

Frauenstimme

Nr. 8 + 41. Jahrgang

Beilage zum Vorwärts

17. April 1924

Haben wir noch etwas zu verlieren?

Wenn es für den einzelnen Menschen oft eine Wohltat bedeutet, daß er Geworfenes schnell vergißt, so kann doch das Vergessen für ein ganzes Volk zu einem furchtbaren Schicksal werden. Wie wäre es möglich, daß General Ludendorff heute die Rolle eines Volkshelden und Vaterlandsretters spielen könnte, wenn nicht so viele vergessen hätten, daß . . .

Wo soll man beginnen, wenn man rückschauend überblickt, welch unermessliches Elend sich an diesen Namen knüpft? Bei den Männern und Jünglingen an der Front, deren Hunger, Schmutz, Todesnot, Ekel und Sehnsucht aus Feldpostbriefen zu uns schrie? Bei den Frauen, die mit vergifteter Haut und vergifteten Lungen aus den Pulverfabriken kamen, die als Munitionsarbeiterinnen verstümmelten oder starben, die als Näherinnen für Kriegsbedarf sich die Schwindsucht erarbeiteten? Bei all den Müttern, deren Nervenkraft zerrieben wurde in der Sorge um den Mann im Feld und den Kindern auf der Straße, während sie schafften fürs trockene Brot? Oder bei denen, die Jahr um Jahr in Wind und Wetter anstehen mußten um die sorgen, schlechten Lebensmittel? Bei der Jugend, die hungrig starb und verdarb? Bei den Kindern, deren ausgemergelte Leiber und zerretene Seelen eine einzige furchtbare Anklage gegen den Krieg und seine Folgen sind?

Die ganze, brutale, militärische Willkür, die ganze, maßlose Niederlage Deutschlands im Weltkrieg spiegelt sich wider in dem Namen Ludendorff. Sein System wurde unser Schicksal. Durste das deutsche Volk das je vergessen? Nie, wenn es nicht noch einmal den Krieg mit all seinem Elend erleben wollte. Denn die blutige Spur knüpft sich an diesen Mann und der deutschvölkischen Partei, die ihm dient und seine Politik treibt.

Wir wollen den Frieden!

Darum haben wir und alle, die mit uns sind, dafür zu sorgen, daß nicht das große Vergessen durch Deutschland geht. Die Gegenwart ist schwer und düster, aber sie könnte abgelöst werden von einer noch schwereren Zukunft, die Deutschlands Ende brächte. Wir haben alles zu verlieren durch einen neuen Krieg! Darum müssen die Reichstagswahlen vom 4. Mai eine Absage sein an die Deutschvölkischen und Deutschnationalen.

Aber sie müssen auch eine Absage sein an die bürgerlichen Parteien: an die Deutsche Volkspartei, an das Zentrum und an die Demokratische Partei. Diese Parteien haben daran gearbeitet, daß vieles von dem verloren ging, was die Arbeiterschaft sich durch die Revolution an Rechten und sozialem Schutz errungen hatte. Die deutsche Wählerschaft, die diesen Parteien in den Reichstagswahlen von 1920 zu einer Mehrheit in der Gesetzgebung verholfen hat, hat die Unreife ihres politischen Urteils schwer büßen müssen und die gesamte Arbeiterschaft mit ihr. Aber noch vieles haben wir zu verlieren, wenn von neuem eine bürgerliche Mehrheit in den Reichstag zieht.

Vor der Revolution gab es keinen Achtstundentag; die ersten regierenden Sozialdemokraten verordneten ihn. Jetzt ist er fast verloren durch die bürgerliche Mehrheit des verflochtenen Reichstages. Eine Erwerbslosenfürsorge gab es in dem reichen Deutschland vor dem Kriege nicht, außer der Selbstfürsorge in den Gewerkschaften. Sozialdemokraten schufen sie in der verarmten Republik. Jetzt ist durch die bürgerliche Mehrheit des verflochtenen Reichstags aus der staatlichen Fürsorge eine Versicherung geworden und die Leistungen sind abgebaut. Wählt ihr am 4. Mai wieder eine bürgerliche Mehrheit, dann wird die Erwerbslosenfürsorge bald ganz aufhören!

Das Betriebsrätegesetz der Sozialdemokraten war der erste Schritt zur Mitbestimmung der Arbeiter im Produktionsprozeß,

durch die bürgerliche Mehrheit des letzten Reichstages wurden die Rechte der Arbeitnehmer ungeheuer eingeschränkt. Die bürgerliche Mehrheit des verflochtenen Reichstages war damit einverstanden, daß die Schwerkrriegsbeschädigten nicht mehr in erster Linie das Recht auf Arbeit haben, sondern zum größeren Teil aus den Betrieben entfernt werden.

Für die Rechte der Frauen

hat diese bürgerliche Mehrheit nie etwas übrig gehabt, wenn sie auch jetzt, vor den Wahlen, die Wählerinnen mit allen Mitteln umwirbt. Wenn ein Betrieb eingeschränkt werden mußte, waren es zuerst die Frauen, die auf die Straße flogen. Den entlassenen Frauen die gleiche Arbeitslosenunterstützung zu gewähren wie den Männern in gleicher Lebenslage, lehnten die bürgerliche Regierung und die hinter ihr stehenden Parteien ab.

Die Sozialdemokratie verlangt für Mann und Frau den gleichen Lohn für gleiche Arbeit.

