sind, als daß die kurze, gemeinsame Pause vor dem Essen es irgendwie augenscheinlich macht: Speise und Trank sind nichts Selbstverständliches. Es ist ja noch nicht lange her, daß das nicht so offensichtlich war wie gerade heute.

In Gemeinschaft essen heißt miteinander zu Tisch sitzen und miteinander wieder aufstehen. Dazu ist Pünktlichkeit Vorbedingung. Bekanntlich fällt Pünktlichkeit niemand so schwer wie den Kindern, und die Erziehung zum genauen Einhalten der Essenszeit ist eine schwierige Sache, leider manchmal sogar noch bei Erwachsenen.

Kinder gebärden sich am Tisch gerne wie hungrige Löwen. Daß sie dennoch den Löffel erst in die Suppe tauchen, wenn die Eltern es tun, muß ihnen mühselig angewöhnt werden, ebenso, daß sie in der Regel den Tisch nicht vor den Erwachsenen verlassen.

In manchen Familien gehen die Schüsseln von Hand zu Hand. Jeder

nimmt sich seinen Anteil selber heraus. In England herrscht in bürgerlichen Kreisen die schöne Sitte, daß der Hausherr am Tisch das Fleisch tranchiert, er schöpft den Anwesenden das Essen und sorgt dafür, daß alle zu ihrer Sache kommen. Hier übernimmt die Frau öfters diese Rolle. In beiden Fällen ist es eine Hand, die das Essen reicht. Sie führt als bescheidenes Werkzeug nicht nur die äußerliche, sondern auch eine symbolische Handlung aus. Nimmt ein Gast am Essen teil, so fühlt er sich in größerem Maß als zu Gaste, wie wenn er selber herausschöpfen müßte.

«*Frohsinn und Heiterkeit würzen jede Mahlzeit*». Es liegt nicht in jedermanns Macht, beim Essen fortdauernd heitere Gespräche zu führen. Eher läßt sich der Vorsatz verwirklichen, die Mahlzeit nicht durch Ärgernisse zu versalzen, und schlechte Nachrichten oder aufregende Familiendiskussionen auf später zu versparen. Das Essen soll ein Vergnügen sein. Das weiß niemand so gut als die Franzosen, und von dem berühmten Franzosen Brillat Savarin stammt der Anspruch:

«*Die Vergnügungen der Tafel gelten für jedes Alter und jeden Beruf, für jedes Land und für jeden Tag, sie gesellen sich allen sonstigen Vergnügungen bei; sie harren bis zuletzt bei uns aus, um uns über das Schwinden der andern zu trösten.*»

Wir haben oben gesehen, daß es verfehlt wäre, den langweiligen Restaurant-Pomp nachzuzahlen. Das heißt nun aber nicht, daß Formlosigkeit am Platze sei. Im Gegenteil, auch die edle Einfachheit braucht einen Rahmen.

Für das Aussehen des gedeckten Tisches ist es vor allem wichtig, welches Geschirr auf dem Tisch steht. Das Geschirr begleitet jede Mahlzeit dreimal im Tag: Da ist der Teller, die Schüssel, die Teetasse. Gut, wenn sie das Auge erfreuen.

Nun besitzen manche Familien zweierlei Geschirr, eines für jeden Tag, das andere für Besuch. Natürlich ist das



die gute Lebensversicherung

PAX, Schweizerische
Lebensversicherungs-Gesellschaft
in Basel

auf Gegenseitigkeit, gegründet 1876



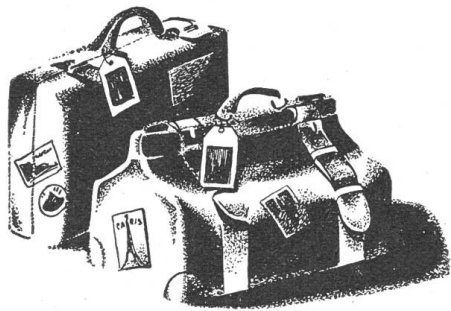
ab Fr. 43.50



Haha!

Für 150 Käsepunkte gibt es immer noch 1 große oder 4 kleine Schachteln CHALET-Sandwich-Streichkäse (3/4 fett).

Nützen Sie diesen Vorteil aus!



Wenn es wieder einmal so weit sein wird, liebe Hausfrau . . .

sobald die Welt sich allen Zielen öffnet, dann werden Sie von der Vielfalt der Ihnen gebotenen köstlichen STALDEN-Conserven und Confitüren neuerdings überall und immer wählen können, was Ihr Herz begehrt.

