



Christkinds Wiegeleid.
Du bist die Sonne und du bist das Licht.
Du bist der Felsen, der Wogen zerbricht,
Du bist Jesu und schlummerst so friedlich.
Mit in den Armen, mein liebliches Kind!

Schlaf, o schlaf! Ich wache für dich, Einstmals, mein Süppchen, da wacht du für mich, die Altväter nicht, und ihr Lagerwelt war daher mit einer Menge Kleinarbeitern noch extra belastet, die uns unbekannt blieben. Die Armut zweier Volkschichten war größer, und wenn sie vielleicht nicht drückender empfunden wurde als jetzt, so lag das an der allgemeinen größeren Bescheidenheit der Ansprüche an das äußere Leben. Derjenige, welcher in wohlmeinender Absicht des Volksgläubigerwerbs das Volk sprach von dem Kuhn, das Sonntags jeder arme Mann im Tische haben sollte, töte jene Anspruchlosigkeit und legt den Grund zu dem überlaufenen, daß es ein Unglück sei, wenn man nicht alle Tage sein Stück Fleisch zur Rührung habe. Unsere Groß- und Uragrohelftern hatten das ganz gewußt; aber es mußte trocken ein dauerhaftes, kräftiges, nervenfrohes und arbeits tüchtiges Geschlecht heran.

Trocknen — oder gerade desigen? — wäre die Nahrungsmäßigung unseres Geschlechts — oder die verfehlte Ernährungsweise desselben — vielleicht mit einem Grunde zu den häufigen Erkrankungen starker Herzen? Und wieder es vielleicht gefürchtet und rücksichtiger, wir griffen in unseren Lebens- und Tafelgewohnheiten ein halbes Jahrhundert nach rückwärts?

Wir brauchen deshalb mehr aufgeklärte Vegetarier, noch lebenshaftere Antisophistler zu erhalten! Nur einzig allein ist das von JOHN LINDEN

Sozialist und alljähriger Berater der östlichen ersten Gewerkschaften. Offizier und Adj. im 10th Regt. New York. E. S. Letter Draper 200, Broadway, New York. Man bitte auf der Postkarten und Telefon angeschlagen.

Gesunde Lebensweise.

Während in der breiten Welt noch immer die Meinung vorherrscht, daß vorgezogene reichliche Fleischküche, mittags und abends, womöglich auch noch beim Christkind genossen, Kraft und Gesundheit verleiht, verordneten die Ärzte immer häufiger der neuen venenleichten Menschheit von heute — der trotz der "guten" Ernährung fast allgemein "nervös" Menschen — ein vorwiegend pflanzliche, milde Kost und einfache Lebensweise. Dieser Standpunkt der Ärzte ist höchstenswert und ist sicher der richtige, denn er gründet sich auf die Erfahrung vergangener Zeiten und Geschlechter.

Dass die Revolutions eine Krankheit gerade unter Zeit ist, liegt durchaus nicht nur an den vielfachen, geistigerten Lebensanforderungen, an dem großen Aufwand von Arbeitskraft, dem unter Geschlecht im Daseinskampf angeblich brausen soll, und daß die Großstadt mit dem Zentrum ihres beständigen lärmenden Straßenlebens, hellwirksigen Mietshäusern, in denen die Nähe nicht blos Ohren, sondern auch Stimmen haben, auch den selbstsinnigen und zurückgezogenen Menschen nervös macht, ist natürlich. Aber die Kleinstadt, selbst das Dorf, beherrschte ja viele "nervöse" Leute, und die "kräftige" Lebensweise, das "heile" Essen" muß nichts gegen die Revolutions. Unsere Uragrohelftern fanden sie wenig, unsere Uragrohelftern fand gar nicht. Nicht etwa, weil sie weniger gearbeitet hätten als wir. All die Erledigungen, welche die moderne Leidum und Industrie dem Gewerbetreibenden dem Geschäftsmann, der Haushalt in Stadt und Land gewöhnt, fanden

**Kinder Schreien
NACH FLETCHER'S
CASTORIA**

Was ist zerdrückter Kaffee?

