

Zeitschrift: Schweizer Spiegel
Herausgeber: Guggenbühl und Huber
Band: 22 (1946-1947)
Heft: 11

Artikel: Träume und Gedanken an einem Sommernorgen
Autor: Guggenbühl, Helen
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1068984>

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: 15.01.2026

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

Träume und Gedanken an einem Sommermorgen

VON HELEN GUGGENBÜHL

I. TRÄUME

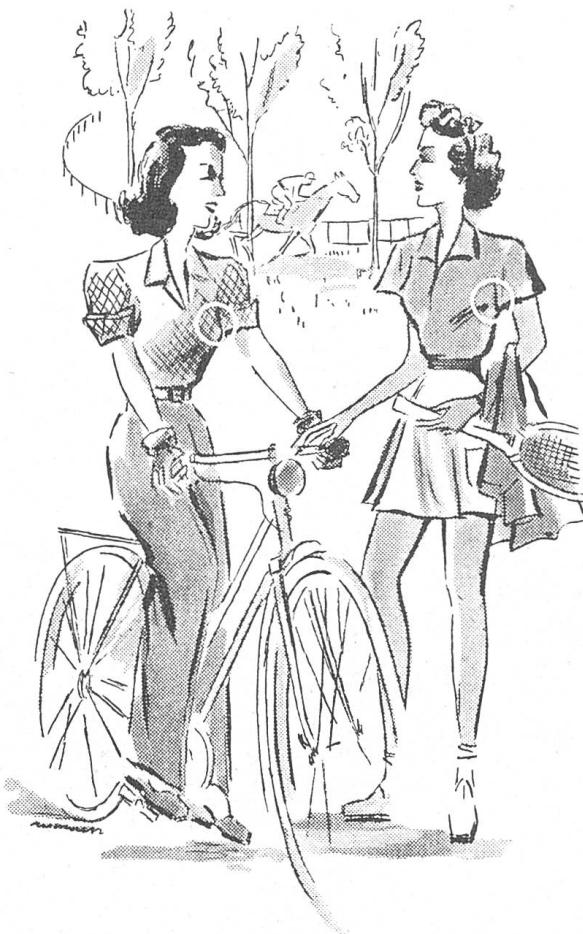
Heiß brütet die Augustsonne. Das Wasser plätschert stetig ans Schiff, in dem man sich, träge ausgestreckt und noch feucht vom Baden, wie in einen Sommertag eingebettet fühlt. Man hat Zeit. Zeit den lieben langen Tag, und morgen und übermorgen ebenso. Gibt es abends wieder ein riesengroßes Beefsteak mit Ei? Oder gebackenen Hecht? Wo sind Hölderlins Gedichte? Aber es ist ja noch viel zu heiß zum Lesen. Eher vielleicht noch einmal einen Sprung ins Wasser ... Ferien!

Warum nicht einmal genau so, wie ich es möchte? Vielleicht einmal ohne Mann und Kinder? Wunschträume! — Die beiden Velos mit den vollgepackten Velotaschen stehen zur Abfahrt bereit. Dann wird mit der Freundin gestartet. Ziel ist das Ferienhaus von Bekannten auf dem Hasliberg. Die Route ist nicht genau festgelegt. Maßgebend sind das Wetter und Lust und Laune des Augenblicks. In der

Kühle des Morgens ist es prachtvoll zum Fahren. Über Mittag gibt es unter Tannen eine Rast. Auf dem Rücken liegend, schaut man zum Himmel hinauf und in die hohen Bäume, deren Rauschen an Ferienstimmung aus der Kinderzeit erinnert. Auf der ausgebreiteten Karte wird das Tagesziel bestimmt. Man kann es später nach Wunsch ändern: Vielleicht ist das nächste Dorf verlockender. Es wird eine wundervolle Velo-Reise sein. —

.... Wieder in Italien! Am Garda-See, der sich in schönster, herbstlicher Pracht präsentiert. In einem reizenden kleinen Hotel, dessen Terrasse sich in den Pinienpark öffnet. Einige ausländische Feriengäste, außerdem die unvermeidlichen Hochzeitspaare und eine italienische Contessa mit Begleitung. Als alleinstehender Gast ist es leicht, Bekanntschaften anzuknüpfen. Herrlicher Risotto, zauberhafter Sonnenuntergang und auf den Spaziergängen freundliche Einheimische, mit denen man sofort ins Gespräch kommt.





