Objekttyp: **Issue**

Zeitschrift: **Schweizer Frauen-Zeitung : Blätter für den häuslichen Kreis**

Band (Jahr): **29 (1907)**

Heft 44

PDF erstellt am: **29.04.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Nr. 44. 1907

Schweizer Frauen-Zeitung.

29. Jahrgang.

Organ für die Interessen der Frauenwelt.

Abonnement.
Bei Franko-Zustellung per Post:
Halbjährlich . . . . Fr. 3.—
Vierteljährlich . . . „ 1.50
Ausland zuzüglich Porto.

Gratis-Beilagen:
„Koch- und Haushaltungsschule"
(erscheint am 1. Sonntag jeden Monats).
„Für die kleine Welt"
(erscheint am 3. Sonntag jeden Monats).

Redaktion und Verlag:
Frau Elise Honegger.
Wienerbergstraße Nr. 60a.
Post Langgaß
Telephon 376.

Inseriionspreis:
Per einfache Petitzeile
Für die Schweiz: 25 Cts.
„ das Ausland: 25 Pfg.
Die Reklamezeile: 50 Cts.

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

Annoncen-Regie:
Expedition
der „Schweizer Frauen-Zeitung".
Aufträge vom Platz St. Gallen
nimmt auch
die Buchdruckerei Merkur entgegen.

St. Gallen Motto: Immer strebe zum Ganzen, und kannst du selber kein Ganzes Werden, als dienendes Glied schließ an ein Ganzes dich an! **Sonntag, 3. Novbr.**

Inhalt: Gedicht: Allerseelen. — Ein Allerseelen. — Ehescheidungen in Frankreich. — Der Sport als Heilmittel. — Sprechsaal. — Neues vom Büchermarkt. — Briefkasten der Redaktion. — Feuilleton: Dornröschen.

Beilage: Neues vom Büchermarkt. — Ein Kapitel von Nachfrage und Angebot. — Aphorismen. — Briefkasten der Redaktion.

Allerseelen.

Verwittert ist die Inschrift,
Kein Kranz den Hügel schmückt,
Ein Mann steht dran, ein armer,
Das greise Haupt gebückt.

Was betest du zur Stunde?
Was soll der Träne Glanz?
Was zittern deine Hände,
Am alten „Rosenkranz"?

„Ich bet' an Allerseelen
„Und bete alle Tag,
„Daß, der da unten lieget,
„Wohl Frieden haben mag.

„Die Welt hat ihn vergessen,
„Den edlen, braven Mann,
„Der hat in seinem Leben
„Viel Gutes mir getan.

„Und wenn ich keine Kränze
„Und keine Rosen hab',
„So zier' des Dankes Träne
„Das grasbewachs'ne Grab.

„Mehr kann ich ihm nicht geben,
„Vergelt's ihm jener dort!"
So spricht er und fährt leise
Im „Vater unser" fort. — —

Sieh' dort! Wie glänzend leuchten
Auf weißem Marmelstein
Der Grabschrift Goldbuchstaben,
Wer mag da unten sein?

Das reiche Kranzgewinde
Von Blumen aller Art,
Flocht das wohl frommen Sinnes
Die Liebe rein und zart?

So frag' die Magd, die eben
Die Blumen niederlegt,
Was sie in ihrem Herzen
Zu diesem Tun bewegt!

„Ich weiß es nicht," so spricht sie,
„War allweg auch ein Christ.
„Ich schmück' das Grab mit Kränzen,
„Weil es so Mode ist."

Ich aber dacht' im Stillen,
Da möcht' ich drüben sein,
Wo arme Menschenkinder
Den Toten benedei'n.

Des Grabes schönste Zierde
Was man mir sagen mag,
Das ist die Dankesträne
Am Allerseelentag.

J. Brassel.

Ein Allerseelen.

Mit hoffnungsfroh geschwellten Segeln sind sie seiner Zeit ausgefahren ins Meer des Lebens, die tatendurstigen und jugendkräftigen Menschen alle: ihnen leuchteten die hehren Ideale, denen sie entgegenstrebten und auf den Wellen der Begeisterung schwimmend, sahen sie schon den Hafen des Erfolges vor sich, indem sie nach den Mühen und Anstrengungen des Lebens ausruhen konnten. Ein Lebenswerk — wer möchte ihm nicht alle seine Kraft widmen.

Aber der Gräbersonntag, der Tag der Toten, kommt noch ehe die Knospen alle sich entfaltet haben, noch ehe jede Hoffnung sich erfüllt hat.

Enttäuschungen und geknickte Hoffnungen — wer wüßte nicht davon zu erzählen! Wie viel Kompromisse mit der Gewöhnlichkeit müssen geschlossen, wie viel bittere Enttäuschungen durchlebt werden, bis die stille Resignation des Totensonntags das zuckende Herz zur Ruhe zwingt.

Tausende wallfahrten am offiziellen Totensonntag zu den Gräbern und die Tränen der in Trauerkleider Gehüllten brennen auf unseren Herzen.

Die Toten aber, die ungesehen bestattet werden: die vernichteten Hoffnungen, die in den Staub getretenen Ideale, unseres Lebens zerstörter Inhalt, die uns auf Nimmerwiedersehen geraubte frohe Zuversicht, das sind die schmerzvollsten Grabstätten, an denen unser siegessicheres Wollen und die zu Boden getretene Eigenliebe verzweifelnd weint.

Man sagt, daß die rinnenden Tränen den brennenden Schmerz löschen und daß in dem Bedürfnis und in der Möglichkeit, die Ruhestätte der Heimgegangenen zu schmücken, das bittere Weh der Hinterbliebenen sich sänftige und mit der Zeit in ein wohltuendes Gefühl sich wandle. Die Zeit lehrt sie die Kunst des Vergessens.

Nicht so ist es mit den Tränen, die nach innen geweint werden an der Grabstätte derjenigen Verluste, für die man keine Trauerkleider trägt und bei deren Bestattung wir keinerlei teilnehmende Zeugen wünschen.

Diese Tränen, welche die Wangen nicht feuchten, sind ätzende Tropfen, die wie Gift im Verborgenen immer tiefer dringen und weiter um sich fressen und wovon der unablässig nagende Schmerz die Seele immer auf's Neue bluten läßt. Wer vermöchte auch solch eine Grabstätte zu schmücken zum lindernden Trost! Und wer könnte Vergessen finden, wenn das verborgene Feuer beständig brennt.

Den grimmen Schmerz um verlorene Ideale, um vernichtete Hoffnungen, um den zu Grunde gerichteten, scheinbar unverwüstlichen Glauben an Liebe und Treue können wir nur bekämpfen, wenn wir uns völlig darein versenken und ihn, unbarmherzig gegen uns selbst, vor uns auf den Seziertisch legen, daß wir unter das Vergrößerungsglas nehmen, was wir nicht klar zu unterscheiden vermögen und nicht ruhen, bis entkleidet von allen fremden und kranken Teilen, das gesunde Fleisch zu Tage tritt.

Wie viel eigenes Verschulden und Irrtum unserseits werden wir da finden, wo wir vordem nur die Verfehlung Anderer gesehen. Wie viel bittere Enttäuschung wäre uns erspart geblieben, wenn wir nicht in Kränkung schmerzversunken, dem scheinbar unabänderlichen Geschick uns mutlos preisgegeben hätten.

Nicht alles, was wir erstarrt sehen, ist endgültig tot; mit unermüdlicher Beharrlichkeit ist schon mancher Scheintote wieder zum Leben erweckt worden. Und wenn das dem sterblichen Leib geschehen kann, der unter gewissen Bedingungen sterben muß, ob der Wille zum Leben auch noch so stark sei und die ärztliche Bemühung das höchste leiste, so kann kein Zweifel herrschen, daß die in uns erstarrten und bereits zu den Toten gelegten idealen Güter wieder neu belebt werden können, wenn nur der gute Wille dafür kräftig einsetzt und die Klippen gemieden werden, an denen unser Seelenfrieden gescheitert war. Da freilich dürfen wir nicht hartnäckig uns in eine Idee verbohren, sondern wir müssen, wenn es nötig ist, unser eigenes Selbst verleugnen und ein Ideal als solches akzeptieren können, das nicht von uns aufgestellt ist, und nicht speziell unseres Geistes Züge trägt.

Wenn wir den in uns erstorbenen Glauben an Liebe und Treue wieder beleben, so findet der suchende Blick ihre Spur auch wieder und daraus schöpfen die geknickten Schwingen der Hoffnung wieder neuen Impuls, um, wenn auch zaghaft erst, aufs Neue ins rosige Licht zu steigen.

Schmücken wir also die Gräber derer, die uns verlassen haben, um unter den stillen Hügeln zu ruhen, vergessen wir aber nicht, zu ernster

Selbstschau auch an diejenige Grabstätte zu treten, in denen durch unsere eigenen Fehler und das Verschulden Anderer, unsere Lebensfreude und unser Seelenfriede in Erstarrung bestattet liegen. Denn dort unter Schutt und Trümmern finden wir die Bausteine zu einem neuen Lebensglück; dort keimt die Blume neuen Hoffens und dort schöpfen wir neue Kraft zu neuem und besserem Wirken.

Die Ehescheidungen in Frankreich.

Obgleich die Ehescheidung in Frankreich schon im Code Napoleon enthalten ist, blieb sie seit dem ersten Kaiserreich tatsächlich abgeschafft und wurde erst unter der dritten Republik und zwar im Jahre 1878 wieder hergestellt. Anfänglich war der Widerstand gegen Geschiedene groß, aber derselbe ist so rasch geschwunden, daß heute selbst in der besseren Gesellschaft Geschiedene und sogar wiederverheiratete Geschiedene als völlig ebenbürtig zugelassen sind. Die Zahl der Ehescheidungen war schon anfangs der 1890er Jahre auf sechstausend jährlich gestiegen, hat sich aber seitdem noch fortdauernd gemehrt, so daß man in dieser republikanischen Institution bereits eines der furchtbarsten, die allgemeine Zersetzung förderndes Uebel erblickt.

Die Ehegatten trennen sich unter dem ersten besten Vorwand und wegen der nichtigsten Dinge. Familien, von denen man glaubte, daß sie aufs Solideste fundamentiert seien, werden jeden Augenblick aufgelöst. Nicht einmal das Interesse für die vorhandenen Kinder schreckt die Eltern von der Trennung ab, sobald sie sich gegenseitig nicht mehr gefallen. Und nicht nur in Paris, sondern auch in der Provinz sind gegenwärtig die Gerichte derart mit Ehescheidungsprozessen überhäuft, daß ihnen geradezu die Zeit fehlt, die Aussagen der Parteien mit der nötigen Gründlichkeit zu kontrollieren. Wenn dann noch, wie es häufig geschieht, von dem beklagten Ehegatten kein energischer Widerstand geleistet wird, so läuft der richterliche Spruch meist auf die von dem anderen Teile beantragte Scheidung hinaus. Der beklagte Teil ist damit in der Regel ebenso sehr befriedigt wie der klagende, der gelinde Widerstand war nur ein fingierter, der eine Ehegatte der Mitschuldige des anderen.

Während noch vor einigen Jahren die Ehescheidung sozusagen ein Vorrecht der Bourgeoisie war, breitet sie sich heute mehr und mehr auch in Arbeiterkreisen aus, was die größte Gefahr für die Zukunft des Landes bedeutet. Von vielen Frauen der Arbeiterwelt wird heute die Ehescheidung als das untrügliche Mittel angesehen, um ihrem Elende zu entrinnen. Anstatt die Schäden ihres Ehelebens mit sittlichem Ernste und christlichem Sinne auszubessern, suchen sie sich von ihrem Lebensgefährten loszumachen, ihn eventuell auch mit einem anderen zu vertauschen, wobei sie natürlich häufig vom Regen in die Traufe kommen. In diesen Kreisen sind es nämlich in der Regel die Frauen, von welchen die Scheidung bei Gericht beantragt wird. Sie klagen den Mann an, daß er ein Trunkenbold sei, daß er sie schlage und sie im Elend lasse — dabei aber vermeiden sie wohlweislich, von ihren eigenen Fehlern zu sprechen, während diejenigen des Mannes gewöhnlich übertrieben werden.

Das Gericht läßt dann Erhebungen über diese Aussagen anstellen, aber bei der großen Zahl der zum Spruche vorliegenden Scheidungsklagen kann es sich nicht selbst mit jenen Erhebungen befassen, sondern überträgt dieselben der Polizei, die sich ihrerseits wieder in den allermeisten Fällen darauf beschränkt, am Domizil der Ehegatten, bei ihrem Hausherrn und ihren Nachbarn die nötig erscheinenden Erkundigungen einzuziehen. Die auf Scheidung klagende Frau hat aber für diesen Fall bereits vorgesorgt, den Hausherrn und die Nachbarschaft bearbeitet, so daß diese den von der Sache vielleicht noch gar nicht unterrichteten Ehemann ohne dessen Vorwissen und Beisein der forschenden Polizei gegenüber in der Regel nicht glimpflich behandeln, es dabei auch mit der Wahrheit durchaus nicht genau nehmen. Jetzt erst wird der Ehemann vorgeladen, hat vor Gericht in der Beängstigung über das Vorgehen seiner Frau nicht selten den Kopf verloren und findet sich so oft ganz außer Stand, gegen all die von seiner Frau herbeigeschleppten Beweise aufzukommen: er wird verurteilt, wenn er nicht Geistesgegenwart genug hat, um das Uebertriebene der gegen ihn erhobenen Beschuldigungen zu entkräften. Die offensichtliche Oberflächlichkeit des gerichtlichen Ehescheidungsverfahrens beweist nur, wie wenig heilig dem Gesetz und seinen Wächtern der ganze Ehebund erscheint.

(Fortsetzung folgt.)

Der Sport als Heilmittel.

Es ist nicht zu leugnen, wir Kinder des zwanzigsten Jahrhunderts sind zu einer nie dagewesenen Höhe der Kultur gelangt. Aber als neide sie den Menschen die glänzenden Erzeugnisse der Kultur, nagt sie gierig an Gesundheit und Lebensmark der Kulturvölker. Die verbreitetste und unangenehmste Krankheit ist ohne Zweifel die Nervosität.

Die Reize, die unsere Nerven als die Endpunkte unserer Empfindungen treffen, sind zahllos. Bald ist es ein Ereignis im Familienkreise, bald eine Lebensfrage, bald ein großer, die Allgemeinheit bewegender Moment, kurz, die Ursachen, die unser Blut in Wallung, unsere Nerven in Aufregung bringen, sind manigfaltig.

