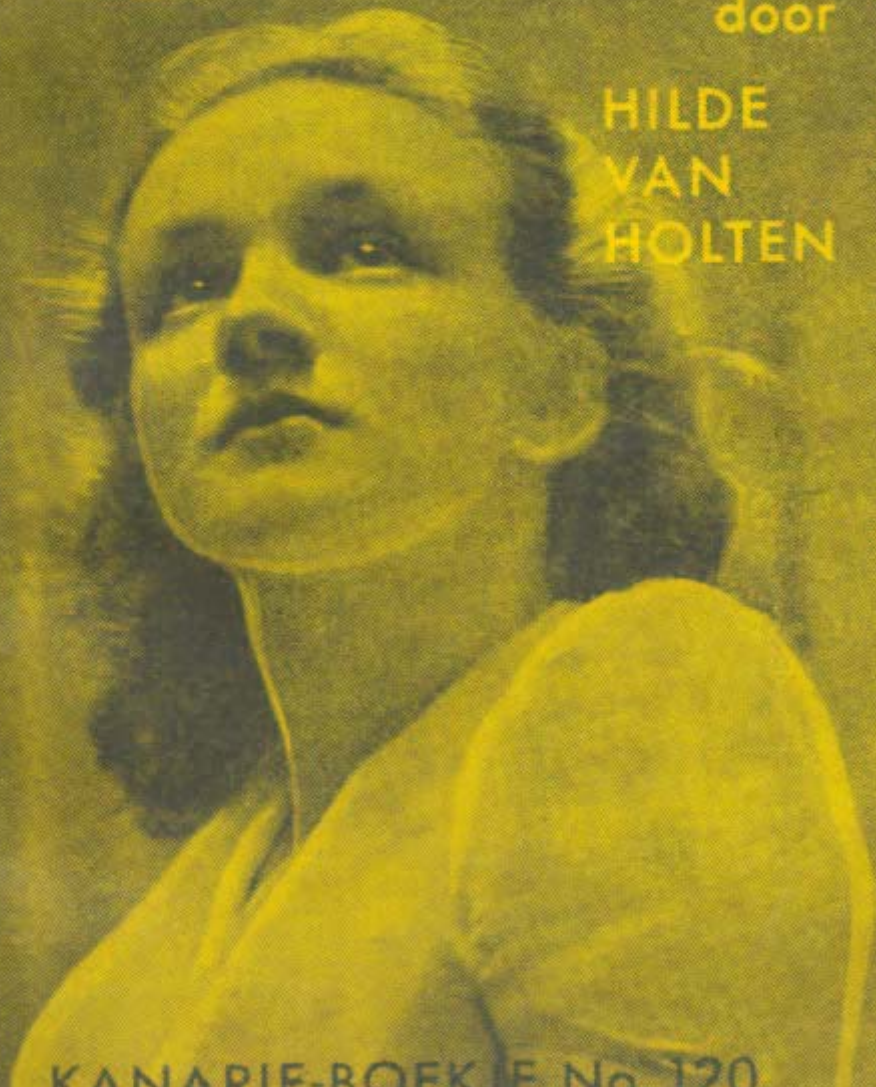


Wat opgroeiende meisjes moeten weten

door

HILDE
VAN
HOLTEN



KANARIE-BOEKJE No. 120

KANARIE-BOEKJE No. 120

WAT OPGROEIENDE
MEISJES
MOETEN WETEN

DOOR

HILDE VAN HOLTEN



N.V. MAANDBLAD SUCCES - DEN HAAG

| | Blz. |
|--|------|
| Ik sta aan jullie kant | 7 |
| Hoe ver zijn we op den levensweg? . . | 9 |
| Je hoeft geen angst te hebben | 12 |
| Omdat je lééft... | 14 |
| Bij plant en dier | 17 |
| Bij den mensch nog verhevener | 20 |
| Daar is voorbereiding voor noodig . . | 24 |
| Je bent uiterlijk veranderd | 27 |
| Waarmee begint het rijpingsproces? . . | 29 |
| Wat er nog bijkomt | 31 |
| Nog meer uiterlijke veranderingen . . | 33 |
| Je bent in je bakvisch-jaren | 36 |
| Dit was iets anders dan flirten | 40 |
| Hoe kom je tot dit gevaarlijke spel? . . | 42 |
| Waarom ik me hier zoo druk maak? . . | 46 |
| Verliefdheid en liefhebben | 48 |

Ik sta aan jullie kant

Willen jullie naar me luisteren, meisjes?

Ik weet wel, dat op jullie leeftijd het vertrouwen in het woord van de volwassenen niet bijster groot is. Jullie zijn er zóó aangewend, dat je door de ouderen uit je omgeving niet voor vol wordt aangezien, dat je er niet veel voor voelt om luister-bereid te zijn. Wat zouden de grooten, die doorgaans zoo weinig begrip toonen voor alles wat er zich binnen in jullie harten afspeelt, te zeggen hebben?

Ik kèn jullie sceptische houding en ik sputter er niet tegen.

Misschien zul je me niet gelooven als ik je zeg, dat ik het vertrouwen van jonge meisjes

zooals jullie altijd beschouw als een kostbaar geschenk, dat ik er trotsch op ben en het als iets moois ervaar, als een jong hart met zoo-veel rijke mogelijkheden zich openstelt voor mij.

Daarbij komt, dat mijn eigen jonge jaren nog niet zoo erg ver achter me liggen, dat ze niet in lichte beroering langs me heen zijn gegaan, en dat ik ze beleefd heb met alle blijte en verdrietige onstuimigheid.

Het jonge bruisende leven van het grootere meisje, de wordende vrouw, heeft mijn warme belangstelling, mijn oprecht meelevende, omdat ik uit eigen ervaring weet, wat er te maken is van de rijke schatkamer, die zij in zich bergt, mits ze warm begrijpen en oprechte liefde ontmoet.

Sta ik alleen al om deze reden aan jullie kant, mijn studiën hebben me met des te meer overtuiging die plaats doen innemen. Wat ik jullie zeggen ga, is daarom geen volwassenen-wijsheid, die langs jullie gevoels-

en gedachtenleven heen praat, maar het is levenswijsheid, die speciaal voor *jullie* bestemd is en die voor jullie neergeschreven wordt, geheel ingebouwd in *jullie* mentaliteit. Het zal me een zeer groote voldoening zijn, als jullie onder het lezen door kunt voelen, dat het inderdaad zoo is — dat je me dus vertrouwt en er je voordeel mee wilt doen, tot geluk van je zelf en van de heele samenleving.

Hoe ver zijn we op den levensweg?

Heb je er weleens over nagedacht, wat er zich allemaal heeft afgespeeld vanaf het moment, dat je hulpeloos in je wieg lag, tot aan de periode van je leven, waarin je nu bent? Niet alleen uiterlijk, maar ook innerlijk?

Dat je uiterlijk steeds grooter wordt en door blijft groeien totdat je volslagen vrouw geworden bent, dat merk je wel aan de num-

mers van je schoenen en aan de lengte van je jurken. Je verwondert je zelf er nauwelijks over, omdat je het als een natuurlijken gang van zaken beschouwt, dat kleine kinderen groot worden en dat de ouden moeten plaats maken voor de jongeren. Wat dezen uiterlijken groei betreft, weet je dan ook wel zoowat, hoe ver je op je levensweg gevorderd bent.

Maar dat je tegelijkertijd ook een innerlijken ontwikkelingsgang gevolgd hebt, dat er zich binnen in je een reeks van processen heeft afgespeeld, die elkaar systematisch hebben opgevolgd en alle hebben samengewerkt tot hetzelfde doel, namelijk de geestelijke rijpwording tot vrouw, daar heb je waarschijnlijk minder over nagedacht.

