sie dürften ohne Zweifel nur gewinnen. Und — endlich gibt es Frauen, die die Grenze zu halten wissen zwischen dieser und jener Art, die nicht ihre letzte und eigenste Aufgabe hier erschöpft sehen.

Doch wozu das Philosophieren? Erstens kommt nie etwas dabei heraus und zudem würde es mir den Abend vergrämen, und das wäre schade. Denn all diese lebenslustigen und ernsthaften kleinen Mädels, die Dutzende, die ich belauschen und beobachten durfte, ohne daß mein heimliches Spiel entdeckt ward, sie sollen mich in meine Träume begleiten . . . .

—⊡—

Masern und Windpocken

Alljährlich im Frühjahr zieht der Genius epidemicus der Masern und Windpocken durch das Land und sucht sich seine kleinen Opfer. Dieser Kinderschreck ist nicht allzu ernst zu nehmen; im großen und ganzen ist es bei Masern mit ein paar Fiebertagen und etwas Husten, bei Windpocken mit Unruhe und Hautjucken abgetan. Immerhin sind, besonders bei Masern, ernstere Zufälle, wie Lungen- oder Mittelohrentzündung, nicht ausgeschlossen; auch das Aufflammen bis dahin verborgener Tuberkulose ist nach Masern beobachtet worden. Deshalb ist der Versuch, namentlich Kinder in den ersten Lebensjahren vor der Ansteckung mit Masern zu bewahren, gerechtfertigt. Es empfiehlt sich, erkrankte Kinder mindestens vier Wochen von gesunden, noch nicht durchgemaserten entfernt zu halten. Ebenso sollen diese anscheinend gesunden, meist aber schon angesteckten Kinder mindestens 14 Tage die Schule oder den Kindergarten nicht besuchen, da innerhalb dieser Frist in der Regel die Krankheit zum Ausbruch kommt.

Ein günstiger Kräftezustand scheint den leichten komplikationslosen Krankheitsverlauf zu fördern. Daher ist es zweckmäßig, gefährdeten Kindern eine gute Hautpflege durch Bäder und Gewöhnung an Licht und Luft zuteil werden zu lassen und ihnen eine vitaminreiche Kost (Apfelsinen, Zitronensaft, Spinat usw.) zu reichen. Doch ist dabei jedes Uebermaß zu vermeiden. Auch während der Erkrankung soll man die Kinder nicht von Licht und Luft absperren; nur grelles Licht wird wegen des immer vorhandenen Bindehautkatarrhs unangenehm empfunden. Besonders gefährdete, schwächliche oder in Genesung von anderen Krankheiten befindliche Kinder können durch Schutzimpfung vor der Ansteckung behütet werden. Doch wird dies Verfahren bis jetzt nur in Ausnahmefällen angewendet, deren Auswahl dem behandelnden Arzt zu überlassen ist.

Von wesentlich geringerer Bedeutung sind die Windpocken, die nur in ganz seltenen Fällen ein ernstes Krankheitsbild darbieten. Trotzdem wird man besonders Kleinkinder durch peinliche Sauberkeit und durch Absonderung von den erkrankten vor der Ansteckung zu schützen suchen, um ihnen die wenn auch ungefährliche Schwächung des allgemeinen Kräftezustandes zu ersparen, die durch die häufig gestörte Nachtruhe eintreten kann.

—⊡—

Bedeutungsvolle Küsse

Ueber den Kuß, den man heutzutage im allgemeinen etwas leichtfertig anzuwenden gewohnt ist, dachte die Menschheit früherer Jahrhunderte, namentlich des Altertums, erheblich anders. Sokrates sagte z. B., es sei weit gefährlicher, einen Kuß in ein schönes Gesicht zu drücken, als den Spitzen blanker Schwerter entgegenzugehen. Schon daraus sieht man, daß ein Kuß damals eine weit schwerwiegendere Bedeutung, man möchte sagen: einen weit höheren Kurs hatte, sonst hätte auch Sokrates dem Kritobulus schwerlich raten können ein ganzes Jahr lang der Geküßten aus den Augen zu gehen, denn so viel Zeit werde wohl verfließen, um die mit dem Kusse zugefügte Beleidigung vergessen zu machen. Und dieses Rates scheint sich selbst noch im Jahre 1284 der Bischof von Speyer erinnert zu haben. Um jene Zeit nämlich hatte sich der schon etwas bejahrte Kaiser Rudolf zum zweiten Male, und zwar mit der jungen schönen Elisabeth von Burgund vermählt und wurde mit seiner jungen Gemahlin von jenem Bischof von Speyer empfangen. Der hochwürdige Herr aber wurde von dem Anblick der jungen schönen Frau so hingerissen, daß er, als er sie aus dem Wagen hob, sich nicht enthalten konnte, einen Kuß auf ihre Lippen zu drücken. Die junge Kaiserin war darüber so erbost, daß sie sich beim Kaiser beklagte; aber Herr Rudolf zeigte doch etwas wohlwollendes Verständnis für die Gefühle des Bischofs und ließ ihm nur sagen, „er möge in Zukunft sich die Lust vergehen lassen, sein Pacifikal zu küssen; könne er aber dergleichen Antrieben nicht widerstehen, so möge er sich eigenes anschaffen". Der geistliche Herr der in größere Ungelegenheiten zu geraten fürchtete, zog es jedoch vor, sich gänzlich zu entfernen, um der empfindlichen Fürstin für immer aus den Augen zu gehen.

Von einem Grafen zu Marseille wird erzählt, daß er — man schrieb das Jahr 1005 — über den ersten Kuß, den seine Braut ihm gewährte, so entzückt gewesen sei, daß er ihr dafür sogleich alle Lehen zum Geschenk machte die er in den Provinzen Südfrankreichs besaß.

Die Königin Margarethe ließ sich einst hinreißen, den gelehrten, später heilig gesprochenen Alanus, da sie ihn, als sie mit ihren Kammerfrauen vorüberging, schlafend fand, zu küssen, weil er so sehr gelehrt war, — ungeachtet er so häßlich war, daß man mit ihm hätte Kinder fürchten machen können. Allein viele Menschen, die nach Paris kamen, waren schon entzückt, ihn nur von fern gesehen zu haben, und so fühlte nur aus übergroßer Bewunderung die Königin sich dazu getrieben ihn zu küssen.

B. W.

—⊡—

Schmackhafte, einfache Speisen

Heringsbegräbnis.

