

B. NEELY
Chirurg.
Wohnhaus, gegenüber
(früher J. D. Brandon).
Humboldt, Sask.

Barry, M.D.
Chirurg.
Sask.
Telephon - Verbindung mit
Hotel.

Dr. McCutcheon
R. H. McCutcheon,
Northern Gebäude.
SASK.

D. Duval
Chirurg - Coroner
Margarten's Apotheke
Humboldt, Sask.

West Gardner,
BRO & SOLICITOR
HUMBOLDT, SASK.

Margarten's Apotheke.
Jeden Samstag u. Montag.

Wilson
Advokat und
Notar.
In den niedrigsten
Preisen.
Main Street,
Humboldt, Sask.

Bege
Versicherung
sich an mich um
Stunt. Ich bin
die Great West
Insurance Co.

Lindberg
Anfänger, Sask.

St. Peters Bote
Agenten
Humboldt,
Watson, Spalding, St.
Gregor, Engelfeld,
Camp und Carmel.
Winnipeg, Manitoba.
Winnipeg, Ont.
Winnipeg, Ontario.
Winnipeg, Ontario.
Winnipeg, Ontario.
Winnipeg, Ontario.

man sich direkt an mich oder an die Redaktion der Zeitung.

Allen Gottes Segen wünschend und schon im voraus dankend, verbleibe ich Ihre Ergebenster,
P. Wm. Brück, O. M. I.

Bilder aus Litauen.

Lebensweise und Gewohnheiten der Bauern
Unwillkürlich fahren alle Wagen langsamer, wenn sie sich einem litauischen Dorf nähern. Schon der Straße halber, die hier gewöhnlich noch schlechter als sonst wird. Der Bauer in Litauen kümmert sich nicht viel um die Wege. Er überläßt sie den Hühnern, dem Vieh, und den Leuten, die in der Welt herumfahren, statt zurecht zu gehen zu bleiben wie er. Um die Außenseite seiner Häuser kümmert er sich nicht, im Gegensatz zu den Deutschen, die an ihnen herumfreuden und weissen, bis sie wie ein Schmuckstück glänzen. Holz kann nur durch Farben verderben, denkt er, und so überläßt er seine Hütte ruhig der Witterung und der Bräunung der Zeit, die weniger die Reinlichkeit als den Stimmungsreiz seiner Dörfer fördert. Wie gemütliche, bemöblierte Häuser schauen seine Häuser aus. Das litauische Haus hat meist nur einen Raum, der sich als Salon, als Wohn- und Schlafzimmer wie als Küche dient. Wogu sich das Leben durch unnütze Arbeiten erschweren, sagt er. Einen einzigen Ofen ansteden und im Winter anhalten zu müssen, genügt für den Haushalt. Selbst in der Tenne teilt er gern mit seinem Nachbarn, an dessen Haus er der Wärme sparsam halber dicht angehängt wohnt, um die Last des Reinefegens nur halb zu tragen. Ueber die Zeit, wenn gemeinlich gedroschen und das Korn auf der steinernen Handmühle zermahlen werden soll, einigt man sich kameradschaftlich untereinander. In der einzigen Stube seines Hauses darf der litauische Landmann schalten und walten wie ein König. Er schläft meistens nicht wie der russische Bauer oben auf seinem Dfen. So kalt wird es hierzuland nicht, und der Schlaf drohen läßt sich zum Trocknen und Dörren besser ausnützen. Aber er rückt seine Lagerstätte wie die seiner Kinder möglichst nahe an den warmen Herdplatz, auf dem in den Wintermächten, wenn der Wind durch den Schornstein fließt, ein rotes Flämmchen zu Ehren der alten litauischen Lichtgötter spielt. Die Bettdecken hat der Litauer selbst gesponnen und gewebt, auf dem Weibstuhl, der fast in jedem Bauernhaus am Fenster steht. Das Tuch zu seinen Füßen, wie zu den Füßen seiner Ehehälfte und seiner Töchter, auch seine Hemden, die vorn auf der Brust wie an den Armen mit einfachem Zickzackmuster bestickt sind, hat er selber gesponnen, aus seinem eigenen Flach, den seine Töchter am Spinnstuhl geschild zu drehen wissen. Auch seine Kontrüge und sein Geschütz hat er geformt und im Feuer gebräut.