Misschien heb je je alleen in de laatste jaren bewust om je eigen innerlijk bekommerd, omdat je nooit eerder ervaren hebt wat een chaos het binnen in den mensch kan zijn. Omdat er nú momenten zijn, waarop tal-

looze vragen op je afstormen, waar je zelf geen raad mee weet en waarmee je niet bij anderen durft te komen. Omdat je nú dikwijls het idee hebt, dat er geen enkel exemplaar op den aardbodem rondwandelt, dat zoo raar denkt, voelt en fantaseert als jij.

Verontrust je niet, meisjes, over den chaos, die het binnen in je hart zoo vaak is. Het is zoo natuurlijk en zoo gewoon, dat je er haast blij om mag zijn, dat je, goddank, bent als ieder ander. Want, je bent wat je geestelijke ontwikkeling betreft, gekomen in een periode, die allerlei te voren niet gekende complicaties mee móét brengen, om straks niet alleen uiterlijk een volwassen vrouw, maar ook innerlijk een volkomen uitgegroeid individu te zijn.

Het leven stormt op je af met velerlei schoone beloften en rijke belevingen, maar ook met veel moeilijke vragen, die je angstig en verdrietig maken.

Dit wordt maar een klein boekske, maar ik

zal probeeren om je op het belangrijkste antwoord te geven.

Je hoeft geen angst te hebben

Dit vooraf: je hoeft voor het leven nooit of te nimmer bang te zijn. Ik zei je al, dat het onrustige, verlangende, verwarde dat je bij je zelf opmerkt, een gezond normaal symptoom van je voortschrijdende ontwikkeling is. Dat is één reden, waarom je gerust kunt zijn.

Vervolgens raak je den angst voor de nog onbekende levensmoeilijkheden, waarvan je het bestaan vermoedt en aanvoelt, kwijt, als je je er even rekenschap van geeft, dat je een deel bent van de groote Schepping, waarin alles en iedereen zijn vaste plaats en zijn eigen doel heeft.

Jouw bestaan heeft evenzeer een bedoeling als dat van al het andere levende en leven-

looze in de schepping. De natuur, waarmee je geboren bent, streeft in harmonisch samengaan van al je geestelijke vermogens naar rijping en bevrediging. Leiden we den motor van onze innerlijke driften en begeerten door het stuur van ons geweten en ons gezond verstand, dan heeft het leven geen geheimzinnigheden of dingen die verdonkeremaand moeten worden.

We staan met onzen geheelen lichamelijken en geestelijken inventaris in dienst van het scheppingsplan en geen enkele functie of vermogen in ons valt daar buiten. Geheimzinnigheden en vunzigheden in het leven zijn er als zoodanig *niet*. Ze worden gemaakt door degenen, die het zuivere inzicht in het leven verloren hebben; die den motor van hun instinctieve en lagere driften laten voortdollen als een dier, dat geen geweten en geen verstand als leidsman aan kan wenden.

Wat voor idee je ook hebt van de Macht,

die jou, evenals de rest van de schepping, op de wereld heeft gebracht, die Macht is er en heeft een doel met jou. Of je hem God noemt of de stem van je geweten . . . je ervaart hem binnen in je. Er zijn geen geheimzinnigheden in het leven, er is geen overbodige ballast in je natuur, er zijn geen in het donker werkende krachten, die je veiligheid bedreigen — jij bent, zoals je uit Gods hand kwam, met al je driften en hartstochten een moment van het groote wereldplan en je kunt daar als toekomstige vrouw een leven op opbouwen, dat rijk en gelukkig kan worden voor je zelf en de maatschappij.

Omdat je lééft . . .

Jullie denkt misschien: „je kunt ons nu wel vertellen, dat we een eigen plaatsje hebben in het groote wereldplan, dat we een eigen taak en een eigen doel hebben — maar we begrijpen zoo weinig van de wereldorde, van den samenhang tusschen al het geschapene

— misschien kunnen we onze taak *beter* aanvaarden, als we daar iets meer van weten.”

Te recht. Jullie zijn geen kinderen meer; je bent te groot geworden om op gezag van een ander te gelooven, als je zelf niets van het waarom inziet.

Trouwens, ondanks alle grootschheid en verhevenheid, is de manier, waarop het leven in al zijn uitingen ontstaat en in stand wordt gehouden, zoo simpel en zich zelf zoo gelijkblijvend, dat het niet moeilijk is om den zin er van te verstaan.

Nadat in den laten herfst iedere boom en plant zijn vruchten heeft geschonken aan de aarde en daarna als een doode treurt om de vergane glorie, zien we ieder voorjaar opnieuw met vreugde en ontroering de knoppen zwellen . . . nieuw leven komt om het oude afgestorvene te vervangen.

Tegelijkertijd zien we de jonge lammetjes

dartelen in de wei, de eerste vlinders boven de bloemen.

Ieder jaar opnieuw met nooit falende regelmaat afsterven van het oude en opbloeien van het nieuwe leven.

Ook bij den mensch, het belangrijkste en geniaalste product der schepping. Dagelijks luiden de doodsklokken, dagelijks ook is er vreugde in het gezin, waar een klein menschenkind zijn intree deed.

Alles wat leeft, heeft zijn plaats en zijn beurt in dezen cirkelgang van het leven en al het levende is slechts daar om te verdwijnen, nadat nieuw leven is voortgebracht. Dit is een wet der natuur, waar niemand en niets aan ontkomt; plant, noch dier, noch mensch.

Jullie, evengoed als ik, we léven en daarmee zijn we tegelijk ingeschakeld in de natuurwetten, die al het levende beheerschen.

Niets is natuurlijker dan dat jullie, opgroeiende meisjes, begrijpt, welk jullie aandeel is

in het vervullen van de taak, die het leven zelf je heeft opgelegd.

Bij plant en dier

Alleen doordat ieder levend wezen in staat is om alleen of met behulp van een ander, nieuw leven te verwekken, kan deze eindeloze keten van sterven en ontstaan voort blijven duren.

Dit is feitelijk niets nieuws voor jullie. Je hebt allemaal op de plantkundeles geleerd, dat de wolk stuifmeel, die in het voorjaar rondom den bloeienden hazelaar vliegt, die mogelijkheid van nieuw leven in zich draagt. Nietwaar, dit stuifmeel hoeft maar op den stamper van een der bloemen terecht te komen en daarmee te versmelten, om de vrucht, de kiem van het nieuwe leven, voort te brengen.

En je hebt geleerd, dat dit een proces van bevruchting was, omdat een mannelijke stuifmeelcel met een vrouwelijke voortplan-

tingscel van den stamper samen waren gegaan om de nieuwe vrucht te scheppen.

In dit eenvoudige voorbeeld, dat je al lang bekend was, ligt nu feitelijk het heele „geheim” van het voortbestaan van het leven besloten. Waarmee gezegd is, *dat het geen geheim is*. Het is alleen de manier, waarop de Schepper de geheele natuur op nagenoeg dezelfde wijze in staat heeft gesteld om, ieder in zijn soort, mee te werken aan de instandhouding van het leven.

Overal zien we de vereeniging van een mannelijk en een vrouwelijk element tot één levende kiem, waaruit het nieuwe individu zich ontwikkelt.

We zagen het aan een voorbeeld in de plantenwereld. Ook bij de dieren is in wezen hetzelfde proces te zien — het proces, dat in uiterlijken vorm zoo eenvoudig en zoo sober is, terwijl het ons toch telkens opnieuw vervult met een stil-makende bewondering en een diep respect voor de scheppende macht,

die in een onuitputtelijk kunnen, zònder onderbreken, nieuw leven blijft te voorschijn roepen.

Ik zal het jullie nog even laten zien aan een voorbeeld uit de visschenwereld.

Je kent allemaal, ten minste van naam, de forel?

Als het bevruchtingstijd wordt, vormt zich in het lichaam van de vrouwelijke forel, onderaan bij de aanhechting van den staart, een kolom van kleine eitjes, celletjes, die jullie al lang kent en kuit noemt. Bij den mannelijken forel gebeurt hetzelfde, alleen vormen zich andere celletjes, de z.g. zaadcellen, welke wij hom noemen.

