

živeli kar zadovoljno in veselo. Bog ve, kaj bi bilo, če bi zlati studenec ostal. Meni se zdi, da bi se gotovo sprli. Najbrže bi nobenemu ne zadostoval samo en korec zlata. Tako bi se lahko dobrotā spremenila v zlo."

Tako mi je pripovedoval star očanec, ki se mu je poznalo na licu trpljenje za vsakdanji kruh. „Vendar pa smo kar zadovoljni,“ je dejal. „Mnogo kruha res nimamo, samo da je mir, to je danes največja dobrotā“.

Za spomin na Dražgoše mi je dal še „mali kruhek“, to je lectarsko pecivo, ki ga pečejo tu v različnih oblikah, Pokazal mi je pipice, polžke, srčke, zvezde, piške itd. Čudil sem se lepim domačim okraskom — ljudski umetnosti.

Zadovoljen sem korakal čez zelene vrtove in senožeti, kjer so peli pastirčki:

„Eno rož'co ljubim,
v mojem srcu spi,
koder grem, me spremlja,
meni se smeji.

Dom nje pri otrocih
in v nebesih je,
srca zadovoljnost
rožci je ime.“

Nehote sem utrgal planinsko cvetico, jo z veseljem pripel za klobuk ter odbrzel navzdol. Na poti v dolino pa me je še dolgo časa spremljalo cingljanje zvončkov:

„Cingel cin cin, cingel, cin ton.“

Pavle Kveder

Kako so skrbeli za moč in spretnost svojega telesa stari narodi

II. nadaljevanje

Prve telesne vaje in spretnosti, ki so jih gojili stari narodi, so se gojile posamezno, ne po skupinah, nekako neorganizirano. Vsak je sam skrbel za svojo telesno okrepitev in boljšanje.

Najstarejši narodi, o katerih vemo, da so bili kulturno na visoki stopnji, so vsi gojili telesne vaje. Le različno je bilo to gojenje. Nekateri so se s tem bavili več, drugi le malo. Važno je pa to, da so prav vsi narodi zgodaj uvideli važnost in korist telesnih vaj. Zato pa so jih tudi upoštevali veliko bolj kot marsikak sedaj živeč narod, ki radi tega slabi, ne postaja pa močnejši, kot bi vsak želel.

Med najstarejše poznane narode, o katerih so nam ohranjeni zgodovinski podatki, štejemo: Egipčane, Perzijce, Babilonce, Asirce, Jude, Indijce, Kitajce, Grke in Rimljane. Kako so ti narodi upoštevali telesne vaje? Večini teh so bile telesne vaje pripomoček za vadbo vojakov. Zato se pri teh starih narodih že začno organizirane telesne vadbe — vadbe skupin.

Egipčani

so živeli v rodovitnih pokrajinah okoli Nila. Okrog 7.000.000 prebivalcev je bivalo na majhni površini 30.000 km². Nil je bil vir življenja. Brez njega bi bilo egipčansko ozemlje pusta, neplodna puščava. Nil pa vsako leto zbira vodo, ko v gorah dežuje. Takrat preplavi voda vso deželo. Od junija do oktobra so povodnji, ki so blagoslov za deželo. Začetkom oktobra voda odteče, povesod pa pušča mnogo zelo rodovitnega blata. In to blato nekako pognoji vso deželo. Obdelovanje zemlje je lahko,

zemlja pa obilno obrodi. To so spoznali visoko kulturni Egipčani, napravili so prekope, ki so zabranjevali prevelike povodnji. Tako so onemogočili morebitni škodljivi vpliv povodnji. Regulirali so torej vodne poti v svojo še večjo korist.

Bili pa so Egipčani mogočen narod, ki nam je po tisočletjih znan po svojih znamenitih zapuščinah. Znano je n. pr., da so Egipčani mazilili trupla svojih umrlih in jih ovili. Tako so nastale mumije, ki so do zdaj ohranjene. Kako odlični stavbeniki so bili, nam pričajo še zdaj stoječe piramide. To so bili grobovi mogočnikov — kraljev. Svetišča v čast bogovom, piramide mogočnih vladarjev, sfinge, vitki enokosi obeliski, orjaški kipi zgraditeljev, piloni in druge več tisoč let stare izkopenine so nam zgovorne priče egipčanske moči in sposobnosti. Ne samo to. Egipčani so bili mojstri v vseh znanostih. Bavili so se z zvezdoslovjem in so že 4200 let pred Kr. uredili koledar. Vsako leto so morali znova zmeriti in razdeliti preplavljeno ozemlje, pri čemer jim je veliko znanje geometrije mnogo koristilo. Geometrijo pa so uporabljali tudi pri grajenju prekopov in stavb. Poznali so že tudi zdravilstvo, poleg drugega so iznašli steklo in papir.

