Zeitschrift: Schweizer Frauen-Zeitung : Blätter für den häuslichen Kreis
Band: 5 (1883)
Heft: 35

Heft

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. Siehe Rechtliche Hinweise.

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. Voir Informations légales.

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. See Legal notice.

Download PDF: 26.05.2025

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

Nr. 35. 1883.

Schweizer Frauen-Zeitung.

Fünfter Jahrgang.

Abonnement:
Bei Franko-Zustellung per Post:
Jährlich . . . . . Fr. 5. 70
Halbjährlich . . . . „ 3. —
Ausland: Portozuschlag 5 Cts.

Korrespondenzen
und Beiträge in den Text sind gefälligst an die Redaktion der „Schweizer Frauen-Zeitung" zu adressiren.

Redaktion & Verlag
von Frau Elise Honegger z. Landhaus in St. Fiden-Neudorf.

Insertionspreis:
20 Centimes per einfache Petitzeile. Jahres-Annoncen mit Rabatt.

Inserate oder **Annoncen**
beliebe man (franko) an die Expedition der „Schweizer Frauen-Zeitung" in St. Fiden-Neudorf einzusenden.

Ausgabe:
Die „Schweizer Frauen-Zeitung" erscheint auf jeden Sonntag.

Alle Postämter & Buchhandlungen
nehmen Bestellungen entgegen.

St. Gallen.

Motto: Immer strebe zum Ganzen; — und kannst Du selber kein Ganzes werden,
Als dienendes Glied schließe dem Ganzen Dich an.

Samstag, den 1. September.

Die naturgemäße Lebensweise.

Die Lebensweise des zivilisirten Menschen unseres Zeitalters ist eine so unnatürliche und unsere gesammten Lebensverhältnisse sind so naturwidrige geworden, daß es völlig unnatürlich erscheint, das rein Natürliche zu thun; ja daß sich sogar klug und weise dünkende, verbildete Thoren nicht geniren, gemeinnützige und edle Bestrebungen tüchtiger, denkender Männer mit faulen und faden Witzen zu begeifern, ohne fürchten zu müssen, von der öffentlichen Meinung dafür zurechtgewiesen zu werden.

Ueber das Gute und Nothwendige geschwärmt wird zwar viel und an massenhaften schönen Grundsätzen — auf dem Papier — zeichnet die Gegenwart sich merklich aus. Bloßes Schwärmen aber ist nicht Handeln und papierene Grundsätze sind schlimmer als gar keine.

„Aus unsern unnatürlichen, gesellschaftlichen Verhältnissen entspringt der Nothstand unserer Zeit, das soziale Elend", sagt man da. Und: „Unsere verfeinerte, naturwidrige Lebensweise hat das normale Gedeihen des Einzelnen, ganzer Nationen, ja sogar dasjenige des gesammten Menschengeschlechtes auf dem Gewissen", so ruft es schmerzlich dort. So fechten sie schon lange mit Worten und Geberden gegen einen unsichtbaren Feind und überbieten sich in schönen Redensarten zu dessen Bekämpfung. „Wohl sollte es anders sein", so seufzen sie, und: „wie gerne wollten wir uns für die Gesammtheit opfern, allein gegen den allgewaltigen Zeitgeist ist jeder Kampf erfolglos: gegen den Strom kann man nicht schwimmen." Und dem traurigen „Zeitgeiste" und schlimmen Geistern der Zeit bringen sie unbedenklich weiter ihre Opfer dar!

Von Verbindungen, Vereinsfeiern und Festen aller Art trieft unsere Gegenwart — und sie alle beanspruchen das Prädikat der Gemeinnützigkeit, und wir wollen ihnen dasselbe ununtersucht auch überlassen. Unsere politischen Blätter füllen mit den Beschreibungen dieser Feste ihre Spalten, wenn nicht zufällig ein Modebericht oder sonst ein Artikel über die neueste Frisur der Damen der Redaktion als „gewichtiger" und „zeitgemäßer" erscheint.

Das ernste Bemühen einer Anzahl gutdenkender Männer und Frauen aber, die Noth der menschlichen Gesellschaft zu heben und das Wohl des Volkes zu fördern, wird entweder todtgeschwiegen oder in cynischer Weise lächerlich gemacht, — das sind die Helden der Feder, die gegen den Zeitgeist nicht zu kämpfen, gegen den Strom des „Hergebrachten" nicht zu schwimmen wagen.

Zu einem „Vereine für naturgemäße Lebensweise" haben sich eine Anzahl Derjenigen zusammengethan, die von der Ueberzeugung beseelt sind, daß der Mensch um so glücklicher ist, um so einfacher und natürlicher er lebt; daß er um so reicher ist, um so weniger er Bedürfnisse hat, und daß er um so gesunder ist, je weniger er seinen Körper in Widerspruch bringt mit dessen natürlichen Anforderungen.

Am 13. August dieses Jahres hat dieser internationale Verein in Zürich getagt und — entgegen dem herkömmlichen Brauche, die jeweiligen Feste durch einen opulenten Schmaus zu krönen und die allfälligen Vereinssorgen mit feinen Flaschenweinen oder einer annähernd exquisiten Festflüssigkeit herunterzuspülen — entsagten die Freunde „der naturgemäßen Lebensweise" diesen Genüssen, dem Volke zeigend, daß man auch ohne diese Gaumenkitzel Feste feiern könne und daß gute und edle Gedanken nicht ausschließlich an den Genuß von Spirituosen und Festweinen gebunden seien, so wenig als an den festlichen Frack und die unerläßlichen weißen Handschuhe. Wenn die „Freunde der naturgemäßen Lebensweise" ihre Reform bei der Reorganisirung der Magenfrage beginnen, so thun sie gut daran; sie finden hiebei unter allen Schichten der Bevölkerung am meisten Anknüpfungspunkte. Denn der unnatürlich bediente Magen rächt sich bitter an der Gesundheit des Individuums, er dezimirt des Menschen Erwerbsfähigkeit, verkümmert ihm den Lebensgenuß und kürzt die Dauer seines Daseins. Unendlich Viele sind nicht im Stande, das auf redlichem Wege zu verdienen, was sie durch lange Gewöhnung und Herkommen sich gezwungen glauben, dem unersättlichen Moloch „Magen" zuführen zu müssen. Werden diese Den nicht segnen, der ihnen zeigt, wie sie mit großer Ersparniß an Geld und Zeit nicht nur kräftig bleiben, sondern noch ihre Einnahmen vermehren könnten? Wünscht der Kranke nicht gesund zu werden und sehnt sich der Mißmuthige und Gedrückte nicht nach einem frischen, fröhlichen Geiste, nach milder, heiterer Lebensauffassung? Die naturgemäße Lebensweise soll ihm dies bieten, so hofft er und horcht mit Interesse den Belehrungen, welche über diese neue Lehre ihm zu Theil werden. Wie gerne will er seine Tafelfreuden beschränken, wie gerne das Gewohnte missen, wenn Hoffnung auf Erfolg ihm leuchtet.

Wir haben alle Ursache, dem Vereine für naturgemäße Lebensweise unsere warme Sympathie und unser volles Interesse entgegenzubringen. Ist man doch in allen Gauen unseres Vaterlandes schon lange thätig, um die brennende Alkoholfrage sicher zu löschen, oder besser gesagt, es wird im Dunkeln nach dem richtigen Apparate gesucht, um dies zu bewerkstelligen. Wäre der Mensch in seiner Lebensweise nicht von der Natur abgewichen, so gäbe es keine Alkoholfrage zu lösen.

Man sagt uns — und wir hatten selbst schon Gelegenheit, uns von der Wahrheit der Behauptung zu überzeugen — daß die konsequente Enthaltsamkeit von Fleisch und reizenden Gewürzen das beste Unterstützungsmittel sei im Kampfe gegen die Trunksucht. Das sonst fast unabweisbare Bedürfniß nach dem Genusse von geistigen Getränken vermindert sich zusehends und der früher notorische Trinker und Sklave seiner Leidenschaft wird wieder Herr seiner selbst. Ehrenwerthe Männer geben hiefür der Wahrheit Zeugniß und sachtüchtige, gebildete Aerzte bestätigen dies. Warum denn dieses Stillschweigen der Presse oder gar deren schmähliche Beleckfung edler Bestrebungen? Warum diese Gleichgültigkeit und dieses Ignoriren derselben ab Seite der niederen und hohen Behörden und der zünftigen Wissenschaft?

Der Staat gibt unbedenklich Tausende und aber Tausende aus, um den Stand der Alkoholfrage zu erforschen und darüber zu berathen; — warum versucht der Staat es nicht, in einer seiner öffentlichen Anstalten (Zwangsarbeitshäusern, Rettungsanstalten für jugendliche Verbrecher u. s. w.) die Resultate der vegetarischen oder naturgemäßen Lebensweise zu prüfen? Selten sind ja Arbeitsscheue zu treffen, die nicht zugleich auch Trinker wären; gewiß sind doch da solche hochwichtige Versuche am untrüglichsten und besten zu machen, wo das einzelne Individuum, oder eine Vereinigung solcher, keine andere Wahl hat, als sich dem Zwange zu fügen.

