

Die Welt der Frau

Beilage zum „Posener Tageblatt“

Nr. 4.

Posen, den 20 Februar

1927

Nichts Lieb'res weiß ich, als hinabzuschauen
Auf solch ein stilles, altes deutsches Nest,
Darüber licht und friedlich hoch im Blauen
Gott seine Frühlingwolken wandern läßt.

Kirchturm und Torturm wolkenan sich reden,
Als bäten sie den Himmel: „O, bewahr'
Die Häuser, die um unsern Fuß sich strecken,
Vor Feuer, Wasser, Not und Kriegsgefahr!“

Adelheid Stier.

Frauenberufe und Kultur Niedergang.

Folgender Frauenbrief, der manchem zum Nachdenken Anregung geben mag, soll unseren Lesern nicht vorenthalten bleiben.

Ich habe meinen Beruf als Oberlehrerin mit wahrhafter Begeisterung erfüllt. Als ich mich vor zehn Jahren mit einem Kollegen verlobte, war es mir unvorstellbar ohne meinen Beruf zu leben. Meine Schülerinnen liebten mich und flehten mich bittend an, mich noch lange nicht zu verheiraten — denn damals durfte die verheiratete Lehrerin nicht im Amie bleiben. Ich kämpfte aus Liebe zu meinem Beruf in jeder Versammlung, in Presse und Öffentlichkeit für die Abschaffung dieser veralteten Auffassung. Der Krieg kam. Die gewaltige Umschichtung aller Begriffe ließ die verheiratete Lehrerin als Kriegsteilnehmervertretung zu. Wir heirateten im Anfang des Krieges. Mein Mann mußte bald fort, ich blieb im Amt. Ich hatte Knaben zu unterrichten. Zwölf- und Dreizehnjährige. Es war recht schwer, zumal in der Zeit vor der Geburt meines ersten Kindes. Ich konnte häßliche Bemerkungen verhindern, häßliche Gedanken las ich allzuoft in den Augen der unreifen Jungen. Im Hause der Kinder gab es Widerstand gegen die Lehrerin, die bald zu streng, bald zu nachgiebig erschien. Aber ich hielt es durch und hatte nach zwei Jahren immerhin die Klassen, in denen ich unterrichtete, in der Hand. Mein Mann war bei der Rückkehr allerdings erstaunt, wie hart und energisch seine einst so gefügige Frau geworden war.

Dann kam die politische und wirtschaftliche Gleichstellung der Frau. Alle Ziele, für die ich einst gekämpft hatte, schienen erreicht. Unsere Berufsausübung brachte uns viele gemeinsame, unser Glück vertiefende Freude. Auch erlaubte uns das Doppelgehalt manchen Genuß und manche Annehmlichkeit, die sonst unerreichbar gewesen wäre. Der Haushalt ging vorzüglich. Meine ältere Schwester hatte ihren Mann im Krieg verloren und kam zu uns. Sie war kinderlos. Sie erzog und pflegte unsere drei Söhne. Sie nähte ihnen die Kleider und Mäntel. Es war wirklich eine herrliche Zeit. Manchmal merkte ich einen Mädchenwechsel erst nach drei, vier Tagen, so fein und geräuschlos lief unsere Haushaltmaschine. Ich hatte Zeit, in Berufs- und Frauenorganisationen führende Posten zu übernehmen. Ich teilte meine Kraft weise ein und arbeitete zielvoll für die Erziehung der Frauen zu bewußten Staatsbürgerinnen, zu gleichgestellten Rivalinnen der Männer. Manchmal war mein Mann etwas morifarg, sogar verstimmt, wenn ich ihm wegen einer Versammlung die Begleitung ins Theater oder ins Konzert ablehnen mußte. Das verging aber wieder. Er ließ mich gewähren und war freundlich. Für seinen Teil erklärte er: „Es kann für Deutschland jetzt nur darauf ankommen, die Lücken von Kultur und Menschlichkeit, die der Krieg den Seelen riß, rasch aufzufüllen. Laut waren wir lange genug. Wir sollen jetzt leise unsere Pflicht tun: Ich hab genug vom Kampf — ich will friedlich schaffen.“ Er leitete in der Stille Sammlungen ein für hungernde Kinder, er schaffte Ferienplätze — alles lautlos und namenlos. Ich kämpfte in der Öffentlichkeit für die endgültige Befreiung der Frau vom Sklavensoch des wirtschaftlich überlegenen Mannes.

Meine Ehe war ein leuchtendes Vorbild. Bis — — — ja, bis meine Schwester auf Grund ihrer hausfraulichen Tugen-

den einen zweiten Gatten fand. Das war vor drei Jahren. Unsere Kinder waren damals 6, 5 und 3 Jahre alt.

Nun begann ein Martyrium für mich. Die Fräuleinwirtschaft wollte und wollte nicht gehen! Die Kinder sahen unordentlich aus, der sechsjährige Karl wurde scheu und verstört. Das Geld reichte nie mehr. Der Haushalt wurde ungemütlich. Wenn ich etwas sagte, erhielt ich schnippische Antworten, daß ich nichts davon verstehe, oder man zog beleidigte Gesichter. Einmal ging das Fräulein nach solcher Aussprache auf und davon, das Mädchen wurde so frech, daß ich es auf der Stelle entlassen mußte. Johannes und die Kinder froren in kalten Zimmern. Erst nach Beendigung der Schulzeit konnte ich heizen und Essen bereiten. Ich wurde nervös, unzufrieden, zerfahren. Meine Ehrenämter wurden mir zur Last. Aus der Schule fernzubleiben, verbot mir meine Gewissenhaftigkeit. Der Staat bezahlte mich, ich war gesund, ich hatte ihm also meinen Dienst zu leisten. Aushilfen traten an. Es wurde nicht besser.

