

Det här verket har digitaliserats vid Göteborgs universitetsbibliotek.
Alla tryckta texter är OCR-tolkade till maskinläsbar text. Det betyder att du kan söka och kopiera texten från dokumentet. Vissa äldre dokument med dåligt tryck kan vara svåra att OCR-tolka korrekt vilket medför att den OCR-tolkade texten kan innehålla fel och därför bör man visuellt jämföra med verkets bilder för att avgöra vad som är riktigt.

This work has been digitized at Gothenburg University Library.
All printed texts have been OCR-processed and converted to machine readable text. This means that you can search and copy text from the document. Some early printed books are hard to OCR-process correctly and the text may contain errors, so one should always visually compare it with the images to determine what is correct.





ILLUSTRERAD TIDNING FÖR KVINNAN OCH HEMMET GRUNDLAGD AF FRITHIOF HELLBERG

HUFVUDREDAKTÖR OCH ANSV. UTGIFVARE: JOHAN NORDLING.



FRIHERRE AXEL KLUCKOWSTRÖM.

STAFSUND.

KARL XI:S HÖGTBETRODDE man, konungens och enväldets ifrigaste och talangfullaste tjänare, kungliga rådet och Karl XII:s guvernör greve Erik Lindsköld bildade af flere sammanslagna gårdar godset *Stafsund*, hvilket omfattar mellersta delen af Ekerön i Mälaren. Det var således i en af Sveriges äldsta kulturbygder som denne ur folkets led utgånge — föräldrarna voro smeden Olof Håkansson och hans hustru, Margareta Nolanväder — vidsynte och mångkunnige statsman sökte plats för att bygga och bo. Sitt namn erhöi godset af Staf, två mantal frälse, som Lindsköld bytte sig till af riksmarskalken greve Karl Gustaf Wrangel.

År 1677 började Lindsköld uppförandet af Stafsunds slott. Ritningarna gjordes af ingen mindre än Nikodemus Tessin d. ä., och åtskilligt, särskildt den ståtliga trappuppgången och stenterasserna, förete stor likhet med Tessins förnämsta skapelse: Drottningholms slott och park. Trädgården anlades i Ludvig XIV:s stil, med springvatten och dammar, och fram till slottet planterades en lång fyrradig lindallé, som nu uppnått jättelika dimensioner. På en höjd invid byggnaden resa sig de "Fem lindar", som Lindsköld planterade till åminnelse af sig och sin familj. Sägner vet till och med att förtälja, att under dessa träd ligger i ett stenhvalf en massa skatter förvarade och att detta hvalf genom en underjordisk gång, sprängd i klippan, står i förbindelse med slottet. "Fem lindar" är sommartiden parkens vackraste utsiktspunkt. Nedanför utbreder sig trädgården med sina långa, breda, snörräta gångar. Rika blomstergrupper och rabatter, blodbokar, akacior och förnåma gamla röda hagtorsbuskar omväxla med fruktträdens lugna grönska. Till höger spelar solglittret på vågorna i Norrsundet,



FRIHERRINNAN THYRA KLUCKOWSTRÖM.



KUNGSSALEN.



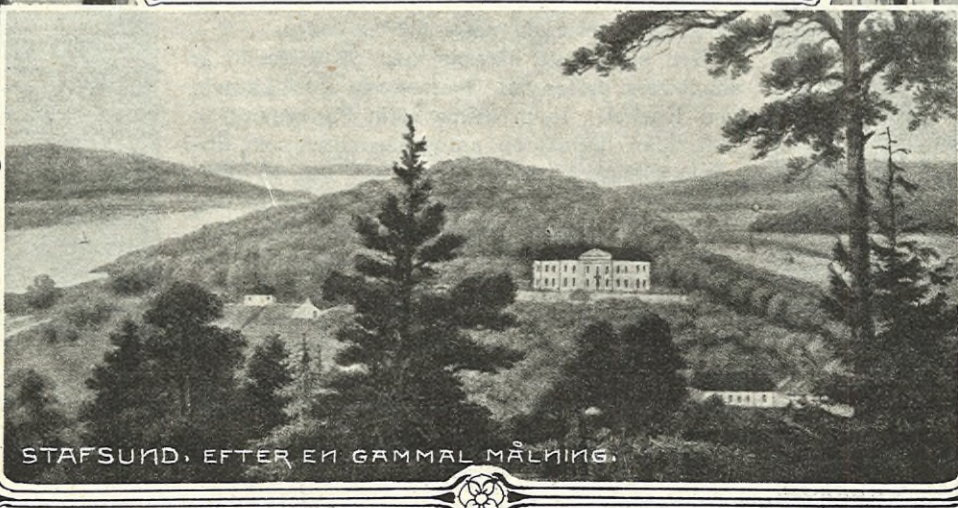
SKÄRA SALONGEN.



KUNGSSALEN.



SKÄRA SALONGEN.



STAFSUND, EFTER EN GAMMAL MÅLNING.

på hvars andra sida Kaggeholmslandet utbreder sig.

Karl XI och Karl XII — den senare redan som barn — gästade ofta Stafsund. Slottets största rum behåller ännu det namn, "Kungssalen", som det på den tiden, på grund af konungarnas gästning, erhöi. Slottssägner förtäljer dessutom, att Karl XII

här upplefde sin enda kärleks-saga. Föremålet för hans ömma låga skulle ha varit slottska-stellanens dotter, och en ek nere vid sjön, "Karl XII:s ek" eller "Kungseken", säges ha varit de ungas mötesplats.

Lindskölds ättlingar innehade Stafsund till år 1816. Godset såldes då till en af rikets herrar, excellensen greve

Mattias Rosenblad, som efter sin skiftesrika politiska bana tillbragte sitt otium på Stafsund. Hans arvingar sålde egendomen till den mångintresserade finansmannen Gustaf Lallerstedt. Slutligen år 1865 inköptes Stafsund af öfversten friherre Rudolf Mauritz Klinckowström.

Den svenska släkten Klinckowström härstammar från en gammal tysk adlig släkt, Klink-Klinkow. År 1684 upphöjdes Martin Klinkow i svenskt adelsstånd af Karl X Gustaf och erhöi då namnet Klinkovenström. Han utnämndes till generalkrigskommissarie öfver den svenska armén i Tyskland. En af hans söner blef kammarpage hos Karl XII och dennes synnerlige gunstling. Han föll utanför Kalisch för en mördarkula, som troddes vara ämnad åt kungen. En annan af Martins söner har nått eftervärlden på ett sätt som han nog ej själf drömde om. Öfverpostdirektören Leonard Klinckowström — som i parentes sagdt också var den som införde portschäsen i Sverige — hade nämligen i sin tjänst kokerskan Katarina Warg och utgaf med hennes hjälp den berömda kokboken "Kajsa Warg". Thure Leonard Klinckowström, en af rikets herrar och president i Wismarska tribunalen, gifte sig med Hedvig Eleonora von Fersen, dotter till den myndige hattchefen Axel von Fersen d. ä. och syster till den lysande ädlingen Axel von Fersen d. y. Dessa voro farföräldrar till öfverste Klinckowström, och det är således genom denne som fersenska arkivalier och familjeporätt, bl. a. från Ljung, hamnat på Stafsund. De nuvarande ägarne äro den förres son, naturvetenskapsmannen och författaren Axel Klinckowström, och dennes maka, född Gylden. Under deras tid har Stafsund såväl utan som innan försatts i ett mönstergillt skick. Den gamle baron Klinckowström var känd som en stor samlare, men det är först nu som både de förutvarande skatterna på Stafsund och de af honom sammanförda blifvit ordnade och kommit så att säga på sin rätta plats — detta tack vare särskildt den nuvarande slottsfruns nitiska och insiktsfulla ledning och vård.

Genom vestibulen, uppför den vackra trappuppgången, anlagd efter samma mönster som den på Drottningholms slott, kommer man upp i den öfre hallen och därifrån in i "Kungssalen", ett i sin gamla gedigna lyx imponerande rum. Ett halfhvalfdt blått tak strödt med gyllene kronor, gyllenläder på väggarna, porätt i helfigur af Karl X Gustaf och Karl XII (i kröningsdräkt) samt Ulrika Eleonora d. ä., alla af Ehrenstrahl, bröstbilder af Gustaf II Adolf, Maria Eleonora och Kristina (replik af Bourdon) samt af David von Krafft Karl XII (Lunda-



GRÖNA SALONGEN.

typen). Möbler i blått och guld. Den enda moderna möbelen i detta rum är en flygel.

