

Изази сваке недеље
на читавом табаку.

Дописи пишу се уред-
ништву, а претплата и
огласи А. Пајевићу у Н. Сад.

Г Л А С Н А Р О Д А.

Цена је листу:
на годину 3 фор.
на осам месеци . . . 2 .
на четир месеца . . . 1 .
за Србију годишње 4 .

ЛИСТ ЗА НАРОДНЕ СТВАРИ, ПРИВРЕДУ, ПОУКУ И ЗАБАВУ.

ЗА ОГЛАСЕ ПЛАЋА СЕ 5 НОВЧ. ОД СВАКЕ ВРСТЕ И 30 НОВЧ. ЗА ЖИГ СВАКИ ПУТ. ЦЕНЕ СУ ЗНАТНО НИЖЕ ЗА ОНИ
ОГЛАСЕ, КОЈИ ШТО ЧЕШЋЕ ИЛИ У ШТО ВЕЋЕМ ОБИМУ ИЗЛАЗЕ У ОВОМ ЛИСТУ.

НЕМОЈМО ЉУБИТИ МРТВАЦЕ.

Као што у сваком народу заслуге за велика дела не припадају само људима, него и женама, тако су и у српском народу женске много допринеле, тесе нама признају способности и врлине наше. Српска жена одгојила је оне детиће, који су страхи трепет задавали душманима народним; српска мајка улије још од малена Српчићу љубав к свему ономе, што је честито и ваљано.

И заиста нема ваља да народа, у коме има тако честитих женскиња као у српскоме. Српкиња Милица Ђевојка, која је узор женскиње, пева се истина само у песми, али има таквих Српкиња и у животу, има их у народу, само што нису толико познате, јер оне не износе чедност и врлине своје на вапјар, као што је то, на жалост, сада скоро у моду ушло.

Но Српкиња осим врлина има, као и свака женска, и мана. Па и она Српкиња, која је иначе узор женске, има таквих мана, које је недостојном праве имена српског, које на себи носи.

Наше Српкиње, имају, као мало које женске, осећања за све оно, што им је блиско и сродно. Нема ваља да женске, која зна тако волети пород свој као права, непоковарена Српкиња. Само што она често у вољењу свом прелази границу разумности.

Није нам намера да вређамо Српкиње. Пренего што би то чинили, радије би бацили перо из руке, магар мисли наше никад не угледале бела света. Али нам се не може на ино, а да Српкињама не замеримо нешто, што им сваки разуман човек, што и оне саме себи замерити морају.

Ми замерамо Српкињама, што оне у љубави својој према милим и драгим, према сродницима себи границе не полажу. Инђијанка, када јој умре муж, скочи за њим у гроб, па се даде с њим заједно сахранити. Српкиње истина не раде као Инђијанке, али су, на жалост, сличне Инђијанкама. Ово нарочито важи за Српкиње сељанке.

Нема читаоца, који не зна, како се наше Српкиње понашају према сроднику, када умре. Те жалости, тога запевања нема на далеко. Па бар да

остане на томе! Али се ту мртавац, докле год на столу лежи, непрестано љуби и цмаче. Сваки живи зна, да тело човечије, чим умре, а код гдеког још и за живота у трулеж прелази. Тај трулеж је отрован и нездрав је и за онога, који близу мртваца дође, а не камо ли за онога, који читаве сахате и дане над мртвацем проведе, љубећи га и грлећи га. Нека је мртавац боловао од најсубље болести, нека је био што но реч, кост и кожа, нека му бољаније била прилепчива, па онет је пара она, која из мртвог тела излази, кужна, смртоносна. А шта мислиш честити читаоче, како је кужна, како је смртоносна пара та од мртваца, који је био гојазан, или који је боловао од прилепчиве бољетице, од колере или од богиња. Није ли то неразумно, није ли управо дивљачки таког мртваца цмакати?

Наше Српкиње хоће да покажу љубав и милошту своју према сроднику своме. То је лепа, то је племенита особина њихова. Али не показује се љубав љубљењем и грљењем, него се показује човечним поступањем према своме сроднику. Волиш ли сродника свога, ти ћеш га за живота пазити, сваку му услугу чинити, радост и жалост с њиме делити. Падне ли у болест, ти ћеш га неговати, сваког могућег му лека тражити, до последњег даха га обнадежавати. Уграби ли га неумитна смрт, онда га више не поврати. Онда ћеш гледати, да га пристојно сахраниш и да му успомену чуваш, јер имаш још милијун дужности према другим сродницима, према народу, према људству, које још мораш извршавати. А како ћеш их, јаднице, извршити, ако себи без нужде живот прекраћујеш, увлачећи у се задах мртвачки?