Als de tijd daarvoor gekomen is, legt de vrouwelijke forel haar kuit in een kuiltje op den bodem van de beek en de mannelijke forel plaatst zijn zaadcellen eveneens daarin. En hier is weer de overeenkomst met het bovengenoemde proces bij den hazelaar: de vrouwelijke eicellen (bij den hazelaar in den

stamper) komen in aanraking met de mannelijke zaadcellen (bij den hazelaar de stuifmeelkorrels), hierdoor smelten ze samen, de vrouwelijke cel wordt door de mannelijke bevrucht en de kiem voor het leven van de nieuwe forel is daar.

Zóó eenvoudig is het... en toch moet zelfs de knapste hoogleeraar van onze twintigste eeuw bekennen, dat dit scheppen van het nieuwe leven iets is, waar hij alleen in bewondering en eerbied zijn hoofd voor kan buigen!

Bij den mensch nog verhevener

Zooals ik al zei: in wezen is het principe, waarop het voortbrengen van nieuw leven berust, voor de heele natuur hetzelfde, al kan de wijze waarop, verschillen vertoonen.

In de rangorde der dieren staat de visch betrekkelijk laag. Bij de hoogere dieren, die

jullie allen kent onder den naam van zoogdieren, is er in het voortplantingsproces dit verschil met de visschen: terwijl bij de visschen het samengaan van de mannelijke en vrouwelijke cellen buiten het lichaam plaats vindt, geschiedt dit bij de hoogere dieren binnen het lichaam van het vrouwelijk dier. De vrouwelijke eicellen bevinden zich nog in het lichaam, als de mannelijke zaadcellen er bij worden gebracht. Dus het proces der bevruchting heeft in het lichaam plaats en ook de kiem van het nieuwe jonge leven ontwikkelt zich verder in het moederlichaam, tot dat het, als het een zekere ontwikkelingshoogte heeft bereikt, door de moeder levend ter wereld wordt gebracht.

Degenen van jullie, die op het platteland zijn opgegroeid en volop in het natuurleven hebben gestaan, zijn wellicht meer dan eens getuige geweest van het ter wereld komen van nieuw leven. Nu zal hun de diepe zin hiervan waarschijnlijk duidelijker zijn!

Als scheepsel staat de mensch ver boven planten en dieren. De mensch is de koning der schepping, het meest geniale product, dat de Schepper heeft gewrocht — niet alleen wat zijn uiterlijk, maar vooral wat zijn innerlijk betreft.

De mensch, die behalve zien, hooren, ruiken, tasten, proeven, ook nog denken, voelen en willen kan! De mensch, die in volkomen afhankelijkheid van den Schepper, toch volkomen vrij zijn wil en verstand gebruiken kan. Dat is een meesterstuk, dat alleen goddelijk vernuft kon tot stand brengen.

Daarom heeft ook alles wat bij den mensch volgens natuurwetten geschiedt, diepere en schoonere beteekenis gekregen.

Ook bij den mensch berust de voortbrenging van nieuw leven op hetzelfde bovengenoemde principe; ook bij den mensch wordt door de bevruchting van de eicellen in het moederlichaam door middel van de mannelijke

zaadcellen de kiem van het nieuwe leven geschapen.

Maar behalve dat hier de mensch zelf dus mee mocht werken aan het voortbrengen van een nieuw meesterstuk der schepping, den nieuwen mensch, staat voor den mensch dit lichamenlijk samengaan niet als een natuurlijk verschijnsel op zich zelf.

Voor den mensch immers is er de verbondenheid van de zielen van de partners, de alles-omvattende liefde van man tot vrouw, en omgekeerd, als grondslag en als verheven, hecht fundament voor het wederkeerige verlangen naar lichamenlijk samengaan.

Het besef van den schoonen zin en de diepe wijding, die het huwelijk hierdoor krijgt, moet voor jullie, meisjes, uitgroeien tot een diep respect en een kostbare overtuiging, die je leven mooi en rijk zullen maken.

Daar is voorbereiding voor noodig

De taak en roeping van de vrouw, als deel van het groote scheppingsplan, is dus: in haar huwelijk met den man in een volkomen eenheid naar lichaam en ziel nieuw leven te ontvangen en voort te brengen.

Dit is een roeping zóó verantwoordelijk, zóó schoon en zóó heilig, dat de vrouw hierdoor staat boven alle andere schepselen. Zonder haar zou de menschheid gedoemd zijn om uit te sterven — maar mèt haar kan zij verrijkt worden met nieuwe menschen en dus met nieuwe mogelijkheden.

Wat het voor een vrouw beteekent een kind te dragen, voort te brengen en te bezitten, hoe fier en gelukkig zij zich kan voelen, omdat zij den Schepper heeft mogen helpen bij het mooiste werk van zijn schepping, hoe groot haar rijkdom is, een dusdanig kind het

hare te mogen noemen... dat weet alleen de moeder zelf. Zoowel de moeder van het gezonde, blije, levenslustige kind, als de moeder, die aan het sterfbed haar kostbare bezit moet teruggeven in handen van den Schepper — als de moeder, die tevergeefs wacht op de zegening van haar huwelijk en in hartepijn haar kind ontbeert.

Wie geroepen is voor een belangrijke taak, moet zich daarop ernstig voorbereiden. De vrouw, die krachtens haar natuur geroepen is tot de meest eervolle taak, vindt in haar natuur zelf de voorbereiding voor die taak. Ik zei het jullie al, meisjes, je bevindt je op een bepaald punt van je levensweg. De jaren, die achter je liggen, en de jaren, die nog komen zullen, zij stonden en zij zullen staan geheel in dienst van je lichamelijken en geestelijken groei tot vrouw; al je natuurlijke lichamelijke en geestelijke krachten zullen samenwerken tot dat doel.

In de jaren, waarin je nu bent, heb je het

het moeilijkst, omdat er nú het hardst gewerkt wordt aan je groei en rijping.

Er gebeurt véél met je en je hebt op momenten het idee, dat dat allemaal maar gaat zonder dat je er zelf iets aan doen kunt; je wordt er onrustig en opstandig door; je voelt je slap en verdrietig.

Denk je niet, dat het je helpen zal, als je je zelf wat beter kunt begrijpen? Als je kunt inzien, waarom je, zoowel lichamelijk als geestelijk, al die veranderingen mee moet maken?

Ik ben er blij om, dat ik het mag probeeren uit te leggen... omdat ik weet, hoe enorm veel goed ik jullie doen kan; omdat ik voel, dat ik het zóó zal kunnen zeggen, dat jullie beseffen móét, hoe rijk jullie mogelijkheden zijn, hoe trotsch je mag zijn op je vrouw-zijn, hoeveel waar geluk het leven in zich bergt.

Je bent uiterlijk veranderd

Wat heeft het leven der volwassenen toch altijd een bekoring voor je gehad! Hoe dikwijls heb je niet je grootere zussen benijd om hun dame-zijn, hun leven met pretjes en snuisterijen... hoe dikwijls heb je niet in stilte of hardop verzucht: „ik wou, dat ik maar groot was...”

En toen kwam de tijd, dat je je zelf op de meest willekeurige momenten aandachtig in den spiegel bekeek, dat je je net voelde, of je bij je zelf gelogeed was — was jij dat wel, die jongedame in spe, die op een ondefinieerbare manier verschilde van het schoolkind, dat je zoo lang geweest was? Van toen af kreeg je meer belangstelling voor je eigen lichaam.

Is het bij belangstelling gebleven? Of heb je je soms angstig en ongerust gemaakt? Heb-

ben je vriendinnen je in onverstand en onwetendheid fantasieën opgehangen over iets verschrikkelijks, dat er met je gebeuren ging, als je tegen de twaalf ging?