Beim gesunden Menschen geht mit der Beseitigung der Ursache auch die Wirkung wieder vorüber.

Anders aber steht es beim kranken, beim nervösen Menschen. Da werden die Ursachen zur Erregtheit, wenn sie nicht von außen kommen, von innen herausgeboren. Da macht jeder harmlose Reiz, den ein Gesunder kaum spürt, eine Unzahl der lebhaftesten und stürmischsten Empfindungen rege, da reagiert gleich das gesamte Nervensystem wie eine elektrische Batterie. Ungeduld, Reizbarkeit, stürmisches Handeln und ebenso schnelles Erschlaffen, das sind die Kennzeichen der Nervosität. Zu diesen Zeichen einer gestörten Denk- und Willenskraft gesellen sich bald körperliche Begleiterscheinungen wie: Kopfschmerzen, Schwindel, Mattigkeit, Gliederschmerzen, Verdauungsstörungen und Abmagerung. So stellen sich die Nervösen als willen- und kraftlose Geschöpfe dar, die mit sich und der Welt unzufrieden sind.

Ueberanstrengung und Ueberarbeitung sind die Hauptursache der Nervosität. Daher bewegt sich auch die Behandlung derselben in den Bahnen einer rein naturgemäßen Heilung. Der ganze Arzneischatz versagt und an seine Stelle treten frische, freie Luft, richtige Diät und ganz besonders der Sport.

Jede Art von Sport ist gesund, wenn er methodisch, vernünftig betrieben wird. Jeder Sport ist als Abhärtungsmittel und Heilmittel gut, wenn er vorsichtig betrieben wird, immer der Individualität des Betreffenden angemessen. So wohltätig und heilkräftig der methodische und naturgemäße Sport ist, so nachteilig weist sich der übertriebene, plan- und maßlose. Jede Ueberanstrengung der Muskeln ist auf die Dauer schädlich. Sportsleute von Beruf, wie Rennfahrer, leiden frühzeitig an Verkalkung der Arterien, der bekannten Arteriosklerose, an Herzfehlern und anderen Krankheiten. Ganz besonders dürfen schwächliche, bleichsüchtige und nervöse Personen nur langsam, allmählich und vorsichtig die Anstrengungen und Kraftübungen steigern. Geschieht dieses aber, so ist jede Art von Sport ein Segen für die Menschheit.

Für jeden denkenden Menschen ist ein Heilmittel wie ein Sport, der im Freien ausgeübt wird, viel mehr ansprechend, als eine geheimnisvolle Arznei, für deren sichere Wirkung selbst der beste Arzt nicht immer die Bürgschaft übernehmen kann. Dagegen hat jeder mit Ausdauer und Vorsicht ausgeübte Sport seine sichere Heilwirkung. Er bringt eine Anzahl von Muskelgruppen zur Tätigkeit und steigert dadurch den Blutumlauf und Stoffwechsel in hohem Maße. Wer aber seine Muskeln stärkt, der kräftigt auch seine Nerven. Sport und Nervenschwäche, Sport und Nervosität sind zwei Feinde, die nicht nebeneinander bestehen können. Nicht nur für Nervöse, auch für Fettsüchtige ist der Sport zu empfehlen, denn er vermindert das Wasser im Organismus. Fette Personen haben weniger gutes Blut als die magern, und blutarme Menschen sind weniger widerstandsfähig gegen Anstrengungen und Krankheiten als die blutreichen.

Bei blutarmen, bei fetten Menschen, ist das Mischungsverhältnis des Blutes nicht normal, das Blut enthält zuviel Wasser, es ist zu wässerig. Ist aber der Wassergehalt der Organe zu groß, so verringert sich die Leistungsfähigkeit derselben, namentlich die Schnelligkeit sowohl bei körperlicher als auch bei geistiger Arbeit. Wer bei den leichtesten Arbeiten in Schweiß gerät, dessen Blut hat zu viel Wasser. Viele Menschen glauben, daß ihnen das Alter die Kraft geraubt habe, während es in Wirklichkeit nur ihre Fettsucht, der starke Wassergehalt ihres Blutes ist, der ihnen schnelles und anhaltendes Arbeiten unmöglich macht. Je stärker das Muskelsystem eines Menschen ist, desto weniger leicht gerät er ins Schwitzen.

Wir können den normalen Wassergehalt unseres Blutes wieder erlangen, wenn wir oft körperliche Uebungen und Bewegungen bis zum starken Schweißausbruch machen. Dazu eignet sich am besten ein Sport. Es ist dabei unerläßlich, wollene Unterkleider zu tragen und zu Schluß der Uebung mit leichteren Bewegungen so lange fortfahren, bis das Schwitzen nachläßt.

Die Ansicht, daß man schon in der Jugend mit dem Betreiben irgendeines Sportes beginnen müsse, ist eine irrige. Der menschliche Körper bildet sich bis zum 50. Jahre aus; also kann man bis zu diesem Alter immer noch den Sport als Heilmittel in Angriff nehmen. Personen von schwacher Brust, schlechter Verdauung, oder solche, die an Blutarmut leiden, sollten sich, wenn eben möglich, irgendeinem ihnen zusagenden Sport zuwenden, sei es Turnen, Reiten, Radfahren, Rudern, Schwimmen und dergleichen.

Im Durchschnitt ist bei fetten Personen der Blutumlauf sehr beeinträchtigt. Das Blut der unteren Körperteile kann nur langsam und schwer zum Herzen zurückströmen. Bei Mageren faßt die Lunge in der Regel doppelt so viel Blut als bei den Fetten. Der Magere denkt und handelt schneller als der Dicke.

Wer aus irgend einem Grunde einen „Sport im Freien" nicht ausüben kann, sollte irgend eine Heilgymnastik im Hause treiben und dabei die Massage nicht vernachlässigen. Die Massage nimmt neben dem Sport mit Recht eine große Stellung im Heilschatz ein. Unter Massage verstehen wir die Summe von Handgriffen, mittels welcher die unbewaffnete Hand die Körpergewebe des passiven Kranken zu Heilzwecken mechanisch beeinflußt. Die Massage wird mittels der Hände auf dem unbekleideten Körper ausgeführt. Alle Versuche, die unbewaffnete Hand durch Apparate, Instrumente oder Maschinen zu ersetzen, sind mißglückt.

Die Zahl und Dauer der Massagesitzungen ist verschieden. In der Regel genügt eine Sitzung von 10 bis 20 Minuten. Die Kraft, mit welcher die Massage ausgeführt wird, richtet sich nach Patient und Krankheit. Bei Körperteilen, die von mächtigen Muskelmassen umgeben sind, muß man natürlich mehr Kraft anwenden, als bei oberflächlich liegenden, nur von der Haut bedeckten.

Die Massage bleibt aber immer nur ein schwacher Ersatz für den regelrecht ausgeführten Sport. Ihm gehört die Zukunft.

Sprechsaal.

Fragen.

In dieser Rubrik können nur Fragen von allgemeinem Interesse aufgenommen werden. Stellengesuche oder Stellenofferten sind ausgeschlossen.

Frage 9621: Ist es richtig, daß ein Mann, wenn er sich verheiratet, beinahe zu zwei ebenso billig, resp. zu denselben Kosten leben kann, wie für sich allein im ledigen Stand? Antwort von Verheirateten verdankt

Einer, der sich darum interessiert.

Frage 9622: Wie kann ich mein Mobiliar rechtlich schützen? Ich habe vor einiger Zeit von dem Mieter einer größeren Wohnung zwei Zimmer bezogen, die ich mit meinem eigenen Mobiliar ausstattete. Mit der Miete der zwei Zimmer war Küchenanteil vereinbart. Auch die Küche versah ich mit meinen Utensilien. Nun kommt mir zu Ohren, daß der Mieter der Wohnung sich in Zahlungsschwierigkeiten befinde und daß ich gewärtigen müsse, daß auch bei mir gepfändet werde, wenn es bei dem Mann so weit komme. Wie kann ich da vorbeugen?

Eine Geängstigte.

Frage 9623: Ist sichere Hoffnung vorhanden, daß einer 38jährigen Frau, welche infolge von heftiger Kopfrose alles Haar verloren hat, der Schmuck des Hauptes durch die innewohnende Naturkraft wieder ersetzt wird? Und gibt es in diesem Fall unschädliche Mittel, um die Tätigkeit der Natur anzuregen, ihr nachzuhelfen? Die Patientin würde nur ein Mittel anwenden, dessen Zusammensetzung nachgewiesen werden kann. Sie ist in dieser Beziehung witzig geworden. Hatte doch eine Bekannte, die während einer Kurzeit sich etwas zugute tun wollte, eine ihr sehr gerühmte Zahntinktur zur Reinigung der Zähne angewendet, die einen glänzenden Erfolg und nachher ein trauriges Resultat erzielte: Die Zähne wurden nach der ersten Anwendung schon blendend weiß und von Zahnstein befreit. Nachher aber verloren die Zähne den Schmelz und in kurzer Zeit fielen sie schmerzlos aus. Also nur ein erprobtes Haarwuchsmittel wird erbeten.

S. u. in Z.

Frage 9624: Lassen sich auch die Kartoffeln in einer Sandkiste aufbewahren, wie dies mit den Wurzelgemüsen der Fall ist? Zu unserer Wohnung gehört nämlich kein Kellerraum, sondern die Stelle desselben muß ein in dunkler Gangecke gelegener großer Schrank versehen. Wie kann ich geräuchertes Fleisch zum Wintergebrauch aufbewahren? Freundliche Anleitung verdankt bestens

Eine Leserin.

Frage 9625: Bei dem vierjährigen Bübchen einer Nachbarin stellen sich seit zwei Jahren schon früh im Herbst zuerst heftiges Beißen, dann Röte und Geschwulst der Zehen und Fußränder ein. Wenn dieser Zustand eintritt, will das Kind weder Schuhe noch Strümpfe tragen und es reibt und kratzt die Füßchen, bis es wund ist. Das ist eine arge Plage für die Mutter und das Kind. Ließe sich da nicht etwas tun am Anfang, damit es nicht so schlimm wird? Für guten Rat wäre sehr dankbar

Frau L. M. in K.

Frage 9626: Wie teilen sich Mann und Frau in ihre Rechte und Pflichten, wenn jedes einer Gewerksverbindung angehört und beide zur selben Zeit ihre Versammlungen und ihre festlichen Anlässe haben? Aus Freundschaft und Gutmütigkeit und auch aus Interesse an der Sache habe ich einige Male zur Beaufsichtigung der Kinder und Pflege der alten, kranken Mutter Aushilfe geleistet. Allzu oft möchte ich dies aber doch nicht tun, weil es einen sehr unangenehmen Nachgeschmack hinterläßt. Beim späten Heimkommen sind beide Teile aufgeregt und ruhebedürftig und keines ist mehr aufgelegt, noch die nötigen Pflichten zu übernehmen oder dem anderen gegenüber Rücksichten walten zu lassen. Dieser Zustand bringt Unzufriedenheit und Zank und Streit, gefährdet den häuslichen Frieden, wenn nicht eine opferwillige Drittperson, die auf ihre eigenen persönlichen Rechte verzichtet, vermittelnd und ausgleichend einspringt. Es wäre mir wertvoll, von den Erfahrungen Anderer zu hören.

Abonnentin M. Z.

Antworten.

Auf Frage 9610: Als vieljährige Anstaltsmutter bin ich wohl auch berechtigt, in dieser Frage ein Wort mitzusprechen. Nach meinen Erfahrungen und nach denen von anderen Waisenmüttern, liefern die von klein auf verwahrlosten Kinder die meisten Bettnässer. Es ist gar keine Rede davon, daß die Blase geschwächt wird, wenn man ein Kind eine Stunde nachdem man es schlafen gelegt hat, ruhig aufnimmt und auf den Topf setzt. Eine Erkältung braucht auch nicht gefürchtet zu werden, wenn man sofort ein wollenes Tuch um das Kleine schlägt. Je ruhiger und stiller das getan wird, um so weniger hat man zu befürchten, daß das Kind nachher nicht mehr einschläft. Bei notorischen kleinen Bettnässern kommt es etwa vor, daß sie beim Aufnehmen den Harn krampfhaft zurückhalten, um dann in der nächsten Viertelstunde, wenn man sie wieder schlafen gelegt hat, das Bett zu näßen. Mehrere solcher Originale gleichzeitig hüten zu müssen, könnte die Pflegerin zur Verzweiflung treiben. Solchen Kindern habe ich stets mit bestem Erfolg einen heißen Kamillen-Aufguß in den Topf geschüttet und dieser löste prompt den Krampf. Selbstverständlich deckt man im Winter im ungeheizten Zimmer das Bettchen nicht ab, sondern behält es durch eine Bettflasche hübsch warm. Mit dem Größerwerden der Kinder macht man den Versuch, die Zeit bis zum ersten Aufnehmen zu verlängern und auch zu warten, bis das Kleine sich durch Unruhe für ein Bedürfnis meldet. Dann aber muß man flink bei der Hand sein. Ich kann einen ganz anderen Grund zur Bildung von schwachen Wasserblasen nennen, und das ist das lange Sitzenlassen der Kinder in ihren Topfstühlchen, wo sie den Harn jederzeit achtlos gehen lassen können. Viele Mütter belassen die Kleinen stundenlang in dieser Position, teils aus Bequemlichkeit, teils aus Besorgnis für die Verunreinigung des Teppichs und der Kleidchen. Kleine Kinder können aber so erzogen werden durch nimmermüde Achtsamkeit, daß sie sehr früh schon ihre Bedürfnisse melden, aber es braucht viel von kluger und konsequenter Vorbeugung und liebevoller Geduld, bis sie zu einer gewissen Festigkeit in ihren Lebensäußerungen gelangt sind. Ein verständiger Mann weiß das aber an seiner Frau zu schätzen, und er wird, so viel es angeht, ihr von dieser Mühe abnehmen. Ich kenne mehr als einen Mann, der jede zweite Nacht die Besorgung der Kinder auf sich nimmt, damit die Frau das ruhige Bewußtsein haben kann, unbesorgt fest durchschlafen zu können. Es ist aber immer ein bemühendes Mißverhältnis, wenn der Mann mehr Verständnis für die Bedürfnisse der Kinder und mehr Pflichtgefühl für dieselben hat, als die leibliche Mutter.

