

**Zeitschrift:** Wohnen  
**Herausgeber:** Wohnbaugenossenschaften Schweiz; Verband der gemeinnützigen Wohnbauträger  
**Band:** 76 (2001)  
**Heft:** 4

**Artikel:** Andere Länder, andere Schlafsitten  
**Autor:** Lanfranconi, Paula  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-106971>

### **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:** 12.01.2026

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



Schlafen in anderen Kulturen

# Andere Länder, andere Schlafsitten



Text: Paula Lanfranconi  
Fotos: Ferenc Hamza



Zum Schlafen gehört mehr als ein Bett und ein paar Decken: Schlafen ist eng mit der Kultur eines Volkes verflochten. *wohnen* wollte von Menschen aus Senegal, Indonesien und Japan wissen, wie sie zuhause schlafen. Dass sich ausschliesslich Frauen zu Wort melden, ist Zufall. Oder vielleicht doch nicht?



Auf den ersten Blick sieht das kleine Haus nicht viel anders aus als seine Nachbarn. Sonnenverwöhnt steht es am Fuss des Glärnisch. Die Panoramasicht auf den Tödi und hinüber ins Sernftal stünde jedem Prospekt von Schweiz Tourismus gut an. Betritt man das Haus, ist man plötzlich in einer anderen Welt. Statt dunklem Täfer und niedrigen Decken dominieren hier helles Holz und grosszügige, klare Linien: Kyoko und Peter Ginsig-Morone haben sich in ihrem Glarner

Ferienhaus ein japanisches Refugium eingerichtet. Der Hauptraum, vom Fussboden etwas erhöht, ist mit Tatami ausgelegt. Das sind aus Reisstroh gepresste und mit Schilfgras überzogene Matten. Ausser einem niedrigen Tisch in der Zimmermitte gibt es keine Möbel. Der Blick wird nur von einem Frühlingsstrauss und zwei zeremoniellen Puppen abgelenkt, die in einer Wandnische stehen.

Kyoko Ginsig-Morone ist in Tokyo aufgewachsen und hat Geschichte studiert. Zur sechs-

köpfigen Familie gehörte neben den drei Kindern auch die Grossmutter. «Wir hatten drei Tatami-Zimmer und ein Zimmer mit Holzboden», erzählt Kyoko. Der Tatami ist in Japan eine zentrale Messgrösse: Die Grundfläche der Zimmer wird nicht in Quadratmetern angegeben, sondern mit der Anzahl Tatami-matten, welche darin Platz haben. Ein klassischer Tatami misst 90 mal 180 Zentimeter – etwa so viel, wie ein Mensch zum Schlafen braucht. ►

## Japan: Mindestens ein Tatami-Zimmer





«Der gesamte Boden, das ganze Haus wird zum Bett», schrieb der amerikanische Ethnologe Edward Morse, der Japan im 19. Jahrhundert bereist hat. Das ist enorm raumsparend: Am Abend legt man die Futons – das japanische Bettzeug bestehend aus Shikibuton (Matratze), Kakebuton (Duvet) und Makura (Kissen) – direkt auf die Tatamimatten. Am Morgen verschwindet das gefaltete Bettzeug im Wandschrank. Deshalb sehen japanische Wohnungen immer so schön aufgeräumt aus. Für Europäer eher gewöhnungsbedürftig waren früher die Kopfkissen: Um ihre kunstvollen Zöpfe zu schonen, zurrten die Japanerinnen und Japaner die zylinderförmigen Kissen

auf einem niedrigen Holzgestell fest. Wer allzu lebhaft träumte, fiel unsanft von der Kopfstütze . . .