Vier oder fünf genügend lang gewässerte Salzheringe werden sauber gewaschen, geputzt und in nicht zu kleine Würfel geschnitten. Die geschälten rohen Kartoffeln in Scheiben zerteilt. Zwei große Zwiebeln werden nun ebenfalls klein geschnitten, und in Fett weich gedämpft (Nicht braun werden lassen.) Nachdem man nun in einem Topf Butter oder anderes Fett heiß werden ließ, wird der Boden abwechselnd mit einer Lage Kartoffeln, einer Lage Zwiebeln und einer Schicht Hering belegt, bis alles Geschnittene aufgebraucht ist. Mit Salz vorsichtig sein da die Heringe genügend Salz abgeben. Pfeffer nach Belieben. Obenauf kommt ein gutes Stück Butter oder etwas saurer Rahm. Nun alles bei mäßigem Feuer oder auf der Asbestplatte langsam ziehen lassen. Ein sehr pikantes Mittag- oder Abendessen.

Pichelsteiner.

Je ein Teil Rind-, Schweine- und Kalbfleisch wird in kleine Würfel geschnitten und gesalzen und gepfeffert. Ein paar Mohrrüben einige Petersilienwurzeln, etwas Porre, etwas Sellerie werden auch in kleine Stücke bezw. in Scheiben geschnitten und wie beim vorhergehenden Rezept auch die rohen Kartoffeln. Dann wieder Fett im Topf heiß werden lassen und die Schichten wie folgt legen: Zuerst das Rindfleisch, dann Kartoffeln, dann die gemischten und gesalzenen Gemüse, darauf das Schweinefleisch, dann wieder Kartoffeln, Gemüse und zuletzt das Kalbfleisch, weil dieses am schnellsten weich wird. Kein Wasser hinzutun, weil der Inhalt genügend Saft zieht. Nicht zu starkes Feuer, damit es nicht ansetzt. Man kann das Ganze auch dann und wann vorsichtig umrühren.

Kokosnuß-Speise.

Acht große Aepfel, 1 Tasse Zucker, 4—6 Eßlöffel Wasser, 1 Zitrone, ½ Tasse Kokosflocken, 1 Tasse Schlagsahne. Man schält die Aepfel und sticht das Kernhaus heraus, setzt sie in eine Auflaufform nebeneinander und füllt sie mit Zucker und Zitronensaft und etwas abgeriebener Zitronenschale. Man dämpft sie langsam gar unter allmählichem Hinzufügen des Wassers, damit die Aepfel nicht anbrennen. Vor dem Anrichten garniert man sie mit Schlagsahne, unter welche die Kokosflocken gerührt werden.

—⊡—

Ratschläge und Winke

Lederstühle oder andre Ledermöbel „aufzufrischen".

Ledermöbel wirken elegant, wenn sie — in gutem Zustand sind, d. h. nicht verschrammt. Jahrelanger Gebrauch macht sie aber trotz aller Vorsicht unansehnlich, besonders in Haushalten, wo Kinder sind, die nur zu gern auf dem Leder herumrutschen.

Man kann solche mitgenommenen Möbelstücke gut „auf neu" herstellen, indem man sie entweder mit Bohnermasse (feste) oder — aber hier mit Vorsicht — mit Schuhcreme behandelt. Im letzteren Fall geht man vor wie bei Stiefeln; man reibt mit einem weichen Lappen die Schuhcreme ein und mit einem andern oder mit einer neuen Stiefelbürste tüchtig nach. Man muß nur in der Farbenwahl der Creme vorsichtig sich, nicht zu hell, nicht zu dunkel. Ein mehrmaliges überbürsten macht das Sofa oder was es sei, wie neu. Mit Bohnermasse verfährt man genau wie beim Fußbodenbohnern. Ratsam ist es natürlich, sich nicht gleich nach dem Auffrischen auf die Möbel zu setzen, sondern ein oder zwei Tage damit zu warten, da sonst leicht das Fett doch noch kleine Spuren an der Kleidung hinterläßt.

Hartkäse recht lange frisch zu erhalten.

Alle Hartkäsesorten, also Schweizer, Tilsiter und ähnlicher Käse schmeckt eigentlich nur gut, wenn er recht frisch ist. An den Schnittstellen wird er zumindest immer trocken, bei langsamem Verbrauch auch im ganzen. Man kann ihn aber tage- ja wochenlang frisch und wohlschmeckend haben, wenn man das betreffende Stück in frische Weißkohlblätter wickelt. Gute, große, rohe Weißkohlblätter (auch Wirsingkohl), legt man drei- oder vierfach um den Käse, schlägt ihn dann noch in festes Pergamentpapier und hebt ihn an kühlem Orte auf. Er bleibt frisch, ohne zu schimmeln.

Spiegel und Scheiben

lassen sich gut und vor allem schnell ohne viel Nachpolieren putzen, wenn man dazu einen mit verdünntem Salmiak getränkten Lappen nimmt. Man reibt tüchtig damit vor und mit einem trockenen Lappen nach. Sie erhalten schnell hohen Glanz und — sie behalten diesen Glanz auf diese Weise auch länger, als wenn sie mit klarem Wasser oder mit Seife geputzt worden sind.

ng.

Bettenreinigung — Bettenpflege

Die Lebensdauer der Betten hängt zum großen Teil von einer sorgfältigen Behandlung ab. Zu einer zweckmäßigen Behandlung gehören häufiges Lüften, Sonnen (nicht grelle Sonne) und in der Sonne aufschütteln. Die größten Feinde der Betten sind der Ausklopfer und der Staubsauger. Durch den Ausklopfer werden die Federn zerschlagen, verlieren an Füllkraft und zudem wird das Gewebe gelockert. Der Staubsauger dagegen zieht die feinen Federteilchen durch das Gewebe und so muß das Bett logischerweise undicht werden. Etwa alle zehn Jahre müssen die Betten gereinigt werden, am besten, einfachsten und billigsten durch die heute vorhandenen neuzeitlichen Reinigungsmaschinen. Hier werden die Federn gereinigt, alle verbrauchten Federn, Stoppeln, Kiele und sonstige schweren Teile automatisch entfernt. Durch heiße Dämpfe werden die Federn gewaschen, alle Lebewesen wie Motten, Milben usw. getötet und die älteste Feder erhält wieder Füllkraft.

