

**Zeitschrift:** Schweizer Spiegel  
**Herausgeber:** Guggenbühl und Huber  
**Band:** 34 (1958-1959)  
**Heft:** 7

**Artikel:** Wir ziehen um  
**Autor:** Heim-Aebli, Künigolt  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1073243>

#### 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:** 16.02.2026

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



von Küngolt Heim-Aebli

**D**ER Umzug von einer Wohnung in die andere ist eine Angelegenheit der Körperkraft und des Organisationstalentes. Beide kann man unerhört steigern, wenn man will oder muß. Zwar verlangt man von den Frauen ja nicht, daß sie ihre Pendülen, ihr Doppelbett und ihren Sekretär eigenhändig vom obnen Stock heruntertragen, doch auch ohne das wird ihnen mit Einpacken, Treppenlaufen, Zusammensuchen und Nachtragen so viel zugemutet, daß sie sich hinterher sagen, noch nie in ihrem Leben dem Zusammenbrechen so nahe gewesen zu sein. Ein rechter Zügelmann weiß, daß er, wenn er hart arbeitet, auch tüchtig essen muß. Nicht so wir Frauen — wir verzichten an solchen Tagen überhaupt auf jede Labung. Fiebrig, mit einem summenden Geräusch in den Ohren schießen wir umher, und abends legen wir uns erst hin, wenn keine andere Körperhaltung mehr ertragbar scheint. «Nur noch horizontal ausgestreckt fand ich mich wieder!» sagt eine Leidensgenossin. Dafür gibt es keine Abhilfe, man kann bloß konstatieren.

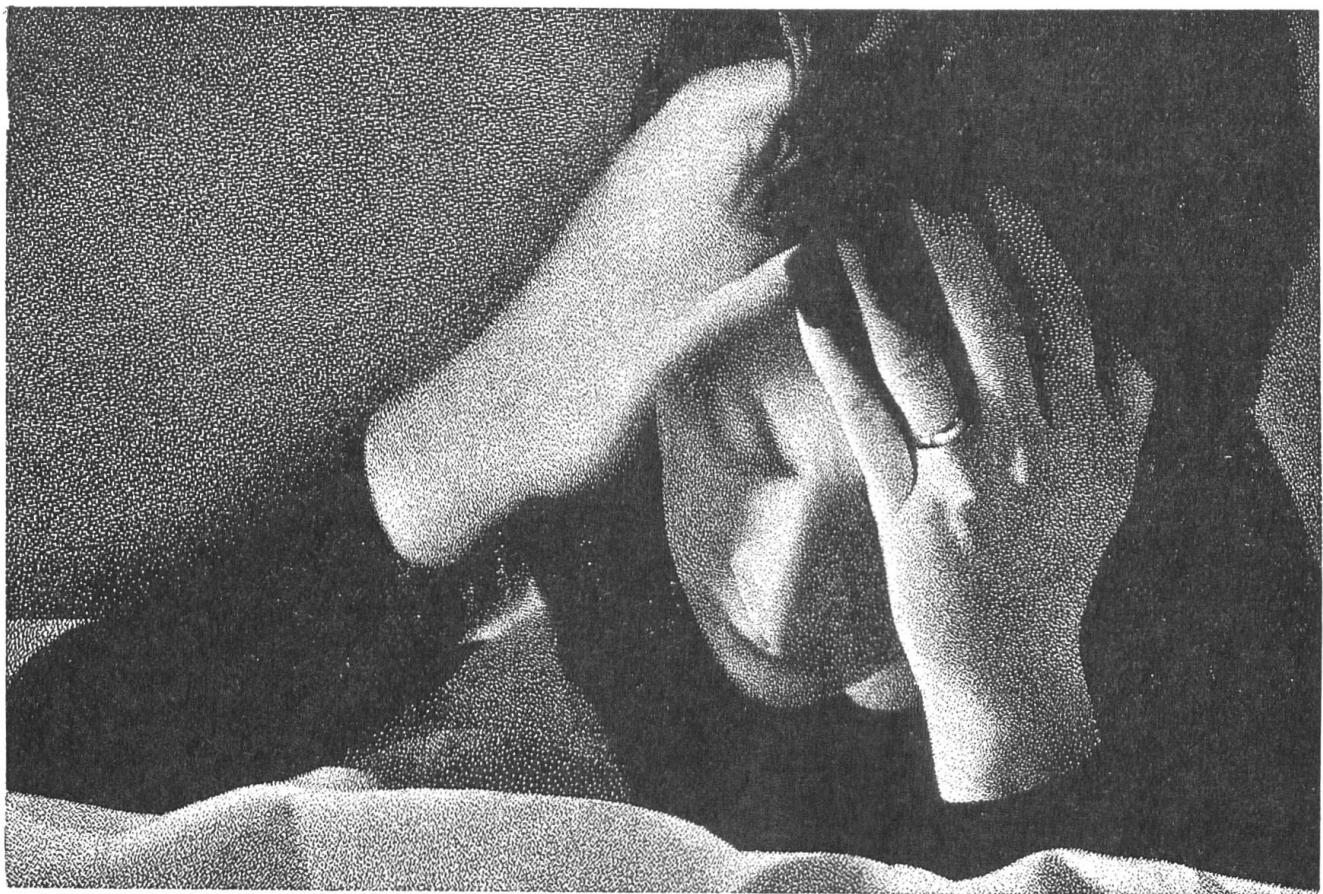
Mit der Organisation steht es gerade umgekehrt. Je mehr wir hier steigern, um so besser schonen wir uns auch. Die geistige Anstrengung kommt unsren Beinen zugut. «Sieben Tage», las ich vor meinem eigenen Auszug in einem Artikel, «sieben Tage vor und sieben Tage nach dem Umzug sollten für die Umstellungsarbeit genügen. Wer mehr braucht, stellt sich ein Zeugnis mangelnder Konzentration aus.» Also fing ich sieben Tage vor unserem Umzug mit Ausscheiden und Einpacken an. Unter Protest meines Ehemannes, der das viel zu früh fand, weil er wohl wußte, daß es fortan mit seiner Gemütlichkeit zu Ende war.