Eine Waisenmutter.

Auf Frage 9610: Haben Sie schon eine Katze beobachtet, wie sie ihre Jungen konsequent dazu anhält, ihre Notdurft entfernt vom Lager in einem Kistchen mit Erde, Sand oder dgl. zu verrichten; wie sie dieselben anhält, den Abfall unterzuscharren, wie sie für die Ungeschickten dies selber besorgt und die Unbotmäßigen bestraft? Und die Reinlichkeit, welche das Tier aus Instinkt bei seinen Jungen handhabt, die sollte der hochentwickelte, mit Vernunft begabte Mensch seinen Sprößlingen nicht zuteil werden lassen?

Ein elfeiger Leser.

Auf Frage 9612: Man kann freilich auch in's Extreme verfallen, wie schließlich bei allen Dingen, aber daß der Weg zum Herzen des Mannes durch den Magen führt — zum mindesten ein gutes Stück — diese Wahrheit lasse ich mir nimmermehr ausreden, zu oft schon machte ich die Probe auf's Exempel. Wenn also Ihr Bruder so sorgfältige Zubereitung der Speisen von Jugend auf gewöhnt ist, dann wird er im Ehestand sehr viel von seiner Behaglichkeit vermissen, die erste Zeit vielleicht ausgenommen, wo man von Luft und Liebe lebt. Ich würde an Ihrer Stelle, natürlich mit strenger Vermeidung von Persönlichem, dem Bruder einige Andeutungen machen; wenn ihn die Tochter wirklich liebt, dann wird Sie sich bestreben, seinen Wünschen gerecht zu werden, jetzt als Braut vielleicht williger, denn als Frau. Wenn sie erst einsehen lernt, daß das Glück ihrer Ehe möglicherweise auf dem Spiele steht, geht sie hoffentlich ab von ihren parodoxen Ideen. Mir fällt dabei lebhaft die Verlobung eines Vetters ein, dessen Braut ein rundliches kleines Geschöpfchen war, der man das gute Hausmütterchen so recht von weitem schon ansah. Wer den Zuschnitt seines Elternhauses gekannt hätte, wo man alles als Materialismus und höchste Prosa bezeichnete, was andere Leute nun einmal als zum Leben notwendig erachten, der würde mein Erstaunen begriffen haben. Meine Frage an den Vetter: „Auf was sahst Du hauptsächlich bei Deiner Wahl?" war daher schon zu entschuldigen. Die Antwort lautete: „Liebe Cousine, ich habe die ästhetischen Tees meiner Mama herzlich satt, eine tüchtige Hausfrau war mir die Hauptsache, denn wenn mein Magen knurrt, bin ich auch für das interessanteste Gespräch nicht recht zu haben — ich spreche leider aus Erfahrung — wir sind ja nun einmal so unvollkommene Geschöpfe, also soll man uns auch nicht künstliche Flügel anheften wollen." Die beiden Leutchen leben heute nach manchem Jahr noch immer wie die Turteltauben zusammen und daß sein Frauchen nicht etwa aufgeht in prosaischen Kleinlichkeiten, dafür sorgt „er" schon, ist er doch ein Idealist vom reinsten Wasser, aber — die Magenfrage ist eine Sache für sich.

H. D.

Auf Frage 9614: Das ist allerdings die Rücksichtslosigkeit auf die Spitze getrieben und das dürfen Sie absolut nicht einfleischen lassen in Ihrem Eheleben. Ich würde eine strikte Hausordnung halten und den Mann bitten, sie zu berücksichtigen. Schaffen Sie in erster Linie das Schlemmerleben ab am Sonntag. Es ist nichts Schöneres, als am Sonntag Morgen eine schöne Predigt anzuhören oder einen kleinen Spaziergang zu unternehmen und das gibt es schon, wenn man gleich früh aufsteht wie die übrigen Tage, das Mittagessen eher noch früher als später nimmt, damit der Nachmittag recht lang ist. Bitten Sie Ihren Mann mit Liebe und Güte, aber jeden Sonntag, bis er nichts mehr anderes weiß und richtet er sich nicht darnach, so würde ich essen und ihn allein essen lassen und am Nachmittag selbständig etwas unternehmen, denn es ist nachgewiesen, daß nichts so großen Einfluß hat auf seine Mitmenschen, wie der feste Wille und das gute Beispiel.

Abonnentin in S.

Auf Frage 9617: Das lese ich gern, wenn jemand bei diesen trüben Tagen den Sonnenschein markiert. Waschen mit lauem Wasser, in welchem ein wenig Borax aufgelöst ist, und nachherige Gesichtsmassage halte ich für sehr gut, während ich finde, daß Gesichtscreme vielfach zwar im Anfang etwas Erfolg hat, aber später auf die Dauer conträr wirkt.

Fr. M. in B.

Auf Frage 9617: Regelmäßig vorzunehmende Sandabreibungen sind unerläßlich zur Pflege der Gesichtshaut. Nach jeder Abreibung und nachfolgenden Abwaschungen der Haut wird Creme Madeleine eingerieben. Ohne Regulierung der Verdauungstätigkeit, rationelle Hautpflege im allgemeinen und viel körperlicher Bewegung in freier Luft, nebst einfacher, reizloser Nahrung, ist kein ganzer Erfolg zu erwarten.

M.

Auf Frage 9617: Ich glaube Ihnen mit Auskunft betreffend besagter Creme dienen zu können. Auf Anraten des Arztes massierte sich meine Freundin einige Zeit das Gesicht mit der Creme Persianum, und wir waren alle erstaunt und erfreut, an Stelle des unreinen, fleckigen, rissigen Teints eine glatte, reine Gesichtshaut zu sehen. Es wird dies wohl die Creme sein, die Sie auch meinen. Dieselbe ist nebst genauer Gebrauchsanweisung zu beziehen bei der Vertretung: Fräulein Keller, Masseuse, Seefeldstraße 94 Zürich V. Viel Erfolg wünscht Ihnen

Langjährige Abonnentin.

Auf Frage 9617: Gegen rissige, häßliche Haut an den Händen gibt es ein vorzügliches, leicht zu beschaffendes Mittel, man nimmt in die innere Handfläche eine kleine Messerspitze Coald cream, oder auch Crème cileste und verrührt dies mit einem kleinen Löffel Seifenspiritus schnell, worauf man den erhaltenen, dünnen Brei sorgfältig auf den Händen verreibt resp. einreibt, bis nichts mehr davon zu sehen ist. Dies billige Schönheitsmittelchen macht die Haut äußerst geschmeidig, ob es aber im Gesicht auch anzuwenden ist, müßte erst noch und zwar vorsichtig abprobiert werden, denn Seifenspiritus ist sehr scharf.

H. D.

Auf Frage 9618: Eine kleine Maschine zur Gewinnung von rohem Fleischsaft, wie solcher in der Krankenküche ärztlich verordnet ist, können Sie durch das Schweiz. Medizinal- u. Sanitätsgeschäft Hausmann A.-G. St. Gallen beziehen. Fleischhackmaschinen erhalten Sie auch in Geschäften für Haushaltungsartikel, doch kann man damit nicht den Fleischsaft auspressen.

R.

Auf Frage 9619: Ein Liter Milch pro Tag und Kind scheint mir sehr wenig, wenn die Kinder kein Fleisch und am Ende auch nicht viele Eier bekommen. Mit irgend etwas müssen sie sich doch nähren und den jugendlichen Körper aufbauen. Sollen die armen Kleinen gar an Nahrungsmangel zugrunde gehen? Milch bleibt schließlich trotz allem noch die billigste Nahrung.

Fr. M. in B.

Auf Frage 9619: Mit was werden Ihre Kleinen eigentlich ernährt? Wenn Sie von dem Liter Milch, den Sie pro Kopf und Tag rechnen, noch das zum Kochen von Reis-, Gries- und Mehlspeisen nötige Quantum abrechnen, so sind Ihre Kinder und Sie selbst ganz ungenügend ernährt. Wenn nicht die Blutarmut in Ihrem Hause herrschen soll, so müssen Sie für sich und die Kinder mehr Milch konsumieren. Wie viel verausgabt wohl Ihr Mann für Alkoholika und Rauchzeug? Da kann und soll auch beschnitten werden, wenn mit dem Gewohnten nicht mehr auszukommen ist. Vergessen Sie auch nicht, daß der Hafer in jeder Form ein ausgezeichnetes Nahrungsmittel ist. Als Schleim, dicke Suppen und Kuchen werden die Kleinen diese kraftgebende Speise gerne genießen und so können Sie dann auch mit einem Liter Milch pro Kopf und Tag auskommen. Auch gut durchgekochte, dicke Suppe von dunklem Brot mit ein wenig Reibkäse vermischt, ist eben so nahrhaft als bekömmlich. Eine geschwellte Kartoffel mit Salz oder eine gedörrte Birne zur Suppe tut sehr gut. Für die Kleinen und die Alten, deren Kauwerkzeuge mangelhaft sind, müssen die Birnen gerieben werden.

E. W. in A.

Auf Frage 9619: Wenn Sie und die Kinder sich der Fleischkost enthalten, dann bleiben Sie nur ruhig und vor allem ohne Gewissensskrupeln bei Ihrem gewohnten Quantum Milch; Männer sind gar oft unlogisch in ihren Berechnungen, wo diese ins Haushaltungsgebiet übergreifen und bedenken zu wenig die Folgen. Wie nun, wenn die vielleicht erzielte Ersparnis nach einigen Wochen mehr als doppelt verschlungen wird von einer Doktorrechnung? Eltern, die nicht mit Glücksgütern gesegnet und also nicht im Falle sind, ihren Kindern später mit Geld unter die Arme zu greifen, sollten alles daran setzen, um den Grundstock zu legen zu einem zufriedenen Leben und dieses ist nur erreichbar durch Gesundheit. Wird aber dieses Fundament nicht sorgfältig gelegt, dann läßt sich das Fehlende später nicht mehr einholen. Sparen ist recht, aber am unrechten Ort angewandt, wird aus der Tugend ein Fehler.

H. D.

Auf Frage 9620: Es wundert mich, daß Sie alles haben hergeben müssen, doch wird Ihr Rechtsbeistand, dem die Einzelheiten des Falles vorlagen, schon das Möglichste getan haben. Vielleicht kann es Ihnen ein Trost sein, zu erfahren, daß auch viele Männer (selbst sehr geschäfts- und rechtskundige Männer) von hinterlistigen, gewissenlosen Leuten geprellt und betrogen worden sind.

Fr. M. in B.

Auf Frage 9620: Wie vertrauensselig die Frau im allgemeinen doch ist! Die Zeitungen vermitteln ihr doch tagtäglich die Kenntnis von Berechnung, Ausbeutung und Gewissenlosigkeit, die auf die Unkenntnis und Vertrauensseligkeit der Frau spekulieren. Ganz entgegen ihrer natürlichen Art muß die Frau vorsichtig sein und die Augen offen haben, wenn sie auf eigenen Füßen stehen muß. Es ist viel verlangt, wenn Sie meinen, die Männer müssen den Frauen die Rechtsbelehrung auf dem Präsentierteller zur gefälligen Benutzung servieren, wo doch so mancher Mann aus der Gesetzesunkundigkeit seiner Frau Nutzen zieht und herrlich und in Freuden lebt. Die Männer müssen sich auch selbst über ihre Rechte belehren; sie lesen einschlägige Schriften und bringen solche Themata zur offenen Diskussion, sei es nun in Vereinen oder im verpönten Wirtshaus. Manches Ueberstützen hat hier seinen Grund. Achtsame Kellnerinnen könnten hiefür Zeugnis ablegen und es gibt solche, die Rat erteilen könnten wie ein Rechtsagent: Sie lernen eben vom Schweigen und Zuhören, doch sind sie gesellschaftlich nicht ebenbürtig. Die Damen haben doch ihre Vereinsabende und ihre Kränzchen, warum benutzen sie diese Zusammenkünfte nicht, um ihre Pflichten und Rechte im bürgerlichen und ehelichen Leben kennen zu lernen? Warum setzen sie sich nicht mit den Studierten ihres Geschlechtes in Verbindung, damit sie ihre höhere Bildung, ihr vermehrtes Wissen den weniger geschulten Mitschwestern nutzbar machen? Warum füllen sie ihre Zeit mit Klatsch und kläglicher Schöngeisterei aus in den Zusammenkünften, anstatt ihr ernstes Wissen zu mehren? Alle Bildungsgelegenheit, die nicht ernsthaft und bildungshungrig gesucht wird, ist nutzlos, ist leere Dekoration.

Eine von der verachteten Gilde der Kellnerinnen.

Auf Frage 9620: Neulich las ich zufällig eine ähnliche Frage wie die Ihre, erörtert von einer Frau, welche vorschlug, ob nicht künftig in der Schule den heranwachsenden Mädchen Unterricht gegeben werden sollte in dem, was sie im Leben manchmal gut brauchen könnten, in den Rechtsbegriffen, so weit diese zu wissen nötig sind, um gegebenenfalls auf eigenen Füßen stehen zu können. Welche Antwort sie erhalten auf ihren Vorschlag, weiß ich nicht, doch sie hat mir aus der Seele gesprochen; denn es ist traurig, mit wieviel Ballast die Köpfe der Mädchen angefüllt werden, während die Lebenskunde einen so verschwindend kleinen Teil des Hirnkastens beansprucht, bis das Leben selbst sie dann in die Finger nimmt und oft recht unbarmherzig verfährt. Dies hieße sorgen für das heranwachsende Geschlecht, doch wie traurig und verlassen stehen die Frauen der heutigen Generation so oft und viel Fällen gegenüber da, die sie selbst am nächsten berühren und die sie doch ganz und gar Fremden überlassen müssen auf gut Glück, nur weil sie nichts davon verstehen. Fast wäre man versucht, dem Manne Recht zu geben, welcher einst — höchst ungalanter Weise zwar — behauptet hat, die Frauen lassen sich nur in zwei Kategorien einteilen, nämlich in Heldenweiber und in Küchlein. Wehe aber, wenn solch ein Küchlein keinen beschützenden Hahn findet, dem es nachtrippeln kann, seine Natur ändert es deshalb doch nicht. Da sind die Heldenweiber schon besser

daran, obgleich sie unsympathisch berühren, sie kommen aber doch „durch". Das Anlehnungsbedürfnis, das tief in unserer Natur schlummert, ist gewiß eine schöne Sache und wird besonders von den Herren der Schöpfung wohltätig empfunden, es kann aber zu Zeiten in eine höchst haltlose Unselbständigkeit ausarten, welche recht unbequem wird, wenn die Not an Mann, oder in diesem Fall an die Frau kommt. Das beste Mittel, dem zu begegnen, ist unstreitig, sich selbst trainieren. Das kleine Buch, betitelt „Schweizerisches Obligationenrecht", wird wohl kaum jemand unerreichbar sein und es ist nicht so geschrieben, daß es bei ernstlichem Studium nicht jedermann klar verständlich würde. Wenn einmal die neue Aera anbricht, die uns Frauen auch das Stimmrecht zusichert, dann wird wohl all dies besser werden, dann werden wir die uns heute fehlenden Rechtsbegriffe sozusagen mit der Muttermilch in uns aufnehmen, bis dahin aber dürfte uns, die wir heute mitten im Getriebe des Lebens stehen, längst kein Zahn mehr schmerzen.