Ein neuer Liebling der Mode. So nennt die Osternummer des Daheim (64. Jhrg. Nr. 28) das Jackenkleid des diesjähr. Frühlings und schreibt: „Im Gegensatz zum Mantelkomplett, das mit Vorliebe reich garniert und aus feinen Seidenstoffen, z. B. zu einem Kleid aus Krepp-Georgette mit Mantel aus dem gleichen schleierdünnen Material gefertigt wird, ist das Jackenkomplett stets im sportlichen Stil gehalten. Als Material kommen leichte sommerliche Gewebe — Wollpanama, Jersey, Papillon, Krepella, leichter Kasha — in Frage. Das Jäckchen ist gerade geschnitten, lose und meistens kragenlos. Der Kragen des Kleides wird über die Jacke gelegt. Die Jacke ist entweder überhaupt oder mit dem Stoff des Kleides gefüttert; ist dieser zu dick, kann man als Futter auch eine genau im Farbton passende leichte Seide verwenden. Sehr beliebt ist die Zusammenstellung von einfarbigem und gemustertem Stoff. Die Jacke wird mit Blenden aus dem Stoff des Kleides besetzt, das Kleid wiederum erhält eine Garnitur aus dem gemusterten Stoff. Diese Art der Jackenkleider eignet sich gut zur Verarbeitung älterer Garderobenstücke, wobei die Kunst lediglich darin besteht, zu dem vorhandenen alten einen geeigneten neuen Stoff zu finden."

Verantwortlich: H. Semmelmann, Altena
Druck und Verlag: P. A. Sanz, Altena.

Frauen-Zeitung

Beilage zum Altenaer Kreisblatt zugleich Neuenrader Zeitung

Nr. 15 Altena, den 11. April 1928

Zur Eherechtsreform

Von P. Wild.

„Das Köstlichste aber am Leben ist die Liebe." Die Eherechtsreform, die den neuen Reichstag beschäftigen wird, verlangt, daß wir Frauen uns mit ihrem Inhalt und mit dem Kurs ihrer Schöpfer vor der Wahl vertraut machen.

Die Reform verlangt, als Anpassung an die veränderten Zeitverhältnisse und Rechtsstellung der Frau grundlegend die gesetzlich festgelegte vollständige Gleichberechtigung beider Eheleute. Die Anhänger der Reform sehen in den heutigen Rechtsverhältnissen eine Minderbewertung und Benachteiligung der Frau, die zeitgemäß gewandelt werden soll. Juristisch ausgedrückt heißt es: „die Umwandlung des herrschaftlichen Aufbaus der Ehe zu einem genossenschaftlichen Aufbau" ist erforderlich.

Die Reformbedürftigkeit des Eherechts soll hier nicht berührt werden, doch ein andres. Wer tritt für diese Reformierung ein? Wer kennt das heutige Eherecht, wer nimmt es in Anspruch? Bei Gelegenheit einer Diskussion nach einem Vortrag über das neue Eherecht ergab sich aus der Fragestellung der Fragerinnen, die durchweg den fortschrittlichen Frauenkreisen angehörten, eine Unkenntnis des heutigen Rechtes, die in diesem Kreise verblüffend wirkte. Aus dieser Ueberraschung ergab sich die logische Folgerung, mit welchem Recht können sich diese Frauen für die Reform des ihnen tatsächlich „unbekannten" Eherechts einsetzen? Kann auf solch schwankender Grundlage ein Besseres entstehen? Oder empfinden weite Kreise es als fortschrittliche staatsbürgerliche Pflicht, das Neue um des Neuen willen zu befürworten: Kämpft die glücklich verheiratete Ehefrau für die Besserung ihrer Eherechte durch vermehrte Gesetze? Kämpft die unverheiratete Frau (meist beruflich tätig), durch organischen Umbau toter Gesetze wirksam für den Aufbau der Ehe? Versucht die unglücklich verheiratete Frau durch den Stacheldraht neuer Gesetze das Eheglück zu sichern?

Lassen sich die Mißstände, die es zweifellos gibt, denn jedes materielle Recht ist reformbedürftig, durch theoretische Wortkunst auch der Praxis des wirklichen Ehelebens überhaupt dienstbar machen? Wohin führt die Umwertung der ideellen Gemeinschaft in eine materielle „Genossenschaft"?

Die ernsten Fragen setzen vor allem das Verständnis für den jetzigen Rechtszustand voraus. Ueber unser Vaterland hat die Nachkriegszeit eine wahre gesetzliche Verbesserungsflut geworfen — mit welchem Erfolg? Ich erinnere nur an die Unmoral der Steuerbegriffe durch die Steuergesetzgebung. Es gibt Dinge, die viel feiner organisiert sind, als daß sie die Zwangsjacke von Paragraphen ertragen können. Sicherlich birgt auch die wahre Ehe einen Teil solcher Mimosenschönheit und Empfindlichkeit . . . und in ihm ihren tiefsten Wert. Sicherlich gibt es in jeder Ehe lichte und dunkle Stunden, doch das Verbindende und Bleibende ist kein Gesetz, sondern die Liebe.

Vielleicht ist das unmodern gedacht. Doch keiner soll die Kraft wahrer Liebe unterschätzen.

Wir fragen uns, woran scheitern heute so viele Ehen? Sind nicht viele von ihnen unter falscher Voraussetzung geschlossen? Betrachten nicht viele die Ehe rein als Selbstzweck, während sie doch mehr, nämlich Volkszweck ist? Wer das nicht beachtet, verneint damit im voraus den ideellen Wert der Ehe. Wie leichtsinnig heute die Ehe vielfach betrachtet wird, davon ein Beispiel. Es war in der Sommerfrische. Die Tochter einer bekannten Dame lernte dort einen jungen Mann kennen. Ein paar Tage später sprach die Mutter die Hoffnung aus, daß sich ihre Tochter mit dem Fremden verheiraten möchte. Der Einwurf, daß die junge Leute sich doch nur flüchtig kennengelernt haben, wurde mit folgender Antwort abgewehrt: „Sie können sich in der Ehe kennenlernen . . . und wenn sie nicht zusammen harmonieren, — scheidenlassen ist heute nicht schwierig."

Eine offne Frage. Sollte die Reformbedürftigkeit der Ehe und des Eherechtes nicht mit der Veredlung der Erziehung zur Ehe beginnen? Sollte nicht eine Rationalisierung des Pflichtbewußtseins zur Ehe die erste Voraussetzung einer Reformierung sein? Darum sollten sich alle Frauen, auch die glücklich verheirateten, mit der Materie des jetzigen und des kommenden Rechts vertraut machen und Einstellung zu ihm nehmen, nicht als blinde Mitläufer, sondern als positive Mitarbeiter.

Wird die in „eine Genossenschaft" umgewandelte Ehegemeinschaft das erfüllen, was von ihr erhofft wird: Besserung der Eheverhältnisse? Wird nicht . . . im Zeitalter der Sachlichkeit, die Frau als Paragraphenlehrling in die Ehe treten . . . und ein gegenseitiges Hadern um das Recht die Ehe noch mehr zersetzen? Wie jede Gemeinschaft verlangt, auch die Ehe gegenseitige Konzessionen, die von höherer Warte als dem nüchternen Rechtsstandpunkt aus überwunden werden müssen.

