

Zeitschrift: Schweizer Spiegel
Herausgeber: Guggenbühl und Huber
Band: 37 (1961-1962)
Heft: 10

Artikel: Von der Weisheit der Beschränkung
Autor: Andres-Hartmann, Claire
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1073979>

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: 13.01.2026

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



Von der Weisheit der Beschränkung

von
Claire Andres-Hartmann



Wer unter uns hätte nicht schon im Tram oder in einem Wartezimmer das Gespräch zweier Frauen mitangehört, in dem es um eine andere, offenbar sehr tüchtige Hausfrau ging. «Sie näht für ihre fünf Kinder alles selber, daneben besorgt sie den großen Gemüsegarten und macht dem Mann erst noch die sehr komplizierte Buchhaltung...»

Nach solchen Gesprächen, in denen das Hohelied der tüchtigen Frau und Mutter gesungen wird, werden wir «gewöhnlichen» Hausfrauen oft von Neid oder gar Niedergeschlagenheit erfaßt, und wir fragen uns, wie es denn andere fertig bringen, einem großen Haushalt vorzustehen und trotzdem noch so viele Dinge nebenher zu erledigen, für die wir weder Zeit noch Kraft aufbringen.

Nun gibt es zwei Arten, sich der deprimierenden Wirkung solcher leuchtender Beispiele

zu erwehren: Die eine besteht darin, sich mit aller Energie aufzuraffen und sich ebenfalls ins Do-it-yourself zu stürzen – die andere darin, sich weise zu beschränken. Für diese Tugend, die immer weniger geübt zu werden scheint, möchte ich hier eintreten.

Das Malaise der Hausfrau

Wilhelm Busch war nicht nur Autor von Max und Moritz und anderem illustriertem Schabernack, er war zugleich ein ernster Philosoph, und wir dürfen es wohl beherzigen, wenn er uns empfiehlt:

«Der gute Mensch ist niemals unbescheiden und tut nicht mehr, als was er kann...»

Eine der vielen Ursachen des Malaises der schweizerischen Hausfrauen besteht nun eben darin, mehr tun zu wollen, als was sie kann. Angefeuert durch das Beispiel einer besonders tüchtigen Freundin oder Nachbarin beschließt sie zum Beispiel, ihren Lieben auch jeden Sonntag eine selbstgebackene Züpfle aufzustellen – und vergißt in ihrem Eifer, daß ihre Familie lieber dunkles Brot ißt. Sie versucht, Stiefmütterchen oder Asters selber im Frühbett zu ziehen und ärgert sich dann über die mickerigen Pflänzchen, die die viele Pflege so gar nicht zu lohnen scheinen. So erreicht die sich abmühende Hausfrau zuletzt nur, daß sich ihr Minderwertigkeitskomplex verstärkt.

Es ist bestimmt etwas Schönes, wenn eine Frau die Gartenarbeit aus dem FF versteht, und, mit Maß betrieben, wird sie ihr gewiß viel Freude bringen. Es ist aber verfehlt, wenn sie dabei Dinge unternimmt, die über ihre Kräfte gehen, und die ja auch niemand von ihr erwartet. Erschöpft nach dem Anlegen einer neuen Rabatte oder dem Planieren einer Rasenfläche, kann sie nicht begreifen, wenn ihr Mann ihre große Leistung nicht nur zu wenig anerkennt, sondern sie vielleicht noch tadelt, weil er entweder um ihre Gesundheit besorgt ist oder aber findet, er hätte gerne mitgeholfen.

Tut eine Frau in solcher Weise immer wieder auf allen möglichen Gebieten mehr, als sie kann, und auch mehr, als vernünftigerweise von ihr erwartet wird, so wird sie mit der Zeit verkrampft, überreizt und nervös und steckt damit auch Mann und Kinder an.

Natürlich ist es etwas anderes, wenn eine

Mild... mild... mild



Sie wissen: der aus Milch gewonnene Essig ist der mildeste aller Essige. Lacta ist für jedermann, jedes Alter bekömmlich.