Српкиње мисле, да љубљењем мртваца овима неку љубав, неку милошту указују. То ни сами покојници од нас не могу захтевати. Њима за цело више годи, они воле, да ми останемо здрави и крепки, па да настављамо дела која они, може бити, нису свршили, да име њихово неоскрнављено, част њихову неукраћујемо. Тиме ћемо најбоље доказати, да их волимо, да их и мртве љубимо и поштујемо.

Ако се лубљењем и грљењем љубав указује, онда је указују највише ласкавци и улагивачи, јер они су ваздан пуни слатких речи, они те обасипају пољупцима и миловањем, а кад им загледаш у срце, а ти видиш, да је то све лаж и претварање. Права љубав је у срцу, а не на језику.

Права се љубав не указује пољупцима, него према живима делом и учешћем у срећи и несрећи, а према мртвима чувањем успомене покојникове, угледањем на његове врлине, а уклањањем од његових мана и недостатака! . . .

С.

КАКО СЕ ВАЉА ДРЖАТИ БОЛЕСНИКУ У БОГИЊАМА.

Богиње су болест прилепчива. Отров је поглавито у оном гноју од оспе и у крастама и перути с њих. Ако од отих најмања мрвица дође здравом човеку на отворену раницу на телу, макар била само лака загреботина, одмах се као оно при каламљењу ухвати отров у крв и изведе исту болест. Може да изађе болест, ако се само мрвица од отрова ухвати за усне, нос ил' за очи, или ако падне мрвица од отрова тога на јела ил' пића, па с овима дође у тело и у крв. А како лако могу мрвице од отрова да дођу на усне, у нос, на очи, у јела и пића, која онде у соби стоје, где болесник лежи, може сваки мислити, кад зна, да је оних мрвица пуно у постељи болесничкој и на хаљинама и кошуљама, и да одмах лете по свој соби, док се мало покривач дигне, ил' болесник у постељи магне.

Зараза ова може да се претаји у телу здравом по више дана, док на један пут не бугне на сав мах. У неких бугне без икојих претходних знакова, а неки осети по више дана пре неку ломност, ил' добије кијавицу, гребане у грлу, ил' промукне гласом. Ово је бар у толико боље, што иза ових знакова, као иза неких весника, може одмах да што чини, како би се боља одлашала и учинила да мирније пређе.

Чим ко осети ломност, нека одмах пресече јелом, особито мрсним, и нека прекине пићем, особито силовитим, па нека остане на самој киселици ил' воћу; а како се богиње осипљу по кожи, то ако је згоде, нека одмах гледа да се окупа у млакој води и добро сву прљавштину с коже скине; ако би се осећао затворен, нека узме повисе куваних сухих шљива, па нека само о томе и о оној чорби поживи два три дана, и нека с тим дочека болест, или, ако не би то могао, а он нека живи она два ил' три дана о самом млеку, а никаква друга јела нека не дирне. Млека може попипи на дан по две ове и више, ако му се иште.

Чим ко осети грозницу, нека одмах иде у постељу, па нека мирно лежи, јер отимање не вреди, отимањем се само мори, а за ову болест треба снагу штедети, јер је тешка болест, која се има претрпети, па треба и снаге имати.

Од болести ове нема лека у апотеци, зато нека ниједан болесник не очајава, ако лекар дође и оде, а не препише лека.

У болести овој ваља мудрије владати се него у другима, а ово зависи више од понудача, него од болесника, јер овај није ни при себи. Од понудача зависи много, да болесник бољу лакше прекужи. Ако ови не пазе и не чине шта треба, или чине противно, а оно буде болест тешка, опасна и смртна.

Највећма греше наши људи у овој редњи претопљивањем соба и претрпавањем болесника перјем и другим топлим хаљинама, које је особито првих дана врло глупо и врло опасно, јер је болесник већ по себи у жестокој ватри. Више него пола самртника од богиње погине од претопљивања. Многи остане на мах мртав ударен кашљом од оне јаке топлоте собне, у оној жестокој ватри од грознице. Не може се простом свету довољно наговорити, да не ложи пећи, док је болесник у ватри. Соба и постеља и покривачи да су само толико топли да болесник, ако је при себи, не осећа ни врућине, ни хладноће.

Друго је исто тако и још веће зло затварање соба, те у оном ужасном задаху и смраду гуше се и здрави, а камо ли они јадни болесници. Дан и ноћ треба да стоје отворени прозори од собе у којој болесник лежи од богиња. Ово је тако поглавито, да без тога тешко ко мирно прекужи болест. Чист ваздух више вреди, него сва друга радња око болесника и чување. Постељу и болесника ваља ставити по даље од прозора и од врата да није на промаји, па нека стоје прозори непрестано отворени, ако уносе ваздух чист, а не с ђубрета, ил' са смрада крв. Уз то треба да су прозори застрти, да права зрака од сунца не уђе у собу, а још мање болеснику на очи, јер онда и богиње већма на очи навале, те болесник остане слеп.

