Zeitschrift: Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift

Herausgeber: Pestalozzigesellschaft Zürich

Band: 18 (1914-1915)

Heft: 5

Rubrik: Nützliche Hauswissenschaft

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: 13.07.2025

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

sten, daß die Menge diesen Bund, diesen festen Bund des Rechts, wie auch die juristische Form sein mag, will und diesen Willen in jeder Weise zeigt. Der Gedanke ist reif, er stimmt vollkommen überein mit dem sittlichen und dem Rechtsbewußtsein der Menge bei allen gebildeten Völkern, und er ist eine Notwendigkeit des internationalen, ökonomischen Lebens.

Völker von Europa! Wollt Ihr eure heiligsten Güter beschützen? Beschirmt sie gemeinschaftlich! Wollt Ihr Recht, begeht denn kein Unrecht. Wollt Ihr den Frieden, so säet keinen Krieg! Wollt Ihr leben als freie edle Menschen, so duldet nicht, daß Diplomaten über Euch verfügen wie über Sklaven, duldet nicht, daß der Militarismus Euch gegen einander hetzt wie wilde Tiere. Ihr habt es in Eurer Macht, jetzt in dieser Zeit der Verwirrung, des Elends, der Trauer und Gott sei Dank auch der Einkehr, mehr als je, die bis jetzt unverständigen Mächte, deren Spielball ihr waret, zu beherrschen. Völker Europa's, es liegt an Euch, diesen Krieg, den größten Fluch der Menschheit, in deren größten Segen umzuwandeln.

*

Nachschrift.

Seitdem der obige Artikel in dem „Algemeen Handelsblad" erschienen, empfing ich einen Strom von Sympathiebezeugungen. Wenn etwas mich noch bestärken kann in der festen Überzeugung, daß die Zeit reif ist, dann ist es die Wärme und Begeisterung dieser spontanen Äußerungen aus allen gesellschaftlichen Kreisen, von Männern und Frauen aller Richtungen.

Meine Freunde, Ihr fragt mich, was Ihr denn tun müßt, was Ihr tun könnt, um das große Ideal zu verwirklichen.

Vergesset es nicht, wie Ihr so vieles, das Euch interessierte, vergaßet, sobald die Ursache Eures Interesses vorbei war. Vergesset den Staatenbund nicht, sobald die Zeit kommt, wo Ihr nicht mehr schaudert, wenn Ihr die Berichte in der Zeitung lest, wenn die Schiffahrt wieder geregelt, die Börse geöffnet und der Preis Eurer Nahrungsmittel wieder normal ist, sondern denkt auch ferner an das einzige Mittel, das neue und noch größere Schrecknisse in Zukunft abwenden kann, und

arbeitet für die Verbreitung des neuen Wahlspruchs: Verständigung und Gemeinschaft auch im internationalen Leben. Sorgt, daß die Partei, zu der ihr gehört, diesen Wahlspruch und die Aufrichtung des Staatenbundes auf ihr Programm setzt, sorgt, daß nie und nirgends ein Mitglied eines Regierungskörpers gewählt wird, das nicht ein Vorfechter für den Staatenbund ist; sorgt ferner, daß der Fachverein, die Genossenschaft, der Klub, zu dem Ihr gehört, auf Meetings und Versammlungen ihre Zustimmung zeigen und aussprechen; sorgt durch Wort und Tat, wo und wann Ihr könnt, für das Erwachen dieser geläuterten öffentlichen Meinung, die einzig und allein das Fundament der Kultur der Zukunft sein kann.

Nützliche Hauswissenschaft.

Hygienische Vorteile der Ehe.

Von Dr. Emil Pfaff.

„Es ist nicht gut, daß der Mensch allein sei," heißt es in der Bibel und mit Recht. Denn es ist eine statistisch bewiesene Tatsache, daß die Ehe einen günstigen Einfluß auf den Gesundheitszustand und die Lebensdauer ausübt.

Darwin sagt in seiner „Abstammung des Menschen": „Nach einer enormen Menge statistischer Angaben ist ermittelt worden, daß in Frankreich die unverheirateten Männer zwischen einem Alter von 20 bis 80 Jahren in viel größerem Verhältnisse sterben als die verheirateten. In Schottland starben von je 1000 unverheirateten Männern jährlich 15, dagegen von den verheirateten nur ungefähr 7, also weniger als die Hälfte."

Ein ähnliches Verhältnis ist auch in den übrigen Ländern beobachtet worden. Nach Hufeland erreichen das 70ste Lebensjahr von je 100 Personen nur 11 Junggesellen, aber 27 verheiratete Männer, ferner nur 23 ledige, aber 28 verheiratete Frauen.

In Deutschland starben von je 1000 Männern:

im Alter von		Ledige	Verheiratete
20—30	Jahren	8	7
30—40	"	16	9
40—50	"	26	14
50—60	"	42	24
60—70	"	71	45
70—80	"	138	96
über 80	"	265	202

Die Ehe muß also in hygienischer Beziehung Vorteile bieten. Allerdings pflegen im allgemeinen schon körperlich und geistig mehr Bevorzugte zu heiraten. Männlein und Weiblein verlieben sich doch vornehmlich in gesunde, kräftige Vertreter des andern Geschlechts, während für die Gebrechlichen, Krüppelhaften, Kranken, Charakterlosen, am Körper und Geist Vernachlässigten auf dem Heiratsmarkt sich nur selten Nachfrage zeigt. Die meisten Eheleute bringen also als Mitgift ein größeres Gesundheits- und Lebenskapital mit, als ihre ledigen Altersgenossen besitzen.

