

Ese de dóve ori in septemana:
Joi-a si Dominec'a.

Pretiulu de prenumeratiune:

pre anu intregu . . . 6 fl. v. a.
" diumtate de anu . . . 3 fl. v. a.
" patrariu de anu . . . 1 fl. 50 cr.

Pentru Romani'a si strainetate:

pre anu intregu . . . 9 fl. v. a.
" diumtate de anu . . . 4 fl. 50 cr.

LUMINA.

Fóia bisericesca, scolastica, literaria si economica.

Correspondintiele si banii de prenumeratiune se se adreseze de a dreptulu: Redactiunei „Lumina” in Aradu, cancelari'a episcopésca. Pentru publicatiunile de trei ori, ce contienu cam 150 de cuvinte (spatiu de 20 sire garmond) tacs'a e 3 fl.; pana la 220 de cuvinte 4 fl. éra mai sus 5 fl., intielegendu-se intr' aceste sume si timbrulu. — Pretiulu publicatiuniloru se se anticipe

Organu oficiale alu eparchiei romane gr. or. aradane.

PARTE OFICIALE.

Nr. 1277 Plen.
1873

Cerculariu.

catra tóte oficiele protopresbiterali si parochiali si catra inspectoratele cercuali de scóle din partile ce apartieniu la consistoriulu eparchialu din Aradu.

Charti'a Escelentiei Sale Preasantitulu Domnu archiepiscopu si motropolitu Procopiu Ivacicoviciu, din 16/28. Septembree a. c. Nr. 202. AEM. prin carea face cunoscutu clerului si poporului din eparchi'a aradana intrarea sa in functiunea de archiepiscopu alu Transilvaniei si metropolitu alu romaniloru greco-orientali din Unguri'a si Transilvani'a, totu-odata ca episcopulu de mai nainte alu eparchiei aradane se desparte de turm'a ce o a pastoritu pana acumu, spre scire, acomodare si respective spre publicare in biserica se tramite tuturoru oficieloru protopresbiterali si parochiali precumu si inspectorateloru cercuali de scóle, cu acea insemnare: ca pana la deplinirea scaunulu episcopescu alu eparchiei aradane devenitu in vacantia, trebile eparchiali pentru partile, ce apartieniu aici le va conduce acestu consistoriu in sensulu §-lui 98 din statutulu organicu; ér preotimea parochiala va avé in santele rogatiuni a pomeni pre „*Prea santitulu archiepiscopu si metropolitulu nostru Procopiu*”

Aradu, din siedinti'a plenaria tienuta la $\frac{4}{16}$ Octobree, 1873.

Consistoriulu eparchialu greco-orientalu romanu din Aradu.

Nr. 1333. Plen.
1873.

Cerculariu

catra preotimea si sínódele parochiale din cerculu electoralu alu Lipovei Nr. XII.

Dupace deputatulu mirénu alesu la sinodulu eparchialu in cerculu electoralu alu Lipovei, Georgiu Berariu, a renunciatu la mandatulu seu, — in urmarea conclusulu sinodulu eparchialu din 18/30. Aprile a. c. Nr. 49. se ordina alegere noua de unu deputatu mirénu in numitul cercu, si spre scopulu acest'a se dispunu urmatóriele:

1 Cerculu electoralu, loculu centralu pentru scrutiniu si comisariulu consistorialu remanu totu asia, precumu au fostu la alegerea din urma si precumu se vede din cerculariulu episcopescu emisu in 8. Februariu a. c. Nr. 182. pres.

2. Cu strens'a observare a procedurii normate in §. 91 din statutulu organicu, si cu reflectare la cerculariulu episcopescu provocatu mai sus, astadata se va alege in cerculu acest'a numai unu deputatu mirénu la sinodulu eparchialu.

3. Dumineca in 21. Octobree vechiu a. c. se va tiené in fiesce-carea comunitate bisericesca din acestu cercu

sinodulu parochialu pentru alegerea deputatulu sinodalu mirénu, si acést'a se va publicá in fiesce-carea biserica cu optu dile mai nainte, adeca in 14 Octobree v. a. c. conformu §-lui 9 din statutulu organicu.