Неки хоће тада да узме на чишћење и то брже боље, да нагнади оно, што је закаснио пре, док није боља букнула; али тим учини грдно зло, јер кад грозница отпочне, онда се више не сме узимати на чишћење трбуха, јер и лакши, а особито љући лек позледи црево, које је исто онако и пре-

пуно оспе, него кожа споља, отуда ухвати јаки пролив који свали болесника још у већу немоћ и убије га.

У оној жестокој ватри жестока је и жеђ, и многи би попио чудо хладне воде, па многи и даје, али и то је опасно, јер ако се дају пуне чаше, а оно од силне хладне водурине расхлади се трбух сувише, па наиђе пролив, те болесник падне.

Многи, видећи болесника преслаба, дајемувина и ракије, да га окрепи. То је сипање уља ил' ватре на ватру. То јадника онога још већма распали и убије. Само лекар зна, кад сме неколико капљица дати, а ниједан то болеснику у ватри давати не ће.

Кувано воће и чорба од њега разблажена с много воде, ил' пекмез размућен у води, 1 кашичица на 1 сатљик воде, то је једино и најбоље пиће и јело, док траје ова болест.

Ал' док је оспе у устима, не сме сени ово узимати, но само по мало хладна млека, ил' у води размућено јаје. Млеко, ил' размућено јаје то је и једина храна у овој болести, и најбољи лек како на гребање у грлу, тако и на чупање по трбуху, па ако би и пролива било.

У јакој забуни болесника помажу слачињаци, стављени на листове и помажу хладни облози по глави, пешкири из воде, што можно леденије и што чешће понављани.

Богиње су најгора болест, кад се почну гнојити. Тада су најопасније и за болесника и за његову околинину оним гнојем. За то је добро крупне богиње пробости поширом иглом и надићи кору, да гној изађе, који ваља пажљиво опрати водом, ни хладном ни врућом.

Болесника ваља чувати да се не чеше, да раница не разреде, јер се начине веће и опасније, па гној дубље под кожу улази и већма крв трује, осим што се и noktима на здрава места пренесе, и унесе у нос и у очи, те осакати још већма. Ако се по лицу чеше, остану тим дубље храпе и већма

нагрде. Деци ваља прсте замотати и везати, да се не би чешала ни огребла. Места она, што јако сврбе, ваља мазати скорупом, ил' жуманцетом од јајета.

Очи болеснику ваља особито чувати, чим се опази првен, одмах не попуштајући мењати с леда ил' ледене воде облоге преко њих.

Кад се богиње почну сушити, онда се сме ако је зима по мало соба грејати, болесник топлије покривати, и појити топлим тејем ил' топлим чорбом, али не мрсном.

Болесника ваља чешће пресвлагити, ал' пазити, да се не расхлади, и да се ране не здеру, јер се прилепи кошуља. Тврде красте и коре одмекну, кад се намажу скорупом ил' уљем, а то треба чинити, да се не би гној испод њих у дубину прогризао. Перут ваља пажљиво заједно с чаршавом скупити, и пажљиво истрести на ватру, да изгори, да се отров затре.

Сви болесници остану дуже после прекужене богиње осетљиви кожом, за то се морају врло чувати од расхлађења и назеба. Купање је после прекужене богиње нужно, али се мора чинити врло пажљиво, и сачувати од назеба у томе, које обично буде у наших, јер се не купају у кади, да болесник уђе под воду, него се перу у плитком кориту, у ком више озебе, него што се опере.

Богиње као и свака тешка болест, ако и пређе на миру, осакати многог на дуже време, за то се ваља и после прекужене болести врло чувати. Многи остане врло слаб, те се часом ма која чама ухвати за њ, и баци у другу болест која дави дск у гроб не свали. Најобичније су сува и водена болест. За то је нужно одмах гледати, да се не би шта закаснило.

Болесници варошани најбоље учине, ако после прекужене болести изађу на салаш или у виноград, на онај слободни и здрави ваздух, па онде остану, док се са свим не опораве.

* *

ЗАБЛУДЕ И ПРАЗНОВЕРИЦЕ У НАШИМ ПОСЛОВИЦАМА.

Од Ђорђа Мандровића, пароха пештанског.

(Наставак.)

Коњ има четири ноге па посрне (а да не посрне човек који има само две.)

Позивамо се на коња! А зар је он какво племенитије и савршеније створење, него што је човек?

Ако ћемо говорити: кад коњ може посрнути, за што да не би могао и човек? онда не увиђам, за што се не би позивали и на вола и магарца?

Ма како би било, кад би се на боље и паметније угледали, кад би се угледали на највеће мудраце, кад би себи за углед узели самог нашег спаситеља, кад би за самим божјим савршенствима тежили?

Ко слуша жену, гори је од жене.

А за што да човек не слуша жену? Зар жена тако мало памети има, да не заслужије, да се човек на њене речи обзире?

Неко ће одговорити, да је „у жене дуга коса, а памет кратка“ и да је за то не треба слушати.

