

**Zeitschrift:** Schweizer Spiegel  
**Herausgeber:** Guggenbühl und Huber  
**Band:** 34 (1958-1959)  
**Heft:** 5

**Artikel:** Mehr Mut  
**Autor:** Guggenbühl, Helen  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1073218>

### 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:** 15.02.2026

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



## +++ Mehr Mut +++

von Helen Guggenbühl

*Daß man in der Haushaltführung nicht irgend ein konventionelles Schema befolgen, sondern seine persönliche Eigenart zum Ausdruck bringen soll, darüber sind wir uns heute alle einig. Doch der Verwirklichung dieses Grundsatzes stehen mancherlei Hindernisse entgegen.*

+++++

**B**eim Öffnen einer Wohnungstüre erschließt sich uns eine kleine Welt. Besondere Freude macht es mir jedesmal, wenn ich in die Wohnung eines Künstler-Ehepaars eintrete. Sofort umgibt mich die eigenartige Atmosphäre, geprägt vom Charakter der Bewohner. Das kommt nicht nur von den Bildern, die überall an den Wänden hängen, eines neben dem andern. Alles ist hier anders als anderswo; es gibt da kein Zimmer, wie man sie überall antrifft.

Eine einzige gelbe Rose entfaltet ihre Pracht in einer jener irisierenden Jugendstil-Vasen, die in manchen bürgerlichen Kreisen immer noch als Symbol des schlechten Geschmackes gelten. Den Schreibtisch zierte eine sonderbare Pendule; neben dem hübschen Biedermeier-sofa, dessen Polsterbezug zwar äußerst defekt aussieht, steht ein ultra-moderner Stuhl, davor

ein rechteckiger Tisch mit einer Marmorplatte, die von einer alten Waschkommode her stammt. Alles und jedes in der Wohnung ist entweder schön, oder zum mindesten eigenartig.

Genau gleich verhält es sich hier mit dem Essen. Es gibt Salat und Spaghetti, mit einer ausgezeichneten, phantastisch würzigen Tomatensauce, deren Zusammenstellung nicht einem Kochbuchrezept entnommen ist, sondern der Phantasie der Gastgeberin entstammt.

Jede Haushaltung ist eine Welt für sich. Warum ist die der Künstler besonders faszinierend? Vor allem deshalb, weil die ästhetische Begabung der Künstler nicht nur in ihren Werken zum Ausdruck kommt, sondern auch in der Art, wie sie sich einrichten.

Wir sind keine Künstler, wir sind nicht besonders begabt und unsere Phantasie läßt leider zu wünschen übrig. Aber muß deshalb unsere Wohnungs-Einrichtung, unsere Art, den Haushalt zu führen à tout prix langweilig sein? Wäre es nicht gut, wenn auch wir auf diesem Gebiet etwas mehr Mut aufbrächten?

### Zauberhafte Verschiedenheit

Je mehr die Welt durch Verkehr und Technik gleichgeschaltet wird, umso bewußter werden uns die Segnungen des schweizerischen Föderalismus. Wie sehr freut es mich, auf der Fahrt von Zürich nach Bern jeweilen schon nach weniger als einer Stunde Fahrzeit ganz andere Häuser zu sehen als in unserem Kanton: die ländlichen Holzhäuser, überwölbt von mächtigen Walmdächern, mit den heimeligen Lauben auf beiden Seiten. Oder auf einer Fahrt ins

Lapidar 2

### Bei Arterienverkalkung,

hohem Blutdruck, Zirkulationsstörungen, Wechseljahrbeschwerden. In Apotheken und Drogerien oder Lapidar-Apotheke, Zizers.



Toggenburg begegnen wir bereits auf dem Ricken den Häusern, deren Außenwände ringsum von kleinen Holzschindeln bedeckt sind, und von Wattwil an werden sie immer zahlreicher. Nicht nur die vielen kleinen Hügel und romantischen Täler, sondern ebensosehr diese bescheidenen, aber eigenartigen Häuser, verleihen dem Tal seinen besonderen Reiz.

Aus ähnlichen Gründen, weshalb uns der immer noch erhaltene Lokalcharakter der verschiedenen Kantone freut, beglückt uns der Lokalcharakter einer Haushaltung. Leider ist es aber heute gar nicht so einfach, in unseren vier Wänden unsere Eigenart richtig zum Ausdruck zu bringen. Die überladenen Einrichtungen aus dem Ende des letzten Jahrhunderts waren unpraktisch, zudem krankten sie an einem übermäßigen Repräsentationsbedürfnis, aber trotz allem wirkten sie persönlicher als die durchschnittliche heutige Wohnung. Woher kommt das?

