

# HIGIEN'A SI SCOL'A.

F Ó I A

pentru

Sanetate, morbi, Educatiune si instructiune.

## Votiv'a Tabla.

„Asia e, timpul se apropia, in care parintii si pedagogii voru cunósce de o datorintia generala, a dá *generatiunei, alimentatiunei si educatiunei ómeniloru* baremu o parte din aceea in-grigíre si conscientiositate, din aceea consideratiune si din aceea conosciintia de lucru, care se intrebuintia de unu timplu mai indelungatu cu mare zelu a nobilitá silân'a, a caii si dobitócele, a intreprinde prasirea, nutrirea si selectiunea rasei lor in modu bine mediatu, si a le conduce conformu ratiunei indiestrate cu tóta intieptiunea esperintii! In presentu se pare, ca nóue ne mai placu vite mari si puternice, decátu ómeni plini de putere si sanetosi; póme frumóse si flori pline ne suntu mai placute cá ómeni frumosi! Statulu ne dà aci mâna libera, pentru aceea boldulu trebue se pornésca dela singuraticii individi a nobilitá natur'a omului, prin in-grigitoria alegere a consortei, prin unu ordinu de viétia si de educatiune si aci a aplicá baremu o parte a in-grigirei, a consideratiunei si a intieptiunei de esperintia, cari se aplica pentru imbunatatítrea tierineloru nóstre si a gradineloru nóstre, pentru nobilitarea planteloru si a animaleloru. — Trebue se improspetamu sangele — ras'a — prin crucisiare, este unu mandatu santu in econom' a rationala si intielépta a viteloru, cine inse observéza acést'a plina de in-semnătate fapta de esperentia si dimensiunea ei multu cuprin-dietoria, candu e vorb'a, a duce acasa o avuta mirésa din cea mai aprópe rudenia? Cátu de pucina privintia se iá din fapt'a esperintii, cá se aducemu numai unu singuru esemplu — ca

feciorii sémêna mai multu mumeloru si fetele mai multu tatîloru? si câtu de necesaria este pentru fie-cine cunoscenti'a a propriului temperamentu, cultur'a si disciplin'a lui, fiindu-ca dela acést'a atêrna intregulu caracteru alu omului! Acést'a cultura si disciplina a temperamentului se pôte inse ajunge numai atunci norocosu, déca 'lu cunóscemu. Câtu de mare si plinu de binecuventare terenu se deschide aci pentru parinti si pedagogi!“

*Dr. G. Voigt in „Consiliariulu sanetatii.“*

## Cum se pasîmu?

MOTTO: „Cu o generatiune crescuta nu e multu de a face, in trebile trupului cá si a le spiritului; fîti dar' intie-lepti si incepeti in scóla!“ Goethe.

Inca din vécurile antice se afla unu proverbu, care suna cãm intr'acolo: „ca acel'a este unu nebuu, care dupa-ce a trecut de 40 ani, are inca trebuintia de medicu.“ Cãti nebuni s'aru aflá si acum'a, déca acestu proverbiiu ar' aflá aplicare si la timpulu nostru. Noi din contra, precum se pare, avemu privilegiu inaintea timpului anticu, dupa alu patrudiecilea anu, déca aflamu de bine, a-lu ajunge, a incepe cu bolnavirea si asié a intrebuintiá si medici!

Adeverulu, ce jace in proverbiiulu citatu, este pentru toti timpii asemené, inse nu srntu toti timpii pentru adeveru, anume nu este epoca, unde sciinti'a, fundamentulu adeverului, se fia neglésa tocmai cum este sciinti'a despre corpulu nostru cu totul neglésa, inca nu a strabatutu baremi cu pucine radie pâna in scólele poporale.

De aci vine, ca noi nu suntemu stapâni peste corpulu nostru, ci 'lu lasamu in man'a straina a mediciloru, ba ce e si mai reu, a pacaleloru, si siarlataniloru, si inghitîmu dupa placulu si ordinatiunea loru venine amare, iuti, ametîtorie, cari le numimu *lécuri ori medicamente* si dela cari asceptamu vindecare, mantuire de bóle, de sí ele nu au neci o relatiune cu corpulu nostru, suntu cu totul straine de elu, nu facu parti constitutive ale lui, nu suntu conditiuni de viétia pentru densulu. — Lasamu, se ne taie vên'a si se ne stórca scumpulu sange, isvorulu vietiei si alu sanetatii, se ne maltratéza cu lipitori,

cu vesicatore, sinapismi, se ne ametiésca si adórma cu opiu si morfiu, se ne narcotiséza cu chloroformu, eteru etc.

