Orthopädie in der Familie.

Eine gute Körperhaltung ist die nothwendige Vorbedingung für die freie Entfaltung aller edlen Organe. Die schlechte Haltung ist meist üble Angewohnheit, Nachlässigkeit, führt aber unfehlbar zu dauernder Entstellung. Eltern können nicht genug auf die Haltung ihrer Kinder Acht geben, nicht oft genug ihnen die Mahnung zurufen: „Halte dich gerade!" Ein französischer Hygieniker, Fernand Lagrange, schreibt darüber einen beherzigenswerthen Artikel, in dem er ausführt: „Im frühesten Alter sind die Spiele in freier Luft von größtem Nutzen, denn sie beruhen alle auf der Bewegung des Laufens, und das ist die geeignetste Körperübung, um die Athmung zu heben und das Blut mit der größtmöglichen Menge Sauerstoffs zu versehen. Sodann aber sind die Laufübungen auch direkt in orthopädischem Sinne nützlich, sie stärken die Wirbelsäule, die Haltung des Körpers ist beim Laufen die denkbar günstigste. Die Lieblingshaltung des Kindes ist immer so, daß sie eine Verkrümmung der Wirbelsäule zur Folge haben muß, wenn dem nicht bei Zeiten entgegengetreten wird; denn die Rückenmuskeln sind beim Kinde äußerst schwach, unthätig, energielos und geben die Wirbelsäule allen Eindrücken preis, die dauernd auf sie wirken. Darum ist es vor Allem wichtig, daß das Kind seine Haltung so oft wie möglich ändert, dabei aber immer wieder zu geraden, gestreckten Stellungen angehalten wird. Man kann gar nicht genug darin thun — ja man mag es getrost bis zur Nörgelei treiben—, jede Sekunde dem Kinde zurufen: „Sitz, steh, geh gerade!" Diese unausgesetzten Mahnungen sind der allerwesentlichste Theil der häuslichen Rückengymnastik. Die Muskeln der fortwährend Gemahnten fangen endlich an, mit größerer Energie zu arbeiten, sie gewinnen an Kraft, beginnen ihre Funktionen als Stütze der Wirbelsäule zu erfüllen. Wenn das Kind willfährig war und die Eltern hinlänglich aufmerksam gewesen sind, wird gerade diese Gymnastik nach der Formel „Sitz oder steh oder geh gerade!" die allerbeste Orthopädie gewesen sein. Wir sehen's ja am Militär, was die Körperdressur durch's bloße Wort bedeutet. „Stillgestanden!" erschallt das Kommando, und die eben noch schlaffen Gliedmaßen und die Wirbelsäule ganz im besonderen straffen sich zur höchsten Spannkraft, zu stahlharter Festigkeit. Für junge Leute von schlechter Körperhaltung ist der militärische Drill von wunderbarer Wirkung. Meist schon nach einem Monat des Militärdienstes hat die Wirbelsäule eine Festigkeit erhalten, als wäre ein plötzliches Wachsthum in sie gekommen, während sie sich doch bloß gereckt und gestreckt und an Haltung gewöhnt hat. Außerordentlich empfehlenswerth ist für Kinder, die zu schlechter Haltung geneigt sind, der orthopädische „schwedische Gürtel" von Tydmann, der zugleich jungen Mädchen allerlei equilibristische Uebungen gestattet, wie das Tragen leichter Gegenstände auf dem Kopf u. s. w. — Ferner sind als orthopädische Hausmittel alle die Jongleurspiele zu empfehlen, die stehend ausgeführt werden, wie Ballspiel, Tragen eines aufrecht stehenden Stabes auf der Fingerspitze oder dem Kinn. Sie alle zwingen zu einer sehr geraden, gestreckten Haltung der Wirbelsäule.

„Oesterreichische Aerzte, die gleich den Schweden sehr tüchtige Orthopädiker sind, haben beobachtet, daß, je ausgesprochener die Rückgratverkrümmung eines Menschen ist, um so weniger der Kranke ein Bewußtsein davon hat, wieviel er sich strecken muß, um eine gerade Figur zu machen. Meistens wird er noch eben so krumm erscheinen wie vorher, nachdem er schon geglaubt hat, die äußerst mögliche Streckung ausgeführt zu haben. Wenn man einem Kinde mit vernachlässigter Körperhaltung sagt: „Sitz, steh, geh gerade!" dann wird man die Erfahrung machen, daß es aus eigener Anstrengung sich gar nicht mehr gerade strecken kann, man wird mit den Händen nachhelfen müssen. Will man das Kind überzeugen, so muß man es vor einen Spiegel stellen. Ueberhaupt ist der Spiegel vielleicht das werthvollste Hilfsmittel bei der Angewöhnung einer geraden Körperhaltung, und die Mütter werden gut thun, einen weisen Gebrauch von ihm für orthopädische Zwecke zu machen."

— Schwäbischer Humor. In einer schwäbischen Zeitung war unter den Lokalneuigkeiten zu lesen, daß sich ein achtzigjähriger Greis in einem Wirthschaftsgarten vor der Stadt vergiftet habe, wozu ein Witzbold bemerkte: „Ha, dees wurd in's Pantscher's Ga'ta gewea sei'; dau ka' oiner scho' hi wer'a, wenn er von deam sei'm Bier sauft; er braucht grad' koine achtz'g Johr' z' sei'."

