Künstlerisches Eigen=Porzellan

Natürlich ist alles Porzellan, das wir benutzen, „unser eigen". Und in dem Sinne soll das Wort hier nicht benutzt werden, sondern in jenem andern des „eigens für uns" angefertigten Geschirrs. Früher, ja früher, war alles Handarbeit, alles „eigen". Da schlüpften wir morgens in das selbst gewebte und selbst gemachte Kleid und legten uns abends auf dem selbst gesponnenen dicken Leinen zur Ruhe. Da war auch im einfachsten Stück Möbel noch eine Spur von Persönlichkeit, schaute die Liebe des Handwerkers zu seiner Arbeit aus tausend kleinen Einzelheiten heraus und machte einem die unbelebten Dinge wert.

Heute? Du lieber Gott! Die Industrialisierung der Welt erlaubt nicht, dem einzelnen Ding besondere Aufmerksamkeit zu widmen. Alles muß billig, d. h. in großen Massen hergestellt werden. Die Schönheit flieht, die Dauerhaftigkeit leidet, und das Leben wird ärmer. Unser Geschirr ist keine Augenweide, sondern nur Nützlichkeitsware. Das Abziehbild regiert die Welt und die handgemalten Sachen sind verschwunden. Wo gibt es heute noch Stücke, die man wie früher von Kind zu Enkeln vererbt. Was früher ein Leben hielt und darüber, hält heute kaum ein Jahr. Und manchmal ist man versucht zu sagen: Gott sei Dank. In Deutschland allerdings hat auch die Massenproduktion die Kunst nicht ganz beiseite geschoben. Musterzeichner sind ständig an der Arbeit, neue Entwürfe zu schaffen, denn der Geschmack des kaufenden Publikums ist drüben stärker entwickelt als hier, wo man sich jahrein, jahraus mit denselben scheußlichen Formen und Verzierungen begnügt.

Drüben halten sich selbst berühmte Künstler nicht zu gut, Entwürfe für Steingut und Porzellan zu liefern, Tapeten und Teppichmuster zu zeichnen, neue Drucktypen zu suchen und überhaupt auf allen Gebieten menschlicher Arbeit den nüchternen Geist des Industrialismus durch Schönheit zu bekämpfen, Kunst in die Dinge des Alltages zu tragen, wo sie ja, weil wir mit ihnen so innig verwachsen sind, stärker geschmackbildend wirkt, als bei den Luxusgegenständen, die nur wenige, begüterte sich anschaffen können.

Allerdings, die Sehnsucht nach schönen Dingen ist hier ebenso stark wie anderswo, denn sie liegt in der Natur des

Menschen, und aus dieser Sehnsucht heit bringen wir heute zwei Bilder. Sie stellen Tee- und Frühstücksservice dar, die eine junge Künstlerin, Fräulein Nina Hatfield, in ihrem Studio, No. 615 Hudson Str. zu Hoboken, formt, bemalt heraus entstehen die künstlerischen Kleinbetriebe, die es in und um New York in großer Zahl gibt.

Aus einer solchen Werkstatt der Schön-

und dann brennt. Tisch, Porzellan, Glas, Leinen, alles ist von der jungen Dame selbst entworfen und ausgeführt worden, in Form und Farbe aufeinander abgestimmt, sodaß ein künstlerisch geschlossenes Ganze zustande kommt.

Die Farbensymphonie des Frühstücksservice für die Veranda, den Garten oder Balkon zeigt auf blauem Grund violette, grüne und rosa Verzierungen, in Emaillefarben ausgeführt Das Tischtuch ist aus russischem Leinen in blau und rosa bestickt, die Servietten und kleinen Staubtüchelchen, mit denen man die Sahne und den Kuchen vor allzu neugierigen, schleckerhaften Fliegen und dem gelbe und violettblaue Emaillfarben, ein Staub schützt, sind aus violettem Leinen hergestellt, mit Stickereien in blau und rosa. Das Glasservice endlich zeigt auf violettem Grund gleichfalls blaue und rosa Verzierungen in Emaille.

