GLORIA
ELLER
ÖDETS HAND.
(Forts. från föreg. nr.)

"Kort därpå", fortfor det stackars barnet, "föddes mitt första barn, en liten flicka som jag uppkallade efter dig — Margaret; men jag sade allt d Pebby, såsom far brukade kalla dig Min man ville inte tillåta, att barnet döptes av en präst. Han trodde icke på den kristna religionen mer än på g ftermålets helgd. Men i hemlighet döpte jag barnet. Margaret stannade icke länge hos oss, moder. Hon gick snart till himlen. Fastän hon varit mitt allt under den korta tid hon levde, sörjde jag henne icke häftigt. Jag v sste, att hon var i säkerhet och jag tänkte med fasa på, hur hon skulle ha växt upp på Gryphynshold med en fader, som icke trodde på Gud och föraktade hennes mor. Allting blev värre efter barnets död. Han brukade dricka mycket. Ibland for han sin väg och stannade borta i flera veckor. Då var det lugnt på Gryphynshold. Men när han kom tillbaka, hade han alltid sällskap med sig, och då fördes ett liv på Gryphynshold, som trotsar all beskrivning.

"Han var oberäknelig i sitt lynne, och ibland funderade jag om han var riktigt klok. Stundom syntes han ytterst smickrad över det intryck jag gjorde på hans vänner, och vid andra tillfällen blev han ursinnig, då de visade mig den mest värdnadsfulla uppmärksamhet. Och alltid fick jag uppbära skulden för hans dåliga lynne. Det kom till ett slutligt, förskräckligt uppträde en kväll, då han som vanligt förf med sig en skara dryckesbröder, däribland en v ss överste Murdockson, som jag aldrig sett förut.

"Efter aftonmåltiden, då de alla druckit vilt, sände han bud till mig att kläda mig i min präktigaste dräkt och ta på mig alla mina juveler samt komma ned i salen. Jag hade inte deltagit i deras samkväm förut och visste inte, i vilket tillstånd de befunno sig. Jag satte på mig en sidenklänning som lämnade hals och armar bara, och vilken han själv beställt för mig i Paris. Det var den enda högtidsklänn ng jag hade, vilket jag nämner med anledning av vad sedermera inträffade. Han förestälde mig för sällskapet inte såsom mrs Gryphyn utan som miss Desolée. I början hälsade de mig vördnadsfullt, men efteråt började de säga mig artigheter, som kommo mig att rodna av harm och förödmjukelse. överste Murdockson satt vid min sida och viskade till mig. Till sist sade han något om mina armar och min hals, varpå jag steg upp för att lämna bordet, men han grep tag i m g och försökte förmå mig att stanna. Jag slet mig lös och flydde min väg ur rummet, men blev upphunnen i trappan av Dyvyd Gryphyn, som gav mig ett slag över min blottade hals med en ridpiska, som han i förb farten ryckt till sig. Jag skrek och flydde min väg. Piskslaget hade träffat mig som ett hugg från ett skarpt svärd. Min flykt tycktes göra honom ändå ursinnigare, ty han förföljde mig in i mitt rum lät slag av piskan regna över mina bara armar och hals. Till sist sjönk jag blödande ner på golvet. Då lämnade han mig med ett hånskratt, tillägnande: "Hädanefter blir du nog inte så angelägen att visa dina behag. Deras skönhet har bliv t litet skamfilad för tillfället. Jag hörde dessa ord som i en dröm, inan jag förlorade medvetandet."

Här avbröt David den gamlas berättelse och sade i det han steg upp och häftigt gick fram och tillbaka i rummet:

— Berätta m g ingenting mer, farmor. Det är nog för att driva mig till vansinne. Denna karl — detta vidunder — borde ha blivit inspärrad i en cell för återstoden av sitt l v.

— Ack David, om detta gör ett sådant intryck på dig, då du hör det berättas efter åratal, hur tror du, att jag skulle känna det, där jag satt vid sidan av min älskling, som själv undergått de lidanden hon beskrev?

— Ja, det har du rätt i, medgav David.

— Du måste höra mig till slut, David. Detta var även värre än det slutliga uppträdet dem emellan. Min dotter fortfor i sin berättelse.