In acei timpi, candu valorá proverbiulu aretatu mai susu, traiau ómenii in unu comertiu mai strinsu cu natur'a, si atunci au sciutu ómenii mai bine cá astadi, ca o simpla viétia in mancare si beutura, unu coumbletu desu si laboriosu in aeru liberu si o scalda ori o spalare cu apa din isvoru recorosu otiellesce si intaresce corpulu si cá ast'feliu elu se póte sustiené insusiu pe sine, póte respinge éراسi afara de sine singuru ori ce materii daunóse, cari cumva s'aru fi víritu in elu si ast'feliu a trebuitu si a potutu deveni pâna la alu patrudiecilea anu atátu de virtosu, încátu se nu-lu póta usioru atacá lumea esterna, déca nu se ataca omulu insusi pe sine! Astadi nu traescu ómenii dupa natura, ci dupa moda si arta, va se dîca, dupa rafinaría in gustari si cunoscinti'a unei vieti potrivite naturei este inca din tineretie necunoscuta. Vedi bine, ca sí astadi pricepu multi, cumcà pâna la alu patrudiecilea anu potemu cascigá atât'a esperintia si atâtea cunoscintie, încátu se potemu judecă dreptu, ce ni-e folositoriu si ce ni-e daunosu, si ce avemu de a face si ce de a lasá, cá se remanemu sanetosí. Dar' lucramu noi astfeliu la noi insine si anume facia de copiii nostri? Invetiamu noi, déca insî-ne suntemu destulu de nebuni, si in butulu esperintii a nu comite gresieli, cari trebuie se aiba urmari de bolnavire si dupa alu patrudiecilea anu alu viétii si esperintiei nóstre? invetiamu noi barem tineretulu nostru, a cunosce din esperinti'a facuta de noi, funestele urmari comise in contra corpului, in contra sanetatii nóstre si din negrigirea acestor'a? Nu, neci de câtu! Acést'a instruire, acést'a mai inainte de tóte necesaria cunoscintia lipsesce in scóla, lipsesce in cas'a parintiésca, bu lipsesce as-mené peste totu la cei de susu si de diosu, la asia numitii cultivati, câtu si necultivati. Omulu intrebuintia, facîndu-si edificie scutitorie si comode, vestminte de felu si feliu de materii si de mode artificióse si platite scumpu, ingrigîndu de bucate gustuóse si picante, beuture focóse si seducatorie, tóte numai cu potintia speculatiuni si manine sfortieri spre indestulirea recerintieloru sale adeverate si adese-ori inchipnite astfeliu, in câtu trebuie se ne miramu despre atât'a ingrigire si acést'a cu atátu mai multu, déca vomu sózotí, cá dia un'a mia de ómeni, de-abia

se va aflá unulu, care se cunósca cum este corpulu seu alcătuitu dela natura si prin ce intocmiri ale naturei póte elu sustá mai departe. Póte cà ni se va díce, cà esageramu déca vomu enuncia: ca si intre asia numitii culti, inteliginti sciú pré pucini a respunde, déca i vomu intrebá, pentru-ce mananca si béu ei, ce se face din cele mancate si beute, cum e mergerea sangelui — cerculatiunea, si ce este destinatiunea ei, ce suntu nervii si cari suntu problemele cardinali si diferite ale loru, care este destinatiunea pelei, esterne si interne, ce suntu ghindulele — gilcile, — si ce scopu au ele etc.? La tóte aceste si asemené intrebari sciú fórté pucini respunde, dícându cà nu cade in sfer'a loru, ci in ace'a a mediciloru. Si unde jace acestu reu, a casei sufletului seu, in care se desvólta mintea si intieptiune spre lucruri manine si minunate, spre inventiuni gigantice si sublime? de buna-séma in scóla, aci invetiamu multe de tóte, numai despre noi insí-ne nu invetiamu nemica. Noi cunóschemu inaltímea si distanti'a steleloru, adâncimea mâriloru, viscerele muntiloru si ne interesamu de ele, dar' nu cunóschemu ficatulu, anim'a, plumanii, matiele nóstre, nici nu ne interesamu de ele, si pentru-ce nu, pentru-ca despre aceste nu ni se spune nimicu in scóla.

Se ne folosimu dara de moto aretatu mai susu alu marelui Goethe si se incepemu a ne cascigá astfelu de cunosciintie inca din scól'a poporala si atunci prin drépt'a esperintia, ce o vomu face in decursulu vietii nóstre, nu vomu avé lipsa de medici, barem dupa alu patru diecilca anu.

Spre ilustratiunea celoru aretate, fie-ne iertatu a lapedá ochii in locuintiele si localitatile de petrecere ale celoru culti si celoru neculti, si déca vomu judecá, câte pecate active si pasive se comitu aci in contr'a corpului si prin acest'a si in contra spiritului, atunci nu ne vomu mirá, ca si dupa patru dieci de ani, — déca cumva ajungu omenii acésta vârsta, — au lipsa de medici si de medicamente. Colo imbuibari si desfrênari, escese in mancari si beuturi astfelu încátu cu totu dreptulu a esclamatu ore-cine, dícându: „Finesele, de cari are lipsa stomaculu cetatieniloru, candu are se fia saturatu, suntu incredibili si neesplicaveri!“ — Nu cunoscú ei: ca cine vré se manance multu — adeca indelungatu — acel'a are se manance pucinu; nu cunoscú ei: ca acele bucate, cari remanu

pe mésa, ajuta mai multu decâtu cele, ce le-amu mancatu, si ca ambele arata, cà cei moderati traiescu mai multu decâtu cei nemoderati si cà o gustare pré bogata a feluriteloru bucate mai multu debilitéza decâtu se intarésca sanetatea. Ici — necuretieni'a in casa, in patu, in vestminte, in mancari, in cuina si pretutindenea. — Apoi de vei intrá in localitatile de petrecere, ale cetatieniloru asia numitei burguosii, ori in carci-mele saténiloru si a clasei mai de diosu in orasie, ce vei aflá? Iata ce. 40—50 si mai multi ómeni, barbati, muieri, ici cólea si copfi inveliti in vestmintele loru de érna, siedindu la mésa si bëndu vinu, rachiu, bere, teiu, cafea intr'o caldura de 11° R. la picióre si de 18° si mai bine de grade la capu, si inca in unu fumu grosu de sugari si pipe. Acést'a este dietetic'a poporului cultu si necultu si acést'a va mai avé se dureze inca multu si pâna atunci pâna candu in scól'a poporala se va predá o dietetica, o higieina poporala despre intrebuintiarea midilóceloru nutritórie simple, despre apa, caldura si frigu, despre aeru, — in liberu, in casa, in vestminte, in patu — despre repausu si miscare etc. Despre tóte aceste pre catu ne va iertá spatiulu, ne vomu adoperá a dá cetitoriloru nostri si mai virtosu invetiatoriloru, celoru ce dorescu a fi instruiti si a instruí pre altii, ungle indigitatiuni potrivite si corespundietorie,