Diese Forderung wurde immer mit der Begründung abgelehnt, daß die Berufsbildung der Frau unzulänglich sei. Gleichzeitig sträubte sich die bürgerliche Gesellschaft dagegen, für Mädchen die gleichen Bildungsmöglichkeiten zu schaffen wie für Knaben. Man will eben den Einwand der schlechteren Ausbildung als Vorwand für Lohnrückerei behalten.

Unter dem Antriebe der Sozialdemokratie wurde das Gesetz über Wochenhilfe und Wochenfürsorge geschaffen, aber bei jeder notwendigen Erhöhung der Leistungen mußte der Kampf von neuem geführt werden um diesen notwendigsten Schutz für Mutter und Kind. Als die Rentenmark eingeführt war und es sich herausstellte, daß die ausbezahlten Beträge für Wochenhilfe- und Stillegeld geradezu lächerlich klein geworden waren, stellten wir den Antrag, die Bartleistungen der Kriegsverordnung vom Dezember 1914 entsprechend festzulegen. Unser Antrag wurde, ebenso wie alle unsere Verbesserungsanträge zu den erlassenen Verordnungen, vom alten Reichstag nicht mehr verhandelt. Ein Gesetz über Jugendwohlfahrt wurde unter unserer Mitarbeit geschaffen; ebenso ein Gesetz zur Bekämpfung der Geschlechtskrankheiten, das für die Frauen unendlichen Segen stiften könnte. Nach dem Willen der bürgerlichen Parteien bzw. ihrer Vertreter im Reichsrat kann das erstere nur teilweise, das zweite gar nicht in Kraft gesetzt werden.

Nur weil die sozialdemokratischen Männer den Frauen die politische Gleichberechtigung gaben, das Wahl- und das Wahlbarkeitsrecht, darum konnten sie das größte Unrecht gegen die Frauen beseitigen und die Fürsorgegesetze schaffen helfen. Aber fallen die Wahlen am 4. Mai so aus, daß die Sozialdemokratische Partei geschwächt in den Reichstag kommt, dann ist auch dies

politische Recht der Frau

in Gefahr. Heute treten alle bürgerlichen Parteien nur deshalb für das Frauenwahlrecht ein, weil es da ist und weil sie, wenn sie anders täten, fürchten müßten, keine Frauenstimmen zu bekommen. Aber wie sie alle noch im Herbst 1918 gegen das Frauenwahlrecht waren, so sind sie es im Grunde auch heute noch, und wenn sie die Macht haben, es uns wieder zu entreißen, so werden sie es tun. Wir Frauen sollen nur leiden und tragen, aber nicht mitreden und nicht mithandeln an unserem Schicksal.

Die einzige Partei, die seit ihrem Bestehen für die Gleichberechtigung der Frauen eingetreten ist, ist die Sozialdemokratie. Wer am 4. Mai den sozialdemokratischen Stimmzettel abgibt, stimmt im Sinne seiner Verantwortung für Gerechtigkeit und Freiheit im Staat und damit für die einzige Möglichkeit des Aufstiegs!

Clara Bohm-Schuch.

Von der Würde der Demokratie.

Der würdevolle Mensch versucht Inhalt und Form seines Lebens bewußt zu gestalten. Einflüssen, die ihn aus der Bahn seiner Wahl und seiner Erkenntnis drängen, setzt er Widerstand entgegen. Im Ringen mit diesen Einflüssen von Sieg zu Sieg zu schreiten, ist ihm der innere Wert des Lebens. Darauf beruht sein stolzes Gefühl der Menschenwürde. Er läßt sich nicht treiben wie ein Stück Holz, das ziel- und planlos von den Wellen des Flusses getragen wird. Er will handelnd sein eigenes Geschick bestimmen.

Er weiß, daß sein Geschick eng verknüpft ist mit dem seiner Mitmenschen. Es weiß, daß er seinen Willen zu sinnvoller Gestaltung des Lebens vereinen muß mit dem gleichen Willen der anderen Menschen, wenn er Entscheidendes erreichen will.

Diese Notwendigkeit hat die Erkenntnis des Lebens auch in das Bewußtsein der Frauen gehämmert. Ihnen war es versagt, mit voller Kraft an der Schöpfung planmäßiger Lebensformen mitzuwirken. Seit einigen Jahren haben sie die gleichen Rechte wie die Männer.

Seit der gleichen Zeit hat das deutsche Volk sein Geschick selbst in die Hand genommen. Es hat sich eine demokratische Verfassung gegeben und sich damit das Recht genommen, vollkommen selbstständig zu bestimmen, wie es die menschlichen Beziehungen im Inland und die deutschen Beziehungen zum Ausland gestalten will.

Die schwere Not unseres Vaterlandes, die seit vielen Jahren alle politischen Handlungen des deutschen Volkes bestimmt, hat ein ruhiges Bewußtsein von der Würde, die in dieser demokratischen Staatsform liegt, noch nicht auskommen lassen. Die Not läßt viele deutsche Staatsbürger verzweifeln nach Auswegen suchen.

Heute sind es viele, die glauben, daß die Demokratie, daß unser Selbstbestimmungsrecht uns nicht den rechten Weg führen kann. Sie erwarten eine Besserung unserer Lage von der Diktatur. Sie wollen die Leitung der deutschen Politik nicht in der Hand einer vom Willen der Allgemeinheit getragenen verfassungsmäßigen Regierung sehen. Sie wollen die Vereinigung aller politischen Macht in der Hand eines einzelnen Menschen oder eines Direktoriums, dem das Recht zusteht, seinen Willen in die Tat umzusetzen, auch wenn die große Mehrheit des Volkes entgegengesetzter Meinung ist.