O telesnih vajah Egipčanov pa nam je žal ohranjenih le malo podatkov. Pa če so bili njihovi duševni produkti tako mogočni, je morala biti razvita tudi skrb za telo. Iz njihovega življenja posnemamo in vemo, da njihov vzor ni bil vojak, kot pri drugih narodih, ampak uradnik. Mogočniki so si dali na stene svojih velikih in razkošnih grobnic slikati dogodke iz svojega življenja. In iz teh slik vidimo, da so se morali baviti tudi s telesnimi vajami. Slike nam prikazujejo hipe iz rokoborbe, zlasti pa sabljanje s palicami. Pri tem sabljanju so imeli levo zavarovano z deščico, ki je bila pritrjena na podlahtnici leve roke (kot nekak ščit). V desnici pa so spretno sukali kratko palico in napadali nasprotnika. Menda so poznali nad 10 vrst sabljanja. Poznali so tudi borbe čolnov. Posadka malega čolnička je bila oborožena z dolgimi palicami in s temi so skušali pahniti istotako oborožene nasprotnike drugega čolna v vodo. Kot vidimo, so oni že takrat gojili silno koristno veslanje, pri katerem se razgiba in razvija prav celo telo.

Ker je bil cilj njihove vzgoje, vzgojiti uradnika, so bili vojaki le tuji plačanci. Delili so se Egipčani v svobodne in sužnje. Ti slednji so imeli skoraj same dolžnosti in le malo pravic. Sužnje so plesale in igrale pred svojimi gospodarji in njihovimi povabljenici. — Za svobodne Egipčanke je bilo to dvoje nekako sramotno delo. Ker so se ljudje naslajali s takimi produkcijami, so se razvile razne cirkuške t. j. atrakcijske točke: hoja po rokah, stoja na rokah, stoja na glavi itd. To so potem prikazovali radovednemu občinstvu.



Zelo so Egipčani čislali lov. Zlasti priljubljen je bil lov na ptice. Za to delo so imeli svojevrstno orodje. To je bil lesen, srpu podoben lok, čigar zunanji rob je bil oster. (Takšno orožje je današnji avstralski bumerang). Ta priprava, vržena v kak cilj leti skozi zrak v različnih krivuljah. Če zgreši cilj, prileti nazaj k tistemu, ki jo je vrgel. Seveda je bilo treba za tako metanje izurjenosti. In te gotovo sposobnim Egipčanom ni manjkalo.

Iz slik tudi vidimo, da so gojili plavanje. Ženske so se zelo rade žogale. Telesno so se urili večinoma vojaki plačanci, da so dosegli zadostno telesno sposobnost za brambo svojih gospodarjev. Zato so bile pa tudi v navadi različne vojaške vaje: Marši v skupinah, streljanje z lokom in borbe z bojnimi vozovi. Žal pa sta blagostanje in bogastvo pomehkužila mogočne in sposobne Egipčane. Nesloga je razcepila državo v male države. Povsod so imeli plačane vojsčake, Egipčani pa so telesno slabeli in ni čuda, če so bogastva željni sosedge poželeli njihovo ozemlje in kaj lahko premagali posamezne egipčanske države drugo za drugo. In tako so Egipčani postali perzijski podjarmljenci.

Perzijci

so pa že polagali veliko več pažnje in važnosti na telesne vaje, saj so bili vojaški narod, ki je hotel podjarmiti sosede. Za te cilje pa je bilo potrebno močno vojaštvo in zato so vzgajali za vojake tudi svoje sinove.

Perzijski vzgojni način se je razlikoval od drugih. Do sedmega leta so bili dečki v domači hiši. Oče in mati sta skrbela za njihov prvi telesni in duševni razvoj. Po sedmem letu pa so prevzeli nadzorstvo nad vzgojo duhovniki, ki so učili perzijsko mladino verskih predpisov. Z dovršenim petnaj-tim letom se je začela telesna vzgoja mladih. Sinovi imenitnikov so pridobivali znanje na dvoru. To znanje jim je omogočalo poznejšo dosego državnih in vojaških služb. Po opisih te vzgoje vidimo, da so se vzgajali telesno posebno v streljanju, teku in lovu.

