

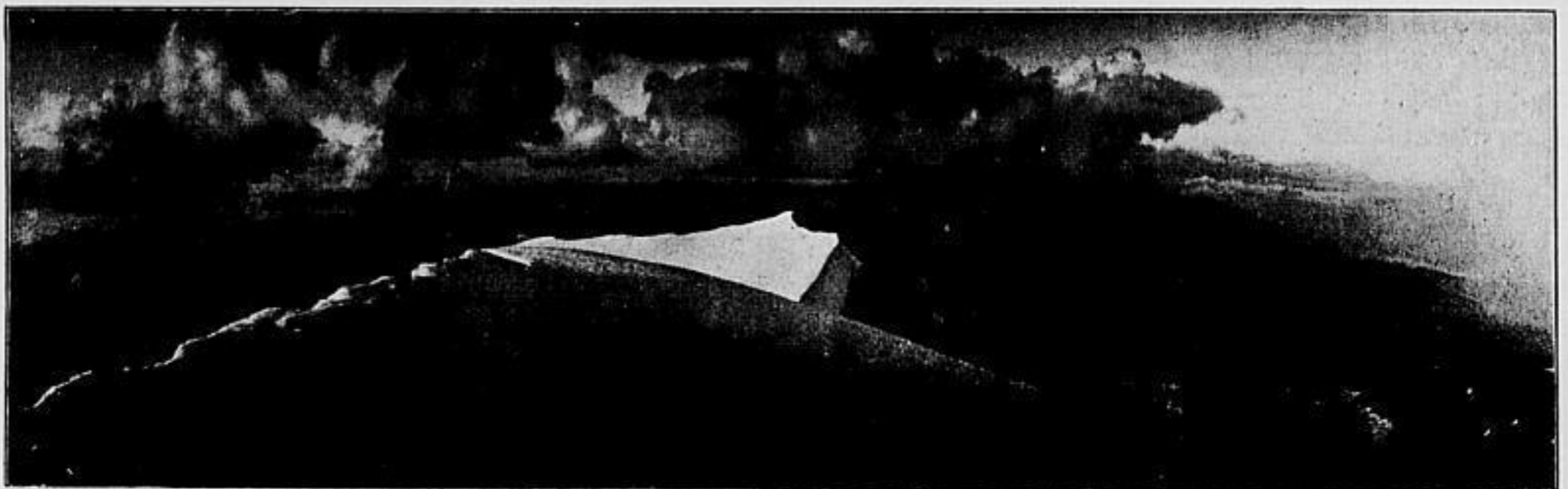
## Mein Meer!

Nachdruck verboten.

Von Rudolf Herzog.

**N**un hab' ich dich, mein Meer, mein herrlich Meer —!  
 Die Berge sinken hinter mir in Schatten,  
 Wie neue Kraft spür' ich's im Blute schwer,  
 Und Liebeslust dringt wild in mein Ermatten.  
 Dich seh' ich, dich, mein schmeichelnd Ungetüm,  
 Und möcht' die Sehnsucht dir voll Drang verbürgen,  
 Umfängen dich mit Bräut'gamsungestüm,  
 Mich in dich stürzen und dich liebend würgen. —  
 Ich lieb' dich, Meer, so heiss wie Freiheitsluft,  
 Wie Sonnenlicht, das sich im Osten rötet,  
 Dein Hauch ist mehr, als matter Rosenduft,  
 Es ist ein Kuss, der stählet oder tötet;

Ich liebe dich, wie ich ein Weib nur lieb',  
 Es ist ein Hungern und ein ewig Dürsten,  
 Ein Dichterlieben, das mich zu dir trieb;  
 Gib ihm die Weihen! Du, du sollst es fürsten! —  
 Und nun komm' her, und mich und meine Lust  
 Trag' weit zu menschenfernen Wogenauen,  
 Dich zu belauschen an der nackten Brust —  
 Und murre nicht, und runzle nicht die Brauen,  
 Als starkes Weib kenn' ich dich lang genug,  
 Doch liebst du mich, lass dich in Schwäche wiegen  
 Und, wenn die Flut zur Einsamkeit uns trug,  
 Die Glieder bebend sich an meine schmiegen — — —



Schwedisches Panorama.