Kommoden, Sekretäre, Schränke und

Schreibtische kann man bei der heutigen Umzugstechnik glücklicherweise unangetastet lassen (sie werden in gefülltem Zustand transportiert), es sei denn, man sehe wie ich die bittere Notwendigkeit ein, ihren Inhalt zu sortieren und den Staub auszuklopfen. Und dann begann ich in Abstellräumen und Keller mit der Hauptarbeit, vor der mir immer wieder graust, und die mich doch wieder entzückt, weil sie sowohl mein Haus als auch mein Gemüt entlastet: ich scheide aus. Mit dieser Tätigkeit, glaube ich, unterscheiden wir uns grundlegend von der Generation unserer Großmütter. Diese wußten, daß sie, wenn sie richtig suchen gingen, auf dem Estrich noch das Kinderstühlchen ihrer Mutter und das erste Röckchen ihres Urgroßvaters finden würden. Mir erscheint schon ein zwei Jahre altes Spielzeug alt. Ich scheide aus. Im Kellergang habe ich ein Depot der verworfenen Dinge angelegt. Es wächst beängstigend. Nach ein paar Tagen kommen die Männer vom Abfuhrwesen (im Telephonbuch zu finden unter: außerordentliche Kehrichtabfuhr) und erbarmen sich der Blumentöpfe, des halben Schaukelpferdes und des vergoldeten Früchtekorbes von Weihnachten vor vier Jahren — erbarmen sich für teures Geld.

Die restlichen Habseligkeiten werden in Behälter verpackt. Umziehen besteht ja eigentlich darin, daß man kleine Dinge in große einpackt, und sie am neuen Ort wieder herausnimmt. Das tönt unsäglich banal, ist aber unsäglich schwierig. Denn woher nehmen Sie die großen Behälter? In meiner Verzweiflung wandte ich mich an die Verwandtschaft und requirierte ihre sämtlichen Zainen und Waschkörbe. Da die Verwandtschaft größtenteils noch zur Generation der Großmütter gehört, die alles aufbewahrt, fiel die Umfrage günstig aus. Die Zügelleute äußerten sich anerkennend. Noch selten hätten sie so elegant verpackte Schaumkellen, Karottensaftpresser und Milchkühler eingeladen.