Ook zonder inlichtingen van ouderen heb je misschien naar aanleiding van kleinigheden, die je zelf had gemerkt, geleefd vol vage vermoedens en bange spanning. Misschien ook ben je zoo gelukkig geweest, dat je een moeder had, die haar verantwoordelijkheid begreep en je heeft uitgelegd, dat en waarom je eerste menstruatie komen ging.

Er zijn, jammer genoeg, veel ouders, die de juiste woorden niet kunnen vinden om hun kinderen in te lichten. Ze zien dikwijls wèl de noodzaak, ze voelen wel, dat het hun plicht is, maar iets van verlegenheid en onmacht weerhoudt hen om er over te beginnen.

Je mag je ouders dat niet kwalijk nemen, meestal komt het door hun eigen opvoeding. Omdat jullie zèlf ondervonden hebt, hoe moeilijk de kinderen het hierdoor kunnen

hebben, zullen de gezinnen, die jullie in de toekomst gaat vormen, het stellig beter hebben, nietwaar?

Mag ik dan even de taak van je ouders overnemen en probeeren je uit te leggen, wat dat gewichtige, maar natuurlijke proces van het begin van je rijpingsjaren beteekent?

Waarmee begint het rijpingsproces?

De meeste meisjes krijgen hun eerste menstruatie tusschen de 12 en de 14 jaar. Hiermee is een begin gemaakt met het lichamelijke rijpingsproces. Zooals ik je al eerder zei, vormen zich in het lichaam der vrouw eicellen. Dit heeft plaats in de daarvoor bestemde orgaantjes, die zich aan weerszijden van de in de buikholte liggende baarmoeder of uterus bevinden. Deze eicelletjes beginnen bij de Nederlandsche meisjes op ongeveer 12-jarigen leeftijd rijp te worden — over de ge-

heele wereld beschouwd liggen de variaties tusschen 10 en 18 jaar. Elke 4 weken nu barst er een blaasje in de orgaantjes, die ik zoo juist bedoelde, en dan laat er een rijp eitje los.

Zooals ik eveneens eerder zei, kan zoo'n rijpe vrouwelijke cel alleen maar nieuw leven voortbrengen als ze in aanraking komt met een mannelijke zaadcel. Omdat dat pas kan plaats hebben in het huwelijk, als de liefde voor en de psychische verbondenheid met den man van je keuze, het lichamenlijk samengaan draagt en motiveert, moeten de eitjes, die tot rijping komen, zoolang je een jong meisje bent, afgevoerd worden. Dit uitstooten en afvoeren gaat met een bloeding en loslaten van slijmvliezen gepaard.

Dit is de verklaring van je maandelijks ongesteld zijn.

Zie je wel, dat het een volkomen natuurlijk proces is? Dat je je heusch niet ongerust

moet maken door gedachten en fantasieën over ziekte en dood? Je zou nooit moeder kunnen worden en de schepster van nieuw leven kunnen zijn, als bij jou dit proces zich niet voor zou doen.

Begrijp je wel, dat daarom ieder gevoel van angst en geheimzinnigheid misplaatst is? Dat er met ons, toen we kinderen waren, niet over gepraat werd, is heel gewoon: we zouden immers de beteekenis er van niet begrepen hebben.

Maar nu je groote meisjes geworden bent en dit gemakkelijk kunt begrijpen, is weten veel beter dan geheimzinnig-doenerij.

Wat er nog bijkomt

Ik heb heelemaal niet bedoeld, dat je verplicht bent, je maandelijks ongesteld zijn met vreugde te begroeten! Zoo'n pretje is het heusch niet — want behalve den last en het ongemak die je er van hebt, gaat er meestal pijn in den buik of in de lendestreek mee

gepaard. Je hebt een zwaar gevoel in je beenen en kunt soms last hebben van erge krampen.

Daarbij komt, dat ook je geestelijk leven, je heele innerlijk er door beïnvloed kan worden. De een heeft er meer last van dan de ander, maar er zijn temperamenten die, vooral kort vóór en in het begin van de menstruatie, danig veel last hebben met zich zelf, omdat ze zich zoo slap en futloos voelen, omdat ze zoo prikkelbaar, onbeheerscht en zwaarmoedig zijn.

't Is natuurlijk erg makkelijk om je in een dergelijke stemming te laten gaan en je zelf te rechtvaardigen met het motto: „ik kan er niets aan doen...”

Kun je begrijpen, dat ik een dergelijke houding persoonlijk niet flink en sympathiek kan vinden?

Ik ben ook een vrouw: maar kan m'n omgeving er soms iets aan doen, dat mijn natuur

in mij haar gang gaat? Ik heb toch geen recht om m'n huisgenooten en m'n werk te laten lijden onder zoo'n tijdelijke depressie? En omdat je weet, dat het maar om een paar dagen te doen is, kun je je met een beetje zelfbeheersching een heel eind bedwingen. Zullen we het allemaal samen probeeren, meisjes?

Nog meer uiterlijke veranderingen

Tegelijkertijd gaan er enkele klieren, o.a. de geslachtsklieren, de pijnappel- en thymusklier, afscheidingsproducten in de bloedbaan brengen, die tot nu toe nog niet aanwezig waren. En die stoffen gaan invloed uitoefenen op heel je uiterlijk; daardoor komt het, dat je, als je eenmaal de lagere school achter je hebt, langzaam maar zeker je kinderlijk uiterlijk verliest en op een vrouw gaat lijken.

Heb je wel gemerkt, dat je groei, die tot op ongeveer het negende jaar hetzelfde verliep

als bij de jongens, daarna een eigen richting heeft aangenomen?

Heb je nooit last gehad van je lange armen en beenen, soms zóó onevenredig lang in de jaren van den grootsten groei, dat je je onhandig voelt en je niet zoo makkelijk meer beweegt?

Troost je maar, eer je twintig bent, is het evenwicht weer terug en vind je een nĳeuwe harmonie in je bewegingen; zooals in je kinderjaren, maar dan bewùst.

Denk je er aan, dat het normaal is, dat er zich in dezen tijd een vetlaag af gaat zetten om je borst, heupen en dijen? Maak je niet benauwd voor je lijn, hoor . . . eet maar goed, je hebt het zoo noodig in deze jaren. En bij een goed-gevormde vrouw hoort nu eenmaal van nature deze vetaanzetting; haar heupen zijn doorgaans breeder dan haar schouders, wat bij een man haast nooit het geval is.

Ook hoef je je niet te verwonderen, als je lichaam op enkele plaatsen beharing gaat vertoonen — het zijn allemaal verschijnųselen, die je lichamelijke rijping vergezellen.

Je gezicht neemt, in tegenstelling met de jongens, zachte en ronde vormen aan en je gelaatsuitdrukking en gebaar gaan iets speciefiek vrouwelijks krijgen.

Dat gaat allemaal niet zoo glad en eenvoudig als het hier staat. Het kan je in dezen tijd gebeuren, dat je onevenwichtigheid en je onhandigheid je erg veel last geven: dat je bij voorbeeld over een drempel struikelt, als je je met *élégance* naar een examentafeltje wilt bewegen; dat je, als je aan het bord een wiskunstige constructie in elkaar moet tooveren met een ginnegappende klas achter je, in je onzekerheid den heelen krijtbak tegen den grond slaat; dat je op weg naar je plaats tegen veel dingen aanloopt en hier of daar een schrift meeneemt.

Dat zijn geen prettige wederwaardigheden; maar het is je misschien toch een troost, dat je nú weet, dat je er niet alleen mee zit; dat al je leeftijdgenootjes op haar beurt zulke ongelukjes hebben, dat je je er heusch niet voor hoeft te geneeren.

Je bent in je bakvisch- jaren

Als je het eerste moeilijke begin van je overgangsjaren door bent, wordt het beter voor je.