"När jag kom till mig gen, var det redan sent på natten eller rättare sagt tidigt på morgonen. De långa ravaljusen, som jag tänt när jag gick ner i sa'en, hade brunnit nästan till slutet. Jag kände mig mycket svag Men jag gjorde våld på mig och reste m g samt gick till min toalett för att tvätta blodet av mig, klädde av mig samt gick därefter till sängs.

"Jag var oförmögen att stiga upp följande morgon. Dyvyd Gryphyn kom icke tillbaka för att bedja mig om tillgift för s tt oförsvarliga beteende och för övrigt var jag glad att slippa se honom. Mrs Brent kom in och tycktes bli häpen över oordningen i mitt rum och gjorde mig frågor. Jag svarade henne, att jag ingenting ville omtala, och som mitt nattlinne väl betäckte mina armar och min hals, fick hon aldrig reda på den råa behandling jag undergått i min makes händer, ehuru hon nog m sstänkte, att Gryphyn på något sätt orsakat mitt illamående. Under dagens lopp hörde jag, att han lämnat Gryphynshold i sällskap med sina dryckesbröder. Jag förblev till sängs hela förmiddagen, men på eftermiddagen steg jag upp. Dyvyd Gryphyn var fortfarande borta till min stora belåtenhet. och efter en lugn afton gick jag åter t ll sängs. Jag föll snart i en välgörande sömn, ur vilken jag häftigt väcktes vid midnattstid, därigenom att någon våldsamt skakade mig vid skuldrorna. Jag reste mig upp i sängen och varseblev min man stående framför mig såsom en ond ande i halvmörkret. Med en förskräcklig svordom och givande mig de mest förnedrande namn befallde han mig att stiga upp och klädа på m g. Jag var alltför skrämd för att våga neka eller söka undanflykter. Jag steg upp, såsom han befallde, ooh tog på mig min vanliga klädning. Han svor en ny ed och tillsade mig att sätta kappa och huvudbonad på mig. Jag lydde darrande och undrande vad allt detta skulle betyda. Jag fick snart veta det. Han körde m g framför sig utför trappan och fram till farstudörren. Här skuffade han ut mig, och med nya eder och skällsord befallde han mig att gå min väg och aldrig komma mer för hans ögon.

"Jag hörde klockan slå ett, då dörren slog igen efter mig och låstes samt riglades in från. Ett ögonblick stannade jag på trappsteget utanför. Det var en mörk natt och snön föll i stora flingor. Ej ett ögonblick föll det mig in att bedja om förbarmande. Nej, jag gick utan saknad ut i den mörka vinternatten obekymrad om det öde, som väntade mig. Jag tyckte, att en ofantlig börda lyftats från mina skuldror, och jag hävde en suck av befrielse.

"Jag kom att tänka på en liten hydda i närheten, bebodd av en gammal negerkvinna, och där jag ofta var t för att bringa hjälp. Jag fann snart vägen dit och lyckades till sist väcka upp gumman Jenny, som blev högst förvånad att se mig vid denna tid på dygnet. Hon förde mig genast in i sin hydda och förmådde mig att lägga mig ner, medan hon tände på elden och gjorde i ordning en kopp té. Sedan jag druckit en kopp, berättade jag henne, hur jag blivit bortkörd av m n egen man. Hon såg icke mycket förvånad ut, då hon hörde det. Hon sade, att det var just lik Dyvyd Gryphyn och hela hans släkt att bära sig åt på detta sätt. Jag lyckades sova hela natten, uttröttad som jag var. Men tidigt på morgonen steg jag upp och gjorde mig i ordning att lämna min tillflyktsort, ty jag fruktade, att Dyvyd Gryphyn skulle ångra sig och uppsöka mig för att återföra mig till Gryphynshold och nya förödmjukelser. Gumman Jenny höll med mig, att allt annat vore att föredraga, och så riglade hon dörren, så att ingen skulle kunna komma och överraska oss och därefter föreslog hon mig, att jag skulle kläda m g i hennes sons söndagskläder. Han var borta i arbete vid Wolf's Gap. Lyckligtvis hade jag funnit min börs med sextio dollars i min klädn ngsficka.

