

nja ne povzroča vselej utrujenost. V zadnjem času je pa neki ameriški zdravnik dognal sledeči vzrok: Spanje ni izjema v življenju, temveč pravilo. Sen gospoduje v detinstvu in starosti, mnogo lažje je uspatvati otroka nego odraslega. To pa izvira iz dejstva, da je dete duševno manj razvito. Bistveni povod snu je eno ličnost. Človeka napada spanec, kadar njegove zavesti ne draži sprememba vtisov in občutkov, ki imajo moč vzdržati človeka čuječnega. Psihološko se pojasnjuje z opazovanjem, da spe ljudje z večjo duševno živahnostjo manj, da se prečujemo, ako smo razdraženi ali kadar moramo bdeti. Zato pa volja lahko silno vpliva na sen.

KUHINJA

Bolniška hrana. Hrana, katero dobiva bolnik za časa bolezni, je večkrat večje važnosti nego zdravilo samo. Navadno jo določi zdravnik (dijeta), če pa bolezni ni tako nevarna, da bi bila potrebna zdravniška pomoč, pa razumna in razišodna gospodinja lahko sama pripravi hrano bolniku.

V prvi vrsti mora biti vsaka jed, ki je namenjena bolniku, zelo čista in dobro kuhana ter kolikor mogoče lepo servirana, da vzbudi bolniku tek. Jedi, ki naj se jemljejo tople, naj bodo dovolj tople; one pa, ki naj se uživajo mrzle, dovolj mrzle. Mastne jedi nikakor ne prijajo oslabelemu želodcu; zato poberi z juhe vso mast, ki se nabere na površju. Kot zabelo uporabljaj surovo maslo; mast in tudi kuhano maslo je premočno. Ne dajaj bolniku svežega kruha, zlasti ne sredice, ker je težko prebavna. Najprimernejši kruh za bolnika je prepečenec ali vsaj skorja. Prepečen kruh se dobi pri peku, pa tudi v vsaki kuhinji ga lahko pripraviš sama. Zreži bel kruh na kose za prst debelo. Te rezine položi na pločico, ki ima luknjice, ali pa na posebno mrežico ter jo drži nad žerjavico toliko časa, da dobi kruh lepo rumeno skorjico. Ako ga pečeš nad plamenom, se zažge. Mrzlega pa polij z vročim mlekom, prej pa ga namaži s surovim maslom in potresi s sladkorjem. Ta jed je jako dobra tudi za otroke.

Mlečna juha. Razbeli v ponvici ali kozici žličko masla ter primešaj žličko bele moke. Pomešaj prav hitro, da se nič ne zarumeni, ter zalij z mlekom, osoli in kuhaj 5—10 minut. To juho pije bolnik čisto ali s kruhom, najbolje s prepečencem.

Mehko kuhano jajce je najboljšje, ako ga denemo v vrelo vodo in kuhamo 3 minute. S takim jajcem serviramo košček belega prepečenega kruha, namazanega z maslom. Je izredno prebavljivo in ga lahko vživa bolnik v vsaki težki bolezni.

Na vodi ocvrto jajce (Ochsenauge) je bolje nego na maslu. Zavri v plitvi kozici prav malo vode ter izlij vanjo jajce, katerega si prej ubila na krožnik. Pazi, da se ti ne razlije, ampak ostane lepo celo. Ko se v vodi beljak dovolj strdi (kakor na masti), ga vzemi z luknjičasto lopatico ali s širokim nožem iz vode ter ga položi na košček toplega prepečenega kruha; lahko pa daš tudi jajce samo. Jajce, ocvrto na vodi ali na maslu, se lepo opeče, ako ga pokriješ za par trenutkov s pokrovko. Beljak naj bo strjen, rumenjak pa le toliko, da se pregreje in se lahko še kruh omaka v njem. Na vodi ocvrto jajce je lažje prebavljivo nego na masti, obenem pa obrani vse sestavine v taki obliki kakor mehko kuhano. Vživa ga lahko vsak bolnik in otrok, celo po težki operaciji.

