

HIGIEN'A SI SCOL'A.

FOIA

pentru

Sanetate, Educatiune si Instructiune.

1876.	Ese odata in septemana joiã. Pretiulu in Monarchia: 4 fl. pe 1 anu, 2 fl. pe $\frac{1}{2}$ anu, 1 fl. pe $\frac{1}{4}$ anu. — Pentru strainatate 6 fl. pe 1 anu, 3 fl. pe $\frac{1}{2}$ anu si 2 fl. pe $\frac{1}{4}$ anu. Pentru inserate 6 cr. de siru si tacsã erariale de 30 cr. pentru un'a data.	Anulu antaiú 1 Juniu.
Nr. 6.		

Votiv'a tabla.

Daca coevii-contimporanii lui Cato sau bolnavitu prin lene, imbui-bari si desfranari si au avutu trebuintia de cura, apoi in societatea civilisata de astadi este mani'a dupa castigu, venarea dupa avutii, ce ruineze sanetatea. Deja cu alu sieptelea anu trebuie copilulu se încépa asi inverti spiritulu, cá se se prepareze cuviinciosu pentru merite si avutii, de vine inse prin acésta corpulu in boliciune, nu se ia in socotintia! Celu crescutu perfectu „nu are timpu“ a face ceva pentru binele corpului seu, ei se despoie si fatiga pana nu mai pôte. Celu ce consuma din capitalu, veneze dupa midilóce pentru viatia, cá se piarda insasi acést'a! Daca se bolnavesce, trebuie doctorulu se prescrie ceva, ce de locu, cum se ia se'lu puna erasi pe picióre; de nu succede acést'a asteptare, Doctorulu nu pricepe nimica! Cá unu ou altui'a asia se asemeneze acést'a metoda, celeia a Indianului cu pele rosia, care merge la medicu, si dupa ce depune pretiulu, eugeta afi scapatu de tote bólele. La noi Germanii suntu deja 300 ani, de candu ertarea pecatelor sa diochiatu. Unu maiestru betranu caracterizeze higieinistice nobilitat'a medicina cu cuvintele: „A de verat'a medicina încépe acolo, unde încéta medicin'a de recepte!“ Medicii nu tienu trasura de posta, la care au se scóta simplaminte numai biletu, cá se ajunga comodu la statiunea sanativa, ei deliniaze numai calea, mai multu oprindu si admonendu, de catu ordinendu, necrutindu nici unu pasiu propriu, celui ce are lipsa de sanare, caci despre sanetate valoreze, ceea ce peste totu si pentru viatia. Ea vré se fia eluptata si cucerita in tote dilele de nou; pre cum fiacare este faurulu fericirei sale, asia este elu si faurulu sanetatii sale!

Dr. Paulu Nimayer.

Dedarea

in relatune igienica, terapevtica si morala.

I.

Daca noi repetimu o actiune determinata de natura activa ori pasiva mai de multe ori regulatu astfeliu, cá se ni se faca o recerintia, o trebuintia, atunci dicemu, ca ne amu dedatu cu ea, respective ea nu mai are lucrare asupra nóstra nici in modu daunaciosu la o dedare nenaturala, nici in modu priinciosu la un'a buna.

Acest'a este in comunu conceptulu despre „dedare“ si cu acest'a trescu cei mai multi omeni in o parere cu totul falsa si daunaceosa. Numai subiectivuminte este intru atata dreptu conceptulu despre „dedare“, in catu atatu corpulu, catu si spíretulu dupa unu oresi care timpu cere iritatiunea indatinata, obiectivuminte inse este preste totu opiniunea falsa, cumca dedarea nu aru avé asupra nostra o deosebita lucrare.

Daca iritamentulu a fostu naturalu, respective necesariu, apoi reactiunea amasuratu naturei, adeca bine facatoria se va arata atatu primalminte, adeca de locu, catu si secundarminte adeca dupa aceea, séu póte intrá si primalminte un'a reactiune neplacuta si secundarminte un'a placuta reactiune.

De va fi iritamentulu unu nefirescu, atunci inea se póte aratá primalminte o placuta reactiune, éra secundarminte una cu atata mai fatala reactiune, séu daca acést'a la parere nu se aru aratá, atunci se voru ivi cu atata mai rele simptome.

In lume nu se afla actiune fara a fi premersu causa. Totu presentulu este urmare legata a trecutului. Si asia suntu si toti morbi, aiba ei ori ce nume, numai urmari naturali legali a calcariloru naturei, ce au premersu, cari se tragu a dese ori prin mai multe generatiuni si isi resbuna, in fii si nepoti.

Se dilucidamu cele dise prin esemple: Placerea, ce o da tabaculu fia prin fumatu, trasu in nari, ori mestecatu (bagaulu) este absolutu ne fireasca, ea nu e recerintia necesaria cá mancarea si beutura, ci numai o recerintia „insusita“, fiacare — barem relativu sanetosu, capeta la inceputu din acésta incercare neplacute ori contra reactionali simptome, adeca, greatia, ametiala, dureri de capu, stranutari, secupari etc. Nutur'a vré se se eliberéze de acesti heterogeni inamici prin impingerea loru afara. Aceste semne suntu dara in adeveru unu limbagiu chiaru, pentru acel'a, care vré se 'lu pricépa, ca tabaculu este unu veninu, ori materia straina in organismulu nostru. Daru pe langa tote aceste chiare antimanifestatiuni noi continuamu fumarea, tragerea in nari mestecarea tabacului, adeca maimutimu copilaresce pe altii, cá se nu remanemu in dereptu. Cari suntu acuma urmarile nebagarii in séma a vocei naturei?

A doua óra, candu fumamu, tragemu in nari etc.. natur'a nostr'a se arata cevasi mai pucinu energiosa in contrareactiune, ne vine inainte mai pucina greatia, stranutare, tusa totu mai pucina, pana ce vocea naturei in fine se potolesce cu totul. Atunci noi dicemu, ca ne amu dadatu a fumá, a trage in nari, a mestecá tabaculu, ni se pare ca acuma ne priesce, pentru ca nu ne mai supera séu pentru ca acuma aflamu placere buna in ele. —

Inse ce insielaciune propria jace in acést'a buna placere!