H. D.

Neues vom Büchermarkt.

Von Sonne, Mond und Sternen in Bildern und Versen von Lisa Wenger-Runtz. Verlag von Gustav Weise Stuttgart. Preis Mark 2.50.

Etwas Neues von Lisa Wenger! Schon der Name elektrisiert und spannt unsere Erwartung, denn was sie uns bereits geschenkt hat, das ist so eigenartig und schön, so weit ab von den ausgetretenen Wegen, daß man von vornherein einen besonderen Genuß von dem Neuen erwartet. Und wir haben uns auch nicht getäuscht. Lisa Wenger verfügt über eine reiche Phantasie, welcher eine originelle und sichere Kraft der Darstellung ebenbürtig zur Seite steht. Die aktuelle Frage, wie das Bilderbuch für die Kinder beschaffen sein müsse, welche Richtung in der Kunst es vertreten müsse um pädagogisch in zweckentsprechender Weise zu wirken und gleichzeitig die Kinder zu fesseln, ist beim Betrachten dieses Buches ganz ausgeschaltet. Das Auge des gereiften Beschauers betrachtet diese Bilder mit Lust und kritiklos, denn wir fühlen uns vollständig in jene Zeit versetzt, wo wir am Boden ausgestreckt, das neue Bilderbuch vor uns, geistig in jenen Gefilden weilten, wo der Mensch Flügel und das Land keine Grenzen hat, wo das Unmöglichste möglich ist und wo wir mit Leib und Seele in den Gegenstand unserer Betrachtung vertieft waren, daß wir uns und unsere Umgebung völlig vergaßen. Ganz köstlich ist gleich zur Einführung das Bild der glücklichen Familie mit dem begleitenden Vers:

Die Sonne lacht: „Guten Morgen, ihr Acht!"
Die Acht sagen: „Guten Morgen Frau Sonne, ihr strahlt ja vor Wonne!"
Die Sonne sagt: „Wo wollt ihr heut bleiben?"
„Was denkt ihr zu treiben?"
Die Erste sagt: „Ich muß heut noch die Wiese mähen!"
Die Zweite sagt: „Ich muß heut noch zwei Hemden nähen!"
Die Dritte sagt: „Ich muß heut unsere Ziege weiden!"
Die Vierte sagt: „Ich muß heut ein Körbchen Bohnen schneiden!"
Die Fünfte sagt: „Ich muß dem Vater die Kleider flicken!"
Die Sechste sagt: „Ich muß noch ein Paar Strümpfe stricken!"
Die Siebente sagt: „Ich hole im Garten die Petersilie!"
Die Kleinste sagt: „Sind wir nicht eine glückliche, glückliche, glückliche Familie?"

Höchst phantasievoll und anziehend sind ferner die Darstellungen: „Schneewirbel", „Der Komet", „Engel und Sterne", „Die Regenbogenengel" und „Das Abendlied." Ganz meisterlich versinnbildlicht ist „Der Regen". Noch köstlicher kann die Wonne solch eines himmlischen Brausebades nicht illustriert werden. Voll zartester Stimmung, als ein kleines Juwel, stellt sich uns das Bild „Himmelsschäfchen" dar. Die rosigen und weißen Lämmerwölkchen am zartblauen Frühlings- oder Herbsthimmel sind ohnehin der sinnigen Kinder Entzücken, so wird das reizende Bild der Phantasie neue Nahrung geben. Wie unsagbar wonnig und hold ist die Zeit, wo wir in selbstvergessener Entzückung noch, am Himmel unsern Stern und unser Schäflein suchen! Für sensible Kinder — und es hat deren nicht wenige in unserem nervösen Zeitalter — erscheint uns der Blitz zu schaurig dargestellt. Ohne die Gefahr des Blitzes zu kennen, sind feinnervige Kinder so wie so schon unter dem Einfluß der Gewitterstimmung besonders empfindsam und beunruhigt; es könnte daher unter dem Eindruck dieser bildlichen Darstellung leicht krankhafte Furcht entstehen, die oft intensiver und nachhaltiger wirkt als man denkt. Der Verleger hat mit einem prächtigen Einband und sehr solider Ausstattung dem innern Wert des Buches den äußeren beigefügt und das außergewöhnlich breite Format scheint darauf berechnet zu sein, daß eine bunte Reihe von blonden und braunen Lockenköpfchen gleichzeitig in das Studium der Bilder und der Verse sich vertiefen. Solch ein bildungsdurstiges Lagerleben auf dem Fußboden müßte eine Freude sein zu beobachten.

Briefkasten der Redaktion.

Frl. J. B. Nicht das Alter ist maßgebend, sondern der Charakter beider Teile. Aber immerhin müssen alle Punkte scharf berücksichtigt werden, welche innere Differenzen ergeben könnten. Wir lassen Ihnen die gefragte Schrift zugehen, aus welcher Sie ersehen können, worüber Sie sich Klarheit zu verschaffen haben.

Frau H. C. in A. Die kürzeste Dauer ist sechs Monate; wo die Charakterbildung aber noch so sehr im Rückstand ist, da beantragen wir die Dauer des Kurses auf — zwei Jahre.

Interessent in G. Eine Korrespondenz über die fraglichen Punkte ist zu zeitraubend, wir wählen daher die rascher zum Ziele führende Besprechung. Einer der zwei letzten Wochentage ist uns dienlich, doch bitten wir, uns vorher in Kenntnis zu setzen.

Feuilleton.

Dornröschen.

Von H. R.

(Fortsetzung.)

Nun, was zögerte er denn noch? Er konnte doch gehen! Aber nein, er nahm, als ob das so sein müßte, neben ihr Platz; nun freilich, er war ja auch der Besitzer von Eichberg! Merkwürdig, wie oft sie in den letzten Tagen an ihn denken mußte!

„Was liest Du denn da so eifrig? Das Buch sieht ja ganz antik aus?"

Seine Hand griff danach, „ziemlich unverfroren", wie Eva im Stillen dachte, aber sie hielt das Buch fest.

„Nun, darf ich es nicht wissen?"

„O, warum nicht, es ist das Tagebuch der Urgroßmutter," sagte sie möglichst gleichgültig.

„Eva v. Eichbergs Tagebuch? Wer gab es Dir?" fragte er stirnrunzelnd.

„Niemand, ich fand es in der Rumpelkammer."

Seine Hand griff wieder danach. „Ich glaube kaum, daß dies eine geeignete Lektüre für Dich ist, Eva."

„Wirklich? Das zu beurteilen, werden Sie wohl mir überlassen müssen. Es ist nur gut, daß Ihre Meinung für mich glücklicherweise ohne Konsequenzen bleiben darf."

Ein zorniger Blick traf sie und er stampfte mit dem Fuße auf.

„Ist dies edel von Dir gehandelt, Eva, daß Du dem Vetter wieder und immer wieder zeigst, wie Du ihn so gar nicht als zur Familie gehörend betrachtest?"

Seine Stimme klang grollend, etwas wie unterdrückter Schmerz war hindurchzuhören.

Eva erblaßte. „Wenn Sie mir Ihr Wort geben, daß ich das Buch unversehrt zurückerhalte, so mögen Sie es lesen," war ihre Antwort.

„Wir lesen es noch einmal zusammen, Cousinchen," und als sie aufspringen wollte, hielt er ihre Hand fest. Nun denn, mochte er seinen Willen haben! Sie lehnte sich an den Baum zurück und sah von Zeit zu Zeit auf die Seiten des Buches, die er erst flüchtig, dann immer aufmerksamer durchlas. Jetzt war er fertig damit. „Arme Urgroßmutter," das war sein erster Ausruf. Dann aber hielt er ihr die Hand hin. „Ich bekenne mich schuldig, Eva, denn ich gehörte auch zu denen, die ihr Unrecht taten, bitte aber alles ab. Und nun sei gut, Cousinchen, und stelle die Feindseligkeiten gegen den „gemütlosen" Menschen ein, willst Du?"

„Und wie steht es mit den Eichen?"

„Darüber schreibe ich noch heute meinem Vater, kannst Du mir nicht ein bischen Vertrauen schenken, Eva?"

Zögernd legte sie ihre Hand in die seine. „Beweisen Sie mir, daß ich Ihnen vertrauen darf."

„Sie — Eva? Willst Du mich denn nicht endlich „Du" nennen?" Ein zärtlicher Blick aus seinen schwarzen Augen traf sie. Eva erschrak und fühlte, wie sie errötete. Was war denn das? Sie antwortete nicht, augenblicklich ärgerte sie sich über ihr Rotwerden.

„Nun, kleine Trotzige, ich muß also abwarten, bis Du endlich besser von mir denken lernst," sagte Rolf sich erhebend. Bei Tisch brachte er das Gespräch auf Evas Fund, von welchem das junge Mädchen, abgezogen durch die Aufregung der letzten Tage, geschwiegen hatte, und erregte durch seine Mitteilung begreifliches Aufsehen.

Ein paar Stunden später ging Eva abermals in die Eiche hinauf, eine eben erblühte Rose in der Hand tragend. Dort auf dem Tisch lag eine Schreibmappe und ein angefangener Brief oben auf. Rolf hatte also hier geschrieben. Neugier gehörte sonst nicht gerade zu Evas Charaktereigenschaften, aber hier, in diesem Falle, konnte sie der Versuchung nicht wiederstehen, sie mußte wissen, welchen Entschluß ihr Vetter über Eichberg gefaßt hatte.

„Lieber Vater!" las sie. „Da sitze ich in dem Wipfel der alten Eiche, um Dir zu schreiben und zuerst zu bekennen, daß ich Rolf v. Eichberg mich unsterblich lächerlich gemacht habe. Als ich Dir damals meine Absicht, in dem „wüsten" Eichberg eine Fabrikanlage zu machen, mitteilte, da ließest Du mich ruhig bei dieser Meinung, auch an Onkel Sander schreiben, der natürlich über den Neffen in Zorn geriet und ihn in Acht und Bann erklärte. O Papa, was für ein Schalk bist Du gewesen! Meine Ueberraschung, als ich hier ankomme, und statt des „wüsten" ein wohl eingerichtetes Schloß finde, die Wirtschaft ebenfalls als Muster betrachten darf, wirst Du mir wohl nachfühlen! Trotz der Blamage, die Du, böser Vater, Deinen Sohn erleiden ließest, fühle ich mich aber doch jetzt schon sehr behaglich. Onkel und Tante sind mir sehr sympathisch, wie sehr es mir Fritz war, weißt Du von den Universitätsjahren her. Die älteste, hier in Thalheim verheiratete Tochter, Anna Maria, ist eine reizende Frau, auch ihr Mann höchst liebenswürdig. Die jüngste Tochter Eva aber, ist eine rothaarige Hexe, die —"

Hier brach der Brief ab. Empörend! Und da hatte sie diesem Menschen vorhin beinahe wirklich Vertrauen geschenkt, und er schilderte sie seinem Vater so! Ein paar Tränen kollerten ihre Wangen herab, was konnte sie denn dafür, daß sie das häßliche rote Haar hatte! Er durfte sie hier oben nicht treffen! Das war ihr nächster Gedanke, und halb besinnungslos vor Angst rannte sie in größter Hast die Treppe herunter, vergaß aber die Rose auf dem Tisch. Arme kleine Eva! Wenn Du nur den Brief zu Ende gelesen, ob Deine Empörung dann wohl Stand gehalten hätte?"

Rolf, der vorhin von Sander abgerufen wurde, um ein Pferd zu besichtigen, kehrte jetzt zurück und gewahrte sofort die Rose, die er in seine Brusttasche steckte. Ohne Zweifel, Eva ist hier gewesen, dachte er. „Die jüngste Tochter Eva aber ist eine rothaarige Hexe, die es mir vom ersten Sehen an, angetan hat," fuhr er in seinem Briefe fort. „Ja, lieber Vater, Dein Rolf, den Du zu Hause ob seines kühlen Herzens neckest, ist rettungslos verliebt! Dieses goldhaarige Köpfchen taucht, wo immer ich auch sein möge, beständig vor mir auf, und ein paar Augen funkeln mich an, Augen, wie sie so bald nicht wieder zu finden sind! Meistens funkeln sie zornig — denn Eva ist meine kleine Feindin, „Dornröschen" habe ich sie im Stillen genannt — aber ich hoffe doch, daß ich sie mir endlich erringe! Und nun, lieber Vater, habe ich eine Bitte an Dich zu richten: nimm Urlaub und komme selbst her. Eichberg ist reizend und geräumig genug, daß wir hier alle zusammen wohnen können und da Du in letzter Zeit öfter von Deiner Pensionierung sprachst — hier diese paradiesische Gegend wäre der richtige Ort, wo Du Dich erholen könntest. Denn, daß ich es nur gestehe — ich gehe nicht von hier fort, Dein Rolf will das Besitztum seiner Väter nicht mehr aus den Händen lassen — vorausgesetzt, daß Eva meine Frau wird. Also, wann kann ich Dich erwarten? Und nun lebe wohl, mit vielen Grüßen von Sanders bin ich Dein treuer Sohn Rolf."

(Fortsetzung folgt.)

MILKA
VELMA
NOISETTINE
SUCHARD's
BELIEBTE ESS-CHOCOLADEN.

Buchdruckerei Merkur, St. Gallen.

Neues vom Büchermarkt.