In der gegenwärtigen Zeit ist es wohl verständlich, wenn bei Ihrem Lieferanten ausnahmsweise eine bestimmte STALDEN-Spezialität zeitweilig fehlen mag. Bitte, nehmen Sie dann eine andere STALDEN-Sorte dafür. Man weiß, daß wir zugunsten einer größeren Produktion niemals das Geringste an der Feinheit und Qualität der STALDEN-Produkte opfern werden. Deshalb werden eben die taufrischen STALDEN-Gemüse und die fruchtigen, zuckerreichen STALDEN-Confitüren überall immer mehr bevorzugt. Es ist somit, wie bei allem Echten und Wertvollen, unvermeidlich, daß hin und wieder ein STALDEN-Erzeugnis eher rar sein kann. Wohlan . . .



Berner Alpen Milchgesellschaft Stalden, Kollifingen/Emmental
Abteilung Conserven

Besuchsgeschirr das schönere. Nur nützt leider die Schönheit wenig, weil sie sich ja ständig im Geschirrschrank verbirgt und sich vielleicht höchstens zwei- bis dreimal im Jahr auf dem Besuchstisch entfalten kann. Es wäre deshalb besser, sich ein einziges, schönes Geschirr, das für den Alltag und für Besuche zusammen benutzt wird, zu halten. Bei der Anschaffung ist allerdings darauf zu achten, daß einzelne Stücke ersetzbar sind, damit für Fehlendes Ersatz gefunden wird. Neuerdings gibt es auch wieder schönes Steingutgeschirr. Leider ist es aber viel unsolider als Porzellan.

Alle Frauen wissen, daß Tassen oder Schüsseln, bei denen eine Ecke fehlt, beharrlich weiterexistieren, während unbeschädigte Stücke in Trümmer sinken. Was tun mit den beschädigten Tassen? Ganz Sparsame lassen sie selbstverständlich weiter im Gebrauch, da sie ja den gleichen Dienst tun wie vorher. Stark beschädigtes Geschirr sieht aber unschön aus und bedeutet eine ständige, unliebsame Mahnung an die Vergänglichkeit aller Dinge. Vielleicht darf man deshalb in bezug auf die Schönheit des Tisches einmal Verschwendung treiben und beschädigtes Geschirr ausscheiden.

Ein Brautpaar denkt beim Einkaufen des Besteckes nicht immer daran, daß es im Gegensatz zum Geschirr fürs Leben hält und außerdem der schönste Schmuck des Tisches ist. Das Beste wäre gut genug. Lieber die Stücke nach und nach einkaufen. Lieber alles Silber in den alltäglichen Gebrauch nehmen, statt an seiner Stelle Besteck aus unedlerem Metall. Die Abnutzung ist klein und die tägliche Freude am schönen Besteck groß. Man sollte auch nicht zu ängstlich darauf achten, daß alles Besteck einheitlich ist. Selbstverständlich spielt es bei einer Ergänzung eine Rolle, daß das Neue zum Alten paßt, aber die Muster dürfen verschieden sein. Das erleichtert den Einkauf.

Ob ein Tisch schön aussieht oder nicht, ist eine Frage der Placierung und der Proportion. So wie jede Frau, die sich

eine Brosche ansteckt, genau weiß, daß es nicht gleichgültig ist, ob der Schmuck 2 Millimeter weiter oben oder unten sitzt, so ist es für die Wirkung des gedeckten Tisches wichtig, wie die einzelnen Sachen aufgestellt sind. Wo kommt das Salzfaß hin und wo der Brotsteller? Präzis und nach ästhetischen Gesichtspunkten erfolgt die Verteilung, Messer und Gabeln liegen am rechten Platz und kerzengerade da. Natürlich gehören Blumen (Schnittblumen, Zweiglein oder ein Blumenstock) auf den Tisch, zum einfachen wie zum festlichen Essen. Denken wir daran: Nichts unterstreicht so augenfällig die Wichtigkeit der Mahlzeit, wie der sorgfältig gedeckte Tisch. Und wenn einmal eine fremde Hand die Arbeit lieblos ausführt, ist ein Unterschied da, so groß wie Tag und Nacht.

