Fuer unsere : Hausfrau :

Wir wollen kämpfen und nicht klagen

Gar viele Menschen sind mit ihrem Los unzufrieden, ohne daß ihre Unzufriedenheit eine bestimmte und triftige Ursache hätte. Insbesondere wir Frauen pflegen über unser Schicksal zu klagen, ohne von uns selbst über die Berechtigung dieser Klagen stets Rechenschaft zu fordern. Alle Klagen, die nicht der Abstellung eines Uebels, der Aenderung eines peinlichen Zustandes, mit einem Wort der Besserung dienen wollen, sind vorweg zu verwerfen und sollten lieber unterlassen werden.

Denn eine Aussprache mit anderen, in der man sich über die in Frage stehenden Uebelstände beklagt, ohne daß deren Abstellung oder Linderung den Zweck der Unterredung bildeten, wäre sinnlos und unter Umständen sogar schädlich, weil sich der Klagende gelegentlich solcher Mitteilungen meist erst recht in seinen Schmerz hineinredet, ohne damit für sich auch nur den geringsten Gewinn zu erzielen. Viele meinen zwar, daß es immer günstig sei, sich über die Leiden und Unannehmlichkeiten des Lebens mit anderen auszusprechen, da dies bekanntlich „Erleichterung" schaffe; ein „Sichaussprechen" ist jedoch nur dann geboten, wenn der Klagende sich von demjenigen, dem er sein Herz ausschüttet, auch beraten lassen will, wenn er ihm so wie einem Arzte gegenübersteht, zu dessen Charakter und Sachkenntnis er volles Vertrauen hat und dem er gerne zu folgen bereit ist. Man klage daher nicht jedem beliebigen Menschen sein Leid, nur um sich den Schmerz „vom Herzen" zu reden, da bei solchem Reden meist nicht viel anderes zu holen ist als eine eben durch dieses Reden bewirkte Verdichtung des Schmerzes.

Durch den berühmten Seelenforscher Coue und andere Psychologen wissen wir heute, was „Autosuggestion" (Selbstbeeinflussung) im Leben aller Menschen zu bedeuten hat. Wenn wir uns selbst immer wieder vorsagten, daß wir gesund und glücklich seien — wohlgemerkt, auch dann, wenn wir von der Richtigkeit dieser Worte durchaus nicht überzeugt wären — so würde sich, nach Coue, unser Gesamtbefinden bedeutend bessern, während umgekehrt unzufriedene Worte, gedacht und ausgesprochen, zu einer Verschlechterung unseres Befindens beitragen müßten. — Hüten wir uns daher vor allem Murren und Klagen um seiner selbst willen! Ein Sichaussprechen mit wertvollen Freunden, Aerzten, Rechtsgelehrten usw. sowie überhaupt alles, was geeignet wäre, die Unzufriedenheit zu bannen, das Uebel, das uns quält, zu beseitigen, sollten wir — trotz Coue — nicht nur meiden, sondern geradezu herbeiführen.

Wir Frauen neigen noch weit mehr als die Männer dazu, die Härten des Lebens zu überschätzen. Zwar ereignet es sich oft genug, daß Frauen in einer besonders schweren, Mut und Tüchtigkeit erheischenden Lebenslage sich ihren Gatten und Brüdern überlegen zeigen; im allgemeinen verlieren sie jedoch leichter den Mut als Männer, und seltener noch als diese werden sie „leiden, ohne zu klagen." Aus wirklich ernsten Anlässen, die ja im Leben jeder Frau und Mutter vorkommen, sowie aus Gründen weit unbedeutenderer Art — kleinen häuslichen Sorgen, Streitigkeiten mit Nachbarinnen, Eifersucht, Kleiderfragen usw. — pflegen sich viele Frauen unglücklich zu fühlen und ihre Mitwelt mit Klagen zu bestürmen. Es fehlt ihnen oft der Sinn für die richtige Einschätzung der Dinge und Ereignisse und sie lieben es vielfach, auch dann bedauert zu werden, wenn kein ernster Grund dafür vorliegt, und so reden sie sich oft immer tiefer und tiefer in ihre Leid hinein, anstatt ihm durch zielbewußtes Handeln möglichst wirksam zu begegnen.