10 Weihnachtsspiele und ein Weihnachtsgruß für den Familienkreis, herausgegeben von Herr Rektor G. Lang aus Frankfurt a. M. und verlegt von Arthur Parrhysius, Berlin. Vereinsbühne. Neue dramatische Aufführungen für christliche Vereine, mit besonderer Berücksichtigung der evang. Jünglings- und Jungfrauenvereine (nur männliche oder nur weibliche Rollen), Schulen und Pensionate. Zur Verwendung bei Familien-Abenden, Stiftungsfeiern, patriotischen und kirchlichen Festen. Leicht ausführbar. (Geringe Anforderungen in deklamatorischer und dramatischer Hinsicht, Kostüme leicht selbst zu beschaffen, Theaterbühne mit Kulissen nicht nötig), aber bei einigermaßen fleißiger Vorbereitung und geschickter Leitung äußerst wirkungsvoll. Preis eines Heftes 25 Pfg. Die Sammlung gehaltvoller reizender kleiner dramatischer Aufführungen wird allseitig sehr willkommen sein.

Eine von zu vielen. Roman von Liesbet Dill Geheftet Mark 4.—, gebunden Mark 5.—. (Stuttgart, Deutsche Verlags-Anstalt.)

Es bedeutet immer einen entscheidenden Fortschritt in der Entwicklung eines Dichters, wenn er über die Darstellung eines Einzelschicksales hinausgeht und seinen Figuren eine ganze Kulturschicht zum Hintergrund gibt, in ihrem Handeln und Leiden das für ganze Menschenklassen Typische heraushebt. Diesen Fortschritt finden wir in den letzten Büchern von Liesbet Dill, der so rasch zu verdientem Ansehen gelangten Autorin, deutlich ausgeprägt; hatte sie schon im „Gelben Haus" das Gesamtmilieu eines eleganten Weltbadeorts mit sicherer Hand darzustellen gewußt, so gelang es ihr, in dem folgenden Buche „Die kleine Stadt" nichtnur die Gesamtstimmung engen Kleinstadtlebens zu geben, sondern in dem Erleben der Hauptgestalt dieses Buches uns die alltäglich-schmerzliche Tragödie der „Leute von Geschmack", die in eine Umgebung ohne Geschmack und ohne Herzensbildung gebannt sind, zu Bewußtsein zu bringen. Nun in ihrem neuesten Roman hat sich die Verfasserin ihre Aufgabe noch höher und schwerer gestellt, sie hat ein wirtschaftlichsoziales Problem, das Tausende angeht, künstlerisch gestaltet, wieder, in dem sie uns ein Einzelleben vorführt, aber dies Einzeldasein mit einer langen Reihe der verschiedenartigsten Existenzen und Gesellschaftsschichten in Berührung bringend. Die „Eine von zu vielen", die der Titel des Buches meint, ist ein junges Mädchen aus völlig mittelloser Offiziersfamilie, das nach dem Tode der Eltern ins Leben hinaus muß, um sich sein Brot zu suchen, und die „zu vielen" sind die auch heute noch nur allzu zahlreichen weiblichen Wesen, die sich ihren Unterhalt selbst erwerben wollen, ohne etwas Rechtes und Bestimmtes gelernt zu haben. Die arme Aenne von Osten war eine musterhafte Haustochter und wäre gewiß eine nicht minder musterhafte Gattin geworden, wenn sie ihren Geliebten, einen Offizier, der ebenso arm ist wie sie und der sich in der Hoffnung auf eine reiche Erbschaft grausam betrogen sieht, hätte heiraten können. Aber um bei fremden Leuten ihr Brot zu verdienen, sich ihrer „Herrschaft" gegenüber eine feste Position zu schaffen, dazu reichen ihre kleinen häuslichen Kenntnisse und Tugenden nicht aus und ist ihr Empfinden zu zart und skrupulös. So muß sie in raschem Wechsel eine Stellung mit der andern tauschen, immer schlecht bezahlt, immer in tödlicher Angst vor den Zwischenzeiten, in denen sie, die Mittellose auf die Güte von Verwandten, die selbst wenig für andere tun können oder wollen, angewiesen ist. Schlechthin meisterhaft sind nun die einzelnen Stationen dieses Leidenwegs geschildert. Es wird sehr wenig zeitgenössische Romane geben — vielleicht keinen, der mit gleicher Sicherheit und Anschaulichkeit eine so große Zahl der verschiedensten Häuslichkeiten und häuslichen Schicksale schilderte. Da ist die reiche Familie in Schlesien, die in gedankenlosem Luxus in den Tag hinein lebt, da ist im reichsländischen Bergbaubezirk der einsame Mann mit seinen beiden kleinen Kindern, den die Trauer um die verlorene Frau in Schwermut und Selbstmord treibt; die kranke, junge Witwe, die in schweren Leiden dem Gatten nachstirbt, der stattliche, weißhaarige Patrizier, der mit seiner Frau in so glücklicher Ehe lebt und ihrer Gesellschafterin mit frecher Begehrlichkeit nachstellt, da sind — die am glänzendsten durchgeführten Kontrastfiguren des Buches — die schlampige-aufgedonnerte Frau Blinzler, eine Existenz voll Verlogenheit und kaum verstecktem Schmutz, und das fürstlich reiche, unantastbar korrekte und eisig egoistische Fräulein Karst, die siebzigjährige Patriarchin einer weitverzweigten, hochmütigen und lebenssicheren rheinischen Gelddynastie. Wie der Farbenreichtum und die Lebenswahrheit dieser immer wechselnden Bilder uns die Monotonie des so oft wiederkehrenden Refrains: „Als untauglich entlassen" völlig vergessen machen, so nehmen sie zwar auch den ernsten Mahnungen, die das Buch enthält, alles trocken Lehrhafte, prägen sie aber dafür nur desto nachdrücklicher ein. Alles Theoretisieren, jedes bloß doktrinäre Mitredenwollen zur heutigen Frauenbewegung liegt der Verfasserin völlig fern; desto nachdrücklicher wirkt die Predigt, die sie uns aus dem Mund des Lebens selbst vernehmen läßt. So wird der Roman, der schon bei seinem ersten Erscheinen in „Ueber Land und Meer" Interesse und Teilnahme der Leser in ganz ungewöhnlichem Maß wachrief und festhielt, auch in Buchform als glänzend geschriebener Zeitroman und als eindringliches Zeitdokument eine starke, tiefgehende Wirkung üben.

91] **Atemnot** wird in sicherster Weise mit Dr. Fehrlins Histosan bekämpft. In der außerordentlich günstigen Einwirkung auf alle Lungen- und Halskrankheiten, bei Erwachsenen wie Kindern, hat sich Histosan allen bisher bekannten Mitteln überlegen gezeigt. Es wird jetzt in größeren Sanatorien fast ausschließlich zur Behandlung von Lungenkrankheiten gebraucht.

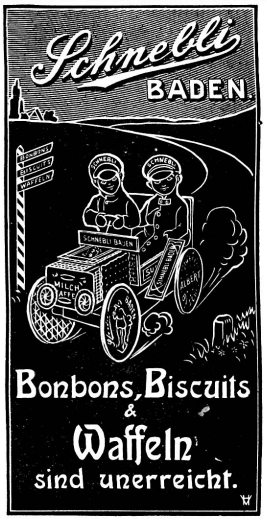
GALACTINA
Alpen-Milch-Mehl
Beste Kinder-Nahrung.
Die Büchse **Fr. 1. 30.** [4644

Gesucht nach Solothurn: gesundes, zuverlässiges Mädchen gesetzten Alters für Küche und Haushalt. Dasselbe soll gut und sorgfältig kochen und auch die übrigen Hausgeschäfte selbständig besorgen können.
Reinlichkeit und Ordnungssinn wird verlangt, dagegen wird gute familiäre Behandlung zugesichert. Da die Frau des Hauses etwas leidend ist, würde stilles, ruhiges Wesen bevorzugt. Bei befriedigender Leistung hoher Lohn.
Offerten unter Chiffre **G B 207** *befördert die Expedition.*

Ein junges, deutsches **Mädchen** *aus guter Familie sucht Aufnahme bei gebildeter tüchtiger Hausfrau, wo sie das gesamte Hauswesen und Küche gründlich erlernen könnte. Familienanschluss und katholische Familie Bedingung.*
Offerten bittet man an die Expedition sub Chiffre 189 Sch abzugeben.

Kochlehrtochter *gesucht in besseres Privathaus. Prima Referenzen früherer Kochlehrtöchter zu Diensten. Eintritt sofort. Bedingungen günstig. Hausmädchen vorhanden. Gefl. Offerten unter Chiffre 4523 L befördert die Expedition.* [4523

Ein Mädchen gesetzten Alters, das mehrere Jahre in besserem Hause gedient, sucht, gestützt auf gute Zeugnisse, Stelle zu einzelner Dame oder als Köchin zu kleiner Familie. Eintritt auf 1. November. Gefl. Offerten unter Beilage von Auslandsporto befördert die Expedition unter Nr. 179.



(H 1000 Z) 4721

In jeder Confiserie und besseren Kolonialwarenhandlung erhältlich.
CHOCOLATS FINS DE VILLARS
Die von Kennern bevorzugte Marke.
4618

Locarno, Hotel du Lac.
Klimatischer Frühjahrs-, Herbst- und Winterkurort. — Prospekte gratis. —
Hübsche, zentrale Lage. Für längern und kürzern Aufenthalt bestens geeignet.
104] (N 8872) **Georges Mantel.**

Original-Selbstkocher von Sus. Müller.
50 % Ersparnis an Brennmaterial und Zeit. **Allen andern ähnlichen Fabrikaten vorzuziehen.** Vorrätig in beliebiger Grösse bei der **Schweiz. Selbstkocher-Gesellschaft A.-G.** Feldstrasse 42, **Zürich III.** — Prospekte gratis und franco. [4824
R 93 R

Schuler's Goldseife
Goldseife Schuler, wer dich einmal kennt,
Dich sicher eine gute Freundin nennt,
Du hilfst der Hausfrau, dass die Wäschetage
Vorübergehen ohne Müh' und Plage.
146

Gegen Nachnahme versende wieder
echten Bienenhonig:
a) Ia Rösaalpenbienenhonig à 3.30 p. kg
b) Poschiavotalhonig à Fr. 2.50 p. kg
Johs. Michael, Pfr. [185
in **Brusio** bei Poschiavo (Graub.)

Für 6.50 Franken
versenden franko gegen Nachnahme
btto. 5 Ko. ff. Toilette-Abfall-Seifen
(ca. 60—70 leichtbeschädigte Stücke der feinsten Toilette-Seifen). [4614
Bergmann & Co., Wiedikon-Zürich.

Druckarbeiten jeder Art
in einfachster und feinster Ausführung
Buchdruckerei Merkur, St. Gallen.

Eine junge Tochter, deren geistiger und körperlicher Entwicklung daheim nicht die nötige Aufmerksamkeit gewidmet werden kann, oder deren Leitung sich daheim Schwierigkeiten entgegensetzen, wird in verständnisvolle Spezialerziehung genommen. Gute Resultate. Gefl. Anfragen übermittelt die Expedition sub Chiffre T V 191.

Billige Gelegenheit
71] *für ein Dienstmädchen, in einem 4—5 wöchentlichen Kochkurs die gute Küche zu erlernen. Prima Referenzen. Eintritt sofort. Anfragen unt. Chiffre E 71 befördert die Expedition.*

Fachschule
224] der (O H 8496)
Privat-Klinik Brückfeld
Daxelhoferstrasse 1.
Zur Ausbildung von Sanatoriumspersonal. Massage, Wasser-, Luft- und Lichtanwendung. Elektrizität, Röntgenkurs. Ausbildung der Spezialärzte. Prospekte gratis durch die Direktion.

Liebhabern eines feinen, aromatischen Thees
empfehlen wir folgende Marken
Ceylon-Indien
141] *in frischer Füllung*

Chief	Fr. 1.50
Kooh-i-noor	„ 1.75
Tamil Girl	„ 2.—
Orange Pekoe OO	„ 2.50

per Paket à 250 Gramm.
Auch in kleinern Packungen erhältlich.
Drogerie Wernle
Augustinergasse 17, **Zürich.**

Berner Alpen-Rahm
Jederzeit zum Gebrauch bereit für Küche und Haushaltung.
Grösste Haltbarkeit. 4666
Feinster Wohlgeschmack.
Zu beziehen durch die **Berneralpen-Milchgesellschaft Stalden, Emmental,** oder in **Comestibles-Geschäften.**

Briefkasten der Redaktion.

Eifrige Leserin M. in Z. Wir dürfen die Reden und Handlungen Nervenkranker niemals für das nehmen, als was sie sich uns darstellen, denn bei ruhiger Ueberlegung würden sie sich ganz anders geäußert haben. Die Pflege solcher Kranken durch die eigenen Angehörigen ist deshalb in der Regel ein schweres Stück Arbeit, die an Einsicht, an Selbstbeherrschung und selbstloser Liebe die größten Opfer erfordert. Es ist durchaus nicht Eigeninteresse, wenn der zu Rat gezogene Arzt sich für den Aufenthalt in einem Sanatorium ausspricht, denn im Verkehr mit Fremden nehmen die Patienten sich immer mehr zusammen, sie lernen dadurch die Schwingungen ihrer Nerven besser beherrschen und darauf beruht zum großen Teil die Heilungsmöglichkeit. Dann ist auch das Wartepersonal in einer Heilanstalt dafür instruiert, sich durch keinerlei Ausfälle erregen zu lassen, sondern solches als eine Begleiterscheinung der Krankheit zu betrachten. Und gerade unter diesem Gesichtspunkt ist das Belassen solcher Patienten daheim oft ein unverantwortliches Tun. Der Leidende läßt sich den Eigenen gegenüber unbeherrscht gehen und da er sich doch als Gesunder gibt, so muß sein Gebahren für die treubesorgten und liebenden Eigenen als unverdiente, schwere Kränkung empfunden werden und weil der Kranke doch auch in Liebe an den Seinigen hängt, so geht ihm das Bewußtsein, seine Angehörigen durch sein unkontrolliertes Wesen so schwer zu kränken und zu betrüben, tief ins Gemüt; er fühlt sich unglücklich und hat Stunden, wo er an sich selbst verzweifelt. Ist er noch imstande, kraftvoll zu wollen aus eigener Initiative, wenn das Wohl der Seinigen und sein eigenes auf dem Spiele steht, so wird er zur Beherrschung seiner Impulse das Menschenmöglichste leisten, im anderen Falle wird er in einer Stunde ruhiger Einsicht sich sagen, daß es seine Pflicht sei, sich für eine Zeitlang unter ärztlichen Einfluß zu stellen und damit gleichzeitig seine hart mitgenommenen und erholungsbedürftigen Angehörigen aufatmen zu lassen. Er geht, bevor die bittere Notwendigkeit ihn dazu zwingt. Die Trennung wird von den wohltätigsten Folgen begleitet sein, denn beide Teile können ausruhen und werden erquickt, wenn die konstante elektrische Spannung für eine Zeitlang ausgeschaltet wird. Nach erfolgter Beruhigung und neuer Kräftigung wird die Rückkehr zu den Angehörigen sich für beide Teile zu einem Fest gestalten, dessen ideale Nachwirkung für lange über vorhandene Klippen hinweghelfen wird.