Dóra noi credemu, ca dummedieiasé'a natura a nóstra lasa a omori instinctulu nepedepsitu? Reactiunea acuta: gretia, ametiala etc. vedi bine, ca nu se mai ivescu; inse asia de neconditionatu nu se da natur'a; ea isi va castigá dreptulu seu in un'a forma mai blanda, mai domóla, adeca ea va trece in o reactiune cronica. Incét'a inveninare a continuatei si nefirescii placeri tiene neincetatu si preste pucinu ori mai indelungatu timpu se voru aratá nóue cronice greutati, patimi mai lenesie spre reactiune, adeca: conturbari in digestiune, patimi de stomacu, patimi in fóle, susuru in urechi, capu desiertu s. a. s. a. ori simptome si mai rele fora nici o reactiune, adeca partiali ori totali paralise (loviri de venturi) ale nerviloru, adeca: slabieiuena ochiloru, orbecarea, orbirea tótala, conturbari in gustu si in audiú, paralise in muschi s. a.

Cati ochi slabi si membre contracte au de a se multiami numai si numai necontenitei intreuintieri de tabacu; inse nime nu vede caus'a, radacin'a cea mai aproape, a acestoru rele, pentru ca li se pare placuta fuma-rea, ei se duce mai de parte si o caúta unde nu esiste! — Astfeliu multi nu presimtiescu, ca patimile cronice ale loru au radacin'a sa in nefiresc'a placére a tabacului.

O alta mustra de dedare rea avemu noi d. e. in beutur'a spirituóse-loru, aicea este prim'a lucrare la cei mai multi placuta, la parere binefa-catoria in catu ea nu intrece unu moderatu incitamentu. De va intrece inse gradulu, de incitamentu, simtiulu la parére de o placuta dispositiune, pre-cum se arata dupa o osteneala si fóme saturendune cuvinciosu, apoi intra mai tardiu cá o reactiune o eu atata mai mare descordare si lan-gesire. De va ajunge acést'a inaltiata dispositiune pana la iritatiune, séu imbatare, apoi urmedie de locu simptome fara nici o reactiune, se arata adeca statulu unei generali mai gata completei paralise, stapanirea musichi-loru dispere. Reintórcerea acestui statu produce apoi nu a rare ori adevete-rate paralise partiali si generali, in gradulu celu mai inaltu morte prin apo-pleesia (guta) séu prin decompunerea sangelui.

Aci póte, ca ne va obieptá cineva, ca se afla omeni betrani, cari in tóta viat'a loru au fumatu, au trasu in nari tabacu si alte nefiresci lucruri fora stricare. Inse acést'a nu da nici o dovada despre nesticaciunea taba-cului si a rachiului, si se aduce inainte, cá o netesitura superficiale de

acei'a individi, cari suntu supusi acestoru datine rele. Adanci betranetie pe langa retinerea acestei dedari rele, este numai o dovada de o mare individuala potere reactionaria, de o mare vitalitate, cu care suntu indiestrate concernintele nature, astfeliu, cá ele se se scie aperá in contra unei daune evidente. Daru acést'a energica aparare consuma neintreruptu din poterea vietii si fiindu ca fondulu de potere séu de viatia este ceva oteritu dupa numeru, se póte matematice dovedi, ca daca aceia individi aru fi parasitu nefiresc'a placere, ei aru fi castigatu atata si atata din consumulu poterii si astfeliu aru fi ajunsu cu 10, 20, 30, 40, 50 de procente la mai adanci betranetie. Mai netemeinica scusa ori paralela nu se afla de catu aceea, „Acel'a si acel'a a fumatu ori a beutu rachiul multu si nu ia stricatu“ caci acest'a paruta ori relativa, nesticaciune, inca nu este dovada pentru binefacerea tabacului si a rachiului, ci numai pentru individuala vitalitate, ce a pusu creatorulu in astfeliu de individi. Fiacare sési traga cu sine insusiu socotél'a, in catu póte elu maná astfeliu de datine rele fara dauna evidenta. Cea mai secura socotéla este in totu casulu, a parasi placerile nefiresci, caci insusi fiacare rea resuflare vine in socotél'a capitalului de fondu alu nostru, pentru ca odata in lumea acésta nu este fapta fara lucrare, séu nu este actiune fara reactiune.

Puterea vietii séu fondulu vietii, séu fondule reactiunei, séu vitalitatea (ori cum se va numi, remane un'a si aceasi putere) este impartita cu totul deosebitu.

A crede dara, ca cu dedarea aru incetá influent'a daunaciosa, aru fi o mare propria amagire. Cu dedarea se schimba numai form'a reactiunei. Reactiunea acuta dela inceputu trece in reactiune mai antaiu cronica, acést'a crescendu in o reactiune lenesia, in fine in o reactiune paralitica fara dureri adeca omoritoria.

Se trecemu acuma la esemple cu dedare buna.

Nutritiunea (hran'a) de astadi, la cei civilisati, este in prim'a linia pré lucsuósa, pré plina de sare, si pré maiestritu si concentratu gatita. Se luamu o dieta mai simpla, mai cu pucina sare, mai voluminósa, mai putienu incitatoria, precum in genere ne da diet'a vegetabile, si vomu simti mai antaiu baremu unii dintre noi, o reactiune neplecuta, incomoda — m'am unflatu cum dicemu — Organele digestionali pana aci pré intaritate lucra mai lenesiu, mai discordatu in poterea mai pucinu iritatoriului nutrementu prin scadiementulu de sare alu seu. Nutrementulu de carne este mai bagatu de sare, si pentru aceea face si mai mare sete. Si aci e caus'a pentru ce omenii dedati tare la nutrimentu de carne, simtiescu asia de greu detragerea acestei'a si se afla in adeveru neodihniti, flatulenti. Se continuamu inse acésta noua dieta vegetabile fara impedecare, si in curendu vomu simti, ca organele digestionali sau intaritu éراسi prin exercitiulu fibreloru muscolari si ghinduleloru loru la nutrementulu de vegetabili bagatu de fibre

vegetabili si de residue vegetabile. Noi le digeramu acuma tocmai asia bine cá carnea, si nu numai ca nu ne simtimu ingreonati, ci din contra mai usiori, mai bine dispusi, cu unu cuventu mai pucinu apasati dobito-eesce, prin urmare si mai morali dupa unu prandiu puru vegetabilu, decatu unulu mestecatu ori carnivoru. — De aci si vede, ce cunosciintia au avutu S. S. Parinti ai bisericii candu au introdusu posturile! Si cine se indoesce despre acest'a adeveru, ilu provocu se cerce si nu me temu, daca nu va fi preocupatu, ca me va dá de minciuna.