"En halv timme senare begav jag mig i väg, klädd i gosskläder och med en röd yllehalsduk, som skyide nedre delen av mitt ansikte, samt mössan djupt neddragen över ögonen. Mitt

Vid användning av WILSON'S FLY PADS läs föreskrifterna noga och följ dem precis. Bäst av alla flugdräpare10 — 25c paketet hos alla Druggister och handlande.

hår var omsorgsfullt upprullat och hopfästat. Med ett knyte, innehållande min kvinnokläder, och en knölpåk i handen till försvar och till hjälp vid klättrandet över bergstigarne började jag min vandr ng. Gumman Jenny hade varnat mig för att icke bedja om hjälp annat än i negerhyddor eller hos fattiga vita: "De fattiga hjälpa varandra", sade hon. Det tog mig hela dagen att komma till Wolf's Gap genom att följa gångstigen över bergen. Det var mörkt, då jag kom dit. Jag betalade avgiften och for över floden. Jag gick icke till färjhuset utan stannade natten över hos en negerkvinna. Och tidigt påföljande morgon var jag på väg igen och ju längre bort jag kom från Gryphynshold, dess lättare kände jag m g om hjärtat. Jag skall icke trötta dig med detaljerna av min vandring. När jag hunnit fram till Staunton, ansåg jag mig kunna i säkerhet återtaga min kvinnodräkt. Jag gick in i en skogsdunge och ömsade kläder, därpå gick jag in till Staunton och hyrde plats på diligensen till Winchester och därifrån till Washington, varifrån jag for med ångbåten till La Compte's Landing. Här fick jag de första dåliga nyheterna, nämligen att far var död och att han dött av sorg över sitt förlorade barn."

"Voro de nog obarmhärtiga att säga det?" frågade jag.

"Ja, moder, de kände icke igen mig och visste icke, vem jag var."

"De sade icke sanningen, Desolée", försäkrade jag, "ty din far dog av malaria."

— Jag sade detta för att hon icke skulle göra sig några förebråelser, och därpå bytte jag om samtalsämne och frågade henne, varför hon icke skrivit till oss, sedan hon lämnade New York. Hon blev mycket förvånad och försäkrade, att hon skrivit varje vecka en lång tid, och att hennes man tagit emot alla hennes brev och lagt dem på posten, efter vad han sade. När hon icke fick något svar, förmodade hon, att vi fortfarande voro onda på henne. Efter allt vad vi kunde förstå hade Gryphyn förstört hennes brev.

— Jag observerade med mycken oro, att hon ofta måste avbryta sin berättelse, därför att hon fick hostattacker, Hon förklarade, att hon förkylt sig, när hon ömsade kläder i skogen, men att hon nog snart skulle bli frisk igen, då hon var hemma hos mor. Det var nära midnatt, när hon slutat sin berättelse, och jag lade mig ner vid hennes sida, och vi somnade i varandras armar.

— Tyvärr hade hon misstagit sig om att hennes förkylning snart skulle gå över. Hon blev inte bättre utan avtynade mer och mer varje dag, Jag kunde också tydligen märka, att hon bar på en hemlighet, som tyngde henne och ständigt gjorde henne orolig. Jag bad henne omtala, vad som tryckte henne, och slutligen anförtrodde hon mig sin hemlighet.

KAP. XXXIII.

— Det var en kall och regnig natt i första veckan av februari, fortfor gumman Lindsay. Min son och hans hustru hade just sagt godnatt till oss och dragit sig tillbaka. Desolée och jag sutto tillsammans framför eldbrasan, såsom vi ofta brukade göra i timtal, sedan de andra gått och lagt sig. Hon tycktes vara ännu mera nedslagen än vanligt och satt med händerna sammanknäppta i knäet och de mörka ögonen, vilka syntes ännu mörkare o. större mot kindernas blekhet blickade stelt in i elden. Jag betraktade henne med sorgsen uppmärksamhet under en lång stund, innan jag tilltalade henne.

"Desolée", sade jag, "vad är det, som tynger på ditt sinne och som du inte kan anfrötro mig? Du tvivlar väl ej på att, om det finnes någon i världen du kan förlita dig på, du kan lita på mig? Säg mig vad det är och befria dig själv från all ängslan. Lägg ditt huvud och dina sorger på det bröst, där du så ofta vilat."