Endlich kamen Ferien. Ich atmete auf. Endlich einmal Zeit, Haus, Wäsche und Garderobe gründlich zu überholen! Ich merkte, daß wir alle unfrisch und fast verkommen aussahen.

Ich hatte vergessen, daß mich ein achtägiger Kongress nach Berlin rief. Ich telegraphierte meiner Schwester. Absage! In diesen Tagen gerade sollte ihr erstes Kind kommen. Mein Mann schweig zu allem. Er nahm mir Arbeit ab soviel er konnte. Ich sagte ihm: „Ich kann nicht nach Berlin.“

Er wurde herzlich und meinte: „Damit gibst du die führende Stellung im Frauenverband auf. Hältst du das aus?“ „Die Kinder — Johannes — wie sehen die Kinder aus! Ich war immer so stolz auf meine gepflegten süßen Söhne!“ „Endlich!“ sagte er und strahlte. „endlich bist du so weit! Du kennst meine Auffassung von der Freiheit der Frau — ich durfte dich nicht hindern nach außen zu leben. Du mußt selbst die Frage entscheiden, ob wir dir mehr sind oder ob — sagen wir meinetwegen — der Staat — dir mehr ist.“

Natürlich gab ich mich nicht kampfslos der Familie zu eigen. Meine Stellung, meine Eitelkeit verteidigte ich noch ein ganzes Jahr lang. Dann ging es nicht mehr. Der älteste Junge wurde mir — mit Ungeziefer — aus der Schule nach Hause geschickt — am gleichen Tage fand ich, daß Mse, die Zweite, seit zwei Tagen kein Hemd trug, weil das Mädchen zu bequem war, eins zu plätten oder zu flicken. Ich sah außerdem zufällig, wie die Milch mit einem gleichen Quantum Wasser verdünnt wurde — darum das elende Aussehen der Kinder, darum die leidenden Strümpfe des Fräuleins! Die Kinder logen für das Fräulein... aus Angst, weil sie oft heimlich geschlagen wurden... für einen Pädagogenhaushalt waren es beschämende Verhältnisse. Mein Stolz war gebrochen.

Ich bekannte meinem beglückten Manne, daß ich für die Familie in allererster Linie leben wollte und mußte.

Wenn meine Schwester bei uns geblieben wäre, würde ich ungehindert weiter in der Öffentlichkeit gewirkt haben, vielleicht hätte ich sogar ein Reichstagsmandat erhalten. Nun bin ich Mutter, Hausfrau und Kameradin meines Mannes. Es scheint mir eine weiße Beschränkung zu sein, wenn die Ehefrau zunächst Seele und Körper der Ihren betreut und pflegt, ehe sie den Ueberschuß und die Kraft ihres Geistes der Allgemeinheit zuführt.

Es will mir scheinen, daß es größerer Erfolg und Segen für den Staat ist, wenn eine Mutter ihm drei aufrechte, freiblickende Menschen erzieht, als wenn sie in Versammlungen versucht, längst fertige Menschen aufzuklären über ihre Stellung zum Staate.

Die Arbeitspflicht in außerhäuslichen Berufen, die heute für viele Ehefrauen Zwang ist, birgt unendliche Tragik in sich, weil sie bei unserem wirtschaftlichen Niedergang noch lange unvermeidbar sein wird.

Hier haben Sie mein Bekenntnis. Sie sehen, daß aus einer lauten Ruferin zum Streite das Leben eine still lächelnde Frau formen kann. Ihre Louise Bloß.

Das Schaumbad

Die „Illustrierte Technik für jedermann“ bringt folgenden lehrreichen Aufsatz über eine neue Erfindung:

Eine wirklich aussichtsvolle Neuerung, die die bekannten unangenehmen Begleiterscheinungen des Schwigens in dem bisher üblichen Wasserbad gänzlich ausschaltet, ist das neue Schaum-

bad, das uns von dem Erfinder Dipl.-Ing. Sandor kürzlich in der Praxis vorgeführt wurde. Es scheint hier in der Tat ein ganz neuer Weg gefunden zu sein, die Heilwirkung der Schwitzbäder ohne hohe Temperatur und deren Nachteile anzuwenden. Die neue Badform kann in jeder normalen Badewanne angewendet werden. Es bedarf dazu nur einer kleinen Hilfseinrichtung zur Einführung der Luft, durch Zusatz eines chemisch indifferenten Stoffes wird dann mit einer nur sehr geringen Wassermenge der Badeschaum bis zum Fünfzehnfachen des Volumens erzeugt. Wenn man in den Badeschaum hineinsieht, glaubt man in eine zähe, teigige Masse zu fassen, die auf dem Körper nicht vergeht.

Das Schaumbad ist ein Zwischending zwischen Wasser und Luft. Ungefähr 10 Prozent Wasser schweben in feinsten Verteilung in 90 Prozent Luft. Diese unendlich feine Mischung von Wasser und Luft ergibt ein neues Element, das für Heilzwecke äußerst wertvoll ist. Es ist selbstverständlich, daß der Mensch sich in einer Badesubstanz wie der Schaum wesentlich wohler fühlen muß als in einem Wasserbad, wo die Millionen von Poren seiner Haut von jeder Luft abgeschlossen sind und dadurch die außerordentlich wichtige Hautatmung vollkommen unterbunden ist. Die wunderbar erfrischende Wirkung des Schaumbades beruht zum großen Teil darauf, daß die Hautatmung während des Bades in besonders hohem Maße stattfinden kann.