Der Litauer kennt als Mann wie als Frau keinen Schmutz. Wenn man nicht die bunten, wollenen Fausthandschuhe, die in ihren starken Farben an skandinavische Muster erinnern, und die weissen Kopftücher, mit denen die Weiber Sonntags zur Kirche gehen, so nennen will. Im übrigen zieren ihn nur seine langen, strähnigen, blonden Haare und die blauen, etwas stumpfblickenden Augen, die ihm sein uraltes, Aussehen geben. Gewöhnlich geht man noch barfuß in Litauen. Nur zuweilen tragen die Männer Sandalen oder umwickelte Füße und Beine. An den Raum, in dem die Bauern wohnen, haben die Hausstiere, soweit sie durch die Tür gehen, nach Urväterstute ihren Anteil. Hühner und Ziegen kommen zwanglos herein und sorgen vereint mit Hund und Kage dafür, daß keine Speisereste auf dem hart getretenen Erdboden der einzigen Stube liegen bleiben. Das Vieh eines Dorfes weidet gewöhnlich zusammen: Kühe, Schweine, Schafe, Ziegen und Pferde durcheinander. Und es gehört zu den lieblichsten Bildern, die dem Auge des Vorüberfahrenden im Sommer begegnen, wenn er ein solch Stund der Arche Noah, auf grünem, wölligem Grunde liegen und leuchten sieht. Die Herdeliebe der Litauer ist allbekannt.

Die Wands-Inseln.

Zwischen Finnland und Schweden, an der Einfahrt zum Bottenischen Meerbusen, liegen die 300 Inseln, Klippen und Schären, die mit dem Sammelnamen Wands-Inseln bezeichnet werden. Nur etwa 80 von diesen, in den verschiedensten Zwischenräumen und Figuren bis zu der Hauptinsel Aland dahingestreckten Eilande sind bewohnt. Der gesamte Flächeninhalt derselben beträgt bloß 1426 Quadratkilometer, aber nur selten wird man durch eine freie Sicht daran erinnert, daß man sich auf weltlichem Meere befindet.

Wie Traumgestalten ziehen diese zahllosen Eilande an einem vorüber: jezt kahle Felsriffe, von Bogen und Sturm zerpeitelt, kaum von etwas Moos kümmerlich bekleidet; jezt schwimmende Tannenwälder, nur wenig über den granitenen Boden emporragend; jezt romantische Felsbügel, in unregelmäßigen Terrassen aufsteigend, mit Birken, Eschen und Fichten wie mit zierlichen Parkgehäusen garniert; jezt größere Inseln mit Wald, Feld und Häusern, dann noch bedeutendere mit Vorgebirgen und Buchten, waldigen Hügel und stillen Weidestellen; plötzlich eine engere Straße, in welcher Feld und Wald sich fast bis an den Dampfherd drängen; dann wieder ein weites, spiegelhelles Sund, von fernem, bläulichen Hügeln umfassen; endlich ein kleines Stück offenes Meeress, wo die Bogen stattlicher in den Archipel hineinragen, während in der ferne goldenes Licht auf der weiten, blauen Flut glitzert. Dieser Wechsel ist bezaubernd schön. Allerdings fehlen Schlösser, Villen, Ortschaften. Die Elemente der Landschaft sind einfacher: immer Fels, Wald und Meer, dazu freundliche Gehöfte, Fischerhütten, Wiesen und kleine Flecken bebauten Landes. Doch der Wechsel der Zeichnung ist herrlich. Man kann sich keine bessere Stätte denken, um zu träumen, als diese Meeresküste, in welcher ein Stück Urwald und Urgebirge, zerissen und halb überflutet, sich ins Meer vertritt zu haben scheint.