Abbildung No. 2 präsentiert uns auf einem entzückenden kleinen Beitischchen ein individuelle: Frühstücksservice von aparten Formen mit Decors in violett, blau und leichten Tupfen von Korallenrot. Serviette, Tischdecke etc. sind aus Leinen und in Uebereinstimmung mit den Farben des Geschirrs von Fräulein Hatfield gefärbt und bestickt.

Das kleine japanische Teeservice zeigt auf braunem Untergrund gelbgrüne, roteigenartiger Farbenzusammenklang, der die Theorien Taylors illustriert.

Jedes einzelne Stück ist mit feinem Geschmack und vielem Können entworfen und hergestellt worden und weckt daher auch im Besitzer und Benutzer Freude, löst jenes tiefe Wohlbehagen aus, wie wir es gegenüber allen schönen, den Alltag vergessen machenden Dingen empfinden.

Zusammen mit andern Arbeiten der jungen Künstlerin haben die hier gezeigten Sachen seinerzeit — Anfang Mai — auf der Ausstellung der Keramischen Gesellschaft Groß-New Yorks im Naturhistorischen Museum viel Beachtung gefunden, und zwar verdientermaßen. Auch auf der im Frühjahr abgehaltenen Kunstausstellung in San Francisco war Frl. Hatfield erfolgreich vertreten, und die Ausstellung der Art Alliance of America, die für den Herbst in New York geplant ist, wird gleichfalls zahlreiche ihrer Arbeiten bringen.

Gerade die deutsche Hausfrau hat von Alters her viel auf ihren Tisch gehalten und immer verstanden, ihm jene persönliche und künstlerische Note zu geben, die die Menschen länger und fröhlicher um ihn beisammen hält, als es eine reizlose, nüchterne Tafel vermöchte. Wo die Industrie versagte, hat die geschmackvolle Gastgeberin sich die Natur zu Hilfe gerufen und mit ein paar Blumen über die Nüchternheit des Geschirrs einen leisen Schein der Schönheit geworfen. Hübsches Porzellan, wie das hier abgebildete, sollte also gerade in deutschen Kreisen Anklang finden, wo man sich noch die Liebe zum Schönen und Soliden erhalten hat, wo man nicht protzt, aber gern sein Heim mit etwas Apartem, etwas Eigenem schmückt.

Unser Anteil am Kriege.

Der große Krieg mit seinem furchtbaren Männersterben, seinen völlig unberechenbaren wirtschaftlichen Verschiebungen und seinem grausen Zertrümmern so vieler scheinbar gesicherter Menschenschicksale bedeutet eine ungeheure Weltkatastrophe. Die mächtige Flut braust daher und schwemmt Tausende hinweg, die sich das nicht träumen ließen; sie reißt den Gatten von der Gattin, den Vater von den Kindern, den Sohn von den Eltern und hinterläßt eine gewaltige Anzahl von Witwen und Waisen, von greisen Vätern und Müttern, die, jeder Stütze beraubt, an ihrem Lebensabend alles verloren, wofür sie ein ganzes Menschendasein hindurch gewirkt und gekämpft haben.

Hell lodert nun auch die Fackel des Krieges in unserm neuen Vaterlande. Tief und schmerzlich empfinden wir Deutschgeborenen diese schreckensvolle Gewißheit, und obgleich die beiden von uns über alles geliebten Länder gegeneinander im Kampfe stehen, taten wir einmütig das Gelübde, für die Wohlfahrt der jetzigen Heimat unsere ganze Kraft einzusetzen. Sie sollte uns bereit finden, Wunden zu heilen, wirtschaftliche Not zu lindern, zu erhalten und zu stützen, was ins Wanken zu kommen schien und denen, die verzagen wollten, Trost und Hilfe zu spenden. Auch wir Frauen sind in diesem schwerem Konflikt zu Streiten für das Vaterland geworden. Hunderttausende unserer Schwestern haben sich zu freiwilliger Kriegsarbeit gemeldet. Wir wollten Kranke pflegen, Hungernde speisen und helfen, wo immer es nottut. Helfen und handeln! Nur nicht müßig sitzen in dieser schicksalsbangen Zeit!