Der von Dipl.-Ing. Sandor (Dresden) erfundene, physikalisch aufgebaute Schaum ist gewissermaßen ein Zellgewebe, in dem die einzelnen, sehr kleinen Zellen mit in Ueberdruck stehender Luft gefüllt sind. Durch das Zerplatzen der Bläschen ergibt sich eine unendlich feine Massagewirkung auf die Blutgefäße.

Die ungewöhnlich starke Adhäsion des so geschaffenen Schaumes ist der physikalischen Wirkung des Moores nicht nur gleichwertig, sondern in dieser Beziehung überlegen. Das Schwitzen ohne Hitze entsteht durch die Wärmestattung, welche die geradezu ideale Wärmeisoliertfähigkeit der Blasen (stehende Luft der beste Isolator) gewährleistet. Die bisherigen Schwitzbäder waren alle mit sehr hohen, für das menschliche Herz fast unerträglichen Temperaturen verbunden. Im Schaumbad ist ein ganz neues Prinzip zur Geltung gekommen. Hohe Temperaturen sind hier nicht mehr notwendig, und das Herz wird demzufolge nicht im mindesten mehr angestrengt. Nach den bisherigen Beobachtungen — es liegt eine stattliche Anzahl von Versuchsfällen vor — gelingt es ohne Ausnahme, die Patienten fast unmerklich in Schweiß zu bringen, was bisher durch keine andere Methode erreicht wurde. — Das moderne Lösungswort ist: Schlank werden! Im Schaumbad ist endlich das Mittel gefunden worden, durch das die Fettlöslichkeit in harmloser und doch nachdrücklicher Weise bekämpft werden kann. Es ist ein Irrtum, zu glauben, daß nur das kranke Herz den beim Schwitzen bisher auftretenden hohen Temperaturen nicht ausgesetzt werden darf. Auch dem gesunden Herzen sollten derartige Hightemperaturen nicht zuzugemutet werden, wie sie bei den üblichen Schwitzkuren immer noch in Anwendung kommen. Das Herz ist gewissermaßen eine Kraftmaschine, ein Motor, der durch Ueberhitzung, also Ueberlastung, an Lebensdauer einbüßt.

Irrgarten des Aberglaubens.

Von Elsa Maria Dub.

(Nachdruck verboten.)

Auf den Großstadtstraßen steht ein Mann und preist eine ebsonderliche Ware an. Man hört ihn eine Zeilung, auf die ausgearbeitete Sternkarte hinweisend, die Zeichen des Tierkreises erläutern. Will er ein Taschensfernrohr verkaufen?

Nach langem, unwissenschaftlichem Geschwätz enthüllt sich dann, daß er ein Horoskop zu liefern bereit ist; man hat nur das Geburtsdatum anzugeben, und schon kommt der prophetische Zettel aus dem Kasten.

Frauen kaufen ihr Horoskop besonders gern. Sie gehen nach Hause und finden eine unglaublich scheinende Uebereinstimmung mit den Ereignissen ihres Lebenslaufes. Wunderbar hat der Mann auf der Straße ihr Schicksal aus den Sternen gelesen. Oder vielmehr — da er es schon vorher auf einer Druckmaschine vervielfältigt hat — scheint alles im Laufe der Gestirne aufgezeichnet zu sein: Widerstände und Unglück, Geldknappheit in diesem Jahre, eine Besserung im kommenden Frühjahr; Besitz von Energie, Sinn für Erwerb. Man wird interessante Briefe bekommen, liebe Nachrede erfahren, ein Angehöriger wird erkranken.

Kurz: Das Gewirke schlichten Menschenlebens mit seinen zeitgemäßen Sorgen und seinen immer zu erwartenden kleinen Zwischenfällen wird an einem Eckchen angerissen, und von Liebe, Arbeit, Geld, Gesundheit wird billig prophezeit.

Der Kaffersack ist abgenommen; die Gestirne müssen heran. Doch dies mag gleichgültig sein.

Nicht gleichgültig ist es, wenn besonders das weibliche Geschlecht seinem Gang zu okkulten Dingen immer mehr und immer bedenkenloser nachgeht. In den Jahren unseres Unglücks hat sich diese Neigung allgemein vermehrt; die Zahl der spiritistischen, okkultistischen, mediumistischen Vereine und Gesellschaften wächst noch; Zirkel dieses Schlages finden sich bis ins kleinste Städtchen hinein.

Wohin geht der Weg? Kann aus dem Verkehr mit eingebildeten Geistern Gesundheit und Klarheit kommen, zwei Dinge, die das Leben von heute so ganz und gar fordert? Kann es vorwärts bringen, wenn das Horoskop schwere Geheimnisse im Verus

oder Krankheiten voraus sagt? Was tut und was soll der Mensch mit diesen Hirngespinnern — was kann er anderes von ihnen erfahren als Fatalismus und Hoffnungslosigkeit?

Gutes zu erwarten ist der Mensch von sich aus fähig und bis zum letzten Hauche bereit; immer gerüstet die See Hoffnung um seine suchende Seele. Er braucht zum Ansporn dessen keine Voraussetzung. Uebles zu erfahren ist die Stunde noch immer früh genug da, wo es ins Leben hineingreift und seinen Gang verberbt. Die frohen Tage dürfen wir mitschaffen; die trüben müssen wir ertragen — dies ist alles Wandels letzter Schluß.

Es gibt heute Menschen, die sich dauernd von drohenden, unheilvollen Himmelszeichen abgehalten fühlen, ihre einfache Pflicht zu tun. Die aus dem Tag ein astrologisches Experiment machen, welche Stunden wohl ihren Unternehmungen die günstigsten sind.