Nu potemu incheiá articolulu acést'a fora de a face amintire despre cele, ce citiramu dílele aceste intr'unu journalu „despre delictete comise in anulu espiratu“, pre cari le atribue mai cu séma la doue isvóre, din cari se comitu aceste delictete, adeca: lips'a de alimente si aceea remarcabila metoda de crescere, in care a crescutu generatiunea de astadi, aceea punibila educatiune; care a uitatu a intipari copfiloru sententi'a de auru: „intinde-te câtu 'ti ajunge plapon'a“ si cea vechia stramosiésca: „paucis contentus, disce manere domi“ — cu pucinu indestulitu, invétia a remané a-casa —, crescerea, care nu cunósce suprimerea pofteloru si care pentru o momentana indestulire a voluptatii sensuali concede a se sacrificá onestitatea si viitoriulu, caracterulu si firm'a. Educatiunea intorto-chiata a junimei nóstre crescute in lúcsu in dílele de cascigu usioru, nu a invetiatu-o a rabdá, si candu cascigulu de pane onestu nu ajunge pentru indestulirea pasiuneloru si pofteloru desierte, pasiescu nefericitii pe calea criminalitatiloru, defrau-

datiuneloru si in fine se sinucidu, lasându dupa sine veduve si orfani in cea mai mare ticalosia, precum vedemu inaintea ochiloru nostri mai in toate dilele, cari deca s'aru pazi cum-petulu, s'aru fi intielesu ce e vieti'a si datorinti'a omului sa-pientu, nu s'aru intempla de aceste nenorociri infioratorie.

## Chemi'a.

### II.

#### AGREGATIUNEA CORPURILORU.

##### Topirea, solutiunea si evaporatiunea.

Corpurile se afla in natura in trei diferite forme. Ele suntu seu *solide*, *virtose*, aurulu, argintulu, aram'a, piatr'a, lemnulu s. a., seu *fluide picuratorie*, ap'a, laptele, spirtulu, vinulu s. a., seu *gasose aburóse*, aerulu si toate gasele. Corpurile solide se potu aduce in statu fluidu prin caldura. In caldura se to-pesce ghiati'a in apa. Toate metalele se potu topi. Insesi pie-trele se potu topi in caldura mare d. e. cremenea, boutiele la prepararea iegii. Siliciu, magnesi'a s. a. se potu topi numai in o caldura electrica manina. La carbuni se arata numai o usiora contopire si unele materii d. e. osmiu — unu metalu — inea nu s'a potutu aduce la topire. Deca vomu fi candu-va in stare a produce prin uneltele nostre — ce nu e imposibilu — una caldura mai mare, decatu ce potemu produce pana acuma, atunci nu e indoiala, ca toate corpurile se voru pote topi. La o caldura manina aru deveni toate corpurile fluide, ba insusiu pamentulu nostru s'aru topi si ar' roti in spatiulu universului ca o schintea de focu.

*Toate corpurile solide se potu strapune in statu fluidu picu-ratoriu.*

La o caldura si mai mare potu ele trece din statulu fluidu picuratoriu in statu gasosu ori vaporosu. Scimu ca ap'a se stra-muta in gasu de apa — aburu — sulfurulu in gasu de sul-furu, mercuriulu — argintulu viu — in gasu de mercuriu! Astfelu se potu toate corpurile schimbá in aburu ori gasu.

Firesee, ca unele ceru o temperatura manina spre acesta schimbare. Inse in astfelu de temperatura succede a evapora

insusiu ferulu, aram'a, platin'a, si alte corpuri virtóse. Déca acést'a la unele corpuri inca nu a potutu succede, caus'a jace acolo, cà nu potemu produce o caldura asié de mare, câtu se cere spre schimbarea acestoru corpuri solide in forma de gasu. La o manina caldura ar' deveni tóte corpurile gasóse si pamentulu nostru nu ar' fi numai unu globu fluidu de focu, ci in fine o massa gasósa expansiva.

*Tóte corpurile aduse in stare fluida picuratoria potu trece in stare gasósa séu aborósa.*

Poterea, care efeptuesce trecere corpuriloru solide in fluidu picuratorie si din acést'a stare in gasóse, este *caldur'a*. Caldur'a mâna atomii dela olalta, micsioréza prin acést'a efectulu atractiunei séu 'lu delatura cu totulu. Scurtu, caldur'a lucra sub oresicari impregiurari in contr'a poterei attractive.

Candu are se tréca unu corpu din statulu solidu in fluidu picuratoriu, séu din acést'a in statu gasosu, atunci se cere totu deun'a unu *otaritu gradu* de caldura. Argintulu viu devine fluidu in unu geru de  $32^{\circ}$  R.; ghiati'a se topesce la  $0^{\circ}$  R., cér'a la  $+ 54^{\circ}$  R. caldura, sulfurulu la  $+ 89$ , plumbulu la  $+ 264$ , argintulu la  $+ 800$ , tuciulu si aurulu la  $990$ , ferulu batutu la  $1280^{\circ}$  R., spirtulu devine vaporosu la  $62^{\circ}$  R., ap'a la  $80$ , sulfurulu la  $253$ , mercuriulu la  $288$ , zinculu la  $832^{\circ}$  R. s. a. m. d. La o apasare mai mare ori mai mica a aerului se schimba acesti numeri, adeca, candu va fi aerulu desu, apasarea lui este mai mare si atunci se cere mai mare gradu de caldura si din contra, candu va fi aerulu mai raru, si apasarea va fi mai mica si atunci se cere unu gradu mai micu de caldura.

Totu odata se consuma oresicare *cvantitate* de caldura atátu la topire câtu si la ferbere, adeca caldur'a pere si nu e observabila neci la simtiulu nostru, neci la termometru. Candu ghiati'a se topesce, ea consuma oresicare cvantitate de caldura. Asia si ap'a, candu se schimba in aburu. Pentru ace'a ap'a s'a si numitu o combinatiune de ghiati'a si caldura, si aburulu apeii o combinatiune de apa si de mai multa caldura. In asemené modu consuma tóte corpurile caldur'a, candu trecu din o stare in alt'a.