Die Inselgruppe gehört zum finnischen Gouvernement Abo-Björneborg, ist nur schwach bewohnt (noch nicht einmal 20,000 Seelen) und hat nur eine sogenannte Stadt (Mariehamn), die aber in ihren Ausmaßen mit noch nicht einmal 1000 Bewohnern kaum den vollkommenden Namen Stadt verdient. Ausgezeichnet sind die Häfen der Inseln, und sie wurden daher seit der Abtretung der Gruppe von Schweden an Rußland als ein Hauptstützpunkt der russischen Ostflotte benutzt, namentlich der Moskito-Flotte, die in dem Schärenmeer überall gute Verstecke findet.

Die Abtretung der Wands-Inseln an Rußland erfolgte 1809. Im Krimkrieg wurde die von den Russen angelegte Fregatens Barmarsund von den Verbündeten zu Wasser und zu Lande angegriffen, am 16. August 1854 nach 6 tägigem Bombardement genommen und sofort geschleift. Durch den Pariser Frieden von 1856 wurde sodann das Verbot einer neuen Besetzung der Inseln festgelegt.

Ein Blick auf die Landkarte sagt über die strategische Bedeutung der Wands-Inseln mehr, als wortreiche Darstellungen es vermögen. Die ungefähre 300 von dem finnischen Abo aus gegen die schwedische Küste hingestreckten Inseln bilden eine geographische Pforte gegen Schweden. Dazu kommt, daß die Hauptinsel Aland am nächsten gegen die schwedische Küste liegt, nur 25 Meilen von dieser und 72 Meilen von Stockholm entfernt. Die durch die Inselgruppe bewirkte Abzweigung des Bottenischen Busens begreift die zwei nördlichen Drittel der schwedischen Ostküste ein.

Das Salz als unentbehrlicher Helfer.

Das Chloratrium oder Kochsalz, dieses unentbehrliche Gewürz unserer Küche, ist in vielen Verlegenheiten des täglichen Lebens ein gutes Hilfsmittel und um so wertvoller, weil es immer zur Hand ist, denn Salz läßt wohl keine Hausfrau ausgeben. So hilft es, bei Verbrennungen, auf die verlegte

Stelle gestreut, fast augenblicklich den Schmerz und verhindert Blasenbildung, in Kornspiritus gelöst ist es ein gutes Hausmittel (Einnahme) gegen Gliedererschmerzen. Schwaches Salzwasser, in der Kiste hochgezogen, lindert den Schnupfen, der besonders nachts so lästig wird, und ist ferner bei Halserschmerzen und Heiserkeit ein gutes Gurgelwasser. Eine Abkürzung mit feuchtem Salz frischt die Farben der Teppiche und überhaupt aller bunten Gewebe auf, wodurch sich die verbreitete Anwendung von Sauerkraut für diesen Zweck erklärt, das Kraut ist demnach überflüssig. Strohh, Korb- und Rohrgeschäfte, die nicht lackiert sind (z. B. auch zahllose Eilande an einem vorüber: jezt kahle Felsriffe, von Bogen und Sturm zerpeitelt, kaum von etwas Moos kümmerlich bekleidet; jezt schwimmende Tannenwälder, nur wenig über den granitenen Boden emporragend; jezt romantische Felsbügel, in unregelmäßigen Terrassen aufsteigend, mit Birken, Eschen und Fichten wie mit zierlichen Parkgehäusen garniert; jezt größere Inseln mit Wald, Feld und Häusern, dann noch bedeutendere mit Vorgebirgen und Buchten, waldigen Hügel und stillen Weidestellen; plötzlich eine engere Straße, in welcher Feld und Wald sich fast bis an den Dampfherd drängen; dann wieder ein weites, spiegelhelles Sund, von fernem, bläulichen Hügeln umfassen; endlich ein kleines Stück offenes Meeress, wo die Bogen stattlicher in den Archipel hineinragen, während in der ferne goldenes Licht auf der weiten, blauen Flut glitzert. Dieser Wechsel ist bezaubernd schön. Allerdings fehlen Schlösser, Villen, Ortschaften. Die Elemente der Landschaft sind einfacher: immer Fels, Wald und Meer, dazu freundliche Gehöfte, Fischerhütten, Wiesen und kleine Flecken bebauten Landes. Doch der Wechsel der Zeichnung ist herrlich. Man kann sich keine bessere Stätte denken, um zu träumen, als diese Meeresküste, in welcher ein Stück Urwald und Urgebirge, zerissen und halb überflutet, sich ins Meer vertritt zu haben scheint.