Meisjes, is het je nog niet gebeurd, dat je op een gegeven moment je zelf er op betrapte, dat je je armen hoog strekte in de milde voorjaarszon, dat je het als een blije, weldadige ervaring ondervond, jong en sterk te zijn, dat je je trotsch en gelukkig voelde met de onstuimige kracht van je jonge-vrouw zijn?

Als je nu open wilt staan, meisjes, dan gaat er een goede, rijke tijd voor je komen.

De zon, het vrije veld, bosch en heide, dat alles kun je nu gaan voelen als schoonheid en geluk. Het eerste sneeuwklompje, de ijzel in den helderen wintermorgen, dat spreekt je aan — er is iets ontwaakt in je ziel, waardoor je ontvankelijk bent voor alles wat goed en schoon is in dit leven.

Je doet weleens een beetje dwaas — maar dat deden we allemaal in jullie jaren. Je moet immers nog leeren en ondervinden, waar de ware goedheid en de ware schoonheid te vinden zijn. Het is toch onmogelijk, dat je dat weten kunt, zonder dat je het aan alle mogelijke ervaringen en belevingen binnen in je hebt ondervonden.

Daarom dwepen jullie zoo graag en zoo veel. Ja natuurlijk, ik weet even goed als jullie, dat dat geen aanstellerij is, dat je dwepen moet met personen, die volgens jullie een ideaal vertegenwoordigen.

Je kunt je immers nog geen abstract ideaal

voor oogen houden. Je zou niet weten, hoe je dat in theorie moest construeeren, maar je klampt je innerlijk vast aan den man of de vrouw, den leeraar of de leerares, den grooteren vriend of vriendin, omdat je in hen iets vindt wat je geestelijke sympathie waard is.

Denk niet, dat je een uitzonderlijk, vreemd individu bent, als je bij het binnentreden van den „bedweepten” leeraar of leerares, die je bijna een bovenaardsche vereering toedraagt, je zelf voelt verstijven in de bank, dat je ineens in een andere sfeer vertoeft en van de verdere wereld om je heen niets meer afweet!

Denk niet, dat het abnormaal is, als je weken achtereen tot dezen persoon in deze zelfde relatie kunt staan, zonder dat je er ooit mee spreekt of er op een andere manier mee in contact komt; dat je onbetrouwbaar en wispelturig bent, als je op een goeden dag merkt, dat je plotseling warm geloopt

bent voor een ander object en het vorige bent vergeten.

Ik weet wel, dat het je ook oogenblikken van zaligheid geeft, van een geluk, dat je tot nu toe nog onbekend was... maar daarnaast voel je je toch vaak een zonderling, iemand die onbegrepen en alleen staat met een ingewikkeld gevoels- en gedachtenleven. Ik heb het me zelf ook zoo dikwijls afgevraagd: zou er wel één van m'n vriendinnen of klasgenootjes zijn, die van binnen zoo raar is als ik...?

Maar nu wéét ik het: heel veel zijn er zoo, voelen en denken zoo en schamen zich voor elkaar om er over te praten...

En het is de normale weg om tot een eigen levenshouding te komen, om je eigen ik en je eigen zelfstandigheid te ontdekken. Dweep en tob maar door — ik garandeer je, dat het van tijdelijken aard is en dat je, mits je ernstig probeert om daarnaast je werk behoorlijk te doen, er gezond onderuit zult komen.

Dit was iets anders dan flirten

Je moet niet denken, dat ik je hierdoor permissie heb gegeven om te „flirten”. Onder „flirten” moet je verstaan het gecocoquetteer, het gespeel in zinnelijke liefde met jongens van je eigen leeftijd.

Moet ik je na deze omschrijving nog duidelijk maken, dat flirten iets anders is dan dwepen? Dat ik jullie, waar het het dwepen betref, volkomen gerust kon stellen, omdat het een verschijnsel is, dat bij je geestelijke ontwikkeling hoort?

Luister eens, meisjes — ik heb nog nooit een jong meisje of een jonge vrouw meegemaakt, die met de hand op het hart kon getuigen, dat ze nooit in haar leven geflirt had. Er is een onschuldig soort coquetterie, welke haast aan geen enkele vrouw vreemd is. Ik bedoel: het ligt in den aard van de vrouw, dat ze zich graag mooi maakt, dat ze haar best doet

er zoo aantrekkelijk mogelijk uit te zien, om op te vallen en de aandacht te trekken. Ze lokt graag complimentjes uit, speciaal van het andere geslacht, en laat daar graag een meer of minder onschuldig spel met woorden op volgen. Dat kan heel onschuldig en natuurlijk zijn.

Maar er zijn meisjes en vrouwen, die van de flirt een listig en berekenend spel maken. Er is geen schuchtere schroom meer, zooals bij het dwepen; er wordt eerder brutaal overleg gebruikt, er worden opzettelijke toebereidselen gemaakt om de jongens er in te laten vliegen — en om de waarde en grootte van eigen aantrekkingskracht te peilen, speelt men steeds gewaagder spel, om pas, als men zeker is van de overwinning, de prooi los te laten.

Meisjes, dit is een roekeloos en wreed spel, dat jullie, die al de voorafgaande woorden gelezen en begrepen hebben, *niet* spelen mag. Dat is een wellustig, zinnelijk spel, dat geheel

op dierlijk niveau ligt, waardoor je dus je eigen mensch-zijn en daarbij de verhevenheid van je eigen vrouw-zijn verlaagt.

Want je weet allemaal, misschien aan je zelf en anders aan de voorbeelden om je heen, dat bij de bewuste flirt het voornaamste doel is: prikkelen van de zinnen en uitlokken van lichamelijk contact. Je maakt het de jongens daardoor erg moeilijk; je doet ze zelfs onrecht, omdat je ze een verkeerd idee bijbrengt van wat in wezen een vrouw is; je speelt met hun gevoelens, die weleens eerlijker konden zijn dan die van jou...

Hoe kom je tot dit gevaarlijke spel?

Ik geef jullie toe, dat jullie het in de puberteitsjaren dikwijls moeilijk hebt met je gevoelens op sexueel gebied.

Wat je lichamelijke rijping betreft, komen, naast de andere verschijnselen, die ik je al

noemde, je geslachtsorganen tot volledige ontwikkeling. Gevoelens en verlangens, die je vroeger niet kende, leggen beslag op je innerlijk.

Natuurlijk, je bent voorbestemd om echtgenote en moeder te worden; het zou dus vreemd zijn, als de natuur je geen neigingen en driften had meegegeven, die in die richting drijven.

Maar je staat er nog zoo vreemd tegenover en de lust en bevrediging, die het toegeven aan die driften meebrengt, prikkelen je om ook hier naar hartelust te experimenteeren en ervaringen op te doen.

Toch moet ik je hier ernstig waarschuwen, meisjes, en ik hoop oprecht, dat je hier speciáál in me zult willen gelooven en op mijn woorden, die alleen maar jullie bestwil op het oog hebben, zult vertrouwen:

Zoolang jullie zoo jong bent als op het oogenblik, d.w.z. zoolang je nog een redelijk eindje

van de twintig af bent, is dit spel voor jullie gevaarlijk.

Niet om een of andere geheimzinnige reden, die je niet weten mag. Ik zal je zeggen, waarom dan wel: de drang naar lichamelijk contact, die haar hoogtepunt vindt in het lichamelijk samengaan, in de scheppingsdaad, kan speciaal waar het die scheppingsdaad betreft, *alleen* op een volwaardige mensche-lijke manier bevredigd worden — ik zei het je in het begin al met nadruk —, als er een zuivere liefde en geestelijke zielen-harmonie aan ten grondslag liggen.

En je moet me op mijn woord gelooven, als ik je zeg, dat jullie tot den hier bedoelden hoogsten vorm der liefde *nog niet in staat zijn*.