Und siehe, da erreichte uns vor einiger Zeit die unerfreuliche Kunde, daß von England aus, woher ja bekanntlich alles „Gute" für die Menschheit kommt, an die hiesige Regierung das Verlangen gestellt worden sei, amerikanische Bürger deutscher, österreichischer, bulgarischer oder türkischer Geburt von den aktiven Diensten für das Rote Kreuz während des Krieges völlig auszuschließen! Dagegen seien Geld- und sonstige von ihnen dem edlen Zweck freiwillig zu spendende Beiträge jederzeit hochwillkommen! Diese beispiellos grobe Art der Zurücksetzung und Mindereinschätzung unserer Stammesgenossen und ihrer Verbündeten ist die natürliche Folge jener gottlosabscheulichen Lügenhetzen, wie sie nun schon seit Jahr und Tag systematisch gegen uns betrieben werden, doch hat er verdientermaßen sein Ziel recht gründlich verfehlt. Denn selbst bei jedem menschlich fühlenden Amerikaner rief dieser „humane" Vorschlag der Herren Engländer einen Sturm der Entrüstung hervor, dem einflußreiche Persönlichkeiten und die Inhaber führender Stellungen in scharfen Protesten, worin sie energisch die gleiche Behandlung für fremdgeborene wie für einheimische Bürger gefordert, Ausdruck verliehen.

Diese Ausschließungsvorlage war es auch, welche einer meiner Leserinnen flammende Worte des Unwillens in die Feder diktierte. „Haben wir denn," so schrieb sie, „nicht jederzeit unsere Bürgerpflicht erfüllt und sollen wir jetzt, wo unsere Brüder vielleicht bald von tötlichen Kugeln ereilt werden, diese da draußen elend verbluten lassen? Nur unser Geld, aber nicht unsre Dienste sollen wir der großen Sache weihen? Und warum müssen wir, die diesen Krieg doch niemals gewollt, immer, aber auch immer abseits stehen?" So klagte die Arme, von Kummer gepeinigt, und ich fand kaum den Mut, ihr ein Wort des Trostes zu sagen. — Da bekam ich ein zweites diesbezügliches Schreiben von einer gütigen Dame, dem ein Check über $10 zum Besten irgend eines durch die Kriegslage in Not geratenen Deutschen und seiner Familie beilag. Jene edle Spenderin, von der ich schon öfters Beweise der Mildtätigkeit erhalten hatte, ließ sich folgendermaßen vernehmen:

„Verehrte und liebe Frau Anna!

„Save a Soldier!" — Da ich mit unzähligen guten Amerikanern deutscher Abstammung über „the stupid order of the Red Croß" tief entrüstet bin, so erlaube ich mir, Ihnen anbei einen kleinen Beitrag für Ihre Bedürftigen zu übersenden. Sie, liebe Frau Anna, finden schon Verwendung dafür, und hoffe ich, daß irgend einem Deutschen damit eine kleine Freude bereitet werden kann!

Mit vielen Grüßen

Ihre stets dankbare Leserin

Henrietta W. (Mrs. August) B.