Frau E. G. in Z. Heutzutage genügt es nicht mehr, die Sache nur theoretisch zu verstehen, sondern mit dem Wissen muß auch das Können Hand in Hand gehen. Die Frau muß auch im Stande sein, die Arbeiten, die sie anordnet, selber auszuführen. Sie muß im Notfall ohne das Dienstmädchen fertig werden können. Solange sie einer solchen Zumutung und Eventualität entsetzt und hülflos gegenübersteht, kann sie sich ihres Daseins nicht freuen, denn sie ist eine Sklavin ihrer an Wissen weit unter ihr stehenden Dienstboten. Die erfahrene Mutter, welche die Zeichen der Zeit erkennt, wird daher das ihrige tun, daß ihre Tochter auch in die Hausbesorgung eingeführt wird, ungeachtet der etwa auftretenden Klagen über Müdigkeit. Gegen das letztere Uebel ist frühes Zubettgehen ein prächtiges Mittel und mit der Zeit wird die Erfahrung lehren, daß als Resultat der ruhig fortgesetzten manuellen Arbeit die Kraft und damit auch die Leistungsfähigkeit täglich wachsen. Ohne Beharrlichkeit nützt aber das Schlucken dieser, jungen Dämchen bitter dünkenden Medizin, nichts.

Eifriger Leser Dr. E. Ch. in L. Besten Dank für Ihre sympathischen Mitteilungen. Die Medaille hat aber auch eine Kehrseite, wie Sie mit Erstaunen erfahren werden. Bildung macht eben nicht jeden frei. Ihre Wünsche für Nachlieferung an die notierten Adressen sind der Administration überwiesen.

Moderne Reform-Schlafzimmer

ausgestattet mit den anerkannt hygienisch richtigen und eleganten **Paradiesbetten** finden Sie in grösster Auswahl bei

500 Betten, 20 Musterzimmer.

Häberlin & Co., Bleicherweg 52, Zürich

Alleinvertreter der Paradiesbetten-Fabrik M. Steiner & Sohn. [192

4 Geschäftsbücher, Fr. 6

für Handwerker u. Geschäftsleute.

Hauptbuch, praktisch eingeteilt . . . . . Fr. 2.50
Journal-Tagebuch . . . „ 2.—
Kassabuch mit netter Einteilung . . . . „ 1.50
Fakturenbuch, übersichtlich eingerichtet . . „ 1.80

Versende alle 4 Bücher statt zu Fr. 7.80 zu nur Fr. 6.—.

Schreibbücherfabrik
A. Niederhäuser
Grenchen. [4514

[200
Sparsamkeit bringt Glück!
Es werden geliefert:
Für 3½ Pfund Wall-Lumpen
Stoff z. Buckskin-Anzug,
f. 3 Pfd. Stoff z. Hauskleid,
f. 1½ Pfd. Stoff z. Unterrock,
f. 3 Pfd. eine Schlafdecke,
desgl. Teppiche, Pferdedecken,
Läuferstoffe u. Strumpfgarne,
Alles gegen dementsprech. billige Nachzahlung.
S. Frank,
Hoym a. Harz
No 22
Muster frei! Artikelangabe erwünscht.

Höchsten Lichteffekt
Grösste Haltbarkeit

erzielt man nur mit dem [187

echten Auerlicht

Unsere Artikel tragen folgende geschützte Marken:
Auf der Brennerkrone: **Gasglühlicht System Dr. Carl Auer von Welsbach.**
Auf dem Brennerrohr: **Auerlicht** und **Bec Auer.**

AUER — Auf dem Glühkörper — AUER

Zu beziehen bei den Gaswerken und bessern Installationsgeschäften. (W 5967 Z)

Schweiz. Gasglühlicht A.-G.
System Dr. Carl Auer v. Welsbach
24 Hafnerstrasse Zürich Hafnerstrasse 24

Für
Teppiche
Linoleum
Tischdecken

empfehlen sich höflichst

Schuster & Co.

St. Gallen und Zürich.

[188

Schwächliche in der Entwicklung oder beim Lernen zurückbleibende **Kinder**
sowie **blutarme** sich matt fühlende und **nervöse** überarbeitete, leicht erregbare, frühzeitig erschöpfte **Erwachsene**
gebrauchen als Kräftigungsmittel mit grossem Erfolg

Dr. HOMMEL's Haematogen.

Der Appetit erwacht, die geistigen und körperlichen Kräfte werden rasch gehoben, das Gesamt-Nervensystem gestärkt. [4619

Man verlange jedoch ausdrücklich das **echte „Dr. Hommel's" Haematogen** und lasse sich keine der vielen Nachahmungen aufreden.

Strickmaschinen der SCHAFFHAUSER STRICKMASCHINEN-FABRIK mit SCHLAUCH-SCHLOSS

TELOS

sind das **Neueste.**

Einfachste Handhabung
Leichter, ruhiger Gang
ooo Solide Bauart ooo
Grosse Leistungsfähigkeit
sind die Hauptmerkmale
dieser ausgezeichneten
o Strickmaschinen o

Auskunft u. Prospekte durch
H. PFISTER'S Wwe
Strickwarenfabrik
oo **ZÜRICH** oo
ooo Rennweg 57. ooo

[4577

[4846

ZEPHYR Toilette-Seife.
Unübertroffen für die Hautpflege. —
FRIEDRICH STEINFELS, ZÜRICH.

Gleich hohen Rabatt

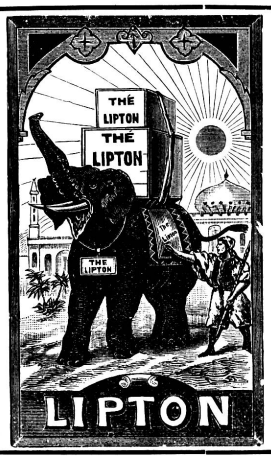
175] wie im Frühjahre, auch für die Herbst- und Wintersaison auf allen Stoffen zu Herren- u. Knabenkleidern, Damentuchen, Damenmantelstoffen etc.
Prachtvolle Auswahl.
Tuchversandthaus **Müller-Mossmann**, Schaffhausen.
Muster franko.

201]

Lipton ltd Ceylon

Bedeutendstes Theehaus der Welt.

Grösster Verkauf von Thee in Paketen.
Jährlicher Absatz über 100 Millionen Pakete in Grossbritannien allein.



Absolut rein, feines Aroma, ergiebig.

	125 gr.	250 gr.	500 gr.
hochfeine Misch.	1.—	1.90	3.70
vorzügliche „	—.85	1.60	3.10
gute „	—.70	1.30	2.50

Zu haben in den meisten Geschäften, wo nicht erhältlich, wende man sich an die (H 544 Z) [4661

Generalvertreter für die Schweiz:
Bürke & Albrecht, Zürich und Landquart.
Herm. Ludwig, Bern.

Wer **gezwungen** oder **freiwillig** dem Genusse von Bohnenkaffee entsagt hat [202

trinke **Enrilo**

(neuestes Produkt d. Firma **HEINR. FRANCK SÖHNE**), von den meisten der Herren Aerzte übereinstimmend als **das beste Kaffee-Ersatzmittel** der Gegenwart **anerkannt und empfohlen.** Paq. à ½ kg 70 Cts., ¼ kg 35 Cts. in Kolonial- und Spezereiwarenhandlungen.

Cacao De Jong

Der feinste und vorteilhafteste holländische Cacao.
Königl. holländ. Hoflieferant.
Goldene Medaille Weltausstellung Paris 1900, St. Louis 1904 etc.
Grand prix Hors Concours
Hygienische Ausstellung Paris 1901.
Garantiert rein, leicht löslich, nahrhaft, ergiebig, köstlicher Geschmack, feinstes Aroma. [4662
(W 640 S)
En gros durch **Paul Widemann, Zürich II.**

Neu! Neu!

Farb-Papier

zum **Tonen** der **Wäsche** in **Blau** und **Crême.**

Dieser Artikel ist für jede Hausfrau, die Freude hat an tadelloser Wäsche und solchen Vorhängen [197

ein Bedürfnis.

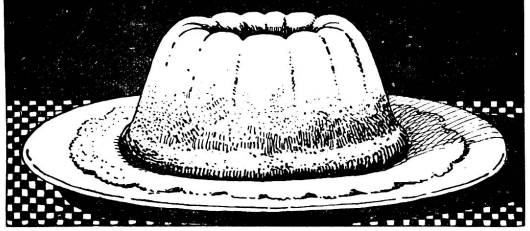
Beim Gebrauch dieses Papiers bildet sich kein Satz, es entstehen beim Blauen und Crêmen deshalb auch keine Flecken und ungleich stark gefärbte Streifen mehr! Dieses Papier ist frei von schädlichen Stoffen; es ist billig im Ankauf und sparsam im Gebrauch. Nach einer einzigen Probe schon werden die andern Farbmittel verpönt. In allen besseren Drogerien und Spezereihandlungen erhältlich, sowie direkt zu beziehen von

W. Brändly, Poststrasse 14
St. Gallen.

[180 (N 9603)

[76

!! Wer will guten Kuchen bachen, Der muss haben sieben Sachen: !!
Zucker & Salz, **PALMIN** (kein Schmalz)
Milch, Ei & Mehl, Safran macht den Kuchen gel!



Der aus den besten Bitterkräutern der Alpen und einem leichtverdaulichen Eisenpräparat bereitete **Eisenbitter** von **Joh. P. Mosimann,** Apoth. in Langnau i. E., ist eines der wertvollsten **Kräftigungsmittel.** Gegen **Appetitlosigkeit, Bleichsucht, Blutarmut, Nervenschwäche unübertroffen** an Güte. — **Feinste Blutreinigung.** [177

Fördert Esslust **gutes Aussehen** gesunden Teint

Die Flasche à Fr. **2½** mit Gebrauchsanweisung zu haben in allen Apotheken und Droguerien. (H 6800 Y)

Institut für Zurückgebliebene

E. Hasenfratz in Weinfelden (Schweiz)
vorzüglich eingerichtet zur Erziehung **körperlich** und **geistig Zurückgebliebener,** sowie **nervöser,** überhaupt **schwer erziehbarer** Knaben und Mädchen. **Individuelle, heilpädagogische** Behandlung und entsprechender Unterricht. Herzliches Familienleben; auf je sechs Kinder eine staatlich geprüfte Lehrkraft. Sehr gesunde Lage.
Erste Referenzen.
Bericht über **12-jährige Tätigkeit** und Prospekt gratis.

[4831 (Za G 1130)

Ein Kapitel von Nachfrage und Angebot.

Die Regierung von Neusüdwales hat Vorkehrungen getroffen, um regelmäßig in England junge Mädchen für die Einwanderung in ihren Staat zu gewinnen. Es wird natürlich darauf gesehen, daß die Mädchen imstande sind, häusliche Arbeiten zu verrichten. Die Regierung übernimmt den größten Teil des Fahrgeldes und hält die Hand über die eingewanderten Mädchen, bis sie eine Stelle gefunden haben. Letzteres ist nicht schwer. Die ersten Gruppen von Mädchen wurden gleich nach ihrer Ankunft untergebracht, aber die Nachfrage nach Dienstmädchen, denen hohe Löhne in Aussicht gestellt werden, dauert fort und die Regierung will ihr entgegenkommen. Es sollen daher nicht weniger als alle 14 Tage 100 Mädchen ausgesandt werden. Bekanntlich hat die Deutsche Kolonialgesellschaft vor mehreren Jahren die Aussendung von jungen Mädchen nach Deutsch-Südwestafrika veranlaßt.

Jetzt noch wird der Mangel an gebildeten Frauen und Mädchen dort schwer beklagt. Es wird dargetan, daß ohne die Mithilfe edler und tüchtiger Weiblichkeit der zivilisierte Mann auch unter den sonst günstigsten Verhältnissen keinen ganzen Erfolg haben könne. Die zivilisierte Frau habe dort eine hohe, kulturelle Mission zu erfüllen.

Aphorismen.

Alte Wahrheit: Zu den klügsten Menschen zählen jene, die unserer Meinung sind.

* * *

Das kann man wohl sagen: Wenn alle Glückwünsche in Erfüllung gingen — es würden ihrer tausendmal weniger dargebracht!

Ehe eine alte Tradition stirbt, muß man sie unzählige Male totschlagen.

* * *

Ich weiß nicht mehr, in welchem Kalender ich es las — daß die schönsten Tage die kürzesten sind.

* * *

Konservativ sein heißt — so erklärte ein Politiker — behaglich dasjenige genießen, was Freiheitskämpfer mit Gut und Blut erobert haben.

* * *

Schon mancher, der in einen Kreis aufgenommen wurde, war von der warmen Aufnahme, die er dort gefunden, so sehr entzückt, daß er einige Wochen später ausrief: „Ach, warum kann man nicht immer ein Neuangekommener sein." Otto Weiß.

(Aus „Ueber Land und Meer.)

170] Es steht fest, daß heutzutage leider noch die überwiegende Zahl der Säuglinge mit der Flasche künstlich ernährt werden muß. Nach der Flasche gehen die Eltern dann viel zu rasch zu der für die Kinder schädlichen Fleischkost über. Soll der Milch irgend ein Kräftigungsmittel beigemengt werden, so setze man einige Löffel der flüssigen süßen Somatose zu. Dieselbe ist im Geschmack äußerst angenehm, so daß sie ebenso gut auch allein verabreicht werden kann. Ohne den Darm zu reizen, führt die Somatose dem kindlichen Organismus die für die Ernährung wertvollen Eiweißstoffe zu, regt gleichzeitig den Appetit an, regelt den Stuhl und bewirkt Kräftezunahme und Fleischansatz.