Mögen die finanziellen Belange den veränderten Zeitverhältnissen angepaßt werden und nach Möglichkeit persönlicher Willkür des Einzelnen entzogen werden. Wir sollen mit der Zustimmung zu Gesetzen, die uns Frauen angehen, behutsam umgehen. Wir sollen unter Umgehung des Staatlichen eine ehrliche offene Selbstprüfung beider Teile fordern; nur wenn die Lebensanschauung in sittlicher, ethischer, moralischer Hinsicht —, wenn die Gesundheit beider Teile eine gesunde Zukunft verbürgt, wenn die finanzielle Sicherung vorhanden ist, kann von einer gesunden Grundlage der Ehe gesprochen werden. Wo solche Zukunftsmöglichkeit nicht gegeben ist, soll die Frau die Kraft aufbringen, zu entsagen, wie Ibsens Schwanhild, die zu Falk sagt:

„Dir Frau zu sein ward mir nicht Kraft gegeben — —
Es wäre nutzlos, wenn ich's mir verhehlte
Die Lieb' als heitres Spiel, das konnt ich wagen,
Doch käm ihr Ernst, ich würde bald entsagen."

—⊡—

Mutter gib Acht!

Das erste Schuljahr als Gefahrenquelle.

Von Walter Schumann.

Wenn ein Kind zur Schule kommt, beginnt nicht nur für den kleinen Abc-Schützen ein neuer Lebensabschnitt, sondern auch den Eltern, namentlich der Mutter erwachsen neue Aufgaben und Pflichten. Zum ersten Male im Leben muß das Kind fremden Einflüssen überlassen werden. Da ist es erste Pflicht der Mutter, dem Erzieher, dem Lehrer ihres Kindes volles Vertrauen entgegenzubringen, denn er ist es, der in gewisser Beziehung für die Zukunft seiner Zöglinge moralisch verantwortlich ist. Nur in den seltensten Fällen gibt es Ungerechtigkeiten der Lehrer. Erziehungsmethoden, die von der Mutter als falsch bezeichnet werden, sind in neunundneunzig von hundert Fällen auf die eigene Schuld zurückzuführen. Mit der Verzärtelung des Nesthäkchens macht die Schule ein Ende, um aus dem verwöhnten, unselbständigen, nicht selten eigensinnigen Kinde einen Menschen zu machen, der sich fremdem Willen unterzuordnen versteht, im übrigen aber zu selbständigem Handeln die Kraft in sich fühlt. Es darf nicht die einzige Aufgabe der Mutter sein, die Schularbeiten der Kinder zu beaufsichtigen, sie muß auch dann und wann einmal persönliche Rücksprache mit dem Lehrer nehmen, um sich ein Urteil über die pädagogische Erziehung bilden zu können. Dann wird sie auch den oft stimmungsvoll gefärbten Berichten ihres Sprößlings nicht blindlings Glauben schenken. Das Elternhaus muß sich zur zweiten Schule gestalten, das zum Wohle des Kindes die Bestrebungen der Lehrer unterstützt. Mütter, die die Erziehung durch die Schule zu sabotieren versuchen, werden eine schwere Gefahr heraufbeschwören, die den Kindern schweren Schaden bringt und den Eltern ein sorgenvolles Alter bereitet.

Eine andere Gefahr, die die größte Wachsamkeit der Mutter verlangt, erwächst dem Kinde in seiner neuen Umgebung. Schließt sich die Augen, so kann sie es erleben, daß ihr das Kind langsam entgleitet. Die vom kleinen Sprößling auserkorenen Freunde lasse man sich auf jeden Falle persönlich vorführen; denn diese Knirpse entwickeln oft einen recht selbständigen Geschmack. Man erkundige sich nach Eltern und Geschwistern der Kleinen, beobachte sie auch manchmal auf dem Schulweg und beim Spiel. Will sich die Mutter das Vertrauen ihrer Kinder erhalten, muß sie über deren Freunde unterrichtet sein und mitreden können. Dann gehört sie selbst zum Freundschaftsbund, wird eingeweiht und erfährt dabei, was die Gemüter dieser jungen Wesen bewegt.

Bedingung ist es auch, daß die Mutter an den Vorgängen in der Schule teilnimmt. Wenn sie die willkommene Gelegenheit benutzt, vergessene Schulkenntnisse wieder aufzufrischen, wird sie der Gefahr entgehen, infolge Unwissenheit, den Respekt ihrer Kinder zu verlieren. Ein ungeheurer Aufgabenkreis erwächst jeder Mutter, wenn sie ein Kind zur Schule schickt. Mehr denn je ist es erforderlich, daß sich die Mutter die gesagten Dinge angelegen sein läßt. Wir leben in einer Zeit jugendlicher Aufklärung, die, wird sie in falsche Bahnen gelenkt oder mangelhaft überwacht, die Kinder leicht auf Irrwege leiten kann. Möge darum jede Mutter zur Wächterin der Seele ihres Kindes werden.

—⊡—

Frühjahrskuren

Von Hasso Knauer-Wien.

Frühling ist da! Ueberall spüren wirs mit hellem Entzücken. Die Schneeglöckchen lugen aus ihren Verstecken hervor. Die Vögel machen ihre Stimmlein klar, die Sträucher haben ihren braunen Schleier abgetan — überall ein Drängen, ein Schwellen, überall Erdgeruch und die selige Botschaft vom Werden, vom Auferstehen! Die griesgrämigsten Geschöpfe spürens in den Gliedern und werden einigermaßen erträglich und die anderen, die lebensfrohen, wissen vor Uebermut und Lust nicht, wohin. Kinderjubel heißt den Lenz willkommen und die Alten durchschleicht eine leise, stille Wehmut und ein törichtes Verlangen, noch einmal mitzutun, noch einmal jung zu sein.

Gibts denn heute überhaupt alte Menschen? Ist und bleibt nicht jeder jung? Und wenn mans nicht ist, so — tut man doch wenigstens so und wem das schwer fällt, der hilft eben ein wenig nach; denn niemals zuvor boten sich ihm wohl so viele Gelegenheiten, so viele Möglichkeiten dazu, wie in unserer Zeit.

Unter diesen Möglichkeiten sind gewiß nicht die schlechtesten die — Frühjahrskuren, darum seien einmal hier die Vorzüge beleuchtet.

