

an Lobe liegt eine große erzieherische Wertigkeit. Das junge Selbstbewußtsein, das für das spätere Leben von so großer Wichtigkeit sein kann, erhält vom Lobe das notwendige Rückgrat. Ehrgeizig genormen, trachtet es nun, neue vollwertige Leistungen zu erzielen und der tüchtige Mensch wächst heran.

Aber das vornehmste Lob kann Unheil anrichten. Das junge Menschenkind braucht die elterliche Bestätigung seiner eigenen Meinung über die Leistung. Ohne das Lob kann es leicht irre daran werden. Das Lob ist der Frühlingssonnenchein für das junge Pflänzlein Ehrgeiz. Die lässige Selbstverständlichkeit der Eltern kann es im Keime ersticken. Hört das Kind zufällig es dort mehr Verhändnis und Güte und fühlt sich durch die eigenen Eltern benachteiligt. Es ist gekränkt, so leer ausgegangen zu sein und verschließt sich die Türe zu seinem Innern für die Eltern.

Wie gesagt, die Anerkennung, ausgesprochen vom Vater oder der Mutter mit ein paar lieben Worten, bildet die Grundlage für erneute Tatkraft. Es kann ja auch ein kleines Geschenk sein, das diese Anerkennung wortlos ausdrückt, für den Fall, daß vorsichtige Eltern fürchten, ihr Lob erwecke Eitelkeit oder Selbstüberhebung. Solche Anerkennungen bilden später die schönsten Kindheits Erinnerungen. Sie erfreuen für ein ganzes Leben.

Ein Zweifel vom Lobe kann natürlich auch von falscher Wirkung sein. Es gilt eben auch hier, wie in allen Erziehungsfragen, daß der goldene Mittelweg der beste ist.

## Kosmetik, die nichts kostet

Das was Coué in bezug auf die Gesundheit lehrte, nämlich daß man sie nur mit festem Willen und mit der guten Wacht zuwege bringen könne, gilt in vollem Umfange auch für die Schönheit. Nur wer sich fest vornimmt, sich zu sein, wird für die Verbesserung seines Aussehens etwas zu tun vermögen. In diesem Falle vermag der Glaube nicht nur viel, sondern nahezu alles.

Die gute Verdauung, das Um und Auf des Schönseins, kann durch keine Mittel in Ordnung gehalten werden. Rohkost ist teuer und nicht für jeden Magen richtig, aber Backpflaumen oder ein Glas Wasser auf den nüchternen Magen genommen, sind für jedermann bekommenlich. Kräftiges Schlagen auf die Fußhöhlen, Kumpfdrehen, Knie- und Kumpfbeugen sind hinsichtlich der Verdauung unerlässliche gymnastische Übungen. Um den Anfall des Doppelkinns zu vermeiden, empfiehlt sich regelmäßiges Kopfröhlen, sowie heftiges Zurückwerfen des Kopfes.

Auch Augenmassage ist wichtig. Blinzeln ist ein vorzügliches Mittel, um die Augen zu stärken und demnach frisch erscheinen zu lassen. Müde Augen werden mit Kompressen von Reisfamen, Anis und Fenchel erfolgreich behandelt. Die Wunde der ausstrahlenden Augenbrauen ist nur mit Vorsicht zu genießen. Geschwungene Augenbrauen nämlich lassen jedes Gesicht klug und intelligent erscheinen, während gerade Augenbrauen leicht einen frägnen und weniger klugen Eindruck erwecken. Es ist daher vorteilhaft, zu starke Augenbrauen von unten heraus so eng zusammenzubürsten, daß deren Schwung bewahrt bleibt, aber in dünner Linie verläuft.

Alles, was sich bewegt, bleibt jung und frisch, während alles, was ruhig bleiben muß, verwelkt. Jene Gesichtspartien, die sich wenig bewegen, müssen daher eine regelmäßige Gymnastik ausführen. Das einfachste und billigste Mittel ist das Grimassenschneiden. Nach dem Waschen können zwei kleine Bürsten in Tätigkeit treten, die die Haut ebenfalls massieren und frotieren.

Das richtige Waschen des Gesichts erfolgt mit Wasser, aber ohne Seife. Zur Entfernung des Schmutzes dient, je nachdem, ob es sich um eine zu fette oder eine zu trockene Gesichtshaut handelt, ein reines Öl oder reiner Weingeist. Es ist gut, wenn man es sich angewöhnt, das Gesicht trocken zu klopfen. Auch der Hals darf bei dieser Behandlung nicht vergessen werden.

Kleine weiche, kaum sichtbare Wollhärchen sind ein Zeichen dafür, daß die Haut jung, frisch und kräftig durchblutet wird. Wir sprechen daher von dem „guten Wollhauteffekt“. Unter den Augen befinden sich solche feine Wollhärchen niemals, und das ist denn auch die Stelle, wo sich die ersten Augenlinn und Falten einzustellen pflegen. Hier muß das Unterhautzellgewebe durch Fett genährt und gestärkt werden. Sehr tiefe Linien um die Augen sind allerdings stets das Zeichen eines inneren Leidens. Ein wirklich gesunder Mensch hat keinen solchen krankhaften Wollhauteffekt.

Glycerin mit einer Portion Salz und Zitronensaft vermischt, ist das beste Sandpflagemittel. Was ist weiches Wasser eigentlich? Es ist solches, in dem die Mineralstoffe gebunden sind, während hartes Wasser freie und ungebundene Mineralstoffe enthält. Die Wirkung des „harten“ Wassers ist daran erkenntlich, weil es Kesselstein ansetzt. Nur weiches Wasser vermag die Haut zu reinigen, und fñgt ihr keinerlei Schaden zu. Auch ein Gesichtsdampfbad wirkt stets erfrischend und reinigend, weil sich dabei die Poren öffnen.

## Der Kampf gegen die Hitze in Küche und Speisekammer

Die heißen Tage sind eine Gefahrenquelle für den Haushalt! Besonders die Speisekammer ist während dieser Zeit das Schmerzenskind der Hausfrau. Nur selten ist dieser Raum richtig, d. h. nördlich gelegen und mit dem praktischen Fußboden aus Steinfliesen versehen. So bequem die übliche, bequeme Lage neben der Küche auch ist, so hat sie gerade im Sommer schwere Nachteile, da die warme Küchenluft feuchte Niederschläge verursacht, die die Vorräte ungünstig beeinflussen und vor allen Dingen die lästige Schimmelbildung begünstigen. Die gleiche schädliche Wirkung haben Speisen, die in warmem Zustand in die Speisekammer gebracht werden.