Ein anderer hygienischer Vorteil der Ehe besteht in der geregelteren Lebensweise. Dies bezieht sich besonders auf die Männer. Selbst wenn der Ehemann nicht unter dem Pantoffel steht und seine Frau keineswegs eine Xantippe ist, wird er doch möglichst regelmäßig die Mahlzeiten innehalten und ein Durchschwärmen der Nächte vermeiden. Anders oft der Junggeselle. Da er sich nach Niemand zu richten braucht und nach Niemand etwas zu fragen hat, läßt er sich in fideler Abendgesellschaft leichter zum längern Sitzenbleiben bewegen, trinkt mehr und ißt unregelmäßig, oft gar nicht. Das falsche Freiheitsgefühl veranlaßt den Ehelosen, viel weniger behutsam mit seinem Leben umzugehen, als es der Verheiratete tut, den tausend Bande an das Leben mit dem innigen Wunsche knüpfen, dasselbe im Interesse der Seinigen möglichst lange zu bewahren. „Auch muß der Umstand berücksichtigt werden," sagt sehr richtig Dr. R. C. Kreuschner, „daß selbst das bestgeführte Wirtshaus nie eine so nahrhafte und bekömmliche Nahrung bieten kann wie die häusliche Küche. Die Notwendigkeit, die Speisen durch viele Stunden genießbar zu erhalten, bringt es mit sich, daß das eben fertig gewordene Wirtshausessen häufig noch nicht richtig gar gekocht ist und daß das seit Stunden abgestandene und künstlich warmgehaltene, fade wird und der appetitreizenden und bekömmlichen Eigenschaften entbehrt, welche die einfachste, aber mit Sorgfalt zubereitete Hausmannskost besitzt. Nimmt man hierzu noch die nicht eben seltene Verwendung zweifelhafter Fette, alter Saucen und Bratenreste, deren Mängel durch scharfe Würzung notdürftig verhüllt

werden, so bedarf es keiner Erklärung, warum das Wirtshausleben gerade unter den Junggesellen eine große Anzahl mit nervösen Dyspepsien (Verdauungsschwächen) und ernsteren organischen Magenleiden behaftete Personen züchtet."

In Erkrankungsfällen hat der Ehemann bessere Wartung und Pflege als der Junggeselle; auch wird er sich mehr bestreben, Gefahren zu meiden; der Kampf ums Dasein wird ihm durch ausgeglichenere Gemütsstimmung weniger bitter, denn es erheitern und erfreuen ihn in den Mußestunden die liebenswürdige Frau und die munteren Kinder. Überhaupt ist der psychische Einfluß der Ehe von großer Bedeutung, ja kann sogar bei den so verbreiteten Nervenleiden heilend wirken. Professor Dr. von Schrenck-Notzing sagt: „Die Ablenkung der Aufmerksamkeit vom eigenen Körper auf die Obliegenheiten des Ehestandes, das damit verknüpfte regelmäßige Leben, das Bewußtsein liebevoller Pflege durch die Gattin, die geordnete Häuslichkeit sind bei der Übereinstimmung der Charaktere und gesicherter materieller Basis zweifellos imstande, bessernd auf manche Nervenleiden einzuwirken."

Also Statistik und Erfahrung widersprechen in hygienischer Hinsicht vollkommen dem bekannten Ausspruch des Apostels Paulus: „Heiraten ist gut, Ledigbleiben aber besser."

Gottfried Keller-Anekdoten.

Tanzlegendchen.

Im „Künstergütli" sollte Keller zu Ehren ein Fest gegeben werden. Nach Gemälden Stückelbergs, denen Keller'sche Motive zu Grunde lagen, wollte man Lebende Bilder stellen und außerdem nach den Züricher Novellen Verschiedenes aufführen. Auch ein römisches Bauernfest wurde gefeiert. Während der Festtafel fielen etliche Reden; aber je mehr ihrer wurden, desto weniger schienen sie Gottfried Keller zu behagen. Er rutschte ungeduldig auf seinem Stuhle hin und her, und schließlich sprang er ohne Umstände auf und ließ kräftig Böcklin leben. Das Eis war gebrochen und das Tanzen hob an. Auch unser Gottfried Keller sollte tanzen; er mochte es aber nicht leiden, und als er schließlich dem allseitigen Bitten und Drängen nachgab, nahm er brummend eine Dame unterm Arm und wirbelte mit ihr durch den Saal, wobei eine zirliche Rokokodame etwas unsanft auf den Boden gesetzt ward.

Ein Höhepunkt.

Es war am eidgenössischen Sängerfest, das 1863 in Bern gefeiert wurde. Ein Tag verrauschte. Die Scharen von Sängern und Zuhörern hatten sich bereits in ihre Quartiere begeben; aber an vereinzelten Tischen blieben noch Gruppen von Bekannten in der Festhalle an ihren Tischen sitzen. So hatte sich auch eine literarisch-wissenschaftliche Tafelrunde um ihre Gastfreunde gebildet, unter ihnen Lübke und Gottfried Keller, Hebler, Tobler und Professor Lazarus von Bern. Der Letztere weiß folgende hübsche Begebenheit aus seinem Zusammentreffen mit Keller zu berichten:

Ein mächtiges Gewitter war niedergegangen, dessen Anblick von dem hohen freien Platze aufregend und ergreifend anzuschauen war. Kaum nach einer Stunde aber, gegen Mitternacht, klärte sich plötzlich der Himmel wieder