Die Ernährungsfrage, der sogenannte Vegetarianismus, ist nur eine einzelne Seite des ganzen

hohen Wesens, welches die „naturgemäße Lebensweise“ uns vorführt; es gibt indeß Unwissende, Eingebildete, Uneingeweihte und berechnete Menschen genug, die der Welt glauben machen wollen, daß der richtige Vegetarier es den Thieren des Feldes gleich thun müsse und zum Genusse von Körnern, ungekochten Kräutern und rohen Feldfrüchten verdammt sei und den ersten Menschen im Urzustande kopiren müsse. Diese gehören zu den Exaltirten und Unklugen, die das Kind mit dem Bade ausschütten und nicht gelernt haben, mit den Verhältnissen zu rechnen. Immerhin sind sie kluger und ehrenhafter als Jene, die, um ihre eigene Jämmerlichkeit, Charakterlosigkeit, Oberflächlichkeit und unnatürlichen, verabscheuungswürdigen Leidenschaften -- von ihnen selbst in beschönigender Weise „menschliche Schwachheiten“ genannt — zu verbergen oder gar zu beschönigen, die ernsten Bestrebungen edler, opferbereiter Männer in öffentlichen Blättern besudeln, sie herabzuwürdigen und dem Fluche der Lächerlichkeit preiszugeben suchen. Das sind Menschen von der Sorte Derjenigen, die beim Opfertode des erhabenen Menschenfreundes von Nazareth dem Volke höhnend zuriefen: Seht da der Juden König! Ein solcher Mensch, der das Hohe und Edle geflissentlich in den Staub zieht und der um des wohlfeilen Ruhmes willen, „witzig“ zu heißen, selbst das Erhabene mit frecher und täppischer Hand antastet, verdient es, daß ein jeder Gutdenkende sich mit Verachtung von ihm wendet.

In der Pflicht und Aufgabe des Mannes liegt es sonst, einen ungezogenen Jungen zu beschämen und zu züchtigen. Umsonst haben wir aber bis heute auf diese männliche That gewartet. Die Pflichtversäumniß der Männer versuchen die Frauen hiemit wieder gut zu machen, indem sie anmaßenden, sittenrohen Spöttern öffentlich ihre Verachtung kund geben und sie mit demjenigen Namen nennen, der ihnen wirklich gebührt.

Der naturgemäßen Lebensweise gegenüber verhält die Großzahl der Männerwelt sich passiv oder abweisend; sie haben sich mit der Unnatur so eng befreundet, daß sie um dieses Götzen willen ununtersucht Alles von der Hand weisen, was nicht zu seiner Fahne schwört. Wir Frauen aber, die wir unter den Schrecken der Trunksucht Unaussprechliches zu leiden haben, die wir unsere Männer und Söhne von diesem Würgengel ergriffen und die wir der Väter Sünde in entsetzlicher Weise an unsern Kindern heimgesucht sehen, — wir wollen versuchen, ob in der naturgemäßen Lebensweise ein Heil für uns enthalten sei, und verachten das schmähliche Gebahren blasirter, bornirter Männer und unreifer, oberflächlicher Jungen, die selbst mit dem Heiligsten ihren Spott treiben und das Große und Edle in den Staub ziehen, eben weil die Unnatur ihnen zur zweiten Natur geworden und weil ihre eigene Erbärmlichkeit sie unfähig macht, das Ernste und Hohe zu begreifen und im richtigen Lichte zu betrachten. So unklug sind wir aber nicht, daß wir kurzer Hand an unsern Männern Bekehrungsversuche machen und ihnen Fleisch, Gewürze und den Genuß geistiger Getränke versagen wollten. Für uns selbst aber wollen wir prüfen und darüber nachdenken, in wie weit wir selbst von der naturgemäßen Lebensweise abgewichen sind, nicht bloß in der Nahrung, sondern auch in unserer Kleidung und in unserem ganzen Thun und Lassen. Wer kann uns hindern, mäßig zu sein im Genusse reizender Nahrungsmittel? wer kann uns hindern, unsere Kinder selbst zu stillen, wenn die Natur mit uns im Bunde steht? wer kann uns zur Unnatur in der Kleidung und äußeren Erscheinung zwingen und wer vermag uns die jämmerliche gesellschaftliche Lüge aufzunöthigen, wenn wir in einfacher und kluger Weise uns derselben entschlagen und dieselbe verabscheuen? Welcher Mann kann uns verbieten, unsere Kinder naturgemäß zu erziehen, sie naturgemäß zu ernähren und zu kleiden, wenn die Kinder unter diesem Panner an Leib und Seele gesund bleiben oder es werden?

Dem Vereine für „naturgemäße Lebensweise“ aber rufen wir ein ernstes „Glück auf!“ zu; möge er, seine edlen und hohen Ziele fest im Auge behaltend, unentwegt rüstig auf guter Bahn vorwärtsschreiten, eingedenk der Thatsache, daß noch kein Gutes unangefochten blieb. Möge er ferner nie vergessen, daß der Geist es ist, der lebendig macht, und daß das schroffe, unduldsame Festhalten an starren, engen Formen den Zweifelnden und Aengstlichen zum Schlagbaum und dem Weitherzigen zum Stein des Anstoßes wird. Unter dem freien und erhabenen Panner der „naturgemäßen Lebensweise“ werden Viele Euch erhabenen Hauptes folgen und Euere Bemühungen unterstützen, denen es nicht gegeben ist, in schroffer und extremer Weise als buchstabengläubige „Vegetarier“ im mäßigen Genusse von verschiedenen Speisen etwas Sündiges zu erblicken. Nicht plötzlich kann eine solche Wandlung sich vollziehen. Gebet in Eurem Hause stets Raum dem Flügelschlage der freien Seele und wachet sorglich darüber, daß nur Tugenden Euch schmücken, so wird Euere gute Sache keiner Propaganda bedürfen. Ein richtiger Sauerteig durchdrängt die ganze Masse von selbst!

Weibliche Erziehungs-Maximen.

(Autor: Direktor Karl Weiß.)

(Schluß.)

In Natur und Leben entwickelt sich immer folgerichtig Eins aus dem Andern. Die Frau, die etwas kann, sucht es auch zu verwerthen; sie strebt nach Arbeit. Nun aber ist die Arbeit die Erlöserin aus allen Nöthen des Daseins. Wir arbeiten und kommen vorwärts. Friede und Freude erfüllen uns. Ist Müssiggang aller Laster Anfang, so ist Arbeit des Blutes Balsam, der Tugend Quell. Zufriedenheit und Frohsinn schaffen leibliche und geistige Gesundheit. Ein Segen nach dem andern träuft aus dem tüchtigen, wohl verwertheten Können der Frau.

Ein weibliches Wesen, in Sein und Können so gebildet, wie diese Sätze verlangen, ist der Schatz der Familie. Sie macht Eltern und Geschwister, Gatten und Kinder froh und reich. Indem sie, übertriebenem Luxus feind, in Einfachheit und Bescheidenheit das Mitmachen rauschender Vergnügungen verschmäht, greift sie die Uebel der Zeit so recht an der Wurzel an.

Wir leiden, wie wir wissen, Alle mehr oder weniger an der Unnatur und Verschrobenheit der verwickelten Lebensverhältnisse.

Gegen die Schätze, die im Wesen einer wohlgebildeten, könnenden Frau liegen, verschwindet äußerer Reichthum vollständig. Was heißt überhaupt heut' noch reich sein? Heute besitzest Du noch großes Gut; morgen ist es vielleicht verloren! Bei diesem Drehen des Glücksrades und Durcheinanderfallen und Sichüberbieten ist Alles unsicher, nur nicht der innere Besitz. Was nützt endlich die Mitgift selbst bedeutenden Kapitals, wenn die Besitzerin unpraktisch und anspruchsvoll ist? —

Gewiß würde eine große Anzahl derzeit ledig bleibender Männer sich verheirathen, wenn sie die Gewißheit hätten, mit bescheidenen Mitteln an der Seite eines braven Weibes zu leben.

Die hiermit für unsere Töchter geforderte Wohlbildung ihres ganzen Seins und Könnens ist endlich von höchster Wichtigkeit für alle Mädchen, auch wenn sie sich nicht verheirathen, sondern auf eigenen Füßen durch's Leben gehen sollen.

Das Leben draußen ist, genau angesehen, Nichts als das in's Unendliche, in die feinsten Einzelheiten spezialisirte Haus. Alles, was menschlicherseits in Erwerb und Gewerb, in Geschäft und Fabrik, in Handel und Wandel geschieht, entquillt dem Bedürfniß des wohlgeordneten Hauses, bezieht sich auf dasselbe zurück. Mädchen, wie wir wünschen, für das gute Haus erzogen und gebildet, finden, so es Noth thut, ohne Schwierigkeit die feste Stelle in der Gesammtarbeit des Volkes. Täglich sehen wir aller Enden und Orten, wie mit der Diogeneslaterne weibliche Kräfte gesucht, die so bescheiden und anspruchslos, als thatkräftig, arbeitslustig, tüchtig und geschickt sind — diejenigen Persönlichkeiten, zu welcher Göthe's „Dorothea“ das Urbild stellt: das Mädchen, ebenso vollendet, selbst ein Hauswesen zu leiten, als muthig und willig, in den Dienst eines solchen zu treten. Wer zu arbeiten berufen ist, muß nicht die Dame spielen wollen.

