Regelmäßig 15 Jahre alte 1200 erschienene Schrift eines hochgeschätzten amerikanischen Verfassers „Die zu letzter Zeit überhand genommene leichtfertige Ehescheidung und die daraus gefolgte und folgende Not.“ Das Problem, das gewiß nicht Kleinlicher, aber gründlicher war, millionte mannigfach diese Erscheinungen, indem es den Heidenschmutz durch das Licht und das Tageslicht abgetragen und auch alle anderen Verschlimmerungen mit durchsichtigen Mitteln und Gründen wissenschaftlich untersuchte. Einen nicht zu überschätzenden Gesichtspunkt des Problems brachte die „griechische Frage“ der Revolutionszeit und des Empires. Die „Jakobiner“ und „Merveilleuses“ trugen auf der Oberhaube das Zeichen nichts anderes als ein ganz schmales Schulterkleid und die leichteren Tunikas der mannigfachen Bevölkerung überhaupt in einer und heute unverständlichen Weise „griechisch“.

Zehn Gebote der Augenpflege.

Auch Kleinkinder für und Menschen ist das Augenlicht. Wir können nichts gütig kennen! bedacht sein, deshalb Gottesgabe zu pflegen und zu erhalten. Eine leicht verdunkelte oder sind die Augen dadurch noch so gut sein, sich vorzuschulden, und einem solchen Augenleiden nachteilig sein könnte.

1. Viel jeder Arbeit, besonders aber beim Lesen und Schreiben, sowie bei Anstrengung von Handarbeiten sind, sollst genau darauf, daß genügend Licht zur Arbeit vorhanden ist und bleibt auch dann, wenn das Auge ermüdet, wenn der Arbeit Ende, wenn es dunkelt, wenn der Abend kommt.

2. Das künstliche Licht darf nie flackern, rußen und muß gleich hoch den Arbeitsort der Stunden und dem Auge durch einen Schirm entgegen werden.

3. Lampen und Leuchter sind die besten, wenn das Augenlicht und Schirme von mattem Glase mit eingeschliffenen Streifen und Figuren für die Augen geschützt sind.

4. Achtet stets darauf, daß die Augen nie zu nahe auf die Arbeit gebeugt werden. Kind mußte überhaupt auch auf die Arbeit aufmerksam machen und gibt der Zeit gegen die ganze Haltung kontrollieren. Zwischen Arbeit und Auge muß immer eine Entfernung von 25 bis 30 Zentimeter sein. Wer diesen Rat nicht befolgt, wird ohne Zweifel kurzsichtig und muß später einen Zwicker aufsetzen.

5. Das Zeichnen stärkt die, niemals lesen, schreiben oder feine Handarbeiten machen; stets dadurch die Sehkraft der Augen außerordentlich angestrengt wird.

6. Wenn euch die Augen bei der Arbeit schmerzen oder tränen, aber wenn die Buchstaben beim Lesen oder Schreiben zusammenfließen, so müßt ihr von der Arbeit eine Weile ruhen und in die Ferne, wenn möglich, laß Grünes sehen und erst nach längerer Zeit die Arbeit wieder aufnehmen oder sie im Dämmerlichtzustande ganz beiseite legen.

7. Reibt nicht beim Weinen im Bett oder auf dem Sofa, im Garten oder während der Arbeit auf den Augenlidern, auf den Augenbrauen oder in anderen Augen ist zu unterlassen; Reibe verursachte Unreinheit schadet dem Auge ebenso wie Krankheit. Auch muß einer schweren Krankheit auch man die Augen schonen.

8. Gebraucht nur zur Veranlassung eines Arztes Augenwasser, sie beschädigen sonst die Augen und bei jeder Krankheit Verschlimmern. Dadurch werden die Augenschmerzen nur befördert. Dasselbe gilt von den blauen Brillen.

9. Vor schnellem Wechsel von Licht und Finsternis müßt ihr die Augen möglichst bewahren und auch überhaupt beschützen, die durch eine vernünftige Lebensweise und namentlich durch richtige Verteilung der Zeit für Schlafen und Wachen richtig zu erhalten.

Wer diese Gebote hält, der wird sich sein Augenlicht bis tief hohe Alter bewahren.

Redensarten.

