

**Zeitschrift:** Schweizer Spiegel  
**Herausgeber:** Guggenbühl und Huber  
**Band:** 36 (1960-1961)  
**Heft:** 7

**Artikel:** Es kostet nichts ein Gentleman zu sein  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1074231>

### **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>**

**ES KOSTET NICHTS  
EIN GENTLEMAN ZU  
SEIN**

*von \* \**

**Der vornehme Flüchtling**

Der zweite Weltkrieg war zu Ende, und wir waren seit einem Monat glücklich verheiratet. Da fragte uns eine Bekannte an, ob wir bereit wären, einmal in der Woche einen Flüchtling, der sonst in einem Heim untergebracht sei, zum Mittagessen einzuladen. Wir sagten gerne zu und haben es nicht bereut. Im Gegenteil, wir haben von unserem Gast sehr viel gelernt. Dieser Mann hatte sein ganzes Vermögen verloren, hatte keine Familie und keine Verwandten mehr, konnte im Alter von über 70 Jahren und mit seiner gebrochenen Gesundheit keine Existenz mehr aufbauen, aber ein englischer Lord hätte sich nicht tadelloser benehmen können. Zwischen einem alten Mann, der alles zurücklassen mußte, und einem jungen Pärchen, erfüllt von frohen Hoffnungen, ist ein gewaltiger Unterschied: unser Gast hat ihn uns nie fühlen lassen, sondern versucht, sich mit uns zu freuen, immer darauf bedacht, mit seinem schweren Schicksal unser Glück nicht zu trüben. Mit netten Komplimenten hat er meine Frau, die ihre ersten Gehversuche in der Kochkunst machte, aufgemuntert und sie immer wieder mit einer Aufmerksamkeit überrascht, obschon er mit zehn Franken Taschengeld im Monat auskommen mußte.

Er ist nun schon lange gestorben, aber sein Beispiel, mit wenig Geld ein Gentleman zu sein, ist uns sehr wichtig geworden. Allerdings bin ich finanziell nie auf sein Niveau reduziert worden, und leider bin ich auch noch nicht ein solcher Gentleman geworden wie er, aber manches habe ich mir doch zum Vorbild genommen.

**Freundlichkeit  
streckt das Haushaltungsgeld**

Ich will mich über meine Besoldung nicht beklagen. An einer schönen Aufgabe zu stehen, und auch noch etwas Zeit zur Besinnung übrig zu haben, ist mir viel wichtiger als eine hohe Besoldung. Darum verdiene ich nicht so viel wie andere Akademiker. Zudem haben wir sieben Kinder, deren Ausbildung das Budget empfindlich zu belasten beginnt. Trotzdem möchten wir dem Akademikerstand gemäß leben. Das ist möglich, weil es sehr viele Dinge gibt, die nichts kosten und doch das Lebensgefühl heben.

Es kostet zum Beispiel nichts, alles Fluchen und häßliche Reden zu meiden und zu seiner Sprache Sorge zu tragen. Es ist auch keine Geldfrage, ob ich meiner Gattin in den Mantel helfe oder nicht, und ob der Sohn der Mutter das Marktnetz trägt, oder ob er auf dem Velo neben ihr vorbei lümmelt.

Das Haushaltungsgeld reicht nicht jeden Tag für Fleisch. Unsere Hauptnahrung sind Kartoffeln. Aber gerade mit Kartoffeln ist so viel Abwechslung möglich, und es kommt viel darauf an, wie sie präsentiert werden. Wenn es Geschwellte mit Käse gibt, bereitet meine Frau meistens eine hübsche Käseplatte. Bei einer großen Familie ist es kein großer Preisunterschied mehr, ob man von einer Sorte viel, oder ob man von verschiedenen Sorten und von jeder entsprechend weniger ißt. Überhaupt lohnt es sich bei großen Familien, zwar einfache Speisen, aber mit viel Auswahl und in verschiedenen Gängen auf den Tisch zu bringen. So stehen am Sonntagmorgen auf dem Tisch zwei Sorten Brot, zwei Sorten Konfitüre, Butter, Joghurt und Haferflocken. Nach dem Mittag- und Abendessen bekommen wir oft einen Dessert, und gerade hier spielt die Aufmachung eine große Rolle. Kaltes Apfelmus oder ein kleines Stück Apfelkuchen vom Vortag, oder eine Schale mit Äpfeln, Birnen und Zwetschgen stellen bei guter Präsentation herrliche Desserts dar und kosten so nicht mehr, als wenn sich jedes im Vorübergehen aus der Markttasche oder aus dem Küchenschrank selber und formlos verpflegen würde.