Fr. 1.70 der Liter
(50 Salatplatten
für 2-3
Personen)

Bourgeois Frères & Cie S. A., Ballaigues



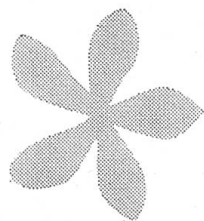
Hausfrau aus finanzieller Notwendigkeit alle alten Kleider zweimal wendet, aus jedem Stücklein Stoff etwas für die Kleinen anfertigt und bis spät in die Nacht hinein flickt, strickt und näht. Solche geplagten Mütter verdienen nicht nur unsere Hochachtung, sondern auch unser Mitgefühl und vor allem unsere tatkräftige Hilfe.

Nur allzu oft entspringt aber der übertriebene Arbeitseifer unserer Hausfrauen nicht so sehr der Notwendigkeit, als vielmehr einem falschen Ideal.

Mehr Selbstbewusstsein

Bei jeder Arbeit, die uns weder liegt noch Freude macht, sollten wir uns darauf besinnen, ob sie auch wirklich notwendig ist. Notwendig aber, im wahren Sinne des Wortes, ist etwas, das die Not wendet – also etwas, das unbedingt getan werden muß, um einem Notstand abzuhelpfen. Ich selber habe zum Beispiel lange gebraucht, bis ich erkannte, daß das Einmachen von Früchten in meinem Haushalt keinem wirklichen Bedürfnis entspricht, und daß außerdem meine Begabungen auf anderem Gebiet liegen als dem der Nahrungsmittelkonservierung. Die sauren Gurken, die ich einmachte, weil die meiner Nachbarin mir so gut schmeckten, warf ich Glas um Glas weg, weil ich in meiner Unsicherheit an ihrer Haltbarkeit zweifelte. Die Gläser mit Sterilisiertem gingen teilweise wieder auf, und die Konfitüre überzog sich trotz des unfehlbaren großmütterlichen Rezeptes nach kurzer Zeit mit Schimmel. Dennoch machte ich mir Jahr für Jahr eiserne Mühe mit dem Einmachen und tischte meiner Familie immer wieder diese meine Produkte auf statt zum Beispiel Käse- und Honigbrote, die sie wirklich schätzt.

Aber eines Tages faßte ich ganz wider meine Hausfrauenehre den heroischen Entschluß, nur noch die eigenen überflüssigen Beeren – also jene, die wir nicht innert nützlicher Frist roh essen können – einzukochen und nur jene wenigen Konfitüren herzustellen, die meine Leute als «selbstgemacht» am meisten schätzen. Auch davon behalte ich nur so viel, wie meine Familie in kurzer Zeit verkraften kann, während ich den Rest an kinderreiche Familien weitergebe mit dem ausdrücklichen Vermerk,



Eins... zwei... drei... servierbereit!

Stocki®* prima, fixfertiger
Kartoffelstock
von Knorr* prima Essen** mit
Knorr **Sauce bolognese*****
prima für verwöhnte Gaumen!



® registrierte Schutzmarke

Knorr

POLYCOLOR



- Haar vorwaschen
- Creme auftragen
- einwirken lassen
- gut ausspülen

Das Make-up



für jedes Haar!
Fr. 2.25

Rezept einer Vielbegehrten...

Regelmässig eine Schönheitswäsche mit POLYCOLOR-Creme-Shampoo-Pastell machen – das ist genau so einfach wie jede gewohnte Haarwäsche. Das Haar gewinnt aber durch eine Behandlung gleichzeitig duftige Reinheit – sorgsame Pflege – natürliche Farbschönheit. Sie können den Naturton auffrischen, vertiefen, beleben oder auch eine leichte Ergrauung verdecken. 17 Nuancen zur Auswahl! POLYCOLOR bekommen Sie in Drogerien, Parfümerien und anderen Fachgeschäften. Verlangen Sie kostenlos das ausführliche POLYCOLOR-Büchlein.