Noch sind wir im Allgemeinen nicht so glücklich, eine derartige Durchbildung der Frauenwelt aufzuweisen; noch gehen erschreckende Nothstände und weibliche Hülflosigkeit Hand in Hand. Immer drängen sich drei Punkte unserer energischen Beachtung auf.

Legt das Haus den Grundton seiner Arbeit in die gesunde Herausbildung des Charakters und Willens, der den Anforderungen des Lebens gewachsenen Persönlichkeit der Töchter? Pflegt es nicht mit Vorliebe das Mädchen als das schwächere, zarte Geschöpf, das später in der Ehe schon wird den kräftigen Beschützer finden! Sehen wir nicht mehr Werth auf das Feine, Zarte, Fesselnde, Gewinnende, auf Zier, Schmuck und Gefallen gelegt, als auf die Erziehung des spätern Menschen, der im weiblichen Wesen eben so gut wie im männlichen ruht?

Die Schule aber vergißt zu häufig, daß sie Mädchen zu bilden hat. Höhere und höchste Töchterschulen traktiren ihre Zöglinge wie Knaben. Wir gewahren Bildungsstätten mit fast demselben Lehrprogramm und 14 bis 16 Unterrichtsgegenständen, wie die Schulen unserer Söhne sie haben. An Intelligenz und Wissen werden die größten Anforderungen gemacht. Die jungen Mädchen sollen bis zum 16ten Lebensjahre fast dasselbe wissenschaftliche Pensum bezwingen, was die Jünglinge mit höheren geistigen Kräften und ganz anderer Lebensbestimmung bis zum 18ten und 20sten erledigen. Immer hört man von geistiger und höherer geistiger Bildung reden, als ob beim weiblichen Geschlecht nicht Charakter, Herz und Wille die Hauptsache wären. Die Jungfrauen brauchen deßhalb nicht unwissend zu sein. Aber man hebt sie hoch empor über die wirkliche Welt; sie wandeln zwischen Sternen und stolpern nachher auf der prosaischen und harten Erde. In dem Streben nach gleißender realistischer Bildung wird nicht nur die Erziehung zu Ordnung und Zucht vernachlässigt, auch die Muttersprache und das elementare Können kommen zu kurz. Der Gedanke, daß wir in unsern Mädchen spätere Hausfrauen und Mütter, aufopferungsfähige, selbstständige Charakter zu bilden haben, ist vielfach noch nicht durchgebrochen.

Nun suchte zum Dritten das Haus die Vollendung der Bildung seiner Töchter dadurch zu bewirken, daß es diese in eine Pension gab. Sie sollten ein Jahr in andere, fremde Verhältnisse, und dies war gewiß gut, wenn man die Kinder in die rechte Stelle brachte. Aber häufig schlug man hierbei einen falschen Weg ein; man führte die Mädchen in das französirende Mode-Pensionat. Das ist das schlechteste, was eine Familie thun kann. Diese vom einseitig-feinen Ton großgezogenen Anstalten stehen selten auf dem gediegener Bildung förderlichen Boden. Sie widmen sich mit Vorliebe Aeußerlichkeiten, der Politur, dem Aufputz der Persönlichkeit. Ersprießliches wird, abgesehen von den fremden Sprachen, etwas Musik u. s. w., nicht gelernt; man kultivirt die Phrase und Erscheinung. Wo bleibt die Wirkung auf den Kern? Herz und Gemüth bleiben leer; die Thatkraft verrostet. Das Haus konnte froh sein, wenn es nicht verbildete Mädchen aus der Pension zurück erhielt.

Die Freunde gesunder, weiblicher Erziehung und Bildung sind nicht bei Aufstellung von Theorien stehen geblieben; sie haben dem Hause und der Schule vernehmlich zugerufen, was zu der Töchter und Zöglinge Heil und Frieden diene; bezüglich der Fortbildung aber nach vollendeter Schulzeit haben sie diejenigen Muster-Anstalten geschaffen, wonach von Königsberg und Hamburg bis nach Zürich und von Wien bis Amsterdam Wirthschafts- und Kochschulen, gewerbliche Institute und Frauen-Industrieschulen, ebenso tüchtige Pensions- und Erziehungs-Anstalten mit allen dazu gehörigen Bildungsschulen das weite Land besetzen.

Eine Freude ist es, den Pionieren unserer heiligen Sache ihr Werk auf weit und breit blühen, ihre Saaten immer mehr aufgehen zu sehen.

An uns liegt es nun, nach gediegener Hauserziehung, nach vernünftiger Schulbildung die praktische Fort- und Ausbildung unserer Töchter, der späteren Hausfrauen und Mütter, der Trägerinnen zukünftiger Generationen zu vollenden.

Möchte doch jede tüchtige Bildungsveranlassung so recht gepflegt werden; möchte jede Familie sich wieder und wieder sagen: daß wahre Bildung des Geistes, des Herzens, des Willens und der Hand die Schätze sind, die uns die Erde und den Himmel erwerben! — Möchten wir die Mädchen immer wieder auf das Wesentliche, Wahrhafte ihres Berufes hinweisen, sie häuslich, einfach, dienst- und opfergeschickt und -bereit erziehen, sie ausstatten zu sein: Bürgerinnen dem Hause dieser Zeit und Pilgerinnen durch das ernste Leben. Das ist ja doch die größte Kunst, daß wir lernen, uns ein Paradies auf Erden zu bauen inmitten der Wüsten, Wildnisse und Kämpfe der Erde! —

Können wir auch die Zeitverhältnisse nicht umgestalten, so können wir doch viel dazu beitragen, erträglich in ihnen zu leben. Wir müssen nur Alles, was Tand, Trug und Täuschung heißt, weit von uns wegweisen. Wir müssen uns sagen, daß die Mehrzahl der Menschen bestimmt ist, im Schweiß des Angesichts ihr Brot zu essen und daß hierbei die Frauen gemäß göttlicher Bestimmung die beste Hülfe, die reinste Freude, der süßeste Trost sind. So kommt die Psyche des Weibes zu höchstem Ziel, zu reinster Entfaltung ihrer Schwingen. Unsere Häuser werden Tempel wahren Glückes, inniger Zufriedenheit. Wir werden unsere Frauen um so zärtlicher lieben, um so höher halten, als wie sie Folge ihrer Geistes-, Herzens- und Charakterbildung hochachten müssen. Wir werden in dem Gedanken vollenden: Es gibt auf Erden gar keine Glückseligkeit, als neben und mit der Frau unseres Herzens.

So wollen wir unsere Töchter erziehen, so die Frauen der Zukunft bilden: „Glücklich zu sein und glücklich zu machen."

Der Unterricht des Mädchens in der Gesundheitslehre.

In dem Unterrichtsplane und Erziehungssysteme für unsere Mädchen existirt an vielen Orten noch immer eine sehr empfindliche Lücke, deren Ausfüllung eindringendes Gebot der Zeit genannt werden muß. Es betrifft die entweder vollständig vernachlässigte, oder sehr kümmerlich berücksichtigte Bekanntmachung mit demjenigen, was den Menschen am unmittelbarsten berührt: die Menschenkunde und die Lehre von der Gesunderhaltung des menschlichen Individuums.

Da vielfach weder Familie noch Schule auf diesen so überaus wichtigen, interessanten und praktisch bedeutsamen Gegenstand Rücksicht nehmen, so muß man sich nicht wundern, wenn unsere Mädchen, aus denen Hausfrauen und Mütter werden sollen, in größter Unwissenheit über ein Gebiet der Naturlehre heranwachsen, das eigentlich an die Spitze allen Unterrichts und namentlich aller Erziehung gesetzt werden sollte.

Dieser mangelhaften Bildung der überwiegenden Mehrzahl unserer Frauen, der großen Unselbstständigkeit ihres Urtheils in den Fragen über naturgemäße Lebensweise und Pflege der physischen und geistigen Gesundheit, ist es auch zuzuschreiben, wenn gerade auf solchen Gebieten der praktischen Thätigkeit unseres Frauengeschlechtes in Haus und Familie große Mißgriffe noch immer täglich vorkommen, auf welchen durch Besitz der nothwendigsten, elementarsten Begriffe und Kenntnisse viel Schaden an der Gesundheit verhütet werden könnte.

Es kommen hier vor Allem in Betracht die Gebiete der häuslichen Gesundheitspflege, die Verwerthung der Grundsätze normaler Lebensweise in Kinderpflege, in Ernährungs- und Kochkunde, die Beobachtung gehöriger Reinlichkeit im Genusse der Luft, des Wassers, in Wohnung, an Kleidung und Haut, sowie die Anwendung der diätetischen Regeln hinsichtlich Lüftung, Nahrung, Betteinrichtung 2c. in der Krankenwartung. Zumal in der Verwendung der praktischen Gesundheitslehren auf dem so delikaten Felde der Pflege und physischen Heranziehung der kleinen Kinder, in der so segensreichen und fundamentalen Kunde von der Verhütung krankmachender Schädlichkeiten des heranwachsenden Theiles der menschlichen Generation wird noch immer so unendlich oft und schwer gesündigt, daß ein großer Prozenttheil der Erkrankungen und Todesfälle gerade der gebrechlichsten und pflegebedürftigsten Wesen, der Säuglinge, auf den Conto der Unkenntniß unserer Mütter gesetzt werden muß.

