

**Hotel zum Frieden.**

Humoreske aus dem Schwedischen von Bert Sandberg.

„Auf Schwindler und Betrüger verleihe ich mich, das kannst Du glauben. Laß nur mal solch einen meine Schwelle betreten, der soll es mit mir zu tun bekommen, gleichviel ob er sich als Sultan von Indien oder als Schah ausstaffiert.“ brüskete sich Montelius, der Hotelier, ein ziemlich wider Williger, vor seinem Freunde Zell.

„Dein Scharfsinn ist erstaunlich,“ fiel Frau Montelius mit einer Stimme ein, die ebenso dünn und steif war wie ihre Figur. „Hast Du den englischen Lord vergessen?“

„Das ist schon so lange her...“

„Oder den italienischen Kaufmann vom vorigen Monat?“

„Was wollte ich doch sagen?“ ... wandte er sich demotivierend an seinen Freund. „Ja, die Weinernte scheint in diesem Jahre besonders gut zu werden.“

In demselben Moment rollte ein Wagen heran und blieb vor dem Hause stehen. Der Hotelier eilte herbei, um den Gästen behilflich zu sein, und auch der Wirt erhob sich rasch zur Begrüßung.

Es waren sehr elegante Gäste, wie sie das „Hotel zum Frieden“ selten beherbergt hatte. Ein höchst vornehm gekleideter Herr und eine ebenso distinguierte Dame.

„Siehst Du,“ sagte der Fremde, ohne den Wirt zu bemerken, „Balzow hatte recht, das scheint hier prächtig zu sein, zwar nicht besonders elegant, doch jedenfalls ansprechend.“

„Es freut mich sehr, das zu hören, doch ich erlaube mir zu bemerken, daß es im ganzen Ort kein so komfortables Hotel gibt wie dieses,“ sagte der Wirt mit tiefer Verbeugung.

„Sie sind stolz auf Ihr Hotel, das glaube ich wohl,“ sagte der Fremde höflich und freundlich. „Hier ist wohl ein Brief für mich ankommen — von Hestberg — nicht wahr?“

Montelius überreichte den Brief auf einer Schale.

Beim Öffnen des Couverts fiel ein Papier zu Boden, ohne daß Hestberg es bemerkte.

„Wertwürdig,“ sagte er zu der Dame, „Armin schreibt, daß er eine Anweisung auf zweitausend Mark beifügt, Du weißt, die kleine Einzahlung, doch ich finde keine vor.“

„Ardon,“ sagte Montelius, „das ist wohl die Anweisung, von der Sie sprechen.“ Damit hob er das Papier vom Boden auf.

**Wieder vereint.**

Novellette von Ida Großmann.

Lange, lange ist's her, daß sie nicht mehr zusammen ausgegangen waren. Heute ließ es sich nicht umgehen. Gute Freunde, die das stumme Nebeneinanderleben des jungen Paares mit Mitleid erfüllte, haben es aufgefordert, am heutigen Allerheiligentage mit ihnen das Grab einer gemeinsamen Freundin, die letzte Woche beerdigt worden war, zu besuchen.

Unten vor dem Hause treffen sich die Verabredeten. Rechtsanwält Brehm nimmt sofort Affessor Klein in Beschlag; die Herren haben einen wichtigen juristischen Fall zu besprechen, während die jungen Frauen, sich von Haushaltungspflichten unterhalten, ihnen folgen.

Es ist ein schöner, heller Novembertag. Blau steht die Sonne am klaren Himmel, die Luft ist kalt, glühender Reif ist über Gras und Büschen, die auf der Schattenseite liegen, ausgebreitet. Unzählige Menschen wogen hinaus auf den Friedhof, Menschen mit gleichgültigen Gesichtern, die nur der jährlichen Gewohnheit fröhnen oder ihre Reue über die befristeten wachen. Menschen mit traum-schweren Augen und bedrücktem Herzen. Unter eifriger Unterhaltung haben sich die Freunde an dem steinernen Portale, das das Leben von dem Tode scheidet, getrennt; sie wollen erst die Gräber ihrer eigenen Angehörigen besuchen, ehe sie den neuen Teil des Friedhofes betreten, wo die irdische Hülle der so früh Dahingegangenen ruht.