Acést'a aru fi antai'a buna reactinne a acestei dedari. A doilea mai adancu strabatatoria buna reactiune este, ca dupa ce astfeliu se aduce in trupulu nostru nutrementu mai seracu de sare, sarurile de prisosu ori mórte ale organismului, — de acaroru balastu patimescu tote bólele cronice — se absorbu de vasele limfatice si de viini cu atata mai usioru si securu, si acést'a sprijonesce sanarea in tote patimile curative eminalminte. La cei sanetosi acést'a relatiune va tiené schimbarea materiei in statulu normalu respective nu va suferi agramadirea atomiloru morti ai corpului adeca a saruriloru mórte. Acést'a este a doua buna urmare séu adoua buna reactiune a dedarii la diet'a vegetabile.

La o continuare mai indelungata a acestui blandu simplu nutrementu, ajungemu noi cu incetulu si la o mai inalta cunosciintia, ajungemu in modulu vietii nostre la o mai departe consecintia reformatoria si prin acésta castigamu incetulu cu incetulu o usioritate a trupului, unu sboru poterosu alu spritului, de care noi naite nu avemu presentiu, ni se pare, cá candu amu fi desbracatu unu vestimentu greu de plumbu si amu fi inarmati cu aripi, ne apuca unu simtiu de fericire, care in corpulu unui carnivoru, adeca care se nutresce cu sange si cadavre nu pote intrá nici odata.

O astfeliu de stare aprocsimativa se iveste si la obicinuita dieta, in catu ea va pazi cumpetulu, inse unu gradu mai mare alu simtiului de fericire nu se ajunge nici una data la viptu de carne. — Vomu continua.

Fisie'a.

4. **Divisibilitatea-Impartibilitatea.** In dominec'a a trea arata Dru. N. copiiloru mai antaiu unu darabu de piatra nasiposa de mirimea unui maru. Puse apoi acést'a piatra pe o scanduritia si o sdrumica bine cu unu ciocanu in grane fine de nesipu. Vedeti, disu elu, sdrobindu si frecandu eu piatr'a, ea s'a impartitu in mai multe parti mici de grauntie de nasipu, fiacare din aceste greuntie este o parte a petrei de nasipu.

Dupa aceea luà o bucatica de lemnu de bradu, taie din ea o eschiutia, si acést'a érase in mai multe eschiutie mai mici. Asi'a asi pote impartu eu, grai elu, aceste bucatiele in mai multe sute de eschii. Precumu

ambele aceste vertóse corpuri, piatr'a si lemnulu, asia se pótu tote corpurile vertóse imparti in nenumerate parti. Cu o bucatia de aur se póte auri o surfatia mare si intinsa.

Acuma Dru. N. puse pe mésa unu blidu cu apa limpede, si din o sticlutia lasa in acestu blidu o picatura de negréla. De locu tóta ap'a din blidu incepu a negri. Vedeti, dise elu, picatur'a de negréla s'a impartitu in asi'a nenumerate parti, in catu tóta acést'a apa s'a facutu négra.

Luati séma continua elu, eu am in mana unu darabutiú de puciósa si vreu se-lu tienu de supra luminei, — si facendu elu acést'a se implu tóta cas'a de mirosulu puciósei. Asia e si candu se aprinde tamaia in biserica, eara mai vertosu oloiulu de trandafiru si materi'a asia numita moseu tiene mirosu mai multe luni ba si ani — de aci poteti pricepe incatu de micutie parti a trebuitu se se inparte puciós'a — timporulu — sulfurulu, eá se se póta simti in intrég'a masa a aerului din chilia.

Din acést'a veti inveti'a, ca fiacare corpu consta din parti si particele, si ca fia care corpu se pote si imparti. **I m p a r t i b i l i t a t e a** ori **D i v i s i u n e a** este dara proprietate universalá a corpuriloru.

Unulu dintre copii intreba: déca se potu partile si particelele totu mai multu imparti si imparti, séu ca impartirea are capetu. La acést'a a respunsu Dru. N.: Partile, la cari prin tiermuritele nostre simtiuri si prin erasi tiermuritele instrumente devenim la capetu si cari se paru a fi nedespartibili, le privim cá protoparticele si le insemnamu cu cuventulu A t o m u. Dicemu dara, cá fia care corpu este compusu din atomi. Cá unu argumentu insemnatu despre inpartibilitatea corpuriloru servésca si urmatoriulu esemplu: Cosienil'a un'a specie de peduchi de frundia — precum veti invetiá in Istori'a naturala — care se afla in Americ'a intró multime mare, da o vapsea rosia frumósa. Cu 156 decagrame se pote vapsi $5\frac{1}{2}$ Kilograme fire de matasa, cari la olalta facu 14.400 metri in lungime, si fia care firu de matasa a constatu din 50 fire torse de omid'a de matasa, asia dara lungimea fireloru aru fi de 720.000 de metri. Catu de subtile potu fi dara particelele acestei materii coloratórie!

Unu cane afla pe stapanulu seu, deca acést'a sa indépartatu, si pe cale cu totulú uscata fara nici o urma a pasirei si acést'a nu mai prin mirosu, adeca stapanulu a lasatu dupa sine unele subtili evaporatiuni, cari canele le cunosee prin ascutitulu seu mirosu. Daru catu de fine trebue se fie particelele, ce evaporeze din corpulu nostru!