De öfriga här reproducerade bilderna visa interiörer från "gröna salongen" — väggarna här täckas af fersenska och klinckowströmska familjeporätt, ett par målade af Lorens Pasch — samt från "skära salongen", ett förtjusande hörnrum med åtskilliga konstmöbler och pretiosa, bland de förra en sekretär af Haupt och bland de senare åtskilliga kejsargåfvor till den nuvarande ägarens morfar, ryske ministern i Darmstadt Labensky. I detta sitta en stor Ehrenstrahlmålning, nämligen drottning Hedvig Eleonora, samt ett porätt af Lovisa Ulrika af Roslin.

Af Breda finnas fyra förtjusande porättmålningar, nämligen af grefven och grefvinnan Fabian von Fersen, grefvinnan Trolle-Wachtmeister, född Klinckowström, samt af friherrinnan Sarah Klinckowström, född Cuthbert. I hvardagsalongen slutligen hänger bl. a. en förtjusande "Boucher", nämligen porätt af grefvinnan Charlotte von Fersen, född Sparre, moder till två af de tre så berömda "gracerna" vid Gustaf III:s hof.

Bland öfriga konstskatter äro att nämna en miniatyrsamling på 200 nummer af bl. a. Lafrensen och Raphael Mengs, en mängd skisser af Ehrensvärd och åtskilliga af Sergel, en rikhaltig porättssamling (kopparstick och träsnitt) samt mynt och medaljer.

"Stekarhuset", där fordom rådjuren vändes på spetten och det brygdes och bakades för kungagäster, har nu i stället blifvit en de andliga lifsförnödenheternas och läckerheternas förråds-kammare; där äro nämligen Stafsunds rikhaltiga och värdefulla bibliotek och arkiv inrymda. Och det moderna köksdepartementet upptar i stället den gamla matsalens plats, om hvars forna dyrbara inredning de i tak och väggar infällda delftska kakelplattorna än i dag bära vittne.

Stafsunds bibliotek innehåller omkring 15,000 band, och i synnerhet 1700-talets litteratur är rikt representerad. Bland rariteter märkas fullständiga exemplar af Gustaf Vasas bibel, Kejsers vapenbok (1650) samt af Theatrum europæum. Dessutom finnas åtskilliga präntade pergamenter, inkunabler (paleotyper) samt på pergament präntade noter och missaler.

Den nuvarande härskarinnan på Stafsund är sondotters dotter till Goethes vän Karl Ludwig von Knebel. Inom denna släkt har redan från den tiden funnits en antografsamling, som alltjämt tillökats. Både denna och den på Stafsund redan befintliga representera hvar för sig ett mycket stort autografvärde, och det är meningen att de en gång skola förenas i en enda samling. Bland Stafsunds mera värdefulla autografer märkas sådana af t. ex. Jöns Bengtsson Oxenstierna, Ferdinand och Isabella, Newton och Goethe.

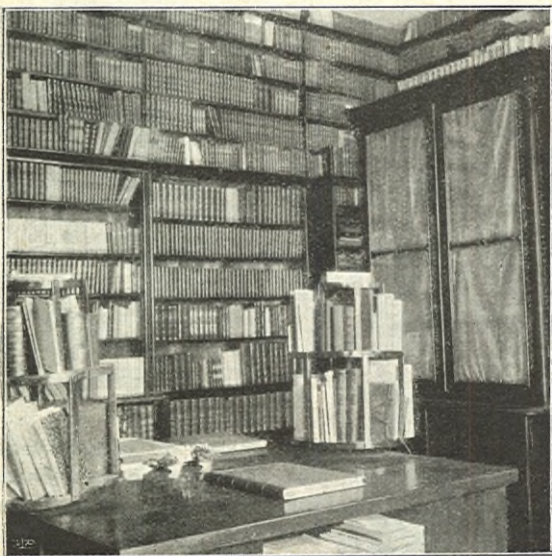
Som bekant skref Hedvig Elisabeth Charlotta sina memoarer i form af bref till sin hjärteväninna Sophie Piper, född von Fersen. Dessa, som tillhöra Eriksbergs arkiv, ha ju publicerats af ägaren, Carl Carlsson Bonde. Men hertiginnans intima bref (1774—1863) till Sophie Piper finnas på Stafsund. — En oskattbar brefsamling var Marie Antoinettes till sin beundrade och beundrande Axel von Fersen. Men Stafsunds förre ägare ansåg det med ridderlighetens fordringar öfverensstämmande att bränna dessa bref (som han dock förut publicerat i utdrag), och endast några få undgingo genom en tillfällighet denna förödelse. Bland öfriga värdefulla arkivalier må nämnas Axel von Fersens dagbok 1791—1808, bref från Fredrik den store och prins Heinrich af Preussen till system Lovisa Ulrika, koncept till bref från den senare till hennes bröder och till sonen Gustaf III, bref från denne till modern och flere andra personer samt slutligen ett handskrifvet exemplar af Ehrenswards italienska resa.

Den motstående flygeln upptages af baron Klinckowströms laboratorium, fackbibliotek och skrifrum. Baronen, som varit docent i zoologi vid Stockholms högskola, är alltjämt en intresserad naturforskare och har deltagit i åtskilliga vetenskapliga expeditioner. I sommar företar han i sällskap med sin son en andra resa till Färöarna och Island, i syfte att ytterligare öka det utbyte som gjordes under resan i fjol och sedan öfverlämnades till riksmuseet. Åtskilliga troféer bära vittne om ägarens jaktintresse, hvilket delas af hans son, som är hans trogne följeslagare på alla färder. Harald Klinckowström har på Stafsund ordnat en inhemsk fågelsamling, i hvilken redan 176 olika arter äro representerade och där han själf skjutit alla exemplar.

Påverkad af Viktor Rydbergs intresse för fornnordiskt ämnesval utgaf baron Klinckowström redan som ung student Svidpad Egilsons saga, Fornsånger, Frödis m. fl. Bland hans senaste produktion märkas libretton till operan Valdemarsskatten, Örnstjötjuren och den med Svenska akademiens stora guldmedalj belönade Olof Trätälja.

Den yppiga, leende målarnaturen, de gamla minnena och den vackra konstssamlingen samt ej minst det fina, älskliga och gästfria värdskap, som utöfvas af den nuvarande ägaren och hans familj, förläna en särskild charm åt ett besök på detta den bistre enväldeskungens främste statsmans stamgods.

GURLI LINDER.



BIBLIOTEKET.



FÅGELSAMLINGEN.

Ärade husmodrar!

De som köpa utaf
Rosenfors hafregryn och Hafre-Sundhetsmjöl
få alltid full valuta för sina penningar. Tillverkas under läkarekontroll och erhålles uti alla välsorterade
speceriaffärer.
Partilager i Stockholm hos Aktiebolaget Wahlund & Grönblad.
Vördsammast **Aktiebolaget Rosenfors Bruk & Nya Valskvarnar, Rosenfors.**



Huru höja vårt folks arbetsglädje?

Ett kapitel i en nationell lifsfråga.

Af Lilli Zickerman.

FÖR DEN GENERATION, som nu i arbetet ser sin tyngsta börda och sitt straff, skall intet kunna göras med hopp om framgång, och först när håglöshet, glädjelöshet och bitterhet nått den höjdpunkt, att föräldrarna själfva inse den felaktiga riktningen af barnens uppfostran, skall en reaktion inträda. Nu fostras barnet utan aktning för arbetet och utan aktning för föräldrarna, och själfva grundvalen för arbetsfördelningen bygges redan i skolan af falskt material. Hur mycket vi tala om arbetets värde och aktningen därför i vår tid, ytterst motverka vi såväl anlag som håg därför.

Skolan värdesätter barnen och uppdelar dem i två klasser: *intelligenta* barn, som ha lätt för att inhämta bokliga kunskaper, och *dumma* barn, som ha svårt därför. På de förra bygger den hoppet om samhällets framtid, de senare anser den som samhällets blifvande börda. Denna prickning får sin stadfästelse i betygen, hvilka tagit bort så mycken barnaglädje och framkallat så mycken föräldrasorg, ja, kanske rent af blifvit den hämsko på arbetsglädjen, som lagt grunden till bitterhet och håglöshet för lifvet.