La o temperatura mai impucinata, adeca la o caldura retrasa, se efeptuesce procesulu in modu intorsu; adeca atunci

corpurile gasóse devinu fluide picurátorie si 'cele fluide picurátorie, virtóse, solide. Si atunci se eliberéza totudéun'a caldur'a. Aburul apei se schimba in apa, si ap'a in ghiatia. Astfeliu la unu geru mare aru inghiatiá tóte ríurile si peraele, tóte lacurile si baltile, insusi oceanulu celu mare. Succulu in plante si sangele in ómeni si animale s'aru inchiagá ba la unu geru si mai mare aru devení intregulu cercu alu aerului cá o incungiuratoria scórtia a pamentului nostru. Tóta viéti'a si tóta miscarea aru trebui se incete atunci cu totul si atunci aru fi pamentulu numai o mórta massa fora forma.

Dupa vederile mai noue, cumcà adeca moleculele si atomii ori carui corpu si celui mai virtosu se afla in necontenita miscare, caus'a diferiteloru stari agregationali se adscrie acestoru miscari. Miscarea oscilatoria a moleculeloru dà corpulu solidu, grabnicu propasitoria gasosu, miscarea din o parte oscilatoria, de alta parte propasitoria dà corpulu fluidu.\*)

### Solutiunea.

Cu ajutoriulu caldurei potemu face cá corpurile solide se devina fluide. Acést'a schimbare se póte la multe corpuri efeptu si in altu modu. Se punemu unu darabu de sare ori de saharu in unu vasu cu apa si ele se voru solví curendu in aceea apa. Sarea si saharulu nu suntu mai multu solide, ele au devenitu fluide in apa. Si atunci dícemu, ca ele s'au solvitu in apa. Tóte corpurile, ce noi obicinuitu le numimu saruri, d. e. alau-nulu, salitrulu, sarea comuna, sarea amara etc. suntu solubile in apa. Unele nu se potu solví in apa, ci in alte fluiditati, d. e. mai tóte resinele in *spirtu de vinu*, grasimele si olóiele in plinulu de carbonu *benzinu*, corpurile metalíce in *acide* (acidulu sulfuricu séu vitriolu — acidulu fosforicu, acidulu ni-

---

\*) Dupa acésta esplicare invetiatoriulu va intrebá: Ce este agregatiunea? in oáte forme vinu inainte corpurile peste totu? Cum se potu schimbá corpurile? Ce e caus'a topirei, ce a invertosirei si slairei? Ce se intempla, candu unu corpu din statu solidu trece in unu statu fluidu, ori gasosu si din contra? Ce s'aru intemplá cu corpurile pamentului nostru, bá cu insusi pamentulu in o caldura manina? Ce in unu geru maninu? etc. si totu odata va repetí cele aretate mai susu.



tricu. — Insusiu aurulu si platin'a se p<sup>ó</sup>te solví in o meste-  
catura de acidu nitricu cu acidu muriaticu — asia numita  
*ap'a regale*.\*)

Fluidele potu solví inse numai oresicare cvantitate din  
unu corpu, d. e. de vomu pune in unu litru de apa mai multa  
si mai multa sare, in fine inc<sup>é</sup>ta solutiunea si prisosulu de  
sare remane nesolvit, si cade pe fundu. Si acuma se d<sup>í</sup>ce  
c<sup>á</sup> fluiditatea este *saturata*.\*\*) Déca tornamu mai multa apa,  
atunci solutiunea incepe de nou p<sup>â</sup>na-ce éراسi ajunge la satu-  
rare. Din unele saruri p<sup>ó</sup>te ap'a calda mai multu solví, c<sup>á</sup>  
ap'a rece. Unele saruri suntu la unu anumitu gradu de caldura,  
mai solubili, d. e. sarea lui Glauber.

Déca ap'a este saturata si o parte din ea evaporéza, atunci  
o parte din sare, ori din altu corpu solvit in ea, se reint<sup>ó</sup>rcé  
la starea de mai 'nainte virtosa si se face din ea *sedimentu*.

Déca t<sup>ó</sup>ta ap'a evaporéza séu ferbe, atunci intrég'a massa  
a corpului solvit devide éراسi virtosa. In ast' modu se castiga  
din muratura sare, Ap'a evaporéza prin ferbere si sarea remane.  
La solutiunea chemica capetamu dupa evaporatiune unu corpu,  
care s'a escatu din combinatiunea chemica.

Mai avemu de insemnatu, ca in unulu si acelasiu fluidu,  
se solvesce totudeaun'a un'a si ace'asi cvantitate a unui oteritu  
corpu, neci mai multu neci mai pucinu, d. e. c<sup>á</sup> se solvimu  
unu litru de sare in apa, ne trebuescu  $3\frac{1}{5}$  litri de apa. Pute-  
rile naturei arata sub asemené impregiurari totudéun'a si ase-  
mené taría.

Corpurile solide se potu dara schimbá in fluide pe doue  
c<sup>á</sup>li, séu prin *topire* ori prin *solutiune*. Cea de antaiu numimu  
*procesu pe calea uscata*, cea de pe urma *pe calea uda*. Precum  
inse la topire este de lipsa oresicare caldura si acést'a piere,  
asié e si la solutiunea unei sari. Fluidulu solvitoriu este pu-  
rura mai rece. Acést'a se observa mai bine, déca d. e. tor-  
namu apa peste salmiacu — cipurigu. —

---

\*) Solutiunea unui metalu in acide este urmarea unei actiuni  
chemice precedente. Si astfelu de solutiune se numesce *chemica*.