Der Kühlschrank darf nur dann seinen Platz in der Speisekammer finden, wenn deren östliche Lage nicht zu ungünstig ist. Direktes Sonnenlicht muß auf jeden Fall durch verstellbare Jalousien oder dunkle Vorhänge ausgeschaltet werden. Gasefenster müssen den Insekten den Eintritt verwehren. Nachts bleibt das Fenster vorteilhaft offen, auch ist so oft wie möglich für Durchzug zu sorgen. Kühle und Trockenheit sind wichtige Faktoren in der Speisekammer!

Man vermeide es, bei Eintritt sogenannter Hitzewellen solche Dinge einzukaufen, die leicht schlecht werden, wie Fleisch, Wurst und dergleichen. Am besten ist es, diese Sachen im Sommer ganz zu meiden, denn schlecht gewordene Fleischwaren haben schon manche schwere Vergiftung hervorgerufen. Auch mit Käse muß vorsichtig umgegangen werden, stets unter der Glaslocke halten, dann noch über diese ein Tuch schlagen. Dieses Mittel bewahrt sich überhaupt als bester Ersatz für das Eis, wenn es dieses freilich auch nicht ganz ersetzen kann. Butter bewahrt man in irdenen Töpfen auf und schlägt diese in ein nasses Tuch. Natürlich muß dieses Tuch von Zeit zu Zeit wieder in frischem kaltem Wasser ausgewaschen werden. Margarine kommt in eine große Schüssel, am besten auch in eine irdene, falls vorhanden; dann wird einfach kaltes Wasser darüber gegossen, das gleichfalls öfter erneuert werden muß.

Nichts darf dort aufbewahrt werden, wo die Sonne hinschneit, weil die Sonnenstrahlen jede Zersetzung beschleunigen. Einen etwas kühleren, schattigen Ort gibt es wohl in jeder Wohnung, hier muß während der heißen Monate der Speiseschrank aufgestellt werden. Das sicherste Mittel gegen das schnelle Verderben der Speisen ist der Kühlschrank gegen die Luft. Diese ist schlimmer als die Hitze selbst. Manche Hausfrauen glauben aber, wenn sie nur alles so stellen, daß Luft daran kann, dann haben sie das beste Schutzmittel angewendet. Gerade das Gegenteil erreichen sie damit. Wenn man alle Speisen luftdicht verschließen könnte, würden sie sich auch an heißen Tagen ganz gut halten. Leider ist dies unmöglich, doch mit etwas Vorsicht läßt sich mancher Schaden vermeiden. Abgekochte Speisen sollte man immer erst abkühlen lassen, dann zudecken und an einem schattigen Ort aufbewahren. Wenn man in der Speisekammer nasse Tücher aufhängen kann, so ist auch das ein gutes Mittel, um die Temperatur um einige Grad zu vermindern. Kartoffeln darf man jetzt nur immer für einen Tag kochen, sie bekommen nämlich sehr leicht einen Stich, auch das meiste Gemüse schmeckt am zweiten Tag nicht mehr besonders. Grüne Bohnen, Spinat, wie überhaupt alles Grüne darf unter keinen Umständen in Emailgeschirren aufbewahrt werden, besonders gilt dies für Bohnen. Die letzteren sollten reiflos aufgegessen werden, sie sind meist am zweiten Tag schon ein wenig vergiftet und haben in vielen Fällen schon schwere Erkrankungen, zuweilen sogar mit tödlichem Ausgang, verursacht. Auch Suppen halten sich schlecht, sie dürfen auch nur immer für den sofortigen Gebrauch gekocht werden, das mittelhochste Gebräuzeug muß unbedingt herausgenommen werden, falls man eine Suppe bis zum nächsten Tage aufbewahren möchte. Tut man das nicht, dann wird die Suppe sauer. Fleisch, das einen Tag oder

länger aufbewahrt werden muß, wird etwas gesalzen und in ein in Essig ausgewaschenes Tuch eingeschlagen. Milch muß an heißen Tagen sofort abgekocht werden.

Die Speisekammer selbst ist im Sommer peinlich sauber zu halten, möglichst jeden Tag kalt auszuwischen. Gebt man frisches Obst auf, so nehmt man stets die etwas weichen Früchte heraus und esse sie zuerst. Niemals darf Obst, das ein oder gar mehrere Tage aufgehoben werden soll, vorher gewaschen werden, das würde seinen Verderb beschleunigen. Das ratsamste für jede Hausfrau ist es, im Sommer stets nur soviel einzukaufen, als der Tagesverbrauch ausmacht, was sich bei den meisten Sachen auch gut durchführen läßt.

## Für die Gurkenzeit

Die Ernte an Gurken ist in diesem Jahre überall besonders reich, die Ware daher preiswert. Viele Hausfrauen fürchten aber, daß das Einzelstück zwischen Gurkenalat und Schmor Gurken langweilig werden könnte. Da wartet zu rechter Zeit das Daheim in seiner Nr. 43 mit einigen neuen erprobten Rezepten auf, von denen wir drei unsern „Gebämpfte Gurken auf pikante Art“. Das Rezept des Daheim lautet: „Einige große Gurken werden geschält und in feine Streifen geschnitten, dann mit Salz und gebachten Kümmelskörnern bestreut. 1 Stunde stehen lassen. Nun macht man aus Rindsfett, feingehacktem Zwiebel und Mehl eine helle Einbrenne, fñllt mit kochendem Wasser auf und mengt die geschnittenen, abgetropften Gurken dazu. Man läßt sie erst ein wenig dünsten, gibt dann ½ Liter sauren Rahm, etwas Zitronensaft, Paprika und feingehackten Dill bei und läßt das Gemüse ½ Stunde langsam dampfen. Kurz vor dem Anrichten wird es mit einigen Würfeln kaltem Rahm übergossen.“ — Dann, da ja auch die Pilzzeit naht, ein Mißrezept: Gurkenraut mit Pilzen: „Man schält reife Gurken, nimmt das Innere heraus und schneidet sie in ungefähr 4 Zentimeter lange, 3 Zentimeter dicke Stüchchen, diese fñllt man leicht und gibt sie in einen Topf mit zerlassener Butter, fñgt sie feingehackte Pilze jeder beliebigen Art wie z. B. Steinpilze, Champignons oder Pfifferlinge, hinzu und läßt das Ragout zusammen weichdünsten. Zum Fertigmachen würzt man mit etwas Mehl und feingewiegter Petersilie und bindet 2 in Wein verquirlte Eigelb an. Man reicht Butter, oder Semmelalöschchen dazu.“ Wer aber Rohkost bevorzugt, kann auch hier getrost dem Daheim folgen und sich eine Rohkostgurke also zubereiten: „Eine Salatgurke wird geschält, in 4-fingerbreite Scheiben geschnitten, die man ganz vorsichtig bis auf einen kleinen Rand ausschñllt und in eine Marinade von Salz, Zitronensaft und einer Prise Zucker legt. Inzwischen hat man ganz jungen Blattspinat gewaschen und roh durch die Hackmaschine gelassen, mit geriebenen Rüben oder Mandeln vermischt, mit etwas Zitronensaft, Salz und Pfeffer abgedreht, mit 8 Blatt gelöster Gelatine gedickt und, wenn die Masse anfängt zu stocken, mit ¼ Liter heißer Schlagahne unterzogen. Mit dieser Spinatmasse fñllt man die gut abgetropften Gurkenringe domförmig, richtet auf runder Platte an und garniert mit dem restlichen Spinat.“ Bei dieser Gelegenheit möchten wir unsere Leserinnen überhaupt auf das Daheim hinweisen, das in Küchdingen und Modetragen sich stets ausgezeichnet unterrichtet zeigt.

