2 CENTÉRT KAPHATÓ SZÁMOKÉNT LAPUNK AZ ALÁBBI ÜZLETEKBEN:

Montreal Que.

HARTMAN'S Stationery Store
1462 St. Lawrence Blvd.
Könyvek, folyóiratok, ujságok. Iró és papíráruk.

ALEX A. KELEN
1456 City Hall Ave.
Pénzküldés — Bevándorlási Engedélyek — Jogi és Közjegyzői ügyek

CHERRY D. SZABÓ
14 Ontario St. East.
Füszer és csemegeüzlet. Különlegességek

Toronto Ont.

UKRAINIAN BOOKSELLERS
324 Queen St. West.

UKRAINIAN BOOK STORE
399 Queen St. West

Hamilton, Ont.

ALEX A. KELEN LIMITED
fiókja — 244 James Street North.
Pénzküldés — Bevándorlási engedélyek — Óhazai árucikkek nagyban és Jogi és közjegyzői ügyek.

Kitchener Ont.

S. JAROSZ
334 King St. West.
Ujságok — Folyóiratok, -- Szivarok, pipa és cigaretta dohány

Winnipeg, Man.

SATURN IMPORTING CO.
Higgins Ave. a CPR szállodával szemben közel a Main Streethez.

MOLNAR GYULA
700 Main St. — "Home Cafe" Étterem és Billiárd, a magyarok találkozó helye. — Óhazai áruk, dohány.

GEORGE SZABÓ
272 Main Street.
Pénzküldések, hajójegyek, bevándorlási engedélyek

Melville Sask.

SIPOS GYÖRGY
a Market-tel szemben.

Lethbridge Alta.

SZARKA JÓZSEF
406 — 4th Ave. South
Pipa és cigarettadohány, hüvely és papír is kapható.

Edmonton Alta.

LUKÁCS LAJOS
10518—96th St.
Telepitési iroda — Pénzküldés —

Dr. J. A. BURSTEIN

a winnipegi magyarok fogorvosa
Rendelője nyitva estenként.
Szavatolt fájdalomnélküli huzás, szakszerü fogtömés, müfogsorok.
652½ Main St. WINNIPEG, Man

Dr. BIRO KÁROLY

Sebész és belgyógyász
a budapesti Gr. Apponyi Poliklinika v. tanársegédje

SASKATOON
205 Canada Building
Telefon: 2724

KÖVETKEZETESSÉG

— Hány éves Gizike?

— Tizenkilenc!

— Hogy lehet az, hiszen tavaly is ugyanezt mandta?!

— Ja, én nem vagyok olyan leány, aki ma igy, holnap ugy beszél.

NAGY MAGYAR GRAMOFONLEMEZ RAKTÁR

DANUBIA CO. 645 Main Street WINNIPEG, MAN.

Green-féle angol-magyar és magyar-angol zsebszótár -- $1.
Bizonyfy-féle angol-magyar és magyar-angol nagyszótár 972 oldallal, több mint 60,000 szóval egyszerü puha kötésben $4.
Ugyanaz diszes bőrkötésben $5.
Magyar-angol zsebtolmács 50 c.
Magyar-amerikai zsebtolmács 60
Uuniversal levelező, nők és férfiak részére (csak angolul) -- 50c
Spelling és nyelv leckék kezdők részére, kemény vászonkötésben (csak angolul) -- $1.
Szent Biblia, az ó- és uj testamentomban foglaltatott teljes szentirás 1214 oldalon közönséges kemény kötésben -- $3.
finom bőrkötésben -- $5.
"Az uj természetes gyógymód" három hatalmas kötetü orvosi mü, kemény vászonkötésben 2072 oldalon számos képpel és színes táblával, leszállitott ára -- $12.
"Modiano" cigarettapapir tucatja 55 c. Száz darab ára $3.75. Ha pénzét a rendeléssel együtt küldi: mi fizetjük a szállitást! — Gramofonlemez árjegyzéket kivánatra azonnal küldünk!