\*\*) Fluiditatea deja saturata in unu vasu, este mai grea c<sup>á</sup> cea  
nesaturata, pentru aceea cea de antaiu cade in diosu si intetiesce pre  
cea de pre urma in susu, dreptu ace'a, c<sup>á</sup> se aducemu sarea nesoluta  
in atingere cu nesaturatulu fluidu, trebuie se scuturamu vasulu.

Schimbarea unui corp în stare fluidă ori gazoasă și din contra, nu o socotim între procese chimice, încât prin această nu se schimbă materia lor. Inse această schimbare este de lipsa a o cunoaște, că cu atât mai ușor se pot face procesele chimice ale corpurilor. \*)

## Cercul vitiei.

### Schimbarea materiei sau metamorfoza.

Tot ce se află în viața terestră corporală-spirituosă este supus metamorfozei ori schimbării materiei și precum această purcede bine, ori stagnează, este un individ sănătos ori morbos. Numai prin puternică respingere a materiilor heterogene se curăță și eliberează corpul de morbu. — Obiectul acestui tractat va fi dară o idee pre cât se va putea de populară despre întocmirile trupului nostru, ea anume va trata metamorfoza sau schimbarea materiei a trupului nostru cu diferitele grupe ale organelor corpului, cari i servesc.

Acestu tractat are de scop a da cetitorilor nostri născă cunoștințe pe unu terenu, care, de și sta asă aproape de om și are atât însemnată, totuși foarte reu este cunoscut și pentru aceea se bucură foarte puțin de folosul lui. Terenul unui mod de procedere după legile fizicale în dăile sănătoșe și morboșe, pre scurtu, terenul fiziologic sau a medicinei naturale va fi obiectul acestui tractat.

Aleopatie și homeopatie precum știu, procedu la tratarea morbilor principalmente cu mijloace interne, cu lucrări chimice; căci ei cugetă, că mijloacele interne ale lor lucră chimic minte adică schimbându, asupră masei sangelui și asupră formației succurilor, una opiniei, carei în privința medicamentelor minerali și cea mai mare parte a medicamentelor vegetabile narcotice se poate opune cea mai mare dubietate. Ba din contra și lucrarea lor, unde se arată, se poate reduce și aplica foarte ușor în mod fizical, adică: ca astfel de materii străine

\*) Investigațiile va pune după explicarea de mai sus, următoarele întrebări: Ce e soluția? cum se deosebește ea de topire? Se potu solvi toate corpurile în apă? dar' în ce altă? cându apă ori altu fluidu numai poate solvi unu corp, cum se chiama soluția aceea? Ce se cere la soluție? Ce se întâmplă cu aceea căldură? Dacă o parte din apă ori din altu fluidu, evaporă, ce se întâmplă? dacă totu fluidu evaporă? Pentru ce cade la fundu soluția saturată? Câtă apă se cere pentru de a putea solvi o cantitate de sare? În câte moduri se potu schimbă corpurile solide în fluide? cum se chiama ele? Este soluția, dacă nu se schimbă natura corpului, unu proces chimic? etc.

induse in corpulu nostru producu o neobicinuita escitatiune a nerviloru si o revarsare a sangelui in sfer'a digestionala, prin care in celelalte, pâna aci iritate si patimasie parti ale corpului pôte intrá o corespondiatoria descordare atátu in directiunea suscitarei nerviloru câtu si a revarsarei sangelui pâna atunci, pâna-candu in organele digestiunei se continua iritatiunea prin consumarea medicamenteloru. Câci fisiologi'a ne invétia, ca tôte organele corpului nostru stau catra olalta in oresicari relatiuni antagonistice.

Abstragându dela ace'a, ca materi'a straina a medicamenteloru minerali si narcotice totu deaun'a eserceza una iritatiune daunósa asupr'a corpului nostru si ca prin ea trebuie se se desfaca poterea sustienatoria, ce i-a impus'o Creatoriulu in activitatea lui, si astfelu se fia indoitu lucratoria; odata in contra morbului originalu si alu doilea in contra medicamenteloru induse in elu cá materii straine, abstragându dela tôte aceste dîcu, pôte lucrarea loru fi numai trecatória, adeca numai atátu duratoria, pâna candu ori organele digestiunali s'au dedatu cu aceste materii straine si pentru ace'a uu se mai irita prin ele, ori pâna ce intra o tampire, o neputintia spre functiuni mai inalte adeca paralisarea organeloru digestiunali. Si câtu de dese suntu tenguirile reconvalescentiloru despre greotatile digestionali, produse prin consumarea medicamenteloru, cá materii straine de noi si pentru ace'a reu iritatorie.

Câte odata aplica alopati'a si homeopati'a si medicine esterne fisical-minte lucratorie d. e. vesicatore, cataplasme calde, ventose, scarificatiuni, lipitori si lasarea sangelui — venesectiuni — s. a. Inse acestu modu de lucrare fisicala séu este o neintrebuintiare séu o neperfecta intrebuintiare a legiloru naturali fisicali noue securu cunoscute, si o astfelu de fisicala medicina, care iá dela organismu poterea, in locu se i-o aduca, remane mai bine aeeserciatá, decâtu practisatá.

Cu totu altfelu procede asia numit'a *fisiátrica* — medicin'a firéscá. Ea intrebuintia lucratori'a insusire a caldurei parte esterne, in modu uscatu si udu cá expansiva asupra vaseloru sangelui pre cari le largesce, parte folosindu-se de unu gradu mai recoritoriu, cá contractiva si recoritoria, si totu odata relativu la nervi cá suscitatoria ori impaciuitoria si cu acésta si ajutorialu gimnasticeii, repausului si alu unei diete strinse ajunge a delaturá impedimentele, ce se opunu poterei proprie a corpului, in unu modu atátu de eclatantu, in câtu, unde nu e desorganizare, se reintórce sanetatea pe deplinu in celu mai scurtu tîmpu, câci astfelu se redica poterea organismului, ér' nu se debilitéza.