Es sei hier ganz davon abgesehen, ob der uralte Glaube an die bestimmende Macht der Gestirne über unser Geschick seine wohlgegründete Berechtigung hat. Wir sind in eine rätselvolle Welt hineingestellt. Der aus unsichtlichen Fernen schimmernde Sternhaufen über uns, der im Weltall zu freisenden Welten sich lockert, das Atom vor uns, kleinster denkbarer Teil der Materie, das ebenso freisende Stoffwelten in sich umschließt — und wir mit unserem bang pochenden Herzen selber ein Teilchen Stern und ein Kästel immerdar, wir haben wohl Grund, nach einem Halt und einer Richtung zu suchen. Wir fragen immer wieder: Warum sind wir? Wo ist das Ziel von all dem Streifen und Sichverwandeln, was bedeuten wir? Das Weltall schweigt immer. Doch wir fühlen das Geheiß, das hinter diesem Schweigen regiert und das Rami das stilkliche Geheiß genannt hat. Ihm haben wir uns still zu beugen. Keine Gestirnsstellung entläßt uns aus irdischer Verantwortung.

Damit ist schon entschieden, wie viel oder wie wenig uns der Planetenwandel in unserm Tun zu lenken hat. Tragen wir nicht besser, wenn wir frei tragen? Der Blick auf Tag und Stunde und deren Notwendigkeiten ist weit genug. — Nicht genug scheint dem wunderwürdigen weiblichen Geschlecht solch Blick in die Zukunft, der die Lebensbahn aufhellen soll. Es will noch darüber hinaussehen; hinter die Pforten des Todes will der neugierige Blick noch langen. Geister sollen erscheinen und Antwort geben. Mit Klöpfchen, dem Esperanto des Jenseits, scheint es.

Welch furchtbare Entheiligung der Toten liegt doch in diesem Begehren und in der Idee, Geforderte kämen auf unseren Anruf aus ihrer Erlösung! Jemand ein Großer der Menschheit schickt seinen Geist über die Weltkugel umher und beantwortet um 9 Uhr die Fragen der Mrs. Smith in Milwaukee, zu gleicher Stunde Frau Krauses Erkundigungen in Stettin und wird wohl noch in Schweden und Chile und Melbourne um menschlicher Nützlichkeiten willen angerufen. Im weiten Land der Erde finden sich auch Irrgärten; dieser Irrgarten, das Geistige einer Persönlichkeit könne nicht sterben, sondern sei ewig zum Wandel auf unserer Erde bestimmt — eine absonderliche und graunige Idee — hat Goldgruben. Der Wahrsinn kann aus ihnen kommen. Gelehrte und Halbgelehrte sind den okkulten Dingen nachgegangen, haben Gemeinden und Zeitschriften gegründet, stehen mit Ahrhalden und Materialisationen in täglichem Rapport. Nicht immer müssen alte Weiber Köcke tragen. Wenn aus der Wundersucht der Menschen ein Geschäftchen geschlagen wird, das immer wieder seine Leute nährt, so darf man sich nicht allzu sehr wundern, daß heute, in der Zeit der wankenden, erschütterten Existenzen, darin besonders rege Tätigkeit herrscht.

Der Glaube ist ein herrliches Geschenk des Geistes, der uns wolle und schuf.

Der Aberglaube ist seine Frage, und er kann tief hinabführen zu den Grenzen, wo Kultur sich einmal von der Primitivität des heidnischen Menschen schied. Seine Lebensfähigkeit, so stark von Frauen bewahrt und weitergetragen, erhält sich an den Märkeln, die Welt und Leben uns aufgeben. Das Glück und seine Unberechenbarkeit soll mit dem Aberglauben an gewisse fahliche Kundgebungen gebunden werden. Der Strohhalm auf dem Wege, das zerbrochene Glas, das Wein, mit dem man aus dem Bette stieg, verschüttetes Salz, das herabfallende Bild — — Hunderte von Symbolen fand jedes Volk für nahendes Unglück oder Glück.

Mit solchen Söhen wird der Mensch nicht frei, mit ihnen baut er finstere Dämonengestalten um sein höchsten Erdenwandel. Das Leben tragen, es adeln und hinantragen, die Schultern der Verantwortungslast hinbieten, die Sterne und die Erdgeister nicht rufen, nur hören, was tief innen als abnende Stimme spricht — dies sei des Jahrhunderts Lösung, dessen Gepräge wir mitschaffen.

Die Sucht nach dem Wunder hat ihre Quellen im Mittelalter; wollen wir Frauen eine Weltwende mit herbeiführen, so muß die Klarheit erst unser werden: Daß die Wegweiser in uns liegen, daß die innere Führung einer Magnetnadel gleicht, unbeeirrbar die Richtung bewahrend und daß dies Wunder genug ist.

Der Schal um die Schultern.

Von Lisa Honroth-Löwe.

(Nachdruck verboten.)

Der Neigung der Mode, ein jedes für Zimmer und Ballsaal bestimmte Kleid irgendwie zu kompletieren, entspricht die wachsende Neigung für den Schal um die Schultern. Denn die eigentliche Kompletierung des eleganten Abendkleides, das Cape aus edlen Pelzen, Brotat oder Belourchiffon, ist für die Allgemeinheit zu kostspielig. Wer also nicht imstande ist, sich so etwas zu leisten, der wird gerne, der Modelendung folgend, den Schal wählen.