A munka és a pihenés

A szervezett munkásság ünnepére, május elsejére nem találhatnánk alkalmasabb tárgyat a "mi lapunk" orvosi rovatába, mint a munka és pihenés közötti arány fejtegetését. Ennek a kérdésnek évtizedeken át szorgalmas kutatója, Dr. Finály István honfitársunk többek között az alábbi megállapitásokra jutott, melyeket általános érdeküknél fogva szemelvényesen bemutatunk.

A kapát-kaszát forgató föld müvestől és kubikustól, a szakmunkáson át a sportolóig, az irógépestől a könyvelőig, a kis rőföstől a bankvezérig, a fegyvert forgató katonalegénytől a vezérkari főnökig, a kortestől a miniszterelnökig, az irodaszolgától a polgármesterig, az irniolvasni tanulótól a természet ismeretlen rejtelmeit kutató tudósig, sőt a naplopótól a betörőig valamennyien napról-napra munkát végeznek. Ahány mesterség és foglalkozás, annyiféle munka.

A kizárólagos testi (fizikai) munkától egészen a kizárólagos szellemi munkáig e két, valóságban soha egymástól teljesen el nem különült fő munkafajnak a legkülönbözőbb keverékeit szolgáltatjuk valamenynyien születésünktől halálunkig Nemcsak azért, mert létünk puszta fenntartása kérlelhetetlenül megkivánja, de mert életünket minden tekintetben tartamasabbá és elviselhetőbbé teszi a munka. Az összesség munkája minden ember létét biztosabbá és a természet kérlelhetetlen ridegségével szemben ellenállóbbá teszi.

A modern kutatások módját találták annak, hogy a legkülönbözőbb munkát egymással összehasonlithassuk s megállapithassuk, hogy melyik több és melyik kevesebb. Hiszen napnap mellett olvasunk hiradásokat különféle megállapitásokról; hogy egy-egy ügyesebb irógépes munkája vetekedik a kubikoséval és teherhordóéval, hogy a zongoraművész egy hangversenyestéjének fizikai munkájával butorokat cipelhetett volna emeletekre. Megállapitások, amelyeket a munka hőértékének ismerete nélkül soha valóságnak el nem fogadnánk, annyira hihetetlenek.

De a munka hőértéke megállapithatóvá tette a szellemi munka mennyiségét is és nagysága, "kalória-értéke" szerint összehasonlithatjuk akár az iró szellemi munkáját szakácsnéjának konyhai működésével, akár a bányász verejtékezését a sofőr időtöltésével. És ha mód volna arra, hogy ilyen méréseket ne csak elszigetelt kisérletekként, hanem rendszeresen végezhessünk, még sokkal meglepőbb eredményeket látnánk.

A kisérletek eredményei szerint a semmittévőnek látszó, gondolataiba merült alkotó ember több kalóriát fogyaszt, mint a téglát rakó kőmives; az egész napi kaszálásban vagy kéve-rakásban kimerült földmüves üditő pihenésének, egészséges álmának teljesen átadja magát, munkája után megpihen, mig a problémájába merült tudós még pihenésében, álmában is dolgozik; az orvos betegétől távol is azon töri a fejét, hogy mit tehessen megmentésére; a mérnök szórakozása közben is terveit forgatja fejében. A kizárólagos testi munka végzése és a pihenés ugyanis a legélesebben elhatárolhatók egymástól, mig a kizárólagos szellemi munka ugyszólván nem ismeri a pihenést.

Helyesebben igy mondhatjuk: a testi munka befejezése után azonnal kezdetét veszi a pihenés, a felfrissülés, a szellemi munka csak lassan, fokrólfokra szüntethető meg és többé kevésbé hosszu átmeneti időre van szükség, mig a szellemi erőfeszités hullámai annyira elülnek, hogy a felfrissülés folyamata megindulhat. Minthogy a valóságban még az egyszerübb testi munka is megkiván bizonyos foku gondolkodást és viszont a szellemi munka mellett is szükségképpen kell testi munkát (ha ez a legcsekélyebb is) végezni; a munka befejezésétől kezdődőleg nem indulhat meg a pihenés azonnal; minden esetben kell bizonyos átmenet. Ez azonban egyik esetben igen rövid lehet, mig a másik esetben igen hosszu.