Wo fangen sie an und wo hören sie auf? Beinahe jeden Monat hört oder liest man von einer neuen Kur, die den Menschen vor dem Alter und vor dem Altern bewahren soll.

Fangen wir bei den ernsthaften, d. h., bei den wirklich erprobten und bewährten an. Da sind in erster Linie die Brunnenkuren, die seit Jahrzehnten und Jahrhunderten von den Aerzten verordnet werden und schon Unzählb

Nr. 86

Erscheint täg
Sonderbeil
Sport-Rad
Heimat un
Süderland
Anzeigen-Ta

Geschä

Glo

WTB
In heute fr
beharrte

Die Ei

WTB
des Luft
des Kre
statt. Die
Kardinal
wesenheit
nommen.
kurze Ans
Gruß un
stes. Auße
als der Mu
was hat Ge
nach dem

Grü

TU Bre
Bremer Pa
land" geto
Mittag ein
den Ufern
kurze eing
Von Brem
Dampfer
Abend mod
fen fest, ro
scheinen
vom Brem
begrüßt wi

WTB
Lückner, d
gestaltete
weiterstäbe
zahlreiche
Zujubel
Hohentors-
liches mad
an dem sic
funden hat
melten sich
Dr. Schüs
Staatsrat
hielten.

Herau
danke Ihn
der mir bi
worden ist
men verla
gewußt, w
mir werde
gewinnen.

Der K

Lächt
Ladung
Herzen
dung, die

Eine Lüge

Skizze von Wolfgang Federau

Als Alice langsam über die große Promenade im Südpark ging, kam ihr plötzlich Herbert Kempf entgegen. Sie stutzten beide; Alice wurde sehr rot und sah doch zugleich wie auch Herbert sich verfärbte. Das Blut floh aus seinen gebräunten Wangen, und für einen Augenblick sah er fast grau aus. Im nächsten Augenblick hatte er sich gefaßt und ging mit heiterer Miene auf Alice zu, reichte ihr herzlich und unbefangen die Hand. „Welche Freude, Sie so unerwartet zu treffen, Alice — liebe Frau Alice," sagte er, während er ihr die Hand schüttelte.

„Wirklich ein seltsamer Zufall," erwiderte sie und spürte ein beklemmendes Gefühl im Herzen, das sie ängstigte und doch mit einer seligen Freude erfüllte. „Ich gehe hier so ganz ziellos ein bißchen spazieren, und plötzlich stehen Sie vor mir — wo ich Sie doch irgendwo im Herzen Afrikas vermute, viele tausend Meilen weit von hier."

„Ich war in Afrika," meinte er lächelnd. „Habe mich nur für ein paar Monate beurlaubt, um einen Blick auf die alte Heimat zu werfen. Sie wissen ja — dies deutsche Heimweh ist eine Gemütskrankheit, die niemanden verschont, der im Auslande leben muß. Ich fahre übrigens in acht Tagen wieder hinüber nach dem schwarzen Erdteil."

Sie schlenderten an dem Schwanenteich entlang. Hier gab es um diese späte Nachmittagsstunde nur noch wenige Spaziergänger.

„Sind Sie denn wirklich gezwungen, im Ausland zu leben?" fragte Alice aufs Geratewohl. Ihr war es mit einem Male, als wäre die ganze Zeit, seit sie Herbert zuletzt gesehen, spurlos wie ein Traum an ihr vorübergeglitten.

„Ob ich mußte?" nahm Herbert die Worte auf. „Gerade Sie, Alice, sollten mich nicht danach fragen." Er musterte sie von der Seite; ihre Brust atmete unruhig.

„Verzeihen Sie die Frage, Herbert." Sie tastete nach seiner Hand; der Mann tat, als hätte er nichts bemerkt.

„Wie schön Sie geworden sind in diesen vier Jahren," meinte er, nun schon ganz wieder in seiner alten, munteren Tonart. „Nicht weich werden," dachte er dabei, und laut fügte er hinzu: „Fast noch schöner als einst."

„Ich kann das Kompliment," erwiderte sie ihn lächelnd musternd, „ohne zu lügen zurückgeben. Die afrikanische Sonne scheint Ihnen gut zu bekommen. Sie sehen männlich aus."

„Männlich?" fragte er. „Ja, Sie haben recht ich war es vielleicht früher zu wenig. Sonst . . sonst hätte ich mir nicht so leicht mein Glück nehmen lassen."

„Bitte, bitte," unterbrach ihn Alice hastig, „sprechen Sie nicht weiter. Es ist alles vorbei. Warum sollen wir von dem Vergangenen sprechen? Wo sich doch nichts mehr ändern läßt. Mein Vater . . ."

„Ich weiß," sagte Herbert mit leiser Bitterkeit in der Stimme, während sie deutlich merkte, wie aufsteigende Tränen ihre Augen verdunkelten.

„Darf ich erfahren, wie Sie mit Ihrem Leben zufrieden sind? Wurden Sie glücklich?"

Es entstand eine lange Pause, bis Alice endlich, ruhig und bestimmt, „Ja!" sagte. Und weiter, mit einer leisen, aber sehr festen Stimme: „Wenn glücklich sein soviel bedeutet wie: nicht unglücklich sein, dann — bin ich wirklich ganz glücklich."

Herbert Kempf nagte an der Unterlippe. Eine gute Weile gingen beide schweigend nebeneinander den Uferweg entlang. Endlich glaubte Alice noch etwas sagen zu müssen: „Jürgen", meinte sie zögernd, nach Worten suchend. „Jürgen ist übrigens zu Hause. Ich weiß nicht, ob Sie bitten darf, uns aufzusuchen. Jedenfalls würde sich mein Mann aufrichtig — freuen."

„Nein, nein," erwiderte Herbert aufgeregt. „Das geht nicht, das geht auf keinen Fall."

„Ist Ihre Zeit denn so sehr in Anspruch genommen?"

„Meine Zeit?" Jetzt versuchte er wieder zu lächeln in jener jungenhaften Art, die sie so sehr an ihm liebte. „Meine Zeit? Nein! Ich bin von Natur ein wenig zum Neid veranlagt und es wäre mir nicht ganz angenehm, aus nächster Nähe sehen zu müssen, wie . . glücklich Jürgen ist."

Sie erwiderte nichts — da griff er nochmals nach ihrer Hand: „Aber eine Freude könnten Sie mir doch machen, Alice. Sehen Sie, ich reise nun bald wieder ab, und es ist möglich sogar wahrscheinlich, daß wir uns nie wiedersehen. Lassen Sie mich, bitte, diesen letzten Abend an Ihrer Seite verbringen. Wir werden irgendwo essen, alte Erinnerungen austauschen, und ich bringe Sie sicher und unbehelligt nach Hause."