Atemlos kommt sie daher

auf ihrem Velo vom Tennis in der Mittagspause. Trotz brütender Hitze und einem strengen Arbeitstag ist sie gepflegt und frisch. «Wie machst Du das, Vreni? Ich habe mich bloß beeilt, und schon sind meine Achselhöhlen feucht.» «Mach's wie ich, verwende Odo-rono, dann bleibst Du bei der größten Hitze kühl, trocken und frei!»

Odo-rono - Creme schnellwirksam
Topf Fr. 1.75 und 3.50

Odo-rono Normal wirkt 8 Tage
Flasche Fr. 2.75 und 4.—

Odo-rono Instant wirkt 2-3 Tage
Flasche Fr. 2.75 und 4.—



ODO-RO-NO

En gros: Paul Müller AG. Sumiswald

Auf italienisch natürlich, dazu hat man es einst gelernt (es geht übrigens viel besser, als man erwartete).

.... Durstig, verschwitzt und wohlig erschöpft langen die beiden auf der Paßhöhe an. Es war eine lange, mühselige Wanderung. Doch sie lohnte sich tausendfach. Der dunkle See, die Berggipfel, die Hänge mit den Alpenrosen! Die Luft, die so würzig nach Sennhütte und Alpenblumen riecht, und dann das Gasthaus, berühmt für sein Bindenfleisch und den Veltliner, der nirgends besser sein soll als hier. Sicher gibt es Nidel, soviel man will. Man könnte auch ...

«Mutter, schnell, wo ist mein Fülli? Und darf ich von der Wurst abschneiden für mein Brötchen?»

«Der Füllfederhalter ist auf dem Sims. Und die Wurst, wart' einmal -- ja, gut.» Schluß mit den Träumen. Aufstehen, das Tagewerk beginnt.

II. DIE VERWIRKLICHUNG

Die Frau ist an die Familie gebunden wie sonst niemand. Sie ist die Achse des Hauses. Sie ist immer für jeden da, sie findet alles und weiß fast alles. Sie steht in aller Frühe auf und geht zuletzt zur Ruhe. Ohne sie ist das Chaos.

Solange die Kinder klein sind, bleibt sie jahraus, jahrein an ihrem Posten. Wenn Ferien möglich sind, verbringt man sie gemeinsam. Doch immer, zu Hause wie in den Ferien, stellt man die eigenen Wünsche zurück. Man nimmt in erster Linie Rücksicht auf den Mann und auf die Kinder und ist zufrieden, wenn die andern zufrieden sind. Für Liebhabereien bleibt wenig Zeit.

Die Kinder werden größer und die Ansprüche, die sie an die Mutter stellen, anders. Sie muß nicht ständig in ihrer Nähe sein, im Gegenteil, Gelegenheit zur Selbständigkeit ist erwünscht. Damit ist die Zeit gekommen, da es gut tätte, wieder mehr an sich selber zu denken. Die Ferien geben den besten Anlaß dazu.

Kinder brauchen Ferien von der Schule. Der Mann Ferien von seinem Beruf. Und die Frau hin und wieder Ferien von zu Hause, von der eigenen Familie. Und wenn niemand sonst auf diesen Gedanken kommt, so kommen wir eben selber darauf.

Nötig dazu ist ein wenig Egoismus.

Sicher ist es schön, jederzeit für alle bereit zu sein, bald hier, bald dort zu helfen. Schlafen, wenn die andern schlafen, essen, wann und wie die andern es wollen, aufstehen — vor den andern. Es ist befriedigend, in der Sorge für die Familie aufzugehen. Doch geht zum Glück selten alles darin auf. Hinter der ständigen Opferbereitschaft schlummert der stille Wunsch, selber wieder einmal verwöhnt zu werden, den Morgen zu verschlafen und ebenso zeitlos den Tag aufzuhören. Diesen und andere, längst begrabene Wünsche gilt es lebendig zu machen.