Niemand würde in seinem Privatleben einem anderen Menschen eine solche Macht über sich einräumen — auch nicht in der verzweifeltsten Situation. Im Leben des deutschen Volkes gewann der Glaube Anhänger, daß ein Diktator den Ausweg zeigen könne. Was der vereinten Kraft und Erkenntnis von Millionen Männern und Frauen nicht gelingen soll, das erwarten die Anhänger der Diktatur von dem einen Menschen, dem sie die Vollmacht geben wollen, das deutsche Geschick nach seinem Willen zu lenken.

Rechts- und linksradikale Parteien erstreben die Diktatur. Um ihren Glauben an die Werbekraft der tragenden Ideen ihrer Politik muß es kümmerlich bestellt sein, wenn sie von vornherein darauf verzichten, um die Zustimmung der Mehrheit des Volkes zu ringen.

In einem Volk, das sich der Würde seines politischen Selbstbestimmungsrechts bewußt wurde, darf der Gedanke, sich dieses Rechtes zu entäußern, keinen Raum finden. Es wird notwendig sein, daß wir trotz aller drängenden Forderungen des Tages das stolze Gefühl niemals in uns verklingen lassen, daß wir unser Schicksal selbst meistern können. Jedes Volk hat die Regierung, die es verdient, und es hat die Fehler wieder gut zu machen oder ihre Folgen zu tragen, die es seine Regierung machen ließ.

Ueber unser Selbstbestimmungsrecht werden besonders wir Frauen aufmerksam zu wachen haben. Wir sind erst vor wenigen Jahren aus dem Dämmerlicht herausgetreten, in den uns unsere politische Rechtlosigkeit gedrängt hatte. Wir wollen nicht wieder Amboß werden, sondern zu unserem Teile mit hämmern an der Gestaltung eines neuen, besseren Deutschlands. H. G.

Der Leidensweg der Frau.

„Bernunft wird Unsinn, Wohlthat Plage“. Wie paßt doch dieses Dichterwort auf das Lebensschicksal so mancher Frau. Der Ägypter höchster Freude und höchsten Lebensglücks, die Mutterchaft, wird zur Quelle unerhörten Leides, langjähren Siechtums und schmerzvollen Todes. Der berühmte Frauenarzt, Prof. Dr. Bumm, entrollt in der „Münchener Medizinischen Wochenschrift“ ein Bild, das zur vernichtenden Anklage gegen die bestehenden sozialen Verhältnisse und im speziellen gegen das heutige Strafgesetzbuch wird. Er erzählt da, daß „in der Berliner Universitätsfrauenklinik viel mehr Aborte als Geburten an normalen Ende vorkommen. Es sind 15 bis 20, manchmal auch 30 Frauen täglich, die mit beginnender und vollendeter Fehlgeburt die Klinik aufsuchen. Sie müssen direkt aufstehen, um Hilfe zu erlangen. Auch die Hebammen klagen, daß sie viel mehr Aborte als Geburten zu sehen bekommen. 90 Proz. dieser Aborte sind künstlich herbeigeführt, 85 Proz. der Frauen sind verheiratet. Das Motiv ist bei fast allen die Not! Bald wird mehr die Schwierigkeit der Wohnungsverhältnisse, bald die Ernährung und das Fehlen aller Mittel zur Aufzucht betont. Man

braucht die Frauen nur anzusehen, um überzeugt zu sein, daß sie die Wahrheit sprechen. Die Wohnungsverhältnisse sind derart, daß weder richtige Liegegelegenheit, noch warmes Wasser, Wäsche, Seife vorhanden ist, mit einem Worte, alles fehlt, was für Geburt und Wochenbett nötig ist. So wird man mit 10 Proz. Erkrankungen, die die Frau wochenlang ans Bett fesselt, rechnen müssen. Auch die allgemeine Sterblichkeit wird nicht viel weniger als 1 Proz. betragen. Mit einer Steigerung der Aborte mit 40 Proz. der Schwangerschaften würde das 75 000 Kranke und 7500 Tote jährlich ergeben.“

So der Arzt. Was meint aber der Jurist dazu, das Strafgesetzbuch? Es verbietet die Anpreisung von Mitteln gegen die Empfängnis und treibt so die Frau zur Abtreibung. Es bestraft die Abtreibung und jagt die Frau zur Kindesstörung. Es „sühnt“ die Kindesstörung und peitscht sie in den Selbstmord. Einige Beispiele statt vieler: Immer wieder werden Frauen bestraft, weil sie die Frucht abgetrieben haben, Hebammen, weil sie durch ihre ungefehligen Eingriffe den Tod ihrer Patienten verursacht, Ärzte unter Anklage gestellt, weil sie gegen den § 218 des StrGB. verstößen haben. Erst vor kurzem durchleiste die Presse der Fall des Apothekers, der 400 Frauen genannt hat, denen er zur Entfernung der Leibesfrucht verholfen hatte.