P. S. This is my Red Croß contribution!"

Ehre dieser Frau! Sie zeigt uns den richtigen Weg zur Linderung des Kriegselends, und wir fühlen deutlich ihre Sorge um die Not des Einzelnen, die ja in dieser großen Kalamität kaum noch Beachtung findet, heraus. Aber wie sich Frau B., wenn ihren deutschen Schwestern die persönliche Hilfeleistung auf dem Schlachtfelde **nicht** gewährt wird, ferner zum Roten Kreuz verhalten dürfte, glaube ich schon voraussagen zu können. Sie wird in ihrer Großmut denen, die nicht mitstreiten, weiter Gutes tun, doch **nur** pekuniäre Opfer zu bringen und unsere Helden auf der Kampfstätte der Willkür feindlich gesinnter Pfleger ausgesetzt zu sehen, würde denn doch keiner vernünftigen Frau einfallen. Hoffen wir, daß es nie zu dieser Ausschaltung unserer besten Hilfskräfte kommen wird!

Boullion im Sommer frisch zu erhalten.

Man lasse das Fleisch mit dem nötigen Salz rasch zum Kochen kommen, wodurch es viel reiner abgeschäumt werden kann, gieße nach einer Stunde diese Brühe durch ein feines Haarsieb, lasse sie ganz klar werden, wasche den Kochtopf aus und spüle das Fleisch ab, damit der angesetzte Schaum entfernt werde. Dann gieße man dieselbe langsam vom Bodensatz in den Topf zurück, werfe ein fingerlanges Stück trockenen Ingwer hinein, lasse sie ohne Suppenkräuter recht kräftig einkochen, gieße sie in eine Terrine von Porzellan und stelle sie offen an einen kalten luftigen Ort.

Beim Aufwärmen lasse man die Fleischbrühe in einem sauberen Topfe, in heißes Wasser gestellt, kochend heiß werden. Wünscht man feine Suppeneinlage von jungem Gemüse, Spargel, Erbsen, Rübchen u. dgl., so müssen diese, so wie Klöße, vorher in Salzwasser gekocht und beim Anrichten in die Terrine gegeben werden. Ein wenig Maggi oder ein halbes Teelöffelchen Liebigs Fleischextrakt macht diese Suppe vorzüglich. Sie hält sich im Sommer 1—2, im Winter 3—4 Tage sehr frisch.

Vom kindlichen Eigenwillen.

Wenn die Mütter vom Eigenwillen ihrer Kinder reden, so sprechen sie damit oft schon einen Tadel aus, und das ist keineswegs berechtigt. Es wäre freilich für die Mütter sehr bequem, wenn ihre Kinder, ohne zu mucksen, stets ihren Geboten folgten! Die Kinder sind nun aber nicht zur Bequemlichkeit ihrer Mütter da. Jedes neue Kind ist wieder ein neues Wesen und hat demnach auch seinen eigenen Willen. Es ist nun die vornehmste Aufgabe der Erziehung, diesen Willen nicht zu brechen, wie ein beliebter Ausdruck lautet, sondern ihn nach großen Gesichtspunkten zu lenken. Das Kind im Genusse schrankenloser Freiheit aufwachsen zu lassen, ist ebenso verkehrt, wie das Bestreben, ihm in allen, selbst den nichtigsten Kleinigkeiten den eigenen Willen aufzuzwingen. Das erste erzeugt Zügellosigkeit, und das zweite ist eine unerträgliche Rechthaberei, die entweder zu der Sklaventugend bedingungs- und gesinnungsloser Unterwürfigkeit führt, oder zu der elenden Unwahrhaftigkeit, die hinter dem Rücken dessen, vor dem eben noch geschweifwedelt wurde, lange Nasen dreht. Die beste Erziehung ist jene, die das natürliche Bedürfnis des Kindes nach Willensfreiheit in das rechte Verhältnis setzt zu den Interessen einer Gesamtheit, wie sie sich dem Kind zunächst in der engeren Familie, im Kreis der Eltern und Geschwister und der sonstigen Hausgenossen gegenüberstellt. Das Kind muß sich der festen Ordnung des Haushalts, der dem Wohle aller Familienglieder zu dienen hat, freilich fügen, aber die Mutter gestalte die Ordnung des Hauses dann auch so, daß jedes Glied der Familie innerhalb des Rahmens, in den es sich einfügen muß, noch genügend selbständige Bewegungsfreiheit hat. Tyrannisieren darf ein Haushalt die einzelnen Familienglieder so wenig, als ein einzelnes Familienmitglied den Haushalt tyrannisieren darf.