Haben wir früher gerne Gedichte gelesen? Klavier gespielt? Gemalt? Stunden um Stunden in der Hängematte mit Büchern zugebracht? Man fand schon lange keine Muße mehr dazu. Jahrelang war unsere einzige Erholung, die Erholung der andern zu teilen. Doch: ausschlafen, Gedichte lesen, tun und lassen, was uns selber gefällt, einen der vielen Wunschträume in Wirklichkeit umsetzen, das wären richtige Ferien. Ferien ohne die Familie. Unsere Ferien.

Es braucht etwas Mut zur Durchführung. Darf ich? Was geschieht mit den Kindern? Kann ich es meinem Mann zutrauen, allein zu Hause zu vegetieren? Manche Probleme lösen sich von selbst. Besonders das letzte. So gern seine Frau einmal ohne ihn verreist, so gern ist er einmal allein Herr im Haus. Er genießt die Unordnung, die selber zubereiteten Eier mit Speck, die viele freie Zeit, den Reiz der Neuheit. Dieser wird lange vor der Rückkehr seiner Frau wieder erlöscht sein, und ihre Hausfrauertugenden werden ihm dann in neuem Glanz estrahlen.

Und der Erfolg dieser Ferien auf eigene Faust und nach eigenem Sinn?



Die Zeiten des steifgebügelten Hemdes sind längst vorbei. Der Mann von heute will kein Brett vor der Brust, er will bequem gekleidet sein und gut aussehen. - Zellwolle ist das Material, das den Herrenhemden jene seidig-vornehme Eleganz gibt, die wir lieben. - Hochnassfeste Zellwollhemden können sorglos wie Baumwolle gekocht werden, sind aber nie stumpf und brettig. Nicht zu leugnen: Zellwolle gehört in unser Zeitalter wie Telefon und Radio.

Société de la Viscose Suisse
Emmenbrücke bei Luzern



Briefwechsel

sucht gebildete Schweizerin mit gebildetem Herrn von 35 bis 45 Jahren (auch Witwer). Bei gegenseitiger Neigung Heirat erwünscht. Zuschriften unter Chiffre 33 an den Schweizer Spiegel Verlag, Zürich.



Cumulus
Spar-Boiler
spart Strom u. Geld

FR. SAUTER A.-G., BASEL

MARGRIT DORNIÉR-EICHENBERGER

Wir helfen mit

Anregung und Anleitung, Kinder zur freudigen Mitarbeit im Garten heranzuziehen.

Mit reizenden Illustrationen von Marcel Dornier
3. Auflage, Gebunden Fr. 6.60, kartoniert Fr. 4.60

Wir erleben, wie vier Kinder verschiedenen Alters ihre ersten gärtnerischen Kenntnisse bei der erzieherisch begabten Gottes erwerben. Das Buch enthält die Beschreibung von Arbeiten im Gemüse- und Blumengarten, außerdem genaue Angaben über Kultur, Saat- und Pflanzzeiten der wichtigsten Gemüse.

SCHWEIZER-SPIEGEL-VERLAG ZÜRICH



Abführ-Schokolade
DARMOL
Gegen Verstopfung

IN APOTHEKEN



Cachets von Dr. Faivre
helfen prompt bei
GRIPPE Kopfweh
Zahnweh Rheumatismen
und anderen Schmerzen
12 Cachets Fr. 2.-, 4 Cachets .75, 1 Cachet .25, in allen Apotheken

Ganz sicher stärken sowohl die schönen Erlebnisse wie auch die ungewohnten Mühsale des selbständigen Reisens das Selbstbewußtsein und machen um zehn Jahre jünger.

Eine neue Welt wird entdeckt. Durch die eigene Brille betrachtet, sieht manches anders aus.

Eingeschlummerte Talente erwachen und verlangen nach Betätigung. Nach Jahren, ausgefüllt mit Kindererziehung und Haushaltsorgen, macht kaum etwas so glücklich.