So manche Klagen der Frauen (und Männer) müßten bald verstummen, sobald man sie einer genauen Prüfung unterziehen wollte. Damit wäre allerdings der Schmerz, der sie hervorgerufen hatte, noch nicht besiegt, und es gälte nun erst, durch weitere Zuhilfenahme des Verstandes die Grundlosigkeit und Willkür solcher Leiden zu erkennen, sich ihrer nur persönlichen Ursachen bewußt zu werden, um sie künftighin womöglich schon im Keime zu ersticken. Als Beispiel seelischer Leiden sei hier an den Schmerz vieler Mütter erinnert, sobald sich ihr Sohn verlobt, respektive verheiratet, und sei es auch mit der reizendsten jungen Dame der Welt. Nur in seltenen Ausnahmen wird die Mutter an ihrer Schwiegertochter reine Freude finden, während sie — vorausgesetzt, daß ihr Sohn glücklich und die junge Ehe materiell gesichert ist — objektiv genommen, doch auch allen Grund hätte, glücklich zu sein. Die Mutter denkt aber bei solchem Anlasse meist nur daran, daß ihr der Sohn von einer anderen „entrissen" wurde.

Die wirklichen Schmerzen und Sorgen, unter denen wir leiden, haben meist so offenkundige Ursachen, daß sie über jeden Zweifel an ihrer Echtheit erhaben sind. Da stehen Krankheit, materielle Not, schwere Enttäuschungen und Gefahren, Ehezwist, Unglücks- und Todesfälle an erster Stelle. Doch selbst hier sollten wir uns nicht restlos dem Schmerze hingeben, ohne uns vorerst zu fragen, ob nicht in irgendeiner Weise Linderung ermöglicht werden könnte.

Es gibt unendlich viel Leid und Traurigkeit auf Erden, und wenn uns der Schmerz unzähliger leidender Menschen stets vor Augen stünde, so wäre es uns leichter, unseren eigenen, kleinen Anteil an dem unendlich großen, allgemeinen Leiden mitzutragen.

Wir müssen allem vermeidbaren Leide vorzubeugen trachten oder es mutig bekämpfen. Dann werden wir mit um so größerer Ruhe und Gelassenheit unabwendbare Leiden zu ertragen wissen.

Sehnsucht einer Mutter

Wenn des Tages Müh' und Last
Glücklich überwunden,
Wenn am Abend süße Rast
Endlich ist gefunden, —
Geh' ich in mein Kämmerlein,
Schaue dann so gerne
Auf die dunkelu Hügelreih'n
In der blauen Ferne. —
Schau hinüber, bis sich still
Senkt die Nacht hernieder,
Und der Schlaf mir schließen will
Die müden Augenlider.
Denke dann im Nachtgebet
An die fernen Lieben,
Bis im Traum die Seele geht
Zu meinen Kindern drüben.

Johanna Herold.