Niet omdat ik jullie niet au sérieux neem en niet op je juiste waarde schat — maar juist omdat ik zoo goed weet, dat jullie geestelijk nog niet uitgegroeid bent, omdat jullie persoonlijkheden nog volop in het vormingsstadium verkeeren. Voor de liefde, die ik hier

bedoel, is een rustige, evenwichtige, uitgegroeide persoonlijkheid noodig.

Dit maakt het zoo moeilijk voor jullie. Je voelt den instinctieven zinnelijken drang in je. Je meent ook, dat je wel terdege ècht kunt liefhebben. En inderdaad, jullie kunt ook op honderd manieren van iemand houden: van je ouders, van je vriendinnen, van je familie en van je vrienden.

Maar je bent nog te jong om te kunnen weten, tot welke al-omvattende liefde je in staat bent, als je eenige jaren verder bent.

Het zou toch zoo ontzettend jammer zijn, als je door oppervlakkigheid en lichtzinnigheid je eigen geluk, je groote mogelijkheden als vrouw zou verloren laten gaan. Het gaat er alleen om: wil je me gelooven, als ik je zeg, dat je nog wat wachten moet, omdat je in geestelijken groei nog niet zoo ver bent, dat je iets riskeeren kunt...?

Waarom ik me hier zoo druk maak?

Vraag het me maar gerust... Ik zal je antwoord geven.

Omdat er zoo enorm véél van afhangt, of je luisteren wilt.

Zijn dat groote woorden „ins Blaue hinein”? Wis en zeker *niet*. Ik zou haast zeggen: heel de geestelijke welvaart van de volgende generatie van ons volk hangt er van af.

Zijn jullie niet de toekomstige moeders van het volgende geslacht?

Ligt het niet grootendeels aan jullie, hóéveel dat volgende geslacht waard zal zijn?

Luister, meisjes, je hebt den laatsten tijd ontelbaar dikwijls gehoord en gelezen, dat onze huidige samenleving veel zwakke en rotte plekken vertoont. Het moreele peil van ons volk is langzaam maar zeker tot een ontstellende diepte naar beneden gegaan.

Velen van ons beginnen in te zien, dat we het

in onze eigen hand hebben, of we nog verder wegzinken of ons moeizaam weer oprichten.

Er is maar één oplossing, die een wending ten goede kan brengen, en dat is: een ieder bezinne zich op zich zelf en werke aan zijn eigen levensverdieping, aan een leven op hooger moreel plan.

Ieder voor zich moet daaraan meewerken. Maar jullie, meisjes, jullie hebt hier het leeuwenaandeel. De wereld is in de toekomst van jullie afhankelijk — alleen geestelijk gezonde vrouwen kunnen een geestelijk gezond gezin stichten en de maatschappij verrijken met goede, evenwichtige menschen.

Dit is de eenige keer in dit boekje, dat ik je vraag naar me te luisteren, zonder dat je *direct* aan eigen ervaring kunt toetsen, of ik gelijk heb. Dat is hier onmogelijk, omdat de jaren, die voor je liggen, alleen kunnen uit-

wijzen, dat het zoo is. Ik zeg bijna nooit tegen jonge meisjes, dat ze ergens te jong voor zijn — maar hier voel ik me in geweten verplicht jullie met nadruk te verzekeren, dat je nog te jong bent om werkelijk lief te hebben...

Verliefdheid en liefhebben

Er is nòg een reden, waarom jullie dat niet zoo makkelijk aanneemt.

Omdat jullie wèl verliefd kunt zijn, en dan meent, dat je daarmee ook liefhebt.

Verliefdheid en houden van kan inderdaad samengaan, móét zelfs samengaan om tot een gezond huwelijk te kunnen leiden.

Verliefdheid alleen echter is tijdelijk en onbetrouwbaar. Het is een blindmakende roes, waarin de geliefde gezien wordt in een gedaante, die hij in werkelijkheid niet heeft; verliefde oogen fantaseeren, verdichten en

zijn blind. Ze zien te veel van het goede... van het kwade daartegenover weinig of niets.

Is het niet waar, meisjes, de grooteren onder jullie, die al ervaringen hebben op het verliefdheidsterrein? Als de bevlieging voorbij is, kun je nauwelijks begrijpen, waarom je zoo warm hebt kunnen loopen. Met je nuchtere, alledaagsche oogen zie je zooveel onplezierige kanten, dat het je een raadsel is, hoe dit de held van je droomen heeft kunnen zijn...

Dáárom gaan er zooveel verlovingsen kapot; dáárom is het aantal echtscheidingen zoo groot. De geheele verhouding was gebaseerd op een verliefdheid, die — ik geef het toe — wel hevig en eerlijk kan zijn, maar die gedoemd is om te vervliegen, omdat ze niet gedragen werd door een zuivere geestelijke sympathie, een warme onverslijtbare genegenheid tusschen de zielen van de partners,

die elkaar kunnen zien, reëel en objectief, met alle deugden, maar ook met alle gebreken.

Jullie zelfbezinning, meisjes, jullie reserve en voorzichtigheid, jullie bereidheid om te luisteren naar het woord van een oudere kameraad — mag ik me zoo noemen? — dat alles bewaakt je toekomstig geluk.

Daardoor bewijs je je zelf, je toekomstig gezin, je land en de heele wereld nauwelijks naar waarde te schatten diensten.

Je bent een vrouw en bezit daardoor groote mogelijkheden en groote verantwoordelijkheid!

Je bent een vrouw en kunt met je gaven naar hart en geest warmte en geluk brengen!

Je bent een vrouw en kunt daardoor het hoogst denkbare menschelijk geluk bereiken!

Alle woorden van dit boekje willen je hel-

pen, om je levensdoel, je taak en je roeping zuiver te zien. Daarom moest er over zulke ernstige dingen gesproken worden.

Heb ik den weg naar jullie harten kunnen vinden?

Als dat waar mocht zijn, maak ik me geen zorg meer over jullie, dan durf je immers het leven blij en moedig in te gaan, dan zul je een diep respect, maar geen oogenblik angst hebben voor het leven!

Ik wensch jullie van harte een rustige, rijke en gelukkige toekomst.

De volledige lijst van

KANARIE-BOEKJES

bijgewerkt tot en met nummer 150

Elk Kanarie-boekje, vlot en boeiend geschreven door een deskundige, kost 25 cent. Kies NU uit deze lijst 6 boekjes voor één gulden; 12 boekjes voor twee gulden; 18 voor drie gulden; enz., franco huis. Bestel per giro (postrekening 13.63.00 van Succes, Den Haag) of per postwissel aan de N.V. Maandblad Succes, Den Haag. Maak het u gemakkelijk en zet op het linker strookje alleen de nummers van de gewenschte boekjes en uw volledig adres.

Bestel-
nummer

1. Opleiding en beroepskeuze.
2. Met succes solliciteeren.
3. Op eigen kracht vooruitkomen.
4. Organiseer uzelf.
8. Zoo solliciteert u mondeling.
11. Verkoopen per brief.
13. Zoo verdient een meisje meer in zaken.
16. Prettig in den omgang.
17. Het woord voeren.
20. Zoo wordt uw kantoor efficiënt.
25. Zoo slaagt een meisje op kantoor.
24. Zoo schrijft u teksten en brochures.

nummer

25. Geld verdienen met exporteeren.
26. Zoo slaagt een jong verkooper.
27. Zoo wordt uw bedrijf efficiënt.
28. Zoo verlicht u efficiënt.
30. Zoo bezuinigt u in zaken.
31. Zoo krijgen vertegenwoordigers contact.
32. Zoo krijgt u moed en zelfvertrouwen.
33. Zoo vergroot een winkelier zijn omzet.
34. Zoo slaagt een MAN.
35. Zoo krijgt een winkelier meer klanten.
36. Zoo kunt u karakters doorgronden.
40. Zoo verdienen verkoopautomaten geld voor u.
41. Haal meer uit uw leven.
42. Goede manieren.
44. Zoo wordt u een goed skiër.
45. Zoo wordt u een goed bokser.
46. Zoo wordt u een goed dammer.
48. Zoo wordt u een goed korfballer.
49. Zoo wordt u een goed hockeyer.
50. Zoo wordt u een goed voetballer.
51. Zoo wordt u een goed zeiler.
52. Zoo wordt u een goed tafeltennisser.
53. De jacht op Miss Hinch. (*Detective-roman.*)
- 54 en 55. Het mysterie van de woestijnkloof. (*Detective-roman.*)
- 56 en 57. De zilveren dollar. (*Detective-roman.*)
58. Zoo overwint u verlegenheid.
59. Zoo doet u alles goed.
60. Geld verdienen met les geven.
62. Zoo krijgt u een gevulder en beter figuur.
63. Zoo wordt u een goed wielrenner.
64. Zoo wordt u een goed sportvlieger.
65. Zoo wordt u een goed honkballer.
66. Zoo krijgt u bedrijfskapitaal.
67. Zoo wordt u een goed tennisser.
68. Zoo wordt u een goed zweefvlieger.