— Immer Pessimist. Buchhalter (zum Principal): Ich denke, wir acceptiren den jungen Mann, er ist zwar noch etwas klein, aber verspricht noch Wachsthum. — Principal: Wie haißt, er verspricht — wird er's aber auch halten?

— Kindermund. Die kleine Else: „Ach, Herr Doktor, Sie haben sich mit Schwester Käthe verlobt! O, so'n Verloben muß doch schön sein." — Doktor: „Warum, Du kleiner Naseweis?" — Else: „Käthe thut's nämlich schon zum dritten Mal."

— Er und sie vor Gericht. Richter: Ihr Alter? — Junge Frau (auf ihren alten Mann deutend): Hier steht er — aber im Vertrauen, so hört er sich nicht gerne rufen!

Nord- und Süddeutsch.

Novellette von Otto Girndt.

„Ein schrecklicher Mann!" Mit dem Ausruf stürmte die lebhafte Frau Anna in das Atelier ihres Gatten. Hans Düben hatte sich seit Jahren in München als Maler niedergelassen; er war ein geborener Mecklenburger, Anna rühmte sich, ein Berliner Kind zu sein.

Düben unterbrach seine Thätigkeit an der Staffelei und wandte den Kopf nach der Dame, auf dem nicht mehr die volle Jugend, doch ein unverwelklicher Liebreiz blühte, der Abglanz eines gesunden, frischen Herzens. Anna riß den Hut herunter, warf ihn auf den nächsten Stuhl und strich sich, Athem schöpfend, das Haar aus der Stirn, während der Maler ruhig fragte: „Gilt das mir?"

„Ach wo, Dir!" wies sie mit halb schmollender Miene seine Annahme zurück, näherte sich schnell und küßte ihn, ohne die Vorsicht vor den feuchten Farben auf seiner Palette zu vergessen. „Du bist ein lieber Kerl, aber Dein College Bruck ist ein Ungeheuer!"

Düben sah sie verwundert an.

„Karl Bruck? Erlaube, ich kenne ihn nur als tüchtigen Künstler und guten Kameraden."

„Ein Ungeheuer gegen seine Frau!" erklärte Anna. „Meine arme Franziska! Das hat sie nun davon, daß sie ihre Jugendliebe sechzehn Jahre lang im Herzen getragen und, als sie ihn in Berchtesgaden wiedergesehen, seine späte Werbung angenommen. Er ist inzwischen verheirathet gewesen —"

„Die Geschichte," schnitt Hans ihr den Faden ab, „kenne ich doch? Als Bruck das erste Mal um Deine Freundin freite, wies ihr Vater den armen Teufel ab; nun sind die gereiften Leute eben doch noch zusammen gekommen. Was thut er ihr denn zu Leide?"

„Zu Liebe thut er nichts!" betonte Anna. „Abends geht er in seinen Bräu, und sie sitzt allein zu Hause."

„Das ließest Du Dir nicht gefallen", sagte Düben.

Sie warf den Kopf in den Nacken. „Gewiß nicht, Hans! Diese süddeutsche Art der Männer, ihre Frauen zu vernachlässigen, ist unausstehlich!"

Er lächelte. „Ich dächte, in unserer Heimath sähe man die Männer auch allein in den Bierhäusern. Ich habe Dich nur verwöhnt." Ein strafender Blick traf ihn, so daß er einlenkte:

„Nein, nein, Scherz bei Seite, Du hast es von Anfang unserer Ehe an verstanden, mir das Haus anziehender zu machen als jedes öffentliche Lokal."

„In der Hinsicht," versetzte sie, „thut Franziska ebenso alles Mögliche, doch Bruck erkennt es nicht an. Es kann leicht kommen, daß sie sich von der Seite eines so stumpfen Mannes in den Norden zurücksehnt."

„Möchtest Du in den Norden zurück?" fragte Düben.

„Das will ich damit nicht gesagt haben," antwortete Anna. „Es lebt sich hier in mancher Beziehung angenehmer, namentlich für Künstler. Der Kunsthändler kauft Dir Deine Bilder schon auf der Staffelei ab, er macht dabei immer noch sein gutes Geschäft!" setzte sie rasch hinzu.

„Der Mann will doch auch leben!" meinte der Maler. „Aber wenn Deine Franziska über weiter nichts zu klagen hat, als daß Bruck in den Bräu geht?"

„Ja, wäre es das allein!" eiferte Anna von Neuem. „Er ist ein solches Gewohnheitsthier, daß ihm sogar Franziska's neue Wohnungseinrichtung, die sie aus ihren Mitteln angeschafft, Unbehagen verursacht. Seine alten, wurmstichigen Möbel mit den mottenzerfressenen Ueberzügen sollten ihr heilig sein! Welcher Frau von Geschmack ist das zuzumuthen?"

„Und da hat es Streit gegeben?" fragte Düben.