Dann die andere Gruppe von Tafsachen: Eine Mutter bringt ihr Siebenmonatskind zur Welt, läßt es verhungern und wird mit einem Jahr Gefängnis ohne Bewährungsfrist bestraft. Nun ist sie vom neuen Schwanger. Eine andere: sie ertränkt ihr Kind im Klosett, aus Furcht, ihre Stellung zu verlieren — zwei Jahre Gefängnis ohne Bewährungsfrist. Eine dritte: sie verbrennt ihr Kind. Eine Mutter begehrt da in ihrer Verzweiflung die unmenschliche Tat und wird dafür zum Tode verurteilt. Das Mittelalter scheint erstanden, — doch die Strafkammer selbst geht um Gnade an. Eine vierte erpart den Richtern das Urteil: sie geht freiwillig aus dem Leben, nimmt ihre beiden Kinder mit, sie hat ihr Neugeborenes verbrannt und fürchtet sich vor der Strafe. —

Bald sieht man ein Neugeborenes aus dem Wasser, bald findet man es ausgelegt in einem Hausflur, bald spielen Kinder Ball mit einem Paket, das von den Fußstößen aufgerissen, eine Kindesleiche offenbart. Was aber tun, wenn die Mutterinstinkte sich gegen die Tötung aufbäumen? Da läßt man das Kind im Hausflur liegen und lauert an der Straßenecke, ob nicht fremde Leute es aufheben würden; da bittet man eine gutgekleidete unbekante Dame, für einen Augenblick ein Paket zu halten und entfernt sich; die findet darin hinterher zu ihrem Erstaunen ein Neugeborenes und einen Zettel dazu: „Bitte, seien Sie mir nicht böse, ich kann das Kind nicht aufziehen.“ So klagen die nackten Tafsachen an und wie viel Leid bergen sie in sich. Man kann wohl sagen: „Opfer fallen hier, Menschenopfer unerhört.“

Die Frau muß ihr Recht fordern. Ihr Recht, Mutter sein zu dürfen, — und wenn sie es im Bewußtsein ihrer Mutter- und Erziehungspflichten nicht sein will, ihr Recht, Mutter nicht werden zu dürfen. Es muß gestattet sein, aus Gründen der sozialen Selbsterhaltung und Selbstbehauptung, im Interesse der Gesundheit der Frau und des Rassenaufstieges des Volkes — denn, was kann das für ein Geschlecht werden, das unter der heutigen Not ausgetragen, geboren und großgezogen wird — die weiteste Aufklärung über die unschädlichen und sicher wirkenden Mittel gegen die Empfängnis in die breitesten Massen der Bevölkerung zu tragen. Die Gesetzesparagrafen, die die Verbreitung von Mitteln gegen die Empfängnis und die Abtreibung verbieten, sind unsittlich; sie sind auch sinnwidrig, weil sie die Bevölkerung doch nicht daran hindern, die Mittel zu brauchen und zur Abtreibung zu greifen; sie sind grausam, weil sie bauerndes Siechtum und Tod der Opfer durch Kurpfuscher herbeiführen, Menschen- und Eheglück zerstören. Der neue Reichstag wird dafür zu sorgen haben, daß das verwirklicht wird, was schon seit langem Ärzte und Strafrechtsexperten fordern. Aber die Frau muß dafür Sorge tragen, daß solch ein Reichstag zustande kommt! Justus.

Wes ist der Erdenraum?

Wes ist der Erdenraum? Des Fleisigen.

Wes ist die Herrschaft? Des Verständigen.

Wes sei die Macht? Wir wünschen alle, nur des Gütigen, des Milden.

Recht und Mut verzehrt sich selber.

Der Friedfertige bleibt und errettet.

Nur der Weisere soll unser Vormund sein.

Die Kette zieht den Menschen nicht und minder noch das Schwerherden.

Worte für die Ewigkeit.

Für den Mann, der im öffentlichen Leben mit einer Welt von Sognern im Kampfe liegt, ist es nicht gleichgültig, wes Geistes Kind die Frau ist, die an seiner Seite steht. Je nachdem kann sie eine Stütze und eine Förderin seiner Bestrebungen oder ein Bleigewicht und ein Hemmnis für ihn sein.

„Aug. Bebel, „Aus meinem Leben“.

Wer rückwärts sieht, gibt sich verloren; wer lebt und leben will, muß vorwärts sehen. Für alles Schöne, das vergeht, bleibt eine Welt von Schönheit, in die man eingehen kann.

Ricarda Sch.

Vom Zeitungslernen.

Es war Ende März gegen Mittag auf dem Bahnsteig des Charlottenburger Bahnhofes, als ich beim Zeitungshändler den „Vorwärts“ verlangte, denn ich hatte keinerlei festes Einkommen und konnte mir unsere Zeitung nur hin und wieder kaufen.