4. In alta Dumineca, adeca in 28. Octobree vechiu a. c. la 11. óre nainte de médiadi barbatii de incedere ai senguraticeloru sínóde parochiali se voru infatisiá cu protocólele de alegere sigilate la comisariulu consistorialu Georgiu Fogarasi in Lipov'a, si efectuindu scrutinarea, voru dá alesului deputatu credentionalu cu valóre pentru periodulu sinodalu de trei ani, adeca 187 $\frac{3}{4}$ —187 $\frac{5}{6}$.

Aradu, din siedinti'a plenaria tienuta la $\frac{4}{16}$ Octobree, 1873.

Consistoriulu eparchialu greco-orientalu romanu din Aradu.

1331 Pres.
1873

Senatulu strinsu bisericescu alu Consistoriulu nostru aradanu pentru pertractarea mai multoru obiecte de urgentia ce cadu in acestu resortu, se va intruni Joi la $\frac{11}{23}$ Octobree a. c. in siedintia estraordinaria.

Despre ce respectivii DD. asesori consistoriali spre scire si acomodare prin acést'a suntu incunoscentiati.

Aradu, 5. Octobree 1873.

MIRONU ROMANULU m. p.

Archimandrita si vicariu episcopescu.

PARTE NEOFICIALE.

Aradu, $\frac{5}{17}$ Octobree 1873.

Cu tóte ca siedintiele consistoriale au caracteru de siedintie secrete: totusi nu numai la noi in Aradu, ci si intr'alte locuri s'a facutu esceptiune pentru siedintiele plenarie, adeca s'a datu intrare si altor'a afara de asesorii consistoriali, si conclusele de interesu comunu s'au strecuratu numai decátu la publicu chiaru si pe calea reporturiloru diurnalistice. De aceea socotimu, ca nu vomu comite nici o indiscretiune facia cu consistoriulu nostru de aici, déca din celea ce s'au petrecutu in siedinti'a consistoriala plenaria de ieri, pe temeulu informatiuniloru autentice vomu reproduce in fóia nóstra unu actu, ce credemu va fi de interesu pentru lectorii nostri.

Escelenti'a Sa archiepiscopulu si metropolitulu nostru Procopiu Ivacicoviciu, care acumu de mai multe dile se afla intre noi, ieri dupa 9. óre in calitate de metropolitu si ca fostulu pana acuma episcopu diecesanu alu Aradului, infacisianduse in persóna la acést'a siedintia si ocupandu locu in fruntea mesei consistoriali, eu cuvinte vii parintesci notificá consistoriulu: ca dupa mutarea din viétia a nezeuitatulu archiepiscopu si metropolitu Andreiu baronu de Siagun'a, congresulu nationalu alu provinciei nóstre metropolitane convocatu la Sibiu pe 26. Augustu

cal. v. a. c. după normele statutului organicu l'a alesu pre Escelenti'a Sa de arhiepiscopu si metropolitu; ér Maiestatea Sa c. r. si ápostolica cu preanalt'a rêsolutiune din 17. Sept. a. c. s'a induratu preagratosu a. intari acést'a alegere; prin urmare Escelenti'a Sa fi introdusu prin congresulu nationalu bisericescu in scaunulu metropolitanu, in ¹⁶/₂₈. Sept. a. c. a intratu in functiune ca arhiepiscopu alu Transilvaniei si metropolitu alu romaniloru greco-orientali din Ungari'a si Transilvani'a; facú apoi cunoscutu Escelenti'a Sa: cà prin acést'a stramutare devenindu vacantu scaunulu episcopescu alu eparchiei Aradului, Escelenti'a Sa cu datulu intrarii sale in functiune de metropolitu, adeca in ¹⁶/₂₈. Septembrie a. c. Nr. 202. AEM. a emisu o chartia pastoralá catra clerulu si poporulu eparchiei aradane si totu-odata o notificare catra ambele consistorie ale eparchiei acesteia, prin care aducendu la cunoscintia publica stramutarile intemperate, conducerea trebiloru eparchiei in acestu modu vedúvite pana la depalinirea scaunulu episcopescu, o a predatu in sensulu statutulu organicu consistorieloru respective sub presidiulu Dlu archimandritu Mironu Romanulu, pre care inca sub 24 Ianuariu 1872 l'a denumitu de vicariu episcopescu pentru trebile eparchiei intregi, postindu totu-odata pre ambele consistorie a face Escelentiei Sale in mutua contielegere propunerile necesarie pentru convocarea sinodulu eparchialu spre alegere de episcopu; in fine Escelenti'a Sa metropolitulu dandu espresiune firmei sperantie, cà veduvitul scaunu episcopescu de aici se va depliní asia, dupa cumu e de doritu in interesulu generalu alu bisericeii si de osebi interesulu eparchiei veduvite, indreptá catra consistoriulu acést'a cuvinte de despartire, multiamindu consistoriulu pentru spriginirea, ce i a datu ca episcopulu diecesanu intru guvernarea eparchiei, si pe langa inpartasirea binecuvintarii arhierieesci sè recomandá dragostei si aducerii a minte din partea consistoriulu.