Vor allem daher, weil wir jetzt allzu sehr auch beim Kauf von Einrichtungsgegenständen Sklaven der Mode sind. Und oft erleben gerade jene, die sich gerne auf ihre eigene Art und Weise, also möglichst persönlich einrich-

ten möchten, in dieser Beziehung eine Enttäuschung. Man kauft zum Beispiel aus spontaner Begeisterung heraus einen modernen Stuhl, chinesischer Typ, weiter, einladender Sitz aus Stroh, dünne Beine aus Metall, originell, bequem. In der Ecke beim Fenster sieht er reizend aus. – Wenig später aber ist das Möbel überall ausgestellt und zwei Jahre nachher bei vielen Freunden und Bekannten zu sehen. Sehr solid ist der Stuhl auch nicht, und recht bald hat man ihn deshalb satt. Warum kaufte man ihn überhaupt?

Gewiß, es gibt nichts schöneres als Aufgeschlossenheit für das Neue. Aber – Vorsicht ist am Platz. Wahrscheinlich fährt man besser, wenn man beim Einkaufen etwas zuwartet. Es braucht eine gewisse Zeit, bis die Erkenntnis sich einstellt, ob es wirklich ein individuell gestaltetes Stück ist, das seinen Wert beibehält.

Viel «Zeitloses» entpuppt sich  
als modisch

Junge Leute begehen oft noch einen anderen Fehler. Sie halten das, was gerade Mode ist, für zeitlos. Dies betrifft heute besonders die-

## In der sonnenarmen Zeit

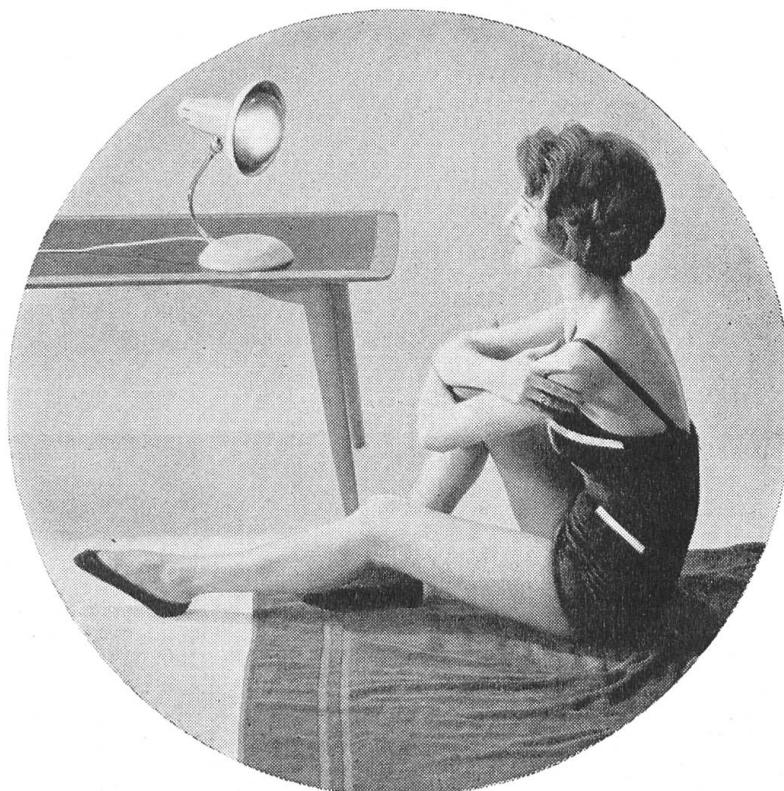
täglich ein Sonnenbad  
nehmen mit dem

**OSRAM**  
**ULTRA**  
**VITALUX**  
Sonnenstrahler

ist von unschätzbarem  
Wert für Gesundheit  
und Schönheit.