Sie wiegte den Kopf hin und her. „Streit! Wo denkst Du hin bei Franziska's Lammesnatur? Sie gibt leider in Allem nach, das ist ihr Unglück. Statt ihm rund heraus zu sagen: „So will ich's, so muß es gemacht werden, so ist's recht, vom Hauswesen verstehst Du nichts," statt dessen duckt sie unter und schämt sich nur im Stillen über die Art, wie es bei ihnen zugeht. Ich hab' es selbst gesehen. Neulich Nachmittag komme ich zu ihr, sie sitzen gerade beim Kaffee. Meinst Du, sie hätte mir eine Tasse anbieten dürfen? Gott bewahre! Er wäre ja verkürzt worden. Und noch schlimmer! Franziska erzählt mir, wenn ein Bekannter ihren Mann aufsucht und Bruck läßt sich Bier holen, so fragt er den Gast: „Wollen Sie auch ein Krügel?" — „Ja," sagt der, greift in die Tasche und zahlt der Magd zwölf Pfennige."

Düben lachte hell auf: „Schatz, weißt Du denn nicht, daß es hier allgemein so Brauch ist?"

„Aber Franziska," rief Anna unwillig, „ist aus ihrem Lübeck her gewöhnt, daß man den Besuch bewirthet, und wird sich nie in diese Verhältnisse finden. Bei uns im Norden steht auf den Tischdecken eingestickt: „Für die Gäste immer das Beste!"

Hans zuckte die Achsel: „Ländlich, sittlich!"

„Nein, ländlich — schändlich, muß man hier sagen," verbesserte die gereizte Frau heftig.

„Liebe Seele," besänftigte er, „Bruck ist eine so gutmüthige Haut, daß er sicher auf Alles eingeht, was Franziska wünscht, wenn sie's ihm richtig vorstellt."

„Da kennst Du ihn schlecht, Hans! Dickköpfig, eigensinnig ist er, wie alle Süddeutschen, am Alten klebend, jeder Neuerung entschieden abgeneigt und in erster Linie immer nur auf seine Ruhe und Bequemlichkeit bedacht, daß ihm jo nichts in die Quere kommt, was ihn stört und herausreißt."

„Im Allgemeinen," erwiderte Düben, „ist das allerdings der süddeutsche Charakter: aber wenn die Leutchen einen kräftigen Anstoß von außen bekommen, der sie aus ihrer süßen Behaglichkeit aufrüttelt, sind sie ebenso rührig, wie das Volk bei uns, ja sie werden fuchswild und gingen dem Teufel selber zu Leibe, wenn es einen gäbe; das hat sich an den Baiern, Schwaben und Pfälzern im französischen Kriege gezeigt."

„So?" gab Anna zurück. „Sie bedürfen nur eines kräftigen Anstoßes? Dann besorge Du das einmal bei Deinem Bruck!"

Er war keineswegs so willfährig, wie sie erwartet. „Du bist die echte Berlinerin! Ueberall die Nase und Finger hineinstecken, Euch in fremde Angelegenheiten mischen —"

Sie ließ ihn nicht enden. „Weil wir hilfsbereit sind, weil uns fremdes Unglück rührt!"

„Und aussprechen laßt Ihr auch Keinen," bemerkte Düben, „immer fallt Ihr ins Wort."

Sie rümpfte ihr Stumpfnäschen, das zu dem Gesicht paßte, wie kein anderes gepaßt hätte, und erwiderte gekränkt: „Wenn ich so unangenehme Eigenschaften habe, wundert's mich nur, wie Du Dich überhaupt in mich verlieben konntest."

Er kniff ihr in's Ohr: „Kindskopf! Eitel seid Ihr aber auch, Ihr kritisirt Alles und Jeden mit unerbittlicher Schärfe, Euch aber soll Niemand kritisiren. Was willst Du denn nun eigentlich von Bruck, und welchen Anstoß soll ich ihm geben? Daß er künftig für seine Gäste das Bier bezahlt?"

Annas Empfindlichkeit war schon wieder verflogen; ihre Stimmungen wechselten im Handumdrehen, und kleine Reibereien gehörten bei ihr zum ehelichen Vergnügen. Sie nahm dem Maler Pinsel und Palette weg, hängte sich an seinen Arm und begann:

„Etwas ganz Anderes, Hänschen! Franziska ist durch ihren Philister so eingeschüchtert, daß sie sich fürchtet, nein, Du wirst es kaum für möglich halten!"

„Daß eine Frau sich vor ihrem Mann fürchtet? Nach meinen Erfahrungen — nein!" warf er scherzend hin.

„Denke Dir, ich finde sie in Thränen, zuerst will sie nicht mit der Sprache heraus, ich lasse aber nicht nach —"

„Sieht Dir ähnlich!" schaltete Düben ein.

„Bis ich höre, daß sie sich ängstigt, ihrem Mann zu gestehen, was jeden Andern glücklich machen würde." Düben errieth aus der Andeutung, um was es sich handelte. Anna sprach hastig weiter: „Franziska fürchtet, die Unruhe, die ein Kind verursacht, wird für Bruck ein entsetzlicher Gedanke sein. Da muß von unserer Seite etwas geschehen, Hans!"

„Von unserer?" fragte er gedehnt und fügte spöttisch hinzu: „Sollen wir etwa das Kind zu uns nehmen?"

Sie schlug ihm auf die Finger. „Ach, Unsinn! Ich nahm mir sofort vor, der armen Seele beizustehen, natürlich durfte Franziska nichts davon merken. Du mußt zu Bruck und ihm klar machen, wie ein Mann sich in solchem Fall zu benehmen hat."

Düben machte eine ablehnende Handbewegung. „Das wird ihm schon klar werden."

„Nein," widersprach sie, „von selbst wird dem nichts klar! Geh', Hans, thue es mir zu Liebe!" Und sie zupfte ihm schmeichelnd am Bart.

