**Zeitschrift:** Bündnerisches Haushaltungs- und Familienbuch

**Herausgeber:** [s.n.]

**Band:** - (1914)

**Werbung**

**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:** 16.07.2025

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

# Die kluge Haus-Frau

kauft nur

# Knorr-

## Suppen-Würfel

**1 Würfel für 2-3 Teller 10 Rappen**

Über 40 Sorten.

## Unübertroffen im Geschmack.

DER KLEINE TROTZKOPF von M. RÄNIKE

Vierfarbendruck von Bischofberger & Hotzenköcherle, Chur

kein Vergnügen — bilden die Angehörigen, die Familie keine Anziehungskraft mehr?

Aber die Sorgen! Daheim kann man sie nicht vergessen — da kleben sie einem an der Brust wie Schlangen und stechen und bohren und nagen und gären ohne Unterlaß, so daß einem so schwül und dumpf wird ums Herz und dann, was wunder, wenn man diese Furien, welche den armen, geplagten Menschen wie Rachegöttinnen verfolgen, für einen Augenblick wenigstens gern los werden möchte. Man möchte für eine Weile wiederum gerne Mensch sein — —. Ach, ja, wie edel ist der Mensch in der dampfenden Kneipe, wo die verschiedensten Sorgenbrecher serviert werden und wo man das Gefühl, elend, unglücklich, arm und verstoßen zu sein, mit einigen Gläschen Branntwein ersäufen kann. — Unsinn, Selbsttäuschung und Selbstbetrug! Die Sorgen lassen sich nicht so leicht verscheuchen. Für einen kleinen Augenblick ja, aber dann kehren sie mit doppelter Kraft zurück und pochen stärker als je an deine Türe. Vielleicht hast du sie über Nacht vergessen, aber am Morgen, wenn du mit einem schweren Kopfe erwachst, dann stellen die unzähligen Sorgen des Alltags sich pünktlich wieder ein und du siehst mit deinem abgeschwächten geistigen Auge sie schwärzer und unüberwindlicher als je an. Vielleicht bist du ein einfacher Arbeiter und mußt tagtäglich um einen kärglichen Lohn arbeiten. Möglicherweise hast du eine schwere Familie, viele Kinder und gar noch eine kränkliche Frau. Du bist manchmal in heller Verzweiflung darüber, wo du das Geld hernehmen sollst, um deine Familie anständig und menschenwürdig zu erhalten. Du findest am Abend kein Vergnügen daheim, weil deine Kinder lärmen und schreien und deine Frau jammert. Warum hast du denn eine Familie gegründet? Eine Familie haben, heißt große Pflichten auf sich laden, und ein Mann tut seine Pflicht und tut sie in erster Linie dann am pünktlichsten und gewissenhaftesten erfüllen, wenn Last, Kummer und Sorge ihn am meisten drückt. Ein Mann flieht und weicht der übernommenen Pflicht niemals aus.

Gehe niemals ins Wirtshaus, um deine Sorgen zu ertränken. Am Morgen erscheinen sie wieder und vielleicht in doppelter Zahl. Vielleicht hast du deinen Lohn eingezogen bevor du in die Pinte wanderst und am Morgen, wenn du erwachst, grinst dir ein leerer Geldbeutel entgegen und du solltest Brot kaufen und hast das Geld auf traurige Art vergeudet, die paar Franken, welche du deiner Familie schuldest. Dieser Gedanke, daß du das Geld, welches deiner armen Familie gehört, eigentlich gestohlen hast, muß dich, ist nur ein einziger guter Faden an dir, tief kränken und so mußt du mit schwerem Schädel, mißmutiger und gedrückter als je zur Arbeit wandern und in dieser Stimmung wirst du auch bei deinem Meister, bei deinem Arbeitgeber deine Pflicht nicht erfüllen können und so kommst du nach und nach in den Ruf eines schlechten Arbeiters und eines pflichtvergessenen, gewissenlosen Familienvaters, und da kannst du lange die schlechte, verdorbene Welt anklagen und verantwortlich machen für das, was du eigentlich selbst verschuldet hast. Seine Pflicht erfüllen, heißt die Sorgen brechen, heißt die Sorge überwinden, heißt glücklich sein.