Etwas neues für Weihnachtsarbeiten

228] bietet der leicht auszuführende **Mosaik-Brand.** Mit den bekannten Werkzeugen für Holzbrandarbeiten, unterstützt durch entsprechende Holzbeizung, vollbringt man eine überaus wirkungsvolle Vortäuschung von Mosaik. Grundbedingung dazu ist eine fein ausgearbeitete Vorzeichnung, wie man sie z. B. von der **bekannten Hauskunst-Firma Hermann Haberbosch** in Konstanz, Post **Emmishofen 8,** einwandfrei geliefert bekommt.
Kataloge gratis und franko. (H 4756 G)

Berner Halblein beste Adresse: Walter Gygax, Bleienbach.

Das Bessere ist des Guten Feind. — Tadellose Stärkewäsche ist der Stolz der Hausfrau. Alle Mühe und Arbeit nützt aber nichts, wenn die Stärke nicht von vorzüglicher Qualität ist. Das Vortrefflichste, was auf diesem Gebiete neuestens mit Recht gepriesen wird, ist die **Remy Reisstärke;** sie vereinigt alle wünschbaren Eigenschaften in sich und wird von fachkundigen Personen jedem andern Fabrikate vorgezogen. [77

Die elegantesten Damen lehnen heutzutage die veraltete Cold Crème ab, die ranzig wird und dem Gesicht einen glänzigen Wiederschein gibt. Sie verlangen nunmehr **Crème Simon, Reispuder** und **Seife Simon,** welche die wirksamste und beste Parfümerie ausmachen. Auf die Fabrikmarke Obacht geben! Im Verkauf in Apotheken, Parfümerien Bazars, Mercerien. (N 9644) [163

Frauen und Kinder,

Kranke und Erholungsbedürftige,

besonders

Herz-, Nerven- und Magenleidende,

müssen alle schädlichen und aufregenden Getränke absolut meiden; sie bedürfen eines vollkommen unschädlichen, milden, dabei würzig-angenehmen Frühstücks- und Vesper-Getränkes. Unter allen Getränken, die hierbei in Frage kommen, gebührt nach dem Urteile der größten Autoritäten Kathreiner's Malzkaffee unbedingt der erste Platz. Denn der echte „Kathreiner" ist das denkbar gesündeste und angenehmste Getränk, und da er unter allen sogenannten „Malzkaffees", Getreidekaffees 2c. allein einen würzig-vollen, kaffeeähnlichen Wohlgeschmack besitzt, so kann keine Hausfrau besser für sich und die Ihrigen sorgen, als dadurch, daß sie täglich Kathreiners Malzkaffee auf den Tisch bringt. Die untrüglichen äußeren Kennzeichen des echten „Kathreiner" sind: Geschlossenes Paket in seiner bekannten Ausstattung, Bild, Name und Unterschrift des Pfarrers Kneipp als Schutzmarke, und die Firma Kathreiners Malzkaffee-Fabriken. Daraf achte man beim Einkaufe immer. [208

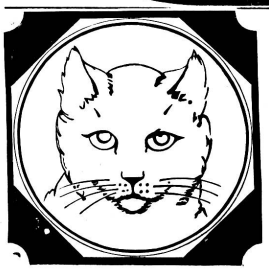
[196

Preis Fr. 1.30 – Überall erhältlich
oder direkt bei
KAISER & Co • BERN

Krampfadern, Geschwür

17] Unterzeichnete bezeugt hiemit, dass sie 6½ Jahre an **Geschwüren** (Ausfluss) am linken Beine mit grossen Schmerzen litt. Verschiedene Aerzte wurden konsultiert, doch ohne Heilung. Nachdem ich von den erfolgreichen Mitteln des Herrn **Schmid, Arzt, Bellevue, Herisau,** gehört, wandte ich mich an denselben, und schon nach Gebrauch der ersten Mittel linderten sich die Schmerzen und nach wenigen Wochen war mein Bein vollständig geheilt; seit zwei Jahren spüre ich keine Schmerzen mehr. **Elise Kilchmann.**
Vorstehende Unterschrift beglaubigt die Gemeinderatskanzlei Langenthal. (K 8265-6)

Verlangen Sie unsern neuen Katalog **Gratis** mit **1000** photogr. Abbildungen über garantierte
Uhren-, Gold- und Silberwaren
E. LEICHT-MAYER & Cie., LUZERN
27 bei der Hofkirche.
4664



Die (H 4029 Z)
extra reine Seife „die Katze"
ist garantiert frei von allen der Seife schädlichen Substanzen und enthält das Maximum an nützlichen Stoffen. Die extra reine Seife **„die Katze"** verlängert die Dauerhaftigkeit der Wäsche und erspart 20 bis 30 % auf dem Gewicht der verwendeten Seife.
Man hüte sich vor Nachahmungen, deren Marken Aehnlichkeit mit dem Katzenkopf haben. [1

Die Schweizer Hausfrauen
haben eingesehen, wie vorteilhaft sie fahren, wenn sie ihren **Kaffee** beim **„Merkur"** kaufen, denn kein anderes Geschäft kann in Bezug auf Güte und Preiswürdigkeit gleiche Vorteile bieten. Infolge des grossen Umsatzes stets gleichmässige frische Ware. 5% **Rabatt.** Verlangen Sie unsere Preisliste. [226
„Merkur" grösstes Spezial-Geschäft für **Kaffee, Thee, Chokoladen, Cacao, Biscuits, Bonbons, Vanille etc.**
Ueber 80 eigene Verkaufsfilialen in der Schweiz.
Versand nach auswärts. — Preislisten gratis.

Probenummern der „Schweizer Frauenzeitung" werden auf Verlangen gerne gratis und franko zugesandt.

Koch- & Haushaltungsschule

Hauswirthschaftliche Gratisbeilage der Schweizer Frauen-Zeitung.

Erscheint am ersten Sonntag jeden Monats.

St. Gallen | Nr. 11. | Nov. 1907

Der Missbrauch von Kaffee.

Ueber den Mißbrauch vom Kaffee findet sich in den „Blättern für Volksgesundheitspflege" ein vorzüglicher und für die Praxis lehrreicher Aufsatz des bekannten Hygienikers Prof. Dr. Hueppe-Prag. Hueppe geht von der Tatsache aus, daß alle Reizmittel, welche uns die überfeinerte Kultur gebracht hat, ausnahmslos ein Agens enthalten, welches sich bei Mißbrauch als Gift geltend macht. Zu den wichtigsten und verbreitetsten dieser Reizmittel gehört der Kaffee. Das eigentliche Agens im Kaffee, d. h. der Stoff, durch den die charakteristische Wirkung des Kaffees bedingt wird, ist, wie alle wissenschaftlichen Versuche übereinstimmend ergeben haben — das Koffein. Nach einer Untersuchung über den chemischen Charakter des Koffeins, die vorwiegend fachmännisches Interesse hat, kommt Hueppe auf die spezifischen Erscheinungen zu sprechen, welche durch Koffein-Genuß im menschlichen Organismus hervorgerufen werden. Er schildert sie folgendermaßen: Die Verdauungsorgane reagieren mit nervösen Verdauungsstörungen, Erbrechen und Durchfall; später tritt oft hartnäckige Verstopfung ein; manchmal werden auch Hämorrhoidal-Erscheinungen beobachtet. Auch auf die Nieren und Schleimhäute der Harnblase und Harnröhren übt Koffein eine Reizwirkung aus. Direkter Einfluß auf die Eiweiß-Zersetzung erfolgt nicht, wohl aber indirekt dadurch, daß es die Muskel-Tätigkeit anregt und damit den Zerfall von Muskel-Eiweiß vermehrt. Der chronische Koffeinismus beim Menschen äußert sich in Herzkrämpfen, Muskelzittern, Halluzinationen und Angstzuständen, es treten Kopfschmerzen, Schwindelanfälle, Schlaflosigkeit ein, die oft verkannt und als Erscheinungen anders gearteter schwerer Hysterie gedeutet werden.

Ein vom sozial-hygienischen Standpunkte besonders wichtiges Moment ist nach Hueppe ferner die ungünstige Wirkung des Koffeins auf das Herz, für welche die moderne Wissenschaft immer mehr unum-

stößliche Tatsachen und Beweise liefert. Der Zunahme des Kaffee-Genusses in den Kulturländern ist direkt die erschreckende Ueberhandnahme der Herzkrankheiten zuzuschreiben.

Aus den weiteren hochinteressanten Ausführungen Hueppes sei schließlich noch ein Punkt herausgegriffen, der in sozialer, hygienischer wie pädagogischer Hinsicht von gleich großer Bedeutung ist — nämlich die Schädlichkeit des Bohnenkaffees für Kinder, auf welche Hueppe dankenswerterweise mit allem Nachdruck hinweist. Wo aber bei Kindern, so fährt er dann fort, und Erwachsenen eine Gewöhnung an den Kaffee-Genuß bereits eingetreten ist, mit der man zu rechnen hat, müssen Ersatz-Getränke Platz greifen, die das Wesentliche des Genußmittels retten. — Damit kommt der berühmte Gelehrte auf die große und brennende Frage des Kaffee-Ersatzes zu sprechen. Nach seiner Meinung kommen da vor allem Milch und Malzkaffee in Betracht, die sich in jeder Hinsicht für Kinder wie für Erwachsene der verschiedensten Berufsklassen als zuträglichste und einwandfreieste tägliche Getränke bis jetzt erwiesen haben.

Senf-Gurken.

Fünf Kilo große, völlig ausgewachsene Gurken werden geschält, der Länge nach durchgeschnitten, mit einem silbernen Löffel Mark und Kerne ausgekratzt und in beliebig große Stücke geschnitten; schichtweise in einem Topf mit Salz überstreut, läßt man sie 24 Stunden liegen, während welcher Zeit man sie öfter umdreht. Sie werden hierauf auf ein Sieb geschüttet und mit einem Tuche sorgfältig abgetrocknet. — Man schichtet die Gurken in Steintöpfe mit dazwischen gestreutem Gewürz. Als Gewürz verwendet man auf ca. 5 Kilo Gurken 300 Gramm Perlzwiebeln, 100 Gramm fein würflig geschnittenen Meerrettich, 15 Gr. Pfefferkörner, etwas Nelkenpfeffer, Lorbeerblätter, Dill und Estragonblätter und 120 Gramm gelben Senfsamen. — 1—2 Liter Wasser und 2 Liter guten Einmach-Essig kocht man einmal auf, nimmt vom Feuer, gibt je nach Geschmack einige Stückchen Zucker und ein Päckchen Dr. Oetker's Salicyl à 10 Cts. hinzu, läßt die Flüssigkeit erkalten und gießt sie über die Gurken. Die Gurken müssen mit dem Essig bedeckt sein. Auf die Gurken legt man ein Säckchen mit gelbem Senfsamen. Ein weiteres nochmaliges Aufkochen des Essigs ist unnötig, weil das hinzugefügte Salicyl ein Verderben des Essigs verhindert. Unter keinen Umständen koche man den Essig mit dem Salicyl, sondern gebe es stets nach dem Kochen hinzu, sonst verliert es seine Kraft. — Gut zugebunden halten sich die Gurken unbegrenzt, sind sehr aromatisch und ausgezeichnet im Geschmack.

Rezepte.

Erprobt und gut befunden.

Eine gute Kartoffelsuppe. Man nimmt ein gutes Stück Fett, läßt eine fein geschnittene Zwiebel ein wenig darin dämpfen, sie kann aber auch wegbleiben. Nun röste man darin einen Eßlöffel Mehl hellgelb, füllt so viel kaltes Wasser zu, als Suppe nötig ist, gibt Pfeffer, Salz, etwas Fleischextrakt und feinwürflig geschnittene Kartoffeln (für 5 Personen einen Suppenteller voll) hinzu, kocht sie wohl eine Stunde oder auch bis die Kartoffeln gar sind und richtet sie an. Der Fleischextrakt muß nicht durchaus daran, doch macht er die Suppe unvergleichlich besser.

*

Italienische Reissuppe. Eine große Zwiebel, klein geschnitten, schwitzt man mit Butter oder Oel, fügt 1/8 Kilo Reis, der gut abgewaschen und gebrüht ist, hinzu und rührt ihn auf dem Feuer unter Hinzufügung von Salz, Pfeffer und etwas Gewürz, alsdann gießt man 2 bis 3 Liter gute Fleischbrühe darüber und läßt den Reis gar, doch nicht zu weich kochen. Indessen schält man 3 Karotten, bratet sie in Scheiben geschnitten in Butter, mischt sie unter die Reisbrühe und gibt diese Suppe mit Parmesankäse zu Tisch.

*

Suppe von gelben Rüben mit Reis. 6 große, gelbe Rüben werden auf dem Reibeisen gerieben, mit 3 bis 4 dünnen Schnitten rohem Schinken, einem Stück Butter und etwas Fleischbrühe gedünstet, gut verrührt und so viel Bouillon nachgegossen, als man nötig hat. Nach diesem durchpassiert, 70 Gramm weich gedünsteten Reis, etwas Liebigs Fleischextrakt in die Suppe gegeben, und so zu Tische gebracht. Sie kann auch mit Eidottern legiert werden.

*

Gebackene Hühner. Die jungen Hühner werden gebrüht, ausgenommen, rein gewaschen und in einen Fleischtopf getan, woselbst man sie einen Wall aufkochen läßt. Alsdann in vier oder sechs Teile zerschnitten, mit Salz und leicht mit Pfeffer bestreut und nachdem sie einige Zeit geruht haben, in Mehl umgekehrt, in zerschlagene Eier getaucht, mit Reibmehl besäet, aus heißem Schmalz zu schöner, goldgelber Farbe herausgebacken und zum Entfetten auf Brotschnitten gelegt. Sie werden erhaben angerichtet und mit Petersilie garniert zu Tisch gegeben.

*

Ente gebraten. Dieselbe muß zwei Tage vor der Zubereitung geschlachtet worden sein, dann schneidet man den Hals, die Flügel und

die Beine ab, wäscht sie gut, reibt sie inwendig mit Salz ein, dressiert sie, füllt sie entweder gar nicht oder mit einer Fülle von 150 Gramm geriebener Semmel, dem gehackten Magen, Herzen, Lunge und Leber, 60 Gramm Butter, 2 Eier und Salz, oder man füllt sie mit Kastanien folgendermaßen, welches auch sehr gut schmeckt: Man macht in große italienische Kastanien mit dem Messer einen Einschnitt, gibt sie in kochendes Wasser und kocht sie so lange, bis sich die innere und äußere Schale leicht ablösen läßt, dann dämpft man die Kastanien in einem Stück frischer Butter, etwas Zucker und Salz, sowie einem Löffel kräftiger Fleischbrühe weich und braun, fügt die feingehackte Entenleber hinzu, füllt alles in die Ente, näht dieselbe zu und brät sie in Butter unter langsamem Angießen von einigen Löffeln Wasser oder Fleischbrühe schön braun.