— Då reste hon sig upp och satte sig i mitt knä, slog armen om min hals och snyftade fram sin hemlighet.

"O, moder moder", stönade hon, "jag har blivit dömd att bringa en ny varelse till världen."

"Och detta är den sorg, som trycker dig?" frågade jag högst överraskad, ty i mina ögon hade hon snarare anledning att vara glad.

"Ja, ja! Men är icke detta nog för att jag skall känna mig nedtryckt?"

"Varför sade du nyss 'dömd till'? Säg snarare välsignad. Jag är glad, att du får en liten ängel fr. himmelen att trösta dig med. Jag önskade, att huset vore fullt med smättingar. Jag kan endast önska dig lycka, Desolée", sade jag och kysste henne.

"Men moder, det ju hans barn! Dyvyd Gryphyns barn! När min lilla dotter togs ifrån mig, kände jag mig mera glad än ledsen, ty jag visste att hon fått ett bättre öde än det, som väntade henne här på jorden. Jag visste, att hon var i säkerhet. Men detta barn kan komma att leva för att ärva sin faders demoniska natur och begå samma synder som han," snyftade hon.

— Jag sökte trösta henne på alla sätt och föreställa henne, att barnet mycket troligare skulle bräs på sin mor än på sin far och att hon borde betrakta sitt tillstånd såsom en direkt gåva från himlen för att trösta henne i hennes bedrövelse och ersätta henne för alla hennes lidanden, och till sist frågade jag henne, om hon var riktigt säker på sin sak.

"Ja, moder, fullkomligt säker", svarade hon med viskande röst. "Men jag visste det icke, jag hade icke den ringaste aning därom, då jag flydde från Gryphynshold. Endast flera veckor därefter började jag misstänka något, och nu är jag fullkomligt viss på det."

"Himlen vare lovad", sade jag "Och nu, var modig och stark lilla kvinna, och du skall få se att allt blir till välsignelse."

— Och på detta sätt uppmuntrade jag henne, inte blott den kvällen utan alltid efteråt, tills jag såg att hon började återfå sitt sinnes jämnvikt om icke sin hälsa. Ty hon blev aldrig frisk igen.

— Vår snälla Kate blev, så snart hon fått veta vad som förestod, ännu ömmare och vänligare mot Desolée. "Du vet inte hur jag avundas dig, Desolée", sade hon ofta. "Du kan inte förstå hur jag avundas dig den glädje, som väntar dig. Jag kan aldrig bliva mor, och det grämer mig ständigt".

"Du skall få mitt barn och bli dess mor, ty jag skall lämna det åt dig", blev min stackars flickas svar.

— Och så brukade vi banna henne för dylika ord och intala henne, att hon skulle komma att leva i många år och se sitt barn växa upp och få stor glädje därav. Men hon blott smålog sorgset och skakade på huvudet.

"Jag har redan levat mitt liv", sade hon "och kanske jag får stanna för att lägga mitt barn i edra armar, men sedan måste jag gå."

— Det tycktes vara fruktlöst att argumentera med henne. Hon envisades, att hon måste gå bort, men gjorde det på ett sådant sätt, att vi knappast kunde föreställa oss, att hon själv trodde på sina ord.

— Aldrig var ett barn mera efterlängtat. Nästa gång fader Moriarty besökte oss, talade jag med honom om Desolées föreställning, och han hade ett långt samtal med henne men lyckades icke övertyga henne. Vintern gick förbi och våren kom med knoppar och gröna strån, och vi alla voro sysselsatta med förberedelser till den lilla främlingens mottagande. Till sist kom han en vacker sommarmorgon för att skänka oss glädje och frid, David, och han har varit oss till välsignelse ända från sin födsel. Min stackars Desolée återhämtade sig aldrig, men hon levde flera veckor efter din födelse, David, och under den tiden gav hon oss från tid till annan föreskrifter vad vi skulle göra med dig. Hon anförtrodde dig åt Kate och Jimmy att uppfostra såsom deras egen son, och för att du skulle ha rätt till deras namn lät hon döpa dig till David Lindsay. Och därpå i fader Mortartys närvaro — ty det var han som förrättade döpelseakten — tog hon av oss alla det löftet, att vi skulle hålla din härkomst hemlig för dig själv och för alla andra, till dess du uppnått manlig ålder. Hon fruktade mer än någon annan, att du skulle falla i Dyvyd Gryphyns händer och lära hans dåliga vägar. Och sålunda skulle det förflutna hållas förborgat för dig, till dess du genom en uppfostran i dygd och kärlek blivit stark nog att motstå alla dåliga intryck och frestelser.