Man hat von meinem Fluge gesagt, er sei weniger ein für sich allein dastehender Erfolg, als vielmehr gewissermaßen ein einzelner Gipfel in einer Bergkette, die Plannmäßigkeit und Ausdauer verkörpert. Darin liegt etwas Wahres. Vieber möchte ich ihn noch mit dem Pflichten einer Strafe vergleichen, wodurch andere befähigt werden, schneller und leichter voranzukommen.

## Winke und Ratschläge

Vielleicht wußten Sie noch nicht, daß man zur Teebereitnng nie eine Metallkanne benutzen sollte, höchstens eine silberne; am besten ist eine gute irdene Teekanne. Das Wasser zur Teebereitnng muß stets frisch gekocht sein.

Man Holzschüssel und Hackbrett mit Sand oder Meißerputzstein reinigt an Stelle von Seife. So behandelt, wird das Holz weiß und glatt. Sind sie fettig, so muß man sie in heißem Sodawasser waschen.

Emailgeschirre länger hält, wenn man es, ehe es in Gebrauch genommen wird, mit kaltem Wasser fñllt, dieses langsam zum Kochen bringt und das Wasser darin kalt werden läßt.

Essensbunt aus der Küche und danebenliegenden Räumen leicht zu entfernen ist, wenn man in eine Schüssel heißes Wasser 2-3 Tropfen Lavendelöl träufelt.

Verantwortlich G. Semmelmann, Altena. Druck und Verlag: B. A. Sank, Altena.

# Frauen-Zeitung

Beilage zum Altenaer Kreisblatt zugleich Neuenrader Zeitung

Nr. 30

Altena, den 27. Juli

1932

## Frauen und das Fliegen

Von Amelia Carhart.

Die Verfasserin lenkte kürzlich durch ihren Alleinflug über den Atlantik die allgemeine Aufmerksamkeit auf sich.

Nach meiner Ueberzeugung bildet die Erreichung eines bestimmten Zieles keineswegs das Wesentliche in einem erfolgreichen Leben. Wir steht die persönliche Befriedigung an einer Leistung weit über der Leistung selbst, die von der Welt anerkannt und bewundert wird. Befriedigung ist Sache des einzelnen, und sie wird, zum Glück für mich und die mit Gleichgesinnten, weit leichter erfüllt als der Stolz auf eine anerkannte Leistung.

Man hat mich gefragt, ob ich Dinge, die ich durchzuführen mit vorgenommen habe, besonders wichtig nehme. Ich muß diese Frage verneinen. Andere mögen ihrem Leben einen bestimmten Plan und eine bestimmte Richtung gegeben; was jedoch mich angeht, nun, ich genieße das Leben, und wenn mir etwas in den Weg kommt, das ich gern tun möchte, versuche ich es eben durchzuführen. Auch wenn ich in meinen Erwartungen enttäuscht würde, liege ich mir dadurch nicht beizugehen, ich würde bei spielsweise ruhig meine Fliegerei fortsetzen. Das Zerbrechen einer Illusion — das nebenbei gesagt zwar schmerzhaft, aber gleichwohl sehr heilsam sein kann — ist kein Grund, von einem einmal gefaßten Plane abzugeben.

Was meinen Atlantik-Flug betrifft, so habe ich mir eben die Erfolge und Erfahrungen meiner Vorgänger zu nütze gemacht. Ich bewies damit mein Vertrauen in ihr Pionierwerk, und die Berechtigung dieses Vertrauens zeigte sich in meinem eigenen Erfolg, der wiederum für andere wichtig werden mag. Auf alle Fälle war er für mich insofern von Vorteil, als er mir größeres Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten gab. Sollte er daneben auch anderen Frauen einen Ansporn geben, so würde mich das freuen. Im ganzen lohnt beim Suchen nach persönlicher Befriedigung das unausgesehete Streben, das in der Regel dem Erfolg vorausgehen muß, schon von seiner selbst willen die Mühe, ganz abgesehen von dem Erfolg, der es vielleicht schließlich krönt. Wenigstens sollte es so sein. Allerdings kommt das alles auf den einzelnen an. Es gibt Menschen, die verbittern werden, weil sie ohne Erfolg ringen.

Man hat von meinem Fluge gesagt, er sei weniger ein für sich allein dastehender Erfolg, als vielmehr gewissermaßen ein einzelner Gipfel in einer Bergkette, die Plannmäßigkeit und Ausdauer verkörpert. Darin liegt etwas Wahres. Vieber möchte ich ihn noch mit dem Pflichten einer Strafe vergleichen, wodurch andere befähigt werden, schneller und leichter voranzukommen.

Daß man beim Fliegen hin und wieder Anfälle von Furcht bekommt, ist nur natürlich. Das ist auch mir so gegangen, wenngleich ich mich nicht erinnere, bei welchen Gelegenheiten es der Fall war; ich möchte nicht einmal behaupten, daß ich heute vollkommen darüber hinaus bin. Ob es Mittel zur Bekämpfung der Furcht gibt, weiß ich nicht, halte es aber keineswegs für ausgeschlossen. Auf alle Fälle lehren uns Übung und Erfahrung sehr häufig die Grundlosigkeit unserer Befürchtungen. Mit anderen Worten: Wir fürchten uns so oft vor dem Unbekannten, daß das beste Rezept gegen die Angst darin liegt, dem, das wir fürchten, ins Auge zu sehen und unsere Aufgabe durchzuführen, wenn wir auch davor zurückzucken. Was die Frage betrifft, ob eine Frau, die einen Kraftwagen zu lenken versteht, nun auch ein Flugzeug zu beherrschen vermag, so möchte ich das nicht unbedingt bejahen. Nach meiner Meinung gibt es zahlreiche Menschen beiderlei Geschlechts, die ihren Wagen fahren, obgleich Krankheiten des Kindesalters gehen mit einer es ihnen eigentlich verboten werden sollte. Ich Erhöbuna der Körpertemperatur einher. Man beobachtet daher mehr oder weniger hohes Fieber bei Malaria, Scharlach, Lungentzündung, Darminfektionen usw. Auch Eiterungen im Körper verursachen einen Anstieg der Temperatur. Ich erwähne nur Abzesse (Halsdrüsen zum Beispiel), Entzündung des Wurmfortsatzes, Bauchfellentzündung und ähnliche Erscheinungen.

habe mich häufig über ihre Unfähigkeit geradezu geamndert. Das Fliegen stellt nun in jeder Hinsicht noch größere Anforderungen; Schärfe, Muskelreaktionen und die Intelligenz im allgemeinen sind gleicherweise in Anspruch zu bringen.