„Muß es gleich sein?" fragte er, schon nachgiebiger gestimmt. Sie nickte nur bittend, sie kannte ihre Macht über ihn. „Quälgeist!" brummte er, entledigte sich jedoch mit einem Ruck seiner Lodenjoppe.

Unterwegs überlegte er, wie das Ding am besten anzufangen sei; denn mit der Thür ins Haus fallen mochte er nicht. Er traf den Collegen ebenso thätig, wie er selbst zuvor gewesen, warf aber keinen Blick auf Brucks Arbeit, sondern forderte ihn zu einem Spaziergang in den Englischen Garten auf. Bruck lehnte ab, er habe keine Zeit.

„Und ich stehle mir die Zeit," erklärte Düben, „ich muß Dir etwas sagen."

„So red' hier!" verlangte Jener ziemlich mißmüthig und fuhr fort zu malen.

„Wir müssen im Freien sein," entgegnete der Mecklenburger, „die Angelegenheit ist ernst und betrifft Dich, Deine Frau darf uns nicht überraschen!" Bruck stutzte, wurde neugierig, da aber Düben nachdrücklich wiederholte, hier sei nicht der geeignete Ort für eine vertrauliche Mittheilung, entschloß er sich, zu folgen. Der große Park war zu dieser Stunde wenig besucht, die Beiden fanden bald eine gesame Allee, und Hans ging ans Werk, mit der Frage einleitend: „Du bist ein Bequemlichkeitsmensch, alter Sohn, thut Dir Deine Wiederverheirathung nicht leid?"

Bruck sah ihn befremdet an. „Ich hab's ja jetzt bequemer als vordem. Franziska läßt es nirgends fehlen."

„Ich denke, sie thut Dir zu viel!" fragte der Andere wiederum. „Mit ihrer neuen Zimmereinrichtung zum Beispiel sollst Du doch nicht zufrieden gewesen sein?"

„Weißt, bei mir braucht's zu Allem Zeit, bis ich mich d'ran gewöhne, jetzt gefällt mir's schon ganz gut."

„Hast Du ihr das gesagt?" forschte Düben.

„Nein, gesagt hab' ich nichts!"

„Das wärest Du ihr aber ebenso gut schuldig, mein Freund," belehrte ihn der Begleiter, „wie sie mitzunehmen, wenn Du ausgehst. Ich lasse meine Frau nur im Nothfall allein zu Hause."

Bruck blieb stehen. „Ja, warum red't Franziska nicht, wenn sie mit will? Hätt' ich denn 'was dagegen?"

Düben lächelte. „Sie soll reden, wenn Du den Mund nicht aufthust? Die Wünsche und Bedürfnisse seiner Frau muß man errathen."

„Wie kann ich?" vertheidigte sich Bruck. „Dazu bin ich zu schwerfällig."

„Deine Franziska aber," sprach Hans rasch, „ist zu zartfühlend, von Dir zu begehren, was Du ihr nicht anbietest. Sie fürchtet, es könnte Dir unangenehm sein. Und doch müßtest Du Dich in allen Stücken anders gewöhnen, wenn Ihr zum Exempel noch Kinder bekämt."

Bruck schüttelte den Kopf. „Kinder? Ich glaub's nimmer."

„Die Möglichkeit ist doch vorhanden," meinte Düben. „In dem Fall würdest Du außer Dir sein. Einen kleinen Störenfried, der Dir Tag und Nacht die Ohren vollschriee, ertrügest Du nicht."

Bruck warf sich verletzt in die Brust. „Hör' einmal, was denkst? Das Geschrei von meinem eigenen Kind nicht ertragen? Wär' ich dann einen Schuß Pulver werth?"

Der College legte ihm die Hand auf die Schulter. „Hab' ich Dich doch richtiger taxirt, als unsere Frauen! Meine hat es aus Deiner herausgeholt, ihr bangt davor, Dir zu gestehen, daß sie Dich beschenken wird."

Wie ein elektrischer Schlag durchfuhr es den Hörer. „Was sagst? Red'st wahr?" rief er. „Mir sollt' noch der Stolz werden, Vater zu heißen?"

Düben nickte. „Es steht Dir bevor!"

Da beschleunigte Bruck, der sonst nur sehr gemächlich zu gehen pflegte, seinen Schritt dermaßen, daß der Freund Mühe hatte, an seiner Seite zu bleiben, und bat: „Halt, halt, Du läufst ja furchtbar!"

Bruck winkte mit beiden Händen. „Bleib' dahinten, geh' heim, ich dank' Dir, lieber Bruder!" Und seiner Wohlbeleibtheit zum Trotz schoß er voraus und davon. Athemlos erreichte er Franziska's Zimmer. Sie saß mit einer Handarbeit am Fenster, auf ihrem stillen Gesicht lag ein Zug der Trauer. „Fränzel!" rief er, und da sie zusammenzuckte, beschwichtigte er rasch: „Erschrick nicht, um Gottes willen!" Ihre Hände ergreifend, nahm er den Ton sanften Vorwurfs an: „Mein liebes Fränzel, und du hast mir's nicht zuerst vertraut? Steht Dir die Freundin näher? Wenn Du mir ein Glück bescherst, woran ich bei unserem beiderseitigen Alter nimmer noch gedacht —"

„Du freust Dich, Karl?" unterbrach sie mit zitternder Stimme, aber aufleuchtenden Blickes.