Viele Mütter nennen bei ihren Kindern schon das Eigenwillen, was im Grunde nur der gesunde Trieb des Kindes nach Tätigkeit ist. Das Kind will immer etwas tun; es will das tun, was es bei den Erwachsenen sieht; es will ihm helfen, und da muß es die Mutter, wenn irgend möglich, mit helfen lassen, auch wenn das Geschäft, das erledigt werden soll, bei dieser „Hilfe" etwas langsamer vonstatten geht. Wenn das Kind etwas tun möchte, so soll die Mutter nicht gleich mit der Entgegnung kommen: „das kannst du noch nicht" u. s. w. Man mache sich im Gegenteil solche Wünsche des Kindes, etwas zu tun, zunutze, denn auf solche Weise lernt es am allermeisten. Man weiß doch aus eigener Erfahrung, daß man das am leichtesten lernt und behält, was man aus eigenem Antrieb ergriffen hat, während das, zu dem man gezwungen wird, stets schwerer eingeht. Hat das Kind den Wunsch, etwas zu tun, so erfülle man ihn so viel wie möglich und lasse dann aus dem, was es dabei gelernt hat, kleine Aufgaben erwachsen, die es alle Tage erfüllt. Man kann sich auf diese Weise schon ein dreijähriges Kind unmerklich zu einer nicht zu unterschätzenden Hilfe heranziehen. — Manche Mütter wollen ihre Kinder nur deshalb etwas nicht tun lassen, weil sich das Kind dabei „beschmutzen" könnte. Sie schlagen ihm deshalb z. B. den Wunsch ab, die Stiefel zu putzen, statt daß sie ihm eine Schürze vorbinden, die Aermel aufkrempeln und ihm Bürste oder Lappen in die Hand geben. Das Kind kennt ja glücklicherweise den Unterschied zwischen standesgemäßer und nicht standesgemäßer Arbeit nicht, und was schadet es ihm denn, wenn es beizeiten schon von einer sog. „groben" Arbeit einen Begriff bekommt? Die Mutter kann im Gegenteil dem Kind nicht früh genug beibringen, daß eine ehrliche Arbeit den Menschen niemals schändet, daß es nicht so sehr darauf ankommt, was man tut, sondern wie man es tut.

Man behüte ferner die Kinder nicht vor allen üblen Erfahrungen und lasse sie ruhig ab und zu auch hereinfallen, wenn sie es so „wollen". Man mache das Kind wohl darauf aufmerksam, daß es unzweckmäßig ist, wenn es das und das tut; wenn es aber auf seinem Wunsch beharrt, nun gut, so verbrenne es sich einmal die Finger am heißen Ofen, oder zerbeiße es ein Pfefferkorn und was weiter derartige Erfahrungen sind. Nur bleibe man dann in einem solchen Fall sachlich und verfalle nicht in den Ton triumphierender Schadenfreude: „Das geschieht dir gerade recht, ich habe es dir ja gleich gesagt" u. s. w. Geradezu lächerlich ist es aber, noch besonders zu strafen, wenn die Uebertretung eines Verbots schon die Strafe in sich selbst trägt.

Zornige Kinder.