Daß man Fliegen in zehn Stunden lernen könnte und es dann nur noch auf Übung und Erfahrung ankäme, ist in dieser Form natürlich übertrieben. Immerhin läßt sich nicht bestreiten, daß einzelne nach Bestehen der körperlichen Untersuchung es dahin bringen, nach zehn Stunden sich mit der Maschine in die Luft erheben zu können.

Es ist auch nicht richtig, daß, wie viele glauben, ein Versehen in der Luft viel verhängnisvoller ist als auf festem Lande. Fehler werden überall gemacht, und zwar Fehler der verschiedensten Art. Einige davon lassen sich, auch in der Luft, ohne Schwierigkeit berichtigen. Meiner Meinung nach ist das Versehen eines Chirurgen am Operationsstisch das lebensgefährlichste von allen.

Wenn ein bekannter Flieger die Behauptung aufgestellt hat, daß musikalisch Gebildete das Fliegen leichter erlernen als andere, weil bei ihnen Geist und Körper bereits an ein gewisses Zusammenarbeiten gewöhnt seien, so vermag ich dazu aus meiner Erfahrung nichts zu sagen. Ich habe Leute mit guter, rascher Aufnahme-fähigkeit in allen Schichten der Bevölkerung gefunden, ebenso solche, die nur langsam begriffen. Man erwirbt seine Erfahrung auf verschiedenen Wegen, je nach dem Temperament. Fliegen bildet einen Sport, dem heute jeder sich widmen kann. Meiner Ueberzeugung nach steht es an der Spitze aller Sportarten.

## Das fiebernde Kind

Von Kinderarzt Dr. med. Balthar Kah n - Dortmund.

Fieber ist wohl das häufigste Krankheits-symptom, das beim Kinde beobachtet wird. Es ist immer ein Zeichen dafür, daß bei dem vom Fieber befallenen Kinde irgend eine Krankheit besteht, deren bedeutungsvolles und auffälliges Symptom eben das Fieber ist.

Normalerweise beträgt die Körpertemperatur des Kindes, im Mastdarm gemessen, etwa 37 bis 37,2 Grad Celsius. Alle Werte, die darüber liegen, zeigen an, daß sich im Organismus Krankheitsvorgänge abspielen. Körpertemperaturen von 38 bis 39 Grad bezeichnet man als leichtes, solche von 39 bis 41 Grad als schweres Fieber. Allein diese Einteilung ist ziemlich unvollständig, denn die Höhe des Fiebers — und das gilt besonders vom Kinde — entspricht nicht immer der Schwere der Krankheit.

Wie stellt man fest, ob das Kind Fieber hat? Das Befühlen des Körpers mit der Hand täuscht leicht über seine Temperatur. Es empfiehlt sich daher, die Körpertemperatur mittels Fieberthermometer festzustellen. Einwandfreie Ergebnisse erhält man beim Säugling nur, wenn man im After mißt. Eine Erhöhung der Körpertemperatur des Kindes kann aus verschiedenen Ursachen eintreten. Am bekanntesten ist das Auftreten von Fieber bei Infektionskrankheiten. Aber es gibt auch Fieberzustände beim Kinde, die nichts mit einer Infektion zu tun haben. In den ersten Lebens-tagen wird dem Neugeborenen manchmal ein Temperaturanstieg auf 38 bis 39 Grad und auch darüber hinaus, der einige Stunden bis einige Tage anhält, beobachtet. Die Ursache dieses Fiebers ist unbekannt. Erhält ein Kind zu wenig Flüssigkeit, durstet es also, so kann Fieber auftreten. Man bezeichnet dieses Fieber als Durstfieber. Alle Infektionskrankheiten des Kindesalters gehen mit einer Erhöbuna der Körpertemperatur einher. Man beobachtet daher mehr oder weniger hohes Fieber bei Malaria, Scharlach, Lungentzündung, Darminfektionen usw. Auch Eiterungen im Körper verursachen einen Anstieg der Temperatur. Ich erwähne nur Abzesse (Halsdrüsen zum Beispiel), Entzündung des Wurmfortsatzes, Bauchfellentzündung und ähnliche Erscheinungen.

obachtet daher mehr oder weniger hohes Fieber bei Malaria, Scharlach, Lungentzündung, Darminfektionen usw. Auch Eiterungen im Körper verursachen einen Anstieg der Temperatur. Ich erwähne nur Abzesse (Halsdrüsen zum Beispiel), Entzündung des Wurmfortsatzes, Bauchfellentzündung und ähnliche Erscheinungen.

Wodurch entsteht nun Fieber? Wir wissen, daß die Infektionskrankheiten durch das Eindringen von Bakterien in den Körper verursacht werden. Die Bakterien bilden Gifte, die der Organismus durch Bildung von Gegengiften unschädlich machen muß. Es spielt sich also gewissermaßen ein Abwehrkampf ab, wobei es zu Temperatursteigerungen, zu Fieber kommt. Demnach ist das Fieber keine Krankheit, sondern nur ein Symptom bei einer Krankheit. Das Fieber ist der Ausdruck dafür, daß sich im Körper Abwehrvorgänge abspielen; es ist also ein heilsamer Vorgang. Aus dieser Erwägung heraus versucht man sogar, schwere Krankheitszustände (Behindererweichung, auch andere Nervenleiden) durch Erzeugung von Fieber zu heilen.