„Ob's mich freut!" versicherte er, den Arm um ihren Nacken legend. Ohne zu fragen, wußte sie, wer ihm ihr Geheimniß entdeckt. Bruck zog einen Stuhl heran, er litt nicht, daß sie sich erhob, als bedürfte sie schon jetzt der größten Schonung. Er setzte sich dicht neben sie und streichelte ihre Wangen: „Jetzt behältst aber auch nichts mehr auf dem Herzen, oder läßt Dich gegen Andere aus, wenn Du Wünsche hast! Sieh, ich erfülle Dir Alles, was Du willst; nur errathen kann ich's nicht, wie der Düben meint, daß ich müßt'. Aber daß ich Dich rechtschaffen liebe, daran darfst nicht zweifeln, sonst thust Dir und mir weh! Ich hab' meine süddeutschen Eigenthümlichkeiten, aber auch mein süddeutsch Gemüth, und wenn Du Dich nicht glücklich bei mir fühltest, wär ich ein unglücklicher Mensch!"

Jedes seiner herzlichen Worte drang belebend in Franziska's Seele. Vergessen waren ihre heimlichen Sorgen vor der Zukunft. Am Nachmittag ging sie, verjüngt dareinschauend, mit ihrem Karl zu Dübens. Dort brannte auf dem gedeckten Tisch unter der Wiener Maschine der Spiritus, den Hans im Begriff war, zu löschen. Anna sah auf den ersten Blick, wie die Dinge standen, und empfing das Paar in ihrer lebhaften Weise: „Kinder, Ihr kommt gerade recht zum Kaffee!"

Bruck wurde etwas verlegen: „Aber wenn Ihre Buben aus dem Gymnasium kommen?"

Anna lachte. „Nur heran, meine Herrschaften! Wenn die Jungen hereinstürzen, wird frischer gemacht!" Ein rascher Kuß auf Franziska's Lippen, dann langte sie nach Brucks Hand und fuhr ernster fort: „Verzeihen Sie, Bruck, ich habe heut was Ehrliches auf Sie geschimpft, bitte Ihnen aber Alles ab. Hans hat mir gehörig den Text gelesen, und ich sehe ein, wir Norddeutschen dürfen keine besonderen Vorzüge für uns in Anspruch nehmen. Wir sind vielleicht im Ganzen ein bischen resoluter und schneller bei der Hand als Ihr —"

„Vor Allem," fiel Düben leicht spottend ein, „schneller mit der Zunge!"

„Was man „einen großen Mund haben" nennt", gab Anna offenherzig zu, „aber der Kern Eures Wesens läßt nichts zu wünschen übrig!"

„Schon wieder von oben herunter," tadelte Düben halb ernst, halb scherzend seine Frau. „Huldvoll und gnädig lassen wir Euch allenthalben neben uns gelten. Und bei der vornehmen Anmaßung, die Euch von uns verletzen muß, sollt Ihr uns von Herzen gut sein. Ehe wir die souveräne Manier nicht ablegen, werdet Ihr immer eine gewisse Scheu vor uns haben."

„Das mußt nicht glauben," versetzte Bruck mit schalkhaftem Augenzwinkern, „wir wissen recht gut, wo Euch der Schuh drückt; schaut Euch nur unsere „Münchener Fliegende Blätter" an, die geben Euch manch einen gesunden Hieb! Doch darum keine Feindschaft! Ihr habt uns das geeinigte Vaterland verschafft, und treu wollen wir zusammenhalten, denn es wär' eine Schand', wenn's wieder zerfiel!"

„Thu mir den einzigen Gefallen," rief Düben, „und bleib mir mit Politik weg!"

Sofort wandte Bruck sich zu seiner Gefährtin: „Mein Fränzel, mein liebes Fränzel, ich weiß gar nicht, was ich anstellen soll vor Seligkeit!" Seine Stimme stockte, Thränen traten ihm in die Augen. Plötzlich lachte er wieder und schlug sich auf die Kniee: „Ich hab' schon meinen Plan, 's Atelier ist der wärmste Raum, der Bub kriegt's als Kindszimmer!"

Anna stieß ihren Mann leise an: „Der Bub!"

„Siehst Du," sagte Düben, „eines so kindlichen Ausdrucks der Freude sind wir kaum fähig. Wir schämen uns fast, unser innerstes Gefühl zu verrathen. In der rückhaltlosen Kundgebung warmen Empfindens sind die Süddeutschen uns voraus."

„Das leid' ich nicht," widersprach die Berlinerin, „sie sollen nichts voraus haben! Du bist der Beste!" Damit fiel sie ihrem Mann um den Hals und preßte ihn ungestüm an sich.

Die Kindermilch im Hause.

Ein Trostwort für unbemittelte Mütter.

Es ist eine bekannte Thatsache, daß eine große Zahl ausgezeichneter ärztlicher Errungenschaften wenig Nutzen zu stiften vermag, weil ihre Anwendung für weite Volkskreise zu kostspielig ist. So verhält es sich auch mit den Fortschritten, welche die Wissenschaft in der Lehre von der künstlichen Ernährung der Säuglinge gemacht hat. Jahrzehnte ernsten und redlichen Mühens liegen hinter uns, und wir können doch keinen Erfolg verzeichnen, wenn wir die Allgemeinheit in's Auge fassen; denn im dritten und vierten Jahrzehnt unseres Jahrhunderts starben in Europa von 1000 Lebendgeborenen 188 im ersten Lebensjahre und im achten und neunten Jahrzehnt betrug die Zahl dieser kleinen Todten 194 auf 1000 Lebendgeborene.