Aceste legi naturali fisicali fei'a nóstra „Higien'a si scól'a“ se silesce a le face cunoscute publicului, cá se-lu punemu in positiune in cele mai multe casuri de bóle acute a se vindecá insusiu pre sine si a cunósce cum se se feréscá de bóle. Noi vomu ingrigi cá se aretamu lucrarea acestoru legi in corpulu nostru preste totu si in intoemirile lui. Câci câtu de pucini cunoscú minunatele procese de tôte dílele in corpulu loru si in díle sanetóse! ? dar' inca in díle morbóse! Câtu de raru scie si insusiu celu cultivatu d. e. laturile principali ale metamorfosei ori asia numitei schimbári ale materiei: *escretiunea* si *perceptiunea*? ! Si totusi cunoscinti'a aces-

toru doue laturi ale corpului nostru si a organelor cari le efeptuescu, este celu mai bunu midilocu a deveni éراسi sanetosu si a se sustiené sanotosu ! — Vedi bine cá medilócele sanative naturali nu suntu asia de comode, cá medicamentele, cáci aci se cere fatiga si energia, candu colo se inghite medicin'a cu lîngura, inse abstragîndu dela aceea, ca midilócele sanative naturali sustienu corpulu tineru si fromosu, cá neci unu medicamentu din apoteca, ele nu consta nimica, cáci ele se potu procurá in fiecare familia fora neci o greutate precum amu aretatu in mai multe locuri.

Aceste pretrimetindu si rogandu pre cei ce posedu „Catechismulu antropologicu“ se-lu cetésca. si precitésca, cá se capete óresicari cuoscintia despre organele corpului seu, despre situatiunea loru in corpul si despre intocmirea corpului insusiu, vomu trece la descrierea „cercului vietii“ séu asia numit'a metamorfosa.

## Bai'a irica-romana si rusésca séu de aburi.

(Urmare si fine.)

La intrebarea : candu se póte luá cu folosu pentru sanatatea sa o baia calda de aeru — irica-romana séu de aburu ? Raspundemu, ca ea nu e de luatu, candu sórele arde in liberu si ne storce sudori si in umbra, ci ea se iá cu folosu, candu afara e frigu, e geru, candu totu ce e organicu intiepenesce, candu sangele din capilare se retrage catra centru in cavulu corpului si prin acésta se nasce in noi recéla in extremitati si micsiorarea activitatiei pelei in functiunea s'a de stórcere — secretiune — pe acarei procedura inse se baséza sanatatea nóstra, aci este indicata ea, baremi odata in septemana atatu pentru barbati cátu si pentru femci, pentru tineri si betrani. Ea este o baia suplementaria a sórelui, unde pelea nóstra in o localitate incaldita pâna la 35°—37° R. se aduce o lina asudare si astfelu se lapeda drojdele materielor stricate si utilizate in tóta septeman'a si corpulu se scutesce nu numai de recéla ci si de alte rele.

Cum se iá bai'a romana in clim'a nóstra mai corespundietoriu cá dietetica ori igienica si profilactica ?

Iata cum : omulu se desbraca in frigidariu, intra apoi in topidariu, unde remane 30—35 minute pâna ce o lina sudore strabate tóta surfati'a pelei, dupa ace'a intra in sudatoriu unde caldur'a e de 42°—50° R. si dupa ce asuda bine — 10—15 minute — trece in lavacru, unde se spala in basenu séu sta sub plóia artificiesa spalandu-si bine si corpulu séu cufundandu-lu de mai multe ori in apa. Dupa-ce s'a stemperatu pelea in basenu ori sub ploia in 2—3 minute, atunci se pune omulu pe price, cá se-lu sapunésca si frece servitoriulu, finindu-se acésta, merge sub ploia nu pré rece si apoi totu mai rece pâna-ce pelea nu mai aburéza si astfelu merge in dreptu in frigidariu, unde se sterge bine si se imbraca.

În bai'a rusésca séu de aburi se scalda omulu mai potrivitu în modulu urmatoriu : Se desbraca în cas'a de desbracatu si intra în localitatea cu aburi, aci se pune pe o trépta potrivita, la începutu si mai vertosu la cei începatori mai bine pre o trépta mai diosu decâtu pré susu, si dupa simtiulu propriu se urea totu mai susu, apoi se calca pe o iature si pe alta astfeliu, cá se espuna tóte partile corpului actiunei aerului aburos si dupa-ce a petrecutu astfeliu vreo 20—30 minute si póte s'a si recortu vreedata sub ploii'a din localitate, lesa se lu sapunésca si frece, apoi continue cá si la bai'a romana pâna-ce se recoresce si esindu se sterge si imbraca.

La întrebarea : care timpu e mai bunu si mai potrivitu pentru aceste bai ? Respondemu, ca omenii se cam îndrétu în privinti'a acésta dupa ocupatiunile sale, care inse póte dispune de timpu, apoi celu mai potrivitu timpu este dela 10—12 óre demanétii'a si dela 4—6 sér'a. Adeca 2—3 óre dupa dejunu si 3 óre dupa prandiu.

Dar' fiindu cá la noi mai tóte baile de aburu — càci cele romane-irice suntu rari — se deschidu demanétii'a la 6 óre si prin scaldarea multoru se ample aerulu de necuratieunia, eu pentru mine tienu regul'a : a intrá de locu la deschidere si pe nemancate séu bêndu pucintelu lapte si astfeliu a luá bai'a curata, pâna ce aburii nu suntu incarcati de escretiunile omeniloru. Dupa baia, încátu localitatea de imbracatu este moderatu calda, póte omulu petrece în camesii'a de scalda pâna la unu patrariu de óra, dar' a se pune pe patulu de tingi, care se afla în unele localitati si a jacea pe elu usioru imbracatu déca localitatea nu ar' fi destulu de calda, este daunosu, càci astfeliu usioru recesce organismulu si în locu se traga folosu dela baia, elu se póte periclitá. Mai bine e a se imbracá bine si a esí la aeru liberu facúndu o primblare si atragúndu osigenulu din atmosfera cu gur'a inchisa, prin nári.