Lassen Sie sich den Osram Ultra-Vitalux in Ihrem Fachgeschäft zeigen oder verlangen Sie den ausführlichen Prospekt von der

Osram AG Zürich 22, Telephon 051/327280



## 1000 Millionen Kaffeebohnen

gelangen jährlich aus den wichtigsten Produktionsgebieten zu uns, und wir machen den einzigartigen MOCAFINO daraus. MOCAFINO ist der erste in der Schweiz hergestellte Kaffee-Extrakt (Blitzkaffee) in 100 % reiner Qualität mit den naturreinen Eigenschaften. MOCAFINO gibt mit heissem Wasser sofort einen edlen Kaffee, gerade so, wie Sie ihn wünschen, stärker oder schwächer, je nach Zeit und Laune. MOCAFINO ist «normal» oder «koffeinfrei» erhältlich in wundervoll aromatischer Qualität, ohne jeden Nebengeschmack!

Wenn Sie MOCAFINO in Ihrem Laden nicht finden, so schreiben Sie einfach eine Postkarte

an: **HACO, Versandabteilung, Gümligen,**  
und Sie werden prompt nach Wunsch bedient.



**HACO AG.**  
**Gümligen**



**Achten Sie auf dieses Gütezeichen!**



*Sie gewinnt ...*

Eine Kur mit dem Aufbau-Tonikum Elchina stärkt die Nerven, ersetzt aufgebrauchte Kraftreserven, schenkt frisches Aussehen und neue Vitalität. So wichtig in der Ehe, im Beruf, in jeder Lebenslage. Elchina enthält Phosphor + Eisen + Chinin-Extrakte. Originalflasche Fr. 6.75, Kurpackung (4 grosse Flaschen) Fr. 20.-.

**ELCHINA**  
*eine Kur mit Eisen*

jenigen Möbel, die von den nordischen Ländern aus einen Siegeszug durch die ganze Welt antraten. Sie haben viele Vorteile: Sie sind bequem, leicht, verhältnismäßig billig und nehmen wenig Platz ein. Man glaubt, es seien nun hier tatsächlich Formen geschaffen worden, die Bestand hätten und nie verleideten. Aber auch das ist eine Illusion. Schon nach wenigen Jahren wird man merken, daß es eine ausgesprochene Modeströmung war, deren Erzeugnisse einem nicht mehr recht gefallen, weil inzwischen bereits wieder Neues aufgetaucht ist. Das erlebten manche von uns vor 25 Jahren mit den Stahlrohrmöbeln, und mit vielen Produkten von heute wird es sich ähnlich verhalten.

Natürlich hat jede Zeit einen Stil, dem man sich nicht entziehen kann, doch zwischen «Stil» und «Mode» besteht ein Unterschied. Einem Stil wohnt eine gewisse Beständigkeit inne. Die Mode wechselt. Je extremer die gestalterische Lösung ist, umso modischer ist sie in der Regel, und umso rascher verleidet sie uns.

Sicher gibt es unter diesen «Schweden-Möbeln», wie sie meistens genannt werden, viele ausgezeichnete Stücke, aber man muß sie mit Vorsicht auswählen, und es ist höchst gefährlich, sich konsequent in diesem Stil einzurichten. Das Ergebnis wäre gerade das, was man vermeiden wollte, nämlich eine Allerwelts-Einrichtung nach Schema F.

Gut ist es auf jeden Fall, in einer Wohnung moderne Möbel mit solchen früherer Epochen zusammen zu bringen, also mit Möbeln, die sich bewährt haben, oder zu denen man aus irgend einem Grund eine individuelle Zuneigung hat. Sei es, weil sie aus der eigenen Familie stammen, oder weil einem der betreffende Biedermeier-Lehnstuhl, oder der Schieferfisch persönlich zusagen. Als ich den Saffa-Wohnturm besuchte, hörte ich eine junge Frau sagen: «Die vielen modernen Zimmer sind interessant, und oft steht Schönes darin. Weitauß am besten gefällt mir aber dennoch jenes, in dem neben den modernen Möbeln ein alter Empire-Spiegel über dem Boudoir-Tischchen hängt.»

Die Standardisierung der Möbel hat viele Vorteile, doch ist sie nur erträglich, wenn sie ergänzt wird durch Stücke, die einen individuellen Charakter besitzen. Sonst ist das Ergebnis genau das gleiche wie bei jenen Leuten, die seinerzeit die heutzutage verpönten kompletten Aussteuern kauften, deren Nachteil vor allem darin liegt, daß sie die Persönlichkeit des

Besitzers vergewaltigen, statt sie zu unterstützen.