Sicher ist das Tischgebet nicht nur Sache der Tischkultur. Aber es hat die gute Wirkung, daß alle miteinander anfangen und zu einer Tischgemeinschaft werden können; es hebt das



Nehmen Sie  
**Femisan**  
das Stärkungsmittel  
für Herz und Nerven

das Schweizer Frauenpräparat  
der Vertrauensmarke



Flaschen Fr. 4.90, Fr. 8.85, Kurf flasche Fr. 18.75  
in Apotheken und Drogerien

*Maler Paul Burckhardt*


## Kochbüchlein für Einzelgänger

Anleitung für Ungeübte zur raschen Herstellung einfacher Gerichte

Mit Zeichnungen vom Verfasser. Neue erweiterte Auflage. In reizendem Geschenkbund. 8.-9. Tausend. Ganzleinen Fr. 6.40

*Das Ergebnis einer dreißigjährigen Kocherfahrung eines Künstlers, der zugleich Lebenskünstler ist.*

SCHWEIZER SPIEGEL VERLAG  
ZÜRICH 1



**Contra-Schmerz**  
gegen  
Kopfweg, Migräne, Rheuma

Dr. Wild & Co. Basel



Essen aus dem Alltag heraus und macht es auch ohne Braten festlich.

### Kostenlose Werte

Bei einer großen Familie reicht das Geld leider nicht zum Anschaffen von teuren Büchern und zum Besuch von teuren Konzerten. Aber es gibt viele Einrichtungen, die über diesen Mangel hinweghelfen. Eine großzügige Hilfe und fast unerschöpfliche Quelle, um sein Leben zu bereichern, sind die öffentlichen Bibliotheken. Eine Postkarte genügt, um aus der Landesbibliothek die herrlichsten Schätze bis ins abgelegene Bergdorf hinauf zu zaubern. In der Stadt findet man im Lesesaal der Bibliothek einen warmen und stillen Ort, und es kostet nichts, wie ein Professor an seinem Tische zu sitzen und Folianten aufzuschlagen. Ob man sie dann auch versteht, ist wieder eine andere Frage, aber auch keine Geldfrage. Zu den billigsten und doch wertvollsten geistigen Vergnügen gehört ein Museumsbesuch, wobei man ja noch den Tag mit freiem Eintritt wählen kann.

Musik bringt einem der Radio ins Haus. Seine Anschaffung und sein Betrieb kosten freilich Geld. Aber ob der Radio die Hauskultur zerstört und sich geisttötend und verdummend auswirkt, oder ob er die Hauskultur fördert und das geistige Leben der Familie anregt, ist keine Geldfrage, sondern eine Frage der Lebensgestaltung. Obschon wir auch mit Zeitschriften-Abonnements sparsam sein müssen, haben wir doch eine Radiozeitung; denn so ist es möglich, aus dem Programm auszuwählen.

Das eine auszuwählen und auf das andere zu verzichten ist nicht nur am Radio, sondern überhaupt nötig, um seine Kultur zu erhalten. Sonst wird man kulturell überflutet und geht unter. Kultur haben heißt, den Mut haben, nicht alles mitzumachen. Man muß ohne Groll und ohne Blasiertheit sagen können: diese Ausstellung habe ich nicht gesehen, jenes Konzert habe ich nicht gehört und ich kann weder diese Sprache noch spiele ich jenes Instrument. Kultur haben heißt, sich auf das Wenige beschränken, wo man wirklich noch ganz dabei sein kann. Wer wenig Geld besitzt und auf manches verzichten muß, hat also eine gute Voraussetzung für Kultur.

## Eintritt frei

Nämlich in die Kirche. Gewiß geht es in der Kirche nicht um die Kultur, sondern um den Glauben. Aber die Teilnahme am kirchlichen Leben hat die erfreuliche Nebenwirkung, daß man dadurch in eine Gemeinschaft hineinkommt, wo der Mensch noch mehr gilt als das Geld. Bei freiem Eintritt kommt man hier in ein reges Geistesleben. Und wenn einmal für einen besonderen Anlaß ein Eintrittsgeld erhoben wird, so ist es meistens sehr bescheiden und oft für alle Plätze gleich. Die kirchlichen Vereine sind durchschnittlich die billigsten. So bietet zum Beispiel mancher Kirchenchor bei einem geringen Jahresbeitrag und kleinen Nebenkosten doch den Zugang zur herrlichen Welt von Bach und Schütz.

Durch die ökumenische Bewegung und durch die Mission bekommt man einen lebendigen Kontakt mit andern Völkern und fremden Ländern. Hin und wieder braucht die Kirchgemeinde Freiquartiere für ihre Gäste, ohne besonderen Komfort zu beanspruchen. Wir haben so im Laufe der Jahre in- und ausländische Gastfreunde bekommen, die uns ihrerseits zu sich einladen. Wir machen jedoch von ihren Einladungen nur ganz spärlichen Gebrauch. Immerhin sind wir auf diesem Wege auch zur Lösung unseres Ferienproblems gekommen.