La acestea cuvinte insocite de lacremile adencu simintei doreri de despartire, Domnulu archimandritu si vicariu episcopescu Mironu Romanulu, ca presedintele consistoriulu rosti catra Escelenti'a Sa metropolitulu urmatórele: „In momentul acést'a solenu, candu Escelenti'a vóstra, ca noulu arhiepiscopu si metropolitu alu provinciei nóstre metropolitane, ne fericiti cu inalt'a presintia personala, si ca episcopulu de pana acumu alu eparchiei aradane ni adresati cuvinte dulci, cuvinte mangaetórie, cuvinte de despartire, — veti vedé Escelenti'a vóstra pe fetiele tuturoru membriloru consistoriali adunati aici, retiparita simtirea, de care sunt petranse animele nóstre, candu Escelenti'a Vóstra, preabunulu nostru arhiereu, ve despartiti de noi si de eparchi'a ce o ati pastoritu pana acumu. Durere se numesce acést'a simtire, adevérata si profunda durere; pentru cà in restimpulu de 20. de ani, precátu ne ati pastoritu, amu cunoscutu anim'a cea nobila anim'a parintésca ce o ati avutu totudeun'a catra fiii suffelésca ai Escelentiei Vóstre din acést'a eparchia; amu vediutu, amu recunoscutu si amu adóratu ingrigirile si fatigiele Escelentiei Vóstre pentru binele si prosperarea eparchiei nóstre; ér acumu chiamanduve provedinti'a dumnedieésca la o demnitate mai inalta, la demnitatea de arhiepiscopu alu Transilvaniei si metropolitu alu provinciei nóstre metropolitane: noi aici remanemu orfani, indepartati de bunulu nostru parinte de pana acumu, si cuprinsi de ingrigiri serióse pentru sórtea eparchiei nóstre in venitoriu. — Déca in acést'a durere a nóstra potemu avé si mangaere: aceea ni vine din cuvintele parintesci ale Escelentiei vóstre si din acea considerare: cà desi Escelenti'a vóstra ve despartiti de noi si de eparchi'a nóstra: remanemu totusi conformu canóneloru bisericesei in strinse legaturi ierarchice cu Escelenti'a Vóstra ca

cu noulu nostru metropolitu, si suntemu increduti deplinu: cà parintésca dragóste si iugrigire, ce ni o ati aretatu pana acumu, va remané cu noi si dupa indepartarea Escelentiei Vóstre la noulu scaunu arhierescu. — In acést'a mangaere si in devotamentulu nostru, ce-lu pastramu Escelentiei Vóstre pentru totu deun'a recomandandune si de aci nainte dragostei si bunevoitiei parintesci, rogamu pre atotpoterniculu Ddieu: ca pre Escelenti'a Vóstra spre binele si folosulu santei nóstre bisericeii se ve tiena in cea mai buna sanetate la multi-multi ani!“

Rostirea acést'a acordata de voturile calduróse ale tuturoru membriloru consistoriali, Escelenti'a Sa metropolitulu o considerá si o primí dreptu resunetu din partea consistoriulu si a credintiosiloru din eparchi'a intréga la despartirea sa de scaunulu acestei eparchie, multiamí pentru alipirea aretata catra Densulu, asecurá de nou consistoriulu tóta bunavointi'a sa, si i dedú bine-cuventare arhierieésca; apoi intre urari vie pentru indelung'a viétia a Escelentiei sale repetite din partea consistoriulu, parasi siedinti'a.