(Forts.)

Hon: — Det var en rolig historia, den där med fröken Plomgren. Hon skulle vissla ett solonummer för herr Grönkvist, och när hon spetsade munnen för att börja, tog han det som en invit att kyssa henne!

Hon: — Gjorde han? Säg — spetsade hon munnen så..... så här?

Nedbruten till hälsan. Fru Mary Heim i Buechel, Ky., skriver: "Jag var så nedbruten till hälsan att jag trodde jag aldrig skulle bli frisk igen. Jag har använt sex flaskor av D:r Peters Kuriko och känner mig nu bättre än jag gjort på många år." Detta välkända örtpreparat förbättrar matsmältningen, utdriver förbrukade och förskämda ämnen upplivar blodet och bygger upp hela systemet. Det är ej en apoteksmedicin utan tillhandahålles direkt från laboratoriet av D:r Peter Fahrney & Sons Co., 2501 Washington Blvd., Chicago, Ill.

Farm och Hem

HUR SKALL MAN ERHÅLLA VINTERÄGG?

Vintervärparna äro de värdefullaste djuren i hönsgården, ty under hösten och vintern äro äggen dyrast. Därför framställes ofta frågan, vilka som äro de bästa vintervärparna, varå svaret blir ganska växlande. Svaret är också svårt att giva, ty det finns inga speciella vintervärpare, och den ena rasen har i detta avseende föga eller intet företräde framför den andra. Däremot spela härstamning och klimatiska förhållanden en stor roll, vadan vintervärpningen kan anses bero på rent yttre förhållanden. Man bör därför naturligtvis främst skaffa sig goda värpare av välkänd stam, uppföda djuren väl och värda och utfodra dem planmässigt.

Det första man har att iakttaga är då, att så tidigt som möjligt på våren skaffa goda avelsägg från en välkänd hönsgård, så att man tidigast möjligt erhåller kycklingar. Kycklingar som tillkomma för tidigt för att vistas i det fria, skola första tiden uppfödas inomhus i en artificiell moder, samt utfordras så, att de utvecklas hastigt och kraftigt. Särskilt bör man, då de tåla sådant, ge dem animalisk föda i begränsad mängd. Dessa tidiga kycklingar börja värpa redan i oktober, november, och hålla på därmed, förutsatt att de få ordentlig vård, långt in på vintern. De bli veritabla vintervärpare och betala väl den vård, som nedlagts på dem.

För att få vinteräggen fordras, som sagt, även en rationell utfordring, så vitt möjligt till sin inre sammansättning liknande sommarfodret. Vi ha då hel säd samt klövérsmolk, köttmjöl och köttavfall, krossade, råa ben, god tillgång till träkol och aska, snäckskal, grus och först och sist friskt vatten.

Så måste vi även hålla rent i hönshuset, och främst skydda hönsen för ohyra. Huset rengöres och kalkstrykes, vaglarna skola vila i koppar fyllda med fotogén ty om ohyra finnes i väggarna går den annars om natten fram och angriper hönsen. Vila vaglarna i koppar fyllda med fotogen, är trafiken avbruten och hönsen skyddade.

Motion skola hönsen ha, och om vintern sker det bäst genom att utströ den hela säden i dagrummet å golvet, som förut beströtts med ett tjockt halmlager. Under sökandet efter säden få hönsen en god och nyttig motion. En lampa tidigt på morgonen och på kvällen ökar dagens längd och även äggmängden. Behandlas hönsen på detta sätt, och vi varje år skaffa tidiga kycklingar, så skola vi aldrig behöva sakna de dyrbara vinteräggen.

HEMMETS SJÄL.