Hier haben wir die verschiedensten Abarten in bezug auf Material, Größe und Farbe. Der Schal erscheint besonders geeignet für Frauen, welche einigermaßen geschickt sich diesen Teil der Garderobe selbst herstellen können. Da haben wir erst einmal den kleinen Schal, welcher nur Hals und Oberarme zu bedecken braucht. Es empfiehlt sich, zu jedem Tanz- und Abendkleidchen ein wenig Stoff mehr zu kaufen, um ein jedes durch einen solchen passenden Schal zu ergänzen. Gerne nimmt man ihn dann zweifarbig, zum Beispiel grau mit rosa abgefärbt zu einem grauen oder rosa Kleid. Schwarzjade zu einem schwarzen oder jadegrünen. Dieser Schal hat als Material immer Crepe Georgette, denn seine Kleinheit verlangt nach einem leichten Stoff. Sehr hübsch sieht es aus, wenn man die für den Abend unerlässliche Blume an dem Schal selbst befestigt und ihn beim Sitzen so über die Stuhllehne hängt, daß die Blume als Farbfleck allein wirkt. Ist das Kleid mit Perlen oder Balleiten bestickt, so kann man diese Perlen in einem sehr leichten unregelmäßigen Muster am Ende des Schales wiederkehren lassen, aber nur so, daß sie wie eine leichte Belebung wirken, nicht aufdringlich, als Garnitur für sich.

Sehr hübsch wirkt es auch, wenn man an einem größeren Abendkleide den kleinen Schal direkt am Kleide anschneidet. Er ist dann unterhalb der Achselblume festgenäht und kann nach Belieben um den Hals, um die Schultern geschlagen werden oder auch als eine Art seitliche Garnierung rückwärts an der Hüfte herabhängen. Durch diese Nachart gewinnt selbst ein sehr einfach geschnittenes Kleid eine bewegtere Linie, die besonders beim Tanzen gut aussieht. Außerdem hat der angeschnittene Schal den Vorteil, daß er nicht bei Tisch herunterrutscht, auf dem Fußboden liegt oder vergessen wird.

Neben diesem kleinen Schal sieht man in diesem Jahre mehr denn je den großen Schal, der die ganze Figur wie ein Cape einzuhüllen imstande ist. Ja, oft wird er sogar in Capesform geschnitten. Nur trägt man nicht mehr die großgemusterten, großblumigen Schals, sondern auch nur ungemusterte in Georgette oder Crepe de Chine. Eine reizvolle Neuheit bilden die Schals, welche in verschiedenen Abtönungen der gleichen Farbe zusammengesetzt sind. Zum Beispiel zu einem fliederfarbenen Kleide ein Schal in fliederfarbenen und dunklerem Hellrot, und zwar in zwei gleichmäßig breiten Streifen, welche durch Handsohlraum verbunden sind. Das hat neben dem Reiz der Variation den Vorteil, daß man nicht die breiteste Seide nehmen muß, welche ja immer teurer ist. Abgegrenzt werden die Schals am Rande, entweder wieder mit Sohlraum, was fast am feinsten aussieht, ferner mit Franzen, die aber schon ein wenig zu ausgefallen wirken und mit schmalen Marabustrifen in gleicher Farbe. Die gestickten Chinatücher sind nur modern, wenn sie einfarbig sind.

Als Neuheit zu weißen Abendkleidern, welche die große Mode sind, sieht man viele Schals mit Handmalerei, in garbigen Pastellen, aber immer Ornamentmuster, niemals Blumen. Wer sich das aber nicht selbst herstellen kann und dabei den feinsten künstlerischen Geschmack beweist, der versucht es am besten mit einem solchen zweifarbig abgetönten Crepe de Chine-Schal. Man wird durch ihn jedes Kleid moderner und interessanter gestalten können.

Küchenwissenschaft.

Von Anne-Marie Rempel.

(Nachdruck verboten.)

Die edle Kochkunst, die früher nur vom Standpunkt des Feinschmeckers aus beurteilt wurde, hat sich allmählich zur ersten Wissenschaft entwickelt. Die Hausfrau von heute muß daher ihren Küchenzettel auf chemischer Basis aufstellen und sorgfältig erwägen, ob sie mit den dargebrachten Speisen auch genügende und zweckmäßige Nährwerte auf den Tisch bringt.

Es ist dabei keineswegs nötig, ins Extrem zu verfallen, und ein Mittagbrot genau nach seinen Kalorien, d. h. seinen Wärmewerten zu bereiten. Aber es ist erforderlich, daß die moderne Hausfrau weiß, was Kalorien überhaupt sind, und daß der normale mittelgroße Mensch bei durchschnittlicher Arbeit etwa 1600 solcher Wärmeeinheiten seinem Körper täglich zuführen muß, um hinreichend ernährt zu sein.

Den höchsten Kaloriengehalt weist das Fett auf (1 Gramm 9,1 Kalorien); ihm folgen die Kohlehydrate (worunter man alle Zuderarten sowie die Stärke und den Zellstoff der Pflanzen versteht) und die Eiweißstoffe tierischer und pflanzlicher Art (ein Gramm 4,1 Kalorien).

Diesen drei Hauptbestandteilen menschlicher Nahrung müssen noch Ergänzungsstoffe zugesetzt werden, z. B. Salze und Säuren, vor allem aber jene noch völlig ergründeten Lebensstoffe (Vitamine), die sich vornehmlich im Obst und Gemüse, in den Randschichten des Getreide- und Reiskorns, in Milch, Butter, Eigelb, den Hülsenfrüchten und der Hefe finden.

In die Praxis der Küche übersetzt — und wo wäre bloße Theorie grauer als gerade auf dem Gebiete des Essens — heißt das bisher Gesagte: ein gesundes Verhältnis schaffen zwischen den einzelnen Nährstoffen unter Berücksichtigung der Körperkonstitution des Verzehrers.

Auf alle Fälle eine Herabsetzung des gemeinsam überschätzten Fleischgenusses und Bevorzugung des Fleisches junger, gutgenährter Tiere, wie auch des besonders nahrhaften Gehirns, der Thymusdrüse, der Leber und Niere und der Fische.