Liebe — der Seele Nahrung

Wenn Shakespeare eine seiner Personen sagen läßt, daß Liebe der Seele Nahrung sei, so ist das nur als poetisches Bild gemeint, aber dies Bild birgt einen tiefen Wirklichkeitsgehalt in sich. „So wie der Körper der Nahrung bedarf, so sehnen sich Männer und Frauen auch nach der Nahrung der Seele, die sie in der Liebe finden," sagt ein englischer Psychologe. „Wenn wir unserer körperlichen Ernährung so große Aufmerksamkeit zuwenden, dann sollten wir auch der Speise unseres Gemüts mehr Beachtung schenken. Wie oft sieht der Seelenarzt eine plötzliche Wandlung im Wesen eines Mädchens. Sie war vorher eine freundliche, fröhliche Person, die mit jedermann gut auskam, aber seit sich der Angebetete ihres Herzens von ihr abgewandt hat, hat sie sich vollständig verändert — ist ein bitteres, unzufriedenes Wesen geworden, das in der Welt nicht mehr recht fortkommt und überall anstößt. Man könnte mit einem kühnen Bilde sagen, daß sich ihre Seele „den Magen verdorben hat." Der glücklich Liebende hat einen guten Appetit; er erfreut sich eines ruhigen und gesunden Schlafes. Wenn ihn nicht Krankheit überfällt, so steht er auf der Höhe seiner Leistungsfähigkeit, füllt seinen Platz im Leben aus. Sein Glück in der Liebe durchstrahlt all seine Handlungen in der Gesellschaft, im Beruf, in der Familie. Der unglücklich Liebende dagegen bietet oft einen jammervollen Anblick. Der Gedanke an die Niederlage, die er erlitten, die Furcht vor künftigen Niederlagen hindert ihn auf Schritt und Tritt, bringt etwas Krampfhaftes und Unsicheres in alles, was er unternimmt. Ihm fehlt die Nahrung, die seine Seele ernährt und kräftigt, und da nur ein gesunder Geist einen gesunden Körper hat, so wirkt sich dies Leiden seines Gemüts auch in körperlichen Zuständen aus. Vielfach leidet er an Appetitlosigkeit, seine Herztätigkeit ist gestört; andere körperliche Unzuträglichkeiten machen sich bemerkbar und vermindern sein Wohlbefinden. Nur mit Anstrengung hält er sich auf der Bahn des Lebens aufrecht, denn er fühlt dunkel, daß sein Dasein keinen festen Kern hat. Das Gefühl der Unwürdigkeit und der Niederlage, das ihn durchdringt, ist das Gefährlichste. Wenn er sich von ihm befreien könnte, dann wäre es wohl möglich, daß aus diesem „Schlemihl der Liebe" noch ein Glücklicher wird. Denn es ist ja das fehlende Vertrauen in sich selbst, das er auf das Mädchen seiner Wahl überträgt; ihm mangelt es an der Kraft, die Erhörung zu erzwingen. Denn ohne Liebe kann der Mensch nicht leben; sie ist die Macht, die unser ganzes Wesen erst zum echten Menschentum führt. Der unglücklich Liebende sollte daher nicht auf sein Unglück, sondern auf seine Liebeskraft den stärksten Akzent legen. Das traurige Erlebnis darf nicht verbittern, sondern es soll seinen Charakter reicher und reifer entfalten. Er sollte sich stets das Sprichwort vor Augen halten, daß es besser ist, „geliebt und verloren zu haben, als überhaupt nicht geliebt zu haben."

Gestickte Landkarten

Gestickte Landkarten sind in England die neueste Mode im Wandschmuck. Ein Kriegsbeschädigter kam in den Stunden seiner unfreiwilligen Muße auf den Einfall, alte Landkarten mit der Nadel zu kopieren. Seine Erzeugnisse fanden Gefallen; Nachahmer und Konkurrenten taten das gleiche, und so entstand in kurzem eine neue Art Kunstgewerbe. Die Landkarten werden nicht nach dem Atlas von heute gestickt. Als Vorlage nimmt man alte historische Karten, denen weniger an geographischer Exaktheit, mehr an bildmäßiger Wirkung liegt, die mit der zeichnerischen Wiedergabe von Städten, Dörfern, Gebirgen und Wäldern der Landschaftsmalerei näher stehen als der Topographie. Die gestickten Karten sind ein höchst aristokratischer Wandschmuck geworden. Großgrundbesitzer, Lords und Dukes, die halbe oder ganze Grafschaften ihr eigen nennen, lassen sich ein Bild von ihrem Grund und Boden in Seide sticken.