Но узмимо ту пословицу озбиљно у претрес, посматрајмо пажљиво људе и жене у нашем месту, сравњујмо их једне с другима, и ми ћемо без сумње до тог уверења доћи, да у жена није памет

баш тако кратка, као што многи мисле, да! ми ћемо се уверити, да у многих жена има дуже памети, него што ћемо код неких људи наћи и да оне, као што је то и учени Инглез Боел приметно, много брже мисле и пре какву заплетену ствар размрсе, него и сами људи.

Али памет се управља по мозгу, и што је већи у кога мозак, тим више има он памети; а по што се зна, да је мозак у жене у три четир лота лакши, него у човека, то је јасно, да се жене односно памети не могу с људима мерити. Тако је од прилике мислио учени Немац Вихнер; но касније узео је реч натраг и признао је, да се памет не управља само по величини, но тако исто, ако не и више, и по унутрашњем саставу и финијем развиту појединих честица мозга, а у том обзиру женски мозак у велико надмаша мозак људи.

Ма зна се, приговориће когод, да су се до сад код свију народа скоро искључиво људи у наукама одликовали и да је одвећ ретка била та жена, која је у наукама велики успех показала!

Но ни тај приговор ништа не доказује против женске памети. Он само износи на видело једну грдну неправду, коју су људи женском полу чинили, — он само то доказује, да су се људи до сад скоро искључиво само за изобраавање своје мушке деце бринули. Женске пак, по највише Рускиње, које се данас на великим школама уче и за лекаре приправљају, могу сваког уверити, да оне толико исто памети имају, колико и људи и да се у науци могу с нама мерити.

За доказ, да поред дуге косе може опстати дуга памет, дало би се и из прошлог и из садашњег времена много примера навести. По по што би нас то далеко одвело, ја ћу примера ради да наведем само једну српску бабу, која је Турке надмудрила.

Биће томе 30 година, како је у новинама јављено, да је између многих начина, којима су Турци нашу браћу Србе у Босни мучили, био и овај: узели би јарца и обмотали би му чалму око главе, па онда би водили јарца од куће до куће, ухватили би кућног старешину и питали би га: „Је ли ово јарац или паша?“ Ако би овај рекао, да је јарац, зло и наопако! они би га везали и тукли: како се усуди рећи да је јарац, кад има пашину чалму око главе? За тим би узели јарца и водили би га другој кући и опет би питали кућног старешину: „Је ли ово јарац или паша?“ Ако би одговорио, да је паша, опет узео час по њега; како је смео јарца пашом да назове? Опет би га везали и тукли, док се не би откупио. Нико од људи не умеде, да Турцима доскочи, но једна им је баба доскочила. Тако кад су је запитали: „Бабо, је ли ово јарац

или паша?“ одговори она: „Нити је јарац, нити је паша, него је виђени ђаво, који овај вилајет мучи.“ Турци се на то насмеју и рекну: „Чули смо, бабо, да ђаво од молитве бежи; за то моли се Богу, да видимо: хоће ли и овај утећи?“ Шта ће сад сирота баба? Ма колико се она Богу молила, јарац не ће утећи, јер га Турци везана држе. Но бабу њен здрави разум ни сада не изневери и она им рече, да само невиђени ђаволи од молитве беже, а виђене да само гром може утући. То задовољи Турке и они оставе бабу на миру.

Видели смо дакле, да и жене имају здрава разума! А кад то стоји, онда се наравно на кривом путу налазе она браћа, која мисле, да је онај гори од жене, који жену слуша. Не! није он гори од жене; он је паметан, што се и саветом своје жене послужује. Та ено! и само мађарско учено друштво за природне науке у Пешти закључило је месеца јануара год. 1873., да и жене могу бити чланови тог друштва! Јесте! паметан је он; јер зна, да „један човек не може све знати“ и да „више очију више виде“.

Не могу овде муком прећи још једну неправду, која се женама наноси.

Ми обично велимо: „Жена ће само ону тајну сачувати, коју не зна.“ Њој дакле никакву тајну не треба поверити! Ма ако је слободно, да запитам: а како стоји с нама? Дали ми умемо туђе тајне да чувамо?

Најпосле ја не бих то ни људма, па ни женама у тако велику кривицу уписивао. Добро је рекао турски песник Мизри: „Кад ти сам ниси у стању, да твоју тајну сачуваш, како ће је онда други сачувати? Незналица је, ко своју тајну открива и другоме вели: али немој никоме казати. Кад тебе ништа не уздржава, да је другоме откријеш, шта ће моћи другог уздржати, да је целом свету не каже?“ Тако пита и ова мађарска пословица: „Кад ти сам твоју тајну откриваш, како можеш искати, да је други не открије?“

Ко рат жели, код куће га имао.