Dupa aceste Dlu archimandritu si vicariu episcopescu Mironu Romanulu ocupandu locul presidialu deschierá siedinti'a de deschisa, si se decise nainte de tóte, ca bunatatea Escelentiei sale noulu arhiepiscopu si metropolitu alu nostru Procopiu Ivacicoviciu, aretata catra consistoriulu acést'a la despartirea sa de eparchi'a Aradului, in rondulu celoru espuse sè se eternizeze la protocolu dinpreuna cu cuvintele rostite de Preacuvios'i'a sa parintele archimandritu si vicariu, ca o spresiune via a simtieminteloru de care consistoriulu si credintiosii din eparchia sunt petrunsi in momentul acestei despartiri.

Nu voimu a obosi atentiunea lectoriloru nostri cu enararea tuturoru celoru petrecute in siedinti'a de facia a consistoriulu plenariu, decátu notificamu pe scurtu cà obiectulu celu de mare insemnatate, desbatutu cu tóta interesarea membriloru consistoriali, este terminulu pentru alegerea noulu episcopu, ce s'a defiptu pe **11. Noemvre a. c. st. v.** cu privire la §-lu 90. din statutulu organicu si in consonantia cu canonulu 25. alu sinodulu ecumeniculu din Calcedonu, carele preserie: „ca eparchi'a veduvita sè-si capete in trei luni pre episcopulu seu“. Pe terminulu acést'a dara are sinodulu electoralu sè se intrunésca la resiedinti'a episcopésca, respective in bisericea catedrala din Aradu conformu provocatulu §-fu din statutulu organicu, ca sè aléga pentru veduvi'a eparchia a Aradului pre mirele care dupa vocatiune si rezultatulu lucrariloru de pana acumu se va socoti de mai aptu pentru chivernisirea casei lui Ddieu.

Mici notiuni de igiena fisica

de Debay.

Escesele in *prea multu* ca si in *prea pucinu* totu d'a una suntu prejudicióse organisatiunei omenesci. Acésta axioma ar trebui se fia gravata in inim'a fia caruia si sei servésca de basá pentru conduit'a sa. Intrebuintiarea rationabila a facultatiloru morala si fisice, usulu moderatu de bunurile traiului, conformu cu positiunea sociala ce fie care ocupa, facilitéza joculu organeloru, intretienu simpatiele armonióse dintre densele, ni dau sanetatea si fericirea, si lungescu dilele frumóse ale junetie, tesauru preciosu risipitu cu atáta imprudentie de cea mai mere parte din ómeni.

Locuinti'a.

Locuinti'a trebuie se fie aeratá bine spaciósa, fara umediéla, departe de ori ce vétra de infectiune, precumu: deposite de murdarii, gunóie, ape statatóre, si mai cu séma de acele usine de unde esu atátea emanatiuni periculóse.

Camer'a de culcare trebuie se posedeze celu pucinu 40 de metre cubice de aeru pentru doue persóne, ca nu cumva nóptea,

findu ferestrele inchise, sè se strice aerulu prin respiratiune si di feritele emanatiuni ale corpului. Aerulu camerelor de culcare trebe reinouit in ori ce anotimpu.

Vestmintele.

Vestmintele amenduroror sexelor trebe sè fie destulu de largi spre a nù impede organele in diferitele loru miscari. Dupa anotimpuri, ele voru fi gróse sèu subtiri; inse escesulu sè se evite in ambele casuri. Vestmintele prea calduróse au inconvenientulu de a face corpulu mai impresionabilu la frigu, si suntu caus'a de si indepartata, a acelor numeróse bóle ce provinu din oprirea sudorii. Esperinti'a dilnicã probèza cã persónele deprinse de timpuriu cu vestminte usióre resista multu mai bine variatiuniloru atmosferei.

Albiturele de pe corpu se voru schimbã de doue ori pe septemana, si déca e nevoe si mai desu. Mod'a de asi strengere midiloculu, de asi periclita ficatul, spre a avea un'a talia subtire, pentru barbati este cu totulu ridicula, ér femeiloru nu li dà nici un'a atractiune. Unu peptu largu si frumosu trebe sè se termine prin nisce cóste proportionate, si sè nu fie gatuitu la basa ca unu fusu. Acestu obiceiu periculosu, isvorulu atãtoru bóle, produce vorbirea din corsetu.