Om två sorters skolor funnos, likasom det finnes två sorters barn, och tyngdpunkten af undervisningen förlades i den ena på praktiskt, i den andra på intelligensarbete, undras mig mycket om vi behöfde tala om intelligenta och ointelligenta barn. Ty intelligensen är väl icke bunden vid vetenskapen, utan bryter sig fram äfven i det enklaste arbetet, och de barn, som få växa upp under utvecklingen af inneboende anlag och känna sitt värde såsom samhällsmedlemmar vid hyvelbänken eller plogen likaså väl som vid studiepulpeten eller i talarstolen, skola danas till personligheter, och endast af personligheter med fasta karaktärer skall ett lyckligt samhälle kunna byggas.

Barn, hvilka inför boken och läxan äro tröga, äro det oftast icke i beröring med praktiskt arbete, men äfven hithörande kunskaper inhämtas långsamt och motvilligt inom klassens trånga väggar och med dess stillasittande lif. Men släpp ut dem på åkern, i ladugården och i verkstaden; hur lysa icke barnaögonen af intelligens och vetgirighet — dessa öfver boken dumma ögon — om hvar sak förklaras för dem under användandet. En läxa om hur hönsen skötas, hästen ryktas, jorden behandlas o. s. v. tager sedan troligen icke 10 minuter för dem att inlära, och hvarför skola då dessa barn beklagas och dömas som samhällsbörda därför att samhället ännu ej funnit formen för att tillgodogöra sig deras anlag?

Läsa, skriva, räkna, det är grunden, allt öfrigt skall bero på riktningen af anlagen, och finnes den grunden god, skaffar hvar och en sig sedan själf hvad han behöfver af kunskap för sin utveckling under arbetets gång.

En uppfostran, byggd på anlagen, åstadkommer verklig bildning, den formella endast halfbildning.

När sedan barnet går ut i lifvet skall själförtroendet förhållande det att se lifvet och förhållandena från en sundare synpunkt och med lugnare blick än då det får träda ut, stämplat med dumhetens märke. Ansvarskänslan skall växa och med den arbetsglädjen och intresset, och ett samhälle, byggd på en sådan grund, skall lättare tillåta hvars och ens intelligens att bättre göra sig gällande, därigenom att människorna förstå värdesätta arbetsförmågan hos hvarandra och gifva aktning och erkännande liksom de fordra aktning för sig själfva.

I många hänseenden lider arbetsförhållandena under ett oundvikligt tryck, som verkar hämmande. Från chefen till arbetaren är det lika kännbart, emedan arbetsförmågan, initiativ- och organisationsförmågan ej värderas till sin fulla grad. Den duglige fackmannen kan icke tvinga sin arbetsförmåga att stanna inom vissa gränser; han planerar sitt arbete på utveckling och offrar sömn och hvila därför. Men beroende som han oftast är af andras pengar och stående under en styrelse, representerande penningintressen, gör penningen sig ofta till herre öfver arbetet, och dess makt missförstås. Penningen är afsedd att vara ett stöd för ett arbete till allas glädje, icke ett medel endast att skapa kapital.

för hemförhållandena utvecklade dugliga hustru, hvilken kunde vidmakthålla hvad mannen skaffat samt förvalta mannens förtjänst och genom ordning, renlighet, god och väl lagad kost skapa det inre af hemmet till en motsats af arbetsdagens enformiga intresselöshet, och om han slutligen tillsammans med henne kunde åstadkomma ett eget hem på egen grund, skulle lifvet te sig, äfven under dessa små förhållanden, fullt ut lika ljust som månet förnöget. Under sådana förhållanden skulle arbetaren se i sin sysselsättning hjälpmedlet till lyckan.

Den jordägande landtbefolkningens brist på arbetsglädje har sin rot i helt andra förhållanden. Jordägarna äro oberoende af andras vilja och själfständiga i sitt arbete, men däremot beroende af så många andra förhållanden, hvilka göra arbetet glädjefattigt för dem. Alla dessa småbrukare, som uppstå år efter år, kämpa ofta med svårigheter, större än de förmå öfvervinna. De motigheter, som naturförhållanden tillföra dem, bära de med jämnmod och hoppas på bättre tider, men svårigheten att på ett småbruk inhösta behöfliga kontanta medel är oftast det, som förtager deras arbetsglädje och tvingar dem att kasta allt öfver bord. Hur mycket som göres för jordbruket i våra dagar genom andelsföreningar m. m., mycket återstår ännu, innan arbetsglädjen kommer att bli rotfast.

En af våra bästa småbrukare, boende vid en bibana, klagade öfver svårigheten att bli af med de alster, som icke kunde afsättas genom ordnade andelsföreningar. Han ville sälja morötter, men traktens befolkning hade nog för eget behof, och afsättningen måste sökas på Stockholm. Där kunde rötterna betalas med 6 öre per kg. Och fraktkostnaden? — 3 öre per kg. Ett dygns frakt skulle således betalas med samma summa som återstod jordbrukaren för hans arbete med plöjning, såning, rensning, gallring, skörd och transport till stationen, inköp af frö, ränta och amortering af jorden och dessutom skulle det bidra till hans uppehälle.

För binäringar, såsom slöjdalster, afgår i regel 9 % af försäljningssumman, och därtill kommer att handelsmännen genom konkurrens och kundernas fordringar på butik, personal, låga priser m. m. tvingas att betala det minsta möjliga.

Sverige är ett land med allt för långa och dyrbara frakter för att landtbefolkningens produkter skulle kunna afyttras på något aflägsna, fördelaktiga platser, och bristen på kontanter — nödvändigare i vår tid än förr — dödar arbetsglädjen för dem, som annars skulle föra det sundaste och glädjefullaste lif af alla, men från hvilka nu arbetsglädjen viker.

Allt detta: anlagens utveckling, arbetets värdering och arbetsprodukternas afsättningsmöjlighet, måste mynna ut i förståelse af penningens värde. Vi svenskar förstå i regel icke sammanhanget mellan en måttlig inkomst och en omtänksamt beräknad utgift, och ytterst är det denna individens brist på förmåga att sköta ekonomin, under hvilken hela nationen suckar. Individens brister äro hela nationens lidande, och egnahemsrörelsen, föreningen mot emigration, ungdomsrörelser och hembygdsfester skola endast bli ytliga försök att skapa arbetsglädje, såvida icke grunden lägges så djupt, att den når fram till våra nationella lyten: afundsjukan, bristande aktning för andras förtjänster och förståelse af penningens rätta användande. Det allmänna måste undanröjda allt sådant, som hindrar den enskilde att fullt utnyttja sin arbetsförmåga, ty endast vissheten om att genom egen duglighet kunna nå fram till ett åsyftadt resultat skapar arbetsglädje.

Två dikter

af Harald Jacobson.

Fåfänglighet.

ACK HVARFÖR se väl stjärnorna
alltjämt så fagra ut!
Blott därför, att de skina
— jämt så fjärran.
Själ solen ett Gehenna är,
som lågar utan slut.
Och månen, kratermunnad,
hånar Herran.
Och jorden är förkolnad.
Och alla jordebarn —
de äro gnistor blott,
som vilset irra.
Och omkring Intets axel
oändlighetens kvarn
mal lögnen fram
att långtans folk förvirra...

Vilsen.

DÖD ÄR Raffaello — änglagossen!
Blomsterflickan död — madonnamön!
Tårar, er ur ögonmusslan lossen
och er pärleskatt för minnet strön!

Det lustvandring var i barnens himmel,
när de styrde mina vilna fjät.
Och i solig färd på sångens skimmel
lyst af dem, jag lyckoregnet grät.

Nu min barnasjäl får vilsen drifva
i ett land, där gamla hjärtan bo.
O, att solens strålsput kunde gifva
ögat natt — ja, natt i griftero!

Inom arbetarförhållanden är det samma sak. Missnöjet, som med hotande fart breder ut sig öfver landet, är icke så mycket en följd af ej tillräckligt betalad, utan snarare af ej tillräckligt värderad arbetskraft.