Der Zeitungsvorkäufer sagte kurz „ausverkauft“ und ich wandte mich ab, denn für ein anderes Blatt möchte ich keine 15 Goldpfennige opfern. — Ein Arbeiter mit dem Rucksack auf dem Rücken trat zu mir, er hatte sich am Zeitungstand die illustrierten Blätter angesehen, und sagte: „Da, nehmen Sie meinen „Vorwärts“, ich habe ihn gelesen und nun können Sie ihn gern haben.“ Ich danke ihm und bot ihm die 15 Pfennig, die ich noch in der Hand hatte, dafür an; doch lachend wehrte er das Geld ab und fuhr mit dem nächsten Zuge fort. Ich stieg in den anderen Zug und dachte über dieses kleine Erlebnis nach und freute mich darüber. Doch noch eine andere tiefe Lehre ist aus diesem kleinen Begebnis gewachsen, nämlich, daß wir viel mehr einander helfen und geben können, als wir es in Wirklichkeit tun. Fangen wir mit unserer Zeitung an. Bei den erbärmlichen Arbeits- und Lohnverhältnissen jetzt ist es eben mancher Familie nicht möglich, regelmäßig im voraus 70 Goldpfennige wöchentlich für die Zeitung zu bezahlen. Und da bin ich nun, wo ich mir den „Vorwärts“ jetzt für den ganzen Monat bestellen konnte, zu folgendem gekommen. Wenn ich zu meiner Dienststelle fahre und in der Ringbahn ein anderer Mensch, der neben mir sitzt, sehr interessiert aus meiner Zeitung mitzulesen versucht, dann gebe ich ihm gleich ein Blatt davon ab, und stets fand ich frohes Erstaunen und frohen Dank und der andere liest mit ganz besonderem Interesse in der geschenkten Zeitung. Und wenn es mal kein Genosse ist, der sie auf diese Weise erhält, dann ist die Lektüre und der selbsterständliche Gemeinschaftsinn erst recht nützlich.

Mehr Körperkultur.

Die politische Gleichberechtigung hat leider noch nicht dazu geführt, dem weiblichen Geschlecht eine höhere Stellung im Kulturleben zu geben. Wenn die Frauen einen erhöhten Einfluß auf unsere Kulturwelt gewinnen wollen, so müssen sie vor allem ihre geistigen Eigenschaften ausbilden, aber auch ihre äußere Erscheinung muß den Männern Hochachtung und Anerkennung bringen.

Ich denke dabei nicht an die Zerrbilder der Weiblichkeit, die heute in den Straßen, den Cafés, den Theatern und Konzerten der Großstadt ihre Reize zur Schau tragen. Jedem Mann mit einigermaßen gelunden Sinnen müßte ob solcher Verzerrung schaudern. Das sind schlimme Auswüchse einer kranken Kultur. Meine Kritik gilt jenen Frauen, die aufopfernde Mütter und prächtige Hausfrauen sind. Aus Mangel an Zeit, Bequemlichkeit oder Gewohnheit vernachlässigen sie ihren Körper. Trotzdem sie an Unterleibsstörungen und anderen Beschwerden leiden, trennen sie sich nicht von ihrem geliebten Korsett. Die Abnahme ihrer Körperkräfte und der Elastizität, das Dickwerden nehmen sie als etwas „Notwendiges“ hin, sie sehen darin eine Erscheinung des herannahenden Alters, obwohl sie erst einige vierzig sind, wird die Arbeit ihnen schwer.

Auch der reiferen Frau ist eine leichte Sportbetätigung nicht schädlich, ja sie kann, in vernünftigen Grenzen gehalten, gesundheitlich gewinnbringend sein. Gerade in dieser Beziehung ist ja die ältere Frau in ihrer Jugend zu kurz gekommen. Früher hat es sich für ein junges Mädchen, auch wenn sie zur Arbeiterkategorie gehörte, kaum „geschickt“, zu schwimmen, gymnastisch zu turnen oder zu radeln. Da mußte man sich mit Handarbeiten die Augen verderben oder im dumpfigen Ballsaal unter Aufsicht der Mütter mit seifigschmierter Taille sich im Kreise herumdrehen und dazu die staubgeschwängerte Luft einatmen.

Durch den Besuch von Kursen für Gymnastik und Körperkultur, die es heute überall gibt, könnten reifere Frauen sich eine Grundlage schaffen, auf der erfolgreich weitergebaut werden kann. Leider bleiben jene mit dem vernachlässigten Körper entweder aus Sparsamkeit, Zeitmangel oder aus falscher Scham solchen Kursen fern, und doch hat jede Frau es notwendig, dem frühen Verfall ihres Körpers durch tägliche gymnastische Übungen entgegenzuarbeiten. Ich kann nur den Rat geben, sich unter Anleitung einer guten Lehrerin ein Eigensystem zusammenzustellen und von den ungenühten Viertelstunden täglich eine der Körpergymnastik zu widmen. Mit Freuden wird man gar bald bemerken, wie sich der vorher so schwerfällige Körper dehnt, wie die Muskeln sich ausstrecken, die Arbeit leichter und die Gesamtsinnung gehobener wird. Um die Energie, die beim Alleinüben leicht erlahmt, immer wieder anzufachen, sollte jede Frau, die es irgend ermöglichen kann, sich täglich Bewegung im Freien durch ruhiges Spazierengehen, bei dem tief und mit geschlossenem Mund geatmet wird, verschaffen.

Die Frau muß frei werden . . .

Die Frau muß befreit werden aus der Stellung, die sie einnimmt und die alle Gefühlshenckel und äußere gute Erziehung nicht verdecken kann, die sie zwischen Tier und Ware stellt, wo sie noch mit Würde, Tugend und Ideal besetzt wird. Der Mann soll nichts weiter Besonderes in ihr sehen, als was sie selbst in sich sieht, und soll keinen Stolz mehr darin finden, ein einäugiger König unter Blinden zu sein.

H o l z a m m e r.

Schwierige Auswahl.

Allindische Heiratsregeln.

Wenn er sich mit einer Frau vermählen will, muß er sorgfältig folgende zehn Familien vermeiden, sie mögen auch noch so vornehm und reich an Kühen, Ziegen Schafen, Gold und Getreide sein:

Die Familie, welche die vorgeschriebenen religiösen Zeremonien verabsäumt hat; die, welche keine männlichen Erben hat; die, in welcher der Weda nicht gelesen wird; die, welche dickes Haar auf dem Leibe hat; und diejenigen Familien, welche zu Hämorrhoiden, Schwindfucht, schlechter Verdauung, fallender Sucht, Ausfall und geschwollenen Beinen geneigt sind.

