

almindelig Regel, og dens Anvendelse i det specielle Tilfælde og i det daglige Liv er noget, som atter og atter vækker Tvivl og Betænkelighed.

Et ydre køligt Forhold virker stimulerende paa Nerverne. Disse ansføres derved og virker atter tilbage paa de Organer, som forestaar og besørger de kemiske Omsættninger i Legemet og derved frembringer Varme. Paa denne Maade bringer altsaa den ydre Kulde til en stærkere Varmeudvikling. Og det er denne Kamp, som styrker. Det gamle Ord, at Livet er en Kamp, er et meget sandt Ord; og Livet *skal* være en Kamp. Vort hele Legeme er indrettet paa at føre en Strid og en sejrrig Strid mod ydre skadelige Indflydelser; men det er jo ikke nok, at Legemet er indrettet derpaa, vi maa ogsaa forstaa dette; vi maa lægge vor gode Vilje til, vi maa indse, at dette er Livets Kaar. Vi maa ikke paa alle Maader søge at beskærme os, at bygge en Mur om os og undgaa alt det udenfor os, som kalder vore Kræfter og vor Energi til Virksomhed.

Hvad nu denne Sygdomsaarsag, som man kalder Forkølelse, angaar, saa er det vistnok saa, at dens egentlige Væsen er ubekendt, og man gør jo Nær af Lægerne, som ikke med alt deres Studium er komne saa vidt, at de kan forklare, hvad en dagligdags simpel Forkølelse er. Forkølelse er kanske dog tilsidst ikke saa dagligdags, som mange tror; den er kun en Syndebuk, som faar Skyld for en hel Del andre Sygdomme, for hvilke man ikke kan finde den rette Aarsag. Der kan dog ikke være Tvivl om, at der virkelig gives Forkølelssygdomme, altsaa saadanne, som fremkaldes ved Indvirkning af Kulde.

Da der altsaa gives Forkølelssygdomme, saa maa man passe paa, at man ikke driver sin Afhærdning for vidt, at man ikke ved en urimelig og uforsigtig Brug af Kulde fremkalder netop det, som man vil styrke og beskytte sig mod.

Med Hensyn herpaa kan man give følgende Regler:

1. Man skal ikke søge at hærde ganske smaa Børn, men Muligheden og Nytten af at hærde dem indtræder ved en vis Livsalder og stiger med den.

2. Den mest passende Aarstid for Hærdning er Sommeren, den mindst passende er Vinteren.

Sommeren er den mest passende Tid, fordi man da uden Risiko kan anvende de forskellige Hærdningsmidler og da navnlig stadigt Ophold i den friske Luft. Om Sommeren bør dette ogsaa udstrækkes til Natten. Det er rigtigt og hensigtsmæssigt for Børn over 5 Aar, at man lader et Vindue staa aabent i Soveværelset eller i det tilstødende Værelse, hvortil Døren staa aaben. Dog bør Barnets Seng ikke staa i Nærheden af det aabne Vindue; dette bør i Reglen heller ikke staa helt, men kun halvt aabent eller paa Klem, og Trækken fra Vinduet bør ved Forhæng ledes saaledes, at den ikke stryger lige paa Sengen, men ledes ind i Værelset i den Retning, hvor *ikke* Sengene staa. Af nogen Betydning er det ogsaa, at Sengen ikke er for lav; den kolde Luft holder sig, som bekendt, nede ved Gulvet, den varme stiger opad. I meget smaa Soveværelser lader man, som sagt, Vinduet hellere staa aabent i det tilstødende Værelse.

Højskolehjemmet i Odense.

For 10½ Aar siden blev der oprettet et Højskolehjem af Karen Jørgensen i en lille Lejlighed i Søndergade Nr. 1; allerede et halvt Aar efter kunde det flyttes hen i en større Lejlighed paa Hjørnet af Torsgade og Dronningensgade, hvor det har været i 10 Aar, og medens Karen Jørgensen har boet der, har hun maattet leje endnu en større og en mindre Lejlighed i samme Gaard og i Gaarden ved Siden af, fordi hun stadig kom til at mangle Plads.

I den forløbne Vinter har Karen Jørgensen set sig i Stand til selv at lade opføre en Bygning i Dronningensgade lige overfor Valgmenighedskirken. Bygningen ligger kønt, og man har fra dens Værelser en vid og prægtig Udsigt over Kanalen og Smaahaverne i Nærheden af Odense. Selve Bygningen er stor og tager sig udmærket ud; man standser uvilkaarlig for at betragte den; men man behøver ikke længe at være i Tvivl om, hvad det er for en Bygning; thi paa Facaden staa Navnet „Højskolehjem“ under et Billede af Hejmdal. Bygningen er 3 Etager høj, desuden er der en høj Kælder med 2 Lejligheder til Udleje og et Atelier øverst oppe, hvor en kvindelig Fotograf, Kristine Kristensen, har sin Virksomhed.

