



Für Sie, Frau Meisterin!

FOLGE 6

Liebe Frau Meisterin!

Heute möchte ich mich wieder zum Wort melden, vor allem aber meinen Dank voranstellen für die aufmerksame Beachtung, die meine Zeilen an Sie gefunden haben. Ich freue mich, mit Ihnen in einem gegenseitig so anregenden Gedankenaustausch zu stehen und möchte deshalb auch gerne wieder meine „Uhr“ für Sie aufziehen. Diesmal gelten meine Gedanken allerdings weniger Ihnen, sondern Ihrem Herrn Gemahl! Trotzdem gehören diese Zeilen aber nicht in den vorderen Teil unserer Zeitung, sondern sie sind ausgesprochen an Sie gerichtet, denn es handelt sich um das persönliche Wohlergehen unserer Männer.

Da es für die Uhrmacherfrau natürlich etwas ganz Gewohntes ist, die Lebensweise des Mannes als gegeben hinzunehmen, so beachtet sie es vermuthlich auch nicht, daß diese Lebensweise in vielen Fällen als reichlich ungesund angesehen werden muß. Der Uhrmacher ist den ganzen Tag über mit einer anstrengenden und präzisen Kleinarbeit beschäftigt; er sitzt still, überanstrengt seine Augen und konzentriert sein ganzes Tun auf elliiche kleine Gegenstände, für die er sogar eine Lupe braucht. Das macht einerseits auf die Dauer nervös, andererseits ist der Kreis dieser Tätigkeit auf einen sehr kleinen Raum beschränkt. Da es nun an Bewegung fehlt und Gedanken wie Augen stets auf einen kleinen Punkt gerichtet sind, so bleiben die Nerven infolge eines mangelnden, großräumigen Bildwechsels angestrengt und konzentriert, während sie doch erfahrungsgemäß auch rein äußerlicher Ausgleich bedürfen, um das körperliche und seelische Wohl aufrechtzuerhalten. Viele Uhrmacher haben nun noch dazu Laden und Werkstätte an die Wohnung anschließend, so daß sie vom Arbeits Tisch aufstehen und eine Tür weiter sich zum Essen hinsetzen, während beispielsweise der Beamte oder Angestellte meist einen längeren Anmarsch zu seinem Büro hat und infolgedessen eine ständige Abwechslung und Ruhepause dadurch einlegt, daß er sich durch neue Eindrücke erholen kann. Der Uhrmacher aber kommt oft sozusagen vom Regen in die Traufe: hier konzentrierte Arbeit, dort Lärm und Trubel des Haushalts und der Familie.

Da sollte nun die Uhrmacherfrau sich einsetzen, indem sie klug für einen Ausgleich sorgt. Er besteht zuerst einmal darin, daß die Ernährung sich nicht einfach aus irgendwelchen Gerichten zusammensetzt, sondern daß sie der meist sitzenden Arbeitsweise des Mannes angepaßt wird. Die Speisen müssen also leicht, abwechslungsreich und anregend sein. Schwere Kost, wie sie vielleicht für Landwirte, für körperlich Arbeitende, für Heranwachsende, für Soldaten u. dgl. richtig sein mag, ist für den Uhrmacher völlig unpassend, da davon nur Nerven und Geist träge und schwer werden. Es braucht infolgedessen natürlich einige Überlegung, den Küchensettel für den Uhrmacher richtig zusammenzustellen, so befremdend dies im ersten Augenblick auch klingen mag. Vor allen Dingen soll die Ernährung stets gut gewürzt und schon dadurch anregend sein. Viel Abwechslung, reichlich Fisch, viel Gemüse und Salat, wenig fettes, schweres Fleisch — das ist so ungefähr die Richtlinie. Man glaube nicht, daß das Essen nur eine Begleiterscheinung des Alltags sei; es gilt vielmehr gerade auch hier der Spruch: „Der Mensch ist, was er isst!“ Deshalb wird jede kluge Frau sich durch geeignete Einstellung ihrer Küche die Lebenskraft, den Frohsinn und die Arbeitslaune ihres Mannes zu erhalten suchen. Am Essen liegt mehr, als man so leicht hin glauben mag!

Eine weitere Notwendigkeit ist es, den Mann zu körperlicher Bewegung durch allerlei geeignete Tätigkeiten anzuregen; dafür ist entweder ein Garten gut oder aber man geht möglichst oft mit dem Mann spazieren. Ein solcher Ausgleich der Kräfte ist außerordentlich wichtig und sollte wirklich nicht übersehen werden. Hierbei ruhen Körper, Geist und Augen in wohlfluender Weise aus.

Da wir schon davon sprachen, daß die Kleinheit des Arbeitsobjektes natürlich im Laufe der Jahre auch eine gewisse Kleinlichkeit des Wesens bedingt und außerdem die Nerven sehr beansprucht, so wird die kluge Uhrmacherfrau ihrem Mann auch alle jene Dinge aus dem Wege räumen, die ihn weiterhin irgendwie nervös machen können. Es ist daher z. B. auch notwendig, daß die Mutter die Kinder dazu anhält, in der kurzen Spanne

der Essenszeit Ruhe zu halten. Sie klagt ihrem Mann auch nicht über ungehorsame Kinder oder über die angebliche Unfähigkeit des Dienstmädchens, über die unhöfliche Nachbarin oder über unerfüllte Kleiderwünsche vor, sondern hält bewußt die Mittagspause für die Erholung frei. Persönliche Dinge werden am besten nach Feierabend, wenn die Mahlzeit eingenommen und schon ein wenig Ruhe eingekehrt ist, ausgesprochen.

Liebe Frau Meisterin, glauben Sie nicht, daß diese Fragen unterschätzt werden dürfen; von ihnen hängt nicht nur die gute Laune und das seelische Gleichgewicht im Alltag ab, sondern mit der Arbeits- und Spannkraft letzten Endes auch der Geschäftserfolg! Der Beruf des Mannes verlangt nicht nur von ihm Eignung, Anpassung und entsprechende innere Einstellung, sondern ebenso sehr auch von der Frau! Sie muß sich von Anfang an bewußt sein, daß sie nicht die Frau irgendeines Mannes, sondern eben die Frau eines Uhrmachers ist und daher diesem Beruf Rechnung tragen muß. Denken Sie darum vor allem auch beim Kochen daran, daß es nicht gleichgültig ist, was Sie auf den Tisch bringen, sondern daß jeder Beruf eben gewisse Bedingungen auferlegt, die es für Mann und Frau zu erfüllen gibt.

Für heute freundliche Grüße!
(I 1790)

Ihre Freundin Erna.



Der Stolz der Frau Meisterin

Aufn. Jendrički