Wortlos ist Affessor Klein mit seiner Frau die lange Kastanienallee hinabgegangen, wortlos stehen sie jetzt an dem kleinen Hügel, dessen Marmortreuz nur das Wort „Hilbe“ trägt. Ernst steht der Vater vor dem Grabe seines über alles geliebten Kindes. Uebers Grab hinaus gleiten seine ängstlichen Blicke, als sähen sie in der Ferne das fröhliche, glückliche Kind, das der Eltern Wonne und Sonnenschein war.

Fest auf den Schirm gestützt, lehnt die junge Mutter an dem eisernen Geländer. Ihr Gesicht ist leichenblau, nur die dunklen Augen scheinen darin zu leben und von Jammer und Verzweiflung zu reden. Ab und zu wirft sie einen Blick des Hasses hinüber nach dem stummen Manne, die Lippen bewegen sich, als wollten sie ihm wieder das Wort zuschleudern, das sie damals getrennt hat. Schon achtzehn Monate sind es her! Und doch ist's der Mutter, wie wenn es erst gestern gewesen wäre. Täglich und stündlich hat sie feichter das durchgemacht, was sie damals an den Rand der Verzweiflung gebracht hatte und durch kein tröstendes Wort von seiner Seite gemildert worden war.

„Hilbe, mein süßes Kind!“ hauchte sie leise. In Gedanken sieht sie es wieder, das dreijährige Töchterchen, blühend und gesund, im weißen Mützchen und dem blauen Kleidchen, das sie ihm selbst gestickt hatte. Wie die Augen vor Lebensfreude glänzen, wie das süße Mäulchen unaussprechlich plaudert, und die wirren Lockchen, die sich nicht bändigen lassen wollen, über der weißen Stirne sich ringeln! Sie fühlt wieder den Druck der weichen Arme um ihren Hals und hört das liebliche Stimmchen sagen: „Nicht traurig sein, Mamaschen, wir kommen bald wieder, und ich bringe Dir einen schönen Strauß Rosen aus Daniels Garten mit.“

Und dann war das Schreckliche geschehen. Trotz all ihrer Bitten hatte der Affessor die Kleine an einem Sonntagmorgen mit sich zum Besuch seines Vaters genommen. Er hatte kurz vorher ein Pferd und einen leichten Wagen gekauft und wollte den schönen Sonntagmorgen benutzen, um eine Probefahrt zu machen. Mit Pferdchen wohlvertraut, hatte er sich ein Tier ausgeliefert, von dem er wußte, daß es fromm war.

War es Ahnung, daß sie die Kleine nicht von sich lassen mochte? Doch ihr Gatte wollte nicht von ihrer Sorge wissen.

„Glaubst Du denn, Martha, ich würde die Kleine mit mir nehmen, wenn ich nicht ganz sicher wäre, sie Dir gesund und wohl wieder in die Arme legen zu können? Habe ich sie denn weniger lieb als Du?“ Die erste Stunde der Fahrt war herrlich. Hilbchen lachte und jubelte vor Lust und wußte kaum genügend zärtliche Worte zu finden, um ihrem Herzenspapa zu danken. Dann kam ein Bahnübergang, die Barriere war geperrt. Unruhig, die Steine auffahrend, bewegte sich das Pferd, fest mußte der Affessor die Zügel halten. Nun brauste der Zug daher. Mit weiten Brustern stand das Tier, noch fühlte es die Hand seines Meisters. Da kam von hinten her in rasender Eile ein Automobil, das Pferd erschrocken, schlug über die Stränge, der Wagen wurde vor die Barriere geschleudert, und als der Zug vorübergefahren, hielt der Vater sein Kind tot in den Armen.

Welche Heimsucht! Mit Schonung brachte er die schreckliche Nachricht seiner Frau bei — ein Aufschrei, und in fliegender Hast eilte sie zu der Leiche ihres geliebten Kindes, an der sie ohnmächtig zusammenbrach.

Mit vieler Mühe brachte der Mann sein Weib wieder zum Leben. Mit heißen Küssen und herzlichem Liebes-

**Frauennecke**

Stil bauen! Von Ludwig Würterl.

Du sollst nicht kalt und ruhig stehn, Wenn große Taten rings geschehn. Beschau das Bauwerk deiner Zeit Und seine Größe und Herrlichkeit!