O deosebita divisibilitate arata unele metali. La firele de aur, ce se intrebuintia la cipce si cari suntú éstrase din o ruda de argintu aurita, face grosimea aurului numai a 340000 parte a unei linie. Cea mai fina artificiosa divisibilitate a produsu Frauenhofer si Robert impertindu ei pe unu batiu de uiaga o linia parisiana in 3,000 asemené parti. Cea mai fina divisibilitate esecuta inse natur'a, care a creatu tocmai si animale, din

cari in unu policariu cubicu (— 2.6 cent cubici) mergu 40.000 de milioane, cari deja au si organele lor! Acuma va intrebá invetiatoriulu elevii: Ce e atomulu? apoi va procede la intrebarile, ce au temeiuulu seu in divisibilitate d. e.

Pentru ce putemu cu vreo cativa Kilograme de creta a spoii unu parete intregu?

Pentru ca creta prin macinare se imparte in forte subtili parti, cari prin apa se schimba in unu scrobu si se imparte érase in singurati-cele picaturi de apa si fiecare picatura se póte erasi estinde peste o surfatia mare, in fine ap'a la evaporare trece in asia particelle mici, in catu ele se smulgu ne vedintu de aeru, si lasa numai finu impartit'a creta pe parete.

Pentru ce putemu colorá rosii unu ciuberu intregu de apa cu unu gramu de carminu?

Pentru ca carminulu se imparte in apa in o multime de particelle mititele astfeliu, cá fia care particella de apa se primesca in sine o particella de carminu si asia ea capata colóre rosia. Unu greuntiulu de carminu coloreze mai multu cá una suta de mii picaturi de apa. Tocma asia e si cu materi'a coloratoria cuprinsa in negrêla, ea adeva nu se afla in statu disolvitu, ci nu mai finu impartita in apa.

Pentru ce se imparte mirosulu unei hartii mirositorie, ori unui graunte de tamae in tóta casa?

Pentru ca la arderea hartiei, ori a tamaei, partiele mirositorie se afla in o stare forte finu impartita si asia imple totu spatiulu casei. Si mai divisibile este mosculu, din care unu grauntiulu imple spatiulu unei chilie cu anii. Totu mirosulu se baseze pe cea mai fina impartire a materialului mirositoriu, si pentru aceea insulele, pe cari cresc aromatiche, se insinue corabieriloru de departe, implandu aerulu cu materielle mirositorie ale lor.

Insolatiunea.

Apropiinduse secerisiulu si patimindu muncitorii de Insolatiune, cugetamu a fi bine primita inviatiunea nostra, cum este de a se ajutá astfeliu de patimasi, cá se nu devina prad'a mortii.

Insolatiunea séu lovirea sórelui, Insolatio, ictus solaris, Sonnenstich nu este atata o préimplatura de sange in creeri produsa prin lucrarea radielor solaru dreptu asupra capului, prin care se nasca o paralisa a functiunelor lui, ci mai multu o stricaciosa pré incaldiere a corpului, o urecare a propriei sale caldure, precum se arata in ferbintiala cea mai mare de friguri, si se produce eschisivminte prin strapatii mari in

dile ferbinti, adeca lucruri de campu in sóre, marsiuri intinse s. a. candu apoi reversarea produsei caldure se tiermuresce prin inalt'a temperatura a aerului, celu impresora si se impedecea formarea sudórei, séu urméze forte pucina, si astfelu se opresee necesaria recorire; ajutoriulu dara trebue cautatu in o drepta si energiosa recorire, care trebue se urmeze metodice din timpu in timpu, pana atunci, pana ce se delatura tote simptomele paralitice.

Patientulu se pune dara intr'o vana, tróca umpluta cu apa de 20° R. de unu metru, unde au sélu frece mai multe persóne peste totu trupulu bine cu palmile ude, ori cu carpe aspre moiata in apa si cevasi storse, apoi i se tórna mai de multe ori peste capu domolu apa din vana, dupa aceea totu mai rece pana la 12° R. adeca cum se scote din fontana adanca, si dupace se ivescu oresi cari fiori de frigu, se invelue in masaie ude apoi bine storse incependu de subsiora pana la degetele picioreloru, apoi in ponév'a uscata oblagitu bine, cá se se nadusiasca. Pe capu i se punu comprese — petece de pandia — udate in apa de 8—10° R. si cevasi stórse schimbenduse, cum se incaldiescu. Daru nici de cum ghiatia-Cas'a, in care jace bolnavulu se fia recorósa, unde nu ajunge larma si duraiture de cara; daca picioarele nu s'aru incaldi, atunci ele trebue frecate, si pusu sub ele o caramida calda invalida in carpa umeda, se picura patientului adeseori in gura apa prospeta, si dupa ce se incaldiesce binisiuru in totu trupulu, se scote din inveliture se pune erasi in vana si se continue operatiunea mai susu aratata, apoi lasendulu cu céfa in apa vreocateva minute, scotemu picioarele din vana si le frecamu. Dupa ce sa facutu aceste se scote din vana si se sterge bine cu panzature, apoi se pune in patu, inse fara pene si se astruca usioru. Daca erasi se incaldiesce, apoi i se facu fomete ude pe foale, — unu stergariu lungu invalidu pe langa buricu, — si pe pulpi, i se da unu clistiru de apa curata de 14—16° R. si astfelu se lasa in pace mai multe ore, mai multu i se potu pune comprese pe capu. Daca aru aretá apetitu, se i se dé pome prospete, ce se potu aflá. Daca ferbintial'a si simptomele rele nu aru incetá — ce raru se intempla, atunci trebue repetita operatiunea de mai nainte, si daca ea se va-intrebuintiá precum sa aratatu, apoi pericolulu dispare pe vediute.

III.

Inpartasiri din Istori'a naturale.