Intrebuintiarea acestei haine, cându este facutã reu, oferese un'a multime de inconveniente. Corsetele cu óse suntu totu asia de periculóse pentru domnióre ca si fasia pentru copii. Din caus'a corsetului intalnesci in orasie atãtea pepturi strinse si diformate la basa; din causã sa vedi gatulu domniórelor din orasie de la 18—20 ani lipsitu de grosimea si trasaturele tiépene ale gatului-tierancelor. Corsetulu, cea mai mare parte, face ca femeile din orasie se fie asia de sfersite si schingiuite. Corsetulu face pe atãtea se móra de oftica. Corsetele fara óse suntu igienice si servescu a d'a forma corpului, fara alu stringe si ai oprè diferitele miscari. Ar fi de doritu ca mamele sè se convinga de periculele corsetului cu óse, si se'lu interdica fiicelor se. Ar fi asemenea de doritu ca barbati se opréscu pe femeile lor, mai alesu cându suntu in positiune, de a purtã corsetu.

Esercitie si repausu.

Actiunea musculara este indispensabila pentru intretinerea sanetatii, cãci ea pune in miscare tóte organele si favoriseza functiunile lor. Pentru cei bogati, preambleru pe josu, calare, dantiulu, scrima, venatórea, voiagiurile, sunt atãtea midilóce proprii spre a desvoltã, spre a sustienea energia vitala. Pentru cei seraci, osercitiulu este lucrulu lor de tóte dilele; si se credu fórt fericitu candu nu suntu obligati a impinge acestu esercitiu pana la un'a ostenála escesiva.

Dupe esercitiu repausulu este necesariu spre a dá corpului timpu so-si repareze perderile, si repausulu trebe se dureze atãtu câtu trebe spre a si linisci ostenála.

In genere, trebe sè se inceteze cu lucrulu indata ce ostenála face miscarile greóie: acésta este un'a regula de igiena pre care ar trebui se o urmeze ori ce omu; cãci, déca repausulu nu a fostu de ajunsu spre a produce un'a reparatiune complecta, si se adaoge pe fie care di noue ostenele, ecuilibrulu foreloru se distruge si indata sosese bóla.

Alimente si beuturi.

Ele trebe se fia totd'un'a de calitate buna si in cuantitate moderata, astfelu ca digestiunea sè se faca repede si usioru. Nimicu nu este mai periculosu pentru sanetate de catu lacomia: escesele de mancare si beuturi ostenescu stomaculu si produc indigestiuni.

Cei mai celebri medici vechi si moderni recomanda cam in acestu modu igiena relativa la alimente si beuturi.

— Se alegi bucate de calitate buna si usióre de mistuitu.

— Se-ti regulezi pe câtu se póte óra mesei si se nu te fortezi a manc'a déca nu simti necesitate.

— Se mananci incetu si se mesteci bine, ca bucatele, bine mestecate si salivate, se dea mai pucinu de lucru stomacului.

— Se lasi intre fia care mancare unu intervalu de cinci pana la sieseóre cãci stomaculu are trebuintia de repausu, ca si celelalte organe cu functiuni intermitente.

— Se amesteci pe câtu se póte carnurile cu vegetale; omulu fiindu omnivoru, unu nutrimentu esclusive animalu sèu vegetalu, nui este asia de favorabilu ca aceste doue specii de nutrimente combinate intiuu modu rationalu.

— Se nu mananci nici un'a data prea multu; din contra, se te scoli de la mésa pucinu cam flamandu.

— Se refusi tóte alimentele de venatu, diresa si aromatizate, cari produc unu apetitu prefacutu. Astfelu de alimente iritezã stomaculu si in cele din urma ilu facu trândavu.

— Se evitezi ori ce mésa copiósa; un'a prea mare varietate de bucate este stricaciósa.

Alimente si beuturi.

— Se intrebuintiezi cu moderatiune vinu si ori ce beutura de fermentatiune. Se próscrii ori ce specia de licueruri, sèu celu pucinu se iai fórt pucinu dupa mésa, dér nici un'a data pe stomaculu golu. S'a demonstratu cã intrebuintiarea si mai alesu abususulu beuturiloru spirtóse, vatemala mai multu senetatea de câtu ori ce alta cauza ordinaria de maladia. Actiunea acestor beuturi nu se marginesce numai in iritarea, sbarcirea membranei mucóse a stomacului, in distrugerea fortiei sele digestive, in causarea de dureri gastrice cronice in viitoriu; dér esercita funest'a loru influentia si asuprà creerului; in acestu casu inteligentia amortiesce pucinu câte pucinu; beutoriulu devine stupidu, in acea stare de abrutisare a carei esemple din nenorocire suntu fórt numeróse in clasa poporului.