Es möchtig gewesen eine spanen anstrengende Arbeit und der Rede sein Lohn, und so sehe sie bei vollständig Verschiedenheiten direkt als eine Selbsthilfe des Körpers bezeichnet werden muß, die sich auch sehr bald als eine Entlastung bekundet, das Gehirn bewerkbar macht, so nachteilig dann sie doch andererseits bei schwächlichen und leichtsinnigen Persönlichkeiten werden. Vor allem wirken Reichtümer Mädchen, sehr zu dieser Erscheinung, und es ist selbstverständlich, daß denen ihre Minderwertigkeit nur gesteigert wird. Dieser wird es eine Pflicht, möglichst schnell die Blutung zu stillen, und wir besitzen hierfür ein Mittel, welches sich überall ohne weiteres anwenden läßt. Da nämlich in den Körperteilen weißen Zellen die Blutung aus kleinen Gefäßen der Nasenscheidewand kommt, so möge man vor allem darauf achten, ob aus dem rechten oder linken Nasenloch die Blutung erfolgt. Bei letzte vorgebeugtem Kopf ist dann stark der untere bewegliche Teil des Nasenflügels der entsprechenden Seite an die Nasenscheidewand zu drücken, und gewöhnlich wird darauf in wenigen Minuten die Blutung stehen. Auf alle Fälle ist dieses Verfahren aber empfehlenswerter als das ganz zwecklose und die Blutung nur befördernde Aufsaugen von Wasser in die Nase mit darauf folgendem starken Ausschneuzen. Dadurch wird die Blutung direkt vermehrt, und selbst bei starken Blutungen sollte man sich nur mit dem gegebenen Rate begnügen und mit vorgebeugtem Kopf und angepreßtem Nasenflügel warten, bis der Arzt durch wirksamen Eingriff die Blutung zum Stillstand bringt.

Praktische Winke.

Blumenwasser als Ersatz für Gummiringe. Gummiringe, welche zum luftdichten Verschließen von Einmachgläsern gebraucht werden, sind leicht der Zerstörung ausgesetzt und müssen oft erneuert werden. Diese Ausgabe kann durch Blumenwasser gut ersetzt werden. Eine praktische Frau machte in der „Deutschen Jäger-Zeitung“ den Vorschlag, einen solchen Versuch mit Blumenwasser nach gegebenem Verfahren zu machen. Nachdem man Aufbewahrungsmittel, Gemüse oder Obst, in tadellosem Zustande in der herkömmlichen Weise vorgerichtet oder eingekocht hat, legt man die Kautschuken in gutgereinigte Gläser, die aber nicht zu voll gefüllt werden sollen, damit der Inhalt beim Sterilisieren nicht ausfließen kann. Hierauf wird der Glasdeckel auf die Gläser gelegt und die Sterilisierung nach den bekannten Vorschriften durchgeführt. Nachdem hat man in einem tiefen Gefäß aufgelöstes Blumenwasser auf der Herdplatte aufgestellt, damit es eine heiße Lauge bildet. Es werden nun schnell Gläser von der Kochstelle gesetzt und möglichst schnell um die Gummiringe, die noch sehr heiß sein müssen, dort, wo sich der Deckel mit dem Glase verbindet, gelegt und mit der siedenden Flüssigkeit stark und fest angedrückt. Es ist unerläßlich, daß die Gläser noch heiß sind und die Arbeit schnell von statten geht, damit das Wasser klar bleibt und nicht trübselig wird. Das Blumenwasser gibt auf diese Weise einen guten, luftdichten Verschluß und einen vollwertigen Ersatz für die Gummi zu beschaffenden Gummiringe. Will man die Gläser öffnen, so faßt man sie, wie beim Kochen, mit Tuch heiß in den Rand; wenn sie heiß angewärmt sind, läßt sich der Deckel ohne irgendwelche Schwierigkeiten ab. Das Wasser kann, wenn es weiter aufgefüllt ist, noch mehrere Male zu dem gleichen Zweck benutzt werden.