## Mit wenig Geld Familienferien am Meer

Als wir mit der ganzen Kinderschar vier Wochen Ferien am Meer verbracht hatten, deutete man uns von verschiedenen Seiten an, das könne sich nur einer leisten, der mehr einnehme als was er versteuere. Oder ob wir etwas geerbt hätten? Nein, die Sache ist viel einfacher.

Schon dreimal haben wir für die Ferien mit einer andern Familie die Wohnung getauscht, einmal im Wallis, einmal in der Innerschweiz und einmal in Südfrankreich. In Südfrankreich war die Wohnung sehr einfach, aber immer noch viel komfortabler als manche teure Ferienwohnung. Wir fanden auch nichts unmittelbar am Strand, sondern nur in einem alten Landstädtchen etwa 15 Kilometer landeinwärts, aber mit dem Strand durch einen Autobus verbunden. Wir waren in unserem Städtchen fast die einzigen Fremden und hatten so

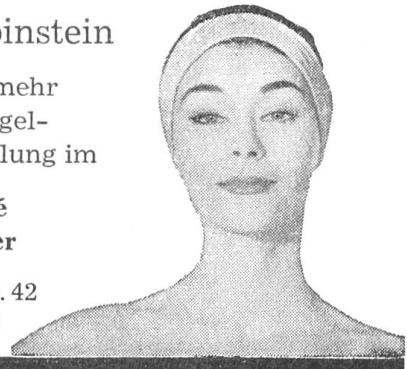
## Schönheit

Helena Rubinstein

schenkt Ihnen mehr  
Erfolg durch regel-  
mäßige Behandlung im

**Salon de Beauté**  
**Maria Schweizer**

Zürich 1 Talstr. 42  
☎ 051 / 27 47 58



 <p><b>Aus der Citrone</b> Citronenessig <i>Citrovin</i></p>	
<p>Citrovin-Mayonnaise <i>Mayonna</i></p>	<p>Citronensaft im Sprayfläschli <i>Lemosana</i></p>

6



E. METTLER-MÜLLER AG RORSCHACH

## Abnehmen: Doppelwirkung durch Amaigritol

Die leicht einzunehmenden

### Amaigritol-Dragees

verursachen keine Beschwerden und keine unangenehmen Begleiterscheinungen.

Kur Fr. 16.50, OPG. 6.25

in Apotheken und Drogerien

Aeusserliche Behandlung:  
**Schlankheits-Crème**  
**Amaigritol** wirksam und  
sauber in der Anwendung,  
reizt die Haut nicht und hat  
ein diskretes Parfum.  
Fr. 6.55, Fr. 11.40  
Gratismuster verlangen.

**Lindenhof-Apotheke, Rennweg 46, Zürich 1**

die schöne Gelegenheit, unverfälschtes Südfrankreich zu erleben. Fast jeden Tag fuhren wir ans Meer, schlugen Sonnendach und Windschutz auf und fanden immer ein günstiges Plätzchen, weil die provençalische Küste glücklicherweise noch nicht ganz von der Fremdenindustrie beschlagnahmt ist.

Die Abmachung, daß jede Familie die Ferienwohnung nur vom Größten reinige und erst nach der Heimkehr ihre eigene Wohnung wieder gründlich in Ordnung bringe, hat sich bewährt. So konnten wir jedesmal unsere Ferien bis zum letzten Tag genießen, und die eigene Wohnung haben wir immer etwa so angetroffen, wie wir die Ferienwohnung zurückgelassen hatten. Unsere Partner waren jedesmal sogar bereit, während den Ferien unseren Hund zu hüten, und durften dafür aus unserem Garten ernten, was sie wollten, ohne darin arbeiten zu müssen.

In allem ist man einander großzügig entgegengekommen. Das ist allerdings nur da möglich, wo man Vertrauen zueinander haben kann. Ein solcher Tausch ist am besten tunlich zwischen Glaubens- und Gesinnungsgenossen, die einander vielleicht aus einem Briefwechsel schon kennen. Auch der gleiche Beruf kann den Tausch erleichtern; ich stelle mir vor, daß zum Beispiel Ärzte, Pfarrer, Lehrer, Postangestellte usw. unter sich gut tauschen könnten, oder daß auch gewisse Berufsverbände als Vermittler und Treuhänder dienen würden.

Aber nun bin ich bereits vom Thema abgewichen. Ich möchte nämlich nicht behaupten, daß solche Ferien nichts kosteten. Obschon man beim Tauschen die Wohnung unentgeltlich bekommt, gibt es doch allerhand Reisekosten. Und schließlich braucht man ja nicht Ferien am Meer, um ein Gentleman zu sein!