Man gibt einen reichlichen Teelöffel Salz auf 1 Quart Salmiakgeist. Auch Koch- und frische Rotweinflecke kann man mit Salz entfernen, letztere bestreut man die mit, worauf sie verschwinden. Zur Beseitigung von Rostflecken löst man Salz in warmem Zitronensaft, befeuchtet die Flecke damit und läßt sie dann direktem Sonnenlicht aus. In Spiritus gelöst, befeuchtet Salz auch Feuertische, die aber mit warmem Wasser nachgewaschen werden müssen. Salz in Essig gelöst, gibt ein gutes, unschädliches Putzmittel für Messing. Löst man Salz in Baumöl, so lassen sich damit Wasserflecke aus gebleichten Möbeln entfernen, und ein Teelöffel Salz in das Bassin der Petroleumlampe geschüttet, macht deren Flamme weißer und heller leuchtend. Die Ursache aller dieser scheinbar wunderbaren Wirkungen ist die im Kochsalz enthaltene latente Salzsäure, die in den einzelnen Fällen noch von Zitronen, Essigsäure, Ammoniak usw. unterstützt wird. Die nähere Erläuterung der verschiedenen chemischen Prozesse, die dabei vor sich gehen, dürfen wir uns hier für jetzt ersparen.

Noch sei aber bemerkt, daß Flüssigkeiten und Speisen in starkem Salz wasser schneller abkühlen als in reinem und auch eine niedrigere Temperatur erreichen, und daß Gefrorenes schneller fest wird, wenn man das zerleinerte Eis, das die Gefrierkammer umgibt, eine Handvoll Salz zusetzt. Zum Schluß sei gewarnt vor zu reichlicher Salzverwendung beim Kochen; es ist der Gesundheit nicht zuträglich und macht die Speisen schwerer verdaulich, während mäßiger Salzgebrauch die Verdauung fördert.

Daß man Salz bei feuchtem Wetter in den Streubüchsen trocken erhält, wenn man es mit ein wenig „Cornstarch“ vermischt, ist wohl allgemein bekannt. Wer jedoch den Geschmack der „Cornstarch“ an den Speisen nicht liebt, gebe ein wenig Reis in die Büchse; er absorbiert die Feuchtigkeit und das Salz bleibt trocken. Oder man stellt die Salzstreubüchse einige Minuten in den warmen Badofen, damit die Feuchtigkeit austrocknet.

Ver. Staaten.

Washington. 51 amerikanische Flieger sind in diesem Lande seit dem letzten Juni umgekommen, laut Bericht des Kriegesekretärs. Zehn Offiziere und 29 Kadetten haben ihr Leben verloren bei Flugübungen, 12 sind bei anderen Unfällen umgekommen.

Der Senat verwarf den Gesetzesvorschlag Sterlings, der dahin geht, die Macht, Eisenbahnen festzusetzen, der zwischenstaatlichen Handelskommission zu belassen.

Der Senat stimmt demin ab, dem Präsidenten in der Kontrolle des Eisenbahnwesens auf die Dauer des Krieges freie Hand zu belassen.

Einzelheiten über die kürzliche Verwundung des Major-General Leonard Wood in Frankreich wurden veröffentlicht durch Col. Charles E. Kilbourne, welcher auf einem

französischen Dampfer in Amerika ankam. Ein Mann wurde getötet durch die Explosion eines Graben-Rörers, wobei Gen. Wood und Col. Kilbourne verwundet wurden. Ein französischer Offizier, der neben Kilbourne stand, wurde in Stücke zerrissen. Gen. Wood's Arm war böse zugerichtet, als ein Geschosstuch am Ellbogen traf. Kilbourne wurde ebenfalls verwundet, als ein Geschosstuch sein rechtes Auge traf, daselbe durchschlug und sich im Kopfe festsetzte. Kilbourne will sich einer Operation in einem New Yorker Hospitale unterziehen, nach dem er sich beim Kriegesekretär Vater gemeldet hat. Das Sehvermögen des rechten Auges ist nicht vollständig erloschen und Kilbourne hofft, daß New Yorker Augenärzte ihn die volle Sehkraft wiederherstellen mögen.