Alice erschrak, eigentlich trug sie Bedenken fürchtete sich fast. Es war nicht recht, was sie da tun sollte. Bestimmt nicht. Aber ihr Herz klopfte unruhig und wild, sie sah das flehende Gesicht ihrer Jugendliebe, und sie nickte Gewährung.

Man aß sehr nett im Restaurant und plauderte über vergangene und gegenwärtige Dinge. Schließlich fragte Herbert sie über ihre Ehe aus. Es schien, daß eine quälende Neugier ihn reizte, eigene Wunden immer aufs neue aufzureißen.

„Er ist sehr lieb zu mir, wirklich, ich kann mich nicht beklagen. Nur eifersüchtig — fast krankhaft eifersüchtig. Wenn er wüßte, daß wir hier zusammen sitzen . . Ich darf es ihm niemals sagen . . ."

Spät am Abend trennten sie sich. Alice verbat sich Herberts Begleitung; sie wollte alles vermeiden, was zu einer Entdeckung ihres Zusammenseins führen könnte. Aber als das Auto vorfuhr, als sie sein zuckendes Gesicht sah, bog sie ihr schönes Haupt heraus, und im Schutz der Dunkelheit küßte er ihre blühenden Lippen, ein einziges Mal. — —

. . . Jürgen hatte mit dem Abendessen gewartet. „Du kommst spät, meine Liebe, und siehst so aufgeregt aus. — Was ist denn geschehen?"

Sie sah, wie er sich bemühte, gleichgültig zu erscheinen. Das war der Augenblick, den sie fürchtete. „Ich muß lügen," dachte sie, „sonst schlägt er mich tot. Er ist sinnlos, wenn ihn die Eifersucht überwältigt."

Und deshalb langsam, stockend: „Ich war zu Hause, bei den Eltern. Mutter geht es nicht gut. Der Arzt war vormittags da, kam nachmittags nochmals, er machte ein so besorgtes Gesicht. Sie ist ja schon alt und schwächlich. Verträgt nicht mehr viel."

Sie hätte wohl noch so weiter gesprochen, nur um ihre Stimme zu hören, um Zeit zu gewinnen. Wenn er ahnte, um des Himmels willen! Ihr Herz flatterte. Aber dann sah sie sein Gesicht, ein kaum merkbares Lächeln.

„Um des Himmels willen, er glaubt mir nicht." dachte sie. Ihre Stimme überschlug sich, sie weinte fast. „Wirklich, es geht Mutter sehr, sehr schlecht. Ich fürchte . . . sie wird sterben."

Spott, harter und grausamer Spott stand in den Augen des Mannes. „Wollen gleich mal nachfragen," sagte er, „Du siehst sicher zu schwarz." — Er griff nach dem Telephon. Alice hielt sich an der Tischkante fest, ihre Knie zitterten, Angst würgte in ihrer Kehle.

„Vater, Du? . . . Ich wollte mich nur erkundigen, wie es Mutter geht. Alice sagt . . Was? . . . Ge . . .? Gestorben? Eben . . .?

Der Hörer entfiel seiner Hand. Er wandte sich um; Alice stand da wie ein Gespenst, bleich und still, mit grauenhaft weit geöffneten Augen.

Er hatte gerade noch Zeit, sie in seinen Armen aufzufangen, ehe sie mit einem schweren, entsetzlichen Stöhnen zusammensank wie eine Tote.

---

gen Heilung oder doch Besserung brachten. Den Erfolg einer Brunnenkur anzuzweifeln, wäre ebenso töricht, als wollte man die gesamte ärztliche Wissenschaft widerlegen. All die schweren inneren Leiden, ob sie nun Herz, Nieren, Leber, Magen oder was sonst betreffen, werden durch eine energisch durchgeführte Brunnenkur (welcher Brunnen für das einzelne Leiden in Frage kommt, darüber bestimmt der Arzt), zweifellos aufgehalten, resp. zurückgedämmt. Das Wertvollste ist aber, daß jeder, dem sich früher eine Kur aus pekuniären Rücksichten verboten hatte, heute in der Lage ist, sie durchzumachen. Gibt es doch heute die Brunnen überall in reinster Form erhältlich in Flaschen, so daß also auch daheim, ohne die Unkosten der Reise und der teuren Nebenspesen einer dortigen Verpflegung, eine ganz gleichwertige Kur gebraucht werden kann. Bedingung für eine Brunnenkur ist auf jeden Fall die vorher eingeholte Erlaubnis eines Arztes. Es kommt nicht nur auf die richtige Wahl des Brunnens, sondern auch darauf an, daß der Körper, der auf jeden Fall durch solche Kur angegriffen wird, diese auch aushält. Ebenso muß vor einer Uebertreibung der Kur gewarnt werden, bei der nur allzu leicht irgend ein Körperorgan geschädigt werden kann.

Außer diesen weithin bekannten Brunnenkuren gibt es solche Frühjahrskuren, die sich speziell darauf beschränken, die Körpersäfte aufzubessern, den Stoffwechsel zu heben. Da ist die Zitronen-, die Knoblauch-, die Salat-, die Gurkenkur und die sehr beliebte und durchaus zu empfehlende Joghurt- und Kefirkur. Vor der Zitronenkur sei besonders gewarnt, sie darf nur unter ärztlicher Beobachtung geschehen, kann aber recht gute Erfolge haben. Die Knoblauchkur hat den Nachteil, daß der unangenehme Geruch während der ganzen Kurzeit sich recht häßlich bemerkbar macht, weniger dem Patienten, als dessen Umgebung.

Salat- und Gurkenkuren dagegen können ohne Bedenken von jedermann angewandt werden, sie schädigen keine Organe, reinigen aber den Körper von allen Schlacken und Unrat. Neben diesen gibt es die Kuren der verschiedenen Kräuter und Teesorten. Es würde zu weit führen, sie alle aufzuzählen. Erwähnt sei noch von diesen, daß auch sie mit denkbarer Vorsicht zu gebrauchen sind; nicht zu lange Zeit hindurch und, wenn der Körper sich geschwächt fühlt, mit Unterbrechungen oder unter ärztlicher Beobachtung. Wo die Frühjahrskuren zugleich den Zweck der Entfettung haben, ist stets das Herz zu kontrollieren, da hier oftmals schwere Störungen auftreten, die, wenn sie unberücksichtigt bleiben, zum Schlimmsten führen können. Die unzähligen Verjüngungskuren, die heute wie Pilze aus der Erde wachsen und oft nur den einen Vorzug haben, daß sie demjenigen helfen, der sie erfindet, verdienen nicht, erwähnt zu werden. Wenn sie sich immer wieder durchzusetzen vermögen, so liegt das wohl daran, daß bei Tausenden immer doch noch die Suggestion hier eine große Rolle spielt. Sie haben im übrigen mit den sogenannten Frühjahrskuren auch kaum etwas zu tun.

