

## Die Grove-Bürstenbrause



Universal-  
Packung  
M. 18.50

Luxus-  
Packung  
M. 33.50

### Der ideale Wasser-Massageapparat

*massiert und duscht zu gleicher Zeit,  
schafft Schlankheit, Frische, Freudigkeit!*

An jeder Wasserzapfstelle leicht anzubringen!

Bad und Massage in vollkommenster Weise vereinigt. Hygienisch wertvollste Methode bei bester Massage-Wirkung. Unentbehrlich für jeden, der Wert auf sorgfältige Pflege seines Körpers zur Erhaltung von Jugendfrische und Gesundheit legt. Bei Schminke und Puder erhält die

## Grove-Bürstenbrause

den Teint gleichmäßig zart

*Erhältlich in größeren Spezialgeschäften. In Berlin:  
A. Wertheim, H. Tietz, Kadewe, Kopp & Joseph, Laden  
Bülowstraße 90.*

*Wo keine Verkaufsstellen bekannt sind, weisen die  
Vertretungen und die Zentrale Bezugsquellen nach  
und nehmen Bestellungen an:*

Für Südbayern: H. v. Meyer, München, Liebigstr. 12a. Nord-  
Bayern: C. Haack, Nürnberg, Reichsstr. 3. Frankfurt a. M.  
und Hessen: G. Mack, Fichardstr. 22. Württemberg und  
Baden: E. Geiger, Stuttgart, Langestr. 11 B. Rheinland  
und Westfalen: Döbelstein, Köln, Olpenerstr. 200.  
Oldenburg - Bremen: Rooch, Minden, Stiftsallee 58.  
Regierungs-Bezirk Merseburg: W. Schneider, Halle,  
Beyschlagstr. 27. Sachsen: Faeckenstedt, Leipzig,  
Lessingstr. 14. Schlesien: F. Ottenburger, Neisse. Pom-  
mern: Pommersche Handelsvertretung, Köslin, Buch-  
waldstr. 6. Ostpreußen: M. Herbst, Königsberg, Burgstr. 8

**DAVID GROVE A.-G.**  
BERLIN W 57 / BÜLOWSTRASSE 90  
BRESLAU / DANZIG / KÖLN

einer erfolgreichen Arbeit die natürliche Voraussetzung ist.

Wer die hier gegebenen Uebungen wirksam und erfolgreich praktizieren kann, der ist vorbereitet, die eigentlichen rhythmischen Atemübungen kennen zu lernen.

Die sieben resp. zwölf rhythmischen Atemübungen dienen dann insbesondere der Entwicklung der Sinne und des Nervensystems, und durch diese Entwicklung des Nervensystems wird unser Denken, Fühlen und Wollen in außerordentlicher Weise erweitert und intensiviert. Die sieben Hauptübungen entsprechen und sind abgestimmt auf die sieben Hauptnervenplexi des sympathischen Nervensystems und dienen gleichzeitig der Entwicklung des Nervengeflechtes und den diesem zugehörigen Organen und Drüsen.

Die Avestaner sagten schon: *Atem ist Leben.* Das Leben intensivieren, heißt den Atem intensivieren.

Unser selbständiges Leben beginnt mit dem ersten und endet mit dem letzten Atemzuge. Die Atmung ist der entscheidende Faktor unseres Lebens.

## Chinesische Geschichten

Von Jolán Stohandl-Pavelko

I.

**M**eine Freunde in New York haben schon seit jeher traditionell in ihrer Familie ist. Jeder dieser Köche hatte andere Schrullen. Da sie jedoch sehr arbeitsam, genügsam und pünktlich waren, nahm man diese Eigenheiten mit in Kauf und hatte nur eine Bedingung gestellt, und diese wurde streng gefordert, nämlich, daß jeder in ihren Diensten stehende Koch ein Jungeselle sei. Seit vielen Jahren haben sie einen Chinaman, der brav, fleißig und mit derselben Genauigkeit seine tägliche Arbeit verrichtet wie am Tage seiner An-