— An den Bürgermeister von St. Louis schrieb D. D. Moore, Sekretär eines Komitees des Council of National Defense, das die Bekämpfung venedischer Krankheiten zur Aufgabe hat, daß in den am 7. Dezember letzten Jahres endenden 12 Wochen, 21,742 neue Fälle von Geschlechtskrankheiten unter Soldaten in den Armeekantonements festgestellt worden seien. Die jüngsten Männer zögen sich diese Krankheiten nicht in der Umgebung der Lager zu, sondern brächten sie aus den Städten, in denen sie sich vor ihrer Einziehung oder auf Urlaub aufgehalten hatten, mit. Der Bürgermeister wurde ersucht Schritte zu tun, um dem Uebel abzuhelfen. Ähnliche Schreiben wurden an die Bürgermeister anderer Städte geschickt.

Harrisburg, Pa. In den Anlagen der Hersey Chocolate Co. brach ein Feuer aus, das einen Schaden von mehr als einer halben Million Dollars anrichtete. Eine Million Pfund Cocoa wurden vernichtet. Die Gesellschaft schickt gegenwärtig einen großen Teil ihrer Produkte nach Europa.

Williamsport, Pa. Ein riesiges Wasserbassin auf dem Dache der vierstöckigen Williamsport Möbelfabrik brach zusammen und ergoß mehrere Tausend Gallonen Wasser in das Gebäude, wodurch eine Seitenmauer zum Einsturz gebracht wurde.

Wilkesbarre, Pa. Ein Mann wurde getötet und 11 verwundet für eine halbe Million Dollar Schaden angerichtet, als ein Frachtzug der Central Eisenbahn von New Jersey in Gleiten kam auf einer steil abfallenden Strecke. Acht Lokomotiven wurden zerstört und ein Feuer entstand, das noch gelöscht werden konnte.

New York. In ihrer Wohnung wurden der 62-jährige Wacker Henry Schulz und seine Frau Annie an Gas erstickt aufgefunden. In der Wohnung befand sich außerdem bewußtlos eine unbekannte Frau.

Mehr als hundert im Dienst ergrante Polizisten werden pensioniert werden. Der Schritt ist eine Folge des Sparprogrammes, das der Polizeidepartement eingeleitet hat.

Zum Tode im elektrischen Stuhl wurde in Brooklyn der erst 16-jährige Paul Chapman, ein ehemaliger Chortnabe, verurteilt. Chapman war schuldig befunden worden, Harry Regensbürg ermordet zu haben.

— Erlaubnis des schriftlichen Verkehrs mit dem Feinde wurde der Deutsche Regierung, wurde berichtet, hat dem Roten Kreuz die Erlaubnis gegeben, Post und andere Sachen in die Deutschen Gefangenenlager zu senden.

vergeblich, den Wählerinnen über 30 die Notwendigkeit der Altersabgabe zu ersparen.

Beauby, Mass. Neun Mitglieder der Familie Morris Miller sind bei einem Feuer, welches ihr Wohnhaus verzehrte, den Flammen zum Opfer gefallen und der 19-jährige Neuben Miller hatte sein Verbleiben nur dem Umstand zu verdanken, daß er auf einer benachbarten Farm beschäftigt wird.

Columbus, D. Infolge unglücklichen Familienlebens jagte sich hier der 24-jährige Versicherungsagent Forrest Wigelow eine Kugel in den Kopf. Vorher hatte er seine um 4 Jahre jüngere Gattin, beider ledigschjähriges Töchterchen sowie seine 25-jährige Schwägerin Mrs. Clara Cruik getötet, und außerdem seine Schwiegermutter schwer verwundet.