Da die Schule verabsäumte, sie in der Mädchenzeit einzuweihen in die verschleierten Geheimnisse über Bau, Verrichtungen und Lebensbedingungen der wunderbaren Werkstätte ihres eigenen Leibes, so sind sie auch unfähig, als Frauen die Gesundheitsbedürfnisse ihres eigenen Ich, des Haushaltungsorganismus und vor Allem jener zarten Wesen richtig zu erfassen und zu verwalten, deren Gedeihen und normale Entwicklung doch den Herzenswunsch und die Glückseligkeit jeder wahren Mutter bildet.

Tappend und strauchelnd geht sie ihren Weg in dem so hochwichtigen und verantwortungsvollen Berufe als Gattin, Hausverwalterin, Küchenbeherrscherin; Kinder, Mann und sie selber am meisten, sie alle leiden schwer, wenn sie sich nicht zu helfen und zu rathen weiß gegenüber all' den hundert kleinen und großen Fragen der Gesundheitslehre und Pflege, welche in Haus- und Kinderstube, in Küche und Keller, in Schlaf- und Vorrathskammer, sowie am Bett des Kranken täglich auf sie eindringen, deren Lösung sie doch wenigstens in den Grundzügen so gerne gewachsen sein möchte und deren Nichtlösungsvermögen ihr Unglück bildet.

Man reformire also unsere Mädchenerziehung in dem Sinne, daß schon in der Schule die Gesundheitslehre, die Elementarbildung in all' dem, was dem menschlichen Körper physisches Wohlbefinden verschafft, oder was seine Organe und Funktionen schädigt oder krank macht, gepflegt werden. Man lehre unsere Mädchen nicht nur die Helden unserer Geschichte und die Berge unseres Landes kennen; man mache sie nicht nur geschickt, Strümpfe zu stricken und Hemden zu nähen, sondern man lehre sie auch den Menschen kennen, der bestimmt ist, diese Hemden und Strümpfe zu tragen; man mache sie vertraut mit der Beschaffenheit der lebenswichtigsten Organe, in kürzesten Zügen und mit Anschauungsmitteln; man sage ihnen nicht blos, daß wir mit unseren Lungen athmen und mit dem Magen verdauen, sondern daß und warum wir von der Wiege bis zum Sarge ununterbrochen frischeste, reinste Luft athmen und unsern Magen mit einfacher, gesunder, nahrhafter Speise versehen sollen. Man weihe sie ein in die Grundzüge der Kinderernährung und Pflege, warne sie vor den vielen Fehlgriffen, Vorurtheilen und abgelebten Gewohnheiten, lehre sie, der Natur zu lauschen und zu folgen auf allen ihren Wegen und Stegen und naturgemäß zu nähren, zu pflegen, zu reinigen, zu lüften, zu waschen und zu baden, auf daß sie nicht nur ein kräftiges Geschlecht zu Tage bringen, sondern auch heranziehen. Das, was das Mädchen in der Schule gelernt aus dem reichhaltigen Buche der Gesundheitslehre, wird zu einem großen Schatz in der Praxis der Haushaltung; die künftige Mutter wirkt wieder als Lehrerin ihrer Kinder und gibt ihnen, als beste und schönste Mitgift, auf den Lebensweg einen gesunden Geist in gesundem Körper! Unser bleichsüchtiges, blutarmes und nervöses Geschlecht, unsere durch die Kultur so vielfach degenerirenden und gefährdeten Generationen, sie bedürfen der thatkräftigen Lehren und Anwendungen des Gesundheitskatechismus so gut wie des Moralbüchleins, und auch hier muß die Schule in ihrem Unterricht und in ihrer Praxis mit gutem Beispiele vorangehen.

Unsere Mädchen bedürfen der praktischen Gesundheitslehre und Pflege in und durch die Schule; sie bedürfen dagegen der Vereinfachung des Stundenplans in manchen Fächern, der Schonung der übermäßig und einseitig angespannten Hirn- und Nervenkräfte, sie bedürfen der größeren Leibesbildung und Körperübung, damit Harmonie einziehe zwischen Geist und Gehäuse desselben!

Wir sollen ablassen von der einseitigen Theorie, nur unsere Jünglinge müßten Fortbildungsschulen und Rekrutenkurse haben. Auch das ältere Mädchen hat eine weitere und vertiefte Ausbildung nöthig und kein Ort sollte sein, wo nicht auch die vorgerückteren Mädchen mit reiferem Verstande und geweckterer Erkenntniß für die hohen Zukunftsaufgaben ihres verantwortungsreichen natürlichen Lebensberufes als Frauen und Mütter nochmals in die Schule gehen. Zu diesen zur allgemeinen Pflicht zu erhebenden Vorbereitungskursen für das weibliche Wirken in der Familie entfessele man aber viele Unterrichtskräfte und die Belehrungen über den Menschen, sein Gesundbleiben und Pflegen in kranken Tagen, die eindringlichen Vorstellungen über die hohe Wichtigkeit der frischen Luft, des reinen Wassers, der gesunden, möglichst billigen und einfachen Nahrung, der Sauberkeit in allem Thun und Lassen, der naturgemäßen Kleidung (Mädchen haben dies besonders nöthig!), kurz die fundamentalsten Sätze des Gesundheitskatechismus, müssen in diesen dringend nöthigen Kursen unbedingt eine wichtige Stelle einnehmen.

So dient die Schule dem Leben; so nützt sie dem Einzelnen, der Familie, dem zukünftigen Geschlecht, so sorgt sie dem Staate für gesundere, kräftigere Bürger und Söhne. Der Einfluß der Frau und Mutter in der Privat- und Hausgesundheitspflege ist naturgemäß ein weit größerer und bedeutungsvollerer, als derjenige des Mannes und Vaters: machen wir sie deßhalb auch für ihre hohe Aufgabe und Stellung tüchtiger und selbstständiger. Die Rekrutenbildung des älteren Mädchens und der Jungfrau liegt in den Kursen für Koch- und Haushaltungskunde, für Kinder- und Krankenpflege, für Gesundheitslehre und -Pflege in der Familie: so werden sie mit dem Selbstvertrauen und dem Erfolg die Arena des praktischen Lebens und Wirkens betreten, welche die weiblichen Kämpen bis jetzt noch so häufig ohne ihre eigene Schuld, aber zu ihrem eigenen und des Hauses Schaden, entbehren.

(Dr. Gustav Custer.)

Hagenbutten-Mark.

Große gereinigte Hagenbutten werden in eine Schüssel gethan; auf dieselben wird etwas alter weißer Wein (ungefähr ein Schoppen) gegossen, acht Tage an einem kühlen Orte stehen gelassen und jeden Tag umgerührt. Nachher werden sie durch einen Durchschlag getrieben und das durchgetriebene Mark in eine Schüssel gegossen. Dann wird auf ein Pfund Mark $^3/_4$ Pfund Zucker dick gekocht und daran gegossen. Dann rührt man, bis es kalt ist, und füllt es in Gläser.

Oder: man reinigt Hagenbutten, spült sie in kaltem Wasser ab, bis es rein abläuft, und läßt sie in siedendem Wasser einigemal aufwallen; dann läßt man das Wasser durch ein feines Sieb ablaufen und trocknet sie auf einem Tuch. Auf 1 Pfund Früchte wird 1 Pfund Zucker geläutert mit Zugabe von 2 Löffel Weinessig, bis er Faden spinnt. Dann wird die Frucht darin gekocht, bis sie etwas hart und die Sauce hell ist. Sie werden kalt in Gläser gefüllt, der Saft darüber gegossen und lassen sich lange aufbewahren. Getrocknete Hagenbutten sind ausgezeichnet als Würze zu Weinsaucen oder Weinsuppen. Die Kerne, die man herausnehmen muß, lassen sich getrocknet und gut ausgesiebt zu Thee verwenden, indem man sie längere Zeit in genügend Wasser kocht, mit ein wenig ganzem Zimmt. Der Thee wird delikat und ist sehr gesund, und ist mit Wein oder Milch zu genießen.

Acht Tage aus dem Leben einer deutschen Landpastorin.

Von geplagten Hausfrauen in „unruhvollen Wochen" zu lesen.

(Fortsetzung.)

Den Stoff zu seiner heutigen Predigt hatte Hermann die zwecklose Unruhe (wie er es nannte) geliefert, worin er mich die ganze jüngstvergangene Woche hindurch gesehen hatte, und den letzten Satz des Textes: „Ist es nicht genug, daß jeder Tag seine eigene Plage habe?" hatte ich mir schon den ganzen Morgen hindurch selber vorgesagt. Ich hatte mir wiederholt, es sei ja wieder der heilige, gesegnete, ruhige Sonntag gekommen, welcher nach der reichlichen Mühe, Hast, Unruhe und Angst der verflossenen sechs Wochentage nun Ruhe für Körper und Geist bringe; aber zu meinem eigenen Kummer und Selbstvorwurf fand ich, daß ich mir keinen Frieden einreden konnte. Bevor noch vierzehn Tage vergingen, mußten ja meine armen Kinder von wirklichem Hunger bedroht, konnte unser Mobiliar gepfändet, unser Hausstand aufgelöst sein, und unser Loos unter diesen kalten, hartgesottenen Feldwiesern Schmach und Verachtung werden. Allerdings hatten wir seither Niemand um Hülfe angegangen, denn wie hätten wir dies auch vermocht? Wären wir ja doch außer Stande gewesen, ein Darlehen zurückzuerstatten, und hatten wir ja bereits Verbindlichkeiten genug, die uns drückten — namentlich eine, die mir sehr schwer auf der Seele lag. Und da saß ich und lauschte den Predigtworten, welche mein Gatte laut ablas, um sie zu memoriren, und obschon diese gesegneten Worte des Trostes und der Hoffnung von Lippen fielen, welche mir die allertheuersten auf Erden waren, so vermochte ich doch nicht, froh und frei an sie zu glauben. Geduld und Vertrauen zu Gott waren die Stichworte gewesen, an welche ich seither als eine treue Christin und Pfarrfrau mich gehalten, und wo war nun mein Gottvertrauen? Nirgends. Ich wollte mir einreden, daß nur noch ein Wunder uns aus all' diesen Verlegenheiten retten konnte, und ich sagte mir: die Zeit der Wunder sei vorbei!