Det är så många som tagit patent på hur ett gott hem skall upprättas och vidmakthållas, att människorna, som skola vara i hemmet, snart inte behöva anstränga varken intelligens eller omtanke, skriver arbetarkvinnornas populära representant fru Agnes Söderqvist i Morgonbris. När kivigheterna uppträda är det bra att sätta sig och skriva en fråga till en tidning. Vi äro av naturen konservativa och det är kanske oförmåga att följa med det nya, som kommer en att reagera inför alla dessa självgjorda "hemmens patentbyråer". Det går så lättvindigt att komma tillrätta med tingen, tack vare alla dessa "patentbyråer", att det personligen oftast försvinner, i varje fall spåras yttrest sällan.

När det gäller de små hemmen, arbetarhemmen, är det så mycket mer betänkligt, som det oftast är det enda medel, varvid vi kunna ge ett innehåll åt vårt hem. Det finns ingenting som ger en sådan värme, en sådan känsla av liv som den personliga omtanken eller där man märker att varje ansats till förbättring kostar möda och bekymmer.

Vi ha så bedrövligt många möbelmagasin även i arbetarehemmen, men så få verkliga hem. Det är de verkliga hemmen vi behöva, eller rättare vi behöva bevara själen i våra små hem. Visserligen är det bra mycket bekvämare att låta möbelhandlaren eller grannarna, där vi bo, vara utslagsgivande när det gäller de yttre betingelserna, d. v. s. inredningen av hemmet, än att låta det växa fram så att säga under våra egna händer eller, med andra ord, skapa oss ett hem med litet i taget efter vårt eget kynne och efter vår egen smak och framför allt efter vårt behov och våra möjligheter.

Det är dessa andrahandsbestämmanden, som gör så många hem så fattiga och tomma, hur mycket man än försöker plocka ihop och hur många "råd" man än följer, och det är inte nog att man inreder och pyntar enligt tidningarnas frågoavdelningar, man hushållar efter dem, äter efter dem och fostrar barnen efter dem.

Det hjälper oss föga om vi kunna ta aldrig så många patent på "huslighet", men inte kunnat ge något av oss själva, inte kunnat ingjuta en själ, givit ett innehåll i det vi kalla ett hem. Det är så stor del av vårt liv, som rangeras in bland "massan", att vi sannerligen inte ha råd att också på de få områden, där vår person betyder något, låta den försvinna för att lämna kvar en liten massprodukt. Vi arbeta i massa, vårt hushåll är ett folkhushåll, således i massa, våra barn undervisas i massa, överallt skola vi gå i en stor flock, gå ibland massor, ja vi få oftast också bo i massor och hur nödvändigt är det inte just i den stora hyreskasernen, där vi endast bli ett nummer bland de andra, att vi i den lilla del vi fått oss anvisat som boplats och som ofta är den enda lilla fläck där vår person betyder något, bevarar detta för de våra, för att åtminstone få illusionen av hem, av något jag själv gjort, något jag själv bestämt, något som inga utomstående ha inflytande över, utan få ta det som jag och de mina efter vårt huvud ordnat.

I dessa hem, där man alltid trivs, finns inte heller den bedrövliga "typ" av hemkvinnan, som man skulle kunna kalla "vaneslav" eller en hushållsautomat, som utan ringaste förståelse för meningen, sambandet mellan arbetet i hemmet och yttervärlden fullkomligt automatiskt fullgör sina "skyldigheter", men alldelse glömmer eller inte förstår vara med själv ja, såväl figurligt som andligt aldrig räknar med sig själv.

I en tidnings "hem"-spalt skrev en "hem"-auktoritet om hemmets pånyttfödelse. Jag vet inte om det behövs någon ny födelse, men vi böra noga se till att vi inte tappa bort oss själva bland alla de aktorieteter, som skola ordna hemmet åt oss. Vår egen omtanke, vårt eget förnuft räcker säkert ett långt stycke på väg till något annat än en "plats" där man äter, ett "ställe" där man sover. Med litet ansträngning räckte det nog ända fram till det färdiga boet, samlat under gemensam strävan och gemensamma försakelser, men så varmt och så kärt, där varje sak är en del av en själv och där varje sak har något att tälja, där allt är liv och innehåll, hemmet med en själ.