Nun, wird vielleicht der eine oder der andere von den freundlichen Lesern sich fragen, warum schreibt denn dieser Landarzt so scharf gegen das Trinken? Dieser Mann muß ein eigener Kauz sein, finster von Angesicht und auch finster nach innen, finster und griesgrämig bis ins innerste Herzkämmerlein. Gewiß, ein eigener Kauz ist er ganz sicher, aber gar kein finsterer oder griesgrämiger, sondern fröhlich und sogar mitunter lustig kann er sein und dazu ist er durchaus kein rabiater Feind eines guten, duftigen Glases Veltliner. Ich trinke gerne mit einem guten, alten Freund mitunter einen halben Alten und schmauche dazu eine Brissago; ich tue aber zuerst meine Pflicht und trinke nicht um die Sorgen, deren ich selber recht viele habe, zu verscheuchen, nein. Ich trinke nicht deswegen, weil mir das Kneipen zur zweiten Natur geworden ist, weil mein Wille der Gier des Genießens nicht mehr widerstehen kann. Ich trinke nur, wenn das Geld langt und wenn ich durch diese an und für sich gewiß unnütze Auslage niemanden schädige.

Die alkoholischen Getränke sind Genußmittel, sind durchaus entbehrlich und wirken, unmäßig genossen, schädlich und verderblich auf den Menschen ein. Weise und sehr mäßig genossen vermögen sie wohl den wenigsten Menschen zu schaden. Aber es sind eben Genußmittel, die durchaus nicht notwendig sind und oft an die Stelle von Nahrungsmitteln treten und als solche von vielen aufgefaßt werden, z. B. Wein als Blutbildner. Nichts ist falscher als diese Auffassung.

Wer sich den Genuß von alkoholischen Getränken gestattet, gestattet sich einen Luxus und das kann und darf sich nur der gestatten, der über hinlängliche Mittel verfügt. Wer aber seinen kärglichen Lohn mit einer Familie teilen muß, der muß zuerst Sorge tragen, daß diese Brot und Milch habe und wenn dies geschehen, wird nichts mehr zum Vertrinken übrig sein, und wenn jährlich einige Batzen als Überschuß verbleiben, so mögen sie als Notpfennig für das Alter zurückgelegt werden. Das gilt besonders für den kleinen Mann, der unabhängig und stolz durchs Leben wandern will und der auf sich noch etwas hält und weder vor dem Alkohol noch vor den Herren seinen Nacken beugt.

Brüder seid nüchtern! Wir alle wollen nüchtern sein; wir wollen mäßig genießen und wollen mit den kitzelnden und einschmeichelnden Genußmitteln sorgsam umgehen. Wir machen sie uns untertan und sorgen dafür, daß sie uns niemals unter ihr Joch kriegen.

Wie viele sind Sklaven der Genußmittel, speziell des Alkohols. Fangen sie an, etwas davon zu genießen, so sind sie verloren. Ist ein Glas geleert und wurde der gute Vorsatz gefaßt, kein zweites zu trinken, so folgt doch das zweite, weil der Teufel Alkohol, ähnlich seinem leibhaftigen Bruder, dem gewöhnlichen oder gemeinen Teufel, die ganze Hand an sich reißt, wenn er einmal einen Finger seiner Untertanen erwischt hat. Auf das zweite Glas folgt das dritte, das vierte und die übrigen. Das Spiel wiederholt sich so oft, bis der Drache Alkohol sein Opfer vollkommen vernichtet hat. Erst dann ist er befriedigt, wenn das Opfer an Leib und Seele geknickt ist. Dann hat er seine Pflicht getan, dann mag er grinsen.

Wie viel köstliches Geld wird da verschlemmt und verludert, Geld, das so notwendig und nützlich wäre für Familie und Staat! Wie viel Kraft und Leben wird vernichtet und geknickt. Da gibt's nur ein: entweder — oder! Bist du so weit, daß du Sklave des Alkohols geworden, dann darfst du diesem bösen Dämonen auch nicht den kleinen Finger reichen, sonst bist du verloren. Da heißt es: willst du deinem Todfeinde entrinnen, so mußt du Abstinent werden. Es gibt keine andere Medizin, kein anderes Mittel, welches dich retten könnte.

Wie viele Hekatomben an Opfern fordert der Alkohol alljährlich und wie viele Millionen werden ihm in den Schlund geworfen! Ich kenne selber kleine Leute und auch große Herren, die da fluchen über die Steuern, die Lamentationen darüber anstimmen, wie furchtbar drückend die Abgaben heutzutage seien, so daß man überhaupt nicht mehr existieren könne. Ja, solche Herren, die an Steuern vielleicht 6 bis 20 Fr. entrichten und dabei ein Jammergeheul anstimmen und Zeter und Mordio schreien, — solche Leute versaufen im Jahr zwei und mehr hunderte von Franken und diese reuen sie keineswegs, im Gegenteil, es tut ihnen unendlich leid, daß es ihnen nicht zu mehr Schoppen langt.

Das sind allerdings nicht die richtigen Republikaner von altem Schrot und Korn, aber leider haben wir deren nur zu viele.

Mögen Belehrung, Beispiel und Erziehung es dazu bringen, daß diese traurigen Gestalten immer mehr und mehr verschwinden. —