Wo auf das gemeinsame Familienessen Wert gelegt wird, ist es für einen Gast ein besonderes Privileg, an dieser Gemeinschaft teilzuhaben. Doch die gleiche Freude, wie Gastfreundschaft zu empfangen, bedeutet es, sie zu geben. Nie sollten äußere Schwierigkeiten davon abhalten, heute nicht und morgen nicht. Wahre Gastfreundschaft ist so wenig von der Fülle, wie von einer zeitbedingten Kärglichkeit des Tisches abhängig.

Wir leben in einer Zeit der Mangelwirtschaft. Sie hat im Gefolge, daß man sich immer mehr mit wirtschaftlichen Dingen beschäftigen muß. So wie heute ökonomisches Denken in der Politik übermäßig viel Raum einnimmt, so beherrscht es auch immer mehr die Frau in ihrer Hausarbeit. Gegen ein Überhandnehmen aber muß man sich mit aller Macht wehren. Gerade jetzt, sogar jetzt besonders, wo das Essen immer mehr zusammenschrumpft, wo bald nicht viel mehr bleibt als die Gemeinschafts- oder eine andere Suppe, ist um so mehr Grund, alles zu tun, um die Würde des gemeinsamen Mahles, selbst des allereinfachsten, hoch zu halten.

Illustration von Sita Bruder

Einmal im Jahr



sollten auch Sie Ihr

- **BLUT** reinigen, zugleich
- **LEBER-** und
- **NIEREN-**Funktion anregen
- **DÄRME** richtig entschlacken

Verlangen Sie bei Ihrem Apotheker die altbekannte

**SARSAPARILL
MODÉLIA**

$\frac{1}{1}$ Kur Fr. 9.—
 $\frac{1}{2}$ Kur Fr. 5.—

die auch Ihnen helfen wird

CENTRAL-APOTHEKE, GAVIN & CO., GENÈVE

★

*Clichés
in jeder Technik*

SCHWITZER AG

*Basel / Zürich
Lausanne*

★

③

Mettler Faden — guter Faden!

Das darf ohne Übertreibung gesagt werden, denn METTLER-Faden wird in eigener Zwirnerei auf den neuesten Maschinen und unter ständiger Kontrolle hergestellt — er ist ein Qualitätsprodukt, geschaffen für Sie, liebe Hausfrau.

Etwas über das Faltenlegen

Das Faltenlegen muß genau ausgeführt werden, damit die Falten senkrecht fallen und einen fehlerlosen unteren Rand bilden. Falten dürfen nicht sperren.

Abbildung 1 zeigt wie man Falten mit Stecknadeln, Kreidestrich oder Heftfaden auf dem Stoff bezeichnet. Die innere Falte muß bei einfachen Falten doppelt so tief sein wie die obere. Die vordere Bruchkante soll beim Einlegen auf den hinteren Rand der oberen Falte treffen, daß die innere Falte dadurch verschwindet. Beim Heften, das entweder längs der Bruchkante oder in größeren Abständen waagrecht geschieht, muß der innere Faltenbruch gehoben werden. Faltenbrüche sollen immer faden-

gerade laufen. (Abbildungen 1, 2 und 3).

Beim *Abnähen der Falten* zieht man stets den Oberfaden nach hinten durch, verknüpft ihn mit dem Unterfaden und schneidet die Fäden kurz ab.

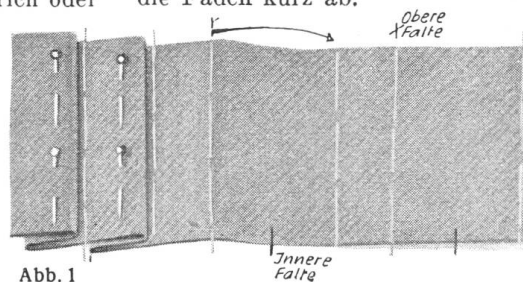


Abb. 1

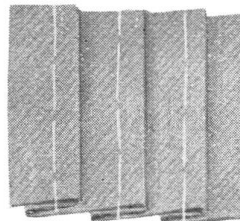


Abb. 2

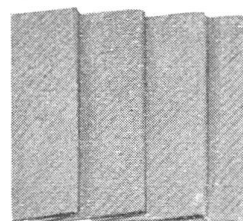


Abb. 3

Weitere nützliche Ratschläge finden Sie in unserem illustr. Büchlein „Rund um das Nähkörbchen“, das wir Ihnen auf Verlangen **kostenlos** zustellen. Schreiben Sie eine Karte an E. Mettler Müller A. G. Rorschach.



Mettler
FADEN
aus Rorschach