Drei Tage vor der Abreise standen die Geschirrkisten bereits fertig gepackt vor den Wohnstubenfenstern im Garten, die Bücherkisten standen in der Stube selber. Diese Einteilung fanden wir glücklich, da unterdessen ein drei Tage dauernder Wolkenbruch herniederging. Beim Auspacken fanden wir, daß wir unnötig optimistisch gewesen waren: wir hatten die Kopfkissen vergessen, mit denen wir die Geschirrkisten ausgepolstert hatten. Ihr

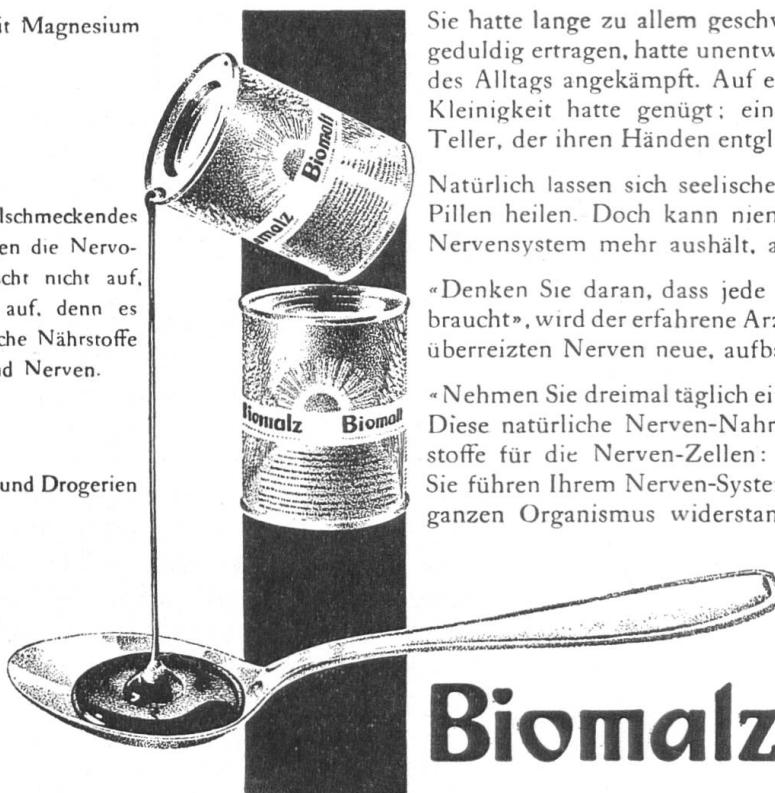


## Wieviel halten Frauen-Nerven aus?

**Biomalz** mit Magnesium

ist ein wohlschmeckendes Kurmittel gegen die Nervosität. Es peitscht nicht auf, sondern baut auf, denn es enthält natürliche Nährstoffe für Gehirn und Nerven.

In Apotheken und Drogerien  
Fr. 4.50



Sie hatte lange zu allem geschwiegen, hatte die Unrat der Kinder geduldig ertragen, hatte unentwegt gegen tausend kleine Ärgernisse des Alltags angekämpft. Auf einmal konnte sie nicht mehr! Eine Kleinigkeit hatte genügt: ein unbedachtes Wort vielleicht, ein Teller, der ihren Händen entglitt und in tausend Stücke zersprang.

Natürlich lassen sich seelische Störungen nicht mit Beruhigungs-Pillen heilen. Doch kann niemand bestreiten, dass ein gesundes Nervensystem mehr aushält, als ein schwaches, überanstrengtes.

«Denken Sie daran, dass jede Nerven-Anstrengung Energie verbraucht», wird der erfahrene Arzt sagen. «Deshalb müssen wir Ihren überreizten Nerven neue, aufbauende Kräfte zuführen.»

«Nehmen Sie dreimal täglich einen Löffel Biomalz mit Magnesium. Diese natürliche Nerven-Nahrung enthält drei wichtige Aufbaustoffe für die Nerven-Zellen: Magnesium, Kalk und Phosphor. Sie führen Ihrem Nerven-System neue Kräfte zu, und machen den ganzen Organismus widerstandsfähiger für den Lebenskampf.»

**Biomalz** mit Magnesium

Zustand war jetzt, um wenig zu sagen, unerfreulich.