Eine Jungfrau mit rötlichen Haaren oder irgend einem ungestalteten Gliede, eine von Natur kränkliche, eine, die zu viele oder keine Haupthaare hat, eine, die unerträglich geschwähig ist oder die entzündete Augen hat, soll er nicht heiraten.

Noch eine, die den Namen eines Bestirns, eines Baumes, eines Flusses, einer barbarischen Nation, eines Berges, eines geflügelten Tieres, einer Schlange oder eines Sklaven hat oder deren Namen etwas Entsetzenerregendes bezeichnet.

Er muß eine Jungfrau zur Frau wählen, deren Gestalt keinen Fehler, und die einen angenehmen Namen hat, deren Gang von Anstand, so wie der Gang eines Flamingo oder eines jungen Elefanten ist; deren Haar und Zähne sowohl an Stärke als Größe das Mittel halten, und deren Körper vorzüglich weich ist.

Kein verständiger Mann heirate eine Frau, die keinen Bruder hat oder deren Vater nicht hinlänglich bekannt ist, weil er sonst im ersten Falle zu befürchten hat, daß der Vater ihren ersten Sohn, als seinen eigenen, zur Volkziehung seines Velehenbegünstigten nehmen werde, und im zweiten, daß die gestiftete Ehe unerlaubt sei.

Zur ersten Ehe der wiedergeborenen Klassen wird eine Frau aus der nämlichen Klasse empfohlen; oder diejenigen, welche Neigung haben, wieder zu heiraten, müssen Frauen, wie sie nach den Klassen aufeinander folgen, den Vorzug geben.

M a n u, Hindu-Befehlsbuch.

Praktische Winke

Die Zitrone im Haushalt. Da neuerdings wieder die Zitrone für billiges Geld zu haben ist und gerade jetzt wirklich schöne Früchte auf den Markt kommen, so wird es viele Hausfrauen vielleicht interessieren, allerlei über ihre Verwendbarkeit zu erfahren. Zunächst sollte man jede Zitrone, deren Schale nicht abgerieben in den Kochenteig kommt, dünn abschälen, diese Abschnitte trocknen und für späteren Gebrauch in wohlverschlossenen Gefäßen aufbewahren. Sie eignen sich ganz vorzüglich zum Würzen von Milchreis, Apfelsuppe, Apfelsin, Brotsuppe usw. Mit dem Fleisch der Zitrone reinigt man ferner die Hände von Obst- oder Tintenflecken; auch lassen sich blindgewordene Metallgegenstände damit säubern. Unbezahbar ist die Zitrone in Krankheitsfällen. Als Limonade wirkt sie beruhigend bei Fieberzuständen, heißes Zitronenwasser mit Jucker hilft Erkältungen überwinden. Der Saft einer gebadenen Zitrone mit der gleichen Menge Honig vermischt, lindert böse Hustenanfälle. Wer an geschwollenen oder entzündeten Ballen leidet, sollte nur eine entkernte, abgeschälte Zitronenschale auf die kranke Stelle legen, einen weißen Strumpf darüber ziehen, ohne die Schale zu verschieben und während der Nacht anbehalten. Entzündung und Geschwulst werden sich durch dieses einfache Mittel schnell verlieren. Auch beim Wachsen der Kopfhaut und der Haare empfiehlt es sich, an Stelle der Seife Zitrone zu nehmen. Man feuchte den Kopf mit warmem Wasser gut an und reibe dann die ganze Kopfhaut mit Zitronenschalen tüchtig ab. Zuletzt spüle mit warmem Wasser, dem man etwas Borax beifügt, gründlich nach. Rostflecken entfernt man am besten und ohne dem Gewebe zu schaden, wenn man auf die Flecken Zitronensaft träufelt, diesen eintrocknen läßt und das Verfahren so oft wiederholt, bis die Flecken verschwunden sind. Gegenüber chemischen Mitteln hat dieses Verfahren den Vorzug, daß es den Stoff nicht angreift.

Einfaches Kaffeegebäck. Zutaten: 200 Gramm Mehl, 200 Gramm Hafersloden, 60 Gramm Butter oder Pflanzenfett, 1 Tasse Milch, 1 Ei, 1 Päckchen Backpulver. Die Butter läßt man zergehen, gibt Ei und Zucker hinzu, dann langsam Mehl, Hafersloden und Milch, knete den Teig und füge dann zuletzt das in Milch aufgelöste Backpulver darunter und verarbeite alles nochmals. Den Teig welle man auf ein gefettetes Blech, schneide mit einem Backrädchen schräge Ecken, die mit Wasser oder Milch gut bestrichen und mit feinem Zucker bestreut werden. — Backzeit zirka 25 Minuten, bei guter Hitze.

Wie macht man Schuhwerk wasserdicht? Um Schuhwerk wasserdicht zu machen, bereite man sich ein in Schmelzen vereinigtes Gemenge von 100 Gramm gelber Baseline und 100 Gramm Zeresin; in Ermangelung des letzteren genügt auch die gleiche Menge gereinigten Bienenwachses. Mit dieser Mischung bestreife man wiederholt das wasserdicht zu machende Schuhwerk, das zuvor etwas erwärmt wurde. Das zum erstenmal aufgetragene wird ziemlich spurlos im Leder verschwinden, weshalb man mehrere aufstreichen muß, um wirklich zu erreichen, daß das Schuhwerk wasserdicht wird. — Gleichzeitig ist dieses Gemenge ein gutes Lederkonservierungsmittel.