Minden egészséges ember végezhet akár testi, akár szellemi munkát. Ámde nem egyformán, hanem képességeinek megfelelően. Nem állithatjuk emellett azt, hogy az ember munkavégzési képessége a munka egyszerü voltával egyformává válik. Mert egy majdnem pusztán testi munkánál, pl. a teherhordásnál is tapasztalhatjuk, hogy nem szükségképpen a nagyobb izomerővel rendelkező ember tud többet végezni még különben egyenlő gyakorlat mellett sem.

Bizonyos fogások megfelelő alkalmazása, amit általában ügyességnek nevezhetünk, nemcsak pótolja az erőbeli hiányt, hanem a kisebb testi erőnek a nagyobb eredményt is biztositja. Ez az ügyesség már az értelem érdeme és mint ilyen, szellemi munkának számit. Azonban a magasabb és legmagasabbrendü szellemi munkáknál is tapasztalunk hasonló jelenségeket. Van gyorsabb és lassubb észjárásu ember. Mondhatnók, hogy a gondolkodás módjában is érvényesülnek bizonyos ügyességek, amelyek gyorsabb s jobb eredményeket biztositanak.

A munkában való gyakorlat, vagyis ugyanolyan vagy hasonló munkának gyakori, sőt folytonos végzése fejleszti ki ezeket az ügyességeket. Mindamellett rátermettség is kell hozzá. Ez a rátermettség rendszerint önmága árulja el magát abban, hogy az illetőnek a munkához kedve van. Mintegy érzi, hogy bizonyos fajta munkát könnyen és jól tud elvégezni. Könnyen és gyorsan ismeri fel a munka elvégzés lényegét, megfigyelőképessége éles.

Egyenlő ügyesség mellett természetesen a gyakorlat, helyesebben a munkának folytonos gyakorlása, folyamatos végzése biztositja az eredményt. Mindenki tudja, hogy a pihenés, mihelyt hosszabbra nyulik, mint a mi a felüdüléshez szükséges, hátrányos. Hosszabb pihenő után nem ízlik a munka legfőképpen azért, mert elvesztettük munkavégzési készségünk, ügyességünk egy részét s ez elkedvetlenit, lehangol. Áll ez a legegyszerübbtől a legmagasabb munkáig, sőt utóbbiakra leginkább.

Annyira igaz ez, hogy helytelennek kell tartanunk azt a szokást, hogy a pihenési időt, amit közönségesen szabadságnak nevezünk, általában évenként egyszer összetömöritve divatos igénybevenni. Helyesebb volna mind az egyének, mind a köz szempontjából, ha gyakoribb és rövidebb pihenési idők szolgálnának üdülésre. A munka tulhosszu időre való megszakitásának káros voltát bizonyitja a tartós munkanélküliség is. A pihenés, a szükségképpeni fel üdülésen tul, az ügyesség s igy az eredmény rovására megy.

A tehetség — legyen az akár testi, akár szellemi munkás — a legtöbbször nem is érzi jól magát, csak munkájának végzése közben. Nem ismeri s nem szereti a pihenést, amit csak a fáradtság kényszerithet rá. Hosszabb pihenése mindig csak látszólagos és csak arra szolgál, hogy ujabb munkákat előkészitsen. Kiváló emberek életét kutatva azt látjuk, hogy életük folytonos alkotásban telt el. A testben és lélekben egészséges ember csak annyit pihent, amennyi felüdüléséhez kellett.

Have a GOOD GARDEN

Big Oversize Packets
McFAYDEN SEEDS
Only 3c-4c PER PACKET
WHY PAY 5¢ AND 10¢

Több mint 150 ezer megelégedett vásárlónk tesz bizonyságot a McFayden magok mellett. Sokan fizettek ezelőtt 5 és 10 centet egy csomagért, mert nem akarták elhinni, hogy jó magot lehet olcsóbban is venni. Nem szükséges magas árat fizetni magokért, mert 2½, 3 és 4 cent éppen elegendő.

A McFayden magok előnye, nemcsak alacsony áruk, hanem az uj termés osztályozott hibátlan, kipróbált legmagasabb minősége is.

Csiraképesség szempontjából fontos hogy a magvak lehető leg hamarabb érjenek a rendeltetési helyükre.