Imeli so že tudi posebne zgradbe za telesne vaje. Kot drugod pri starih narodih je bil tudi pri Perzijcih v navadi ples. Ker je bila država zelo prostrana, so uporabljali dobre tekače, ki so prenašali iz pokrajine v pokrajino pisma in vesti.

Da so bile telesne vaje zelo čislane pri perzijskem narodu, spoznamo iz pripovedovanja, da njihov vladar ni mogel jesti, dokler se ni prej dobro utrudil s kakim telesnim delom.

Babilonci

V Mezopotamiji t. j. medrečju med Evfratom in Tigrisom so živeli Babilonci. Tudi ti dve reki sta kot Nil v Egiptu preplavljali zemljo in jo napravljali rodovitno. Tudi Babilonci so gradili prekope in nasipe in tako umetno naplavljali, oziroma regulirali naplavljanje svojih polj.

Ker niso imeli kamenja, so kot prvi začeli uporabljati v stavbarstvu opeko. To so sprva sušili na soncu, nato pa v nalašč zato zgrajenih pečeh. Da so bile novozgrajene stavbe bolj trdne, so obložili stene s kamnitimi ploščami. Te so pobarvali ali pa so vanje vdolbli reliefe. Iz teh slik zvemo marsikaj iz njihovega življenja. Babilonci so bili poljedelci, ribiči in lovci. Zato so vadili svoje telo zlasti za te svrhe. Mnogo so gojili tek in plavanje, saj brez teh dveh ni mogoče zamisliti lova v tedanjih časih. Bili pa so Babilonci tudi pravi mojstri v zvezdoznanstvu in kiparstvu. Papirja še niso poznali (Egipčani žel). Pisali so na lončene tablice. Raziskovalci niso izkopali samo nekaj ploščic, ampak celo knjižnico iz 22.000 ploščic.

Popisane so bile s klinasto pisavo. To je vsekakor najstarejša knjižnica na svetu. Iz njenih poročil spoznamo, da so se Babilonci bavili zlasti s slovnico, prirodoslovjem, zgodovino in zemljepisjem.

Babilon (božja vrata) pa je tudi domovina zvezdoznanstva. Tudi matematika so mnogo gojili, delili so leto na 12 mesecev, te v 30 dni, dneve pa v ure, minute in sekunde. Bili so dobro podkovani zlasti v zdravilstvu. Prvi so poznali uteži, urejen so imeli celo davčni sistem. Povsod je vladalo blagostanje — pametni vladarji so gradili žitnice, v njih pa čuvali žito za slabe letine.

Niso pa bili Babilonci dolgo svobodni. Okoli 1150 pred Kr. so si zahoteli drugi narodi njihove zemlje. Nad pridnim, sposobnim narodom so zagospodarili

Asirci.

Tudi to je bil sposoben, a divji in borben vojaški narod. Vladali so mu zelo sposobni vladarji. Asirska država je postala svetovna država. Asirci so podjarmili mnoge narode, ki so jim morali tlačaniti in pomagati pri graditvi stavb, nasipov, prekopov, trdnjav, vodovodov itd. Asirci so bili res vojaški narod — država pa je bila prava vojaška država, prva na svetu.

Obilno deževje je plodilo njihovo zemljo. Prebivalstvu je ostajalo dosti časa za lov in vojne. Asirska planjava in sosedna gorovja so bila polna divjačine. Ni čudno, da so postali Asirci tudi nekak lovski narod. Vladarji so se vozili na lov s posebnimi vozmi in na njih sedé lovili po šumah in stepah. Pregarjali in pobijali so divje zveri. Zlasti priljubljen je bil lov na leve. Borili so se s pračami in kratkimi meči. Tak lov je bil izborna šola za pogum in uporabo orožja. Tako se je asirsko ljudstvo pravljenno na vojno. In njihova vojska je bila tudi disciplinirana, dobro oborožena in telesno pripravljena.

Umljivo je torej, da so nam iz njihove vojaške vzgoje in življenja ohranjene vaje oboroženih strelcev, borbe z bojnimi vozmi in borbe konjenice. Bili so čvrsti, močni in neustrašeni. Urili so se v plezanju po vrveh, kar jim je seveda tudi koristilo v boju. Saj so morali pri zavzemanju sovražnikovih mest preplezati mogočna obzidja. Vadili so se v plavanju. Na napihnjenem mehu so morali brodariti in plavati z vso bojno opremo.

Toda tudi ta mogočni, telesno in duhovno močan narod, je počasi omagal. Asirska država je postala po dolgih in težkih bojih perzijska provinca.

(Dalje.)



To sta prava telovadca!
Izuršita vse brez — padca!