Wenn man daher das Fieber bei Erkrankungen des Kindes bekämpft, so muß man sich die Tatsache, daß es eigentlich ein Vorgang ist, der die Heilung anbahnt, immer vor Augen halten. Soweit das Kind nicht von seiner erhöhten Körpertemperatur belästigt wird, ist eine Behandlung des Fiebers überhaupt nicht erforderlich. Selbstverständlich muß die Krankheit, die das Fieber verursacht, behandelt werden. Steigt das Fieber auf hohe Grade oder wird das Befinden des Kindes durch das Fieber stark beeinträchtigt, so kann man durch feuchte Packungen oder laue Uebergießungen im Bode versuchen, die Temperatur herabzudrücken. In solchen Fällen ist es auch manchmal angezeigt, Arzneimittel zur Herabsetzung der Körpertemperatur anzuwenden. Der Laie hüte sich aber, solche Maßnahmen selbständig zu treffen, denn der fiebernde, kranke Organismus kann durch falsches Vorgehen nur allzu leicht geschädigt werden.

Zum Schluß noch ein Wort über die Ernährung des fiebernden Kindes. Die fast immer bestehende Appetitlosigkeit ist ein normaler Abwehrvorgang des kranken Organismus gegen eine zu reichliche Nahrungsaufnahme. Die Mutter braucht sich daher nicht zu ängstigen, wenn ihr krankes Kind nichts frisst. Die Nahrungsbürdnis ist bei Bettruhe, und ein fieberndes Kind gehört immer ins Bett! — an sich schon gering. Die Nahrung des Kindes bestehe aus leicht verdaulichen Speisen, unter denen Milch eine Hauptrolle spielt. Oft ist es erforderlich, dem Kinde häu kleine Mahlzeiten zu reichen. Mit Vorteil werden Obst-säfte gegeben, deren Vitaminreichtum dazu beiträgt, die Widerstandskraft des kindlichen Körpers nicht unbedeutlich zu erhöhen.

## Schönheitspflege vor dem Spiegel

Von Anette Kellermann, der berühmten australischen Schwimmerin

Niemals hat die herrschende Mode in höherem Grade Anmut und Gekleidbarkeit verlangt als heutzutage. Dabei wollen so viele Mädchen und junge Frauen von den einfachen Maßregeln nichts wissen, die sie befehlen, ihre Kleider mit wirklichem Vorteil zu tragen. Ich halte sehr viel von jeder Art Frauenport, betone indessen, daß man außerdem einen bestimmten Teil seiner Zeit körperlichen Übungen widmen muß, will man wirklich anmutig werden.

Die Frau achtet im Durchschnitt viel zu wenig auf ihre Arme. Jede sollte

# Die vergessene Melodie

Skizze von Alfred Brle

Sie lehnte mit geschlossenen Augen und lächelnden Lippen an der Balkondecke. Ihr ganzes Sein war von einem Glücksgefühl erfüllt, so stark, so berauschend, so überwältigend, daß sie fürchtete, es könne nur ein Traum sein. Sie konnte der nächsten Augenblicke in die Wirklichkeit zurückfallen, in der nichts mehr war von dem, was sie soeben erlebt hatte.

Langsam schmer hoben sich ihre Augen und streiften mit einem Blick unendlicher Liebe das Gesicht des Mannes an ihrer Seite, dem sie vor wenigen Minuten gelobt hatte, sein Weib zu werden. Und eine heiße, nie gekannte Welle von Zärtlichkeit wälzte in ihr auf. „Ich bin glücklich“, sagte sie leise, „so glücklich, daß ich mich davor fürchte.“

Er lachte hell auf, ein klingendes, siegendes Lachen, und nahm sie in seine Arme: „Du fürchtest Dich, Ellen? Wie kindlich Du noch bist, mein Lieb, das ist doch erst der Anfang unseres Glückes.“

Sie erwiderte seinen Kuß, dann wehrte sie ihn von sich ab und blickte ihm prüfend in die Augen: „Wenn ich sicher wäre, daß die Zukunft alles halten wird, was die Gegenwart verspricht.“

Er schloß ihr den roten Mund mit seinen Lippen, und selbstvergessen, wuschlos ruhte sie in seinem sie fest umschlingenden Arm.

Da klang aus dem nahen Saal, in dem die andern tanzten, eine Melodie zu ihnen herüber, süß betörend, und den beiden war es, als seien sie allein auf der Welt, und um sie erklangen die Harmonien der Sphären. Er war der Erste, der das Schweigen brach, als die Musik gendete. „Welche wunderbare Melodie, weißt Du, wie sie heißt, Kind?“

„Es ist die „Matinata“ von Leoncavallo, meine Lieblingsmelodie.“

„Matinata?“ wiederholte er gedankenvoll, „ich glaube, wir werden diese süße Melodie nie vergessen, und immer, wenn wir sie hören werden wir uns dieser Stunde erinnern, der glücklichsten unseres Lebens.“

Er nahm ihre Hand und küßte zärtlich ihre Finger. „Es ist merkwürdig“, fuhr er fort, „wie manche Dinge uns im Gedächtnis haften bleiben! So werde ich nie vergessen, was Du für ein Kleid trugst, als ich Dich das erste Mal sah: Es war Samt, von der Farbe des Pfirsichs und um Deinen Hals trugst Du eine zarte Perlenkette. . . Himmel, wie schön warst Du damals, und wie schön bist Du

heute. . . und wie schön wirst Du immer für mich sein.“

Seine leise einschmeichelnde Stimme klang wie Musik in ihr Ohr. Da fiel ein Schatten in den schmalen Gesichtszug, der den Balkon erhellt, und ein Herr in Mantel und Hut trat über die Schwelle. „Verzeihe, Heinz, aber es ist höchste Zeit, wir werden im Klub erwartet.“

Heinz neigte sich zu Ellen: „Sei nicht böse, Lieb, aber ich muß fort. . . eine Verabredung im Klub. . . ich mußte ja nicht.“

Sie zog ihre Hand aus der seinen und trat unwillkürlich einen Schritt zurück. Eine Geste des Unmuts furchte ihre Stirn, aber ihre Stimme klang klar und ruhig, als sie erwiderte: „Wenn Du Dich verabredest hast, mußt Du natürlich gehen. Ich will Dein Vergnügen nicht stören.“

„Vergnügen? . . . Was gäbe ich darum, wenn ich hierbleiben könnte; aber man erwartet mich mit Bestimmtheit.“

Sie trat in das erleuchtete Zimmer: „Gehe nur ruhig, Heinz! Es ist vielleicht ganz gut, wenn ich jetzt mit mir allein bin.“

„Und Du bist mir nicht böse?“

„Nein, wirklich nicht. Nun lasse aber Deinen Freund nicht länger warten! Wir sehen uns ja morgen wieder.“

Er atmete sichtlich erleichtert auf: „Natürlich, Liebling, morgen und jeden Tag. . .“

Noch ein Handkuß, und er war verschwunden.

Ellen trat an ein Fenster und sah dem fort-fahrenden Auto nach, bis es ihren Blicken entschwunden war, dann kehrte sie kühl und ruhig wie immer in den Saal zurück. . . der Zauber war gebrochen. . .