Es ist durchaus natürlich, daß das Kind ab und zu auch einen Zorn bekommt, und nicht immer darf man den kindlichen Zornesausbrüchen die Berechtigung versagen. Wie oft tun wir Erwachsenen unüberlegt einen rohen Griff in die Welt unserer Kinder, einfach, weil wir uns nicht die Mühe nehmen, diese kleine Welt einmal unter unsere Lupe zu nehmen. Ehe man dem kindlichen Zorn einen Dämpfer aufsetzt, muß man also billigerweise prüfen, ob der Zorn einen berechtigten Grund hat. Es gibt z. B. einen Zorn, der gegen Gemeinheit in jeglicher Form aufflammt, und wenn man bemerkt, daß ein solch edler Zorn im Herzen des Kindes brennt, so hüte man sich, für solches Feuer stets den kalten Wasserstrahl bereit zu haben! — Etwas anderes ist es dagegen, wenn ein Kind z. B. gleich in Wut gerät, wenn ihm das geringste gegen den Willen geht; da muß man unter Umständen eingreifen, oder — nicht eingreifen, d. h. den Zorn unbeachtet in sich zerfallen lassen, ein Mittel, das ich meistens mit Erfolg anwende. Es gibt Kinder, die sich in ihrem Zorn geradezu produzieren, und da gibt es nichts besseres, als solche Schaustellungen einfach nicht zu beachten. Als Wahnwitz habe ich es stets empfunden, wenn manche Leute über den Zorn ihrer Kinder nun selbst in Zorn geraten und dann irgend ein seelisches oder körperliches Gewaltmittel anwenden, um dem Kind etwas auszutreiben, worin der Erwachsene selbst befangen ist, wie das Kind sehr wohl merkt. Zorn mit Zorn austreiben zu wollen (prügeln!) ist eines der größten Selbsttäuschungsmittel, die ein Erwachsener in der Erziehung anwenden kann. Als sehr wirksam habe ich es dagegen erprobt, einfach über einen entstehenden Zornesausbruch zu lachen, so daß die Sache schon im Keim in beiderseitiger Fröhlichkeit erstickt, denn Lachen steckt an und befreit.

Ueber das Schreien der Säuglinge.

Mit Geschrei tritt der Säugling in die Welt ein; er **muß** schreien, denn seine Lungen haben sich an ihre neue Arbeit zu gewöhnen, sich mit der Luft selbst auseinanderzusetzen, während das ungeborene Kind den zum Leben nötigen Sauerstoff durch das mütterliche Blut übermittelt bekam. Die Natürlichkeit dieses Vorgangs sei den Müttern gegenüber betont, die schon bei dieser ersten selbstverständlichen Lebensbetätigung ihres Kindes den ganzen Apparat ihrer Mitleidsgefühle in Bewegung setzen. Der Säugling muß schreien, deshalb freue man sich lieber der kräftigen Lunge seines Kindes und gewöhne sich von vornherein daran, Kindergeschrei mit Seelenruhe anhören zu können. Eine Mutter, die ihr Kind nicht schreien hören kann, bietet von vornherein schlechte Aussichten für seine folgerichtige, am ersten Tag einsetzende Erziehung. Das Geschrei, das erstens nur eine sozusagen mechanische Notwendigkeit ist und zweitens der Ausdruck des Unbehagens über irgend etwas sein kann, dient nämlich sehr bald zu Willensäußerungen aller Art. Auch ein Säugling hat schon seinen Willen, der über den Hunger hinausgeht, und so gilt es, von Anfang an erzieherisch mit diesem Willen zu rechnen. Was die Gründe des Unbehagens betrifft, die den Säugling zum Schreien bringen, so kann das Mögliche in Betracht kommen: Er kann Hunger haben — obgleich ich von vornherein betonen möchte, daß mit dieser Behauptung vielfach Unfug getrieben wird. Er kann auch einmal zu viel und zu hastig getrunken haben, so daß ihn die Milch drückt, wie man zu sagen pflegt; es kann ihm zu heiß sein; das Gegenteil, daß ihn friert, dürfte seltener vorkommen, denn kleine Kinder werden im allgemeinen eher überhitzt, als zu kühl gehalten. Er kann weiter naß liegen, oder er ist nicht sorgfältig eingewickelt, sodaß ihn eine Falte drückt, oder so fest, daß er sich nicht rühren kann und anderes mehr. Diese Unannehmlichkeiten können alle behoben werden; man hat es somit fast ganz in der Hand, ob ein Kind oft aus Unbehagen schreit oder nicht. Wenn man nun aber einen Säugling genau beobachtet, bekommt man den Eindruck, daß er ab und zu „zu seinem Privatvergnügen" schreit, d. h., daß der Grund des Geschreis in die erste Rubrik fällt: das Kind scheint für seine Lungen sorgen zu wollen, die sich bei dem Geschäft des Schreiens weiten und desto tüchtiger arbeiten müssen, je kräftiger das Kind loszieht. Wer von einem solchen nicht weiter zu begründenden Geschrei sagt: das Kind mache einen „Spaziergang", hat recht. Die wohltätigen Folgen eines Spaziergangs machen sich auch nach einem kräftigen Kindergeschrei geltend. Die Verdauung und damit der Appetit werden angeregt, der nachfolgende Schlaf ist tief und gesund.