Industriarbetaren känner sig uppskattad som maskin och ej som människa, och hans enformiga arbete kan ej skänka honom själförtroende och därför ej heller arbetsglädje. Gif honom ett eget lifsintresse till motvikt mot denna tidens tendens att nedpressa honom till en arbetsmaskin, och i den mån detta förverkligas, i samma mån får arbetet en ny betydelse och en verkligare glädje. Om förhållandena kunde blifva sådana, att arbetaren redan vid unga år kunde bilda hem tillsammans med en



Begär alltid granit-omaljerade
KOCKUMS Kockkärl
OBS! Fabriksmärket.

Giffria och syrefasta.
Prisbilliga.

Fås på begäran öfverallt
i hela världen.

Cerebos Salt

tillverkad ute på landet långt borta från stadens rök och orenlighet.

Generalagent: Gustaf Clase, Göteborg & Stockholm.

Mitt första författarskap.

Af
Maria Rieck-Müller.



I DEBUTÅREN.

DE ALLRA första gången, jag skref ihop någonting för offentligheten, skedde det så fullkomligt i omedvetenhet om, hvad det betydde att författa och var nog sådant skräp, att den egentligen inte alls borde nämnas här. Men jag kan ändå inte gå den förbi. Ty i de dagarne var det den lättjefulla, rosendoftande sommarens tid, hela världen var skapad endast till glädje — och jag var sexton år.

Kanske hade den äfven sin djupare betydelse som dämpare på en för tidig skrifklåda.

Fastän jag nu inte minns ett ord af det jag skref, kommer jag ihåg — som om det varit i går — de förhållanden hvarunder det skedde. Det var vid Loka brunn, den där lilla vackra badorten, där man inte är för nöjes skull, och dit ingen frisk ungdom reser om inte — liksom jag — för att se om och sällskapa med någon sjuk anhörig. Men det fanns dock flere ungdomar där i den företagsamma tonåldern — fastän mer och mindre skrala, hvilket emellertid inte hindrade dem från att längta efter andra förnöjelser än de dagliga promenaderna, krocket, schack och biljard. Jag för min del hade dessutom pröfvat alla de gamla brunnsfordonen med smak af gångna dagars kunglighet, hade ridit i de ålderdomligt värdiga karmsadlarne och gungat i släpkorg, uppöfver branta höjder, tills den lilla uthålliga dragaren stannade högt uppe, där man kunde se ut öfver allvärlden med sjöar, skogar, hvita kyrkor — och där bortom andra sjöar och skogar i blåa fjärran.

Men vi ville nu ha någonting riktigt roligt i gång — något ovanligt. Och så blef det beslutadt, att vi skulle öfva in en enaktspjäsa och arrangera några stämningfulla tablåer, och när allt var färdigt skulle den värk- och giktbrutna och därjämte mycket distingerade societeten inbjudas till "stor dramatisk föreställning" på Kungshusets vind. Tjogtals teaterpjäser anskaffades från närmaste stad, genomlästes, befunnos olämpliga för de lokala förhållandena — och återsändes. Ett tjog till undergick samma behandling, under det att våra unga pannor lade sig i veck af fruktlöst grubbel och rädlös förtviflan... Hvarifrån få en pjäs, som kunde passa just för oss?

Då upphof en yngling sin röst och tyckte, att vi borde väl duga till att själfva skriva en. Det vore ju ingen konst! Det genialiska förslaget vann enhälligt bifall och man grep sig verket an med detsamma. Men, när åter solen gick ned och intet annat resultat vunnits än att ett halft dussin söndertuggade pennor klottrat ned en massa papper, då blossade upp inom mig den envisa energi, som alltid förblivit min bundsförvant mot svårigheter, och i tysthet lofvade jag mig att den kvällen inte somna förrän en enaktare med fyra personer var gjord. Det var — i dubbel bemärkelse — verkligen ingen konst! Och följande morgon blef jag — sedan pjäsen högtidligen antagits till spelning — korad till "bandets"

själfskrifna direktris. Ett par dagars repetitioner följde. Och så kom det spännande ögonblicket, då brunnsocieteten började klättra uppför Kungshusets vindstrappa och tog plats framför den bruna domestikridån till vårt primitiva Thaliatempel. Men i samma ögonblick, som den drogs åt sidan och "spektaklet" begynte, var åtminstone min ängslan öfver. Själf utförde jag pigrollen och kände mig lika oförskräckt, som om jag på allt vis ståt utanför det hela. Och detta fastän en af Svenska akademien 18 satt där bland publiken — den sedermera så tragiskt ryktbare grefve Henning Hamilton. Men sådant betydde för mig ingenting alls den gången.

Hufvudsaken var att vi hade riktigt roligt och att det alltsammans gick lyckligt och till allmän belåthenhet. Man tyckte visst, att vi voro ena lustiga ungar, och tog hela tillställningen, som den skulle tas, utan pretentioner, med godt humör och som ett välkommet afbrott i enförmigheten.

Men, när sedan "sällskapsspektaklet vid Loka brunn" stod refererat i en af läntidningarne, tillbörligen utsmyckadt och med omnämnande af "att den lilla enaktspjäsen var författad af en af de medspelande unga damerna" — då tyckte jag inte längre, att det var roligt. Jag minns än, huru förgrymmad jag blef på den som varit nog idiotisk att kalla detta: "författa" (det lär ha varit brunnspredikanten, och han "författade" troligen själf också, när han skref ihop sina predikningar). Och under känsla af att diktkonsten härigenom blifvit svårt profanerad lofvade jag mig, att det nog skulle dröja, innan jag härnäst skref ihop något. Detta var för mig som att ha lekt med elden och blifvit bränd.

Icke desto mindre infann sig nog skrifflusten litet emellanåt. Men jag tyglade den med det utan tvifvel riktiga resonemanget: "det finnes så godt om medelmåttiga författare. Hvarför öka deras antal?" —

Men så jämnt tjugu år efter denna allra första gång "för ro skull" — då blef det att börja på allvar.

Som hustru till en järnvägsbyggnadsingenjör hade jag under mångårigt kringflyttande i mitt vidsträckt, sköna Norrland fått blicken öppen för så många särdrag hos dess natur och folk, hade samlat så många starka och outplånliga intryck, att den där kufvade lusten inte längre lät sig tvinga. Och minnen och händelser, som jag aldrig ens brytt mig om att anteckna, kommo nu plötsligen som om de varit lefvande och radade upp sig för min syn och lämnade mig ingen ro — allra minst om nätterna — utan pockade på att bli nedskrifna.

På så sätt kommo historierna till i min första bok "Fjällbyfolk". — Det var som om de hade skrifvit sig själfva, och en sällsam njutning var det jag erfor under de sommarljusa månader, det pågick, med den aldrig slocknande solnedgången till arbetslampa nattetid. Om dagen hade jag andra värf att sköta.

Men stort var likväl inte modet och själf-tilliten, när jag se'n på vintern kom ned till Stockholm med mitt första manuskript. En af mina ungdomsvänner, som varit uppsalakamrat med Gustaf af Geijerstam, tog det emellertid om hand och gick upp till Gernandts förlag, där Geijerstam då var den som "vägde" manuskriptluntona.

Jag kan inte rätt beskrifva, hvad jag erfor, när jag efter några veckors väntan fick den hälsningen, att jag själf skulle infinna mig på förlaget. Men i det ögonblick jag stod där uppe utanför dörren till Geijerstams lilla kontor

— då tyckte jag — gamla människan — att förläggare, författare och allt hvad till dem hörer var det fruktansvärdaste, jag varit med om — värre än vildmarkens varg och lo.

Men, när så allt var öfver och jag gick med handen hårdt slutet om mitt första bokkontrakt — ja, då kunde jag bara känna häpnad öfver, huru odeladt angenämt detta besök varit. Bäst af allt var dock Gustaf af Geijerstams vinnande och hjärtevarma personlighet.

Och det är mig en glädje att här kunna begagna mig af tillfället och framhålla, huru jag sedan under de år Gernandts förlag fortsatte sin verksamhet, städe fick behålla detta första intryck oförändradt.

För mig stod Gustaf af Geijerstam alltid som en ärlig, god och förstående människa, impulsivt kännande och varm samt dessutom fri från alla småaktiga yrkesdrag, hvilket äfven gjorde att han kunde bli det stöd och den gode rådgifvare, som han var för nybörjaren — en äldre och pröfvad kamrat, som man kunde lita på.