Dette Højskolehjem blev indviet den 23de April. Dets store Sal samt de tilstødende Værelser var fulde af Mennesker, der var mødte fra Land og By. Der blev talt mange gode Ord af de indbudte Talere. Hr. Højskoleforstander Schrøder, Hr. Folketingsmand, Gaardejer Kr. Lohmann og Hr. Pastor Nygaard. At gengive Talerne vilde føre for vidt; men jeg vil gerne have Lov til ganske kort at nævne Grundtonen i det, som blev sagt: 1) At dette Hjem, som havde kunnet samle saa mange, nu i den ny Bolig stadig maatte blive sin Opgave tro, at være „et Hjem“, der sammen med alle smaa og store Hjem i vort Folk kunde blive i Stand til at værne og fremelske alt godt, idet de gode Minder og det lyse Haab altid fandtes til Huse der; 2) at Højskolen maatte faa Lykke til stadig at udrette en god Gerning i vort Folk, saa at flere og flere kunde faa Øjnene opladt for alt det, som højner Menneskelivet, uden at derfor vor daglige Gerning blev forsømt; 3) at det menneskelige og det kristelige kan slet ikke undvære hinanden, uden at det bliver til Skade for en af Parterne, hvorfor det Ønske blev udtalt, at det gode Forhold, som Højskolehjemmets Beliggenhed over for Kirken billedligt tyder paa, stedse maatte blive bevaret.

Der var Stemning over Mødet, fuldtone Sang, i mangt et Øje saas Taarer blinke frem, og det er ikke underligt; thi Karen Jørgensen bar Evne og Vilje til at være noget for dem, som bor hos hende, naar de har en Gerning at gøre her i Byen og ikke har deres eget Hjem at bo i, for dem, som kommer tilrejsende, og ikke mindst for os unge, som er velkomne hos hende, ikke alene, naar der er en eller anden festlig Lejlighed, men ogsaa til Hverdag. Er der noget, man *skal* have talt med hende om, faar hun altid Tid dertil, skønt hun har meget at tage Vare paa, og man gaar ikke fra hende uden at have faaet mere Klarhed. Vi skylder hende meget, og derfor vil jeg gerne slutte med at udtale et

„Til Lykke med det ny Højskolehjem“.

Odense, den 23de April 1893.

Anna Lohse.

Ny Fredsforening.

Faa Steder i Landet har Fredsadresserne været underskrevet i saa rigt Maal som i Vejle og Omegn. Det nye, meget lovende Blad „Vejle Amts Dagblad“, udgivet af Falkenstjerne og redigeret af H. Henriksen, kan vistnok tilskrive sig en Del af Æren for at have vakt denne store Kredses Interesse for Fredssagen. Det var da ogsaa Redaktør Henriksen, der i Spidsen for en mindre Kreds af Fredsvenner havde indbudt Fru Johanne Meyer fra København til at holde et Foredrag om Fredssagen den 27de April paa Raadhuset i Vejle.

I den store, smukke Sal havde der samlet sig en forstaaende Tilhørerkreds, som med den største Interesse hørte Fru Meyers Foredrag. Redaktør Henriksen ledede Mødet, og der dannedes derefter en Fredsforening, hvoraf det foreløbige Forretningsudvalg blev: Redaktør Henriksen, Pastor Bast, Guldsmed Gulbrandsen, Fru Garde og Fru Sørensen.

Da man havde erfaret, at Fru Johanne Meyer kom til Vejle, havde Højskolehjemmets Bestyrelse indbudt hende til at holde Foredrag i Højskolehjemmet i Vejle, lige som Kvindelig Fremskridtsforening i Kolding afholdt et Møde paa „Fremad“ med Fru Meyer som Taler. Fru Meyer talte begge disse Steder om Kvindesagen.

Meddelelser.

Kvindelig Fremskridtsforening afholder selskabelig Sammenkomst med Bal Mandagen den 8. Maj Kl. 8½ Skindergade 9. Billetter à 25 Øre faas hos Bestyrelsen ved Indgangen.

Ædelt Vildt.

En Kvindes Roman. Af Ida Boy-Ed.

Oversat af Sofie Horten.

„Jeg ved det ikke! Aa, kære lille Frøken, De skulde dog gøre alt, for at vi kan komme bort fra denne Ensomhed. Deres Fru Moder vil blive i meget bedre Humør, dersom hun havde lidt Adspredelse, men det vil hun slet ikke tro. I alle de Aar, jeg har været hos hende, har jeg endnu ikke hørt hende le hjerteligt.“

„Vær blot rolig,“ sagde Ottilie, „jeg staaar bagved Onkel Lothar, og vi er enige. Jeg holder ellers nok af at være her. Bjergerne er langt smukkere at se paa end Skerstenene i Byen.“

Hun løb nynnende ned ad Trapperne, rev Døren til den store Dagligstue op og blev forskrækket staaende: Fru Mariane laa paa Knæ paa Gulvet og havde skjult sit Ansigt i Sofaens Puder; Hænderne laa sammenfoldede op ad Kinden, og Fingrene var krampagtigt sammenknugede.

Sørgmodig og angst listede Ottilie sig bort.