Fünfzehn Jahre später sah eine schlanke Frau in einem pflichtfarbenen, weichen Hauskleid in einem mit erlesenen Geschmack ausgestatteten Wohnzimmer am Klavier. Durch das offene Fenster strömte der betäubende Duft einer schwülen Sommernacht herein. Leise glitten die schlanken Finger über die Tasten, fast unhörbar quoll eine Melodie hervor. . . Traurig war der Blick der schönen dunklen Augen. Enttäuschung, verhaltener Schmerz suchten um den feinen Mund.

Da wurde geräuschvoll die Tür geöffnet, und ein Mann trat mit müden Schritten in das Zimmer. Eine Zeitung kniferte in seiner Hand, während er sich leuchtend in einen Sessel fallen ließ.

„Eine unerträgliche Hitze“, stöhnte er, „und natürlich nicht im geringsten für Kühlung gesorgt.“

Er fächelte sich mit dem Taschentuch energisch Luft zu und Frau Ellen unterbrach ihr Spiel: „Aber die Fenster sind doch weit offen, Heinz!“

„Das ist es ja eben. . . da kann die Hitze ungehindert herein.“

Er entnahm seinem Etui eine Zigarette und breitete die Zeitung aus. Schweigend betrachtete ihn seine Gattin, ihre Augenbrauen zogen sich unwillig zusammen, dann setzte sie ihr Spiel fort, mit leiser Stimme die Melodie mitsummend. Als sie gendete, der letzte Ton erloschen, faltete Heinz seine Zeitung zusammen.

„Ein nettes Lied, Ellen, wie heißt es?“

„Es heißt „Matinata“, entgegnete sie gleichgültig.

„Matinata? Was diese modernen Songs für komische Titel haben.“

„Es ist eine Serenade, kein moderner Song.“

„So? Ich dachte nur, weil mir die Melodie so fremd vorkam.“

„Es ist lange her, seit ich sie gelungen habe.“

Er warf die Zigarette bei Seite. „Ach so, darum erschienen mir die Töne so fremd. Man erinnert sich doch immer nur an Ereignisse, die eine gewisse Bedeutung haben.“

„Weißt Du — ich werde es nie vergessen — den Abend, als wir uns verlobten, spielte ich im Klub und hatte fabelhaftes Glück. Ich könnte Dir noch jedes Spiel einzeln schildern. . . Nicht wahr, ein gutes Gedächtnis?“

„In der Tat, ich muß Dir mein Kompliment machen.“

Ellen schloß das Klavier und trat an das Fenster. „Die Psychoanalytiker behaupten, daß man sich stets der Dinge erinnert, die uns am meisten interessieren.“

„Von diesen neuartigen Wissenschaften verstehe ich nicht viel, aber es wird wohl so sein.“

Er brach jäh ab und blickte auf Ellen, die hell von dem Licht bestrahlt, am Fenster stand. „Warum trägst Du eigentlich mit Vorliebe diese pflichtfarbenen Kleider? Sie kleiden Dich nicht, passen nicht zu Deinem Typ. . . ich weiß nicht, früher hastest Du einen so guten Geschmack.“

Sie schaute bewegungslos in die Nacht. „Vielleicht bin ich alt geworden.“

Er lachte geräuschvoll auf: „Alt? Rächerlich! Du mit Deinen noch nicht vierzig Jahren.“

„Nein, nein, Ellen, alt wollen wir noch nicht sein.“

Sie lächelte, ein leises, trauriges Lächeln, und Heinz sah nicht, wie der Glanz ihrer Augen hoffnungslos erlosch. . .

Die Frau nimmt Menschen und Dingen gegenüber zweifellos eine ungleich persönlichere Stellung ein als der Mann. Dementsprechend legen wir uns auch für unsere Interessen mit größter Intensität durch. Das ist an sich nicht zu verurteilen. Der Mann in seiner nichtern Sachlichkeit ist leichter gewillt, eine Sache aufzugeben; er verbräutet sich dadurch langsamer und — imponiert obendrein noch seiner Umgebung durch seine scheinbare Ueberlegenheit. Es kann hier natürlich immer nur im allgemeinen gesprochen werden; es gibt Männer, die unglücklich schmachtend sind und — Frauen, die an kühler Sachlichkeit und der damit verbundenen Zurückhaltung in allen Meinungsäußerungen nicht hinter dem Mann zurückbleiben. Aber diese Ausnahmen gelten nicht. Neben diesem Sich-Einfügen für ihre Ueberzeugung ist es überhaupt die größere Vielseitigkeit der Gebiete, die das Innere der Frau ausfüllen und durch die ebenfalls schon ein häufigeres Sich-Ausprechen ihrer Umgebung gegenüber bedingt wird. Die Hauptfache bleibt in dessen die anfangs beleuchtete Tatsache, daß die Frau alles intensiver, ernster, persönlicher nimmt. Ist es da so verwunderlich oder verurteilenswert, daß wir Frauen bisweilen alle Register unserer Redekunst aufziehen? Wir sollten nur eines dabei beachten: Die Form, in der es geschieht, muß immer fein, dezent, in den nötigen Grenzen bleiben! Wir werden durch zuviel Temperament nicht mehr erreichen, als wir wollen, eher weniger. Und artet am Ende unsere Redseligkeit in Opposition, in — bewußte oder unbewußte — Rechthaberei aus, so haben wir vollends verpielt. Man verurteilt uns dann — mit Recht — auch darin, wo man uns noch anerkennen sollte; doppelt schlimm für uns! Aber der Gesamteindruck, den wir hinterlassen, wirkt dezent auf den Mann, daß er selbst sich nicht die Mühe nimmt, zu untercheiden, inwiefern unsere Rede berechtigt war, sondern uns rundweg ablehnt.

Daraus erhellt, daß an sich der Mann eine Frau, die gern oder viel redet, durchaus nicht verdammt. Im Gegenteil, die stummen Frauen, die gleich Attrappen durchs Leben wandeln,

finden der Mannesnatur durchaus unsympathisch. Unterhaltbarkeit, wenn sie nur solche bleibt, schafft Wärme; und die schätzt und braucht der Mann zum Leben. Es bedeutet immer ein Manko, wenn eine Frau sehr schweigsam ist; ihre Familie, ihr Freundeskreis, wenn er überhaupt vorhanden, ihre jeweilige Umgebung wird nie rechtes Vertrauen zu ihr fassen. Es gehört nur einmal zu einer Frauennatur, daß sie sich mittelst und die anderen anregt, sich ihr mitzuteilen. Sehen wir also einmal die Sache von dieser Seite an, so werden wir die Anzüglichkeiten der Herren der Schöpfung nicht so ernst nehmen, werden vielmehr fühlen, daß sie oftmals gar nicht so böse gemeint sondern nur dazu da sind — unsere Kampflust, unsern Protest nachzurufen, und damit hätten uns diese Herren dann glücklich wieder so weit, wie sie erstreben, nämlich, uns mit ganzem Herzen und überzeugenden Worten dafür einzusetzen, daß — wir wirklich nicht zu viel reden, nur eben das, was wirklich nötig.