Az uj magtörvény nem irja elő a magvas zacskók csomagolási idő jelzését, azonban ennek ellenére is a MacFayden csomagok mindegyikén rajta van a csomagolás napjának pontos dátuma. Igy ön is tudja, hogy mit vásárol

NEW-TESTED SEED
Every Packet Dated

Ha McFayden magokat üzletekben árulnák, akkor minden összel nagymennyiségü felesleg maradna.

Ha ezt a feleslegeet megsemmisitenék, ugy az kára volna a cégnek és hogy ezt ellensulyozzák, többet kellene számitani a magvakért vagy kevesebb magot kellene egyes csomagba tenni.

Ha ezen megmaradt magokat nem semmisitenék meg, hanem ujra eladnák, akkor esetleg csiraképtelen öreg magokat adnának a vevőnek.

Éppen ezen okoknál fogva a McFayden magokat csakis a csomagoló cégnél lehet kapni. Ennek az előnyei, hogy mindég friss magokat kap a rendelő, a szezón végén nem marad fenn készlet a jövő esztendőre és az ebből eredő megtakaritást az olcsó magok révén a vevő élvezi

BIG 25c Seed Special

Tiz, 5 és 10 centes csomagot kap 25 centért s azonkivül egy 25 cent értékü szelvényt, melyet teljes névértékben beválthat bármilyen magra. Magra ugy is szüksége van, miért nem vásárolja azt McFaydennél. McFayden olcsó magjai már 1910 óta kiinduló pontja minden jobb kertnek.

CÉKLA.... Detroit sötét vörös, ¼ oz. 25 láb sorra
SÁRGA RÉPA.. Chantenay félhosszu ¼ oz. 25 lábra
UBORKA... Early Fortune ⅛ oz. 100 palántára
SALÁTA.. Grand Rapids ⅛ oz. 50 láb sorra
HAGYMA.. Ezüst héjju fehér Portugál ¼oz. 15 l.
HAGYMA.. Yellow Globe Danvers ⅛oz 15 láb sor.
PASTERNÁK korai rövid ¼ oz. 40 láb sorra.
RETEK French breakfast ¼ oz. 25 láb sorra
SVÉD TURNIP Canadian Gem ¼ oz. 75 láb sorra
TURNIP... fehér asztali ¼ oz. 50 láb hosszu sorra.

A LEGUJABB ÉS LEGJOBB. Akiket érdekelnek a legujabban kitermelt kukorica, borsó, zöldbab fajták irjanak az alábbi cimre. — INGYEN kap egy nagy csomag virágmagot, ha ezen hirdetést kivágva beküldi nekünk:

McFayden Seed Co., Winnipeg

Kanadai dollárját

GYORSAN, BIZTOSAN ÉS A LEGMAGASABB ÁRFOLYAMON KÜLDI AZ ÓHAZÁBA

GEORGE SZABO
272 Main St., WINNIPEG, MAN.

Hajójegyek, Bevándorlási engedélyek

Nagy az elkeseredés a „szomszéd"-ban

Az elégedetlenség az Egyesült Államok minden részében olyan nagyarányu, hogy a sztrájkok még mindig szaporodnak. A tőke nem akar sehogyse belenyugodni abba, hogy az eddigi nagy haszonról le kell mondania s igy jobb béreket csak hosszabb munkaidő ledolgozása ellenében hajlandó adni.

Jellemző azonban az a fordulat, ami a nagy ipari vállalatok részvényesei körében történt. A legtöbb nagy gyárban az volt a rendszer, hogy akármilyen nagy hasznokat csináltak is, nemcsak a munkások bérét vág ták le, hanem a részvényeseket is kijátszották. A nyereséget óriási fizetések alakjában kiosztották az igazgatóság tagjai között vagy tartalékba helyezték s ily módon jobbra és balra — egyformán nyuzták a kis embereket.

Ezt az állapotot végre megunták a kis-részvényesek. A Bethlehem Steel Company legutobbi közgyülésén például egyszerre, váratlanul, felállott egy kis-részvényes, akinek mindösszesze 80 dollár értékü részvénye volt és ezt kérdezte a társaság elnökétől:

— Miért ad ez a vállalat évi egymillió dollár fizetést az elnökének és évi negyedmillió dollár kegydijat Schwab volt elnök nek, mikor a gyár veszteséggel dolgozik?