Erhebe dich aus deiner Ruh, Und greif mit an und greif mit zu. Und wär's auch nur ein kleiner Stein, Flig' in den Bau ihn doch hinein!

Du sollst nicht kalt und ruhig stehn, Wenn große Taten rings geschehn! Hast Du im Kleinen mit getan, Greiff Du wohl auch das Große an.

**Oekonomie im Haushalt.** Die Grundbedingung einer erspriesslichen Führung des Haushaltes ist eine weise Berechnung des Aufwandes, den die vorhandenen materiellen Hilfsquellen der Hausfrau gestatten, also das, was man im allgemeinen als Sparfamkeit bezeichnet. Allein der Begriff der Sparfamkeit muß bei der Frau unserer Zeit, genau betrachtet, von der üblichen Anwendung auf Geld und Geldwert, auf Zeit, Kraft und geregelte Tätigkeit ausgedehnt werden. Die Sparfamkeit in diesem Sinne stellt hohe Anforderungen an das Urteilsvermögen der Frau, denn es gibt sehr interessante und sogar sehr nützliche Unternehmungen, die sie sich um ihrerwillen verlagern muß. Sie muß vor allen Dingen auch auf die geistigen Interessen ausgedehnt werden. Ist die Frau musikalisch, so ist es ihr natürliches Bedürfnis, Musik zu hören, aber sie wähle mit weisem Bedacht nur das wirklich Fördernde und hüte sich durch allzu häufigen Besuch von Konzerten und sonstigen musikalischen Veranstaltungen ihre Tätigkeit einzuschränken und ihre Gedanken vom Haushalt abzulenkten. Dasselbe gilt von der Geselligkeit, die keineswegs als Luxus, sondern als notwendige Anregung anzusehen ist, bei der aber die Beurteilung von Zeit, Geld und Kraft die allerwichtigste Rolle spielt.

**Die Frau als Hausfrau.** Oekonomie im Haushalt äußert sich auch in der Befolgung einer richtigen Einteilung von Raum und Zeit. Ordnet die Hausfrau in Zimmer und Küche ihr Gerät, in Kasten und Kommoden ihre Kleider und ihr Werkzeug geordnet, so wird sie vielen Platz ersparen und die Haushaltungsgegenstände lange ansehnlich erhalten. Diese Art von Oekonomie ist gewiß am leichtesten zu befolgen, denn schon der Schöpfersinn ist ein mächtiger Hebel, alles nett und zierlich eingerichtet zu halten, und sie wird am leichtesten erzielt, wenn man jedes Gerät, jedes Stück Werkzeug, jedes Kleidungsstück, sobald man es nicht mehr benötigen hat, an seine gehörige Stelle zurückbringt; auf solche Weise wird sich selten etwas verlieren, und auch die Mühe des Aufräumens ist eine geringere. Durch eine genaue Einteilung der Tagesgeschäfte endlich kommt die Oekonomie in der Zeit zur Geltung. Wird die Regel der genauen Zeiteinteilung beobachtet, so kann die Hausfrau selbst in beschränkten Verhältnissen ihr Hauswesen selbst in bester Ordnung halten und kann dabei oft noch Zeit zur Ausübung eines Berufsgeschäftes, das etwa eine willkommene weitere Erwerbsquelle öffnet, oder wo dies notwendig ist, Zeit zur Erholung und geistigen Fortbildung finden. Die wahre Oekonomie im Haushalt besteht also nicht nur in der Ausübung der Sparfamkeit in Bezug auf Geld und Geldwert, sondern auch im wohlbedachten Maßhalten von Raum, Kraft und Zeit.

**Das Lachen.** Ist ein wichtiger Faktor zur Gesundheit. Schon der alte Hippokrates war von dem Wert des Lachens überzeugt. Später glaubte man ein herzliches Lachen stärke Leber und Herz. Heute ist man überzeugt, daß das Lachen einen günstigen Einfluß auf alle inneren Organe habe und der Körpermuskulatur gut tut. Daß es außerdem eine wohlthätige Wirkung auf Gemüt und Geist hat, weiß gewiß Jeder aus Erfahrung. Denn wer lacht, ist heiter und fidel und freut sich seines Lebens. Die Lebensfreude aber schafft Lebenskraft. Das tritt besonders bei kranken Menschen zu Tage. Wenn sie erst wieder lachen können, sind sie auf dem Wege der Genesung. Aber auch beim Kinde merkt man an Lachen, wie es um seinen Körperzustand bestellt ist. Klingt sein Lachen laut und klar, so ist es sicher gesund und kräftig. Und diese Bedeutung behält das Lachen für's ganze Leben. Drum wußt Dem, der lachen kann.