## Im Zeichen der „Ruane“.

Die wunderbare Heilkraft der See ist gerade in den letzten Jahrzehnten immer mehr von Aerzten und Laien anerkannt worden. Das erfrischende Bad in den brausenden Wogen, das Ruhen im Sande, wo mit den Glutküissen der Sonne neues Leben in den erschlafften Körper einzieht, überhaupt der längere Aufenthalt in der salzdurchtränkten Luft, alle diese Faktoren tragen in erheblichem Masse dazu bei, die verlorene Gesundheit wieder zu erlangen, die geschwächte Konstitution zu stärken und zu kräftigen. Und je mehr die Sonnen- und Luftbäder in Aufnahme gekommen sind, desto höher stieg auch die Frequenz der Seebäder. Man braucht nur einmal die Entwicklung der Badeorte der Ost- und Nordsee in den letzten 20 bis 30 Jahren zu verfolgen. Wo damals noch kleine Dörfer mit niedrigen veräucherten Hütten standen, da wurden längst grosse Hotel-Paläste und Villen mit zum Teil luxuriösem Komfort erbaut. Mit welcher Begeisterung schaut der „Inländer“ die stolzen Schiffe, die den Ozean durchqueren. „Mit welcher Freude treibt man dort den Angel-Ruder-Segelsport!“ Dabei ist die Ostsee ebenso stark frequentiert, wie die Nordsee mit ihrer Ebbe und Flut und ihrem energischeren Wellenschlag. Badeorte, einfache wie komfortable, gibt es in Hülle und Fülle, solche, in denen auch gesellige Freuden, Sport usw. nicht fehlen, und solche, in denen es keine Kurkonzerte und andere „Geräusche“ gibt. Luxusbäder, in denen die Toiletten-Parade zum Gewohnheitsrecht geworden, und auch einfachere, in denen der abgetragene Sommerfrischler-Anzug genügt, nicht zuletzt solche, in denen man den halben Tag am Strande spazieren gehen oder sich in den Sand strecken kann, einzig bekleidet mit der Ruane. Ruane? Was ist das? Ach so, Sie

kennen die Ruane nicht. Das ist der neueste und praktischste Bademantel. Wer ihn einmal getragen, mag ihn nimmer entbehren. Ist er doch dem schwächeren wie dem stärkeren Geschlecht gleich kleidsam, und lässt uns moderne Menschen mindestens ebenso stolz den Faltenwurf drapieren, wie der Araber sich in den Burnus hüllt, wie der alte Römer die Toga trug. Die Ruane ist nicht nur Badetuch, sondern zugleich auch Bademantel, unter dessen Schutze Damen wie Herren sich sogar ihrer sonstigen Bekleidung entledigen können. Doch nicht nur für die See, auch für Sonnen- und Luftbäder im Gebirge, in den überall befindlichen öffentlichen Sonnen- und Luftbädern, dann in den Badeanstalten an den Flüssen usw. ist die „Ruane“ zu verwenden. Ein jeder sollte, und wäre es nur für kurze Zeit, mindestens einmal in der Woche zu Hause ein Sonnen- oder Luftbad nehmen. Wer nicht allzu bequem ist, der findet schon Mittel und Wege, dies zu ermöglichen. Und dann wird er den Segen und die Wohltat der Luft- und Sonnenbäder auch „zu Hause“ bald an seinem stärkeren Wohlbefinden merken. Die „Ruane“ verbindet das Praktische und Nützliche mit dem Kleidsamen und, wenn man will, Eleganten. Bald wird alt und jung den Ehrgeiz darin sehen, sich auch in der „Ruane“ von der vorteilhaftesten Seite zu zeigen, denn dass die „Ruane“ bald in keinem Hause fehlen wird, liegt auf der Hand. Darum, o Mensch, der du Wasser-, Luft-, Sonne-, Moor-, Sand-badest, versieh dich mit der „Ruane“ und merk' dir die Lebensregel:

Rasch entrinnt des Menschen Leben,  
 Und drum rat' ich: „Merk' dir's fein,  
 Arbeit, Fleiss und ernstes Streben,  
 Nur dies kann uns dauernd geben  
 Ein zufried'nes Herz allein!“