Kurz gesagt, zerdrückter Kaffee sind Kaffeebahnen, zwischen stählernen Rollen nur gerade genügend zerdrückt, um dieselben in gleichmäßige kleine Stücke zu zerteilen von denen die bittere Schale und der Staub mittels Löffelzug entfernt wird.

Dieses Verfahren ergibt einen reinen Kaffee, der sich selbst setzt, und zu dem also kein Eis verwendet zu werden braucht, um ihn sich setzen zu lassen. Red Rose Kaffee ist ebenso leicht zu bereiten als Red Rose Tee, und sein Geschmack und Aroma sind, wenn mit anderen gemahlenen Kaffeesorten verglichen, ein Vergnügen.

Verkauft nur in doppelt versiegelten Büchsen, um ihn gut zu erhalten.

Derselbe Preis wie vor drei Jahren.

**Red Rose
Coffee**



Ich schulde meine Gesundheit

Lidia C. Pinckney's Vegetable Compound
Washington Park, N.Y. — Ich bin Mutter von vier Kindern und ich an weiblichen Krankheiten, nierenösen Kindern, und Liebergläubigkeiten. Da ich keine Kinder mehr habe, kann ich mich zu Seiten, und dabei fühlt es sich so fremt, daß ich keinen Menschen zwischen hören möchte. Zu

die E. Pinckney's Vegetable Compound und Liebergläubigkeiten hat meine Gesundheit wiederhergestellt, und legt sie vielleicht nicht drückender empfunden wurde als jetzt, so lag das an der allgemeinen größeren Bescheidenheit der Ansprüche an das äußere Leben. Derjenige, welcher in wohlmeinender Absicht des Volksgläubigerwerbs das Volk sprach von dem Kuhn, das Sonntags jeder arme Mann im Tische haben sollte, töte jene Anspruchlosigkeit und legt den Grund zu dem überlaufenen, daß es ein Unglück sei, wenn man nicht alle Tage sein Stück Fleisch zur Rührung habe. Unsere Groß- und Uragrohelftern hatten das ganz gewußt; aber es mußte trocken ein dauerhaftes, kräftiges, nervenfrohes und arbeits tüchtiges Geschlecht heran.

Trocknen — oder gerade desigen? — wäre die Nahrungsmäßigung unseres Geschlechts — oder die verfehlte Ernährungsweise desselben — vielleicht mit einem Grunde zu den häufigen Erkrankungen starker Herzen? Und wieder es vielleicht gefürchtet und rücksichtiger, wir griffen in unseren Lebens- und Tafelgewohnheiten ein halbes Jahrhundert nach rückwärts?

Wir brauchen deshalb mehr aufgeklärte Vegetarier, noch lebenshaftere Antisophistler zu erhalten! Nur einzig allein ist das von JOHN LINDEN

Sozialist und alljähriger Berater der östlichen ersten Gewerkschaften. Offizier und Adj. im 10th Regt. New York. E. S. Letter Draper 200, Broadway, New York. Man bitte auf der Postkarten und Telefon angeschlagen.

Goldene Sparen.

Der Thronfolger Wolff Sietzen
Durch die isolierenden Gassen ellend, Langsäbige Gläser fallen, Silberne Aloden fallen, In schimmernder Winterpracht Wein märchenloses Kind, Sieht sich die Augen seit Jahr taubstinkend, Hört Farben von Rauchgold flüstern, Heimliche Stimmen flüstern und Klängelauschen im Wind.

Auerle ist's Haus.

Altealten Körbchessche,

Büffetkörbchen, Zeitungskörbchen,

Büffetkörbchen, Körbchen, Körbchen,

Körbchen, Körbchen, Körbchen,