**Kartoffeln gegen Gicht und Nierenleiden.** Aus Kopenhagen wird der „Frankf. Ztg.“ gemeldet: Der dänische Nahrungshygieniker Dr. Hindbe, der mit Unterstützung des Staates in seinem Ernährungs-Laboratorium Experimente über den Einfluß der verschiedenen Nahrungsmittel auf die Ernährung und die tranthastigen Zustände des menschlichen Körpers ange-

**Wieder vereint.**

Novellette von Ida Großmann.

worten wollte er ihr den furchtbaren Verlust erleichtern, den Schmerz mit ihr teilen — da erhob sie sich geisterbleich, mit Wut und Haß schleuderte sie seine Hand zurück, sah ihn mit blühenden Augen an und — „Mörder!“ schrie sie durch das stille Totenzimmer.

Das war zu viel für ihn gewesen. Er machte sich wohl selbst die schrecklichsten Gewissensbisse, doch von ihr, der Mutter seines Kindes, dies hören zu müssen, das schmerzte ihn beinahe noch mehr als der Tod seines Lieb-lings. — Er wußte, er hatte an diesem Tage Weib und Kind verloren.

Alle Worte des Geistlichen, der kam, um die trauernden Eltern aufzurichten, alle Worte der Verwandten und Freunde, die Trost zuzusprechen suchten, gliedten ab an dem Fall, wie zu Eis erstarrten Gesicht des jungen Weibes, das von da ab nur mühsam seinen Hausfrauenpflichten nachkam.

Achtzehn Monate waren auf diese Weise verstrichen, jedes Leben für sich ein qualvolles, einsames Leben, die Liebe, die auch den Stachel des Todes lindern kann, fehlte, sie ward begraben mit der kleinen Hilbe.

Zwei schöne Kränze liegen auf dem Grabe. In aller Frühe war der Vater zu seinem Kinde geeilt, um ihm den ersten Liebesgruß zu bringen. Später war die Mutter gekommen, um ihrem Lieblinge die letzte Ruhestätte zu schmücken — gemeinsame Gedanken, und doch so weit getrennt durch Haß und Unversöhnlichkeit.

Am Mittelwege erscheint Rechtsanwält Brehm mit seiner Frau. Innig schmiegt sie sich an ihren Gatten, der ihr Trost und Stütze ist und mit ihr am Grab ihrer Eltern trauert. Affessor Klein und Frau verlassen nun auch den kleinen Hügel und treffen wieder mit ihren Freunden zusammen.

Das Grab der Freundin ist auch mit Blumen und Kränzen bedeckt, der Raubreif hat sich darauf gelegt, und es glänzt und glühert nun in der untergehenden Sonne wie tausend Brillanten.

Nicht weit davon ist ein neues Grab gegraben. Die Bretter, die den Sarg aufnehmen, sind darüber gelegt, alles ist bereit, ein Menschentind der Mutter Erde zu übergeben.

Run kommt auch schon der Leichenzug heran, voran der blumengeschmückte Sarg, hinter ihm der Geistliche mit den Hinterbliebenen. Die Freunde wollen den Platz verlassen, doch schon sind sie umringt von der Menge und müssen verharren.

Deutlich ertönt die sonore Stimme des ehrwürdigen Geistlichen. Mit kurzen Worten spricht er ein Gebet, geht den Verstorbenen und schließt mit inniger Fürbitte für die hinterlassene Witwe, die ihrem Gatten das Versprechen, das sie ihm einst am Altar gegeben, bis zu seinem letzten Atemzuge mit Liebe und Hingabe erfüllt hat.