Cátu are se tiona bai'a, atêrna éراسi dela individualitate, una séu un'a si diumetate ora, multu 2 óre. Peste aceste ar' fi stricatoriu.

La întrebarea : cine se se scalde în bai'a romana ori rusésca ? Respondemu, ca totu omulu, carui e scumpa sanetatea, mai bine vreo catev'a sugari mai pucinu, si cu banii acestia a întrebuintii'a bai'a si a-si curatí si intari pelea fiindu ca acuma dominéza de comuna vederile, ca cu astfeliu de pele potemu usioru resiste versatului, colerei si altoru morbi contagiosi.

Cumcá aceste bai se usita nu numai cá preservative, profilactice, ci si cá therapevtice, adeca în contra multoru morbi, nu e indoiala.

Bai'a rusésca se întrebuintia cu succesu la revmatismu déca acest'a s'a escatu prin deposite de producte morbóse si aceste suntu de a se solví, éra la celu mai multu nervosu se prefera bai'a romana-irica, ba si unele paralise escate din asemené cause se potu delaturá prin bai'a rusésca. În melancholia si asia numita „dysphrenia neuralgica“ ajata de multe-ori ambele bai si aducu usiorare. Apoi si mangaiatoriulu cugetu, a posiede unu midilocu în contra acestui reu, contribue multu a redicá curagiulu acestoru nefericiti si ai face resistibili în contra reului. O mare sfera de activitate au aceste bai în bolele de pele cronice, esanteme cu mancarime

și pecinginea uscată, precum și asupra parasitilor — bureți scari — din contra aștia numitele scortie umede — spurcatu — pe capu ori trupu nu suferu aceste bai. Ele se mai întrebuintă cu succesu bunu la cei ce în venerii au luat mercuriu și iod. În bôlele membranei mucóse, mai cu sêma în catarurile bronchiale, ale laringei și urechiloru suntă bailé rusesci forte priincióse, înse cu ace'a observatiune, că deca amu lónevitu a le întrebuintă de locu în diu'a prima, se lasamu se tréca vreo-câteva dile pâna ce întra stadiulu mucosu, căci pâna cându tiene inflamatiunea, durerea, încordarea și secretiunea apátósa sarată nu suntă a se întrebuintă aceste bai, etc.

La întrebarea: nu suntă cumva aceste bai de aeru caldu și de aburu daunóse? În sene neci de cum. Servitorii și servitorele de bai, cari petrecu cu anii în ele, remanu sanetosi și sanetóse, căci cându se redica caldura și corpulu cere recoréla, o avemu numai decátu la îndemana.

Orecare slabitiune, ametieli, dureri de capu s. a. provinu negresítu în aceste bai câte odată, mai alesu la persóne iritative și pline de fantasia séu în o caldura prea mare; ba înca și mai desu se întempla receal'a: séu din nedestul'a recorire la finea scaldarei, cându omulu se simte ostenitu, discordatu și aplecatu spre receala, séu din neprecaut'a și nedrépt'a conducere a recorirei, anume prin remanerea mai îndelungată în localitatea rece cu corpulu desgolitu. Cine simte numai cele mai line miscari de friguri, acel'a are se evite aceste bai.

Neconditionatu suntă opriti dela întrebuintiarea lor, cei ce patimescu de morbiu animei, și astmaticii.

Cumcă bai'a irica romána avendu aeru caldu încarcatu de aburi numai într'o catatime mica și pentru ace'a stravediu, scóte mai iute și mai usioru sudorea din corp, atragundu la sine cu mare cupiditate totu ce e fluidu, nu e neci o indoială și pentru ace'a ea are preferintia 'naintea tuturoru, fiindu că îndeplinesce conditiunile, ce le cere atâtă fisiologulu câtă și terapevtulu dela ea.

În bai'a rusésca este aerulu încarcatu de aburu și pentru ace'a ne-stravediu. Acestu aburu cade pe pelea mai rece a celui ce se scaldă și se schimbă în picature astfelu, de multi cugetă că asudă, ce nu e adevératu, și numai cu încetulu după ce s'a încalditu omulu bine, se mană sudóre afara.

Ambele bai curetia înse corpulu de materiile necurate și utilizate că neci una alta baia, și pentru ace'a frecarea pelei și frementarea este la întrebuintiarea lor absolutu de lipsă și nime se nu se scumpésca a dá baiasiului vreo cativ'a cruceri pentru acést'a manipulasiune multu folositoria.

Închiemu articululu cu ace'a ferbinte dorire, că toti cari potu și au ocaziune a se folosí de aceste bai, se nu le tréca cu vederea. Se ne aducemu aminte, că stramosii nostri Románi, pâna usuáu aceste bai asié precum cere ratiunea și mintea sanetósa, au fostu cuceritorii luméi, cum înse au decadiutu a le întrebuintă că luesu, că midilocu a-si marí voluptatea ungându-se cu totu felulu de oioie și unsori aromátice, au decadiutu în virtutea corpului și au fostu cuceriti de altii.

---

## Piatr'a intieptiloru.

O inventiune atatu de minunata s'a ivitu pe orizontulu scientieloru naturali încâtu jurnalulu „Dayli News“ eschiamo: Neci o inventiune nu s'a apropiatu asié tare de minuni, cá tocmai acuma insciintiat'a inventiune a D. Norman Lockyer, care visulu alchimistiloru de a schimbá metalele l'a adevéritu in fapta.