Hafersloden-Kaffee. Ein Pfund Hafersloden, ein Pfund Mehl, ein reichlicher Eßlöffel Fett, ein halbes Pfund Zucker, ein halbes Backpulver, ein Paket Vanillezucker und etwas Milch werden zu einem Teig gut verarbeitet, ausgerollt und mit Formen ausgestoßen. Im Ofen lichtbraun backen.

Aphorismen über Frauen.

In einem alten Roman des 15. Jahrhunderts liest man folgendes: „Und wißt ihr, was der Frauen Herz begehrt? Es tut stets nur, was man ihm streng verwehrt.“

Chamfort sagte: „Das Weib ist eurem Schatten gleich; es flieht, wenn ihr ihm folgt und sucht euch, wenn ihr selbst es flieht.“

Ein dem König Salomo zugeschriebener Spruch sagt: „Die Frau gleicht dem Jägerneze: ihr Herz ist eine Grube und ihre Hände Fallen. Wer Gott gefällt, der wird ihr entrinnen, aber der Sünder wird durch sie gefangen.“

Plato sagte in seinem Gastmahl: „Feige Männer, welche im Leben ungerecht waren, werden bei ihrer Wiedergeburt aller Wahrscheinlichkeit nach in Frauen verwandelt werden.“

Ludwig Börne: „Ein mutiges Weib ist so häßlich wie ein furchtsamer Mann.“ — „Die gefährlichste Waffe der Weiber ist der Mund, sie mögen ihn zum Reden oder zum Schweigen gebrauchen.“

Alte Weisheit für die Jetztzeit. „Man zog einmal aus in einen Krieg mit großen Büchsen und mit viel Gewehren, wie es denn Sitte ist; da stand ein Narr da und fragte, was Lebens das wäre? Man sprach: Die ziehen in den Krieg! Der Narr sprach: Was tut man im Krieg? Man sprach: Man verbrennt Dörfer und gewinnt Städte und verdirbt Wein und Korn und schlägt einander todt. Der Narr sprach: Warum geschieht das? Sie sprachen: Damit man Frieden mache! Da sprach der Narr: Es wäre besser, man machte vorher Frieden, damit solcher Schaden vermieden bliebe. Wenn es mir nachginge, so würde ich vor dem Schaden Frieden machen und nicht danach; darum so bin ich witziger als eure Herren.“

Bruder Johannes Pauli: „Schimpf und Ernst“. 1522.

Die größten Geschmacklosigkeiten. Deutschland ist arm, bitter arm. Tausende, viele Tausende hungern und frieren. Sie leiden seelisch ebenso bitter. Aber niemals trug „die elegante Frau“ so kostbare Pelz- und Schmuckstücke wie heute. Das sind die größten Geschmacklosigkeiten in unserer Zeit. Egoismus und Gedankenlosigkeit, diese beiden unsozialen und häßlichen Schwestern beherrschen die Gegenwart. E. K. A.

Plattdeutscher Humor. Einige lustige Geschichten von der Waterkant werden im Hamburger „Quackborn“ erzählt: Was ist ein Geist? Dot will der Lehrer seinen Jungs klarmachen: „Ein Geist ist ein Wesen, das weder Fleisch noch Knochen hat. Na, Witt,

wolltest du was fragen?“ „Jo, ich meen man: is en Bannlofen denn ot een Geest?“ — Woter dacht. Wat heft de denn for Stebeln an? — Ja, du, dat is wat feines: Seehundsstebeln! — So? Holt de denn dacht? — Dor kannst op aff! Oder heft all mal sehn, dat en Seehund vull Woter lopen is? — Gornix bi. „Dor schrifft dat Blatt lang und breet über de Froo, de hunnert Joer oft worden is — wat is dor nur groot bi: mien Rudder, wenn de noch leben dä, de weer nu all hunneriunsiem!“

Bei Tag und bei Nacht. Zu zwei unverheirateten Damen — sehr penibel und sehr furchtsam — kommt ein ganz harmloser Bettler. Beide Damen natürlich sehr entsetzt. Endlich ermannet sich die mutigere und öffnet die Tür; die andere steckt sich dahinter — Geld geben sie „grundsätzlich“ nicht, und so bittet der Mann schließlich um ein Paar abgelegte Hosen. Darauf die Beherzte: „Wir haben keinen Mann im Hause, gehen Sie nur.“ Nun aber bekommt sie es doch mit der Angst zu tun. Der bräut sicher diese Nacht ein, wo er nun weiß, daß kein Mann im Hause ist! Und kurz entschlossen öffnet Fräulein Linchen das Fenster und ruft dem Bettler zu: „Hören Sie, aber nachts, da haben wir einen!“