Grauenvolle Tragödie einer Familie

In Altkanifza bei Zenta (Ungarn) hatte vor zwei Monaten der Kaufmann Trifa Jovanov sein ganzes Geld in einer Nacht im Kartenspiel verloren. Obwohl er Vater von neun Kindern war, beging er Selbstmord. Die Ernährung der Familie ruhte nun auf den Schultern des erst 15jährigen ältesten Sohnes. Als er nicht genug verdienen konnte, um seine Geschwister und seine kranke Mutter zu erhalten, jagte er sich eine Kugel durch den Kopf. Von der Leiche des Knaben weg eilten die Mutter und die älteste Tochter zur Theiß, banden sich mit einem Strick zusammen und sprangen in die Fluten. Die übrigen sieben Kinder wurden von der Gemeinde in Obhut genommen.

Eine Männerfeindin

Anita Loos, die amerikanische Schriftstellerin, unterhielt sich einmal mit Mencken über die amerikanische Frau. „Ich finde," sagte Mencken, „äußerst wenig Qualitäten in der Durchschnittsamerikanerin." „Zwei Qualitäten hat jede Durchschnittsamerikanerin bestimmt," sagte Anita Loos. „Erstens nämlich ihre Schönheit und zweitens ihre Dummheit." — „Wieso ist Dummheit eine Qualität?" — „Nun, die Schönheit brauchen wir, damit die Männer uns lieben. Und die Dummheit brauchen wir, damit wir imstande sind, die Männer zu lieben . . ."

Zwei 100jährige Ehegatten am gleichen Tage gestorben.

Aus Rom wird gemeldet: In Popigliana bei Pistoja ist die hundertjährige Elena Mei 6 Stunden nach dem Tode ihres ebenfalls 100jährigen Gatten gestorben.

Laxative für Baby, das nicht wachsen will

Baby's zartes System revoltiert gegen Castor Oel und andere starke Abführmittel; aber hier ist eine Arznei, welche gerade recht ist, und sie tut ihre Arbeit so leicht, daß es Baby gar nicht fühlt. Fletcher's Castoria wirkt lindernd auf Babies u. Kinder, die nicht einschlafen wollen und macht sie, wenn sie fieberisch, unruhig, verstopft sind, wohl und glücklich. Wird in Millionen von Häusern nun angewendet. Castoria ist rein vegetarisch, harmlos und durch ärztliche Profession eingeführt. Vermeiden Sie Imitationen. Die Chas. Fletcher-Unterschrift bezeichnet das echte Castoria.

Wohlgeruch und Mode

Von Alexander von Gleichen-Rußwurm.

Ein Fläschchen des neuesten, köstlichen Modedufts wird mit 400 Frank, ein etwas größeres mit 1200 bezahlt. Allerdings umfächelt ein Tröpfchen davon die Stirn wie der lauste West, der Zephir, dessen Lippen, nach den Worten der Alten, Blüten entfallen, wenn er nach den Gluten des Sommertags über die Gärten streicht. Es ist, als wären die Blüten von dieser Glut durchloht, zu höchstem Duft reif geworden in Schmerz und spendeten nunmehr dem freundlichen Abend aus ihren Schätzen. — So suggestiv wirkt das Feinste, was ein moderner Meister des Wohlgeruchs zu zaubern vermag. Dieser Musik gegenüber ist freilich der laute Lärm gewöhnlicher Parfüms trivial und quälend, besonders wenn sie synthetisch hergestellt sind, mag es auch interessant sein, daß sie aus Kohle gewonnen werden. Alle künstlichen Düfte erscheinen aufdringlich neben dem reinen Blumenduft — Grammophon im Vergleich zur Meistergeige. Edler Wohlgeruch wird von Meistern erfühlt wie lebendige Musik.