Chicago, D. Das größte Flugzeuglager der Welt soll bei den großen Seen gebaut werden, gemäß der Ankündigung, die der Kommandant Moffett von Washington erhalten hat. Mit den Vergrößerungsarbeiten soll sofort begonnen werden, sagte er, die \$1,500,000 kosten sollen.

Der 18 Jahre alte Joseph Bruzel befindet sich wegen Postdiebstahls in Haft. Er ist beschuldigt, mehrere Briefe aus Briefkästen gestohlen zu haben. In einem der Briefe befand sich ein Check über 100 Dollars. Als er diesen einliefen wollte, wurde Bruzel verhaftet und festgenommen.

Der 22 Jahre alte R. Trumbull wurde verhaftet und beschuldigt, mit einem Genossen, auf den die Polizei noch jahdet, einen Versuch gemacht zu haben, die 16 Jahre alte Mary Massini zu entführen.

Die Polizei nahm in Klein-Italien vier halbwildige Jungen in Haft, die zugaben, aus einem Frachtwagen 1000 Pfund Zucker entwendet und ihn mit einem gleichfalls gestohlenen Pferd und Wagen fortgeschafft zu haben. Die Vengel gingen mit dem Zucker haufieren und verkauften ihn in Säcken zu je 10 Pfund für 5 Cents das Pfund.

Leoria, Ill. Die außergewöhnliche Krankheit, welche über die Stadt gekommen ist, eine Art Epidemie, deren Symptome Vergiftungsercheinungen und Erbrechen sind, hat nichts mit vergiftetem Wasser zu tun, wie es ansangs hieß. Der plötzliche Wechsel im Wetter während der letzten Tage mag als Erklärung dieser so außergewöhnlichen Krankheit angesehen werden.

Wilwaukee. Im Laufe letzter Woche wurden in fast jedem County in Wisconsin eine Verammlung abgehalten, um das Fällen von Holz in größeren Mengen zu ermutigen, sodas genügend Holzvorräte im Winter 1918 und 1919 vorhanden sein werden.

Ganze Waggonsladungen billiger Kartoffeln werden binnen kurzem hierher gebracht werden. Von Waupaca kommen Berichte, daß die Farmer ihre Kartoffeln zu \$1 per hundert Pfund verkaufen und zwar für Primarkartoffeln oder Kartoffeln No. 1 und zu 50 Cents für daselbe Gewicht der Kartoffeln No. 2. Die Kartoffelhandler in Waupaca sagen, daß 35 bis 40 Prozent der letztjährigen Kartoffelernte noch unverkauft seien.

San Francisco, Cal. Weil er versucht hatte, Gepäck auf einem japanischen Dampfer zu stehlen der vom Orient nach Amerika fuhr, wurde ein japanischer Arbeiter gezwungen, beinahe die ganze Reise mit den Händen auf dem Rücken gebunden zurückzulegen. Als der Dampfer einen pazifischen Hafen erreichte und Zolloffiziere an Bord kamen, wurde der Arbeiter gefunden und seine Befreiung sofort beschieden. Er mußte in ein Hospital eingeliefert werden, da er 21 Tage in Fesseln war und die Kontrolle der Arme und Beine verloren hatte.

Auch Island konnte den Bräunungen und Unannehmlichkeiten des großen Krieges nicht entgehen, wie Ludwig Kaaber, belgischer Konsul in Reykjavik, ausagte, als er hier anlangte. Islands Exportwaren, die früher nach den skandinavischen Ländern gingen, sind tatsächlich von England beschlagnahmt worden. Sie bestehen hauptsächlich aus Fischen, Wolle und Schafschellen.

Faßen-Verordnungen.