Man bekommt Distanz. Distanz zu seiner Arbeit (man könnte vieles einmal anders probieren), zu den Eigenheiten des Mannes (er hat daneben so viele liebenswerte Eigenschaften) und zu den Kindern samt ihren Unarten (man ertappt sich darauf, sie Ferienbekanntschaften gegenüber ganz ungebührlich zu rühmen).

Und zum guten Schluß kehrt man gerne wieder ins alte Gleis zurück. Es ist gar nicht mehr so ausgelaufen wie früher.

Illustration von Isa Hesse.

«Kennen wir unsere Heimat?»

Lösung von Seite 11

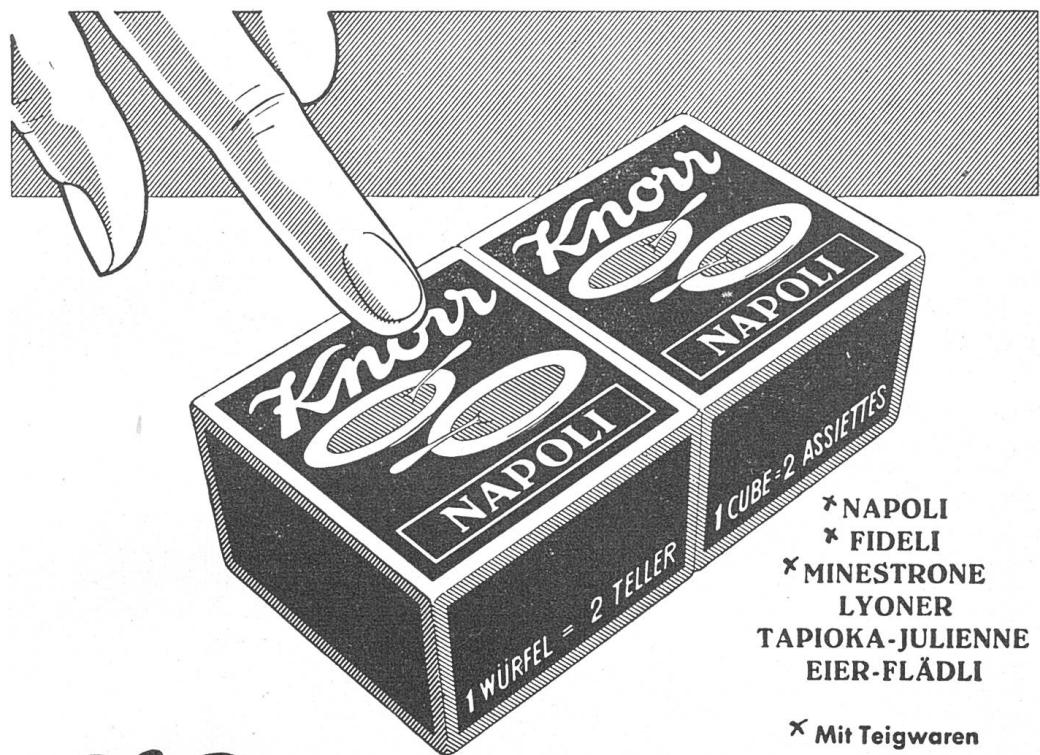
1. Strudelwürmer.
2. Buchs mit Früchtchen.
3. Feldlerche.

Manuskripte, welche an die Redaktion des «Schweizer-Spiegels» gesandt werden, können nur retourniert werden, wenn Rückporto beiliegt.

An unsere Leser!

Als Abonnenten des Schweizer Spiegels haben Sie gewiß gelegentlich die Möglichkeit, uns einen neuen Abonnenten für unsere Zeitschrift zu gewinnen. Sie erweisen damit Ihren Bekannten und uns einen Dienst. Wir entschädigen Sie für Ihre Mühewaltung mit einem wertvollen Buch.

SCHWEIZER-SPIEGEL-VERLAG
Hirschengraben 20
Zürich



Knorr bringt neu

6 Spezialsorten!

Diese neuen hervorragenden Spezialsuppen in loser Form, werden Ihnen in praktischen 2x2 Teller-Packungen angeboten. Versuchen Sie heute schon eine dieser preiswerten und köstlichen KNORR-Spezialitäten! Sie enthalten viel Fett und Fleischextrakt.

Knorr