So saß ich denn in dumpfem Hinbrüten da und horchte zerstreut auf meines Gatten Predigt; und als Hermann in derselben von den Lilien des Feldes und ihrer Schönheit sprach, die ja auch der Herr kleide, da ertappte ich mich darüber, daß ich unwillkürlich Helenens schäbiges, fleckiges Kleidchen und Theodors dreimal geflickte Stiefel musterte, welche zu meinem unbeschreiblichen Entsetzen nun auch an den Zehen zu platzen drohten. Und als Hermann den Spruch zitirte: „Ihr sollt nicht sorgen und sagen: was werden wir essen? was werden wir trinken?" da fielen mir Fleischer Riebe's grobe Anspielungen und Zögern ein, als ich gestern bei ihm den gewöhnlichen Sonntagsbraten bestellt hatte. Thränen traten mir unwillkürlich in die Augen, und in meinem tiefsten Innern sprach jene leise, geheime Stimme, die, niemals schweigend, immer mahnt und sich geltend macht, so laut, daß es meines Gatten kräftige, sonore Stimme übertönte: „O ihr Kleingläubigen!" Und gleichwohl hatte der Druck der Armuth mir die Versuchung nahe gelegt, daß ich im innersten Herzen mich überreden wollte, alle jene Trostesworte und Verheißungen der Schrift seien zwar gut genug und passend gewesen für jene fernen jüdischen Zeiten, wo das gesellige Leben noch keine solchen Anforderungen an den einzelnen Menschen gestellt und wo es noch solche selbstverleugnende, thatkräftige Männer gegeben habe, denen die Verbreitung des Evangeliums anvertraut worden sei; aber, fragte ich mich, wie würde es uns heutzutage ergehen, wenn ich die Sache ebenso leicht nehmen würde, wie dieser gutmüthige Pfarrer hier predigte, der von seiner Kanzel herab uns Dinge lehren wollte, welchen unsere eigene wirkliche Erfahrung im Alltagsleben so sehr widersprach?

So weit war ich in meinen muthlosen Zweifeln gekommen, als mein Gatte plötzlich inne hielt, denn drunten vor dem Pfarrhause machte sich ein Lärm von Stimmen geltend, welcher durch die offenen Fenster bis zu uns herauf drang. Ich schaute hinunter auf eine leidenschaftlich erregte Gruppe von Leuten aus dem Dorfe von jedem Alter und Geschlecht, deren wilde Geberden, drohende Fäuste und finster rollende Augen mich erschreckten. Alle umstanden den alten Holzhauer Joost, der zu uns heraufblickte.

„Um's Himmels willen, Joost, was gibt es denn? Wollt Ihr zu uns?" rief ich erschrocken hinunter.

„Ja, Frau Pastorin; ich komme, den Herrn Pastor zu holen, daß er dem Sägeknecht Kleemann schnell noch das Nachtmahl reiche. Aber es ist keine Zeit zu verlieren!"

Hermann war neben mich an's Fenster getreten. „Ich komme sogleich, Meister Joost", sagte er; „ist denn ein Unglück geschehen?"

„Ja, Herr Pastor! Bergleute, die von der großen Grube heute früh ausfuhren und durch den Wald nach Grubenthal wollten, haben im jungen Buchenschlag am Lerchenberg ein Wimmern gehört, und als sie hineinkamen, den Säger in einer Blutlache gefunden mit einem Schuß grober Schrotkörner im Rücken. Einer der gräflichen Jäger muß es gethan haben. Man hat den Säger noch bis zu den ersten Häusern gebracht und sein Weib und Kinder herbeigeholt, aber er kommt nicht mehr auf — er kann nicht mehr reden und spuckt Blut."

„Barmherziger Gott, das ist wieder die Folge einer Wilddieberei", sagte Hermann tief erschüttert, und kleidete sich hastig an, um zu dem Sterbenden zu eilen.

Kaum war er aus dem Hause, so kam eine von den Frauen, welche mit den Heuern nach Grubenthal gegangen war und den Säger hatte finden helfen. Sie erzählte mir, was sie selber gesehen und was der Sterbende noch mit mühsamer, kaum verständlicher Stimme über die Ursache seines Zustandes erzählt hatte. Der Sägeknecht Kleemann war Taglöhner in der oberen Sägemühle, die weit vor dem Dorfe am Fuße des Lerchenbergs lag. Der Mann hatte sieben Kinder mit seinem kargen Taglohn zu unterhalten, und ging aus Noth wilddieben, wie man im Dorfe allgemein wußte, hatte aber niemals ertappt werden können. Am Orte, wo man ihn gefunden, lag neben ihm ein starker Rehbock, der sich auf der Grenze des Hochwaldes und der jungen Schonung in einer Drahtschlinge gefangen und im Todeskampf fußtiefe Löcher in den Waldboden gewühlt hatte. Damit beschäftigt gewesen, das erwürgte Thier aus der Drahtschlinge zu nehmen, war Kleemann vor demselben am Boden gekauert, als hinter ihm ein Schuß knallte und er die ganze Ladung auf die Hüftgegend erhielt und über seine erwürgte Beute hineinstürzte. Nach dem Schusse sich umwendend, hatte er den Schützen noch in's Holz treten gesehen, aber nicht mehr erkannt, und war mehrere Stunden in seinem Blute gelegen, ehe man ihn gefunden, denn der Schuß hatte ihn offenbar gelähmt. Die Frau schilderte mit krampfhaftem Schluchzen und leidenschaftlichen Verwünschungen den Jammer des armen Weibes, als es auf die Kunde von dem Vorfall in das Gehöfte geeilt war, wo man den Sterbenden auf der Tenne einer Scheune niedergelegt hatte.

Und ich hatte soeben noch gemurrt und gezweifelt?! Oh, eine unsägliche Zerknirschung und Reue erfaßte mich, als ich so über dem namenlosen Jammer jener Familie unsere eigenen Bekümmernisse vergaß. Ich übersah es, daß die Knaben forteilten, um den Sterbenden zu sehen, und hatte keinen anderen Gedanken mehr, als Reue über meinen eigenen Kleinmuth und ein inbrünstiges Gebet zum lieben Gott, er möge sich doch der armen Waisen des Sägeknechts erbarmen und dem Sterbenden vergeben!

Man hatte schon zweimal zur Kirche geläutet, als Hermann zurückkam, seine schönen, seelenvollen Augen überströmend von Thränen. „Es ist vorüber mit ihm, Klara", sagte er mir auf meinen fragenden Blick; „Gott sei seiner armen Seele und seinen sieben unerzogenen Kindern gnädig! — O mein liebes Herz, es war einer der erschütterndsten Auftritte, die mir jemals in meinem Seelsorgerberuf vorgekommen. Der Mann war schuldig, allerdings, und es ist grausam, ein harmloses Thier sich so in einer Schlinge zu Tode zerren zu lassen; — aber um eines Rehbockes willen, der nur einige Thaler werth ist, einen Menschen, einen Familienvater hinterrücks niederschießen wie ein Raubthier, das ist der Gipfelpunkt der Barbarei und Rohheit. — Allein komm, laß uns zur Kirche gehen! Ich muß predigen, wenn mir auch das Herz im Leibe bluten möchte über den Jammer, dessen Zeuge ich war!"

(Fortsetzung folgt.)

Abgerissene Gedanken.

Immer aufmerken, immer denken, immer lernen — darauf beruht der Antheil, den wir am Leben nehmen — das erhält die Strömung des unsern, und bewahrt es vor Fäulniß. Und so gut, wie vom „Lieben und Irren" läßt es sich sagen: „Wer nicht mehr strebt, wer nicht mehr lernt, der lasse sich begraben." (v. F.)

Sprechsaal.

Fragen.

74. Weiß Jemand ein Mittel gegen nervösen Husten (Morphium und dgl. ausgeschlossen)?

75. Sind für die Bettbezüge von Dienstboten Leinen- oder Baumwoll-Stoffe empfehlenswerther?

76. Gibt es nicht ein zuverlässiges (nicht Geheim-) Mittel, um die rauh und unansehnlich gewordenen Kopfhaare weich und glänzend zu machen, und ist das vollständige Abschneiden bei einer Tochter von vierzehn Jahren noch rathsam?

Antworten.

Auf Frage 68: Dem an unangenehmem Geschmacke leidenden Olivenöle wird gepulverte Holzkohle zugesetzt. Die Holzkohle zieht den fremden Geruch an und kann nachher beim Umschütten des Oeles leicht in einem feinen Siebe zurückbehalten werden.