Wie kommt es nun, daß man gerade im Frühjahr solche Kuren unternimmt oder sie doch dann für am zweckmäßigsten hält?

Diese Frage ist leicht beantwortet. Wie sich im Frühling die ganze Natur erneuert, so muß auch der menschliche Organismus eine Generalreinigung erfahren und die Zeit hierfür ist das Frühjahr. Spürt doch der Mensch das am besten selbst. So ist es durchaus nicht Willkür, wenn wir die Zeit der Kuren ins Frühjahr verlegen, sondern das Gesetz hierfür vorschreibt uns die Natur selber vor. Sicherlich werden in dieser Zeit alle Kuren am wirksamsten sein. Ein zu langes Hinausdehnen würde im übrigen ganz und gar nicht einen gründlichen Heilerfolg nach sich ziehen, sondern solchen eher in Frage stellen. Darum auch die Zeit bei solcher Kur genau innegehalten, wenn man einen Erfolg sehen will.

Zusammenfassend sei noch einmal betont, daß diese Frühjahrskuren also nichts mit Eitelkeit oder Verjüngungssucht zu tun haben; daß sie durchaus ein ernst zu nehmendes Kapitel bilden, d. h. daß es das Recht, ja, mehr, daß es die Pflicht jedes denkenden Menschen ist, sich ihnen bei Bedarf zu unterziehen.

—⊙—

Hauswirtschaftliche Plauderei

Wenn der Herr Sommer wüßte, daß ihm der kecke junge Knabe Lenz alle Pointen vorwegnimmt! Und sich noch dazu mit ganz fremden Federn schmückt! Denn wir wissen doch alle, daß er sich Gemüse und Früchte, den schönen Escarolsalat zum Beispiel, der ein breitblättriger Bruder der krausgelockten Endivie ist, und die rotwangigen, die wachsgrünen Aepfel, die runden, kleinen Tomaten aus südlicheren Ländern kommen läßt. Er kann uns doch nichts vormachen! Aber es ist doch nett von ihm, daß er so besorgt um unser leibliches Wohl ist. Was bringt er uns für Mengen von preiswerten Fischen — sogar Flußfischen, die wir nur von weitem sonst anzusehen wagten, weil ihre nähere Bekanntschaft zuviel Geld gekostet hätte. Früher fand man den Hecht oft im Fleisch zu trocken — wie der Fuchs die Trauben auch als zu sauer verschmähte. Jetzt gewinnt mit jeder Stufe, die er auf der Preisleiter herunterkleine Zwiebel muß in Fett schwitzen, bis sie glasig-durchsichtig erscheint. Mehl wird dazugerührt, bis es hellgelb ist und man es mit Fischwasser „aufziehen" kann. Auch eine kleine Tasse Milch gehört dazu. Die sämige Soße wird mit einem Eigelb verbessert, mit Kapern aufgewertet, und wenn sie recht pikant ist gießt man sie über die Heringstücke, zu denen man abgekochte Kartoffeln und gemischten Salat reicht. Besonders für Tomatensalat hat der gekochte Hering eine Schwäche. Gönnen wir sie ihm!

A. R.

—⊙—

Jeden Tag Obst her!

Von A. J. R.

Als eine sehr schöne Amerikanerin, die in Deutschland lebt, gefragt wurde, welchem fabelhaften Schönheitsmittel sie ihre köstliche Pfirsichhaut zu verdanken habe, führte sie ihre Besucherin lachend in eine Kammer, in der ihre Obstvorräte der Vertilgung entgegenharrten. „Viel Schlaf und sehr viel Aepfel ist mein Geheimrezept, das ich nun zum Nutzen meiner Mitschwestern preisgebe."

Sie hatte aber auch das Geheimnis ergründet, die Früchte in tausend und einer Gestalt auf den Tisch zu bringen. An einem Tag hatten die Birnen, geschmort in Zucker, sich in einen Schokoladenmantel gehüllt, am nächsten bildeten sie einen Kranz um den Milchreis mit Vanille. Auch die Aepfel waren nicht dazu verdammt, immer als Apfelmus zu erscheinen, oder als Aepfel im Schlafrock den Gipfel der Abwechselung zu erklimmen.

Eine Apfelschichtspeise wird bei festlichen Gelegenheiten der Hausfrau viel „Ah's und Oh's" und schmunzelnde Mienen eintragen. Große, weinsäuerliche mürbe Aepfel werden geschält und in Scheiben geschnitten, aus denen man das Kernhaus aussticht. Die Scheiben legt man, dick mit Vanillezucker bestreut, in eine Schale zuunterst und deckt sie mit einem Keksdoppelblatt zu. In dem Keksspärchen verbirgt sich gute Marmelade, die nicht zu dünn aufgestrichen sein soll. Wieder Aepfel, wieder Keks.

Darüber wird eine Creme gefüllt. Auf ganz gelindem Feuer schlägt man eine Mischung von 50 Gramm Zucker, 25 Gramm Mehl oder Mondamin, zwei Dotter, Vanille und ¼ Liter guter Milch, bis sie ganz rundlich ist, rührt den steif geschlagenen Eischnee darunter und hüllt die unteren Schichten mit der Creme ein. Feingehackte Walnüsse streut man über das Ganze, und wenn man sehr üppig aufgelegt ist, noch geriebene Schokolade.

Die warmen Apfelspeisen sind sehr aromatisch, wie überhaupt kaum eine Frucht sich so vorteilhaft durch den Kochprozeß entfaltet, wie der Apfel, namentlich der deutsche Apfel. Den Apfelbettelmann kann man sich blond von Weißbrot oder brünett von Schwarzbrot herstellen. Blond: In Eiermilch geweichte Scheiben von Einback (weicher Zwieback) legt man in eine gebutterte Auflaufform und deckt mit sehr freigiebiger Hand Apfelspalten und Korinthen darüber. Den Beschluß machen Einbackscheiben, die mit Butterflöckchen dicht überschneit werden. Diese etwas weichliche Geschmacksrichtung kann man durch einen Spritzer Rum auf die Aepfel herzhafter machen.