Das ist lange her. Heute, stellt Kyoko Ginsig-Morone fest, näherte sich der Lebensstil der Japanerinnen und Japaner immer mehr dem Westen an. Die neueren Häuser bestehen nicht mehr aus Naturmaterialien und sind deshalb nicht mehr so gut durchlüftet wie die traditionellen Holzbauten. Kyoko Ginsig-Morone: «Zwar haben viele Leute noch mindestens ein Tatamizimmer, um darin Gäste unterzubringen oder Feste zu feiern. Aber in den neueren Häusern bevorzugen viele westliche Betten.» Auch Kyokos Grossmutter leg-

te ihren Futon auf einen Rost, weil sie dann leichter aufstehen konnte. Familien mit Kindern wechseln auch aus hygienischen Gründen auf westliche Betten, denn im feuchtwarmen Tokyoter Sommer ist es manchmal schwierig, die Tatami milbenfrei zu halten. Eines lassen sich die Japanerinnen und Japaner aber nicht nehmen: Das genüssliche Bad, bevor sie sich in den Nemaki, den baumwollenen «Schlafkimono», stürzen. Das entspannende Plantschen ist auch wichtig, weil viele «Salarymen» – Geschäftsleute – nach einem langen Arbeitstag noch eine mehrstündige Zugfahrt in die weitläufigen Agglomerationen hinter sich bringen müssen.


## Senegal: Nach der Geburt verstossen





Wie schläft Kyoko hier in der Schweiz? Sie lacht: «Nicht auf einem Futon, sondern in einem ganz normalen Bett, nur etwas niedriger als üblich.» Für ihre Gäste, die im tatami-gerecht umgebauten Glarner Ferienhaus übernachten, will sie aber Futons kaufen – selbstverständlich echt japanische aus Baumwolle. 17 Jahre lebt die 46-jährige Kyoko Ginsig-Morone bereits hier. Am Anfang war das nicht einfach. In Japan an eine Kultur der Harmonie und des Lächelns gewöhnt, hatte die junge Frau zuerst Mühe mit unserer direkten, individualistischen Art: «Ich sagte vieles nicht so direkt, weil ich glaubte, die Leute würden mich auch so verstehen.» Doch jetzt

habe sie sich an die Regeln gewöhnt und fühle sich wohl in der Schweiz, sagt sie. Natürlich mit einem bezaubernden Lächeln.



Bläulich ringelt sich das Thiouraye-Räuchlein gegen die Decke. Sein weihrauchig-sinnlicher Duft macht es einfacher, sich von Lucienne Sall Signers nüchterner Zürcher Wohnung nach Senegal zu versetzen. In diesem westafrikanischen Land ist Lucienne vor 27 Jahren zur Welt gekommen. Senegal hat etwa 10 Millionen EinwohnerInnen und grenzt an Mauretanien, Mali und Guinea-Bissau. Luciennes Geburtshaus steht in Ziguinchor, der zweitgrössten Stadt Senegals. Träge zieht der Fluss Casamance vorbei. Es ist subtropisch warm, die Temperaturen fallen selten unter 25 Grad. Auf den ersten Blick scheinen die senegalesischen Schlafsitten gar nicht so verschieden von unseren. In den Städten, erzählt Lucienne, schlafen die Leute in Betten. Aber sie ziehen keine Pyjamas an, sondern dünne Wickeltücher aus Baumwolle. Als Anschauungsobjekt präsentiert Lucienne ein duftiges Gewebe aus Satin und Mousseline: Reizwäsche a la senegalaise sozusagen. Auf dem Land gehts karger zu. Hier legt man die Matratzen direkt auf Strohmatten. Bevor die Kolonisatoren kamen, schliefen die Leute auf Strohsäcken. Als Kissen diente ihnen eine Art Holzschmel, in die sie Vertiefungen für den Kopf anbrachten.

Schlafmässig ist Senegal ein richtiges Paradies für Eltern und Kinder. Den allabendlichen Zubettgeh-Stress kennt dort niemand. Lucienne: «Es gibt weder Zahnputzritual und Gutenachtgeschichte noch fixe Schlafenszeiten. Die Kinder können sich austoben, bis sie müde sind. Erst wenn sie einnicken, werden sie ins Bett getragen.» Meistens wird es etwa zehn Uhr, bis es Nachtessen gibt. Und

trotzdem klappt das Aufstehen am nächsten Morgen meistens problemlos.