Ce avemu de a intielege sub instructiunea naturistorica in scol'a popularia, se cunosce mai bine de acolo, ca incepemu cu ea de locu invreocateva dile dupa ce intra novitii in scola, aretendule icónele animaleloru, precum vediuramu in numerulu precedentu. Dreptu aceea toata scol'a tre-

bue se fia indiestrata cu astfeliu de icóne. *) Firesce, ca la incepatori vine acést'a instructiune numai prin trecatu si invetiatoriulu se va pazi a aminti aci, ca elu instrueze din Istori'a naturale, séu ca elu tracteze acestu obiectu cá deosebitu naturistoricu. Dupa ce elevii voru progresá intr'atata, in catu se scie descrie unu obiectu oresicum, ce se intempla in alu trei-lea anu, atunci li se da mai cu séma obiecte naturale a le observá si descrie, inse acést'a descriere nu are se fia dupa clasa, genu si speciele obiecteloru naturali, ci obiectele naturali mai vertosu dintre animale si vegetabile, au se fia descrise asia precum se infatiosadia ele elevilora, adeca dupa marime, colóre, dupa numerulu ochiloru, pecióreloru si altoru semne. Aicea vine intrebarea: óre cum e mai bine, a dá copiiloru se de serie acele obiecte naturali, ce intru adeveru le potu vedé in fiinti'a loru séu obiecte straine, esotice, ce nu se afla la noi d. e. soiuri de animale, precum e leulu, tigru lu, camil'a etc.? Daca vomu tiené regul'a didactica generale: dela celu cunoscutu la necunoscutu, dela celu mai aproape la celu mai indepartatu, apoi intrebarea se resolve de sine singura. Cu tote aceste pedagogii au observatu, ca acolo unde se afla icóne bune despre obiecte naturali esotice, este bine a procede in ambele directiuni, si acést'a din cauza, ca elevii mai tare se atragu de iconele straine, de catu de cele obicinuite. Cá cu ocasiunea acést'a se cunosca elevulu multe obiecte naturali, nu este tocmái de lipsa; inse forte de insemnatu este acea regula, cá elu datele séu provenitoriele obiecte naturali se le observeze bine, se invetie a le descrie dreptu, si se i fia cunoscuti baremu representantii.

De reprezentantu trebuie dara alesu unu asia obiectu naturalu, ce nunumai in icóne, ci ilu potu vedé elevii si in natura; caci prin acésta asemenare a obiecteloru se da scolarului unu midilocu securu, de asi inchipui dreptu si ce e indepartatu. — Alt'a intrebare este: este omulu fiindu si elu animalu, a se insirá intre animale si a fi obiectu in Istori'a naturale? Cei mai eminenti naturistorici au seosu omulu dintre animale si au intocmitu o sciintia deosebita despre natur'a lui, adeca Antropologi'a si astfeliu credemu a urmá si noi.

Istori'a naturala, cá obiectu de invetiamentu deosebitu, incepe in alu patralea anu. Inse si acuma aru fi o gresiala mare, daca invetiatoriulu aru incepe cu definitiunea: ce e Istori'a naturale? apoi aru impartii o in Domene, remne, ori imparatii. Apoi imparatiile in clase, genuri, specie famillii ete, precum se cam observa la invetatorii nostri sedusi prin carti campilate de ómeni, cari nici idea nu au de obiectele naturei. Aceste carti se dau apoi in mana scolariloru, cá se memoriseze si in fine se nu scie nimic din ele!

*) Astfeliu de icone frumose in limb'a nostra se afla la Sibiu in libraria lui Filtsch acuma W. Kráfft, care nu aru trebui se lipsesca din nici o scóla.

Dă, negresitu carti trebuescu si acestea orisi cum sistematice, inse nu atata pentru elevi, catu pentru invetiatori, că se aiba din ce se se pregătésca pentru lectiuni si se propuna, nu prelege*) cele de trebuintia eleviloru dupa cum va socoti ca ajunge mai usioru la scopu. Nu imparatia dupa imparatia, nu clasa dupa clasa, ci acusi din un'a, acusi din alt'a dupa cum vomu indigitá mai la vale. Dupa ce esplica invetiatoriulu unu obiectu d. e. calulu, si pune eleviloru intrebarile necesari, cá se véda in catu lau cuprinsu, atunci li se póte dá cartea in mana, cá se mai citésca si daca vréu se invetie inca mai bine acelu obiectu.

Se incepemu dara cu unu obiectu naturalu bine cunoscutu d. e.

C a l u l u este nnu animalu nobile si totu odata fórte utile, domesticu. Are structura regulata si frumósa. Cautature prudenta din ochi viosi, grumadiu frumosu arcuat cu cóma stufósa, picióre sprintene armate cu copite tari si coda lunga perosa. Elu este latitu peste totu pamentulu si are mai multe soiuri séu rase, cari diferescu in privinti'a marimei, colórei si a structurei. Celu dintaiu rangu cuprindu negresitu c a i i a r a b i c i, cari suntu faimosi pentru usiurimea si duratiunea loru. Intre cei Europeni merita loculu celu dintaiu, c a i i e n g l e s e s c i, cari se insinua prin marimea loru si suntu cunoscuti de cei mai buni alergatori. Caii rusesci, polonesi, unguresci, ardelenesi si islandesi suntu mici, inse alerga si tragu bine, si suntu duratori. — Cum se chiama la acestu soi de animale barbatusiulu, cum muerusi'a, cum fetulu loru? Cum se numesce glasulu calului? Cum se numescu caii dupa colórea pelei loru? Cum este albulu, murgulu, surulu? Din ce consta nutretiulu de capetenia alu calului? Cu ce se nutresce mansulu? D'a mansulu suge lapte din ugerulu manesa. Cu ce se prevede copit'a calului? si pentruce? — Folosulu ce calulu presta omului este fórte mare. — Elu porta calaretiulu pe spatele sale, trage aratrulu, carutiulu, sani'a, cales'a, ajuta la masine; implinesce dara insemnate servitie in economia, in comerciu si comunicatiune; elu este unu sociu credintiosu alu omului la venatóre si in resbelu, si la cate unu poporu, d. e. la cozaci si tataru face tóta avutia loru. Acestia mananca carnea lui, beu laptele lui, séu gatescu din elu casiu si o beutura imbetatoria numita c h i m i s. Calulu ne folosesc si dupa mortea lui, caci din pelea lui se facu talpe si curele, unsórea lui se folosesc spre ungerea peiloru, copit'a spre gatirea peptiniloru si baleb'a lui pentru gunoitu. Spre ce se intrebuintiaze perulu calului din coma si din coda?