Тако могу о рату мислити само они људи, којима је Бог дао, да под владом мудрих и човечних царева своја човечанска и грађанска права уживају. Њима је рат највећа куга, јер их лишава и мира и живота и имовине. Тајвим људма „ко рат проповеда, сотонин је проповедник.“

Но што стоји за њих, не стоји за оне патнике, који су осуђени, да под нечовечним владоцима свој век оплакују. Кома се у миру сваким даном неправде чине, коме ни имовина ни живот нису законом осигурани, тај, ако и најмање здрава разума има и себи добра жели, треба да увиди, да му рат у најсветију дужност спада; јер рат једино је

средство, којим ће до жељеног мира и до уживања својих грађанских и човечанских права доћи, којим ће се вечитог рата опростити. Таквим људма „ко рат проповеда, божји је проповедник“. Узмимо за пример наше старе у Србији! Да су се они наведене пословице придржавали, Турци би дабоме још и данашњим даном по Србији беснили, Србина на колац набијали и кћери му бешчастили; и данас би још, што но један наш песник рече:

„Србин сеј'о, а Турчин пожњев'о
Србин гај'о, а Турчин ужив'о,
Србин радио, а Турчин се сладио,
Србин родио, а Турчин одводио.“

Но наши стари на срећу увидеше, да им је у тим жалосним околностима једини спас у рату лежао и они се латинше оружја и под Карађорђем и Милошем извојеваше себи слободу.

Но се шта боји, не ће се убојати.

То може стајати само за оне људе, који су небриге и равнодушни према ономе, што их као природна последица њихових дела у будућности чека; но ко нужне мере предузме и вољан је, да опасност, која му прети, од себе одклони, тај може у својој намери више пута и успети. Најпослема човек и скрштених руку седео, отуд још не излази, да му оно мора на главу доћи, чега се боји. „Страх више долази из нутра, него с поља“, вели немачка пословица, а још лепше мудри Латин Сенека: „Шта се што шта није случило, чему се нисмо надали; шта ли се није догодило, што смо очекивали! — Много што шта може се међу тим збити, што ће блиску опасност или удаљити или задржати или са свим отклонити или другог у њу бацити. Та некима је мач над главом висео, па опет су за то живи остали. Многи на вешала осуђени, преживели су своје вешаче. Ништа од оног чега се бојимо, није тако извесно, да није извесније да оно, што нам грозно, може изостати и нада нас преварити.“

Но тебе каменом, ти њега хлебом.

Тако је од прилике рекао наш спаситељ: „Ако те ко удари по десном образу, а ти му пружи и леви.“ Но као што се ни он није могао увек тих речи строго придржавати, већ се често пута уклањао и друге мере предузимао, како би насртања људе браће од себе одбио, тако се и ми наведене пословице не смемо увек строго придржавати, ако не ћемо, да будемо вечита играчка у рукама непоштењака, ако не ћемо да сами своју смрт потпишемо. Истина, не треба да ма за какву беспослицу одмах свезу пријатељства с другима раскидамо; за љубав миру ваља више пута туђе будалаштине да

отрпимо. Али кад луда браћа непрестано нашу доброту и попустљивост злоупотребују и сваку границу пређу, онда ваља да им се мушки одапремо и да њиховим нападајима границе положимо. „Ни буди јед, да те распљују, ни буди мед, да те разлику.“ У томе нам наш народни јунак Краљевић Марко лепим примером претходи. Неки Турчин Алил-Ага звао је Марка на мејдан, да се надстрељују и кад Марко не хтеде, а Турчин

„Бати Марку десни скут доламе.“

Но Марко није држао за вредно, да због тога крвави бојак отпочне и

„Трже Марко ноже од појаса,
Те одсече десни скут доламе:
„Иди бего, аратос те било!“
Ал' се Турчин оставити неће,
Већ увати леви скут доламе.“

Но Марко је увреду и по други пут отрпео:

„Марко трже ноже од појаса,
Те и лева одсјече скута:
„Иди бего, да те Бог убије!“
Ал' се Турчин останути неће
Већ увати шарца за вођице,
Десном руком за вођице шарца,
Левом руком Марка за њедарца.“

И тек сада

„Плану Марко, како ватра жива“

и својом челичном мишицом стаде на пут насртљивом Турчину.

Ето, како је поступао Марко са Турчином Алил-Агом! А како поступамо ми са нашом браћом Србима, с нашим пријатељима, познаницима и сродницима?