Was muß ein Mädchen vor der Ehe wissen? Es war einmal ein Buchhändler — aber die Geschichte hat sich, wenn auch schon in der Zeit vor dem Kriege, tatsächlich zugetragen und ist kein Märchen —, also es war einmal ein Buchhändler, der ließ in einer großen Anzahl von Tageszeitungen Anzeigen erscheinen, die folgenden Wortlaut hatten: „Was muß ein junges Mädchen vor der Ehe wissen? Ausführliches Werk gegen Nachnahme von 2,40 M.“ — Der Mann erhielt über 25 000 Bestellungen. Er wurde von einigen Buchhändlern auf Unterlassung seiner Anzeige verklagt, konnte aber stolz erklären, daß er all seine Bestellerinnen zu deren offenbarer Zufriedenheit bedient habe, hätte sich doch von all den 25 000 keine beschwert. Und man muß es dem Mann lassen: er hat sich sehr darum verdient gemacht, daß sich diese heimatlustigen Mädchen in die wichtigsten Hausfrauenpflichten einweihen konnten. Denn — das eben ist der Witz bei dieser Geschichte — was die Bestellerinnen unter Nachnahme von 2,40 M. von jenem geschäftstüchtigen Buchhändler geschickt bekamen, war — ein Kochbuch!

Weisheit aus Kindermund. Ettehard ist vier Jahre alt. Allabendlich betet er: „Ich bin klein, mein Herz ist rein, soll niemand drin wohnen, als Jesus allein — aber auch Bati und Mutti, Inge und Gerda, meine alte Lina und der liebe Johann und —.“ Da unterbricht ihn Mutti und sagt: „Es sind so viele, Ette, könntest du nicht wenigstens den Johann weglassen?“ Ette heult: „Nun soll ich meinen guten Johann weglassen, wo doch der Herr Jesus drin wohnt, den ich gar nicht kenne.“

Für unsere Kinder

Der Stern.

Heute nacht bin ich in den Himmel gestiegen,
heimlich zum Guckfenster hineingetrochen
und hab mir mit diesem Rütteln und Biegen
einen biden Stern aus der Milchstraße herausgebrochen!
Die Englein schliefen in ihrem Neße
so unsagbar fest!

Ich hab gelacht
und mich schnell davongemacht,
bin unter Hüschen und Duden
zum Himmelshaus
zur Tür hinaus
mit dem glühenden Stern in der Hand
in mein Stübchen gerannt:
Den Stern hab ich doch!
Und nun ist im Himmel ein großes, bides, finsternes Loch.
Den Stern aber schenk ich meinem Kindchen, dem lieben.
Werden die Englein morgen verwundert gucken:
Wo ist nur das Sternchen geblieben?

Emil Rath.

Die menschliche Familie.

Kinder, alle haben einander nötig und arbeiten einer für den andern.

Wer hat euer Haus gebaut? — Euer Vater nicht, sondern der Maurer.

Wer hat das Getreide gesäet, woraus man das Brot macht? Der Ackerer.

Und das Leinen, das eure Mutter näht, um euch Hemden zu machen? Hat sie es gewebt? — Nein, sondern der Weber.

Und wer hat eure Schuhe gemacht? — Der Schuster. Ihr seht also, wie sehr die Menschen sich gegenseitig nützen. Was würdest du machen, wenn du ganz allein auf eine öde Insel gesetzt würdest? Keiner von uns kann die Hilfe der anderen Menschen und seiner Mitbürger entbehren. Lieben wir uns darum alle wie Brüder.

(Aus einem französischen Schulbuch.)

Das Dithmarische Lügenmärchen.

Ich will euch etwas erzählen. Ich sah zwei gebratene Hühner fliegen. Flogen schnell und hatten die Flügel gen Himmel gelehrt, die Rücken nach der Hölle, und ein Amboss und ein Mühlstein schwammen über den Rhein, fein langsam und leise, und ein Frosch sah und fraß eine Pflugschar zu Pfingsten auf dem Eis. Da waren drei Kerle, wollten einen Hasen fangen, gingen auf Krüden und Stelzen, der eine war taub, der andere blind, der dritte stumm und der vierte konnte keinen Fuß rühren. Wollt ihr wissen, wie das geschah? Der Blinde sah zuerst den Hasen über Feld traben, der Stumme rief dem Lahmen zu, und der Lahme faßte ihn beim Kragen. Eilige, die wollten zu Land segeln und spannten die Segel im Wind und schifften über große Acker hin; da segelten sie über einen hohen Berg, da mußten sie eilendig erlaufen. Ein Krebs jagte einen Hasen in die Flucht, und hoch auf dem Dach lag eine Kuh, die war hinaufgestiegen. In dem Lande sind die Fliegen so groß als hier die Ziegen. Mache das Fenster auf, damit die Lügen herausfliegen. Gebr. Grimm.

Erstes Rätsel.

Ich traf im Wald den Mann allein,
Das dürfte ein Einszweidrei sein!
So dacht' ich. Doch als ich ihn fragte,
Er mir doch etwas anderes sagte;
Wies mit der Hand zum Wald hinaus.
Eins Zweidrei bin ich; dort mein Haus.

Zweites Rätsel.

Zwei Herren standen am Meeresstrand,
Sie hatten einen Plan in der Hand,
Der eine warf ab und zu mal ein Wort hin,
Der andre wies dahin und manchmal auch dahin
Und als ich horchte, da ward es mir klar,
Daß von einer . ee . die . e . war.

Auflösung der Rätsel aus voriger Nummer: 1. Berstedt- rätsel: Alle Vögel sind schon da. — 2. Zahlenrätsel: Ost, Sieb, Leer, Eis, Reis, Fell, Erz, Rab, Zin, Ems, Reid = Osterferien. — 3. Magisches Quadrat: Dame, Adam, Mafi, Emil.