Äfven för mig gjorde han vägen lätt, när jag började. —



KURSDELTAGARNA PÅ BJÖRSKOG.

X FRÖKNARNA RUTH O. VIKTORIA LEKSELL.

Björskogsfröknarna — hofleverantörer.

TILL HANS MAJESTÄT KONUNGENS hofleverantörer ha den 22 juli 1910 utnämnts fröknarna *Ruth* och *Viktoria Leksell* från Björskogs prästgård, Västmanland. Deras verksamhet är tillräckligt känd förut, bl. a. genom en artikel i *Idun* den 15 aug. 1909, men det är glädjande att få omnämna denna välförtjänta uppmuntran i deras arbete.

Om godheten och hållbarheten af deras konserver vittna de många hederspris de hemfört från olika utställningar samt nu senast ett intyg från professor Lagerheim vid Stockholms högskola. Han har haft olika slag af deras inläggningar under observation i ett års tid och funnit dem hållbara och utan tillsats af främmande ämnen såsom salicylsyra, färgämnen etc.

Fröknarna Leksell hafva dock ej behållit sin kunskap för sig själfva, utan äfven meddelat den åt andra genom att på olika ställen och tider anordna konserverkursur. Det är glädjande att se det stora intresse, hvarmed dessa kurser mottagits. Så hade till föregående kurs anmälts icke mindre än 46 st. deltagare, och denna senaste kurs omfattade elever bokstafligen från trakterna af både Ystad och Haparanda.

För allt det nyttiga och goda, som vi lärt under vår vistelse i Björskog och särskildt för de idel angenäma minnen vi därifrån medfört hem, vill jag härmed å egna och kamraternas vägnar hjärtligen tacka.

En af deltagarna i kursen 20-29 Juli 1910.

Hvarje husmoder **Barngarderoben** Hvarje sömmerska
bör **likaså.**
prenumerera på Prls för helt år 3 kr.: halft år
kr. 1:60. Lösnummer 30 öre. **12 häften årligen.**

PÄRMAR
till IDUN 1909 och föregående år
tillhandahållas till följande priser: Iduns pärmar, röda med guldtryck kr. 1:50 Iduns
romantibibliotek, röda eller gröna 50 öre. Iduns Hjälpreda, röda eller gröna 50 öre.
Kunna erhållas i närmaste bokhandel eller direkt från Iduns expedition, om rekvisi-
sion och likvid i postanvisning insändes.

Trollhättan



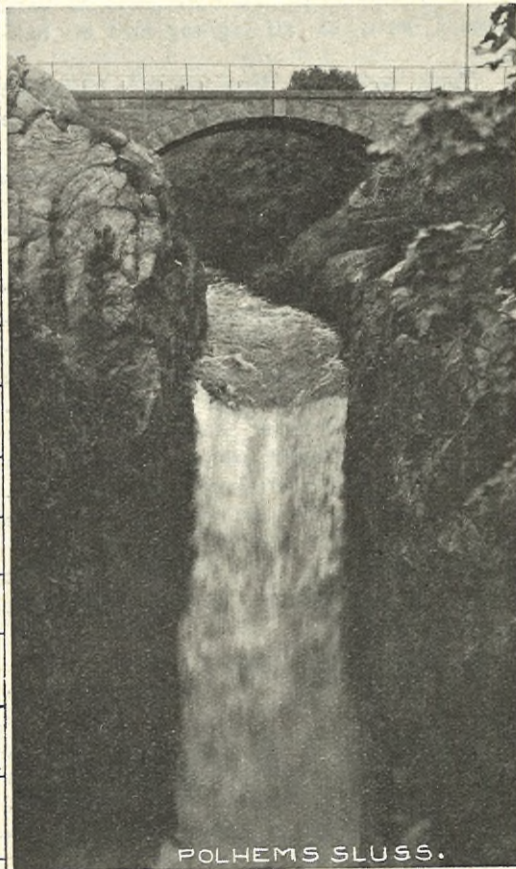
GULLÖ OCH TOPPÖFALLEN.

UTVECKLINGEN har under sin obevekliga gång icke gått Trollhättan förbi. Sedan väl en gång människorna, för hvilka intet synes för svårt eller afskräckande, gjort ett första försök att tämja åtminstone en liten del af dess "brusande, vilda ström", ha de för hvarje årtionde blifvit allt djärfvare, allt mera företagsamma. Och när de så slutligen en dag lyckades tyda den hemlighet, hvarom den dånande forsen sjungit i århundraden utan att bli förstadd, hemligheten om den underbara kraft, som låg fördold i de hvälfvande vattenmassor hvilka Göta älf vräkte utför branterna på väg med Vänerns vatten till hafvet, då började de först på allvar att ta Trollhättan i sin tjänst.

Hvad än Trollhättans framtida öde blir, ännu brusar dock älfven mäktig som förr med fall efter fall, ännu står skummet hvitt kring Gullön och Toppön, än ha vi här ett af de storslag-naste skådespel, som svensk natur erbjuder. Hör hvad en svensk skald, K. G. Ossian Nilsson, nyligen skrivit härom i en artikel, benämnd "Sveriges sköna natur".*

"— — Har du suttit vid Trollhättan och låtit Gullöfallet sjunga dig sin eggande, kraftfulla sång? Snörrät reste sig klippan öfver dig, och oåtkomliga rankor berättade dig, hur trakten en gång sett ut, innan turbinerna började hvirfla, ja, innan Polhem sprängde sin sagolika sluss. Vattnet låg framför dig och låg där ändå aldrig. Det vatten du tänkte på fanns där inte längre, när du tänkte på det, snabbare än tanken rusade det förbi dig, emot

Dattenfallen och Svenska Statens Kraftverksanläggningar.



POLHEMS SLUSS.

dig, och du undrade att klippan under din fot ännu höll stånd mot dess alltid unga våldsamhet. Långa sträckor låg det slätt som en hinna, tills en sten rispade upp det, och en skummig stråle steg i vädret, likt blodet ur ett sår. Det göt sig rundt kring blockens knogar, det pulserade och forsade djupt under sin hud, det syntes utströmma en okännbar värme, som löste sig i ånga och rök ur alla dess hudporer. Det kullrade och hväste, dundrade och mumlade, det hade sin bas som af underjordiska trummor och pukor och sin diskant som af en skogs alla hvisslande småfågelflöjter, det hade sina mellanstämmor, som i obestämbara nyanser ömsom genomträngde, ömsom undertonade orkestern. De brusade, som en evig maningskör, som en väckelsesång till allt Sverige — bullret och frustandet från verkens maskiner tycktes dig för svaga, för loja som svar på den rungande mningen. Du hade velat höra en fabriksstads alla hamrar och hjul stämma in i den arbetets väldiga sång, som här samlades och brusade ut likt en hälsning från all obrukad kraft i Sverige. Men hur än staden mände sorla och larma, sjunga och kvida, öfver dess svällande symfoni skulle dock alltid forsen dåna, hvirlarna spela och från den branta klippan skulle alltjämt rankorna i sakta vajning doppa sig i den ångande värmen från naturens puls."

Skaldens dröm om det mänskliga arbetet, som skulle sjuda i kapp med fallen, är nu en verklighet, som närmar sig sin fullbordan, i det arbetet vid de stora kraftanläggningarna, där vattenkraften omsättes i elektrisk energi, nu är i det närmaste avslutadt. Detta för svenska

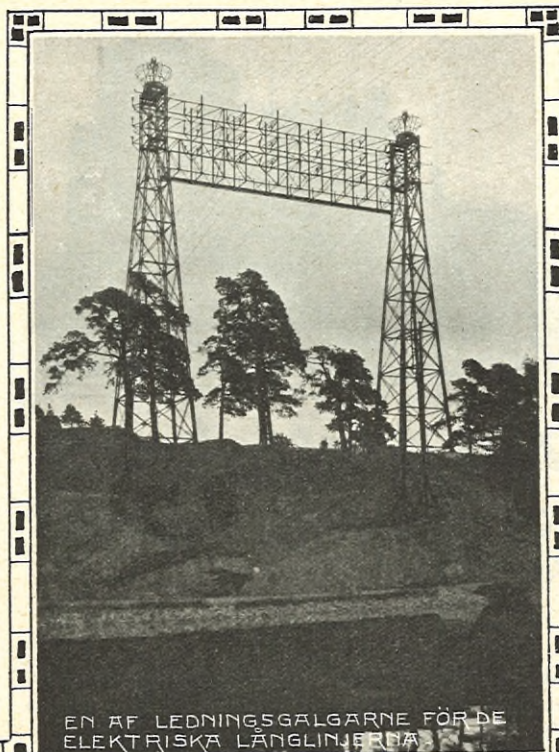
* Se Sommarboken, art. af Gustaf Stjernström.

förhållanden enastående arbete, ett af de största i Europa, påbörjades i slutet af 1906.