Ist Ihr Haar aber mittel oder stark ergraut bzw. weiss, und es soll wieder seine Naturfarbe haben, dann verwenden Sie die POLYCOLOR Creme Haarfarbe.

POLY SET, der ideale Haarfestiger in der handlichen Portionsflasche, verhindert das Fliegen des Haares und gibt ihm dauerhaften Sitz.

NEU: POLYCLAIR Haar-Aufheller, das pflegende Aufhellungsshampoo für jedes Haar.

Profar S.A., Carouge-Genève

die Sachen nicht etwa dem Notvorrat einzuverleiben, sondern recht bald aufzuessen.

So hat für mich die Arbeit des Einkochens, die ich wahrscheinlich aus hartnäckigem Traditionsgefühl nicht völlig aufgeben kann, einen wirklichen Sinn erhalten, und ich fühle mich den tüchtigeren Hausfrauen, die Regal um Regal mit tadellos haltbaren Bülacherflaschen füllen, auch nicht mehr unterlegen.

Ich habe eine Freundin, die tatsächlich in zwei Stunden aus einer alten Windbluse ein Jäckchen für ihren Buben herstellt – komplett mit Reißverschluss und angenähter Kapuze. Eine solche Arbeit ist natürlich sinnvoll, selbst wenn das Jäckchen nur eine halbe Saison getragen werden kann und meine Freundin an jenem Tag eine Putzfrau für das Spähen der Böden beschäftigt. Weniger Sinn hat es hingegen, wenn eine im Nähen ungeübte Hausfrau sich zuerst ein Schnittmuster erstehen muß und dann das Jäckchen mühsam in drei Nachmittagen herstellt, während sie vor Anstrengung weder für ihre Kinder noch für sonst wen ein freundliches Wort übrig hat.

Weshalb können wir uns nicht neidlos eingestehen, daß Frau X es fabelhaft versteht, ihre Haare selber zu waschen und ihnen eine hübsche Form zu geben, während solche Versuche unsererseits immer mißlingen. Es hat auch nichts Ehrenrühriges an sich, wenn eine Frau die Hemden ihres Mannes, der großen Wert auf steife Kragen legt, ausgibt zum Glätten und Änderungen an Anzügen vom Schneider besorgen läßt. Beschränkung auf das, was man gut kann und versteht, hat durchaus nichts zu tun mit Beschränktheit. Weshalb wollen wir nicht fröhlich dazu stehen, daß wir weder Bubenhosen schneiden noch Porzellan malen können; gehen wir doch statt dessen mit unseren Kindern im Sommer ins Schwimmbad oder in den Zoologischen Garten, im Winter schlitteln oder auf die Eisbahn.

Gewiß gibt es Dinge, die in einem Haushalt – gern oder ungern – unbedingt getan werden müssen – es gibt aber auch solche, die wir ruhig denen überlassen dürfen, die dazu das nötige Geschick und die Freude mitbringen. Vermeiden wir es also, unsere Kräfte zu zersplittern, und konzentrieren wir sie auf jene Dinge, die uns über die routinemäßige Arbeit hinaus besonders freuen – zum Segen und zur Zufriedenheit nicht nur unserer selbst, sondern auch unserer Familie.

Schweizerdeutsche Kinderverse

Ausgewählt von
ALLEN GUGGENBÜHL

Versli zum Ufsäge

11.–14. Tausend. Broschiert Fr. 3.35

76 meist schweizerdeutsche Gedichte, die von vier- bis neunjährigen Kindern bei festlichen Anlässen vorgetragen werden können. Ein reizend ausgestattetes Büchlein.

Ausgewählt von
ADOLF GUGGENBÜHL

S Chindli bättet

8.–10. Tausend. Broschiert Fr. 3.35

Schweizerdeutsche Kindergebete

SCHWEIZER SPIEGEL VERLAG
ZÜRICH 1