*) invetiatorii nostri vorbescu totu de prelegeri, ei nu diu ca au tienu lectiuni, instructiuni cu elevii, ci prelegeri. Daru prelegerile se tienu numai la academici, unde profesorulu vorbesce si elevii asculta. Éra in scolele nostre aré invetiatoriulu se dé lectiuni, pense, se esplice unu lueru de mai multe ori, se combine, examine cu unu euventu se instruze, se invetia.

Animalele, a caroru pui sugu lapte din tietiele mama s'a, suntu animale sugatorie; asiadara calulu apartiene la clas'a sugatòreloru ori mamaleloru.

Diferite si numeróse suntu speciele séu soiurile animaleloru sugatorie. De clas'a loru tiene puterniculu elefantu si mitutelulu siorece; maninulu delfinu si spariosulu liliacu, vielén'a vulpe si mancaiosulu lupu; isteti'a veveritia si puturosulu dioru, necuratulu poreu si spelat'a matia; blad'a óaie si crudulu tigrú; credinciosulu cane si selbatec'a hiena; vac'a si camil'a; sobalulu si capr'a de munte; capr'a de casa si cerbulu; maie-mutia si ursulu, cu unu cuventu tote animalele, dela cari sugu puii, se numescu animale sugatorie.

Invetiatoriulu:

Cari animale apartienu la clas'a sugatoriloru?

Sugatorele av sange rosiiu, caldu, o spinare si suntu acoperite cu pele si peru. Voi cunosceți multe sugatore.

Numiti sugatóre, care se tienu pe langa casa seu casnice!

Numitimi sugatóre, cari traescu selbaticu in paduri si pe campii, inse nu suntu rapitore, adeca astfeliu de animale sugatorie, cari nu sugruma si mananca álte animale!

Numitimi sugatóre, cari suntu rapitore adeca, cari sugruma si mananca alte animale!

Numitimi sugatóre de soiulu sioreciloru!

Numitimi cele mai mari sugatore! Cele mai mici! Cele mai folositorie! Cele mai docili! Cele mai daunaciose! Cele mai numeróse! Cele ce la noi se afla mai raru!

Pana ce privescu scolarii clas'a sugatòreloru, este multu folositoriu a avé naintea ochiloru o colectiune de astfeliu de icóne.

2. Fringil'a, Finculu o pasere.

Finculu este unu animalculu curetielu si fromosu. Voi toti l'ati vediu de buna séma si toti l'ati auditu cantandu. Elu ne da scire de presenti'a sa fluerindu: fincu! fincu! fincu!

Barbatusiulu are pene rosietice pe peptu, aripi si códa negrii intunecóse cu vergi si pete albe. Primavér'a, candu sórerele lucesse sare densulu de pe o grénga pe alt'a si canta cantecculu seu celu frumosu! Apoi sbóra cu mueruse'a sa, care are pene sure, din pomu in pomu pana ce isi afla unu locu potrivit, in care isi face cuibulu seu. Curendu dupa aceea oue muiersca 4—5 óue venetii verdi puocate si striate brunu; clocesce 14 dile si atunci ese puisiorii din ele. Acuma se ingrijiescu parintii acestora a le aduce nutrementu. Ambii aducu omide, musce si alte insecte, si le baga in gur'a cascata a puiloru. Puii crescú si se interescu si in locu de tiepusie sure capata pene cá si tat'a loru caei acesti pui dintaiu

suntu tóti barbatusi. Dupa ce sbóra din cuibu, ii aranescu inea parintii vreocativa dile pana ce se invetia si ei a prinde singuri insecte. Acuma muerusic'a éراس oue si clocesce si puii scosi capata pene sure, cá muma eaci acesti'a suntu mueruse.

Trece primaver'a si vine var'a puii au sburatu, cuibulu e desiertu. Finculu numai canta, ei striga numai fincu! fincu!

Cum vine tomn'a muerusicele se ducu catra frumósá Itali'a, unii barbatusi inea se ducu cu ele, daru unii remanu la noi si se nutrescu cu semintie si sferimenture de pane. Primavéra se reintorcu muierusecele si bucuri'a ineepe de nou.

Cine aru face reu acestui vioniu si gingasielu animalu, storindu elu inea si atatea insecte daunacióse? Copiii rei le strica cuiburile, si le rapescu puisiorii. Venetorii pusica betranii in voluptate cruda. La trecerea loru ii pandesce pasarariulu si ii pinde cu sutele, le rupe grumadiulu fara mila si omenii gurmani mananca pacinicii cantareti cu carne si óse. Aceste tóte aru trebui oprite sub pedépsa.

Finculu are trupu acoperitu cu pene; elu apartiene clasei paseriloru. Animalele, cari au trupu acoperitu cu pene, apartienr clasei paseriloru.

Se afla multe soiuri de paseri. Cea mai mica pasere este colibri, cea mai mare acer'a regia si strutiulu, cele mai folositorie suntu gainele, gasccele, ratiele, pompóse suntu paunulu, fasanulu, papagaiulu; cantaretielc escelinte suntu mérl'a, ciocarli'a, privighietorea, fiorása este buch'a, blandu si domesticu columbulu; vieléne tierca si cior'a; cu piciore nalte Barz'a si cocorulu; vione pitigoiulu si codobatur'a, cu unu cuventu clas'a paseriloru este fórtc numerósa, si ele suntu o podóba a creatiunei.

Invetiatoriulu:

Paserile inea au sange rosiu si caldu, cá si sugatorele; ele inse oue. Eu vreu acuma se vedu, daca voi cunosceți multe paseri.

Numitimi paseri cari se tienu cá animale domestice pentru folosulu loru! — Numitimi paseri rapitorie! Numitimi paseri cantaretie mici! mai mari! — Numitimi paseri de nopte! — Numitimi paseri cu piciore nalte! — Numitimi paseri, cari sciu inota! — Numitimi paseri cantaretie, cari se tienu in casa in colivii! — Numitimi paseri, cari remanu si érna la noi! — Numitimi paseri trecatirie, ori migratorie.