Kraftkanalen, anlagd på älvens östra strand, ända upp ofvanför Gullöfallet och sedan vid sidan af de olika fallen ända ned till nedanför Helvetesfallen vid Oliderhålan, där kraftstationen är belägen, är cirka 1,300 meter lång och helt utsprängd i berget eller murad af betong. Ett stycke nedanför intaget, där vid en kommande förstoring af kraftstationen en ny kraftkanal skall utsprängas parallelt med den nuvarande, har man byggt en dammlucka af järn, som med sina dimensioner af 17 meter i bredd och nära 9 meter i höjd samt vägnande 60 ton, lär vara världens största dammlucka.

Öfver trafikkanalen har man för uppbärande af de elektriska långlinjerna måst uppföra två väldiga fackverksstolpar, 40 meter höga. Uppförandet af dessa har tillgått så, att man genom tillskarfvande af delar *underifrån* nått erforderlig höjd.

Anläggningskostnaden för kraftverket uppgår till närmare 12 miljoner kr. Den elektriska energien, beräknad till 80,000 turbinhästkrafter,



EN AF LEDNINGSGALGARNE FÖR DE ELEKTRISKA LÅNGLINJERNA.

Sedan Göta kanal, Platens storverk, blifvit färdig, måste Trollhätte kanal ombyggas på grund af slussarnas ringa storlek. Den nya Trollhättekanalen, som framdrogs vid sidan af den gamla, påbörjades 1837 i samma storlek som slussarna i Göta kanal, och var sju år senare afslutad för en kostnad af 3,141,345 kr.

Numera föreligger såsom känt plan för ombyggande af hela kanalen, och har utvidgningen af trafikleden Vänern—hafvet redan tagit sin början. Sålunda sysselsättes f. n. en arbetsstyrka om 750 man.

Förvaltningen af statens vattenfall vid Göta älf, äfvensom den s. k. Trollhätte kanal, har stått under en lokal styrelse, kanaldirektionen, med säte i Trollhättan, men från och med år 1909 äro de lagda under den nyupprättade k. vattenfallsstyrelsen i Stockholm, hvars chef är öfverste F. W. Hansen.

Trollhättan har f. n. en folkmängd af cirka 12,000 personer.

G. E.



DAMLUCKAN I KRAFTKANALEN.



PARTI FRÅN GAMLA SLUSSLINJEN.



PARTI FRÅN NYA SLUSSLINJEN.

kommer, sedan en del reserverats för elektrisk järnvägsdrift, att försäljas till kommuner och enskilda. Kraft levereras redan nu till ett flertal städer och samhällen i och för belysnings- och industriella ändamål. Man planerar äfven på öfverföring af kraft till Köpenhamn, och såsom i dagspressen kommit till synes, ha de tyska tidningarna efter deras redaktörers besök i Sverige, innehållit funderingar på kraftöfverföring från Trollhättan och till Berlin.

Arbetet med Trollhättans kraftverk har varit synnerligen pröfvande och farligt, och många olycksfall, de flesta med dödlig utgång, ha som bekant drabbat arbetarna därstädes.

Redan i början på 1500-talet framkom tanken på att kringgå vattenfallen genom en kanal, och en hel del mindre försök företogs äfven i denna riktning, men det var först under senare delen af Karl XII:s regering, som man tog itu med saken på allvar. Polhem uppgjorde en plan, enligt hvilken fyra slussar skulle byggas. Dessa blefvo emellertid aldrig fullbordade, och år 1756 beslöt riksdagen så öfvergifva Polhems plan.

År 1793 fick ett bolag privilegium på "Trollhätte kanal- och slussverk", och året efter började byggandet efter en plan, uppgjord af kapten E. Nordvall. Den 14 aug. 1800 öppnades denna kanal för trafik och kostade i anläggning 1,554,136 kronor.



KRAFTKANALEN OCH KYRKAN.



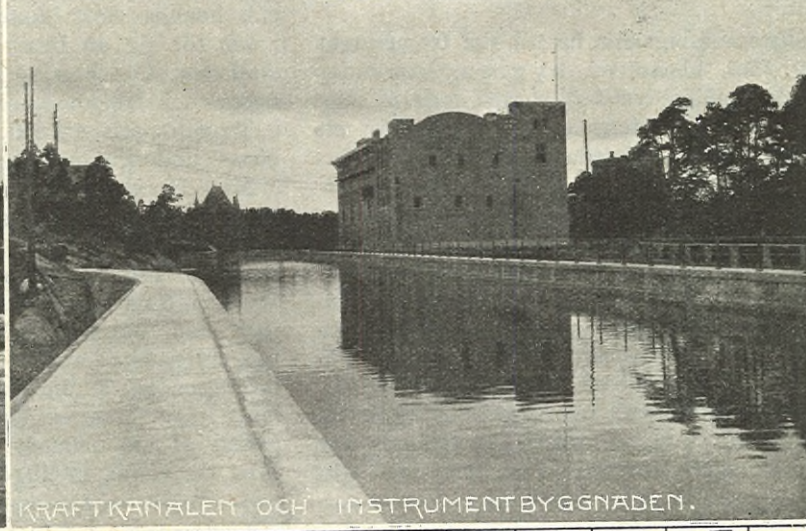
KLIPPGROTTAN MED KUNGANAMNEN.



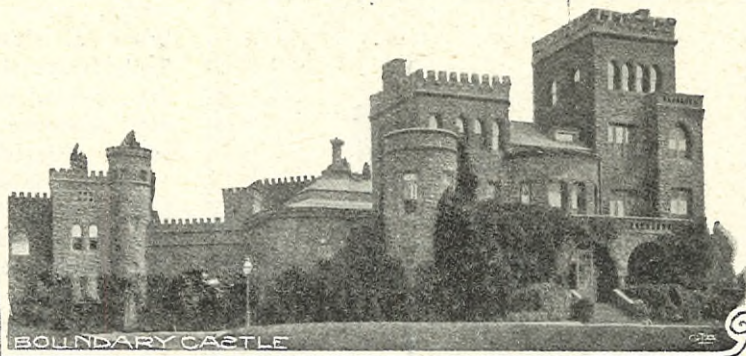
STAMPESTRÖMSFALLET OCH KUNG OSCARS BRO.



KRAFTSTATIONENS OCH TUBINTAGNINGSBYGGNADERNÄ.



KRAFTKANALEN OCH INSTRUMENTBYGGNADEN.



Hälsans aristokrati

NÅGRA ORD OM EN KVINNLIG HÄLSO- APOSTEL .

ALLA KÄNNA betydelsen af aristokrati såsom uttryck för förhärskande, utvald klass i formerna börsaristokrati, penningaristokrati eller — kanske den ursprungligaste egentligen grundläggande, ehuru sedermera ej såsom jämställd ansedda — intelligensaristokrati. Men en hälso- eller sundhetsaristokrati af hälsostrålände, af kroppslig och andlig vigör genomfyllda människor torde vara hvad världen i nuvarande tider bäst behöfver och en sådan är det som den amerikanska hälsoaposteln Mrs Mary Foote Henderson vill kreera i sina förslag och i sitt verk, »The Aristocracy of Health», en studie öfver kroppslig kultur, våra favoritgifter samt en national- och internationell förening till befordrande af kroppslig kultur.»