— Se faci pucinu esercitiu inainte si dupe mésa: inainte, spre a'ti mari apetitul; la urma, spre a'ti favorisã functiunea digestiva.

— Dupa un'a mésa copiósa se nu lucrezi nici un'a data cu spiritulu.

— In fine, persónele ce obicinuescu a cinã, trebe se manance fórt pucinu, si doue óre minimum inainte de culcare.

Veghiarea si Somnulu

Tóte fiintiele, de la vegetalu la omu, suntu supuse marelui legi a veghiarii si somnului.

Veghiarea este timpulu vietiei active, sèu a intrebuintarii fortieror; somnulu a vietiei pasive, a reparatiunii.

Somnulu este absolutu necesariu pentru repausarea sistemului locomotoru si reparatiunea perderiloru fluidului nervosu din timpulu veghiarii.

Somnulu este cu atãtu mai reparatoriu cu câtu va fi mai liniscitu. Din contra déca va fi greu agítatu, nu face nici un'a reparatiune. Trebe sè se caute si sè se descopere cauzele aceastei schimbãri spre a le combate imediatu prin midilóce igienice si medicale; cãci lipsa de somnu nu intardie a vatemã sanetatea; omulu atunci parasesece domeniulu igienei spre a intra in alu patologiei.

Celebrulu medicu Hufeland dice:

„ Lipsã de somnu uséza iute fortiele interióre si esterióre; nimicu nu conduce mai siguru la un'a betranetiã prematurata.“

Astfelu, omulu care se dà de buna voe sèu silitu la nisce lucrãri escesive a corpului si spiritului, si care nu dá somnului timpulu necesaru spre a repara ostenele morale si fise, va suferi câtu de curendu tristele i consecintie.

Dér, déca lipsa de somnu compromite sanetatea, escesulu contrariu este totu atãtu de stricaciosu. Omulu care abuséza de somnu devine molatecu, lenesiu, apaticu; la elu fortia vitala se micsiuréza, sensibilitatea se slabescu, diferitele circulatiuni ale corpului lancezescu, umediellele se produc greu, si câte un'o data inchidu canalele lor, ceea ce aduce congestiuni si disordine grave.

Timpulu pentru somnu — Naturã insasi aréta tuturor fiintieror timpulu ce trebe se'lu consacrezu somnului si veghiarii. De la resaritulu sórelui si pana la apusulu seu este timpulu de lucru; órele in cari emisfera nóstra e acoperita de intunerecu trebe consacrate repausului.

In o anume clasa a societatii este obiceiulu a se converti acésta ordine naturala; veghiéza nóptea si dormu diua, aceea ce nu è totu un'a pentru sanetate. Astfelu sè se compareze figurele jigarite a slabelor orasiance cu feciele pline a tierancelor robuste, si sè se judece cari au constitutiune mai vigurósa si un'a sanetate mai buna.

Durat'a somnului. — In genere durat'a somnului trebe sè se marginesca de la 6 la 7 óre, nici un'a data peste 8 óre. Scóla de la Salernã, care avé câte o data dreptate, dice 5-6 óre de somnu suntu de ajunsu pentru persónele mature; — 6-7 óre pentru tineri. — a dormi 8 óre insemnéza a dá un'a óra lenii.

Midilócele igienice spre a 'si procurã unu somnu liniscitu si bine facatoriu se resuma in acestea.

— Se nu te culci cu stomaculu prea incarcatu cu bucate.

— Se alungi ideile triste ce au turmentatu spiritulu in timpulu dilei, si cari pricinuescu visuri agitate si greutate.

— Pucina lectura, amusãnta si scurta, reusiesce la multe persóne candu se culca, de a chiamã somnulu.

— Persónele nervóse, supuse uneori la insomni lungi, potu se intrebuintieze bai'a calda inainte de culcare; dér acestu midilócu sè se intrebuintieze numai atunci candu nu voru fi isbutitu celelalte midilóce igienice.