Rechtliche Verwendung von Milch, Eiern, Butter, Käse und Quark, wobei auf Hefemehlspeisen besonders hingewiesen sei, stärkerer Verbrauch von Vollkornbrot an Stelle der weißen Brötchen und des Weizenbrötes, sofern dieses nicht seiner leichten Verdaulichkeit halber genossen werden muß.

Viele Gemüse, jedoch nicht in Form überhitzter Konserven, die der größten Teil ihrer Vitamine eingebüßt haben, und im eigenen Saft kurz eingedämpft, anstatt es in Wasser auszukochen und mit diesem sämtliche Nährsalze wegzuschütten.

Und endlich reichlich frisches Obst — vor allem Apfelsinen — Tomaten und gelbe Rüben, wie rohe Salate jeglicher Art. Außerdem Marmeladen und Honig als Brotaufstrich.

Je nachdem ein Mensch zu Fettansatz oder Magerkeit neigt, bei schwerer geistiger oder körperlicher Arbeitsleistung, im Kindes- oder Greisenalter muß sich die Ernährung den Anforderungen des Organismus anpassen; ebenso in Krankheitsfällen, die besondere Diät vorschreiben.

Die praktische Hausfrau.

Sengestecke beim Plätten, solange die Stoffe nicht angegriffen ist, lassen sich aus der Wäsche herausbringen mit einer starken Boraxlösung, oder man bereitet sich eine Chloralkalilösung aus 100 Gramm Chloralkali und 900 Gramm heißem Wasser. Sobald die Lösung klar geworden ist, taucht man ein kleines Lappchen hinein und bestreicht damit die Sengstellen. Sind die Sengstellen verschwunden, so spült man den Chloralkali mit kaltem Wasser wieder aus der Wäsche.

Schwarzer Saft, der unscheinbar geworden ist, wird wie neu, wenn man ihn mit einem in Petroleum getauchten Lappen abreibt, dann bürstet und lüftet.

Schwamm aus Möbeln, Hausschwamm u. dergl. Ein neues und sehr wirksames Mittel gegen alle Mikroorganismen haben wir im Caporit. Dies ist ein trockenes Chlorpräparat mit einem aktiven Chlorgehalt von 69 Prozent. Mit einer nach Gebrauchsanweisung hergestellten Lösung sind nicht nur alle die sichtlich befallenen Stellen zu behandeln, sondern man kann auch das ungelöste Präparat offen in den Räumen und den Schränken aufstellen. Durch die Schutzwehr tötet man nicht nur mit Sicherheit alle herumfliegenden Pilzsporen, sondern man macht auch die Luft der Räume keimfrei.

Enges Schuhzeug kann rasch und billig passend gemacht werden auf folgende Weise: Man zieh die Schuhe an und mache, um den Fußboden zu schonen, eine dicke Zeitungunterlage. Alsdann gieße man Brennspiritus über den Schuh — selbstverständlich nicht in der Nähe von brennendem Licht und offenem Feuer. Fühlt man die Feuchtigkeit auf dem Fuße, gehe man umher, den drückenden Schuh möglichst breit ausbreitend. Wenn der Schuh in wenigen Augenblicken trocken ist, wird man bemerken, daß sich das Leder bedeutend gedehnt hat. Man kann das Experiment sofort wiederholen oder bestreibe, bis der Schuh vollkommen paßt. Es schadet weder dem Leder noch dem Fuß, vorausgesetzt, daß an letzterem keine Wunden sind. Ebensovienig gibt es bei den jetzt so beliebten Beige-Schuhen Mieden. — Wenn nur eine kleine Stelle drückt, braucht man nur diese zu begießen. Dieses Verfahren, mehrmals wiederholt, hilft sicher, wenn der Schuh nicht viel zu klein ist. Es wurden schon Schuhe hierdurch passend, die eine ganze Nummer zu klein waren.

Für die Küche.

Kaninchensuppe. Kaninchenfleisch wird in ziemlich kleine Stücke geschnitten, die in Butter oder Speck, zusammen mit Wurzelwerk und Zwiebeln, angebräunt werden. Das Fleisch wird dann in Wasser sehr weich gekocht, die Brühe durch ein Sieb gegossen, mit in Fett oder Butter gedünstetem Mehl verdicke, mit Salz und Pfeffer und nach Belieben mit einem Eigelb abgeschmeckt.

Wirsing-Bombe (für achte Personen). Zutaten: 3 Wirsingköpfe, 3 Semmeln, 6 Eier, 2 kleine Zwiebeln, 100 Gramm Reis, 250 Gramm Butter, 0,5 Liter Wasser, 3 Tomaten. Zubereitung: Man entfernt bei dem Wirsing die schlechten Blätter und auch die dicken Rippen der guten Blätter und schneidet diese wie Rubeln. Darauf gibt man sie mit 100 Gramm Butter, einer fein geschnittenen Zwiebel und etwas Salz in einen Topf, gießt nach und nach etwas Wasser zu und dünst den Wirsing weich. Inzwischen wird der Reis mit 50 Gramm Butter gedämpft, unter Zusatz von Salz, einer fein geriebenen Zwiebel und Wasser weich gekocht. Sobald auch der Wirsing gar ist, drückt man ihn auf einem Sieb ab, verrührt ihn mit den ganzen Eiern und den in Wasser aufgeweichten Semmeln. Dann füllt man die Masse lagenweise mit dem Reis in eine mit Butter ausgestrichene Puddingform und kocht sie im Wasserbade gar und stürzt das Gericht in bekannter Weise auf eine erwärmte Schüssel beim Anrichten. Zum Beiguß schmeißt man 100 Gramm Butter mit einem Eigelb, löst hellbraun, gießt nach und nach das vom Wirsing abgeseigerte Wasser zu, kocht 3 Tomaten ab, reibt das Mark durch ein Sieb an den Beiguß, der damit gut durchkochen muß.