Tillräckligt känd är den moderna kulturens, särskildt den sista tidens, många och storartade framsteg, hur människan underlägger sig naturen på det ena området efter det andra och gör sig till dess herre samt oupphörligt uppdyrkar och stegrar kulturen, men blir på samma gång i vissa fall dennas undergifne, bundne slaf. Hon tillgodogör sig, i rikt mått dess välsignelser, men undgår ej heller dess förbannelser. Hon insuger all kulturens sötna, men faller jämväl offer för dess smygande gifter, ofta förklädda, förföriska, ljufva, men icke desto mindre gifter, som under den fortsatta frammarschen hota intränga till och fräta kulturmanniskans och mänsklighetens lifsnerv. Det är både kropps- och själsgifter, men nästan utan undantag är grunden att söka i de förra, och följderna visa sig i alla slags kropps- och själssjukdomar, kroppsligt försvagande hos släkte efter släkte, i andlig och moralisk depravation, som i sitt förlopp betyder urartning och till sist undergång, försåvidt ej det onda i tid motarbetas och hämmas.

Kulturens afvisidor ha till sist framvingat något som benämnas hygien, hvarunder förstås ett målmedvetet tillvaratagande af samhällets och individens hälsa. Dock har ett folk, det judiska, alltsedan urminnes tider förstått betydelsen af och iakttagit vissa hygieniska åtgärder både i sin lagstiftning, sina sedvänjor och sitt lefverne, en viss samhällelig och personlig hygien, och därför har detta folk trots förtrycket och vedervärdigheterna, för hvilka det varit utsatt, bestått genom tiderna. Mot det svåraste kulturgiftet, samhällets och individens sannskyldige fiende, kroppens, själens och moralens tillintetgörare, alkoholismen, har man nödd och tvungen här och hvar öppnat verkligt strid, som med för-

stånd och ihärdighet behöfver fullföljas, men det återstår ännu flera andra, och som dessa gifter oftast ingripa i och frammana behöfvet af hvarandra och tillika innesluta benägenheten att skapa nya, måste de också alla bekämpas. Detta har Mrs Henderson tillfullo insett, hvarför han i sitt nämnda stort anlagda verk, »Aristocracy of Health», framdrager och synar dem från alla sidor och manar till deras ihärdiga bekämpande. Hon vädjar visserligen till mänsklighetens båda hälfter, men man märker, hur hon särskildt tilltänker sina medsystrar rollen att såväl bära fanan i den öppna striden som att arbeta i det stilla obemärkta, i hem och vid härd, för att upprycka giftrötterna och bereda en ny jordmån för kommande släkten, en mänskligheten omfattande hälsoaristokrati, sedan urartning och den sociala nivelleringen bortsopt alla andra predestinerade och privilegierade aristokratier.

Den moderna kulturens afvisidor och missförhållanden med ty åtföljande degeneration kunna blott hejdas och inskränkas genom ett hämmande af kulturgifterna genom att så långt möjligt uppgifva dessa och återvända till ett mera naturligt lefnadssätt visavi näring och njutning. Men det behöfves jämväl i och därmed ett återvändande till närmare umgänge med, ett lif i naturen. »Tillbaka till landet!», »Återvänd till naturen!» ljuder nu ropet ur städernas stenöknar. Denna naturlängtan synes på sistone ha verkat som ett instinktligt förnummet behof, som röjer sig i alla länder och bland alla klasser, hvilka af yrke och lefnadsuppgift en stor del af sitt lif äro afstängda från naturen. Det är en tvingande reaktion mot det öfverväldigande, förkrossande kulturlifvet.

Mrs Henderson gör sig som sagdt till ifrig tolk för allt detta, och därför förtjäna hon och hennes verk jämte det allvarliga ämnet i och för sig att beaktas äfven af en svensk läsekrets. Det kan ej jäfvas, att det är kvinnorna och hemmen, som kunna verka mest i striden och arbetet, och därför böra de göras underkunniga om målet och medlen.

Mrs Henderson tillhör den nya världens både börs- och börsaristokrati. Jämte sin man senator John B. Henderson har hon länge intagit en framstående plats bland Washingtons förnåma värld. Hennes magnifika hem, Boundary Castle, högt beläget ofvan hufvudstaden, var bördens, börsens och intelligensens stadiga mötesplats, där Mrs H. intog plats som en societetens drottning på grund af sin persons allehanda företräden. Med sin vakna intelligens fick hon emellertid

syn på den moderna hälsorörelsen och alla de samhälls- och individualiteten den söker bekämpa. Hon afstod snart från societetslifvet och begynte ett nytt lif i studier och undersökningar rörande hygieniska och sociala frågor. »Jag begynte,» säger hon, »studera hygien och allt därmed sammanhängande. Ju mer jag studerade kroppskultur, desto mer fann jag den alltigenom förbunden med hvarje jordisk framgång. Den hade äfven sammanhang med religionen. Hvar ligger hufvudorsaken till goda eller dåliga tendenser? Den främsta regeln i all kroppslig kultur är denna: 'förgifta ej dig själf'. Att förgifta sig själf är att förgifta hvarje värdig tanke, hvarje arbete.»

Hennes första praktiska företag var en öfvergång till ett hygieniskt lefnadssätt för sig, sin familj, sitt hus samt att upptaga kampen mot alkoholismen, hvari hon troget understöddes af sin man. De ville lefva som de lärde. Följaktligen var bland det första de företogo sig att sända den rika och dyrbara vinkällarens å Boundary Castle innehåll i kloaken. »Vi vilja ej skänka eller sälja bort hvad vi själfva hålla för det fruktansvärdaste gift, för att ej bli orsak att förgifta andra med hvad vi vilja unvika själfva,» säger hon. Och hon fortsätter att bekämpa det ena efter det andra af våra kulturgifter.

»The Aristocracy of Health» är icke en genomförd, logisk afhandling eller dylikt, utan snarare ett registratur öfver författarinnans studier och arbete, ett sammelvärk i hygien, som hämtats från många olika håll, och blir dock ett sammanhängande helt af stort intresse, en fyndgrufva i allmän hygien och personlig lefnadskonst.

Den mänskliga rasen är sjuk, begynner hon sitt verk, är anemisk. Världen, som är ett paradys, men af människan förbytes till ett sjukhus, ses och dömes blott med sjuklingens ögon.

Tänk efter, käre läsare, huru många af edra personliga bekanta äro fullt friska vid 50—40—30 år? Tre—två—en? Kom ihåg, att ej sätta hälsostandarden för låg! Ej under en flock fåglars t. ex., som alla äro fysiskt lika friska och vackra.

Skogens fåglar, hafvets fiskar, skogens djur och liljorna på marken representera lifvet efter hvar sin art i dess strålände fullhet, men ej så — människan. En frisk människa — en hälsoaristokrat, en modell för en framtida grekisk skulptör — är sällsynt att skåda. Kränkandet af hygieniska lagar har blifvit så allmänt och så länge förhärskande, att mänsklig urartning har kommit att betraktas som mänsklighetens bestämda lott. Det mänskliga lifvets dekadenta ställning är sådan, att något slags giftvana antages vara nödvändig för att kunna lefva respektabelt och tillfredsställt.

Och uppfostran och utbildning! I motsats till rosorna eller djuren som människan utvecklar och utbildar kommer hon att sakna den kultur hon ägnar dem, kanske resultat af noggrannaste studium och omsorg. I fråga om dem elimineras alla skadliga inflytelser. Men människans fysiska träning och utbildning så nära förbunden med den moraliska öfverlämnas åt slumpen och härskande moder. Människans familj, hennes skola, kyrka, stad, stat, land ha tolererat och uppmuntrat det ogräs och de parasiter, som förkväfvat eller sluka det bästa i människolifvet. Hur mycket af mänsklig blomma och frukt har ej gått förloradt för världen af brist på verkligt fosterande vård!

Hur beklaglig är ej den trånga meningens af begreppet »hälsa» i fråga om människor.

LÄS!

Några äldre årgångar realiseras till betydligt nedsatta priser och erbjudas för dem, som förut ej äga desamma, en billig, omväxlande och lärorik lektyr. Mot insändande af nedannämnda belopp till Expeditionen af Idun, Stockholm, erhålles inom Sverige portofritt:

Idun 1892	2:—	Idun 1908 (med julnumret)	5:50
Idun 1893 (nr 1 felas)	2:—	Idun 1909 (med julnumret)	6:—
Idun 1895 (utan julnummer)	2:—	Iduns julnummer 1894	0:20
Idun 1904 (med julnumret)	4:—	Iduns julnummer 1898	0:20
Idun 1906 (utan julnummer, nr 25 o. 52 felas)	4:50	Iduns juninummer 1905	0:50
Idun 1907 (med julnumret)	5:—	Barngarderoben 1905, komplett	2:—

LÄS!