Unterdessen aßen wir aus den Plastiktellern der Campingausrüstung, und nach dem Essen klappte jeder sein Besteck zusammen und versorgte es im Hosensack. Schlafen tat man nur noch im Schlafsack, da die Wäsche noch rasch gewaschen worden war, und es der Hausfrau widerstrebt, sie nochmals anzubrauchen. Dies alles gefiel den Jüngern unter uns so gut, daß ihr erster Tränenerguß am neuen Ort der Tatsache galt, daß man nun nicht mehr aus hellblau durchsichtigem Teller essen und nicht mehr im Schlafsack auf der baren Matratze schlafen durfte.

Und dann waren wir an unserm neuen Bestimmungsort angelangt. Zum fünften Mal innerhalb zehn Jahren fing ein neuer Lebensabschnitt an. Man mag gegen das Nomadentum sagen was man will, es hat seine Vorteile. Kennen Sie das Gefühl, wenn Sie in die großen Ferien fahren und in allen Dörfern und Städten die Hausfrauen einkaufen und Staublappen ausschütteln sehen — nur Sie allein von dem Kirmskram verschont, ausgeschlossen sind? Nun, dieses Gefühl überkommt mich alle zwei Jahre, wenn wir ausziehen, und zwar nachhaltig. Jedes Mal kann ich mir sagen: du gehörst vorerst nicht dazu. Du kennst die Leute nicht, du kennst das Klima nicht. Du kannst unter diesen Umständen gar keine rechte Hausfrau sein. Und das freut mich unabdinglich. Ich mache keine Useputzete, sage niemandem guten Tag, wenn ich nicht will, koche keine Konfitüre ein — bin wieder einmal nur ein menschliches Wesen ohne festgetrampften Alltagsrhythmus.

Das hat auch seine negativen Seiten. Weil uns die Gewohnheit fehlt, benehmen wir uns ungeschickt. Wir klemmen die Finger ein, denn die neue Kellertür hat einen vertrackten Luftschutzverschluß. Wir lassen die Milch übersieden, denn die neuen Platten heizen schnell. Matthias schlägt sich ein Loch in die Lippe,

denn um das Haus stehen große Schutthaufen, von denen er herunterstürzt. Dominik beginnt das Leben am neuen Wohnort mit einer bösen Zahnlinfektion. Christof ist laut, fahrig und unzufrieden, denn er kennt die Nachbarskinder noch nicht. Alle sind leicht aufbrausend, eilig, und kommen doch zu nichts. Der Talwind, der unaufhörlich bläst, regt uns auf.

Nach zwei Wochen bessert es sich. Die Wohnung ist eingeräumt, nur noch ein paar elektrische Kabel stechen aus der Decke heraus. Den Jodstift habe ich seit ein paar Tagen nicht mehr hervornehmen müssen, es scheint, als ob die Notfälle versiegen wollten. Wir haben es weniger eilig und richten mehr aus. Sogar Blumenkohl hat es gestern wieder gegeben, wo wir bisher von Käsebrot und Ravioli gelebt haben. Die Buben sind zufriedener. Sie kennen nun ein paar andere, die — höchstes Lob — viel besser klettern können und viel dreckiger sind als sie. Und neun Wochen Ferien liegen vor ihnen. Wenn es regnet, bauen sie ihr neues Zimmer aus. Je zwei und zwei haben sie nun ein Zimmer für sich. Schon Kinder haben ein innenarchitektonisches Vergnügen am Einrichten. Sie kleben ihre Bilder an die große Pavatex-Wand, die dafür da ist. Sie suchen sich eine tomatenrote Bettdecke aus. Sie befreien eine Chiantiflasche von Bast und Papier und erklären sie zu ihrer Blumenvase. Kinderwelt ist ein kleiner Bereich. Das eigene Zimmer ist der Rahmen darum herum.

Heute morgen sind sie zum ersten Mal allein in den Wald hinaufgezogen. Es hat Rehe, Erdbeeren und sehr viel Akelei dort oben. Die Kinder haben sich eingelebt. Im Sinn von «le roi est mort, vive le roi», haben sie sich bedingungslos und erbarmungslos der neuen Heimat ergeben. Ich bin froh darüber. Man mag das Nicht-Verwurzeltein einen Mangel nennen. Gewiß. Auf der andern Seite weiß man ja nie, welche Veränderungen noch auf einen warten, einem aufgezwungen werden. Vielleicht ist es gut, wenn man sich darin übt.