### Mitmachen – aber mit Maß

Also: Offen gegen alles Neue – und doch kein Sklave der Mode sein. Das gilt auch für die Mode im eigentlichen Sinn, die Kleider-Mode. Selbstverständlich muß man mitmachen, keine Frau will als Museumsstück umherwandeln. Aber dieses Mitmachen erfordert Vorsicht und muß auf jeden Fall den Umständen und dem Alter angepaßt sein.

Heute gilt nur jene Frau als gut angezogen, die im letzten Herbst das Winterkleid um 10 bis 15 cm verkürzt hat. Nun, es ist schön und recht, wenn nach langen Kleidern zur Abwechslung wieder die kurzen Mode werden, aber diese Mode darf niemals blindlings von allen befolgt werden. An älteren Frauen z. B. wirken kurze Röcke häufig grotesk, und es gibt auch viele junge Mädchen, denen sie wirklich nicht gut stehen. Alles ist Sache des Maßes. Heute besteht die Tendenz, auf diesem Gebiet übers Ziel hinauszuschießen, zu einer eigentlichen Sklavin der Mode zu werden und Dinge zu tragen, die uns nicht entsprechen. Diese Gefahr war immer vorhanden, doch ist sie heute größer als je.

Die Mode ist bereits auf allen Gebieten erschreckend diktatorisch, sie erfaßt sämtliche Landesgegenden und Bevölkerungsschichten viel schneller als früher. Ein Beispiel: Hula Hoop. Im vergangenen Herbst wohnte ich, begleitet von zwei Ferienkindern, in einem Spielwarengeschäft in Zürich zum ersten Mal einer Vorführung des Hula-Hoop-Reifens bei. Ich wußte, daß diese Mode Amerika im Sturm erobert hatte, und konnte mir deshalb vorstellen, daß auch bei uns, vor allem in den größeren Städten, dieser neue Sport bald Anhänger finden würde. Es erstaunte mich aber doch, als ich bald nachher im Bahnhof Zürich Zeuge davon wurde, wie Tausende solcher Reifen abgeladen wurden. Wenige Tage darauf begegnete mir im Berner Oberland auf einem steilen Bergpfad, der zu einem einsamen Weiler führte, ein kleines Bauernmädchen mit einem Hula-Hoop unter dem Arm.

So rasch und unaufhaltsam breitet sich heute eine Mode-Strömung aus. Diese Vermassung ist eine unerfreuliche Erscheinung. Und ist es nicht schade, daß die traditionellen und lokalen Kinderspiele überall, also auch bei uns in der Schweiz, durch solche Modespiele verdrängt



Die Natur bietet ihre Genüsse immer rein, voll und ausgeglichen. So Inca, der Sofortkaffee! Das ist nun Kaffeegeschmack reinster Art - ohne jeden Beigeschmack - reich und herrlich nachhaltig. Jeder Kenner sagt es: Inca hat das Geheimnis des echten Kaffee-  
goûts im Sofortkaffee gelöst.

# INCA

**mit dem ganzen,  
reichen Kaffeegoût!**

PETER MEYER

# Schweizerische Stilkunde

*Von der Vorzeit bis zur Gegenwart*

Mit 173 Abbildungen. 10.–12. Tausend. Gebunden Fr. 16.10

Der bekannte Verfasser der «Europäischen Kunstgeschichte» hat hier ein Buch geschrieben für Leser, die weder Kunstgeschichte studiert haben noch studieren wollen, die jedoch gern einen Leitfaden hätten, die Denkmäler der Vergangenheit auch kunstgeschichtlich einzuordnen, ohne mit Einzelheiten allzusehr belastet zu werden.

So bildet dies mit 173 Abbildungen versehene Buch zugleich einen bisher fehlenden Beitrag zur Heimatkunde und Selbstbesinnung auf die Rolle der Schweiz in der europäischen Kultur, wie auch eine Einführung in das Wesen der Kunst und ihres geschichtlichen Ablaufs.

SCHWEIZER SPIEGEL VERLAG ZÜRICH 1

## *Bücher von Rudolf Graber*

Basler Fährengeschichten

Mit Zeichnungen von Hans Ruedi Bitterli  
7.–9. Tausend. Gebunden Fr. 9.80

Neue Basler Fährengeschichten

Mit Zeichnungen von Hans Ruedi Bitterli  
4.–7. Tausend. Gebunden Fr. 9.80

Das Mädchen aus den Weiden und andere Geschichten

Illustriert von Hans Ruedi Bitterli  
2. Auflage. Gebunden Fr. 9.80

SCHWEIZER SPIEGEL VERLAG ZÜRICH 1

werden? Wo bleibt da noch die örtliche Eigenart?