In das Gebiet der Willensäußerungen gehören alle die Verwöhnereien, mit denen man ein Kind vom ersten Tag an gründlich verderben kann. Wie man sich seine Kinder zieht, so hat man sie! Je früher man mit einer planmäßigen Erziehung anfängt, desto leichter für beide Teile ist es, während man später doppelte Mühe hat, einen verfahrenen Karren wieder ins Geleise zu bringen. Es kann kein Zweifel darüber herrschen, daß wirkliche Liebe, die von Anfang an auf den wahren Vorteil des Kindes aus ist und stets als Zielpunkt hat, das Kind für das Leben in jeglicher Beziehung tüchtig zu machen, und die sich deshalb nicht haltlos zum Sklaven des Kindes hergibt, höher steht als die weichliche Sentimentalität, die nie etwas Taugliches zuwege bringen wird und im Gegenteil dem Kind nur schlechte Dienste erweist. Die Weichlichkeit bringt es nur zu Treibhauspflanzen, die außerhalb ihrer schützenden Glaswände nicht weiter kommen, aber zu keinen Bäumen, die die Stürme des Lebens aushalten können. Die verweichlichenden Anfänge sind so klein, daß man vielfach ausgelacht wird, wenn man vor ihnen warnt. Viele Tropfen höhlen aber den Stein, und viele einzelne Kleinigkeiten können vereint der Umgebung eines Säuglings das Leben sauer machen. Ich will Einzelheiten an dieser Stelle nicht anführen, sie werden an verschiedenen späteren Stellen noch aufs Korn genommen.

Vom kalten Baden.