FÖR EDER HÄLSA.

NÄR Ni behöver medicin, kom eller skriv till oss. Vi ha alltid fullständigt lager av färska, tillförlitliga läkemedel och äro våra priser mättliga. Vi föra också de bästa och välkändaste patentmediciner; bladiglar, gummivaror, alla slag sjukhustillbehör m. m.

SHANAS DRUG STORE
A. A. Shanas, Apotekare och Druggist
812 Main St. Hörnet av Dufferin Ave., Telefon J 6213

VILA SOM STYRKEMEDEL.

Vila är en av de viktigaste faktorer när det gäller att hålla sin hälsa uppe på en normal höjd. Det är utmärkt att lägga sig litet, när man är trött, det är inte nog att bara sitta på en stol, ty det ger icke den samma vila eller de samma fördelar för ett kraftigt blodomlopp. En författare har sagt att vila är en kort ferie mellan utförandet av två handlingar. Sömnen är en av naturens stora förnyande krafter, och under denna samla alla kroppens organ ny kraft och göra sig kvitt gamla och förbrukade ämnen.

Vill man ha den mesta möjliga nytta av sin middagslur, bör man genomföra den systematiskt. En bestämd tid skall beräknas, så att man har allting klart när det är tid att ta sin vila. I synnerhet för husmodern, som är strängt upptagen med att ordna allting för man och barn, spelar det en mycket stor roll att familjens medlemmar veta att på den och den tiden böra de låta mor ha lugn och ro och inte störa henne. Man kunde passande kalla denna tid för "mors egen timme".

Det är också av betydelse att man kan draga sig tillbaka till ett rum, där man kan ha ro; det skall också vara friskt och ventilerat. Efteråt skall man känna sig styrkt och uppfriskad för att med förnyade krafter återta sitt arbete.

Vanan att lägga sig och sova en liten stund på eftermiddagen anses också vara ett gott medel mot sömnlöshet. Många nervösa personer lida av kronisk sömnlöshet. Man skulle kunna säga att de äro för trötta för att kunna sova och när de äntligen få litet sömn ger den dem icke den behövliga vilan, vadan de måste förbruka av sin reservenergi. Om dylika människor kunde lära sig att lägga allt till sidan och ta en daglig eftermiddagslur skulle helt säkert deras sömnlöshet försvinna och de skulle slippa att använda reservfonden.

Små fiskomeletter. Fiskrester urbenas och sönderplockas. 5 kkp. mjölk och 1 rågad msk. vetemjöl vispas med ¼ tsk. salt och ½ tsk. socker samt 1 tsk. finhackad persilja (dill eller gräslök), varefter 5 st. uppvispade ägg nedröras. En plättlägg smörjes väl, litet av fisken läggas i varje plätt varefter av smeten (som först kraftigt vispats) slås nära på fullt i varje plätthål. Pannan förses med lock och ställes över ej för hård eld att sakta grädda, så att ej plättarna bli bruna inunder. I st. f. fisk kunna kött eller grönsaksrester läggas i pannan. Obs.! De vändas ej!

Betala prenumerationen idag.

SMÅSAKER.

Ja, det är ett egendomligt faktum, att de svåraste sakerna här i livet icke äro de stora viktiga händelserna, utan de retfulla, förargliga skräpsakerna. Det är dessa, som förstöra vår livslycka.

Det finns män, som kunna kasta sig i sjön för att rädda en drunknande, vilka icke ens skulle tänka på att skänka sina egna hustrur en enda liten glädje. De kunna bli vältaliga i fråga om hennes dygd, hennes osjälviskhet hennes gudomliga förståelse, men likväl tveka de icke ett ögonblick att såra hennes kärlek genom att flirta med andra kvinnor. På samma sätt finns det kvinnor, som förklara sig redo att gå genom eld och vatten för sina män, allt under det de gömma på en hattrakning, som vida överskrider deras mäns tillgångar. På samma sätt är det med all i livet. Vi äro redo till de stora offren, men de små lämna vi obeaktade.

Ja, det är de små försummelserna, som döda de stora känslorna. Och det tyckes mig, som om den stora hjältebragden — när den verkligen kommer, ifall den någonsin gör det — blott är en yttring av alla dessa små segrar. Det är en sällsynt tur att hitta en juvel i en sophög.