69. Zoo wordt u een goed schaker.
70. Zoo wordt u een goed atleet.
71. Zoo benut u de kracht van psychologie.
72. Rake sollicitatiebrieven.
73. Zoo wordt u een goed motorrijder.
74. Wat opgroeiende jongens moeten weten.
75. Zoo wordt u een goed kampeerder.
76. ~~Zoo wordt rooken een genot.~~
77. Geld verdienen met het afsluiten van levensverzekeringen.
78. Over verlieven en verloven.
79. Huishouden zonder geldzorgen.
80. Vrienden en relaties winnen.
81. Het geheim van een lang leven.
82. De macht van concentratie verkrijgen.
83. Leer uzelf zwemmen.
84. Een toespraak maken en houden.
87. Een zaak opbouwen met f 250,—.
88. Vrees en zorgen overwinnen.
89. Wat werkende meisjes moeten weten.
90. Thomas Bat'a — de biografie van den schoenenkoning.
91. Uw persoonlijkheid versterken.
92. De avonturen van Prikkebeen Jr. in 50 grappige plaatjes, die de jeugd kan kleuren.
95. H. Colijn — het leven en werken van een energiek man.
94. Vlot converseeren.
95. Madame Curie — een zeldzame vrouw.
96. Hoe te krijgen wat u wenscht.
97. Edison — de toovenaar van Menlo-Park.
98. Hoe werkloozen aan den slag komen.
99. Sven Hedin — een volhardend avonturier.
100. De loopbaan van Dr. H. W. A. Deterding.
101. Wat wil Oxford? (Moreele en geestelijke herbewapening.)

102. Gemakkelijk talen leeren.
103. Lord Leverhulme — de Sunlightzeepkoning.
104. De kunst van orde houden onder leerlingen, kinderen, ondergeschikten en volgelingen.
105. Andrew Carnegie — de milde Staalkoning.
106. Betere kiekjes maken.
107. Zoo helpt u bij kleine ongevallen.
108. Practische handleiding voor Zuigelingen-gymnastiek.
110. Hoe u veilig kunt hamsteren.
111. Prettige en goedkope vacantiereizen per vrachtboot.
112. Gelukkig leven als vrouw alleen.
113. Smakelijke schotels: 49 tomaten-gerechten.
115. Vijftig spelletjes, binnens- en buitenshuis, voor jong en oud.
116. Uw hond als gezonde en prettige kamersaad.
117. Pasteur, de groote weldoener der menschheid.
118. Hoe een meisje een goed huwelijk kan doen.
120. Wat opgroeiende meisjes moeten weten.
121. Zenuwachtigheid en slechte spijsvertering overwinnen.
122. Gelukkig trouwen op een klein inkomen.
123. Vijf en zeventig lachpillen.
124. Hoe u kinderziekten voorkomen kunt.
125. Lekkere hapjes maken van restjes.
126. Prettig dansen leeren.
127. De opvoeding van baby.
128. Zoo leert u Jiu Jitsu (de kunst van zelfverdediging).
129. Betere oogen zonder bril.
130. Zuinig en doelmatig koken.
131. Handschrift en karakter.
132. Van uw vakantie genieten.
133. Practisch brievenboek.
134. Hoe u het weer kunt voorspellen.

Bestel-
nummer

135. SNEL DUIJSCH LEEREN (grammatica).
136. Groenten kweeken in een kleinen tuin.
137. SNEL DUIJSCH LEEREN — Een reisje door
Duitschland (conversatie).
138. Een boekje vol kruiswoordraadsels.
139. SNEL DUIJSCH LEEREN (woordenboek).
140. SNEL FRANSCH LEEREN (grammatica).
141. SNEL FRANSCH LEEREN — De valsche edelste-
nen (conversatie).
142. SNEL FRANSCH LEEREN (woordenboek).
143. Zoo wordt u een goed verzamelaar.
144. Astrologie en horoscopen.
145. SNEL ENGELSCH LEEREN (grammatica).
146. SNEL ENGELSCH LEEREN — Nancy's verdwij-
ning (conversatie).
148. Timmer uit liefhebbelij.
149. Huwelijksmoeilijkheden voorkomen en overwinnen.
150. Een goed geheugen ontwikkelen.

*Kies 6 boekjes voor één gulden; 12 voor
f 2,—; 18 voor f 3,—; enz. franco huis.
Bestel door storting of overschrijving
op postrekening 13.63.00 van Succes,
Den Haag. Zet op het bestelstrookje
alleen de gewenschte N U M M E R S*

EEN HUIS-UNIVERSITEIT

voor het *Practische Leven*

Er zijn tal van onderwerpen, waarover we wel iets wil-
len of moeten weten. We leven te snel en die onderwer-
pen zijn te talloos om van elk apart een diepgaande
studie te maken. Hier brengt de bekende Kanarie-serie
de oplossing. -

Practijk, practijk, practijk . . .

dat is de grondslag van de serie Kanarie-boekjes, die
verschenen tegen den ongeloofelijk lagen prijs van 6
boekjes voor f 1,—. Elk boekje is pittige, geconcen-
treerde voorlichting.

Zóó kunt u dat doen, zóó slaagt u daarmee. De boekjes
geven geen beschouwingen, geen verhandelingen, geen
theorie; zij vertellen, *hoe de dingen te doen*: practijk!

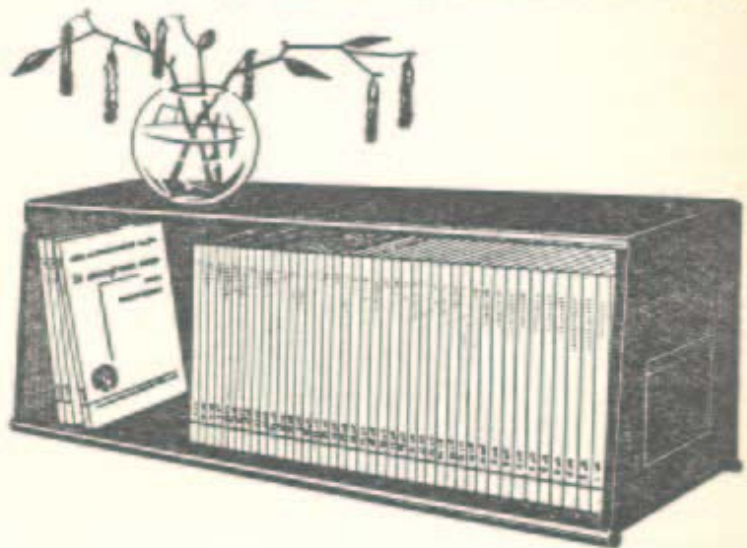
Onbetaalbaar,

zulk een serie boekjes, in onzen tijd, nu ieder over-
steept wordt met theorie en men bijna geen gelegenheid
krijgt om practijk op te doen!