Auf Frage 70: Die gute Frau sollte lieber nicht an's Verhüllen und „Vertuschen" denken, sondern ihren Jugendbekannten lieber offen und ehrlich sagen, daß sie nicht mehr in der Lage sei, ihr Haus nach vornehmem Styl zu führen, und auf das Machen und Empfangen zeitraubender Besuche und Gastereien verzichten müsse. In der einfachen, schlichten Wahrheit liegt ja auch Ton und dazu *edler* Ton, nicht bloß guter. Nicht selbst verschuldete Armuth ist keine Schande, und diejenigen Freundinnen, die sich dieser Dame fürderhin schämen werden, darf man getrost zurücktreten lassen, es ist nicht schade, solche zu verlieren. An diesem offenen Bekenntniß wird diese Frau gerade einen Prüfstein haben, welch' Bekannten sie zu ächten Freundinnen wählen könne oder nicht. Es ist ein großer Irrthum, zu meinen, es müsse von der Wiege bis zum Grabe in gleichem Style fortgelebt sein, und ein großes Verderben, nicht *vermögensgemäß* leben zu wollen; es gehört freilich oft viel Muth dazu, aber ausgelacht wird man ja immer ein Bischen, sei es von den Dummen oder Gescheidten, von den Hohen oder von den Niedrigen. Die Schule des Lebens erzieht uns nicht standesgemäß, sondern lehrt uns arm und reich, hoch und niedrig sein zu können, sich in jede Lebenslage fröhlich zu fügen und sich mit dem wahren Seelenadel zu begnügen, zu dem jeder Mensch, auch der Aermste dieser Welt, berechtigt und befähigt ist. Und so wie so, warum diese Angst, gegen den guten Ton zu verstoßen; klingt der nicht allzu oft wie eine zersprungene Schelle und wie ein verstimmtes Instrument? Wenn man nur immer den Muth hätte, zu sein, wie man ist und wie man's hat! Wie lebt es sich da so viel gemüthlicher und sicherer; wie viel Elend und Dürftigkeit müssen die schönen Kleider und reich möblirten Zimmer verhüllen, und wie warten die Gläubiger lieber, wenn sie die Schuldnersfamilie in einfachem, ordentlichem Gewande einher ziehen sehen, als in Gold und Flitter aller Art.

Auf Frage 72: Man bestreicht ein doppelt gebranntes flaches Kochgeschirr mit frischer oder gesottener Butter, belegt sie überall mit dünnen Weißbrodschnitten, bestreut dieselben mit kleinen Butterstückchen und etwas Zucker und füllt hierauf das Geschirr ganz mit in feine Scheibchen geschnittenen sauren Aepfeln auf, die vorher mit Zucker und etwas Zimmt vermischt wurden. Zum Schluß legt man, hauptsächlich dem Rande nach, noch Butterstückchen, bedeckt das Ganze mit einem gut verschließenden Deckel oder passenden alten Suppenteller und backt die Masse, bis die Aepfel weich sind im Ofen. Alsdann verrührt man 1—2 Eier mit einigen Löffeln Rahm oder Milch und Zucker, gießt die Mischung über den Pudding, stellt denselben noch einige Minuten unbedeckt in den Ofen und die Speise wird warm servirt.

Auf Frage 72: $^1/_2$ Pfund fein zerkleinertes rohes Rindsfett wird mit etwas Salz und $^1/_2$ Pfund Weizenmehl gemischt, daran 6 ganze Eier, ein wenig Wasser, $^1/_2$ Pfund Zucker gethan und das Obst (zerkleinerte Aepfel oder geschälte Birnen, oder Kirschen, Beeren oder welches Obst sonst) hinzugefügt. Man nimmt ein starkes leinenes Tuch oder eine Serviette, drückt sie in heißem Wasser aus, breitet sie auf und bestreut sie mit Mehl. Nun gibt man die Masse darauf, bindet das Tuch mit Faden oder Band zu und legt sie in einen Topf kochenden Wassers, den man zudeckt. In $2^1/_2$ Stunden ist er gar.

Druck der M. Kälin'schen Offizin in St. Gallen.

Briefkasten der Redaktion.

Unwissende in **F.** Hüten Sie sich wohl, Croton-Oel einzunehmen ohne ärztliche Verordnung; Sie könnten diesen Mißgriff bitter zu bereuen haben. Die wohlmeinende kluge Nachbarin aber, welche dieses unfehlbar wirkende Mittel zur Wiedererlangung früherer Gesundheit und Blüthe Ihnen so dringend angerathen, lassen Sie links liegen; das ist jedenfalls keine richtige Vertraute für ein unerfahrenes, schutzloses Mädchen. Wenn Sie uns Ihre nähere Adresse angeben wollen, so sind wir wohl im Falle, Sie an einen gewissenhaften Arzt oder erfahrene, gutdenkende Frau in Ihrer Nähe zu weisen.

Frau **Bertha G.** in **Z.** Wenn der von Ihnen eingekaufte Kümmel sehr leicht an Gewicht und schwach an Geruch und Geschmack ist, so liegt der Verdacht nahe, daß der betreffende Kümmelsamen bereits vorher zu Destillationszwecken, zur Gewinnung von Kümmelöl und Kümmelbranntwein verwendet wurde. Ein gutes Rezept von sogenannten „Kümmelstangen" (eine Art Theebrod) ist das nachfolgende: 250 Gr. erwärmtes Mehl, 100 Gr. Butter und 5 Eßlöffel voll Rahm werden zu Teig geknetet und in kleine Stangen gerollt, die man mit Eidotter bestreicht, mit etwas Salz bestreut und in schöner Hitze im Ofen goldgelb backt.

Emma F. in G. Das Kummerfeld'sche Waschwasser (sogenanntes Schönheitsmittel) besteht aus 3 Theilen Campher, 100 Theilen gereinigten Schwefelblumen und 700 Gewichtstheilen destillirtem Wasser. Kann gegen unreine Haut als Toilette-Artikel empfohlen werden.

Blumenfreundin an der Limmat. In reinem Zustande ist die Lauberde für Topfpflanzen nicht zu empfehlen, weil sie leicht versauert. Reichlich mit Sand vermischt, ist sie dagegen eine der vorzüglichsten Erdarten für die meisten Topfgewächse.

Frau **J. W.** geb. **L.** in **Berlin.** Ihr freundlicher, der gestellten Frage am besten entsprechende Beitrag wird mit bestem Dank acceptirt.

Frau **G. P.** in **St. G.** Zur Führung einer Temperenz-Wirthschaft (Ausschank von Milch, Kaffee, Thee, Chokolade u. s. w.) ist die Lösung eines Patentes nicht erforderlich.

Frau **A. M.** in **L.** So lange Sie sich bei Ihren Handlungen ausschließlich von der Liebe und der Pflicht leiten lassen, darf Ihnen um das Urtheil dieses oder jenes Menschen über Sie nicht bange sein. Die Zeit löst jeden Mißklang auf und Derjenige, welcher Sie falsch beurtheilt hat, wird einst das Ihnen angethane Unrecht um so lebhafter empfinden, je weniger Sie jetzt thun, um ihn von Ihrem guten Denken und richtigen Handeln zu überzeugen. Eine Zeit lang mißkannt zu sein, darf uns niemals so schwer vorkommen, daß wir um den Preis des guten Einvernehmens Anderer unsere eigene Rechtfertigung erzwingen wollten. Ueberlassen Sie diese also getrost der Zeit, sie wird wie immer, so auch hier, zur rechten Stunde eintreten.

E. M. Bei der Frauenwelt solche Begriffe von der Armuth zu finden, ist geradezu bedenklich. Wer den Armen und Nothleidenden nur als ekelhaftes Gewürm betrachtet, dem der Reiche nur aus gewisser Entfernung das unumgänglich nothwendige Futter zuwerfen läßt, der verdient, aus der menschlichen Gesellschaft ausgestoßen zu werden. Sie scheinen nicht zu wissen, daß Entbehrungen, Mangel und vielseitige Noth die Treibbeete der reinsten Tugenden sind! In Ihren Augen gibt es, wie es scheint, nur eine Tugend, der Reichthum: und um diesen einzigen Vorzug sind Sie wahrlich nicht zu beneiden, denn was bliebe Ihnen wohl, wenn Sie diesen nicht hätten!

Fr. **P. H.** in **S.** Für freundliche Zusendung besten Dank! Die Aenderung ist besorgt und das Uebrige wird später brieflich beantwortet werden. Freundlichen Gruß!

Inserate.

Jedem Auskunftsbegehren sind für beidseitige Mittheilung der Adresse gefälligst 50 Cts. in Briefmarken beizufügen. — Offerten (mit oder ohne Chiffre) werden ohne Namensnennung gegen gleiche Taxe sofort befördert.

1358] Dans une honorable famille habitant une ville du canton de Vaud, on recevrait encore quelques **jeunes filles** pour apprendre la langue française. — Pour tous renseignements s'adresser à Monsieur le Docteur **Kuhn** à *Nesslau*, canton de St-Gall.

Eine im Schneidern und in Besorgung von Kindern wohlerfahrene Tochter sucht Stelle, sei es als **Lingère** in ein Hôtel, als **Haushälterin** oder zur Beaufsichtigung und Pflege von Kindern. [1357
Offerten gefl. an die Exped. d. Bl.