Ellen Gravingen.

Zeit ist Geld

Das Wort ist uns allen geläufig, aber handeln auch alle Hausfrauen danach? Sicher hat es die Frau des Mittelstandes heute sehr schwer, wenn sie mit dem geschätztesten Einkommen ohne Hilfe den Haushalt belagern muß. Aus diesem Gedanken heraus ist die Müttererholungs-Kur für die Muttertag entstanden. Wäre es aber nicht besser, die Angelegenheit einmal bei der Wurzel zu packen? Nehmen wir zwei Haushaltungen, die in bezug auf Familienstand gleich sind, und trotzdem arbeitet sich die eine Frau fast zu Tode, während die andere ein behagliches Leben zu führen scheint. Dabei ist der äußere Eindruck der beiden Haushaltungen der gleiche, ja der Gast fühlt sich sogar in dem zweiten Haushalt, in dem die Frau nicht außer Atem von einer Arbeit zur anderen hegt, sondern freundlich dem Besucher gegenüber sitzt, wohl als in dem der „tüchtigen“ Hausfrau, dem Arbeitstier.

Die richtige Arbeitseinteilung ist die Hauptsache. Die eine Frau fängt früh mit frischem Mut ihre Arbeit an, und durch ihren Frohsinn geht ihr alles leicht von der Hand. Bald sind die Kinder angezogen, zur Schule bezogen, in ihre Spielecke gebracht, die Zimmer ausgeräumt und es bleiben am Vormittag sogar noch zwei Stunden zu einer kleinen Wasche (Kinderzeug, Buntles), zum Ausbessern oder Plätten. Selbstverständlich, daß Staubsauger, elektrische Platte, Gasherd vorhanden sind. Das Geschirr wird entweder nach dem Essen gespült (eine Stunde) oder wenn die Mittagszeit dazu zu kurz ist, für den nächsten Tag in Wasser versenkt. Dann legt sich die Hausfrau auf ein Stündchen hin. Der Nachmittagskaffee und das Abendbrot (natürlich kalt) machen nur wenig Arbeit, so daß genügend Zeit bleibt zum Spaziergehen mit Mann oder Kinder oder für einen Besuch. Diese Frau verlag Otto Beyer, Leipzig.

Wien und Österreich, seit Jahren täglich tot, gesagt, und doch immer noch springelnd. — das beweist Ihnen das Augustheft „die neue Linie“. Ein interessanter mit großem Bildmaterial ausgestatteter Bericht von der internationalen Wiener Werkbund-Ausstellung vermittelt vielerlei Anregung für den Ausbau der eigenen Wohnung. — Känten, das deutsche Land unter südlicher Sonne, lockt zum Besuch seiner herrlichen Seen und Berge. — Und daß ein jeder richtig ausgerüstet in den Hochsommer fährt, dafür sorgt der umfangreiche Modestell, der im Zeichen heißer Sonne steht. — Für literarisch wertvolle Unterhaltung hat „die neue Linie“, das schönste deutsche Gesellschaftsblatt, ebenfalls, wie stets Sorge getragen, was Namen, wie Ina Seidel, Georg Britting, Wilhelm von Scholz, Josef Friedrich Perkonig, preis von 1.— Mark zu haben, wo nicht, vom Kinder oder für einen Besuch. Diese Frau Verlag Otto Beyer, Leipzig.

Das Lob der Eltern

Das kluge Lob ist ein Ausdruck der ersten lichen Güte. Wer erinnert sich nicht gern des befehligen Glücksgefühls, das ein wohlwollendes Lob des Vaters oder der Mutter während der Kindheit in uns auslöst. Sei es für ein gutes Schulzeugnis, für ein bestandenes Examen oder für sonst eine außergewöhnliche Leistung: Das Lob beglückt in jedem Fall. Es verdoppelt die Freude des Kindes an seiner Leistung und läßt sie nachklingen bis zum Entstehen des neugelegten Zieles.

Ja, im vorzüglich und klug ausgesprochen

## Englands Königin ladet 8000 Gäste ein



Die Gäste strömen durch die Eingangspforte des Londoner Buckingham-Palastes, in dessen Park das traditionelle Gartenfest stattfindet, weniger als 8000 Gäste geladen.

Die Gäste strömen durch die Eingangspforte des Londoner Buckingham-Palastes, in dessen Park das traditionelle Gartenfest stattfindet, weniger als 8000 Gäste geladen.

verblüht nicht vorzeitig durch zuviel Arbeit. Aber sie arbeitet hinterher fort. Keine Zeit wird verschwendet mit Zeitungslesen, Blaustündchen mit der Nachbarin oder Versorgungsgängen. Die Hausfrau hat ihre festen Lieferanten, wie Kolonialwarenhändler, Bäcker, Fleischer, die die Ware ins Haus bringen und nach neuen Aufträgen fragen. Die Wohnung ist blitzblank und die Kinder, von klein auf gut erzogen, räumen ihre Sachen selbst auf und beschäftigen sich artig allein. Auch umhüllte Nächte durch Nichtschlafenmollen der Kinder hat es von Anfang an nicht gegeben. Dagegen kenne ich Eltern, die bei ihren zwei- und fünfjährigen Kindern noch oft die Nacht unterwegs sind, um die Wünsche: etwas zu trinken, in Mutters Bett, noch einmal zuge- deckt werden, zu befriedigen.

Die große Wasche wird in eine renommierte Waschanstalt gegeben, 20 Pfund schrankfertig für 5 Mark, nur die Leibwäsche muß über- gepflegt werden. Hat sich die Flickwäse einmal sehr angeammelt, so erscheint eine Aus- besserin, die für 2,50 Mark Tagelohn einen Kleidenhaufen beiseite schafft. Jeder Gast ist willkommen und nimmt gern, was ihm so gern und anspruchslos geboten wird.