Kielégitő feleletet természetesen nem tudtak erre a kérdésre adni a nagytőke részéről. Nem merték azt mondani, hogy az Egyesültekben ne akadna legalább száz olyan ember, aki ugyanezt a munkát tizedannyi fizetésért ne tudná jobban elvégezni.

Ennek a megmozdulásnak ha marosan erős visszhangja lesz az országban. Mikor több, mint tizmillió ember keservesen nyomorog, akkor megdöbbentően bántó az, hogy a nagytőke képviselői nem akarnak lemondani a maguk hasznáról és megelégedni annyival, amennyiből bárki tisztes polgári jólétben megélhet. (J.P.)

VENDÉGLŐBEN

Vendég: önöknél nagyon tiszta lehet a konyha.

Tulajdonos: Feltétlenül. Köszönjük a szives elismerést. De hogyan jött erre a megállapitásra?

Vendég: Mert minden éltelnek friss szappan ize van...

CANADIAN PACIFIC STEAMSHIP LINES

MOST VAN AZ IDEJE

hogy felesége és gyermekei Kanadába kihozatala érdekében megtegye a szükséges előkészületeket. Segitségére leszünk a BEVÁNDORLÁSI ENGEDÉLY megszerzésében, teljesen dijtalanul.

UTLEVÉL beszerzésében is közbenjárunk utasaink részére. Hajójegy-árakat és utazási okmányokat illető bővebb felvilágositásért forduljon legközelebbi ügynökünkhöz avagy irjon magyarul a következő cimek valamelyikére:

CANADIAN PACIFIC STEAMSHIPS

Cor. King & Yonge Ste. TORONTO, Ont. | 106 A C.P.R. Bldg. EDMONTON, Alta. | C.P.R. Bldg., SASKATOON, Sask.

W. C. CASEY, 372 Main Str., Winnipeg, Man.

A MUNKANÉLKÜLISÉG SOK CSALÁDOT Kényszerit a Rendszertelen Táplálkozásra

és ennek következményeit a gyomra szenvedi meg elsősorban.

Soha annyi gyomorbeteg nem volt mint ma van

Soha nagyobb szolgálatot a PURGARET nem tett mint éppen ma.

Étvágytalanság, nehéz székelés, gyomorcsikarás, gyomorgörcs, gyomornyomás, bevont nyelv szélbántalmak, savanyu felbüfögés, rossz lehelet, fejfájás gyomorégés, undor, kedvtelenség fáradtság érzése, rossz alvás, áliandó szédülés, bőrkitüések vértisztátalanság okozta reumás bántalmak, mind beteg gyomrának és a belek rendetlen működésének a következményei.

PURGARET A GYOMORBAJ EGYETLEN HATHATÓS GYÓGYSZERE! GYÓGYEREJÉT SEMMIFÉLE MÁS SZER NEM PÓTOLHATJA!

Egy nagy családi bádogdobozzal, mely több hónapra elegendő csak $1.00. 6 dobozzal 5 dollár.

VÖRÖS KERESZT PATIKA
12302 R. Buckeye Rd. CLEVELAND, O.

DRUMÁR JÁNOS

a szerencsétlent, aki a halálveszély pillanatában védelmet keres az őserdő szellemeinél és véres arccal sülyed alá sok száz lábnyira, a fakoronák és lombok által képzett bölcsőben, melynek pelyhei puhán szállitják alá a hatalmukba jutottat, le, egészen a napnemsütötte feneketlenség utvesztőibe, ami azután koporsó gyanánt fogadja magába, ahová el nem jut a feltámadás riasztó harsonájának szózata.

Mindenfelől akadályok, nehézségek, elfedett veszedelmek és végzetes csalódások. Halandó nem merészkedik az őserdők sürüjébe. Ha pedig merészkedik, soha sem fogja elmondhatni, hogy minő csodás dolgokat mutatott neki a hosszu időközökben belopódzó napsugár.