Modes.

1353] In einem feinen **Mode-Geschäft** in Zürich kann eine rechtschaffene Tochter, die den Beruf gelernt hat, zur Ausbildung eintreten. Auf Wunsch Kost und Logis in der Familie.

Eine anständige, junge Tochter findet Stelle zur **Bedienung im Speisesaal** eines (auch im Winter geöffneten) Kurhauses.
Schriftliche Offerten befördert die Exped. der „Schweizer Frauen-Zeitung". [1345

1347] Eine in allen häuslichen Arbeiten, sowie im Nähen und Glätten, Rechnen und Schreiben geübte Frau, sucht Stelle als **Haushälterin** oder sonst passende Anstellung. Zeugnisse stehen zu Diensten.
Offerten befördert die Expedition der „Schweizer Frauen-Zeitung".

Eine im Hauswesen erfahrene Tochter aus guter Familie sucht Stelle, entweder zur selbstständigen Führung eines kleinern Haushaltes oder auch, da sie Liebe zu Kindern hat, zur Besorgung von Kindern. Gute Empfehlungen stehen zu Diensten. Familiäre Behandlung würde grossem Lohne vorgezogen. [1348
Gefl. Offerten unter Chiffre A. Z. 1348 an die Expedition dieses Blattes.

Eine gut erzogene Tochter von 25 à 30 Jahren (Protestantin), die korrekt französisch und etwas englisch spricht, wird in eine gute englische Familie als **Bonne d'enfants** (nicht Gouvernante) gesucht. Gehalt **Fr. 50** per Monat. Ohne ganz gute Empfehlungen unnütz sich zu melden.
Schriftliche Anmeldungen direkt an's **Kurhaus Magglingen** ob Biel. [1349

Eine Deutsche, Mitte der Zwanziger, sucht gegen freie Station Stellung als **deutsche Lehrerin** in einem französischen Pensionat oder als **Erzieherin** jüngerer Kinder in guter Familie. [1350
Offerten sub Chiffre G. 26. 12. **postlagernd Elbing** (West-Preussen) erbeten.

Gesucht:

Eine sehr empfehlenswerthe Tochter (Schaffhauserin), welche schon mehrere Jahre eine Stelle als Kindermädchen versehen und gute Zeugnisse vorweisen kann, wünscht bei einer achtbaren Familie wieder als Kinds- od. Stubenmädchen plazirt zu werden. [1352
Offerten sind an die Expedition dieses Blattes zu richten,

Gesuch.

Ein Fräulein, welches deutsch, französisch, auch etwas italienisch spricht, sucht Stellung als **Gesellschafterin** oder **Haushälterin.** Gute Referenzen stehen zu Diensten. — Gefällige Offerten unter A. R. 1324 an die Expedition der „Schweizer Frauen-Zeitung". [1324

In einer gut renommirten grössern Restauration in Zürich werden einige Töchtern angenommen, um das Kochen zu erlernen. Logis im Hause. Pension und Lehrgeld per Monat Fr. 70. —. Eintritt auf 1. Oktober
Adresse um nähere Bedingungen ertheilt die Expedition der „Schweizer Frauen-Zeitung". [1356

Eine achtbare Tochter, der französischen Sprache mächtig, sowie im Serviren bewandert, wünscht Stelle als **Buffet-Dame** oder in einen renommirten Gasthof zum **Serviren.** Gute Referenzen stehen zu Diensten. Eintritt sofort. [1342
Gefl. Offerten unter Chiffre M. A. an die Expedition dieses Blattes.

Frauenarbeitsschule Reutlingen (Württemberg).

(Unter dem Protektorat Ihrer Majestät der Königin Olga.)

1355] **Mittwoch, den 3. Oktober 1883,** beginnen neue Kurse in den sämmtlichen Fachschulen. Lehramtskandidatinnen für den Unterricht an Industrie- und Frauenarbeitsschulen finden methodische und praktische Anleitung und nach Erwerbung guter Schulzeugnisse in der Regel auch baldige Anstellung als Lehrerinnen an auswärtigen Anstalten. Anfragen und Anmeldungen sind zu adressiren an das (M 171/88)

Vorsteheramt der Frauenarbeitsschule.

[673] **CHOCOLAT Ph. Suchard** [O. F. 9512]

Zur Conservirung des Teints!!

und zur Erlangung einer blendend weissen Haut, sowie zur Beseitigung von Sommersprossen, Finnen, Mitesser u. s. w., ist das bewährteste und vorzüglichste Mittel die **Orientalische Rosenmilch** von **Hutter & Cie. in Berlin.** [1277
Dépôt bei **J. U. Locher,** Marktgasse in **St. Gallen,** in Flacons à Fr. 3. —.

Vertrauensstelle-Gesuch.

Eine arbeitsame, gebildete Wirths-Tochter von höchst respektabler Familie, mit allen häuslichen Arbeiten, sowie mit der Buchhaltung praktisch erfahren, wünscht eine Haushälterin-Stelle oder sonstige Vertrauensstelle in ein grosses, honnetes Geschäft.
Frankirte Nachfragen an die Expedition dieses Blattes. [1354

Eine junge Zürcherin aus guter Familie, mit besten Referenzen und Schulzeugnissen versehen, wünscht sich bei einer achtbaren Familie in der Schweiz oder in Italien zu plaziren. Dieselbe könnte Kindern in Deutsch und Französisch, sowie in den weiblichen Handarbeiten Unterricht ertheilen und wäre geneigt, nebenbei Büreau,- Laden- oder auch Haushaltungsgeschäfte zu besorgen. [1335
Gefällige Offerten beliebe man sub Chiffre R S 1335 an die Expedition dieses Blattes zu richten.

1341] In einem kleinen **Pensionat** der französischen Schweiz würde man noch **eine** oder **zwei Pensionärinnen** annehmen. Sehr mässiger Preis.
Alles Nähere durch Mlle **Trolliet, chateau de Marnaud,** Vaud.

Pension für Töchter

unter der Leitung
des Hrn. Prof. **Grangier** und seiner Gattin,
in **Freiburg** in der Schweiz.

1346] Diese, seit dem Jahre 1861 bestehende und in der Schweiz, wie auch im Ausland, vortheilhaft bekannte Anstalt bietet zu **einem gemässigten Preise** den ihr anvertrauten Töchtern eine christlich-sittliche, solide, auf Bildung gegründete, für's häusliche Leben passende Erziehung.
Für Prospektus, Referenzen und nähere Erkundigungen beliebe man sich an den Direktor der Anstalt zu wenden.

[1160] **ST. GALL** — Die einzige nach sicilianischer Art **CHOCOLAT A. MAESTRANI** — **IST DIE BESTE.** — Wenig Zucker, viel Cacao-Gehalt. — **SUISSE**

Kleiderfärberei u. chem. Waschanstalt

von [1056
G. Pletscher, Winterthur.

Färberei und Waschanstalt aller Artikel der Damen- und Herren-Garderobe. — Waschanstalt und Bleicherei weisser Wollsachen. — Auffärben in Farbe abgestorbener Herrenkleider. — Reinigung von Tisch- und Boden-Teppichen, Pelz, Möbelstoff, Gardinen etc.
Prompte und billige Bedienung.

Familien-Pension in Lugano.

1299] Gesunde, schöne Lage in unmittelbarer Nähe der Stadt. — Billige Pensionspreise. — Freundliche Aufnahme. [1299
Referenzen: Arv. Vegezi, Lugano; Mme Isler-Vock, Wildegg; Mme Schnorf, Stadelhofquartier, Zürich.

Gestickte Vorhangstoffe, Bandes & Entredeux

liefert billigst [418
Eduard Lutz in **St. Gallen.**
Muster sende franco zur Einsicht.

Neuer hygienischer und billiger
Damen-Toilette-Artikel.

Muster und Prospekte bis Ende September gratis und franko. [1323
Internationale Verbandstofffabrik
in Schaffhausen.

Grosses
Schuhwaaren-Lager

in allen möglichen Sorten und Façonen. — Billige Preise. — Gegen baar 5 % Rabatt. — **Auf Mass** nach beliebiger Façon (auf Wunsch **rationell**), sowie zur Besorgung jeglicher Art **Reparaturen** empfiehlt sich bestens [1201
J. B. Müller, Schuhmacher,
Multergasse Nr. 27, **St. Gallen.**

Tüllvorhänge

werden **gewaschen, crême** oder **écru gefärbt** und auf **neu appretirt.** — NB. Solche erfahren durch fachkundige Behandlung die grösste Schonung. Die Appretur derselben geschieht auf gleichen Maschinen, wie bei der Fabrikation, wodurch das **„Ansehen der Neuheit"** gewahrt bleibt. Gestickte St. Galler-, Filets guipures, Cluny-Vorhänge etc. können **nur auf solche Weise** wieder ansehnlich hergestellt werden, was empfehlend anzeige. [1226
Ed. Printz, Basel,
Färberei und chemische Waschanstalt.