Као оно мала деца, ми се због најмањих маленкости с њима и посвађамо, па и потучемо, и дао би Бог, кад би и на томе све остало, као код мале деце! Али не! ми матора деца умемо и даље да идемо и место да сами своју спорну ствар решимо, ми, као да ни искре памети не бисмо имали, тражимо и судије и адвокате, да нам они кажу: шта је право, шта ли није? Ма зар мислимо, да ће нам они што паметније и боље рећи, него што ми сами знамо? Ми тражимо судије и адвокате! А зар не знамо, да „адвокату и судији доста злата, па ето правда,“ да „адвокат не живи од процеса, но од дуговлачења“ и као што мађарска пословица вели: „ако адвокату твоју ствар предаш, у једној ће те кошуљи оставити.“

Не чекајмо ништа много од терања по судовима „ко победи, пропадне; а ко је побеђен, плаче,“ вели пословица старих Грка. Тако је! Као у ратовима тако и у процесима и победиоци и побеђени обично грдно штету претрпе.

(Наставиће се.)

О С В Е Т Л О С Т И.

Светлост је од преке потребе за човека и за све друге живе створове. Свеж, чист ваздух најбоље ће утицати на тело, кад није сам за себе, него здружен са сунчаном светлошћу. Погледајте само биљку какву, па ћете видети, како сви њени делови нагињу на ону страну, од куда највећа светлост долази; сунцокрет окреће свој цвет у век према сунцу; чим гране сунце, готово све биљке почињу онда јаче да развијају своје лишће, а из цветова им избија пријатнији мирис. А узмите биљку, па је засадите у подруму или на мрачном каквом месту, она ће за мало дана сва побледети, увехнути и осушити се.

Како код биљке, тако и код човека и код сваке животиње, живот се у слободној, осветљеној природи сила бујније развија, него у мрачним, зативеним одајама. Сви живци и све жиле у светлости чисто с нова оживе и оснаже се, сваки мишић набуја, човек скида с душе суморне мисли и бриге, те прикупља нову снагу за рад.

А како нам је тешко, како смо суморни и мрзовољни, кад по неколико дана, па и недеља, густе облаци заклоне нам сунце, кад се ваздух напуни силном влагом, да бисмо је чисто руком ухватити могли, кад узастопце по неколико дана киша лије. Нема светлих сунчаних зрака, не могу да продру кроз густе облаке и тешку влагу, па нема ни нама оне свежине и добре воље, која је тако потребна за сваки рад. Где ће човек како ваља да ради, кад му је тело тромо и малаксало, кад му крв једва мили по жилама, кад му живци не могу ничим да се надраже, не могу да живахну.

Колико вреди сунчана светлост, можемо и по томе видети, што они људи, који ноћу раде, а дану спавају, у век су бледи и изнурени, а никад свежи и чили. Па погледајте каквог становника великих и јако насељених вароша, како вам тај изгледа? Сав је прљаво-блед, образи му упали, не видиш на њима ни једрине ни свежине, скомолао је и изнемогао на сву меру. Ал' није ни чудо: у великим варошима куће су грдне, улице тесне, сунце једва допре са својим зрацима на улицу, а готово никад не падне ни зрачак у собу, особито у собу, која иде из каквог ходника. Годинама боравити на таквим местима, нерасветљеним сунчаним зрацима, па ипак бити свеж и једар, то су

две ствари, које не могу постајати једно уз друго.

Сви они чине криво и убијају своје здравље, који преко дан за часак не прекину свој рад, те да се мало прођу по свежој природи, да се разоноде и да прикупе снагу за нов рад. Мисле, да ће у вече моћи то у пуној мери надокнадити, када је сунце већ давно село, па се већ мрак спустио на земљу. Никако! Таква шетња без сунчаних зрака, без светлости, не вреди много. Кома то не може у век бити, тај бар нека гледа, да му стан буде светао, да га сунце расветљује дуже времена, а не само на који часак.

Али као што све треба да уживамо с пажњом и умерено, тако исто и сунчану светлост. Када сунчани зраци правце падају на земљу, када јако жегу, као што то бива лети, особито у подне, онда се без невоље не ваља дуже времена излагати таквим зрацима, особито не онда, кад смо гологлави. Крв нам се сувише разгреје, особито ако при томе и радимо какав посао, те напрежемо своје тело. Крв нам појури у главу, те добијемо главобољу, а који пут и тако звану сунчаницу или сунчарицу (Sonnenstich).

Сувише јака светлост, особито кад пада на велике, јасно бојене површине, као што је: песак, снег, беле куће и бели зидови, јако шкоди очима и може тиме вид да нам ослаби. Исто тако шкоди, и кад су нам собе сувише расветљене.

Тако шкоди и сувише слаба светлост, јер повећа раздражљивост очију, тако да онда обичну светлост не могу да подносе. За то не ваља у сутоњу читати и писати.

И то шкоди, кад на брзо, н. пр. из тамне собе изађемо у светло дворште, или обратно: кад на брзо из светлог дворшта уђемо у тамну собу. Не ваља читати у хладовини под дрветом, јер се ту сваки час мења хлад и сунце. Не ваља спавати с лицем, окренутим према прозору, је су нам ноћу очи затворене, па у јутру чим се пробудимо, удари нам на један мах јака светлост у очи, па нам их засене.