Die Ursachen dieser großen Kindersterblichkeit sind sehr mannigfach; aber das steht fest, daß etwa zwei Drittel dieser Säuglinge durch Ernährungskrankheiten dahingerafft werden. Namentlich im Sommer während der heißen Jahreszeit, in den Monaten Juni, Juli, August und September, fordert der Brechdurchfall unter den künstlich ernährten Kindern zahllose Opfer. Einen wichtigen Antheil an der Entstehung dieser Krankheit hat zweifellos das Darreichen verdorbener Milch. Nun ist es in letzter Zeit gelungen, dieses so überaus leicht zersetzliche Nahrungsmittel durch zweckmäßiges Abkochen haltbar zu machen oder zu „sterilisiren", und wir besitzen ausgezeichnete Apparate, mit deren Hilfe die junge Mutter gute Milch zu Hause haltbar zu machen und aufzubewahren vermag. Aber diese Apparate kosten Geld und wie billig sie Diesem oder Jenem erscheinen mögen, für sehr viele sind sie unerschwinglich. Daraus erhellt, daß durch diese Apparate in den bemittelten Kreisen Segen gestiftet wird, daß sie aber auf die Kindersterblichkeit weiter Kreise, auf die Volkssterblichkeit überhaupt keinen Einfluß haben können.

Aber keine arme Mutter braucht darum den Kopf hängen zu lassen.

Es wäre auch traurig, wenn die Errungenschaften der hygieinischen Wissenschaft nur den Reichen zugute kommen sollten! Sie sind glücklicher Weise derart, daß sie Jedem Nutzen bringen können, der sich ein wenig Mühe gibt, die Grundsätze zu lernen und sie im Leben praktisch zu bethätigen. So kann man die Säuglingsmilch auch ohne einen kostspieligen Sterilisirungsapparat zweckmäßig aufbewahren — man braucht dazu weiter nichts als einen reinen irdenen Topf mit einem Deckel, der in jedem Hausstande zu haben ist.

Was die Milch verdirbt, das sind Pilzkeime, die in sie von außen gelangen. Jede rohe Milch, die wir aus einer, selbst der besten Milchwirthschaft beziehen, enthält schon diese Keime, und indem sie sich in der Milch vermehren, zersetzen sie dieselbe, bilden in ihr Stoffe, die ein Erwachsener wohl vertragen kann, die aber dem zarten Säugling ungemein schädlich sind. Diese Pilzkeime werden durch die Siedehitze abgetödtet, und wenn dies geschehen ist, dann hält sich die Milch längere Zeit. Das ist den Hausfrauen wohl bekannt, aber es muß dabei noch auf einige besondere Eigenschaften der unsichtbaren Keime geachtet werden, wenn die Milch in einem für die Säuglinge tadellosen Zustande erhalten werden soll. Einige der in der Milch vorkommenden Bakterien werden erst nach sehr langem Kochen abgetödtet und darum soll man die für Säuglinge bestimmte Milch etwa eine halbe Stunde lang kochen. Ferner kann die abgekochte Milch durch neue Keime, die von außen in dieselbe gelangen, von Neuem verunreinigt werden.

Bakterien, Pilzkeime etc. schweben in der Luft, sie setzen sich aus derselben mit dem Staube ab, und wenn sie in die Milch hinabfallen, so verderben sie diese. Das ist wahr, aber über die Zahl der gewöhnlich in der Luft schwebenden Keime herrschen sehr übertriebene Ansichten. Durch vielfache Versuche wurde bewiesen, daß die Zahl der Keime, die sich während einer kurzen Zeit, also während einiger Secunden oder einer halben Minute, auf einer kleinen Fläche wie der Oeffnung eines Milchtopfes absetzen, sehr geringfügig ist.

Anders aber liegt die Sache, wenn wir die Milch mit Gegenständen in Berührung bringen, die zwar gereinigt wurden, aber dann lange Zeit stehen blieben; an den Wandungen solcher Töpfe haben sich inzwischen viele Bakterien niederlassen können, und wenn sie in Massen in die Milch gelangen, so können sie dieselbe schnell verderben. Dies geschieht immer, wenn wir die Milch aus dem Topfe, in welchem sie abgekocht wurde, in einen anderen, den man nicht gerade in demselben Augenblick ausgekocht hat, gießen.

Auf Grund dieser Thatsachen lassen sich folgende Regeln für die Behandlung der für Säuglinge bestimmten Milch im Hause aufstellen.

Die Mutter suche möglichst gute und möglichst frische Milch zu beschaffen. Sofort nach Empfang wird die Milch in einem mit einem passenden Deckel versehenen Topfe eine halbe Stunde lang abgekocht, wobei der Anfang der halben Stunde vom Eintritt des Siedens an zu rechnen ist. In diesem Topfe wird nun die Milch als Vorrath, zugedeckt mit demselben Deckel, an einem kühlen Orte aufbewahrt. Will man dem Kinde Nahrung geben, so gießt man die nöthige Menge in einen kleineren Topf ab, hält dabei den Deckel so, daß er mit einem festen Körper, wie z. B. Tischplatte, Kleidung etc., nicht in Berührung kommt, und setzt ihn, nachdem das Abgießen besorgt worden ist, wieder auf den Topf. Der Milchvorrath ist nur für die Dauer von wenigen Secunden mit der Luft in Berührung gekommen und es sind in ihn nur einige wenige Keime hineingefallen.