Eierfideli und Eiernudeln.

beste inländische, sowie ächte **neapolitanische Teigwaaren, Parmesankäse** und **Tomate,** empfiehlt die
Müller'sche
Spezerei- und Samenhandlung,
1343] **Frauenfeld.**

Schweizerische Landesausstellung in Zürich

H-71-Z] 1. Mai bis 30. September 1883. [1055

Trauerbouquets, Leichenkleider und Sargkissen

in schöner Auswahl und billigste Preise zusichernd, empfehlen

Schwestern Gschwend, Multergasse 1, II. Stock,
1344] vis-à-vis der Löwenburg, **St. Gallen.**

Ein für jede Hausfrau praktisches Geschenk!

Universal-Koch-Topf

von **G. Fietz & Sohn** in **Wattwyl**

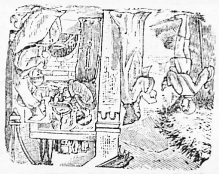
ist das **beste** und **billigste** Küchengeräth. In jedem Herd und Ofen verwendbar. — Saubere Arbeit in Kupfer mit durchaus reiner Verzinnung. Kein Anbrennen der Speisen möglich. Das Ausströmen des Aromas verhindert. Dampfverschluss ohne jede Gefahr. Grosse Zeit- und Holzersparniss garantirt. Vorräthig in verschiedenen Grössen. Preis-Courant und Prospekt gratis.

Zeugniss. Der stete Gebrauch des Universal-Kochtopfes zum Backen, Dämpfen und Dünsten befriedigt vollkommen und bestätigen wir unserseits oben angeführte guten Eigenschaften gerne. Es ist dieses ausgezeichnete Fabrikat nicht mit gewöhnlichen Bratpfannen zu verwechseln. Zur Vorzeigung von Musterstücken sind wir gerne bereit.

Die Redaktion der „Schweizer Frauen-Zeitung"
486] im „Landhaus" in Neudorf-St. Gallen.

Prämirt: Nürnberg 1882. **Bernhardiner** Prämirt: Wien 1873.

Alpenkräuter-Magenbitter.



Dieser hochfeine, nach einem alten Klosterrezept fabrizirte **Kräuter-Magenbitter** wurde von den bekannten Autoritäten, den Herren Universitäts-Professoren Dr. L. A. Buchner, Dr. Kayser, Dr. Wittstein, sowie von vielen berühmten Aerzten, wie Dr. Joh. B. Kranz, Dr. Schöner in München etc., als das beste **Hausmittel** und **wirksamste Stomachicum** bezeichnet. — Seine vorzüglichen Wirkungen bei **Magenbeschwerden** aller Art, **Magenkatarrh, Verdauungsschwäche, Blähungen, Hämorrhoiden, Eckel vor Fleischspeisen etc. etc.,** sind durch eine grosse Anzahl Dank- und Anerkennungsschreiben von Aerzten und Laien seit einer Reihe von Jahren glänzend bestätigt.

Preis per Flasche mit Gebrauchsanweisung Fr. 3. 50 und Fr. 2. — Aecht zu beziehen bei **P. L. Zollikofer** zum „Waldhorn", **St. Gallen,** sowie in den bekannten Niederlagen der Schweiz. [1166] **Wallrad Ottmar Bernhard, Zürich.**

Aerztlich geprüft und empfohlen.

Alb. Schneebeli's

Kindernahrung,

aus bester **Schweizermilch** bereitetes Fabrikat für **Kinder und Kranke,** aus der Fabrik von Nahrungsprodukten

Affoltern a. Albis (Schweiz).

Schon im **zartesten Säuglingsalter** wird von ersten **mediz. Autoritäten** des **In- und Auslandes** die **vortheilhafteste** Wirkung konstatirt. Empfohlen in Fällen von Diarrhoe und Erbrechen. Bezüglich nachweisbar **gelungener** Zusammensetzung dieses Präparates ist demselben ein **hervorragender** Ruf gesichert. Zu beziehen in allen bedeutenden Apotheken und Droguerien der Schweiz; in **St. Gallen** bei **C. W. Stein,** Apotheker. [1167

Heinrich Anderegg-Alder in Brunnadern (St. Gallen)

empfiehlt **Grob & Anderegg's** oder

Wattwiler Kindermehl

(mit und ohne Zuckergehalt), eine leicht verdauliche, sehr kräftigende, dem kindlichen Magen besonders zuträgliche Nahrung. [1065

Zu beziehen in Apotheken und wo keine solchen sind, in Spezereihandlungen.

Hensel's tonische (nervenspannende) Heilmittel

von C. FRIEDERICH HAUSMANN, Hecht-Apotheke, St. Gallen.

1285] Diese durchaus unschädlichen, von vielen Aerzten empfohlenen Heilmittel sollten in keiner Haushaltung fehlen, da sie sowohl den Gesunden kräftig erhalten und ihn vor Krankheiten bewahren, als auch weil sie in Folge ihrer **blutbildenden** und **nervenbelebenden Kraft** von ganz überraschendem Einflusse sind bei kränklichen, geschwächten **Frauen, Kindern** und **Männern,** bei allen von **Blutarmuth** und **Nervenleiden** herrührenden Krankheiten, bei **Schwächezuständen,** beginnender **Auszehrung** etc. — Die tonische Essenz liefert zugleich eine Limonade, die besser erfrischt, belebt und kräftigt, wie Wein und Bier.

Prospekte und Gebrauchsanweisungen sind gratis und die Heilmittel zu **Fr. 1. 50 per Flasche** zu beziehen direkt durch die

Hecht-Apotheke von C. Friederich Hausmann in St. Gallen
oder durch jede Apotheke.

Töchter-Pensionat.

Deutschland **Erfurt** in Thüringen.

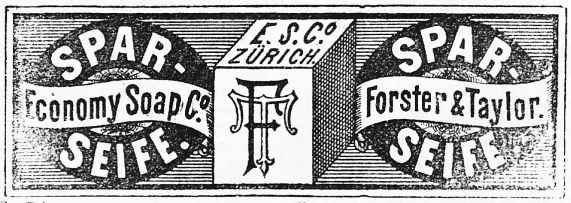
Director: **Karl Weiss,**
Verfasser von »Unsere Töchter und ihre Zukunft«.

405] Allseitige Bildung konfirmirter Töchter für Haus und Leben. Deutsche u. fremde Sprachen; Gewerbe, Kunst u. Wissenschaft. Höchste Referenzen.
Berichte und Prospecte unter obiger Adresse.

Weiss- und Tüll-Stickereien in grosser Auswahl, zu sehr billigen Preisen;
Gezwirnte Leinenspitzen, weiss und farbig, äusserst solid, per Meter 14—25 Rp., liefert

Frau Rohner-Oertly, Herisau.

Muster sende franko zur Einsicht. [1351



1002] Die so beliebte, unübertroffene **Sparseife** ist zu beziehen in allen besseren Spezereihandlungen. — Gebrauchsanweisungen gratis.

VAN HOUTEN'S

reiner, löslicher

CACAO

feinster Qualität. Bereitung „augenblicklich". Ein Pfund genügend für 100 Tassen.

Fabrikanten **C. J. VAN HOUTEN & ZOON**
979] (M à 349/3 B) in **Weesp, Holland.**

Zu haben in den meisten feinen Delikatessen-, Colonialwaaren- und Drognen-Handlungen.

Attention.

Unterzeichneter eröffnet mit 15. September 1883 in seinem

„Hôtel Beau-Rivage" in St. Moritz-Dorf (Oberengadin)

unter der Leitung eines sehr tüchtigen und bekannten Arztes ein

Pensionat für Knaben von 6 bis 16 Jahren.

Wer die Einflüsse dieses Höhen-Klimas kennt, weiss, dass bei erholungsbedürftigen Knaben unter gehöriger Pflege unglaubliche Erfolge erzielt werden.

Besonders machen Herren Aerzte und Eltern auf dies aufmerksam und verweisen auf die vorzügliche Lage des Hauses. [1325

Weitere Auskunft ertheilt gerne

Rungger-Walt,
„Beau Rivage", St. Moritz-Dorf (Oberengadin).

784] Von schweizer. Aerzten und Autoritäten der medizinischen Wissenschaft empfohlen und als ausserordentlich heilkräftig erklärt: für Blutarme, Bleichsüchtige, Magen- und Verdauungsschwache, Nervenschwache, Reconvalescenten. **Unübertreffliches Hausmittel zur Auffrischung der Gesundheit und zur Verhütung vieler Krankheiten. Sollte in keinem Hause fehlen.** Preis per Flasche mit Gebrauchsanweisung (für 2—5 Wochen hinreichend) Fr. 2 50. Dépôt in **St. Gallen: Rehsteiner,** Apotheker, sowie in den übrigen Apotheken der Stadt und den meisten der Schweiz.

J. M. Albin, Buch- u. Kunsthandlung, Chur.

Wohlassortirtes Lager der gangbarsten Werke
aus dem Gebiete der Literatur, sowie Neuigkeiten aus allen Fächern des Wissens.

Festgeschenke.

Grosses Lager in **Bilderbüchern** und **Jugendschriften, Landkarten, Atlanten, Globen. Peinture Bogärts. Photographien, Stahlstiche, Oeldruckbilder, Oelgemälde.**

Ausgewähltes Lager von **Musikalien** für Pianoforte, Gesang, Orgel, Violine und Zither **Classiker, Prachtwerke, Gebet-Bücher** in den verschiedensten Einbänden.

Kataloge werden überall hin gratis und franko versandt. [1338

Druck der M. Kälin'schen Buchdruckerei in St. Gallen.