Ezt a csodás képet vetiti a periszkóp lencséje a torony legfelsőbb, elsötétitett kamarájának asztalára. Egy gyermekleány gyönyörködik abban. Ha megunta az egyik képet, csak a fogantyun kell egyet csavarnia, hogy más kép bontakozzék ki előtte, mert a toronynak koronaalaku kupolája forgatható s a megfelelő tükrök beállitásával az egész környék megjelenhet a szemléletnek. Minnehaha hosszan elidőz az őserdőnek egymásból folyó jeleneteinél.

Gyönyörködik a hangos szavu kék harkályban, melynek hangja ugyan nem jut el hozzá, de nem marad rejtve előtte annak egyetlen mozdulata sem, amint a vad szilfának szépnövésü törzsére csigavonalban kuszik fel. Majd a gyürüzött jégmadár mozdulatlansága ragadja meg figyelmét, mely órákhosszig bámul világos, tiszta szemeivel az alácsörgedező hegyi érre, az abban felcsillámló pisztrángnak vörös pettyeire lesve. A kedélyes, csacsogó veresbegy, a platánfa égbenyuló fakoronáját választja fészkéül, de alighanem fiai csipognak utána, mert percenként visszarepül az odahagyott lombok közé.

A gunymadár a tölgynek ad előnyt az amerikai erdőség száznegyven fajtáju fái között, a hópacsirta pedig, a közelgő téli viharoknak a jeges orkánok által idáig leragadott követe, a locust bársonyos lombjai közt piheni ki hosszu vándorlását.

Azután felugrik a leányka és a reggeli napfény által elözönlött szobába megy át. A könyves szekrény elé lép és felnyitva azt, tekintetével végigsiklik a könyvcimeken. Többször hangosan elolvassa azokat.

— 64 —

FORRADALOM EGY MÁS VILÁGON

mikép alakul ki az indiánok között berendezett élete. Ez magával hozná azt a következményt, hogy a helyszinen, vagy közel a helyszinhez tartózkodjam, ami az előzmények után ki van zárva, mert eltekintve Tychonak mindent kifürkésző, átkozott figyelmétől, az indiánok éleslátását is alig tudnám kijátszani.

— Tehát halogatás és habozás! Végzetessé válható idővesztegetés!

— Nem; csak a körülmények parancsolta óvatosság.

— Az ördög vigye el uj felfogásodat. Akarod, vagy nem? Mond meg nyiltan!

— Ne aknázd ki minden hatalmadat felettem. Érdekeinket ennél az esetnél is jobban szem előtt tartottam, mintha azok minden irányban közös érdekeink lettek volna Áldozatot kivánhatsz tőlem, de nem lehetetlent.

— Lehetővé kell tenned!! Vagy be akarod várni, mig nyakunkra szakadnak a kérlelhetlen körülmények s kezdhetnők elölről az elvesztett játszmát?

— Rajtam nem mulik. Mindent el fogok követni, hogy tájékozódást szerezzek a helyzet felől. De mi előnyöd támadna abból, ha otthagynám fogam fehérét? Csak az, hogy érdekeid kiszolgálatlanul maradnának. Nem ismersz olyannak, aki visszariad a kockázattól, de legalább kecsegtessen a siker.

— Ez a higgadt életfelfogás nem olyan embereknek való, mint aminők mink vagyunk. A mi helyzetünk nem ad halasztást az okoskodásra. Persze, neked kényelmes szereped van. Eltünsz az árnyékban!

— Ne akard, hogy a szemedre hányjam, mily munkákat végeztem el az "árnyékban!" Ha szakadást akarsz, már pedig ennek a feladatnak a kierőszakolása arra vezetne, nem én leszek, aki megsértette a haramia-becsületet.

— Tanácsolj tehát más egérlyukat.

— Nem! A gondolkodásra ne kényszerits. Te vagy a fej! Mondd, hogy mit tegyek és én megteszem! De legyen kivihető az amit mondassz, legalább a mi felfogásunk szerint.

— Mennyi időt igényelne, mig kiismernéd a helyzetet?

— Lehet, hogy néhány napot, lehet hogy hónapokat. De miért ragaszkodsz ehhez, ha Tycho önként is keres ...

— Ha sikerülne vele alkalmas körülmények között találkoznom, ugy felmentenélek a terv kivitelétől, mert végeznék vele.

— 161 —