Die in den kleinen Topf abgegossene Milch mischt man in entsprechendem Verhältniß mit heißem, vorher abgekochtem Wasser, kocht sie noch einmal auf, bis sie aufwallt, und füllt sie in die Saugflasche, die natürlich peinlich sauber gehalten werden muß, zu deren Reinigung man gleichfalls heißes, vorher abgekochtes Wasser benutzt hat. Die entsprechend abgekühlte Milch wird dem Kinde verabreicht.

Ebenso verfährt man bei der Entnahme der zweiten, dritten etc. Portion aus dem Milchvorrath.

Kann man frische Milch nur einmal in 24 Stunden erhalten, so empfiehlt es sich, den Vorrath nach 12 Stunden noch einmal abzukochen; bei warmer Witterung ist dies sogar dringend nothwendig.

Das ist ein Verfahren, das schon früher in ähnlicher Weise geübt wurde; nur ist es heute besser begründet und die Bedeutung der einzelnen Handgriffe sind klar.

Ein ausgezeichneter Kenner der Säuglingspflege empfiehlt diese Art der Milchbehandlung im Hause warm. Seine Assistenten haben verschiedenartig aufbewahrte Milch auf deren Gehalt an Keimen geprüft, und sie fanden in je einem Kubikcentimeter Milch 24 Stunden nach dem Abkochen:

in einer Sterilisirflasche 21 Keime;

in der Milch aus zugedecktem Topfe, die nach den oben angegebenen Regeln behandelt wurde, 38 bis 500 Keime;

in abgekochter Milch, die nicht im Kochtopf geblieben war, 4 Millionen bis 400 Millionen Keime.

Wir ersehen daraus, daß unser Verfahren nahezu die Zuverlässigkeit eines Sterilisirapparates erreicht.

Die alte Jungfer.

Sie sitzt allein im stillen Zimmer,
Und rings um sie ist Einsamkeit;
Ach, es verklärt kein Hoffnungsschimmer
Ihr tief verborg'nes Herzeleid.

Sie träumte einst von sel'gem Lieben,
Von einer frohen Kinderschaar;
Ihr armes Herz ist krank geblieben,
Weil es einmal verwundet war.

Nun möchte gern sie Liebe zeigen
Und auch verbergen sie zugleich;
Ihr wird so schwer, davon zu schweigen,
Jedoch sie fürchtet Spott von Euch.

Die Ihr, trotz menschlicher Gebrechen,
Von treuem Herzen seid geliebt,
O spottet nicht der kleinen Schwächen,
Die ungestilltes Sehnen gibt!

Und du, verschmähtes Mädchen, mache
Die Brust von Groll und Grämen frei,
Und räche dich mit edler Rache
Und steh' den Menschen hilfreich bei!

— Damen-Turnen. — „Sie müssen doch einen Unterschied machen zwischen Knaben und Mädchen!" — sagt der Schulinspektor zum Turnlehrer. — „Wie können Sie die jungen Damen über'n Bock springen lassen?" Turnlehrer (gereizt): „Nicht über'n Bock? Nun, soll ich sie vielleicht über eine Ziege springen lassen?" —

— Reciprocität. „Warum haben Sie nicht geheirathet?" — „Ja, sehen Sie, lieber Freund, das kam so. Als ich jung war, gelobte ich mir, nicht eher zu heirathen, als bis ich das Ideal eines Weibes gefunden. Vor Kurzem fand ich mein Ideal, machte ihr einen Antrag, und was denken Sie, geschah?" — „Nun?" — Sie erklärte mir, sie suche nach dem Ideal eines Mannes."

— Selbsterkenntniß. — Hausfrau (zu einem Bettler): Was — Sie betteln und sind dabei so betrunken, daß Sie nicht stehen können? Kommen Sie wieder, wenn Sie nüchtern sind! — Bettler: Oh, Madame, ich seh' schon, daß ich dann überhaupt hier nie auf Etwas zu rechnen hab'.

— Kindlich. Hans (dem die Geschichte vom ewigen Juden erzählt wird): Papa, wenn der Mann immer und ewig umherwandern muß, weshalb kauft er sich da nicht ein Velociped?

Unter uns Frauen.

Die beste Lehrmeisterin.

In einer Zeit, wo alle Schulen und Lehranstalten ihre Pforten längst geschlossen haben und hinter dichten Dunstwolken verborgen einen langen festen Sommerschlaf thun, mag es ebenso unpassend als grausam erscheinen, auch nur eine einzige der vielen vortrefflichen „Schoolmam's" aus ihrer wohlverdienten mittsommerlichen Ruhe selbst nur momentan aufzuschrecken. Nein, ohne den weisen, vielgeplagten und schwergeprüften Lehrerinnen irgend einer öffentlichen oder privaten Schule nahetreten, ohne ihre Lehrbefähigung durch den Vergleich mit ihren tausenden von Colleginnen unter- oder überschätzen zu wollen, müssen wir zur Vermeidung von überflüssigen Eifersüchteleien gleich von vornherein bemerken, daß die Lehrmeisterin, von der wir sprechen, weder eine fixe Stellung einnimmt, noch eine anstrebt, noch, was vielleicht am bedauerlichsten ist, an den meisten Schulen einen Platz erhalten dürfte.