3. Miscarea-Comotiunea.

Diferitele organe si parti ale corpului nostru se afla in starea sanatatii intr'o necurmata miscare; anim'a se contrage necontenitu si mana sangele prin totu corpulu, cá se servésca diferiteloru parti ale lui spre nutritiune; organele digestiunei se ostenescu obligalminte a prelucrá in substanti'a corpului nostru sositele midiloce de nutrementu; organele secretiunei primescu din sange sгур'a corpului si o transpórta naturei esterne.

Acést'a armonia in activitatea corpului nostru se póte inse sustiné, numai atunci, daca modulu vietii fara misicare ori siedindu neactivu nu va eserce o influintia daunaciosa asupra activitatii singurateceloru organe. Durere ca acést'a se intempla astadi la multi omeni si urmarile triste raru remanu nedesvoltate.

Antai'a turburare provocata din lips'a misicarei potrivite, se arata mai multu in sfer'a digestiunei; digestiunile devinu inepte a mistui midilócele de nutritiune, ce li se aducu astfeliu, incatu succulu de nutritiune pregatitu din ele, nu da sange puternicu, curatu, si elu are o influintia retrograda asupra intregului corpu. Anim'a si activitatea sangelui nu destulu incitata casiuna stagnatiuni si daunezé atatu nutritiunea, catu si escretiunea din sange a materieloru morte si utilizate. Retienerea acestora in sange produce acuma erasi noue turburari, fiindu ca prin ea se efiptuesce o stricare a sucuriloru ce póte duce la slabiciuni din carne, slabiciuni din poteri si la multe alte bóle.

Si tocmai pentru ca neactivitatea organeloru arata in unu modu slabitoriu si bolnavitoriu reactiunea sa asupra vietii corpului, bate cu atata mai tare in ochi binefacatori'a influintia asupra corpului, candu musichii se punu regulatu in activitate prin misicare. Acést'a inse jace si in natur'a lucrului si e usioru de priceputu.

Musichii partiloru puse in misicare esperie mai aprope binefacatori'a incitare, prin care se irita sangele, ce decurge prin numeróse fine vinutie, si devine in mai puternicu flusu, care apoi trage la acést'a mai incitata activitate tóta circulatiunea sangelui si face, cá undele lui, se grabesca inainte cu atata mai repede. Sangele devenitu in stagnatiune se pune erasi in misicare. Se urca digestiunea si cu ea nutritiunea, si cu acést'a cá nedespartibila escretiunea, sgura trupului devine erasi in starea normale. Peste totu fiindu ca in grabirea circulatiunei sangelui jace punctulu cardinalu, a lucrá binefacatoriu asupra corpului morbosu si sanetosu — fiindu ca prin incitatulu schimbu alu materiei se lapada afara remasitiile stricate ale corpului, si in loculu loru se pune materia sanetósa, — folosulu miscarii trebue se se estinda in modu binefacatoriu in tóte functiunile corpului si se dé corpului si spiretului unu sboru mai inaltu. Somnulu va fi dara mai bunu, mai adancu si mai recreatoriu.

Se cautamu la clas'a omeniloru, cari siedu multu si se o comparamu cu omenii, a caroru chiamare si modu de vietia aduce cu sine misicarea in aeru liberu d. e. croitorii si plugarii, si va ajunge numai o ochéda superficiala a cunoaste bunatatea misicarii pentru corpu.

Si aici, cá in totu locul, unde se lucra despre binele si reulu sanetatii, se intrepune instinctulu in oresicare modu, si cauta asi da valóre, care ne arata afara de tóta indoiala, ca misicarea este o conditiune netrecuta pentru organismulu animalu. Asia d. e noi vedemu ca copiii urmeze numai instinctului seu, candu se joca ori joca vioniu in tóte partile. Este dara o abatere ne értata, daca acest'a instinctivu simtiu dupa misicare, in care natur'a pronuncie trebuinti'a sa, se va suprima mai multu ori mai pucinu, precum acést'a se face, prin préimpuri'a cercetare de scola, la care se silesu copiii, séu la incarcarea cu atatea lectiuni, catu se nu le remanu timpu si pentru misicare. — De aci voru inveti'a si acei studenti, cari au obicinuitu a invetia lectiunile in liberu mergendu in coaci si in colo catu de mare preferintia au ei inaintea celoru, ce clocescu in chilia inchise.

Se tragemu dara de aci atatu pentru sustienerea sanetatii, catu si pentru recastigarea perduei sanetati regul'a practica, ca corpulu are lipsa netrecuta de o misicare regalata, si pentru aceea se o intrebuintiamu ori candu concedu impregiurarile si starea corpului. Daru urmarile benefactorie ale misicarii aratate mai susu voru urmá numai atunci, daca misicarea va urmá in aeru liberu si vomu esecutá numai acele misicari, ce servescu la óre care scopu, prin care spiritulu in modu fericitoru se subtrage dela propriulu seu e u. Spiretulu locuitoriu in unu corpu morbosu este osebitu, care contempleze statulu seu morbosu, si prin acést'a, precum usioru se póte pricepe — isi maresce revlu. Deci in priviinti'a acést'a si bolnavulu insusi se se silesca, in catu e cu potintia, a nu se ocupá cu eulu seu si se tientéze prin intuitiunea naturei, potrivita activitate declinarea salutaria a spiretului. O preumblare in societati vesele inca va folosi multu celoru patimasi de vreo bóla.

Mai avemu de insemnatu, ca ori ce — inse mai cu séma o misicare fortiata de locu nainte de mancare si dupa mancare, nu e corespundietoria, pentru ca prin acést'a se subtrage o parte a sangelui dela organele de digestiune necesaria pentru digestiune. Primavér'a si var'a comotiunea se esecuta mai potrivit diminiéti'a, tomn'a si érn'a si candu e frigu mai bine la amedi. Cei deplinu sanetosi nu au lipsa a se legá de acést'a regula.