### WADI GINSENG gibt Kraft und Sicherheit

Energiespender für Mann und Frau mit Extrakt der Lebenswurzel Ginseng + Gelée Royale + Glutamin + Lecithin stärkt nachhaltig bei Erschöpfung, Nervosität, Übermüdung, vorzeitigem Altern. 3-Wochen-Kur Fr. 23.—, Flasche Fr. 12.50, Kapseln gegen Nervenschwäche Fr. 11.50 in Apotheken und Drogerien.

Vertrieb H. Egger & Co., Pharmaceutica, Bäch SZ



PAUL WINTER

### Dampfroßromantik am Gotthard

45 Illustrationen von Hugo Laubi  
3. Auflage. Gebunden Fr. 6.50

*Dreißig köstliche Geschichten aus der Welt  
der alten Gotthardbahn*

SCHWEIZER SPIEGEL VERLAG  
ZÜRICH 1

ADOLF GUGGENBÜHL

### Der schweizerische Knigge

Ein Brevier für zeitgemäße Umgangsformen.  
Umgearbeitete Neuauflage 53.–63. Tausend.  
In Goldfolienumschlag Fr. 5.20

Ein reizendes Geschenk für gute Freunde und  
heranwachsende Söhne und Töchter.

SCHWEIZER SPIEGEL VERLAG  
ZÜRICH 1

*Kenner fahren* **DKW!**



# So schlank und lebensfroh in den Frühling mit \*\*\*

Auch Sie können so schlank und jugendlich dem kommenden Sommer entgegblicken.

## Jeder Ofen muss im Frühling

von Asche, Ruß und Schlacken gereinigt werden. Ebenso dringend braucht der menschliche Organismus eine gründliche innere Reinigung und Entschlackung. Echte und bleibende Gewichtsabnahmen kommen jedoch nur zustande, wenn die natürlichen Funktionen auf biologische Art angeregt werden und eine durchgreifende innere Umstimmung erzielt wird, ohne daß dem Körper oder dem Nervensystem irgendwelche Gewaltmittel zugemutet werden. Nicht umsonst empfiehlt das anerkannte Reformhaus mit Ueberzeugung Dr. Ritters Weizendiät mit aktiver Milchsäure. Diese 7-Tage-Kur zur natürlichen Entwässerung, Entschlackung und Gewichtsabnahme hat in den letzten Jahren immer mehr bleibende Anhänger gefunden. Unzählige Männer und Frauen schützen sich damit vor den Gefahren und schädlichen Wirkungen des Uebergewichts.



\*\*\*

**Dr. Ritter's WEIZENDIÄT**

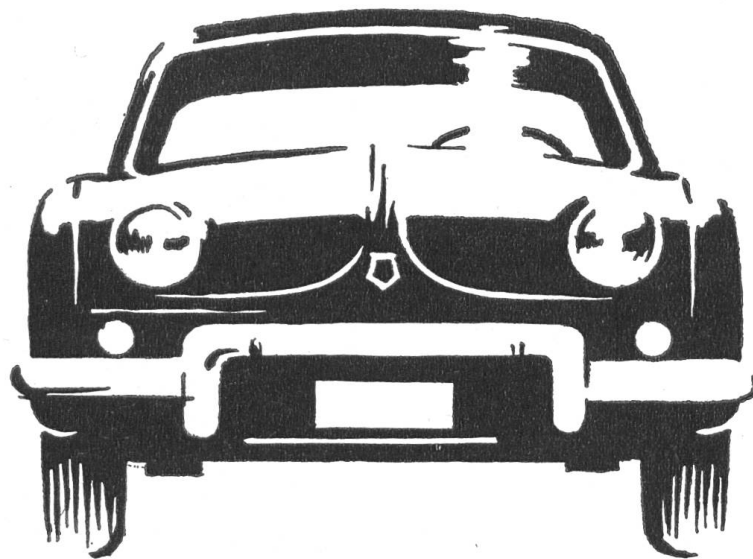
die einzigartige, garantiert naturreine Spezial-Diät zur Gewichtsabnahme, die biologisch aktive Milchsäure enthält und eine gründliche Sanierung der Darmflora herbeiführt. Nur im Reformhaus und in Reformabteilungen erhältlich. Ausführlicher Prospekt durch Somona, Olten 1.



# 1961

## DAUPHINE

4-Zylinder-Heckmotor - 4 Gänge - 4 Türen - 4-5 Plätze -  
115 Std/km Spitze - rasanter Anzug - Aérostable-Luft-  
kissen-Federung - 12-Volt-Anlage - Diebstahls-Siche-  
rung - Zahnstangen-Lenkung - Automatischer Choke-  
Zweistufen-Heizung - Bremskraftverteiler - und  
vieles mehr. Fr. 6475.-



Probefahrten jederzeit durch



RENAULT AUTOMOBILE  
Ankerstrasse 3 ZÜRICH