Zu Einklang mit den Vorschriften des neuen Kodex des Kirchenrechts, sind die folgenden Bestimmungen bezüglich des Fastens und der Abstinenz in Kraft getreten, und sollen von allen Gläubigen der Diözese Prince Albert getreulich befolgt werden:

- 1) Das Abstinenzgebot verbietet den Gebrauch von Fleisch und Fleischbrühen, erlaubt aber den Gebrauch von Eiern, Milch, Butter und Käse. Fett von irgendwelchen Tieren darf aber zur Zubereitung anderer Speisen benutzt werden.
- 2) Das Fastengebot erlaubt nur eine volle Mahlzeit im Tage. Es ist jedoch erlaubt an Fastentagen zwei kleine Kollationen, eine am Morgen und eine am Abend, zu nehmen.
- 3) Bei der Kollation am Morgen darf man eine Tasse Kaffee, Tee, oder dünnes Schotolade, nebst etwa zwei Unzen fester Speise zu sich nehmen. Bei der Kollation am Abend darf man nicht bei zehn Unzen Speise genießen. Der Genuß von Fleischspeisen ist bei den Kollationen nicht gestattet.
- 4) Es ist nicht mehr verboten Fleisch und Fische bei derselben Mahlzeit zu genießen, wenn bei der Mahlzeit Fleisch gestatter ist.
- 5) Wenn man dies zu tun wünscht darf man die Hauptmahlzeit am Abend, statt am Mittag nehmen, und dafür die abendliche Kollation am Mittag zu sich nehmen.
- 6) Das Abstinenzgebot allein verpflichtet die Gläubigen an allen Freitagen des Jahres.
- 7) Sowohl das Fastengebot, wie auch das Abstinenzgebot verpflichtet die Gläubigen am Mittwoch, an allen Mittwochen und Freitagen der vierzigstägigen Fasten, an allen Mittwochen, Freitagen und Samstag der vier Quatemberzeiten, und an allen Vorabenden der Feste von Weihnachten, Pfingsten, Maria Himmelfahrt, und Allerheiligen.
- 8) Das Fastengebot allein verpflichtet die Gläubigen an allen Montagen, Dienstagen, Donnerstagen und Samstag der vierzigstägigen Fasten, ausgenommen am Mittwoch und am Samstag der Quatemberwoche.
- 9) Das Fastengebot und das Abstinenzgebot verpflichtet nicht an allen Sonntagen und gebotenen Freitagen des ganzen Jahres, wie auch nicht nach Mittag am Charfreitag. Richtiges welche auf einen Sonntag oder einen gebotenen Freitags fallen, brauchen nicht mehr am Tage vorher gehalten zu werden.
- 10) Das Abstinenzgebot verpflichtet alle Gläubigen welche das volle Alter von sieben Jahren erreicht haben.
- 11) Das Fastengebot verpflichtet alle Gläubigen welche das volle Alter von 21 Jahren erreicht, aber das sechzigste Lebensjahr noch nicht angetreten haben.
- 12) Die obigen Bestimmungen gelten für die Gläubigen der ganzen Kirche. In einzelnen Fällen können jedoch Verhältnisse eintreten, welche gewisse Personen von der Beobachtung dieser Bestimmungen dispensieren. So sind die Kranken und Schwächlichen, sowie die Genesenden und Schwangere und säugende Mütter dispensiert. Ferner sind vom Fastengebot dispensiert, diejenigen welche erschwerte Arbeit zu verrichten haben, wie z. B. schwere körperliche Arbeit. Unrechtmäßigkeit während wenigstens fünf Stunden täglich, Willkürlichkeiten der Solbaten, usw. Solbaten brauchen das Abstinenzgebot nicht zu beobachten, wenn bei den gemeinlichen Mahlzeiten ihnen keine Abstinenzspeisen geliefert werden. Im Zweifel darüber, ob in ihrem besonderen Fall das Fastengebot oder das Abstinenzgebot, oder beide bindend sind, sollten die Gläubigen den Rat ihres Pfarrers einholen und diesem genau handeln.

Es sollte jedoch nicht vergessen werden, daß die Beobachtung der heiligen Fastenzeit nicht mit dem Fasten und der Abstinenz abgetan ist. Die heilige Fastenzeit ist vor allem eine Zeit der Sammlung, des Gehetes und der Selbstverleugnung. Wer vom Gebot des Fastens und der Abstinenz dispensiert ist, soll sich daher um so eifriger betreiben, solche Werke der Selbstverleugnung zu üben, welche keinen besonderen Verdäntnissen entsprechen.