

UIT MIJN JONGEN TIJD.

HET LIED DER JEUGD.

Och, lief kind van negen jaren,
Zing nog eens dat lied voor mij.
Is me ook haast de jeugd ontvaren,
'k Zong het eens, toen 'k was als gij.
Wist ge eens, wat herinneringen
Bij dat lied al zwevend gingen
Aan mijn ziel voorbij!

Heb 'k niet eerst dat lied vernomen
Van een moeder, vroom en zacht,
Lang ter langste rust gebracht,
Haar, die nimmer weer zal komen,
Maar, God lof, mij ginds verwacht?

'k Zong het eens zoo vrolijk mede,
Mee met honderd even klein,
Argloos, van veel kwaads nog rein.
Slechts wie kind heet, kent nog vrede.

Straks de wereld ingegaan,
Ruw in 't leven uitgestooten,
Vreemd vervreemde reisgenooten,
Wie heft thans het lied nog aan,
Eens door honderd aangeheven?
Zijn wel tien het trouw gebleven?

Ja gij, jonge moeder thans,
Die met 't tweetal lievelingen
Weer het lied der jeugd moogt zingen,
Hoop en vreugd en kroon uws mans,
Gij, volheerlijk, zijt gij niet
Zelf uw God een levend lied?

'k Zie een andre jonkvrouw wenken
Kleurge bloemen in het haar,
Weeldrig schoon in 't twintigst jaar;
O, wien zij heur hart zou schenken...
Zong haar rozenmond ook 't lied,
Ach haar ziele zong het niet,
Zocht vreugd die de wereld biedt.
Tot zij, lang met harten spelend
De andre, als 't haar, straks vond versteend;
Maar geen zuster met haar deelend,
Sprak van hoop, geloof, geduld —
Was het niet haar „eigen schuld”?

Dat haar God vergeev', haar trooste,
Hij, Vergever aller schulden — ook der grootste.

'k Zie ook u weer, jonge broeder,
Eens de ziel van menig kring,
Op uw doodbed, wijl een moeder
Lispt: wat wilt ge, lieveling?

'k Hoor nog eens uw antwoord: Zing,
Zing mijn lied! 'k Zal 't daar ook zingen
Waar ik straks zal binnen gaan.

'k Hef nog eens met allen aan,
Die uw stervensspand omringen,
Wijl ge ontslaapt tot beter dingen
Dan ook dichtren hier verstaan.

Dagen uit mijn kort verleden,
Waar 'k, als Adam eens naar Eden,
Op terugzie uit dit heden,
Toont uw lied, o kind, mijn geest.

'k Weet ze zijn voor goed geweest.
Maar, vergetend wat voorbij is,
Wacht 'k in Hem, die aan mijn zij is,
't Lied van 't eeuwig Brulloftsfeest.

Waar elk lied, van jeugd, van grijsheid,
Voor den lof der eeuwge wijsheid,
Eeuwge liefde bovenal,
Blij en heerlijk zwichten zal.

A. J. HOOGENBIRK.

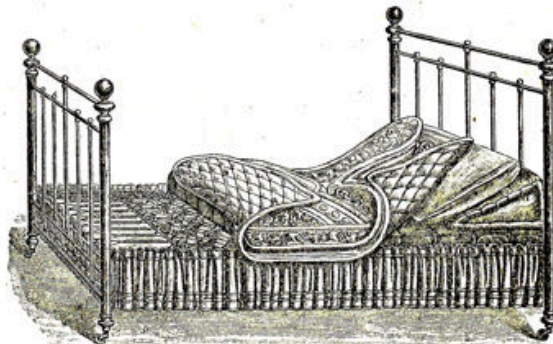


De inrichting der woning.

Bij de inrichting der woning beperke men *gordijnen* en *tapijten* tot het hoog noodzakelijke. De eerste nemen licht weg en de laatste zijn verzamelplaatsen van stof en ziektekiemen. *Geversie* of met *linoleum* belegde vloeren hebben dit nadeel niet, ook kunnen zij gemakkelijker gereinigd worden; wat zij aan schoonheid missen, winnen zij aan praktisch nut. *Behangsels* van mooie groene of donkerroode kleur bevatten soms het vergiftige arsenik; door het inademen van kleine deeltjes, die van het behangsel losraken en in de lucht zweven, kan een chronische vergiftiging ontstaan; ook hierop moet dus gelet worden.

De *meubelen* moeten goed te reinigen zijn. Gladde meubelen zonder veel ornamenten zijn in 'dit opzicht het verkieslijkst. De *stoelen* zijn gewoonlijk te hoog en meestal berekend voor groote mannen. Kleine personen en vrouwen zitten gemakkelijker en gezonder op stoelen, waarvan de pooten wat verkort zijn. Het is een vooroordeel, te meenen, dat alle stoelen in de kamer dezelfde hoogte moeten hebben. De zitting bestaat gewoonlijk uit vlechtwerk, hout of leder, waartegen niets is in te brengen, de rugleuning is echter meestal te hoog; om werkelijk gemakkelijk te zijn mag zij slechts tot het midden van den rug reiken. Ook de *tafels* zijn meestal te hoog, men zage de pooten zoover af, tot de bovenkant van de tafelplaat niet meer dan 70 cm. van den grond is verwijderd.

Het *bed* is een der belangrijkste meubelen. Wij brengen er ongeveer het derde gedeelte van ons leven in door. De hoofdvereischten, waaraan een goed bed moet voldoen, zijn: voldoende verwarming van den slaper en vrije bevordering van de uitwaseming van het lichaam. Uit dit oogpunt beschouwd zijn de ouderwetsche bedsteden met hun maffe, vochtige lucht, voorts ledikanten met zware gordijnen, en veeren onder- en bovenbedden te verwerpen.



Het hygiënische reformbed.

(Uit Hygiène.)

Het *hygiënische bed* moet voldoende lang en breed, niet te zacht en niet te warm zijn. Het bestaat uit een ijzeren of houten ledikant met een bodem van staalveeren; daarop komt een stroomatras, daaroverheen een driedeelige matras van zeegras of paardenhaar. Tot het toedekken dienen in den zomer een of twee wollen dekens, waarbij in den winter een katoenen deken, met natuurwol gevuld, en zoo noodig nog een dekbed voor de voeten komt. Het hoofd mag niet te hoog liggen, daar het lichaam in horizontale ligging 't beste uitrust. In zulk een bed is de slaap diep en verkwikkend, vooral als er voor reine, frissche lucht in de slaapkamer wordt gezorgd.