### Dessert: Kartoffeln mit Käse!

Mehr Mut, um der Gleichschaltung zu widerstehen, und sich selber treu zu sein, dazu wollen wir uns heute aufraffen. Das gilt auch für die Art und Weise, wie wir Einladungen durchführen. Viele Einladungen sind deshalb uninteressant, weil sie stets nach dem gleichen Schema durchgeführt werden. Der Tisch ist zwar tadellos hergerichtet, eine Kristallvase mit ein paar Nelken steht korrekt in der Mitte, auch das Menü ist genau so, wie es im Buche steht, alles klappt – und doch ist es langweilig. Nichts reizt unsere Neugierde. Dabei sind die Menschen, die uns eingeladen haben, unauswechselbare Original - Persönlichkeiten. Aber worin kommt das zum Ausdruck?

Mein Bruder war vor etwa zwei Monaten als Gast bei einer Berner-Zunft eingeladen. Anstatt des üblichen Feld-, Wald- und Wiesen-Menus, wie man es bei den meisten Banketten vorfindet, wurde bei diesem Anlaß nun etwas serviert, das wirklich traditionell, bodenständig und deswegen eigenartig war. Zuerst gab es gekochtes Rindfleisch, und zwar konnten die Gäste selber ihr Stück abschneiden, je nach Wunsch fett, halbfett oder mager. Anschließend daran wurde geräuchertes Schweinefleisch serviert und zum Schluß, nämlich als Dessert, eine Kartoffel mit Käse. Wieso eine Kartoffel? Ganz einfach als alte Tradition, übernommen aus jener Zeit, als die Kartoffeln noch neu waren und deshalb als Leckerbissen galten.

Daß ein großer Gastwirtschaftsbetrieb Schwierigkeiten hat, Küchen-Spezialitäten aufzutischen, können wir schließlich begreifen, aber innerhalb der Familie bestehen solche

Hindernisse nicht. Es braucht tatsächlich wenig, um seinen Gästen zu Hause Unkonventionelles zu bieten, doch leider finden wir viel zu selten den Mut dazu.

### Beglückende Gastfreundschaft

Wie wunderschön und anregend ist es doch, wenn man irgendwo eingeladen ist, wo dieser Mut zutage tritt. Da ist zum Beispiel die Tafel, an der die Gäste Platz nahmen, ein ungewöhnlich langer, schmaler Holztisch. Kein Tischtuch ist vorhanden, auch für die einzelnen Teller werden keine Sets verwendet. Die Teller sind einfach, aber von leuchtender Farbe und das Besteck ist reiner Jugendstil, also ein geerbtes Gut. Als Hauptgericht wird ein körniger Reis aufgetragen, mit allerlei originellen, zum Teil selber erfundenen Zutaten – es handelt sich aber nicht um eine Reistafel. Ein Essen von größter Einfachheit, und dennoch, oder zum Teil gerade deswegen, höchst charmant.

Oder ich bin bei einer kinderreichen Familie eingeladen. Ungezwungen werde ich in die Tischgesellschaft, die sich wie immer in der Wohnküche versammelt, aufgenommen. Das Nachtessen, gebackene Maisschnitten und Apfelmus, ist nahrhaft und kostet nicht viel, wie es sich in Anbetracht der großen Kinderschar gehört. Aber alles begeistert mich, weil alles echt ist, weil ich von der unverfälschten Atmosphäre einer großen Familie umgeben bin.

Daran liegt es. Unseren Gästen wollen wir vor allem Freude bereiten. Um das zu erreichen, müssen wir keine Künstler, aber vielleicht in etwas höherem Maße Lebenskünstler sein. Dieses Ziel erreichen wir nur, wenn wir uns in vermehrtem Maße bestreben, dem Grundsatz «Sich selber treu» nachzuleben.

BERNHARD ADANK

### Schweizer Ehebüchlein

Aussprüche von Denkern und Dichtern  
Entzückendes Geschenkbändchen. Geb. Fr. 6.–

SCHWEIZER SPIEGEL VERLAG ZÜRICH 1

ADOLF GUGGENBÜHL

### Schweizerisches Trostbüchlein

Vignetten von Walter Guggenbühl  
6.–8. Tausend, Preis Fr. 5.40

**Kenner fahren DKW!**