Misicarea cea mai priinciosa este cu securea, firesulu, sapa, adeca a taia lemne, si a sepá in gradina. Dá, daca amplotatii, cari petrecu o parte buna a dilei in cancelarii, candu vinu acasa aru firésá si despica lemne, ori aru lua sap'a si aru sepá in gradina, aru incungiurá multe bóle si mai vertosu hemoroidii, de cari patimescu astfelu, in catu se numescu hemo-

roidari de statu. Pana ce Romanii pe langa functiunile sale, cá functionari de statu au portutu si economia, au fostu barbati vigorosi si au euceritu lumea si dupa ce se molesira, devenira prada altoru popóra.

Organele misicarii suntu musichi (carnea) si higien'a a adusu pana acolo, cá unele bóle, cari sau escatu prin intiepenirea si neactivitatea musculiloru, se se delature prin misicari regulate gimnastice, fara nici un altu medicamentu. Nu sa introdusu dara fara ratiune gimnastic'a si in seolele popularie — care bine intrebuintiata, mai alesu in aeru liberu folosese multu desvoltarii si intaririi copului. Inotatulu inea formese o misicare forte potrivita mai vertosu daca se voru pazi reguleln scaldei, despre cari vomu vorbi la loculú seu.

Bibliografia.

Deca s. scriptura este „Cartea vietii“ apoi ea nu aru trebui se lipsesca nici la o familia mai vertosu astadi, candu procurarea ei este usióra si tare eftina. Citatiuni din s. scriptura in predici, in convorbiri intarescu, ilustra cuvintele, dau o expresiune mai petrundiatoria, mai sublima cuvinteloru rostite. Cá se inlesnéscá cautarea acestoru sublime citatiuni din S. Scriptura. D. Concepistu episcopescu V. Notariu si asesoru consistorialu Titu Budu da la lumina: Concordantia biblica reale in 2. Tomuri. Din care celu dintaiu a esitu in tipografi'a diecesana din Gherl'a 1876. cu pretiu de 1 fl. 50 xr. v. a. si in curendu vá esi si alu doilea tomu.

Preotulu, care cunoscendusi chiamarea s'a, nu crutia ostanéla a dá poporeniloru sei invetiatiaturi morali, invetiaturi lumnatórie de minte si ducatorie la fericire sprijonite cu citate din S. Scriptura, va simti si apretiiu usiuretatea, cei i se face prin acést'a Concordantia; éra celu ce pana acuma, póte ostenitu de multa cautare dupa tecste potrite, nu a prétienutu invetiaturi potrivite, — pentru viati'a poporului seu, va luá acuma indemnu asi implini sublim'a chiamare aflendu multa inlesnire in Concordantia. Daru éta ce aflamu in precuventarea acestei carti :

„In acést'a carte prunculu, ce stá sub stapanirea parintiloru, intocmai cá tinerulu, care are deschisa inaintea sa calea lupteloru vietii, casatóritulu cá veduvitulú, tenerulu cá betranulu, parintele cá fiulu 'si voru aflá seóla cea mai buna a invetiaturei si astfelu intoma va fi folosítória tuturorú.“ La acést'a noi adaugemu numai „e dreptu!“ si pentru aceea o recomandamu tuturorú cu tóta caldur'a.

Mai de parte avemu se amintimu cu anim'a aprinsa de bucuria, ca in Gherl'a Preotieimea desvolta pre terenulu literaturei nóstre unu zelu demnu de tóta laudá. Tinerii preoti, profesori se intrecu in o emulatiune

nobila a dá poporului nostru invetiaturi, cá cari elu nu lea mai avutu pana cuma acomodate vietii lui si totusi scóse din sciintie reali si baste pe adeveru asia:

1. Predicatoriulu satenului romanu da cele mai frumóse, morali si acomodate predici. Cine va ceti Predic'a XIV la aniversarea eliberarei Romanului 3/15 Maiu, cá se nu simta o vibratiune incantatoria in tóte fibrele musichiloru sei si in cei mai subtili si adunci atomi ai nerviloru sei. Patimile romanului invescute in tecstu biblicu sublimu si plinu de moralitate trasa din asemenarea cu stramosii nostrii, scósa din viatia eroica aloru, i se aducu inainte si indemnendu la moralitate si credintia in Domnedieu eschiama autorulu:

Da man'a tu cu ceriulu! o gintea mea romana —
Si astépta apoi cu fala triumfulu gloriosu!
„Cá unu imnu va fi natur'a din sfere pana 'n sfere
Si o gloria pamentulu din munti pana 'n mari!“

Se damu man'a cu ceriulu si atunci inimicii nostru se voru topi cá cér'a de fati'a focului. Se damu man'a cu ceriulu si atunci vomu puté cantá cu psalmistulu: Tari'a mea si puterea mea e Domnulu de cine me voiu teme? etc. La care noi adaugemu „Aminu“.

2. Cartile Saténului Romanu. Coprindu invetiaturi aplicabili in tóte ramurile vietii saténului nostru multu doseditu si impilatu. Oh! de le aru sci acest'a apretiu si nu aru lasá se lipsésca din cas'a lui acést'a frumósa invetiatura, care 'lu intaresce in afacerile sale, lu mangae in retristele sale! Ce fzumosu deduce D. profesoru Teodoru Petrisioru. Inceputulu si Istori'a Romaniloru in forma de dialogu intre poporeni si preotu. Cum le arata acest'a inceputulu loru, cum ii face atenti la faptele cele frumóse, la virtutile stramosiloru nostri indemnandu-i ale urmá, si la vitiale, din care sa reversatu reulu, provocandu-i a le in cungiurá.

Intre invetiaturile aceste serióse si bine nemerite Domnii din Gherl'a au ingrijitu si de anima. In Gazet'a seriósa, si voiosa numita 3. Lumea noua, ne dau scripte glumetic, cari punu diafragam'a in miscare si ne indémna la risu

Tóte aceste ne indémna, cá se laudamu intzeprinderea Domniloru din Gherl'a, sei animamu la continuare, daru totu odata se provocamu si se rugamu si publiculu nostru, se sprijínésca acést'a frumósa intreprindere destinata binelui poporului nottru saténu, care si asia pe lumea acést'a nu are alt'a mangaiare.