Кад н. пр. за столом радимо, онда светлост не треба да нам долази с преда, него са стране. Радници, који морају према светлости да раде, добро ће учинити, ако танком зеленом хартијом застру прозор.

БИЉКЕ КАО ТРГОВАЧКА РОБА.

1. К а в а.

II.

Међу Арапима имају више прича, које показују, како је човек први пут дошао на то, да употреби каву за пиће. Тако једна прича вели, како је био сиромаш дервиш, који није имао ништа, до малене колибице и неколико коза. Једном опази он на својим козама, које су дошле с паше, како су сувише веселе и раскалашне. Други дан пође он за њима на пашу, да види, од куда то долази, па виде, како козе халапљиво брсте плод, цветове и лишће од неког ониског шибана. Сад му је све јасно било. Узме и сам, па се најде тога плода, који није био ништа друго, него кава. И сам поста на то весео и тако говорљив, да му се сви суседи зачудише. Он приповеди то и другим дервишима и тако мало по мало расироштр се на све стране употреба каве. Што се овде о козама вели, то се опет у другој причи казује мало друкчије о камили. Персијанци причају, како је сам арханђео Гаврило дао пророку Мухамеду у болести да пије каву као лек.

Наравно, да људи с почетка нису употребљавали каву овако, као што је ми данас употребљујемо, прошло је доста времена, док се дошло до тога, да се кава пржи, ситни и кува, те да се пије само чорба од тога. Много је времена и муке требало, док се кава по свуда одомаћила. Силници, којима се није свидела никаква новина, забрањивали су, а и казнили људе, који су се усудили, да пију каву. Особито им није годило, што су се обично за каву отварале особите каване, у којима су се људи чешће састајали и разговарали се и договарали о различним, па и политичним стварима. Ал' на послетку прокрчи кава себи пута кроз све препреке, и што који дан све се већма шири и распрострањује. У наше крајеве дошла је кава са Турцима, који је особито радо пију.

Ако хоћемо, да кава што бољи уплив има на наше тело, онда треба и што бољу каву да пијемо. Зрна не треба јако испржити, а после не треба ни врло јаку каву готовити, не треба је сувише пити. Као при свачему, тако се и овде ваља држати мере. Ако тако узрадимо, онда ће нас кава разведрити, освежити, машта ће нам се брже и слободније развити, спољна и унутарња телесна топлота ће нам се пријатно повећати, срце ће нам силније закуцати, живци ће нам живахнути, а желудац боље варити. Има научењага, који тврде, да кава уз то и храни, те кад се на поле помеша са млеком и заслади, онда боље храни, него говећа

чорба. Млеко и шећер сами по себи су већ добра храна. Млеко има у себи главне саставке наше крви, а шећер се у телу нашем претвара у маст, која нам је преко потребна, особито за дисање.

Таква кава с млеком особито ће нам годити у јутру. Преко ноћ наравно не узимамо никакве хране у себе, а за то време се испаравала наша кожа и непрестано смо дисали. Тиме смо изгубили нешто крви и масти из свога тела, а то, што смо изгубили, ваља да се надокнади. Ничим се не може боље и лакше надокнадити, него кавом, коју смо помешали с млеком и засладиле је.

Исто је тако кава добра и после ручка. Мало час рекосмо, кад пијемо каву, да нам желудац боље вари. Кава је у томе, као и ма какав други зачин. Кад дође у желудац, она надражи желучна платна, па се онда из њих излије више сока, а само сок тај у стању је, да свари јело у желуцу, па наравно, што је више таквог сока, то ће се и јело тим пре и лакше сварити. Они који ради тога пију каву после ручка, добро ће чинити, да не међу у њу ни шећера ни млека. А ево за што. Желудац нам је после ручка пун јела, а ни шећер ни млеко не потпомажу варење, него ћемо њима без невоље само још већма натоварити желудац. По себи се разуме, да ће желудац тако имати више посла, него што би иначе имао, а до тога не треба да дође.

Кава најбоље чини, кад је време магловито и суморно. Човек је онда и сам суморан, па шоља каве учини, да постане ведар и свеж. Кава добро чини људима и женама у средњим и вишим годинама; дојиљама, јер кад је ове пију, добију више млека; тромим људима, који су навикли, по вас дан да седе у соби; онима, којима је желудац слаб, па не може као што треба да вари; онима, који много пива пију и т. д.