Mattierte Haushalten werden nach folgendem Verfahren: die Dose wird einen Tag in kaltes Wasser gelegt, dann ab und wieder trocknet wird. Ist der Stoff aufgequollen, reibt man die Dose auf dem Tisch mit einer nicht zu harten Bürste und kalter, harter Seifenlauge. Ist sie gründlich abgerieben, bringt man sie in einem großen Topf tüchtig und heiß mit mehreren Eßlöffeln Salmiak kalten Wasser. Dann wird die Dose von zwei Personen ausgerungen und glatt aufgeschlagen. Letzteres wiederholt man öfter, bis die Dose trocken ist.

Kartoffeln zu pellen. Die Kartoffeln werden in ein weites Gefäß gebracht und in einer Lösung von 1 Teil Natronlauge auf 50 Teile Wasser gebracht. Dann schüttet man die Flüssigkeit in einem glasierten irdenen Topf bis zum mehrmaligen Aufwecken. Die Perlen werden dann mit einem Wollkappen und Kreisbürster tüchtig abgerieben.

Als Mittel gegen jede Art von Blasen leistet eine Abkochung der Pflanze der großen Klette gute Dienste. Die Abkochung soll einige Wochen täglich als Tee getrunken werden. In Verbindung mit reichlicher Kost, Bewegung in frischer Luft und Hautpflege im allgemeinen wird dadurch das lästige Uebel beseitigt.

Pfingsten.

Als Jesus, ihr Meister, gen Himmel gefahren,
Im Gebet blieb vereint der Jünger Chor;
Sie harrten hoffend und dennoch bekümmert
Des Trösters, der ihnen verheißen war.

Und siehe — am Pfingstfest nahet mit Brausen
Der Geist des Herrn, der mit göttlicher Kraft
Die Seelen erhöht und aus haltlosen Feigen
Apostel, Helden und Märtyrer schafft.

Odem des Höchsten, du wehest auch heute
Lebenerzeugend durch blühende Saat,
Blickst in den Herzen die schlummernden Keime,
Taust uns dein mächtiges Walten schaut.

Zartgrüne Birken schmücken die Häuser,
Um Altar und Kanzel rankt duftend der Kranz,
Weihe du selbst uns zum Tage der Pfingsten,
Weihe der Feier himmlischen Glanz.

Stürme hernieder, gib Jungen der Engel
Und rüste als deine Boten uns aus,
Die ewige Wahrheit von Gottes Liebe
Frohlockend zu verkünden im Vaterhaus.

Druck und Verlag von Langer u. Winterlich, Riesa. — Für die Redaktion verantwortlich: Arthur Hänsel, Riesa.

Erzähler an der Elbe.

Belletr. Gratisbeilage zum „Riesaer Tageblatt“.

Nr. 12. Riesa, 7. Juni 1919. 48. Jahrg.

Das Christentum und die Frau.