„Wird man das auch einst von Dir sagen können?“ Leise pocht eine mahnende Stimme an das vereinsamte Herz Martha's. „Wenn er mir nun auch genommene wäre, wäre es nicht eine Erleichterung für mich, da wir doch nicht mehr zusammengehören? Wenn er, meines Kindes Mörder ... Doch nein, ich kann ihn nicht hergeben, er muß bei mir bleiben. — o Gott, o Gott, laß ihn mir, strafe mich nicht, indem Du ihn von mir nimmst!“

Tiefbewegt ist sie ihrem Gatten näher getreten, nur eine kleine Fingertrenni sie noch von ihm. Affessor Klein sieht erstaunt nach seinem Weibe, auch in ihm wogt und flürrt es, er kämpft mit sich, ihm erscheint es plötzlich als tiefes Unrecht, daß er das Wort einer verzweifelt Mutter nicht milder beurteilt hat, daß er ihr nicht ...

„Und vergieb uns unsere Schuld, wie wir vergeben unsern Schuldigern ...“

Wie ein Mahnruf bringen diese so oft gehörten und selbgesprochenen Worte dem bemitleid daselbstenden Paare zu Ohren, als hätten die Lüfte sie ihnen zuge tragen. Fest und tief graben sie sich in die Herzen, kalten Herzen, um dort den Funken der Liebe wieder anzufachen.

Mit tiefem Ernste sehen sie sich in die Augen, dann finden sich die Hände, und jedes flüstert leise: „Vergieb!“

Affessor Klein hat sein Weib an sich gezogen. Träne um Träne rollt über ihre Wangen, hier auf dem Friedhofe schämt sich keiner ihrer, es sind die Opfer des Totenfestes.

Arm in Arm, Schulter an Schulter, lehnen die Versöhnten an das Grab ihres Kindes zurück, fest fassen sie die Hände, und wenn auch der Mund stumm bleibt, so geloben sich doch ihre Augen Frieden und Vergeben für alle Zeiten.

Else: Johann, mir haben jetzt ganz dumme Saden geträumt. Johann: Du, freilich Else, da bitte, sagen Sie mir's an, ich bin nämlich e Freund von dummen Saden.

**Frauennecke**

Stil bauen! Von Ludwig Würterl.

Du sollst nicht kalt und ruhig stehn, Wenn große Taten rings geschehn. Beschau das Bauwerk deiner Zeit Und seine Größe und Herrlichkeit!

Erhebe dich aus deiner Ruh, Und greif mit an und greif mit zu. Und wär's auch nur ein kleiner Stein, Flig' in den Bau ihn doch hinein!

Du sollst nicht kalt und ruhig stehn, Wenn große Taten rings geschehn! Hast Du im Kleinen mit getan, Greiff Du wohl auch das Große an.

**Oekonomie im Haushalt.** Die Grundbedingung einer erspriesslichen Führung des Haushaltes ist eine weise Berechnung des Aufwandes, den die vorhandenen materiellen Hilfsquellen der Hausfrau gestatten, also das, was man im allgemeinen als Sparfamkeit bezeichnet. Allein der Begriff der Sparfamkeit muß bei der Frau unserer Zeit, genau betrachtet, von der üblichen Anwendung auf Geld und Geldwert, auf Zeit, Kraft und geregelte Tätigkeit ausgedehnt werden. Die Sparfamkeit in diesem Sinne stellt hohe Anforderungen an das Urteilsvermögen der Frau, denn es gibt sehr interessante und sogar sehr nützliche Unternehmungen, die sie sich um ihrerwillen verlagern muß. Sie muß vor allen Dingen auch auf die geistigen Interessen ausgedehnt werden. Ist die Frau musikalisch, so ist es ihr natürliches Bedürfnis, Musik zu hören, aber sie wähle mit weisem Bedacht nur das wirklich Fördernde und hüte sich durch allzu häufigen Besuch von Konzerten und sonstigen musikalischen Veranstaltungen ihre Tätigkeit einzuschränken und ihre Gedanken vom Haushalt abzulenkten. Dasselbe gilt von der Geselligkeit, die keineswegs als Luxus, sondern als notwendige Anregung anzusehen ist, bei der aber die Beurteilung von Zeit, Geld und Kraft die allerwichtigste Rolle spielt.