Geschlagene saure Sahne. Ebenso wie süße Sahne kann man saure Sahne, die jedoch nicht zu alt sein darf, mit einem Schaumschläger dick schlagen. Wenn sie steif ist, wird sie mit gestoßenem Zucker und abgeriebener Zitronenschale vermischt. Man reicht dazu kleines Backwerk.

Freund der Kinderwelt.

Kleine Reise.

„Nachtfrösch im Gemde,
Was willst du in der Fremde?
Hast kein Schuh und hast kein Hos
Hast ein einzig Strümpfel bloß,
Wirft du noch den Strümpf verlieren,
Rußt du dir ein Bein erziehen,
Geh nur wieder heime!
Nach dich auf die Beine!“

Das netische Nibel kennt Ihr wohl alle, Ihr Jüngens und Mädels! Aber wißt Ihr auch, daß dazu eine wunder-schöne Geschichte gehört, die man immer wieder gern erzählt bekommt? Richard Volkmann hat im Kriege 1870/71 an den Raminen französischer Schlösser und Land-häuser diese Geschichte und viele andere schöne exträumt. Ein großer Kinderfreund, Wilhelm Müller-Rüdersdorf hat diese schönen Märchen in einem Büch-lein „Trümmereien an französischen Raminen“ zusammen-gestellt. Die Seyboldsche Verlagsbuchhandlung in Leipzig hat es drucken lassen, und Ihr könnt es auch, wenn Ihr sehr brav seid, von euren Geschwistern oder Eltern schenken lassen!

All die anderen schönen Märchen und Sagen von Beckstein, Andersen, Grimm, Brentano, und wie sie alle heißen, sind auch von demselben Verlag in hübschen, bunten Bänd-chen herausgekommen. Wenn Ihr recht sparsam wart, könnt Ihr für zwei Bloty euren lieben Freunde oder einer Freun-din mit einem solchen Büchlein zum Geburtstag eine große Freude machen.

Wenn Ihr nun aber die Geschichte zu dem obigen Nibel kennen lernen wollt, so hört zu:

„Goldtöchterchen“.

Vor dem Tor, gleich an der Wiese, stand ein Haus, darin wohnten zwei Leute, die hatten nur ein einziges Kind, ein ganz kleines Mädchen. Das nannten sie Goldtöchterchen. Es war ein liebes, träges, kleines Ding, schlief wie ein Niesel. Eines Mor-gens geht die Mutter früh in die Küche, Milch zu holen, da steigt das Kind aus dem Bett und stellt sich im Gemden in die Haus-lür. Nun war ein wunderherrlicher Sommermorgen. Und wie es so in der Haustür steht, denkt es: „Vielleicht regnet morgen, da ist es besser, du gehst heute spazieren.“ Wie es so denkt, gehts auch schon, läuft hinterm Haus auf die Wiese und von der Wiese bis an den Busch. Wie es an den Busch kommt, machen die Hafel-büsche ganz erwünscht mit der Weisen und rufen:

„Nachtfrösch im Gemde, . . .“ usw.

Aber es hört nicht, sondern läuft in den Busch. Und wie es durch den Busch ist, kommt es an den Teich. Da steht die Ente am Ufer mit einer vollen Mandel Junges, alle goldgelb wie die Schwärze, und fängt entsehtlich an zu schnattern. Dann läuft sie Goldtöchterchen entgegen, sperrt den Schnabel weit auf und tut, als wenn sie es freissen wollte. Goldtöchterchen fürchtet sich nicht, geht gerade darauf los und fragt:

„Ente, du Schnatterlieschen
halt doch den Schnabel und schweig' ein bißchen!“

„Ach,“ sagt die Ente, „du bist's Goldtöchterchen! Ich hatte dich gar nicht erkannt. Nimm's nur nicht übel! Nein, du tust uns nichts. Wie geht es dir denn? Wie geht es denn deinem Herrn Vater und deiner Frau Mutter? Das ist ja recht schön, daß du uns einmal besuchst. Das ist ja eine große Ehre für uns. Da bist du wohl recht früh aufgestanden? Also, du willst dir wohl auch einmal unsern Teich ansehen? Eine recht schöne Gegend! Nicht wahr?“

„Wie sie ausgemattert hat, fragt Goldtöchterchen: „Sag einmal, Ente, wo hast du denn die vielen kleinen Kanarienvögel her?“

„Kanarienvögel?“ wiederholte die Ente, „ich bitte dich, es sind ja bloß meine Jungen.“

„Aber sie singen ja so fein und haben keine Federn, sondern bloß Haare! Was bekommen denn deine kleinen Kanarienvögel zu essen?“

„Die trinken klares Wasser und essen feinen Sand.“

„Davon können sie ja aber unmöglich wachsen.“

„Doch, doch,“ sagte die Ente, „der liebe Gott segnet's ihnen. Und dann ist auch zuweilen im Sand ein Würzchen und im Wasser ein Wurm oder eine Schnecke.“

„Habt Ihr denn keine Bräute?“ fragte dann weiter Gold-töchterchen.

„Nein,“ sagte die Ente, „eine Bräute haben wir nun aller-dings leider nicht. Wenn du aber über den Teich willst, will ich dich gern hinüberfahren.“

„Darauf geht die Ente ins Wasser, bricht ein großes Wasser-rosenblatt ab, setzt Goldtöchterchen darauf, nimmt den langen Stengel in den Schnabel und fährt Goldtöchterchen hinüber. Und die kleinen Entchen schwimmen munter nebenher.“

„Schönen Dank, Ente,“ sagt Goldtöchterchen, als es drüben angekommen ist.