Unsere Lehrmeisterin ist nämlich, genau betrachtet, eine sehr einfache, sehr anspruchslose, wenig aufdringliche Person, sie benutzt weder Bücher noch Hefte, weder Tinte noch Feder, und doch ist ihre Lehrmethode eine äußerst eindrucksvolle und leicht faßliche. Sie zwängt ihre Schüler und Schülerinnen weder in Schulbänke, noch plagt sie sie mit großen schwarzen Schiefertafeln, auch brauchen die kleinen und selbst die großen Kinder weder Hausaufgaben zu machen, noch zur Strafe nachzusitzen, kurz, es ist eine ganz reizende Lehrerin und doch wird sie nur von sehr wenigen Eltern angestellt, und noch weniger Kinder zu ihr in die Lehre gegeben. — Manche werden vielleicht vermuthen, daß dies geschieht, weil unsere Lehrerin kein umfassendes Wissen besitzt und keine genügende Bildung erzielen könnte und doch ist sie im Stande sowohl Zoologie als Botanik, Musik und Zeichnen, Malerei und Physik, Astronomie, Mineralogie und sogar Religion, die höhere Lebens-Philosophie und noch manche Wissenschaft mehr vortrefflich zu lehren.

Sie zeigt uns die ganze Thierwelt in Lebensgröße wie sie lebt und sich ernährt, wie die schlanken Fische tief unten bei den dunklen Felsen des von Waldriesen umgebenen Sees ihr Wasserdasein führen, und die kleine zierliche Bachforelle mit ihren röthlichen Pünktchen dahinschnellt zwischen dem glänzenden Gestein des rauschenden Bächleins. Wie die Krähe haust auf nackten Felsen, und das Bienlein sich schaukelt und vollsaugt in duftenden Dolden von süßem Klee. Wie das Mutterpferd in liebevollem Instinkt sein graziöses Fohlenkind hütet, wie die Kälblein mit fast intelligenten Gesichtern neben ihren respektiven etwas verdummten guten Kuhmamas sich der frischen würzigen Weide erfreuen, wie die Küchlein und Entlein und jungen Truthühner, pickend und gackernd und watschelnd, getreulich ihrer Erzeugerin folgen.

Und dann wie die mächtigen, großen, weißen, rothen und norwegischen Tannen, die schlanken Cedern in den bläulichen Horizont förmlich hineinragen, wie die Kräuter, Flechten und Moose, und rothbäckigen Beeren bescheiden am Boden dahinkriechen, und die Wasserlilien an ihren schlanken, geisterhaft sich windenden Röhrenstielen wie Zauberblumen aus dem Wasserspiegel emporblühen. Wie der Erdboden zum Lohn für Mühe und Fleiß ergiebig alles trägt, was zur Erhaltung von Menschen und Thieren nöthig ist. Wie das Getreide in goldgelben Aehrenfeldern leuchtet, Buchweizen und Kartoffeln mit weißen zarten Blumen, süße Erbsen mit rosig poetischen Blüthen sich schmücken und Korn-, Bohnen- und Liebesäpfel-Pflanzungen in frischem saftigen Grün ganze Landstrecken bedecken.

Ferner läßt sie uns die Musik der tausend lieblichen Vogelstimmen vernehmen, das Schlagen der Buchfinken, das Zwitschern des Rothkelchens, den eigenthümlich monotonen Schlag des „Will o Whisp" und das ganze große gemischte Orchester der Waldstimmen an unser lauschendes Ohr klingen, begleitet von dem geheimnißvollen Rauschen der Blätter und dem Murmeln der Gebirgsquellen.

Sie zeigt uns Farben und Formen in solcher Mannigfaltigkeit, daß wir es kaum fassen können. Wenn die Sonne Abends in's Meer versinkt, taucht sie vorher noch mit ihrem Wunderpinsel über das Firmament dahin, und in zarten, goldig, rosig, bläulich verwobenen Farbentönen wandern die Wolkengebilde am westlichen Himmel hinab.

Sie zeigt uns, wie die Dünste der Wasserfläche entsteigen, wie der elektrische Funke von Wolke zu Wolke springt, auch das vielgestaltige Gestein und seinen Gehalt an nützlichen Metallen und Salzen, die glänzende Sternenpracht und die leuchtende Mondsichel und das friedliche Vollmondlicht und die strahlende Sonnenpracht, wie sie sich wiederspiegelt in den thaufrischen Gräsern, Blüthen und Blättern und in dem glänzenden gleißenden Wasserspiegel.

Sie lehrt uns dankend jene höhere Macht preisen, welche uns eine so vollendet schöne Welt geschaffen, und zeigt uns, wie thöricht wir sind, wenn wir im Kleinkram des Lebens verbittern, verkümmern und versumpfen, anstatt uns an der strahlenden Pracht des Weltalls zu erfreuen, erfrischen und erquicken. Und die Lehrmeisterin, welche all' dies bei ihren getreuen Schülern erreichen kann, ist die Natur. Darum gehet hin und lauschet andächtig ihren wunderbaren Lehren.