— Camer'a de culcare se fia spaciósa, fara umediéla séu vre unu mirosu, fie chiaru placutu; se scie cá parfumurile si florile causéza unu somnu agítatu, dureri de capu si chiaru insomnia.

— Patulu sè nu fia nici prea móle, nici prea tare, nici prea caldu, nici prea rece; corpulu sè se póta intinde in elu orizontamente, capulu fiindu pucinu radícatu.

Dér lucrulu de capetenia spre a capetá somnulu doritu, este activitatea física in timpulu dilei, liniscea spiritului si pacea in familia.

Baiele, lautorile. etc. suntu ún'a parte importanta a igienei private.

ESERCITIULU INTELIGENTIEL.

Superioritatea omului si a femeiei asupr'a celoru lalte fiintie depinde de la mai marea dezvoltare a organului cerebralu. Deci ei trebuie sè 'si eserciteze necontentitu acéstu organu si sè 'si marésca cerculu ideiloru lor. La acéstu resultatu se póte ajunge prin studiu; dér studiulu tot d'aun'a trebuie sé fie moderatu; trebuie a se intrerumpe lucrarea intelectuala indata ce incepe ostenedá.

Cultur'a spiritului desvólta tóte facultatile, memori'a, judecat'a, ratiunea etc.; ea radica sufletulu, desvólta sentiimentele frumóse, inobiléza inim'a si dirige pe calea binelui. Ea ne face buni, amabili, utili si iubiti de semenii nostri; ea strange legaturile ce unescu pe soti si'i face a dá un'a educatiune buna copiiloru lor, datoría sacra a ori carui cetatiénu ce se crede solidarú cu tiér'a sea. In fine cultur'a spiritului este isvorulu a unei multimi de placeri si fericiri, de care fiinti'a cea ignoranta remane totu d'auna straina.

Femei! Barbati! cultivate bine spiritulu. Póte cineva streluci prin ornamente, dér nu va placea de cátu prin spiritulu seu. Spiritulu dá vietiá corpului, animéza si infrumsetiéza fisionomia, inpodobesce pe femeea cea mai urita de la natura; spiritulu casciga totu pe pamentu, amoru, onoruri, gloria si avutiile. „Vocea Covurluiului“.

VARIETATI.

(†) **Necrologu.** *Iustinu Munténu*, prentu gr. or. in Jenopolea, dupa unu morbu greu de tifusu, la 11. Sept. a. c. in etate de 30 ani — si-dete sufletulu in manele Domnului, lasandu-si in doliu soci'a si 3 prunci. Inmormentarea i-s'a facutu intre condolinti'a rudeniiloru, amiciloru si a poporeniloru. Siese preuti au radícatu sicriulu cu remasitiile pamentene, si stramutati prin credintiosii poporeni, — le-a petrecutu la locul de odihna. — Fericitulu a fostu prentu consciu chiamarei si fiu credintiosu natiunei sale.

Fia-i tjerin'a usióra si memoriá binecuventata!!

Concursu.

3

In urm'a contielegerei avute cu inspectorulu cercualu, — din partea comiteteloru parochiali se escrie concursu pentru deplinirea posturiloru invetiatoresci in urmatóriele comune:

1. Cheriu, emoluminte: cortelu liberu cu gradina, 60 fl. v. a. 10 cubule de bucate si $\frac{1}{2}$. sesiune de pamentu.

2. Hidisielulu superioru, cu cortelu liberu si gradina, 50 fl. v. a. 12. cubule de bucate si pamentu de 3 cubule.

Doritorii de a ocupá aceste posturi invetiatoresci suntu poftiti a-si tramite petitiunile instruite cu documinte despre portarea morala si calificatiunea receruta, — la inspectorulu subscrisu in Oradea-mare, pana in 7. octobre a. c. st. v.

Pentru comitetele parochiali

Oradea-mare 20. Septembrie 1873.

Nicolae Zigre m. p. inspectoru cercualu.

Concursu.

2

Pentru statiunile invetiatoresci din Cerculu inspec. Rabagani.

1. S. Lazuri, cu emolumintele: 100 fl. 6. cub. de bucate 6^o. de lemne.

2. Iosani-Goil'a emolum. 66. fl. 66 cr. 6. cub. de bucate si 3^o de lemne.

Competitorii au asi tramite recursurile sale instruite in modu recerutu pana la 10. Octobre vechiu la subscrisulu in Ds. Forro-postá ult. Belényes.