„Keine Ursache,“ sagt die Ente. „Wenn du mich mal wieder brauchst, steh' ich gern zu Diensten. Empfiehl mich deinen Eltern. Schön Adje!“

Auf der anderen Seite des Teiches ist wieder eine große grüne Wiese, auf der geht Goldtöchterchen weiter spazieren. Nicht lange, so sieht es einen Storch, auf den läuft's gerade zu: „Guten Mor-gen, Storch, sag's, was ist du denn, was so grünlich aus-sieht und so quakt?“

„Zappelsalat,“ antwortet der Storch, „Zappelsalat, Gold-töchterchen!“

„Gib mir auch was, ich bin hungrig!“

„Zappelsalat ist nichts für dich,“ sagt der Storch, geht an den Bach, taucht mit seinem langen Schnabel tief unter und holt erst einen goldenen Becher mit Milch und dann eine Wade heraus. Darauf hebt er den einen Flügel und läßt eine Federdütte herunterfallen. Goldtöchterchen läßt sich's nicht zweimal sagen, sondern setzt sich hin und isst und trinkt. Wie's satt ist, sagt's:

„Ein'n schönen Dank,
und gute Gesundheit dem Leben lang!“

Darauf läuft's weiter. Nicht lange, so kommt ein kleiner blauer Schmetterling geflogen. „Kleines Blaues,“ sagt Gold-töchterchen, „wollen wir uns ein wenig haschen?“ „Ich bin's zufrieden,“ antwortet der Schmetterling, „aber du darfst mich nicht angreifen, damit nichts abgeht.“

Nun haschen sie sich lustig auf der Wiese herum, bis es Abend wird. Wie es anfängt, zu dämmern, setzt sich Goldtöchterchen hin und denkt, jetzt willst du dich ausruhen, dann gehst du nach Hause. Wie's so sitzt, merkt's, daß die Blumen im Gras auch schon alle müde sind und einschlafen wollen. Das Gänseblümchen nicht ganz schläfrig mit dem Kopfe, richtet sich dann auf, sieht sich mit gläser-nen Augen um, und dann nickt's noch einmal. Da steht eine weiße Auster daneben (und das war jedenfalls die Mutter) und sagt:

„Gänseblümchen, mein Engelchen
fall' nicht vom Stengelchen!
Geh zu Bett, mein Kind.“

Und das Gänseblümchen duckt sich hin und schläft ein. Dabei verschiebt's sich das weiße Mähdchen, daß ihm die Spiken gerade über's Gesicht fallen. Darauf schläft die Auster auch ein.

Wie Goldtöchterchen sieht, daß alles schläft, fallen ihm die Augen auch zu. Da liegt es nun auf der Wiese und schläft, und mittlerweile läuft seine Mutter immer noch im Hause umher und such't und weint. Sie geht in alle Kammern und sieht in alle Winkel, unter alle Betten und unter die Treppe. Dann geht sie auf die Wiese bis an den Busch und durch den Busch bis an den Teich. Ueber den Teich kann es nicht gekommen sein, denkt sie, und geht wieder zur Treppe und durchsucht noch einmal alle Winkel und Ecken und sieht unter alle Betten und unter die Treppe. Wie sie damit fertig ist, geht sie wieder auf die Wiese und wieder in den Busch und wieder bis an den Teich. Und je länger sie es tut, desto mehr weint sie. Der Mann aber läuft unterdes in der ganzen Stadt umher und fragt, ob niemand Goldtöchterchen gesehen hat.

Als es aber ganz dunkel geworden war, kam einer von den zwölf Engeln, die jeden Abend über die ganze Welt hinwegfliegen müssen, um nachzusehen, ob sich nicht irgendwo ein kleines Kind verlaufen hat, und es wieder zu seiner Mutter zu bringen, auch auf die grüne Wiese. Als er Goldtöchterchen hier liegen und schlafen sah, hob er es behutsam auf, ohne es zu wecken, flog bis über die Stadt und sah nach, in welchem Hause noch Licht war.

„Das wird wohl das Haus sein, wo's hingehört,“ sagte er, als er das Haus von Goldtöchterchen Eltern sah, und das Licht im Wohnzimmer brannte immer noch. Heimlich sah er zum Fenster hinein. Da saßen Vater und Mutter sich an dem kleinen Tische gegenüber und weinten. Und unter dem Tisch hielten sie sich die Hände. Da öffnete er ganz leise die Haustür, legte das Kind unter die Treppe und flog fort.

Und die Eltern saßen immer noch am Tisch. Da stand die Frau auf, zündete noch in Licht an und leuchtete noch einmal in alle Winkel und Ecken und unter die Betten.

„Frau,“ sagte der Mann traurig, „du hast ja schon so oft vergeblich in alle Winkel und Ecken und unter die Treppe ge-sehen. Geh' zu Bett! Unser Goldtöchterchen wird wohl in den Teich gefallen und ertrunken sein.“

Doch die Frau hörte nicht, sondern ging weiter, und wie sie unter die Treppe leuchtete, lag das Kind da und schlief. Da schrie sie vor Freude laut auf, daß der Mann eilends die Treppe herabgesprungen kam. Mit dem Kinde auf dem Arm kam sie ihm freudestrahlend entgegen. Es schlief ganz fest, so müde hatte es sich gelaufen.

„Wo war es denn?“ Wo war es denn?“ rief er.

„Unter der Treppe lag's und schlief,“ erwiderte die Frau, „und ich habe . . .“

Da schüttelte der Mann mit dem Kopfe und sagte: „Mit rechten Dingen geht's nicht zu, Mutter. Wir wollen nur Gott danken, daß wir unser Goldtöchterchen wieder haben!“