*

Hasenbraten. Man wasche den Hasen mit kaltem Wasser sauber, dann trockne man ihn mit einem Tuche ab, lege ihn auf ein Brett und häute Ziemer und Schlegel. Alsdann spickt man den Braten mit Speck, reibt ihn mit Salz und gemahlenem Pfeffer gut ein und legt ihn in guten Weinessig, so daß der Essig darüber geht. Dem Weinessig füge man geschnittene Zwiebel, einige Lorbeerblätter und etwas Citrone hinzu, lasse ihn einige Tage in der Beize liegen, dann bratet man ihn. Hiezu nehme man eine Bratpfanne von Blech oder besser einen gußeisernen Tiegel, in welchem man Schweineschmalz und Butter zu gleichen Teilen heiß werden läßt, worauf man den Braten hineinlegt und ihn schön dunkelgelb werden läßt. Auf die Oberfläche streut man zwei Eßlöffel Mehl und wendet ihn um, wenn die eine Seite gelb geworden, das Mehl muß ebenfalls ein dunkelgelbe Farbe erhalten, nachher wird es mit Wasser und der Beizebrühe abgelöscht. Die Sauce kann vor dem Anrichten mit saurem Rahm abgezogen oder ohne denselben auf den Tisch gegeben werden. Als Beilage sind geröstete Kartoffeln, auch Salat, Kartoffelklöße zu empfehlen.

*

Junge Tauben zu backen. Einige Tauben werden gereintgt, in Hälften zerlegt, mit Salz bestreut und mit einer Zwiebel und etwas Wurzelwerk und wenig Fleischbrühe beinahe weich gedünstet in einer gut zugedeckten Kasserolle. Nachher nimmt man die Tauben heraus, läßt sie gut abtropfen, kehrt sie in zerklopftem Ei und Zwieback oder gestoßenen Brosamen um und backt sie auf beiden Seiten schön braun. Beim Anrichten garniert man sie mit Petersilie.

*

Hase. Der Hase wird dressiert, abgehäutet, fein gespickt, mit Salz und Pfeffer bestreut, mit einigen Speckscheiben belegt, mit 1/4 Liter

Essig und ebensoviel Wasser begossen, Zwiebel, gelbe Rüben und Grünzeug dazu, in einem Rohr schön braun und langsam gebraten und mit Salat zu Tisch gegeben.

*

Hirnschnitten. Ein oder zwei gutgereinigte Kalbshirne werden verwiegt und mit einer feinverwiegten Zwiebel in heiße Speckwürfelchen gegeben; ein eingeweichtes, ausgedrücktes, verwiegtes Brötchen, ein Löffel gehackte Petersilie, Salz, Pfeffer, Muskatnuß und etwas Zitronensaft zugefügt und alles über gelindem Feuer gekocht und zuletzt mit einem verklopften Ei und einem Güßchen Maggis Suppenwürze vermischt. Milchbrötchen werden in ein Centimeter dicke Scheibchen geschnitten, auf einer Seite mit Eiweiß bestrichen, eine fingerdicke Lage Fülle drauf gegeben, am Rand schön glatt gestrichen, wieder mit Eiweiß bepinselt, mit Paniermehl bestreut, in heißer Butter schwimmend goldgelb gebacken, abgetropft und heiß serviert.

*

Kalte Meerrettig-Sauce. Bereitungszeit 10 Minuten. Für 5 Personen. Zutaten: 1/4 Liter dicken sauren Rahm, 2 Eßlöffel geriebener Meerrettig, ein Teelöffel Senf, ein Teelöffel Zucker, Salz, Pfeffer, zwei Eßlöffel Tafelöl, fünf Gramm Liebigs Fleischextrakt und der Saft einer halben Zitrone. Obige Ingredienzien vermische man gut, schmecke, ob genügend süß oder säuerlich und richte zu Suppenfleisch oder Sulze und Kartoffeln an.

*

Aal in Madeirasauce. Von 60 Gramm Butter und Mehl wird eine bräunliche Mehlschwitze geröstet und mit Fleischbrühe zu einer sämigen Sauce gerührt und gekocht. In diese wird der in Stücke geschnittene Aal gegeben, gesalzen und in der Sauce langsam geschmort Ist er weich, legt man ihn behutsam auf die Servierschüssel, passiert die Sauce über ein Ragout von weich gekochten Morcheln, Champignons, Klößchen und Krebsschwänzen, gibt ein Glas Madeira zu und schüttet das Ragout über den Fisch.

*

Kümmelkraut. Ein Weißkohlkopf wird in vier Teile geschnitten, gewaschen, in Salzwasser weich gekocht und mit dem Wiegemesser grob zerkleinert. In 50 Gramm heißer Butter werden gehackte Zwiebeln gedämpft und ebenso das Kraut; nach einer halben Stunde staubt man etwas Mehl auf, gießt einige Löffel mit Fleischextrakt gekräftigte Fleischbrühe daran, streut Kümmel ein und dämpft das Kraut vollends gut weich.

Kartoffel-Klöße. 750 Gramm gekochte Kartoffeln werden gerieben. Stückchen dürfen nicht dazwischen sein, weil diese das Zusammenhalten verhindern. Die Krummen von 250 Gramm Weißbrot werden gerieben. Die Rinden in kleine Stücke zerschnitten und in Butter kroß gebacken. Dies alles wird mit 6 Eiern, etwas Salz nach Geschmack und ein Päckchen Backpulver verarbeitet. Ist der Teig zu weich, so fügt man Mehl hinzu; hieraus formt man 6 Klöße, kocht sie in Salzwasser. Erforderlich ca. 20 Minuten. Einen Kloß prüft man durch Zerschneiden, ob er gar sei. Sehr gut zu Hasen- und Sauerbraten, auch reicht man gekochtes Obst dazu. Besonders im Frühjahr zu empfehlen, wenn die Kartoffeln nicht mehr gut schmecken.

*

Schwarzwälder Kartoffelragout. Große rohe Kartoffeln werden in dicke Scheiben geschnitten, gesalzen, gepfeffert, und mit in Butter gehackten Zwiebeln und mit Petersilie vermischt. Hierauf wird der Boden einer gut ausgebutterten Kasserolle mit der Hälfte der Kartoffeln belegt; auf diese gibt man ein Kilo in Scheiben geschnittenes Schweinefleisch vom Bug, ebenfalls mit in Butter gedämpften gehackten Zwiebeln und Petersilie sowie mit Pfeffer und Salz bestreut. Auf dieses wird die andere Hälfte der Kartoffeln gefüllt, die Kasserolle gut geschlossen und in die Bratröhre gegeben, in der man sie zwei Stunden unter öfterem Rütteln schmoren läßt. Kurz vor dem Anrichten gießt man eine Masse an das Ragout, die wie folgt zubereitet wird: Vier ganze Eier zerquirlt man mit 1/2 Liter saurem Rahm und etwas Kümmel. Dies wird einigemale kurz durchgeschwungen und dann sofort serviert.

*

Aepfelspeise. Man schäle sechs gute saure Aepfel, schnitzle sie fein, wälze sie ganz leicht in Mehl und backe sie schön gelb in gutem Fett. Nun bestreiche man eine Kasserolle ebenfalls mit Fett, gebe die ausgebackenen Aepfel hinein mit dazwischen gestreuten Weinbeeren, feingewiegter Zitronenschale, Zucker und Zimmt, alsdann rühre man drei Eigelb in einer Schüssel mit einer Tasse süßem Rahm gut ab, gebe es über die Aepfel, schiebe das Ganze in den Ofen und backe es zu schöner Farbe. Das Ganze muß man heiß zu Tisch geben.

*

Reisring mit verschiedenen Früchten. 150 Gr. Reis werden einigemal gewaschen, dann kalt aufgesetzt, bis zum Kochen gebracht und abgegossen, mit kaltem Wasser abgeschwenkt und mit einem halben Liter Milch, 60 Gramm Butter, einer Stange Vanille oder Citronenschale langsam weich und körnig gekocht. Etwas Butter wird

darunter gezogen, ebenso 100 Gramm Zucker. Das Ganze wird in eine angefeuchtete oder ausgebutterte Ringform eingedrückt und auf eine runde Schüssel gestürzt. Verschiedene gekochte Früchte werden heiß in den Ring eingelegt, die Fruchtsauce mit etwas Rum aufgekocht und über die Speise gegossen.

*

Auflauf von saurem Rahm. 125 Gramm Mehl werden mit einem halben Liter saurem Rahm und vier Eigelb glatt gerührt, Zucker und Vanille zugegeben, zuletzt der Schnee der vier Eiweiß darunter-gezogen, in die Auflaufform eingefüllt und langsam im Ofen gebacken.

*

Preißelbeeren in Gläsern und Steinguttöpfen. Man verwende nur ganz reife, schöne, vollkommen entwickelte Früchte. Alle unreifen und schlechten Beeren lese man aus. Man wasche sie dann in reinem Brunnenwasser und lasse sie auf einem Seiher gut ablaufen. Noch einfacher und schneller reinigt man aber die Preißelbeeren, wenn sie durchaus schön reif sind, daß man sie in einem Haarsiebe in Wasser hält und gehörig durcheinanderrührt. Die dadurch sich ablösenden Blätter und Schmutzteile steigen an die Oberfläche. Man entfernt diese und bringt die Beeren zum Abtropfen in ein Blechsieb. In einem emaillierten oder glasierten Kochgeschirr (auch im Kupfer- oder Messingkessel) löse man stückweise in Wasser getauchten Hutzucker auf und verschäume ihn. Auf ein Kilo Beeren rechnet man gewöhnlich 300 Gramm Zucker; doch kann man nach Wunsch weniger (nur 100 bis 150 Gramm) nehmen. Ist der Zucker klar geläutert, so schüttet man die abgeschwenkten Beeren hinein, hebe sie mit einer Schaumkelle vom Boden möglichst nach oben, rühre sie mehrmals um, wobei man den Schaum entfernt, lasse sie auf nicht zu starkem Feuer weich werden, aber nicht zerkochen, und bringe sie mit dem Safte in eine Porzellan- oder glasierte Schüssel. Diese überdecke man mit einem Tuche und stelle sie 24 Stunden lang an einen kühlen Ort. Am andern Tag rühre man die kalt gewordenen Beeren gehörig durcheinander, fülle sie in trockene reine Gläser oder Steinguttöpfe, wobei man darauf achtet, daß keine Hohlräume bleiben, streiche sie obenauf glatt, lege als Verschluß mit Rum, Arrak oder Fruchtbranntwein getränktes Papier auf und binde die Gefäße mit Papier, am zweckmäßigsten mit angefeuchtetem Pergamentpapier, gut zu. Um den für viele unangenehmen scharfen Geschmack der Preißelbeeren zu mildern, empfiehlt es sich, auf fünf Gewichtsteile Beeren zwei Gewichtsteile geschälte Birnen und andere ganz mit möglichst erhaltenem Stiele zusammen zu kochen und dann so in die Gefäße einzufüllen, daß sie von den Preißelbeeren bedeckt sind. Die Birnen werden schön rot und schmecken recht pikant, während die Preißelbeeren ihren herben Ge-

schmack durch die süßen Birnen verlieren. Man kann beide Fruchtarten zusammen oder jede für sich auf den Tisch bringen.

*

Eingesalzene Petersilie. Um Petersilie auch zur Winterszeit zu haben, kann man sich im Sommer frisches Kraut von ihr trocknen, oder Pflanzen in Töpfe pflanzen und an frostfreien Orten zum Weiterwachsen aufstellen. Weniger ist dagegen bekannt, daß Petersilie auch in eingesalzenem Zustande zum Weiterverbrauche tauglich ist. Das frische Kraut wird hierzu im Herbst mit samt den Stilen in ein Gefäß gelegt, mit gekochtem und abgekühltem Salzwasser übergossen und dann noch reichlich Salzwasser hinzugetan. Das Kraut ist dann noch mit einem reingewaschenen Steine zu beschweren und darf nicht auf der Flüssigkeit schwimmen.

*

Rhabarber auf einfache Art zu konservieren. Die gewaschenen Stengel werden nicht abgezogen, nur leicht geschabt, damit den Stengeln die hübsche rote Farbe erhalten bleibt. In kleine Würfel geschnitten wird der Rhabarber in gut gereinigte Verschlußgläser eingefüllt, mit klarem Wasser übergossen und das Glas verschlossen. So eingemacht hält sich Rhabarber wie auf andere Weise. Beim Gebrauch wird beliebig Zucker beigefügt.

*

Um Flaschen zu reinigen, in denen Flüssigkeiten, Rückstände zurückgelassen haben, bediene man sich der Schalen von zwei bis drei Eiern. Diese werden klein gedrückt, in die Flasche geschüttet und mit reinem Wasser tüchtig darin herumgeschwenkt. Ein ebenso praktisches Mittel sind kleine Kartoffelstückchen, mit denen man die Flasche zur Hälfte füllt. Mehrmaliges Abgießen des trüben und Nachfüllen frischen Wassers macht die Reinigung vollständig. Für ölige Flaschen sind Brennesseln oder frisches Gras ein vorzügliches Mittel zum Reinigen. Man steckt das Kraut in die Flaschen, füllt etwas Wasser darauf, und schüttelt sie gut, worauf alle Unreinigkeit verschwinden wird.

*

Um Linoleum lang glänzend zu erhalten, behandelt man es auf folgende Weise: Bevor man zum Wichsen desselben schreitet, wäscht man es mit gleichen Teilen Milch und Wasser sauber ab, sodann reibe man es mit Terpentinspiritus, in dem Bienenwachs gelöst wurde, ein, und glätte es mit reiner, weicher Bürste oder Flanellappen. Drei bis vier Wochen reibe man das Linoleum täglich trocken ab. Erst nach Verlauf dieser Zeit wiederhole man dies Verfahren und man hat stets reine und glänzende Teppiche und Läufer.

Redaktion und Verlag: Frau Elise Honegger in St. Gallen.