Lectorii nostri sciu, cá la finea seculului trecutu si in evulu nostru este latita opiniunea, ca cele siesedieci si vro siese materii — mineralie — aru fi corpuri simple, elemente in fondu diverse, care adeca neci nu se potu mai multu desface in alte parti eterogene, neci schimbá unulu cu altulu. — Nu de multu s'au ocupatu doi scrutatori de natura independinte unulu de altulu si cu diferite experimente, si totusi au facutu rara observatiune, ca o cvantitate de arama, care inainte de cercare a fostu curata — pura chemicalminte; dupa cercare a aretatu unu tare contienementu de arsenu. Lucrulu aparú batatoriu la ochi; la repetitele cercari, tota acelu resultatu. Pe lînga tóte aceste cei doi scrutatori amanara acestu lucru pe alta data, fiindu ocupati cu alte trebi. — Si acuma se scrie din Londonu: „Nu de multu impartesi chemiculu frantiosu Dumas, insarcinatu de astronomulu englesu Lockyer, academiei scientieloru, ca dupa indelungat'a cercetare spectroscopica in sóre si stele trebue conchisu la unitatea tuturoru materieloru si primita posibilitatea schimbarii elementelor nostre de pâna acum'a unulu intr'altulu. Acést'a espositiune a fostu in generalu bine primita de academia, dovéd'a practica, asia a dechiaratu Lockyer -- vré elu se o retiena pe unu timpu ceva mai tardiu. Atat'a inuse se póte insemná, ca aici avem a face cu unu lucru forte seriosu. Despre acést'a ne garantéza deja numele lui Lockyer si védi'a academiei frantiese, care a atribuitu obiectului o vione partinire. Piatr'a intieptiloru este aflata, vedi bine numai din o parte, a schimbá adeca metalele, pâna candu ce'alalta, adeca lungirea vietiei omenesci, va mai asceptá dupa sine.“

Noi dicemu inse, ca partea de pre urma se va aflá, pentru-ca ea de multu esista si suna asia:

„Cu câtu vei traí amesuratu naturei si vei pazi nestramutabilele ei legi, cu atat'a vei fi mai sanetosu si vei traí mai lungu.“

Omenii inse dedati la placeri, la desfranari, la escese, trecu usioru peste dens'a, si o cauta acolo, unde nu o voru aflá neci una data!

Nerestornabila este prob'a, ce a facutu Lockyer in dilele trecute in presentia unoru mai celebri chemici si scrutatori de natura. Elu adeca pr'n unu puternicu siroiu alu columnei voltaiane a volatilisatu in unu tubu de iaga oresicare cvantitate de arama. Precipitatiunea formata in tubu a solvit'o in acidu hydrochloricu si a aretatu prin spectroscopu, ca tubulu nu mai contine arama, ci altu metalu, adeca calciu, partea principala a cunoscutului varu. — Prob'a s'a repetitu totu cu

asemené succésu bunu si la alte metale, si astfelu s'a schimbatu nicolun in cobaltu si calceiu in strontiu.

Si fiindu că principiulu despre elemente că corpuri simple forméza fundamentulu chemiei nostre moderno, si pe acésta se baséza toate sciintiele naturali si economice, de sine urméza, ca prin acésta inventiualui Lockyer, tóta sistem'a chemiei nostre are se suferé o schimbare totala. Bá ca urmarile si distanti'a acestei inventiuni suntu greu de a le mesurá.

Déca a succésu lui Lockyer a schimbá aram'a in calciu, de ce se nu se póta schimbá aram'a si in aur?

Nu e dara mirare, că cei presenti la acestu experimentu au convenitu in ace'a: că ori că e dovedita schimbarea elementeloru chemice unulu intr'altulu, ori că tóta analis'a spectrala trebae nimicita. Dar' si casulu de pre urma va deschide sciintieloru unu terenu cu totul nou.

## Diverse.

Mutându-se „Cocosiu Rosiu“ la veciniculu repausu si-a adusu amenté si de foi'a nóstra in diat'a séu testamentulu seu. Ni se pare inse, că conjunctiv'a ochiloru lui a fostu pré tare traza peste bulbuluculu ochiloru, de nu a pré vediutu, adeca a patimitu de orbi'a gaineroloru, si pentru ace'a nu a vediutu articulii referitori la „scóla.“ Vedi bine, că aceia nu suntu pentru Abcedisti, cari trebae se-i duci de capestru, ci pentru invetiatori mai rationabili. De alt'a ne pare reu de mórtea bietului „Cocosiu Rosiu“, care a cantatu, ce e dreptu, cu multu humoru si a satirisatu cu oresicare tactu.

## ERORI

*in numerulu 12 an. 1878:*

F. 185 densula — densulu  
” 188 prostituitiloru — prostituiteloru  
” ” sistema — sisteme  
” 191 panca cea — panacea  
” 192 metatarsali — metatarsali  
” ” chirogra — chiragr'a  
” 193 dupa curentulu ca. pune in  
” moduriloru — noduriloru  
” 194 cedri — ciorei

F. 194 garviam — gvaiacu  
” 196 destrudiele — destruditele  
” 198 bovilonu — bouilon  
” ” a capetatu — n'a capetatu  
” ” Virelov. — Virchov  
” 199 Schrotta — Schott  
” ” nu a avutu, — vrutu  
” 200 Salomara — Salamura

*in numerulu 1 an. curentu*

F. 10 scrutatoriulu — scrutatoriului  
” 12 von Swieten — van S.  
” 14 rododendron — rododendronu  
” ” ialop'a — ialap'a  
” ” linincintu — linimentu  
” ” patrontologici — patologici  
” 15 Uргуarta — Urquhart=Oerkert

F. 15 duse — puse  
” ” dupa incepu pune la  
” 17 in maiu — moi  
” ” de partlica — parthi'a  
” ” texis — taxis  
” 18 horni'a — herni'a — herni'a  
” 19 tonpile — tampita

*Redactoriu: Dr. P. Vasiciu.*

*Editoru: N. F. Negrutiu.*