Nun der andere Haushalt. Ein Großreine- machen und eine Wasche jagen die andere. Die Flick- und Stoffkörbe quellen über. Die Kinder sind schlecht erzogen und der Mann ist froh, wenn er sich an seinen Arbeitstisch zurückziehen kann. Niemand magt, der Haus- frau mit einem Wunsch zu kommen, denn jede Geste an ihr zeigt, wie unendlich viel sie zu tun hat. In ihrer Nervosität fängt die Frau dreierlei Sachen an einmal an, ohne etwas zu Ende zu bringen. Das Wichtigste hat sie natürlich inzwischen vergessen und so brennt das Gemüße an und Günthers Schulhofe bleibt ungestopft, bis auch die Sonntagshose ein Loch hat. An jedem Morgen und jedem Nachmittage macht die Hausfrau Besorgungen. Da sie die Anfahrtskarte nicht benutzt, vergißt sie unter- wegs doch noch immer etwas und läuft kurz vor dem Essen noch einmal zum Kaufmann. Natürlich trifft sie unterwegs eine Bekannte

Wien und Österreich, seit Jahren täglich tot, gesagt, und doch immer noch springelnd. — das beweist Ihnen das Augustheft „die neue Linie“. Ein interessanter mit großem Bildmaterial ausgestatteter Bericht von der internationalen Wiener Werkbund-Ausstellung vermittelt vielerlei Anregung für den Ausbau der eigenen Wohnung. — Känten, das deutsche Land unter südlicher Sonne, lockt zum Besuch seiner herrlichen Seen und Berge. — Und daß ein jeder richtig ausgerüstet in den Hochsommer fährt, dafür sorgt der umfangreiche Modestell, der im Zeichen heißer Sonne steht. — Für literarisch wertvolle Unterhaltung hat „die neue Linie“, das schönste deutsche Gesellschaftsblatt, ebenfalls, wie stets Sorge getragen, was Namen, wie Ina Seidel, Georg Britting, Wilhelm von Scholz, Josef Friedrich Perkonig, preis von 1.— Mark zu haben, wo nicht, vom Kinder oder für einen Besuch. Diese Frau Verlag Otto Beyer, Leipzig.

so reuert ein Weichen. zu Haus haben die Kinder inzwischen Unflug gestiftet. Während noch darüber gescholten wird, erscheint der Hausherr zu seiner kurzen Mittagspause und dabei sind die Kartoffeln noch nicht einmal aufgelegt.

Daß dieser Haushalt an Gemütlichkeit zu wünschen übrig läßt, ja daß das Familienglück dabei in die Brüche gehen kann, leuchtet jedem ein. Halten wir es lieber mit dem alten Sprichwort: „Sei nie hastig, auch wenn du hast hast, und nie rastig, auch wenn du rast hast!“ und wir werden sehen wieviel wir auf diese Weise schaffen können.

L. Grabowski.

## Jedes Lebensalter hat seine Vorzüge

Jeder Mensch, der auf die Frage, ob er jünger sein möchte, mit Ja antwortet, gesteht damit unbedacht ein, daß er mit seinem bisherigen Dasein oder zumindest mit Abschnitten desselben nicht völlig zufrieden ist.

Ganz junge Menschen möchten bezeichnenderweise älter sein, alte Leute möchten sich die Jugend zurück und Menschen, die auf der Höhe des Lebens stehen, wünschen meist, daß die Jahre nicht so schnell dahingehen mögen. Die innere Unausgeglichenheit der heutigen Menschheit tut sich in diesen Stimmungen kund. Die Menschen von heute verlernen, sich darauf einzustellen, daß jedes Lebensalter seine besonderen Schönheiten hat, und daß es auf seine Art genützt und gelebt werden muß. Wenn die Höhe des Lebens erreicht ist, geht es nicht abwärts, sondern man bleibt lange Zeit auf dieser Höhe stehen. Die Lebenskurve führt nämlich allmählich aufwärts und verläuft dann lange Jahre auf der obersten Höhe weiter. Die Kunst des Daseins liegt darin, den allmählichen Abstieg hinauszuhalten. Dies geschieht — und darin liegt einer der schwersten Fehler unserer Zeit — niemals durch äußerliche Mittel, sondern lediglich durch innere Werte. Nicht jung zu erscheinen ist der Zweck des Daseins, sondern jung zu sein. Jung aber ist in diesem Falle gleichbedeutend mit „leistungsfähig“ und „gegenwartsbereit“. Ein großer Teil der Menschheit kommt durch seine falsche Einstellung niemals zum Genuß der Gegenwart, des Augenblicks. Er lebt entweder längst vergangenen, ihm in der Erinnerung wunderbar erscheinenden Zeiten oder er wünscht sich bereits etwas Zukünftiges herbei, weil es ihm besser erscheint als die Gegenwart. So gibt es Menschen, die im Winter stets auf den Sommer warten, um beim Anbruch desselben wiederum folglich den Winter herbeizuwünschen.

Wir müssen es uns wieder angewöhnen, zu erkennen, daß jedes Lebensalter seine besonderen, nur diesem Zeitpunkt eigenen Schönheiten besitzt. Andere Interessen, neue Dinge, mit denen man sich umgibt und unbekannter Menschen treten in unser Leben, wenn sich der Uebergang aus einer in die andere Daseins- epoque vollzog. In jedem Menschen liegt eine unendliche Spannkraft, die genützt werden muß, damit sie zu jeder Zeit auf ihrem richtigen Ausmaß stehe. Ist man sich dieser Kraft bewußt, so wird man den Uebergang aus dem einen ins nächste Lebensalter gern und mutig ertragen. Die negative Einstellung zum Leben, die heute aus innerer Unsicherheit, aus Angst vor dem Leben und aus mangelnder Anpassungsfähigkeit leider so oft gegenwärtig ist, muß einer positiven, das ist gegenwärtig erfüllten Haltung weichen. Damit verschwinden folglich alle äußeren Altersunterschiede, so sie hören zu bestehen auf. Denn wer voll und ganz in der Gegenwart lebt, beherrscht die Sachlage und läßt die äußeren, oberflächlichen Gemüts so stark belastenden Anzeichen des Alters gar nicht an sich herankommen. Sie bleiben nicht nur ihm, sondern auch seiner Mitwelt unbemerkt. Denn die aus einem solchen Menschen hervorstrahlende Kraft und Lebens- energie ist so stark, daß ihm nur die guten Seiten jedes Lebensalters zum Bewußtsein kommen können.

Das Lob der Eltern

Das kluge Lob ist ein Ausdruck der ersten lichen Güte. Wer erinnert sich nicht gern des befehligen Glücksgefühls, das ein wohlwollendes Lob des Vaters oder der Mutter während der Kindheit in uns auslöst. Sei es für ein gutes Schulzeugnis, für ein bestandenes Examen oder für sonst eine außergewöhnliche Leistung: Das Lob beglückt in jedem Fall. Es verdoppelt die Freude des Kindes an seiner Leistung und läßt sie nachklingen bis zum Entstehen des neugelegten Zieles.

Ja, im vorzüglich und klug ausgesprochen