Das kalte Baden ist an heißen Sommertagen gewiß eines der größten Vergnügen, das zugleich bei mäßiger Anwendung der Gesundheit nur nützlich sein, andererseits aber bei Uebertreibung ebenso großen Schaden anrichten kann. Es ist durchaus nötig dabei, soweit der Arzt für gewisse Konstitutionen es nicht gänzlich verbietet, bestimmte Grundregeln zu befolgen. Daß Baden direkt nach dem Essen ungesund ist, sollte so allbekannt sein, daß man hierüber nicht weiter zu sprechen braucht, auch daß man sich vorher genügend abkühlen muß, ist selbstverständlich. Eine der beliebtesten Uebertreibungen, deren sich auch oft Erwachsene schuldig machen, ist das Zu-lange-im-Wasser-bleiben. Mann kann sich dabei genau nach seiner eigenen Körpertemperatur richten. Solange man nicht friert, ist das Bad nicht gesundheitsschädlich, sonst wird dem Körper zu viel Wärme entzogen, und die Gesundheit fördernde Wirkung verwandelt sich in das Gegenteil. Man sollte ein kaltes Bad in Süßwasser nicht über 20 Minuten, in Salzwasser aber nicht länger als 10 Minuten ausdehnen. Dies sind jedoch schon die äußersten Grenzen für Leute, denen Bäder gut bekommen, denn sonst schwanken die Badezeiten zwischen 2 und 5 Minuten. Auch darf man nicht gleich mit der längsten Badezeit beginnen, sondern langsam vorschreiten, etwa täglich um eine Minute. Häufig sieht man besonders Kinder blau angelaufen, zitternd und zähneklappernd aus dem Wasser kommen, und es bedarf keiner großen Kombinationsgabe, um vorauszusagen, daß ein derartiges Bad nicht gut bekommen kann. Die Folgen stellen sich denn auch bald genug ein: Kopf- und Gliederschmerzen, Appetitlosigkeit, und besonders Schlaffheit und Müdigkeit. Das alles kann man durch vernünftige Beschränkung verhindern. Eine andere Unart ist das häufige Hinein- und Herausklettern aus dem Wasser. Der damit verbundene Temperaturwechsel hat leicht Erkältungen zur Folge und starke Schnupfen, wenn nichts Schlimmeres daraus resultiert. Ein übertriebenes Springen kann den Augen schaden und heftige Kopfschmerzen hervorrufen. Nichtschwimmer kann man nicht genug vor dem Betreten tiefer Stellen warnen, und besonders bei Seebädern muß jeder den Anordnungen der Bademeister durchaus Folge leisten. Laien unterschätzen allzu oft die Gefahr, in die sie sich leichtsinnig begeben, und ein Unglück ist schnell geschehen. Bei starker Brandung ist es auch Schwimmern anzuempfehlen, sich an den ausgespannten Tauen festzuhalten, einmal losgerissen, ist man bald ein Spielball der Wogen und oft jede Hilfe unmöglich. Man darf beim Schwimmen seine Kräfte niemals überspannen, denn selbst gute Dauerschwimmer sind Schwächeanfällen ausgesetzt, und schlimme Herzleiden sind manchmal die Folgen einer unnützen Parforceleistung. Der Mittelweg ist hier wie überall der beste und zuträglichste. Die meisten Menschen lieben es, nach dem Bade, besonders an der See, stundenlang umher zu liegen und sich von der Sonne trocknen zu lassen. Auch hierbei ist Vorsicht am Platze. Besonders müssen zu Rheumatismus Neigende sich in acht nehmen. Das nasse Badezeug sollte in jedem Fall gleich nach dem Bad abgelegt werden. In trockene Tücher gehüllt, kann man dann ruhig, nur nicht allzu lange, im Sande liegen. Dieser darf jedoch nicht feucht und muß möglichst von der Sonne durchwärmt sein. Nicht sehr Abgehärtete können sich an sonnenlosen, windigen Tagen gar leicht durch Unvorsichtigkeiten dauernde Leiden zuziehen. Eine lästige Begleiterscheinung des kalten Badens ist für Frauen die Durchfeuchtung des Haares, die, schädlich für dieses selbst, auch zu Erkältungen führen kann.

Am Grabe der Hoffnung.

Ich pflanzt' als Kind vor meinem Elternhaus
Ein junges Bäumchen in dem Garten aus,
Begoß es, schützte es vor Schnee und Eis,
Vor Frost und Sturm, und es gedieh das Reis.
Die Jahre flogen hin, ich ward ein Mann,
Und auch das Reislein wuchs zum Baum heran.
Da hat in einer Nacht der Blitz den Baum erschlagen,
Zersplittert steht er da und seine Aeste ragen
Entlaubt 'gen Himmel. Nie mehr wird er Knospen treiben,
Für immer tot und starr und laublos bleiben....
....In jener Nacht, in der das Liebste mir geraubt,
Ward auch mein Lebensbaum für immer mir entlaubt.
Die Hoffnung wird in meinem Herzen nie mehr Knospen treiben,
Mein Herz für immer tot und starr und lieblos bleiben.

[illegible]