Weniger problemlos ist die Polygamie. Über 90 Prozent der SenegalesInnen sind Muslime. Die Männer können – je nach finanzieller Potenz und gesellschaftlicher Stellung – bis zu fünf Frauen heiraten. Auch Luciennes Vater hat sich eine zweite, jüngere Frau genommen: «Er sagte, meine Mutter sei nach 20 Ehejahren etwas müde. Sie habe viel Arbeit gehabt mit den zehn Kindern und dem Restaurant.» Die zweite Frau hat jetzt die Haushaltsführung übernommen. Luciennes Mutter schaut im Restaurant und bei den Finanzen zum Rechten.

Nicht selten führt die Polygamie zu entwürdigenden Eifersuchtsdramen. Und sie kann ganze Familien in den Ruin treiben. Denn es gibt Männer, die neben ihren Ehefrauen noch diverse Freundinnen haben und mit ihnen auch Kinder zeugen. Heute, sagt Lucienne, akzeptierten indes viele erwerbstätige Frauen die Polygamie – aus Pragmatismus, weil die Nebenfrauen sie entlasten und ihnen so mehr Zeit für die Berufsarbeit bleibe. Lucienne lehnt die Vielehe ab, obwohl sie gläubige Muslimin ist. «Die Männer», kritisiert sie, «nützen die Religion aus, um ihre Bedürfnisse zu befriedigen, und die Frauen dürfen nicht Gegenrecht halten.» Bei einem senegalesischen Mann sei man nie sicher, ob er nicht morgen schon eine weitere Frau heirate. Das, sagt Lucienne, sei mit ein Grund, warum sie sich für einen Europäer entschieden habe.

Senegalesische Frauen ziehen auch auf anderen Gebieten den Kürzeren: Nach einer Geburt müssen sie in ländlichen Gebieten aus dem Ehebett ausziehen und bis zu zwei Jahre zu ihren Eltern zurück. Für die Männer gilt diese Art von Geburtenkontrolle nicht. Sie können sich derweil mit ihren anderen Frauen vergnügen. «Das Gesetz und die Religion sind sehr grosszügig mit den Männern», sagt Lucienne.

Und doch: Bei allen materiellen Vorteilen, die sie in Europa schätzt – richtig erfüllt fühlt sich die junge Frau hier nicht. Die ausgeprägte Individualität und die emotionale Kühle machen ihr zu schaffen. Sie weiss, dass sie irgendwann zurück muss, wenn ihr die eigene Kultur nicht völlig entgleiten soll. Den EuropäerInnen wünscht Lucienne, dass sie sich weniger schlaflose Nächte bereiten: «In Afrika haben die Leute nichts auf der Bank. Aber sie wissen, dass sie an die nächste Türe klopfen können und dort Essen und eine Schlafgelegenheit bekommen. In Afrika hast du keine Probleme, die dir den Schlaf rauben!»

Die Geschichte von Maria und Josef, die keine Herberge fanden, könnte in Afrika nicht passieren, folgert Luciennes Mann, der Ethnologe David Signer. ►





## Indonesien: Der Kain schützt vor Moskitos

Maud Leberts Kindheit hat alle Ingredienzen eines exotischen Traumes. Schon der Name ihrer Geburtsstadt Surabaya auf Ostjava, der grossen Insel auf halber Strecke zwischen Thailand und Australien, beflügelt die Fantasie. Tatsächlich war Surabaya vor dem Zweiten Weltkrieg ein reiches, von der Ostindischen Kompanie geprägtes Handelszentrum. Maud Lebert, Tochter eines niederländischen Vaters und einer englisch-javanischen Mutter, wuchs in einer weitläufigen Villa mit diversen Nebengebäuden auf. «Baumalleen und Gärten» fallen ihr als Erstes ein, wenn sie an ihre indonesische Heimat zurückdenkt.