Onbetaalbaar, zeker, maar toch zoo gemakkelijk te be-
talen: per stuk 25 cent en elk zestal naar keuze voor
één gulden franco thuis, mits besteld door storting of
overschrijving op postrekening 13.63.00 van Succes,
Den Haag.

Een sieraad in uw woning.

Met deze Huis-Universiteit brengt u tevens een sieraad in uw woning. Een sieraad is de moderne bouw-boekenkast, die speciaal voor de Kanarie-serie is ont-

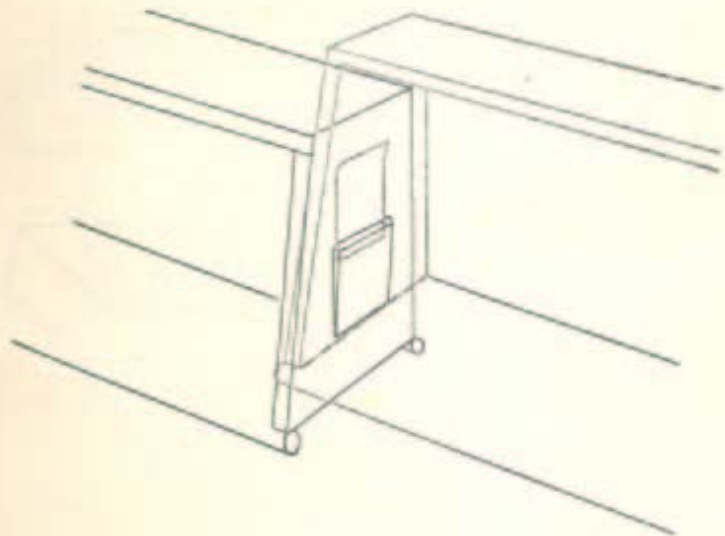


worpen. Het is een kastje, geheel van metaal, zwart en rood gelakt en harmonieerend met elk interieur. Afmetingen: 37 cm breed, 16 cm hoog en 11 cm diep. In elk kastje kunt u 70 (zeventig) Kanarie-boekjes onderbrengen

Zulk een sierlijk kastje kost slechts f 1,75, te storten op postrekening 13.65.00 van Succes, Den Haag. In dezen prijs zijn begrepen: een metalen boekensteun, verpakking in houten kistje, vracht in Nederland en omzetbelasting.

Een dame schreef, dat zij zulk een artistiek effect bereikt had door op dit kastje een klein glazen bloempotje te plaatsen (Leerdam—L 1133 B.). In dit vaasje zette zij een paar takjes met fijne witte kunstbloemen.

„U moet werkelijk eens komen kijken,” schrijft ze, „welk een aardig geheel ik op die eenvoudige manier van mijn practische Huis-Universiteit heb gemaakt.”



Deze metalen boekenkastjes kunt u op eenvoudige en vernuftige wijze samenvoegen tot een sierlijk boekenmeubel en zelfs tot een geheel metalen bibliotheekwand.

Een paar toepassingen.

We zagen reeds verschillende toepassingen van de Kanarie-bibliotheek.

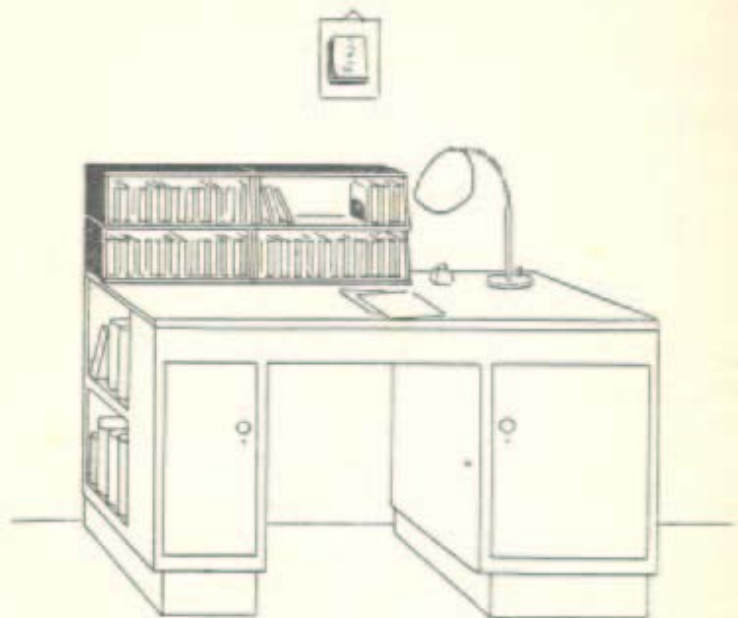
Onze teekenaar heeft er hier eenige in beeld gebracht.



In de werkuren verdient men zijn brood. Maar den grondslag voor zijn fortuin legt men in zijn vrije uren. Daar, waar men die vruchtbaarste uren van zijn leven doorbrengt, daar behoort de Huis-Universiteit voor het praktische leven bij de hand te zijn.



„Het is niet alleen, dat die kleine boekenkast daar leuk vult, meisjelief; zij verdient de ereplaats, omdat ik de inrichting van ons geheele huis bekostigd heb van hetgeen ik uit die kleine boekjes heb geleerd.”



Dit is een „werkbank“ om problemen op te lossen en om de fundamenten te leggen, waar belangrijke daden op gebouwd worden. Daarom zijn deze boekjes, die oplossing en inspiratie verschaffen in praktische levensvragen, er geplaatst als onmisbaar gereedschap.



Omdat u geen gelegenheid hebt, het praktische leven in al zijn uitingen en eigenaardigheden door persoonlijke ervaring te leren kennen, kunt u niet beter doen dan deze Universiteit voor het praktische leven

in uw huis te brengen.

Inschrijving Kanarie-Universiteit

*Aan de N.V. Maandblad Succes,
Den Haag.*

- Iederen Zaterdag wil ik voortaan een Kanarie-boekje franco thuis ontvangen. Stuur direct gratis een sectie van de metalen bouw-boekenkast, want ik abonneer me voor twee jaar op de wekelijksche toezending van de Kanarie-boekjes à f 1,75 per kwartaal (plm. 13 cent per boekje).

f 1,75 voor het eerste kwartaal heb ik heden voldaan:

- per giro (postrekening 13.63.00 van Succes, Den Haag)
- per postwissel (aan Succes, Koninginnegracht 14, Den Haag)
- Gelieve een kwitantie te zenden, verhoogd met 25 cent incassokosten.
- Stuur mij een machtigingsformulier voor automatische afschrijving van f 1,75 per kwartaal van mijn postrekening.

De Kanarie-boekjes, waarvan ik hier de nummers laat volgen, bezit ik reeds. Zend dus niet de nummers:

.....

.....

NAAM:

ADRES:

PLAATS:

**U bent
voor
succes
geboren**

U kunt successen veroveren en resultaten op elk gewenscht gebied bereiken, die uw stoutste verwachtingen overtreffen. Maar dat kunt u slechts doen door uw onderbewustzijn in te schakelen.

U kunt door bestudeering van den schriftelijken Succes-cursus:

Toegepaste Psychologie

leeren, hoe u door inschakeling van uw onderbewustzijn met een tiende of een honderdste deel van de energie, die u dacht nodig te hebben, kunt bereiken, wat u wensch.

Leer uit dezen cursus, hoe u anderen voor uw plannen en ideeën kunt winnen, hoe u samenwerking kunt verkrijgen, die voorheen onbereikbaar scheen, enz.

„U BENT VOOR SUCCES GEBOREN” is de titel van het boekje, dat alle inlichtingen en een proefles van den cursus Toegepaste Psychologie bevat, en dat u op aanvraag gratis, franco en zonder de geringste verplichting krijgt toegezonden door het



SUCCES-INSTITUUT
Koninginnegracht — Den Haag