Ds. Forro in 25. Sept. 1873.

Din incredintiarea respectiveloru comitete parochiali **Vasilíu Papp** insp. scol. in cerculu Rabagani.

CONCURSU

3

pentru parochi'a, din comun'a P. Susagu, si filialu Talmaciu; cu care suntu legate urmatórele emoluminte pamentu aratoriu de 6 cubule de samenatura, birulu dela 260 ase cate un'a mesura cucuruзу stólele indatinate si cortelulu'sase esarendá.

Doritorii, suntu avisati a-si tramite recursurile instruite in sensulu statutului organicu sub adresá comitetului parochialu subscrisului administratoru protopopescu in Beliu pana in $\frac{14}{26}$ Octobre pe care diua e defipta alegerea

Beeliu $\frac{14}{23}$ Sept. 1873

comitetulu parochialu

In contielegera cu mine **Ioanu Capitanu** adm. protop

Concursu

2

Prin Sententi'a Consistoriul dto. $\frac{12}{7}$ a. c. Nr. $\frac{526}{207}$ scol. amovenduse, invetiatoriulu din Ostrovu, din postulu seu invetiatorescu, pe statiune'a acést'a, se deschide Concursu pana la 28. Octom. a. c. st. v. in care di se va tiené si alegerea.

Emolumintele suntu 84 fl. v. a. 15 meti de gráu, 24 meti de cucurudiu, 50 f. de sare 100 f. de clisa. 15 f. de lumini, in paméntu 2 Iugere de fenatie, 2 Iugere de aratura estravilanu, 1 Iugeru intravilanu si 8 orgii de lemne din care e a se incaldi si scól'a.

Doritorii de a ocupá, acést'a statiune au a si tramite recursurile sale inspectorului cercualu de scóle, in Bacame-reu, posta u. *Kápolnás*

Ostrovu 24. Sept. 1873.

Comitetulu parochialu.

In contielegere cu **Laurontiu Barzu** Inspector cerc. de scóle

Concursu.

3

Fíindu postulu invetiatorescu din opidulu montanu Baitia (Rézbánya) cerculu vascoholu comitatulu Bihar inca de mai multi ani in vacantia, s'a deplinitu numai prin onu preotu localu — a cumu se escrie Concursu pre lunga urmatórele emoluminte.

a. Cortelu liberu.

b. Salariu anuale in o suma de 200 fl. v. a. care se va solvi in rate trilunarie.

c. Venituri cantoralu.

Doritorii de a ocupá acestu postu sunt avisati a produce: Testimoniu despre absolvirea sciintieloru pedagogice, testimoniu de calificatiune si documentu despre conduit'a si portarea morala. — Petitiunile astfelu instruite si adresate comitetului subscrisu, sunt ase tramite pana la 7 octobre cal. vechiu, candu va fi si alegerea.

Mai de parte dela nou alesulu invetiatoriu se poftesce ca pelinga limb'a materna romana sè scie scrie si vorbi inca limb'a magiara si cea germana.

In fine competintii sunt poftiti ca pana la alegere in o domineca séu serbatóre sè se presente in sant'a biserica gr. or. din locu pentru ca sè-si dovedésca deprinderea si versarea in cantarile bisericesci si tipicu.

Baitia (Rézbánya) 1873 septemvre.

cu contielegerea mea. Comitetulu scolasticu **Nicolau Popovicu** insp. scol. de scól

CONCURSU.

2

Fíindu-ca in urmarea concursului scrisu si publicatu cu terminulu de 16. Septembrie st. v. pentru postulu invetiatorescu din Oradea-mare s'a insinuat numai unu competinte; pentru ace'a, — terminulu se prolungesce pana in 30. Septembrie a. c. st. v. deci pelanga sustinerea conditiuniloru publicate in concursulu primu, — doritorii de a competi pentru acestu postu suntu poftiti ca pana in 30 Septembrie st. v. sè si-tramita petitiunile instruite conformu conditiuniloru espuse si publicate.

Oradea-mare 16. Septembrie

Comitetulu parochialu.

In contielegere cu mine **Simeonu Bica** Protopres Oradii mari ca Inspectoru districtualu