Врло јака кава не чини добро, особито онима, који нису навикли. Кад се уз то пије још и врела, онда ће да нас одвише дражи, загреје, те ће нам се крв преко мере да ускомеша. Сувише слаба кава исто тако не чини добро, јер кад је пијемо, олабави нам особито желудац, те не може ваљано да вари. За то није добро, да се у каву триају којекакве „цигуре.“

Кава иначе може важити и као лек. Свак зна, кад хоћемо у вече да растерамо сан, да ћемо то најбоље учинити, кад попијемо шољу добре каве, те се онда можемо дуже времена одржати на ногама. Шта више они, који раде мозгом, кад попију своју каву, онда истом осећају се чили и свежи и онда тек могу да раде. Кава помаже у живчаној

главобољи и у болести желуца; у проливу; у болестима бубрега код старијих људи; кад хоћемо брзо да растерамо ђор. У овим случајевима мора кава бити јака и мора се пити црна. Кад се које чељаде отрује бенђелуком, као што је: велебиље, афијун (опијум), буника, татула и т. д., онда по

што се отров поврати на поље, добро је пити јаке, вреле кафе, те да се тиме стане на пут несвестици, грчевима и т. д. Кад је хладно, онда је кава најбоље средство, које ће нас мало загрејати, а не шкоди, као што би шкодило, кад бисмо хтели ракијом да се загревамо.

Л И С Т А К.

Р А З Л И Ч Н О С Т И.

(Чија је Црна гора?) Пре својих двадесетак година пређе из Херцеговине у Далмацију један капиција Али-паше Ризванбеговића, везира Херцеговачког, да се лечи. Богатим оделом својим, по источном обичају златом извезеним, побуди радозналост гостију у кавани, где је Туре с прекрштеним ногама пушило чибук.

Један Србин запита га: Е, Турчине, шта је тамо код вас новог?

— Вала чоече, ето већ и ми наканисмо отићи, те прихватити се наше Црне горе, јер нам је и тако додијала.

— А од кад је Црна гора ваша?

— Е и ми смо баш о том главу разбијали, али ево има неколико година, од како се доказало, да је Црна гора баш турска и ничија друга.

— А како сте то пронашли?

— Ево како: Наш девлет у Стамболу позове к себи конзуле свих седам краљева и упита најпре инглеског конзула: „Е, конзуле инглески, је ли твој Карадаг (Црна гора)?“ „Вала није!“

После упита француског конзула: „Е, конзуле француски, је ли твој Карадаг?“

„Јок вала!“

Сада упита девлет и овог нашега, није ли његов, јер му Карадаг у комшилuku лежи, те бога ми и овај ваш одговори, да није ни његов.

Најпосле упита и Московца: „Е, конзуле московски, је ли твој Карадаг?“

„Вала није!“

„Ма је ли, бога ти?“

„Ма није, бога ми!“

„Ма ти имаш, Ала-билмер, некакву кариту у Црној гори?“

„Јок вала, ја карите у Црној гори не имам,“ рекне Москов, „него кад кад пошљем по који дукат калуђерима у манастир, који су мог закона, да се моле за моје здравље.“

Дакле, ето видите, заврши наш Тешир-ага беседу, Карадаг није инглески, није француски, није ето ни нашег краља, ни московски, дакле чији ће бити, него онет турски? Је л'те, да је Туре било промућурило?

ПИСМЕНИМА У НАРОДУ.

Народно здравље то му је богатство и срећа. Неговати и чувати ту срећу народну, то је света задача науке.

А како ће вршити наука ту задаћу? — Само испитивањем народа, његових обичаја, навика, назора и предрасуда. Тек онда, кад научењаци скроз упознају све то у народу, моћи ће силно и разложно ударати на заблуде, а повлађивати разумном поступању и мишљењу народа.

У уредништву овога листа је неколико људи, који се баве око тога. Њима је света цел, да испитају народ, како мисли о здравом и болесном човеку, шта ради око болесника, шта суди о свету и природи, па да према томе и према науци убавесте народ. Ал' ти су људи мало у правом народу, у језгри народа, међу простим људима, па по томе мало знају о суду и заблудама народним. Њима ваља помоћи од људи, који су веком у народу, те знају за све, што народ мисли, верује и ради, и како поред тога опстаје.

С тога се обраћмо у њихово име на све писмене у народу, да бележе све, што од народа чују и знају, што на народ добро или зло утиче, што га унапређује и што га затире и да нам те белешке шаљу. Све што је у народу постало или постаје, од велика је уплива на његов живот, па по томе је и за нас важно. Све дакле што је у народу, било добро, било зло, била гатка о змајевима и вилама, о постанку овога града или ове животиње, о исцељењу или казни бојој, било бајање, видање, врачање, лечење, молитва, вера, биле мисли разложне или бедасте, били добри или зли обичаји и навике и т. д. све то ваља пописати.

Нама ће врло мило бити, ако се писмени људи, а и жене, особито свештеници, учитељи и учитељке и бабице одазову томе нашем позиву, а ми ћемо највреднијима знати се захвалити.

Писма се шаљу: Уредништву „Гласа Народа“, у Нови Сад.

ИЗДАВАОЦИ „ГЛАСА НАРОДА.“

ВЛАСНИК „ЗАДРУГА ЗА ОРПОКУ НАРОДНУ ШТАМПАРИЈУ“. — УРЕДНИК: Владан Арсенијевић.