Mot bladlöss på rumsväxter rekommenderas att tvätta växten upprepade gånger med vatten, i vilket man kokt potatis. Man kan också göra ett starkt avkok på persilja och stänka extraktet över växten. Ohyran brukar då försvinna rätt snart.

Fin klimp. 2 msk. mjöl fräsas tillsammans med ¾ kkp. vetemjöl, 2½ kkp. mjölk tillsättes under kraftig vispning, tills smeten släpper pannan. Ägget vispas och ihälles under vispning, varefter allt får sjuda men ej koka. 3 tsk. socker, 1 knivsudd salt, 4 bittermandlar (rivna) och 1 dessertsked finhackad, skållad sötmandel nedröres. Hälles i vattenskjöld, sockrad form att stelna. Uppstjälpes och serveras till soppor.

Grönsakspudding. ½ kv. kokta tärningar av ärtskockor. ½ kv. kokta morotstärningar samt ett litet kokt blomkålshuvud och ½ kv. kokta tärningar av selleri, purjo och palsternackor blandas. 3 äggulor vispas med 6 kkp. mjölk och häri blötas 1½ kkp. stötta skorpor. 4—5 msk. smält smör jämte alla tärningar nedröras och avsmakas med salt och peppar. 3 äggvitor slås till hårt skum och nedröras sist. Allt slås i väl smord och bröad form och gräddas i vattenbad i god ugn ungefär 1 timme.

W. FINKEL
Expert urmakare och juvelerare
242 Logan Ave., Winnipeg.

25 års erfarenhet. Allt arbete garanterat. Speciell uppmärksamhet för gamla lands klockor. Order från landsorten ges prompt uppmärksamhet.
GÖR ETT FÖRSÖK!

PATENTER
Trade Marks—Copyrights
Fetherstonhaugh & Co.
Den gamla etablerade firman
36—37 C.P.R. Building,
Hörnet av Portage & Main St.
WINNIPEG
Vi kunna på det bästa rekommendera denna gamla och välkända firma. Skriv efter upplysningar

Skandinaver Önskas
Det finns fortfarande rum för många skandinaviska settlare i Canadas bästa "mixed farming" distrikt, Enderton Co., C. P. R. och H. B.-land. 8 till 35 års avbetalningsvillkor. $200 till $400 vid köpet. Upparbetade farmar till olika priser. Staden har mejeri, kvarn, högskola, hospital m. m. Största skandinaviska settlement i Canada.
LEONARD WREEDE
Box 51, Wadena, Sask.

Brudkronan för ogifta damer och herrar som önska brevväxla med personer värda från 1,000 till 45,000. Låt bröllopsklockor ringa för eder en gång. Damer erhålla herrars namnlista fritt. Tillskriv på skandinaviska eller engelska. — Peter E. Hanson, Box 1005, Chicago, Ill., U. S. A.

HÖNSAVLARE!
Befria höns och fjäderfä från ohyra. Sänd $1 för att lära utan att röja metoden. Ingen medicin, intet arbete. Små omkostnader. Metoden garanteras och pengarna återsändas i händelse metoden icke verkar. — M. S.

Värdefull Svensk Bok FRITT!
Varje man borde sända efter ett exemplar av den intressanta och lärorika SVENSKA RÅDGIVAREN
"GODA RÅD"
Denna berömda med flera illustrationer försedda läkarebok, som Doktor Leigh skrivit speciellt för svenskar i Amerika lämnar många värdefulla råd och upplysningar för unga män, omnämner alla för män säregna sjukdomar, deras följder, förebyggande och huru de kunna botas i hemmet o. s. v. Boken handlar även om Livets Hemligheter och borde läsas av varje ung man. Om ni varit offer för oförstånd i edra unga år, eller systemet blivit försvagat genom utsvävningar i senare år, bör ni skriva efter boken. Ni kan bliva återställd till fullkomlig hälsa och styrka genom Dr. Leighs behandling. Boken sändes alldeles gratis och portofritt i försegiat omslag till alla, som insända namn och adress till
Dr. L. K. LEIGH, 177 N. State St., D. 14, Chicago, Ill.