**Die Frau als Hausfrau.** Oekonomie im Haushalt äußert sich auch in der Befolgung einer richtigen Einteilung von Raum und Zeit. Ordnet die Hausfrau in Zimmer und Küche ihr Gerät, in Kasten und Kommoden ihre Kleider und ihr Werkzeug geordnet, so wird sie vielen Platz ersparen und die Haushaltungsgegenstände lange ansehnlich erhalten. Diese Art von Oekonomie ist gewiß am leichtesten zu befolgen, denn schon der Schöpfersinn ist ein mächtiger Hebel, alles nett und zierlich eingerichtet zu halten, und sie wird am leichtesten erzielt, wenn man jedes Gerät, jedes Stück Werkzeug, jedes Kleidungsstück, sobald man es nicht mehr benötigen hat, an seine gehörige Stelle zurückbringt; auf solche Weise wird sich selten etwas verlieren, und auch die Mühe des Aufräumens ist eine geringere. Durch eine genaue Einteilung der Tagesgeschäfte endlich kommt die Oekonomie in der Zeit zur Geltung. Wird die Regel der genauen Zeiteinteilung beobachtet, so kann die Hausfrau selbst in beschränkten Verhältnissen ihr Hauswesen selbst in bester Ordnung halten und kann dabei oft noch Zeit zur Ausübung eines Berufsgeschäftes, das etwa eine willkommene weitere Erwerbsquelle öffnet, oder wo dies notwendig ist, Zeit zur Erholung und geistigen Fortbildung finden. Die wahre Oekonomie im Haushalt besteht also nicht nur in der Ausübung der Sparfamkeit in Bezug auf Geld und Geldwert, sondern auch im wohlbedachten Maßhalten von Raum, Kraft und Zeit.

**Das Lachen.** Ist ein wichtiger Faktor zur Gesundheit. Schon der alte Hippokrates war von dem Wert des Lachens überzeugt. Später glaubte man ein herzliches Lachen stärke Leber und Herz. Heute ist man überzeugt, daß das Lachen einen günstigen Einfluß auf alle inneren Organe habe und der Körpermuskulatur gut tut. Daß es außerdem eine wohlthätige Wirkung auf Gemüt und Geist hat, weiß gewiß Jeder aus Erfahrung. Denn wer lacht, ist heiter und fidel und freut sich seines Lebens. Die Lebensfreude aber schafft Lebenskraft. Das tritt besonders bei kranken Menschen zu Tage. Wenn sie erst wieder lachen können, sind sie auf dem Wege der Genesung. Aber auch beim Kinde merkt man an Lachen, wie es um seinen Körperzustand bestellt ist. Klingt sein Lachen laut und klar, so ist es sicher gesund und kräftig. Und diese Bedeutung behält das Lachen für's ganze Leben. Drum wußt Dem, der lachen kann.

**Kartoffeln gegen Gicht und Nierenleiden.** Aus Kopenhagen wird der „Frankf. Ztg.“ gemeldet: Der dänische Nahrungshygieniker Dr. Hindbe, der mit Unterstützung des Staates in seinem Ernährungs-Laboratorium Experimente über den Einfluß der verschiedenen Nahrungsmittel auf die Ernährung und die tranthastigen Zustände des menschlichen Körpers ange-

**Frauennecke**

Stil bauen! Von Ludwig Würterl.

Du sollst nicht kalt und ruhig stehn, Wenn große Taten rings geschehn. Beschau das Bauwerk deiner Zeit Und seine Größe und Herrlichkeit!

Erhebe dich aus deiner Ruh, Und greif mit an und greif mit zu. Und wär's auch nur ein kleiner Stein, Flig' in den Bau ihn doch hinein!

Du sollst nicht kalt und ruhig stehn, Wenn große Taten rings geschehn! Hast Du im Kleinen mit getan, Greiff Du wohl auch das Große an.

**Oekonomie im Haushalt.** Die Grundbedingung einer erspriesslichen Führung des Haushaltes ist eine weise Berechnung des Aufwandes, den die vorhandenen materiellen Hilfsquellen der Hausfrau gestatten, also das, was man im allgemeinen als Sparfamkeit bezeichnet. Allein der Begriff der Sparfamkeit muß bei der Frau unserer Zeit, genau betrachtet, von der üblichen Anwendung auf Geld und Geldwert, auf Zeit, Kraft und geregelte Tätigkeit ausgedehnt werden. Die Sparfamkeit in diesem Sinne stellt hohe Anforderungen an das Urteilsvermögen der Frau, denn es gibt sehr interessante und sogar sehr nützliche Unternehmungen, die sie sich um ihrerwillen verlagern muß. Sie muß vor allen Dingen auch auf die geistigen Interessen ausgedehnt werden. Ist die Frau musikalisch, so ist es ihr natürliches Bedürfnis, Musik zu hören, aber sie wähle mit weisem Bedacht nur das wirklich Fördernde und hüte sich durch allzu häufigen Besuch von Konzerten und sonstigen musikalischen Veranstaltungen ihre Tätigkeit einzuschränken und ihre Gedanken vom Haushalt abzulenkten. Dasselbe gilt von der Geselligkeit, die keineswegs als Luxus, sondern als notwendige Anregung anzusehen ist, bei der aber die Beurteilung von Zeit, Geld und Kraft die allerwichtigste Rolle spielt.