Aus der Geschichte der kostbaren Narde, die Maria Magdalena zu Füßen des Heilands ergoß, geht hervor, wie wertgeschätzt im Altertum Parfüms waren, aber von Meisternamen erhielten sich wenige in dieser Kunst. Bekannt blieb der Römer Flaccus Apulius, der als einfacher Gärtner begann und durch die Geschicklichkeit, aus seinen Blumen wohlriechende Essenzen zu ziehen, so hoch zu Ansehen und Reichtum stieg, daß er in den Senat kam. Aus Samium und Sizilien bezog er aromatische Kräuter. Im kaiserlichen Rom stieg der Luxus der Parfümerie aufs äußerste, die seltenen Pflanzen des Morgenlandes wurden dazu verwendet, und man erzeugte Wohlgerüche in so großen Mengen, daß Pomponius Nefastus, ein bekannter Parfümeriefabrikant, von sich sagen konnte, er mache sich anheischig, Roms Kloaken und alle Flüsse Italiens mit seinen Erzeugnissen zu parfümieren.

Diese Kunst des Altertums, Essenzen aus aromatischen Kräutern zu bereiten, beschränkte sich in den mittelalterlichen Klöstern zunächst auf heilkräftige Säfte. Benediktiner, Karthäuser, Dominikaner wetteiferten in der Pflege wohlduftender Pflanzen in ihren Wurzgärtlein. Die Renaissance, auch hierin antiker Vorbilder eingedenk, pflegte wieder die Mode starker Parfüms. Zu ihrem raffinierten Luxus gehörten die parfümierten Handschuhe, wie sie ein englischer Lord der Königin Elisabeth aus Florenz nach England mitbrachte, Katharina von Medici führte die Mode in Frankreich ein, über Augsburg kam sie aus Venedig nach Deutschland, und sie wurden das beliebteste Geschenk in eleganten Kreisen. Zuweilen sollen sie aber nicht nur parfümiert, sondern auch vergiftet gewesen sein — ein gefährliches Geschenk, wenn Hofintrigen und Parteifehden herrschten.

Parfümkapseln, sogenannte Pomander, gaben in der Renaissance Gelegenheit zu feiner Goldschmiedearbeit, sie wurden am Gürtel getragen und waren Vorläufer der Riechfläschchen. Aus dem Orient kamen das Rosenöl und der Moschus, der im 17. Jahrhundert zu einer Art Modekrankheit wurde und die Paläste mit seinem Geruch geradezu infizierte. Als ein fremder Botschafter in Paris ein Haus mietete, aus dem er den Moschus nicht vertreiben konnte, ließ er eine Schafherde durch alle Gemächer ziehen, den Geruch durch ihre Wolle aufzusaugen. Endlich sollte ein heilsam erfrischender Duft den schwülen Moschus besiegen. Der Meister dieses neuen Parfüms, Paolo de Feminis, ursprünglich Rauchfangkehrer in Norditalien, kam nach Köln, um mit Wohlgerüchen zu handeln. Mit Erfolg erfand er eine Essenz aus verschiedenen Kräutern, die dann verbessert wurde und bald als „Eau de Cologne" in den Handel gelangte. Als die Mode des Waschens und die Rückkehr zur Natur aufkamen, ging aus den Salons der Witz hervor, ehe das Wasser gewesen sei, sei das kölnische Wasser zum Waschen dagewesen. Seit dem 18. Jahrhundert entwickelte sich die Parfümfabrikation vor allem in Südfrankreich, wo große Ländereien mit aromatischen Kräutern bestellt sind. Obwohl Deutschland heute in Bezug auf diese Industrie an zweiter Stelle steht, sind die Möglichkeiten für die Anpflanzung wohlriechender Pflanzen noch nicht ausgeschöpft. Es wäre nützlich, hier einen Zweig des Gewinns zu fördern und anzubauen, um dem deutschen Land mit Wohlduft der verschiedensten Art Segen zu bringen. Denn die deutschen Blumen haben einen stärkeren und feineren Geruch als die Blumen des europäischen Südens.