Mit Schwarzbrot erreicht man diese Note schneller. Zweifingerhoch schichtet man in die gebutterte Form gut mit Zucker, Zimt und gestoßenen Nelken vermischtes, geriebenes Schwarzbrot, auch Pumpernickelreste. Das Brot wurde vorher mit Milch geschmeidig gemacht. Nun die Lage feingehobelter Aepfel, dann Zucker, Brot, Aepfel und so weiter, bis die Form gefüllt ist.

Ein Obstsalat aus Aepfeln und anderen rohen Früchten sollte immer mit geriebenen Nüssen überstreut werden, wenn man Wert auf große Nahrhaftigkeit legt. Wenig Wassergehalt (7 Prozent) zeichnet sie aus. Fett, Eiweiß, Kohlenhydrate sind in ungewöhnlichen Mengen in ihnen enthalten, Phosphor, die Gehirnnahrung, ist ebenfalls vorhanden, so daß Nüsse zu den vollkommensten Nahrungsmitteln zu zählen sind, die Mutter Natur uns spendet.

In dieser Richtung sollte das Forschertum der neuzeitlichen Hausfrau sich gar nicht genug tun können. Die Forderung: Obst her! wird sie zu immer neuen Zusammensetzungen anlocken. Und lachende Frische, strahlende Gesundheit wird ihr köstlicher Lohn sein.

—⊙—

Der Verräter

Eine Indiskretion von Horst Bendler.

Sitze ich da neulich in einem Weinlokal bei Jazzmusik und dem — obligatorischen Tanzbetrieb. Wie man so mitten im Schlendern plötzlich sich wiederfindet, ohne daß man dieses Ziel eigentlich beabsichtigt hat.

Ich bin leidenschaftlicher Nichttänzer, daher empfinde ich sofort die Kluft, die zwischen den Anwesenden hier und meiner Person liegt. Zwei grundverschiedene Welten. Aber es hilft nichts, ich bin nun einmal im Saal und kann unmöglich wieder fortgehen. Ich schlängele mich also mit der Ungeschicklichkeit, wie sie einem Nichttänzer eigen, durch die Reihen der Tanzenden und spähe nach einem stillen Winkel, wo ich wenigstens ein wenig dem Getriebe entronnen bin. Halt — da, ich habe eine Nische entdeckt, die — tatsächlich noch keinen Liebhaber gefunden zu haben scheint. Merkwürdig . . doch was sage ich, garnicht merkwürdig ist das. Wer außer mir sollte denn auch solch ausgefallenes Interesse haben — hier — hier als gänzlich Unbeteiligter einige Stunden in völliger Passivität zu verbringen?

Ein wenig ausgeföhnt mit meinem Geschick studiere ich die Weinkarte. Aber mein Winkel muß in der Tat ein recht verborgener sein, denn es dauert eine Viertelstunde, bis mich der Ober aufgespürt hat. Ich konstatiere drei Minuten später wieder, was ich des öfteren bei mir festgestellt habe, daß nämlich Gott Bachus mir sicherlich näher verwandt sein muß als die holdselige Terpsichore. In diesem Sinne proste ich mir selber zu und lasse meine Blicke etwas verloren über die schiebenden, stoßenden und zitternden Paare schweifen. Plötzlich werde ich abgelenkt durch ein Etwas. Schräg über mir in einer Wandhälfte bewegt es sich. Ich bin doch ganz allein, was ist das? — Aha! — Ich begreife. Dort drüben hängt ein Spiegel, nicht einmal klein ist er, aber ich habe ihn bisher übersehen. Erst jetzt werde ich aufmerksam, denn er spiegelt etwas wieder; ein Köpfchen, reizend genug, um mich zu fesseln. Hin und her neigt es sich, mit unnachahmlicher Grazie, kokett schiebt ein winziges Händchen rechts ein Löckchen zurecht, zupft links eine Haarwelle hervor, — dann wieder das zierliche Neigen und Nicken des Hauptes — äußerst interessant das alles, wirklich! Und das Interessanteste, daß ich der stille Zuschauer bin, von dem das entzückende Mädel, zu dem das Köpfchen gehört, keine Ahnung hat. Ich sehe und — werde selbst nicht gesehen. Niemand scheint meine Existenz auch nur zu vermuten. — Der Tanz ist zu Ende. Während noch die aufreizenden Klänge der Jazz in meinem Ohr rebellieren, werde ich aufs Neue abgelenkt: Aehnlich wie vorhin beginnt mein Spiegel zu „leben", nur daß es diesmal zwei, drei Mädel sind, die — scheinbar die Pause dazu benutzen, um ihre Bubi-, Eton- oder Buschelköpfe in die nötige Form zurückzubringen. Jedes dieser Mädchen scheint auf das Heftigste mit sich selbst beschäftigt und darüber die Gegenwart der andern völlig zu vergessen. Ich beginne, die Sache von einem anderen Gesichtspunkte aus zu betrachten. Es ist das plötzlich für mich nicht mehr Spielerei, es ist Wirklichkeit, Leben, bitterer Ernst. Denn ich fange an, zu begreifen, daß es für die Frau nichts ernsthafteres gibt als — den Spiegel. Jede feinste Regung ihres Innern kann ich hier wahrnehmen, ihr selbst unbewußt, aber darum gerade so überaus wahr und lebensecht. Ich vergesse Wein, Musik, Glanz, Raum und Zeit. Ich studiere. Und ich komme zu der Erkenntnis, daß — wenigstens bei Frauen die Behauptung gelten darf: Sage mir, wie sie mit ihrem Spiegelbild umgeht, und ich will dir sagen, wer sie ist. — Wenn man Frauen studieren will, so sollte man sie dort studieren, vielleicht sind sie niemals so wahr, wie hier! — Es kommen schwarze und blonde, es kommen schlanke und üppige, es kommen graziöse und schwerfällige Gestalten, kokette und mehr sachliche Mädel, wenn ich so sagen darf. In einem aber gleichen sie sich alle: Sie nehmen die Sekunden vor dem Spiegel ernst.

Auf dem Heimwege setze ich meine Betrachtungen dahin fort, wie sich diese oder jene Dame aus meinem Bekanntenkreise wohl in ähnlicher Lage bewegen würde. Nun, kaum anders. Aber — sollte es nicht doch Frauen geben, die — einen Spiegel nicht ganz so ernst so wichtig nehmen? Ohne Zweifel. Ich kenne mehr als eine. Es kommt eben auf die Einstellung im Leben an. Es gibt Frauen, die verbringen den größten Teil ihres Lebens vor dem Spiegel, sie versäumen Wertvolleres und erwerben sich selbst über dieser Gewohnheit.

Und es gibt Frauen, die — würden gut tun, sich mehr mit ihrem Spiegel zu beschäftigen.