Förnöjdheten med en låg hälsostandard har utan tvifvel varit hufvudorsaken att man afstår att eftersträfvat verklig hälsa. »Jag mår bra,» säger människan med sin förlamade gom, sin bristande smak för enkel föda, sin defekta syn, sin trötthet och förstämningar, sin pessimism, sin indigestion, förkylningar, känslighet för väder och vind, sitt behof af läkemedel, af — alkohol, tobak, te, kaffe, kryddor m. m.

Hvad är verklig hälsa? Låt oss få en klar idé af detta ords mening! Hälsa är mer än en blott omedveten bild om ens kroppsliga existens. Det är ett positivt nöje i att hafva en kropp, positivt nöje i alla de verksamheter, som utveckla det bästa i lifvet, positivt misshag med allt som degraderar hälsan. För att vara frisk måste man vara det ur hvarje synpunkt.

Hon skildrar värtaligt de nämnda favoritgifternas förefintlighet, utbredning och förstörande inverkningsar ej blott i eget land, utan äfven bland de europeiska folken, uppsamlade dokumenten rörande dessa sorgliga förhållanden från alla håll. Målet att emancipera sig från dem och nå hälsostandard, att rycka upp sig ur degenerationen är främst kunskap om gifternas verkningar, att söka lösgöra sig från dem medels kropps- och själskultur, ett dietiskt lefnadsätt i vidsträckt bemärkelse. I fråga om diet i inskränkt bemärkelse, näringen, förordas en vegetarisk såsom särskildt gynnsam och ägnad att öfverkomma giftbruket. Man må i alla hänseenden svinga sig upp till lefnadskonstnär.

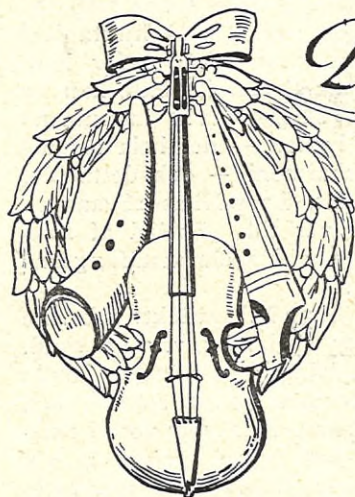
Målet är att känna lycka och harmoni inom och utom sig. Mathew Arnold förklarade lyckan vara resultat och belöning för arbete, mod och sanningskärlek. Den stackars Carlyle, säger hon, hade alla, men var dock den olyckligaste bland män. En vän till honom plögade säga, att han alltid låg på en osynlig sträckbänk. Carlyle var emellertid med all sin lärdom och all sin filosofi ingen lefnadskonstnär i fråga om sin kroppskultur. Hennes fem regler för lycka äro: hälsokultur som en förhärskande lifsprincip; ständig verksamhet för fullföljande af värdiga ändamål; sociala böjelser — familj, vänner, val af ädla, gagnande nöjen; öga för det kommande i alla våra handlingar.

Ju närmare och innerligare mänskligheten ställer sig i sitt förhållande till naturen och efter dess lagar, desto mer renas och höjes den, och det mänskliga och gudomliga smälta samman. Människosläktets olycksdigraste misstag härröra från ignorandet af det faktum, att den fysiska, psykiska och moraliska människan äro skilda åt. Liksom grenarne och rötterna i ett träd utgöra de kroppsliga, andliga och moraliska funktionerna tillsammans den normala människan. Vi behöfva lära oss, att för att lefva i harmoni med det oändliga måste vi lefva i harmoni med naturen. Grundtonen i den moderna tanken är — naturen. En vidare broderlighet, en universellare samverkan behöfves, för att människan må uppnå en ställning af välbefinnande och lycka, ett förverkligande af det högsta goda, som jorden kan gifva.

GUST. STJERNSTRÖM.

Riddarpojkarne säng,

Johan Nordlings dikt, i tonsättning af Richard Norén, finnes fortfarande att tillgå å Iduns expedition, Mästersamuelsgatan 43, Stockholm, till ett pris af 2 öre pr styck, då minst 50 ex. rekvireras.



Riksspelmansstämmor.

MÅNGA MUSIKER och många musikanter ha besökt Stockholm, men någonting liknande denna riksspelmansstämma, som nu hållits i tre dagar, ha vi ännu icke skådat eller hört. Att från parkett å Skansens nya friluftsteater lyssna till alla dessa polskor och låtar på horn, fiol eller klarinett har också haft sin alldeles säregna tjusning.

Än har det varit en ung och blek speleman som med ögonen i estradens grästufvor och hela sin själ i fiolen lockat fram glada polskor och vemodiga visor med sin stråke, än Ris Kersti Persdotter, den brunbrända gamla kullen, som med ansiktet mot Zorn likt turken mot Mekka låtit höra ur kohornet dessa vackra vallåtar, som skalla bland de blå bergen i tidiga morgnar. Än en gammal lutande halländing, bohusländing jämtländing eller dalmas, så säker på sin fiol men så rörande tafatt förresten som gett oss det bästa af sin repertoar, dessa visor, som "far hört af trollen" eller som spelats af någon gammal ryktbar spelman på den tid, då ännu icke dragspel och mässingsinstrument och moderna slagdängor trängt sig fram-

TYPEN FRÅN RIKSSPELMANSSTÄMMAN.

1. RIS KERSTI BLÅSER OXHORN.
2. HÖÖK OLOF-ANDERSSON, DALARNA.
3. HALVARSSON, DALARNA.
4. BENGTSOON, HALLAND.

om de gamla instrumenten och låtarna. Med det lifligaste intresse har publiken de olika gånger, som spelmännen låtit höra sig, följt deras prestationer, och förvåningen har nog varit stor öfver att vi ännu äga en sådan skatt af folkliga visor och melodier och så många skickliga spelmän med en konstnärs känsla bakom den grofva rocken.

Initiativet till riksspelmansstämman hat tagits af stadsnotarien Nils Andersson i Lund och Nordiska museets ledande män. Herr Andersson har länge arbetat för denna den folkliga musikens renässans, som sedan genom exemplet från de af Zorn arrangerade spelmanstämningarna i Dalarna börjat bli en verklighet. När man nu genom täfningarna i bygderna fått kännedom om de skickligaste spelmännen, har man låtit inbjuda ett sjuttioatal landtliga konstnärer, och det är genom dem som Visan, den stumma och försvunna, åter stigit fram och låtit höra sin röst ibland oss. Och när de nu komma hem och berätta om hur de hedrats i Stockholm för sina visors och polskors skull, skall det kanske klarna för folket ute i bygderna, att där ligger mera värde i de folkliga låtarna än hvad de hittills förstått.

Som ett apropos till spelmansstämman hänvisa vi för öfrigt till den unge Norrlandsförfattaren Valdemar Lindholms intressanta uppsatts å nästa sida om de lappländska spelmännen och deras traditioner.

5. JOHAN SJÖDIN, UPPLAND.
 6. KARL BJÖRKLUND, ALINGSÅS.
- I VIGNETTEN DET AF ZORN KOMPONERADE SILFVERMÄRKE, SOM TILLDELAS ALLA DELTAGARNE. A. BLOMBERG FOTO.



Uppgif lifvidd (under armarne), midjevidd och kjollängd erhåller Ni till Eder figur

fullt tillförlitliga, moderna och eleganta

Pappersmönster.

Erhållas omgående till nedanstående pris inom Sverige: Bluslif 40 öre, Kjolmönster utan släp 50 öre, Prinsessklädning 75 öre, Reformdräkt 75 öre, Barndräktmönster 50 öre, Kragmönster (Pellerin) 50 öre, Kappmönster 60 öre, Nationaldräktmönster 1 kr. Mönster kunna äfven beställas efter andra än våra modeller. Beställning skall då åtföljas af den modell som önskas. Priset är då dubbelt mot det vanliga.

Expedieras portofritt inom Sverige om rekvisition åtföljd af likvid insändes till

Norrlandsgatan 16, Stockholm,

Mönsteraffären "Chic".