Das Zaubermittel der Wahrsagerin

Bei einer Wahrsagerin erschien eine junge Frau und klagte, daß sie fast täglich von ihrem Mann verprügelt würde. Die Wahrsagerin bereitete ein vorzügliches Mittel gegen eheliche Züchtigungen. Sie nahm eine Flasche Wasser, stellte sie auf den Tisch, ging dreimal herum und murmelte einen unverständlichen Spruch. Dann gab sie die Flasche der Frau und sprach:

„Sobald Ihr Mann wütend wird, nehmen Sie einen Schluck von dem Wasser und behalten es im Munde, bis er sich wieder beruhigt hat."

Und in der Tat bekam die Frau von nun an keine Prügel mehr.

Als aber die Flasche leer war, kam sie zu der Wahrsagerin und bat um neues Zauberwasser. Da sprach die Wahrsagerin:

„Gewöhnliches Leitungswasser erfüllt denselben Zweck. Es kommt nur darauf an, daß Sie den Mund recht voll haben und nicht reden können."

Grüne Lippen im Fernbild.

Der Direktor der New Yorker Fernsehstation, Williams, hat angeordnet, daß die Schauspieler und Schauspielerinnen, die für Fernsehsendungen im Atelier benötigt werden, vor ihrem Auftritt einer besonderen Behandlung unterzogen werden sollen, die jede Farbe aus dem Gesicht entfernt. Besonders das Rot der Lippen muß verschwinden, denn die Lippen wirken im Fernbild selbst bei natürlicher Farbe grün.

Beim Heiratsvermittler. Sagt der Kunde: „Ich möchte eine ehrbare Frau heiraten!" — Entgegnet der Vermittler: „Wünschen Sie mehr Ehr' oder mehr bar?"

Eine Frauenfreundin

Lydia E. Pinkham's Vegetable Compound

LYDIA E. PINKHAM MEDICINE CO., Lynn, Mass., U.S.A. and Cobourg, Ont., Canada.

Unnütze Schmerzen!

Heutzutage nehmen Leute Aspirin für verschiedene kleine Schmerzen und Peinen, und so oft sie Schmerzen verspüren.

Warum nicht? Es ist ein erprobtes Gegenmittel. Es zeigt Erfolg!

Aspirin Tabletten sind unbedingt unschädlich. Sie haben das Wort der Aerzteschaft dafür; sie bedrücken das Herz nicht.

So lassen Sie Ihrer Erkältung „keinen freien Lauf". Warten Sie nicht, bis Ihre Kopfschmerzen „alleinaufhören". Oder nehmen Sie nicht Neuralgie, Neuritis oder sogar Rheumatismus als etwas Selbstverständliches an, das Sie aushalten müssen. Nur ein Arzt kann den Umstand solcher Schmerzen ausfinden, aber Sie können immer Linderung von einer Aspirin Tablette bekommen.

Aspirin steht immer zur Verfügung, und es verfehlt niemals zu helfen. Machen Sie sich vertraut mit den vielen verschiedenen Gebräuchen und vermeiden Sie viele unnötige Schmerzen.

BAYER ASPIRIN

Marque de Fabrique Enregistrée

(In Canada hergestellt)

Für Gasbildung, Magensäure, Verdauungsmangel

„Bisurierte Magnesia" wirkt sicher und zuverlässig

Wenn Sie ein Opfer von Magenstörungen sind — Gasbildung, saurem Geschmack, Säure, Schmerz oder Aufgetriebensein nach dem Essen —, so ist „Bisurierte Magnesia" das richtige für Sie.

Holen Sie in der nächsten Drogerie eine Flasche—Pulver oder Tabletten—, nehmen Sie ein wenig ein, und Sie bekommen sofort Erleichterung.