**Die Frau als Hausfrau.** Oekonomie im Haushalt äußert sich auch in der Befolgung einer richtigen Einteilung von Raum und Zeit. Ordnet die Hausfrau in Zimmer und Küche ihr Gerät, in Kasten und Kommoden ihre Kleider und ihr Werkzeug geordnet, so wird sie vielen Platz ersparen und die Haushaltungsgegenstände lange ansehnlich erhalten. Diese Art von Oekonomie ist gewiß am leichtesten zu befolgen, denn schon der Schöpfersinn ist ein mächtiger Hebel, alles nett und zierlich eingerichtet zu halten, und sie wird am leichtesten erzielt, wenn man jedes Gerät, jedes Stück Werkzeug, jedes Kleidungsstück, sobald man es nicht mehr benötigen hat, an seine gehörige Stelle zurückbringt; auf solche Weise wird sich selten etwas verlieren, und auch die Mühe des Aufräumens ist eine geringere. Durch eine genaue Einteilung der Tagesgeschäfte endlich kommt die Oekonomie in der Zeit zur Geltung. Wird die Regel der genauen Zeiteinteilung beobachtet, so kann die Hausfrau selbst in beschränkten Verhältnissen ihr Hauswesen selbst in bester Ordnung halten und kann dabei oft noch Zeit zur Ausübung eines Berufsgeschäftes, das etwa eine willkommene weitere Erwerbsquelle öffnet, oder wo dies notwendig ist, Zeit zur Erholung und geistigen Fortbildung finden. Die wahre Oekonomie im Haushalt besteht also nicht nur in der Ausübung der Sparfamkeit in Bezug auf Geld und Geldwert, sondern auch im wohlbedachten Maßhalten von Raum, Kraft und Zeit.

**Das Lachen.** Ist ein wichtiger Faktor zur Gesundheit. Schon der alte Hippokrates war von dem Wert des Lachens überzeugt. Später glaubte man ein herzliches Lachen stärke Leber und Herz. Heute ist man überzeugt, daß das Lachen einen günstigen Einfluß auf alle inneren Organe habe und der Körpermuskulatur gut tut. Daß es außerdem eine wohlthätige Wirkung auf Gemüt und Geist hat, weiß gewiß Jeder aus Erfahrung. Denn wer lacht, ist heiter und fidel und freut sich seines Lebens. Die Lebensfreude aber schafft Lebenskraft. Das tritt besonders bei kranken Menschen zu Tage. Wenn sie erst wieder lachen können, sind sie auf dem Wege der Genesung. Aber auch beim Kinde merkt man an Lachen, wie es um seinen Körperzustand bestellt ist. Klingt sein Lachen laut und klar, so ist es sicher gesund und kräftig. Und diese Bedeutung behält das Lachen für's ganze Leben. Drum wußt Dem, der lachen kann.

**Kartoffeln gegen Gicht und Nierenleiden.** Aus Kopenhagen wird der „Frankf. Ztg.“ gemeldet: Der dänische Nahrungshygieniker Dr. Hindbe, der mit Unterstützung des Staates in seinem Ernährungs-Laboratorium Experimente über den Einfluß der verschiedenen Nahrungsmittel auf die Ernährung und die tranthastigen Zustände des menschlichen Körpers ange-



„Bitte um eine kleine Unterstützung.“ So einem kräftigen, gesunden Mann gebe ich prinzipiell nichts.“ „No, ich werd mir doch nicht wegen Ihres Nidel einen Fuß brechen.“



Else: Johann, mir haben jetzt ganz dumme Saden geträumt. Johann: Du, freilich Else, da bitte, sagen Sie mir's an, ich bin nämlich e Freund von dummen Saden.