Maud war ein wildes Kind. Puppen liess sie links liegen. Lieber kletterte sie auf die prächtigen Fruchtbäume im Garten. Wie alle Weissen hatte auch Maud ein Kindermädchen. Das abendliche Einschlafritual blieb indes der Mutter vorbehalten. «Sie las mir englische Verse vor, die ich dann im Traum laut auf sagte», erzählt Maud, die als Kind in einem grosszügigen Himmelbett schlief. Seither kommen ihr alle europäischen Betten zu schmal vor. «Man steigt hinein und fällt auf der anderen Seite wieder raus», lacht sie. Zur Bettausstattung gehörte auch eine Kissenrolle, mit deren Hilfe man sich noch bequemer betten konnte. Guling, holländische Ehefrau, hiess diese Rolle. Über dem Bett schwebte wie eine Wolke ein Schleier aus be-

sticktem Gazestoff. «Das», sagt Maud Lebert, «war ein Muss, sonst hätten uns die Moskitos aufgefressen.»

Die Schlafsitten der einheimischen Dienstboten waren einfach. Als Bett genügten ihnen geflochtene Palmblattmatten, die sie auf dem Klinkerboden ausbreiteten. Zum Schutz gegen die Stechmücken zogen sie sich den Kain über, ein schlauchartig zusammengenähtes buntes Baumwolltuch. Die Landbevölkerung benützte zum Schlafen ein niedriges Gestell aus Bambus, das baleh baleh. Ihre Schlafmatten direkt auf den Lehm Boden zu legen war unmöglich, denn dort tummelten sich nächtens Kakerlaken und anderes tropisches Kleingetier. Schlafprobleme hat Maud Lebert bei den Indonesierinnen und Indonesiern nie beobachtet: «Wenn jemand Ärger gehabt hat, geht er einfach schlafen. Und nachher ist alles wieder gut.»

Inzwischen lebt Maud Lebert schon rund 40 Jahre in der Schweiz. Das idyllische Leben in Indonesien war durch den Zweiten Weltkrieg und den anschliessenden Unabhängigkeitskampf für immer zu Ende. Die junge Frau verliess Indonesien mit sehr gemischten Gefühlen, um ihrem Ehemann in die Schweiz zu folgen. Am Anfang kam ihr hier alles sehr kleinräumig vor. «Ich musste aufpassen, dass ich einen Brief nach Basel nicht per Luftpost verschickte», erinnert sie sich lachend. Auch mit den hiesigen Betten hatte sie Mühe. Am Anfang erstickte sie fast unter den schweren Duvets.

Maud Leberts Kinder sind inzwischen erwachsen. So hat die promovierte Sozialpädagogin wieder mehr Zeit für politische Engagements. Sie ist Beraterin am Zürcher FIZ, dem Fraueninformationszentrum für Frauen aus Afrika, Asien und Lateinamerika, und arbeitet in diesem Bereich auch freiberuflich. Als Präsiden-

tin eines Schweizer Projektes zur Entwicklungszusammenarbeit reist sie oft auf die Philippinen. Dort, stellt sie fest, lebt die Mehrheit der Leute heute viel armseliger als in Indonesien. Besonders schwer haben es die Frauen. Es gibt keine Scheidung, die Männer zahlen keine Alimente und so müssen die Mütter ihre Kinder allein durchbringen. «Viele sehen keinen anderen Ausweg, als ins Ausland zu migrieren, oder sie landen in den Slums.» Dort schlafen sie in winzigen Hütten, direkt auf dem Boden, und oft hat es auch noch Hühner und Schweine im gleichen Raum.

Wenn Maud Lebert von ihrer alten Heimat Indonesien erzählt, beginnen ihre Augen zu glänzen. Immer wieder ist sie berührt von der Ausstrahlung der zahlreichen Kraftorte und überhaupt von der Beseelung, welche die Indonesier in der Natur sehen. Wenn sie keine Kinder hätte, könnte sie sich gut vorstellen, wieder in Surabaya zu leben. «Aber eigentlich ist nicht der Ort wichtig, sondern die Freunde, die man dort hat», gibt sie zu bedenken.

extra