Sie erhält Ihren Magen mild und kräftig und die Verdauung tadellos. Sie wirkt wie durch Zauber.

Wenn Nahrung sauer wird ...

Etwa zwei Stunden nach dem Essen leiden viele Menschen an übersäuertem Magen. Sie nennen es Verdauungsbeschwerden. Es bedeutet, daß die Magennerven überreizt wurden. Es ist Säureüberschuß da. Man hilft mit einem Alkali ab, das eine vielfach größere Menge an Säure neutralisiert.

Das Richtige ist Phillip's Magnesia-Milch — eine neutral schmeckende, angenehme, wirksame, harmlose Flüssigkeit. Aber sie vernichtet Säureüberschuß. Sie ist seit über 50 Jahren bei den Aerzten das maßgebende Mittel geblieben.

Sie wirkt schnell. Der Erfolg kommt fast augenblicklich. Es ist die anerkannte Methode. Sie brauchen nie eine andere, wenn Sie sie kennen.

Achten Sie darauf, daß Sie die echte „Philip's Milk of Magnesia" erhalten, die die Aerzte seit über fünfzig Jahren zur Besserung von Säureüberschuß verschreiben. 50c-Flaschen in jeder Drogerie. Die echte ist stets flüssig; sie wird nie in Tablettenform hergestellt. Achten Sie auf den Namen „Phillip's" auf Packung und Flasche.

(In Canada hergestellt)

Essen Sie mehr von unseren Korn-Sirupen!

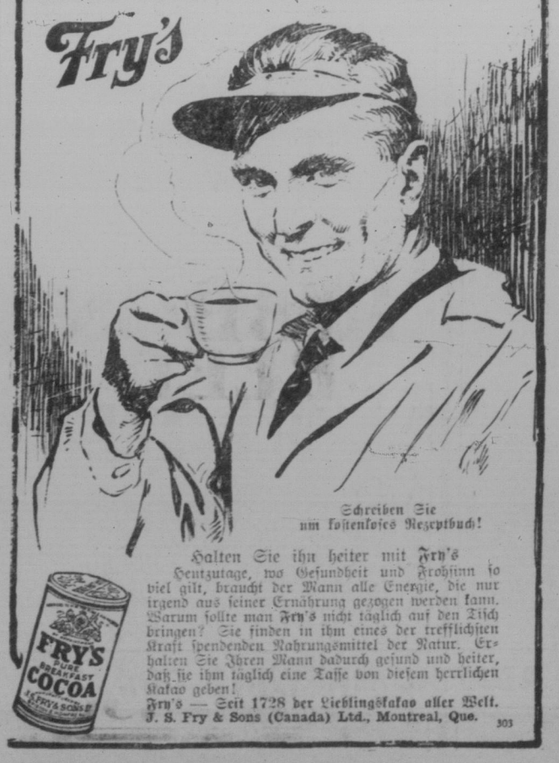
Mehr Nährwert für weniger Geld!

EDWARDSBURG CROWN BRAND CORN SYRUP

BENSON'S GOLDEN SYRUP

The CANADA STARCH CO., Limited MONTREAL

Für Arbeiter —



Schreiben Sie um kostenloses Rezeptbuch!

Halten Sie ihn heiter mit Fry's

Heutzutage, wo Gesundheit und Frohsinn so viel gilt, braucht der Mann alle Energie, die nur irgend aus seiner Ernährung gezogen werden kann. Warum sollte man Fry's nicht täglich auf den Tisch bringen? Sie finden in ihm eines der trefflichsten Kraft spendenden Nahrungsmittel der Natur. Erhalten Sie Ihren Mann dadurch gesund und heiter, daß sie ihm täglich eine Tasse von diesem herrlichen Kakao geben!

Fry's — Seit 1728 der Lieblingskakao aller Welt.

J. S. Fry & Sons (Canada) Ltd., Montreal, Que. 303