Die Frau verdankt dem Christentum nicht nur das Höchste, daß es gibt, das Heil der Seele, es hat ihr auch noch andere Segnungen gebracht. „Ist hat die Stellung der Frauen und einer unwürdigen zur würdigen und glückspendenden erhoben“, so schreibt ein Mann, der sich sehr viel mit der Frage: Was verdankt die Frau dem Christentum? eingehend beschäftigt hat. Wir werden, wenn wir über diese Frage ein wenig näher nachdenken helfen wollen, diese Behauptung unterschreiben. Die Christus in die Welt kam und sie mit seinem Geist erfüllte, galt die Frau als ein Geschöpf zweiten Ranges. Sie war, wie sich jemand derb ausgedrückt hat, nur „das Dach- und Fußtier des Mannes!“ Das's bildeten auch die Völker seiner Umgebung, die, wie z. B. die alten Germanen, in der Frau etwas Heiliges und Prophetisches sahen („inesse quoque sanctum“, schreibt Tacitus!). In selbst bei den alten Römern, die unter allen Heiden „das Besten und den Wert des Weibes am tiefsten erkannt haben“, heißt es nicht die ihm gebührende Stellung. Erst Christus hat die Frau und ihre unwürdigen Stellung zur ehrwürdigen Gefährtin und Gehilfin des Mannes erhoben und zwar dadurch, daß er sie in dem, welches das Höchste ist, in der Beziehung zu Gott und dem Gottesreiche dem Mann gleich gestellt hat. Die Frau hat eine der Seele des Mannes völlig gleichwertige Seele — durch diese für uns ganz selbstverständliche, der vorchristlichen Welt aber unbekannte Wahrheit hat das Christentum die Stellung der Frau dem Manne gegenüber und auch sonst umgewandelt. Freilich gewisse Grenzen hat es in dieser Hinsicht bestehen lassen. So hat seinen Einfluß mehr auf die innere Stellung als auf die äußerlich-rechtliche Stellung der Frau geltend gemacht. Es hat „die spezifisch weiblichen Tugenden zu Ehren gebracht“, so hat man diesen Einfluß gekennzeichnet. Während vor Christus die männlichen Tugenden Geltung gehabt hatten, erlangten durch ihn auch die weiblichen Tugenden Geltung. Wenn es wahr ist, was ein Christlicher unserer Zeit geschrieben hat: „Das größte Glück, dem es auf Erden gibt, ist Gutes wie im Bösen, ist der Mut und verborgene des Weibes. Wir müssen diesem verborgenen und doch so gewaltigen Einfluß eine heiligere Richtung geben“, so hat das Christentum das getan. Es hat die Tugendhaftigkeit des Weibes durch seinen Geist veredelt und kräftig entfaltet und sie so zur Geltung kommen lassen. Und wenn die unterschiedlichen Werke durch die Christlichkeit des Gottlichen die Würde der Ehe und auch des Weibes entdeckt und durch die Empfehlung der Nonne Abet die für Christus schwache und als Hausfrau und Mutter wirkende Frau nicht geringer ihre gottgewollte Würde entdeckt hat, so hat die Christenheit und ihrer Mutter Kirche das Ihrige dazu getan, diese Würde der Frau zu Ehren kommen zu lassen. Und wenn die Frauen in Christo Jesu, gemäß der Lehre des Apostels, auch in der Kirche nicht mehr schweigen sollen wie die Heidinnen, so haben sie in der Kirche und durch die Kirche ihre Stimme erhalten, sie haben sie gefunden, wo sie sie wollen sollen gilt das Wort, das Paulus an die Korinther schreibt: „Ihr Weiber sollen in der Gemeinde schweigen.“ Und wenn die Frauen durch Christus und seine Kirche zu Ehren gekommen sind, so haben sie auch ihre Pflichten, und wenn sie ihre Pflichten erfüllen, so werden sie auch ihre Ehre behalten. Und wenn sie ihre Pflichten erfüllen, so werden sie auch ihre Ehre behalten. Und wenn sie ihre Pflichten erfüllen, so werden sie auch ihre Ehre behalten.

Wandlung.

Pfingsterzählung von Martha Grundmann, Lommatzsch. Nachdruck verboten.

Erika Ludwig war die erste im Herrenhaus, die völlig munter und bereits fertig angekleidet war, als es Fünf Uhr vom Turm der kleinen Dorfkirche hörte. Melodisches Pfingstglockengeläute hatte sie vor einer Stunde aus ihrem Schlummer geweckt. Nun stand sie am offenen Fenster ihres Schlafzimmers und schaute mit strahlenden Augen in den Park hinab. Vom Sonnenlicht übergossen, glich dieser mit seinen mit Blüten überschütteten Sträuchern, den blühenden Fliederbüschen, den saftiggrünen Rasenteppichbeeten und den weißen Steinfiguren einem wirklichen Paradies. — Darüber blauer Himmel und an diesem lustig dahinsegelnde schneeweiße Wölkchen.

Ein köstlicherer Pfingstmorgen war kaum zu denken. Am liebsten wäre Erika hinabgeeilt, um all die Herrlichkeit aus nächster Nähe zu schauen, doch sie war zur Gast im Hause und mußte, daß sie noch verschlossene Türen finden würde unten. So geduldete sie sich denn und lauschte dem Konzert der jubelnden Vögel, das diese unten im Park veranstalteten.

In echter Pfingststimmung befand sie sich. Sie, das Großstadtkind, daß einer Einladung der besten Freundin gefolgt, die vor einem Jahr den Rittergutsbesitzer Fritz geheiratet, fremde sich unsagbar ihres Herzens. Die Liebe zur Landschaft, liebe Wald und Blumen. Die grünen, mit Blumen in allen möglichen Farben bedeckten Wiesen erweckten [illegible]