GOSPODINJSTVO

Da krompir ne gnije po zimi, ga je treba jeseni izkopati ob suhem vremenu in ga spraviti v suho in primerno toplo klet. Pri tem ga ne smemo preveč premetavati, da se ne obtolče in ne rani. Imejmo ga na podu, ki je iz močnih remeljnov, ne pa na golih tleh. Ako nimamo takega poda, posujmo po tleh pepel. Krompir obvarujemo pred gnitjem tudi s tem, da ga posujemo z ogljenim prahom ali pa z gašenim apnom. Apneni prah se sicer zaje v olupke, pa se z lupljenjem odstrani; prašiči pa lahko jedo tudi tak krompir, ker jim celo koristi, ako pride v želodec nekaj apna, ker dobe po njem močnejše kosti.

Gnilega in nagnitega krompirja tudi ne smemo puščati po njivah, ker bo potem drugo leto krompir še bolj gnil. Razen tega se na takih njivah vzgnezdi mnogo črvov in miši. Gnil krompir je treba globoko zakopati ali sežgati.

Premrzel krompir postane sladak. Da izgubi ta okus, ga olupljenega pustimo dalj časa v vodi. Ako leži premrzel krompir več časa v zmerno toplem prostoru, tudi izgubi sladkobo.

Krompir kali prezgodaj, če je v pretopli shrambi. Kali so strupene in jih ne sme vživati žival. Tudi krompirju samemu škodujejo in mu uničujejo redilne snovi. Zato tudi star krompir nima pravega okusa. Dobro je, da krompirju redno odtrgavamo kali in s tem preprečimo zmanjševanje njegove hranilne vrednosti. Kakor mraz, tako je tudi toplota sovražnica krompirju.

IZ NAŠE SKRINJE.

NAŠI GORENJCJI. (Nadaljevanje.)

«Pananje» ali «zagovor».

Kačo, pa naj si bodi že te ali one vrste, smatra naše ljudstvo za žival, ki se je drži nekaj vražjega. In če koža doleti nesreča,

da ga piči kača, tedaj je treba predvsem, da se ta strup izžene iz človeka potom »pananja» ali »zagovora».

Človeka, ki zna »panati», seveda ne najdemo za vsakim plotom. Za ta delikatni posel je treba posebno bistroumne glavice.

V Šmartnem pod Šmarno goro je neko staro ženico pičil gad v palec desne noge. Noga je začela otekati in ženici je postajalo slabo. Sosedje so stopili skupaj in kmalu je bilo sklenjeno, da se mora nemudoma poiskati »zagovornik», ki bo »panal» kačji strup.

Splošno mnenje je bilo, da je za ta posel najboljši in najbolj učen stari Fajfar iz Vodíc, ki je v svoji mladosti veliko hodil po svetu, se marsikaj naučil in baje panal že veliko kač. Halo, brž s koleseljem ponj!

Minula je dobra ura, ko je priropotal koleselj z zagovornikom. Ženici je med tem postajalo vedno slabše in sklenila je roki kakor k molitvi, ko je zagledala svojega dozdevnega rešitelja.

Zagovornik, možak z dolgimi sivimi brkami in lokavim pogledom, se je kretal s tako samozavestjo, kakor bi bil požrl vso učenost celega sveta. To vedenje je kaj čudno harmoniralo z njegovimi špehastimi hlačami, razcefranim suknjičem in silno umazano srajco. Pregledal je bolnici nogo in rekel:

«Hm, saj sem vedel. To je bil modras in celo tak modras, ki je brej (oplojen). Vsled tega je njegov strup podvojen. Zelo se bom moral potruditi. Kar začnimo!»

Nato je položil levico tesno na prsi, z desnico pa je delal nad bolničino glavo velike križe. Med tem početjem je skoro kričal:

«V božjem imenu rečem, da naj se pobere vražji strup iz tebe! Kar je božjega v tebi, naj se potrošta, kar pa je hudega, naj zbeži iz tebe do zadnje dlake, ki jo ima hudič na repu. Tisti angel, ki je kačo iz raja zapodil, naj to kačo preseka, in tista Mati Božja, ki je kači glavo strla, naj še enkrat to kačo tako pohodi, da bo ves strup odletel v pekel in se v peklu po tleh poflajštral. Kar je božjega v tebi, naj se potrošta, kar je hudega, naj zbeži iz tebe do zadnje dlake, ki jo ima hudič na repu. Amen!»

Na to učeno in originalno »pananje» je žena seveda morala takoj ozdraveti, o tem vsaj so bili prepričani vsi navzoči. In tako je brezdvomno mislil tudi bolničin sin, ki je stresel v zagovornikov žep pest srebrnega denarja.

Vse to se je godilo na dvorišču tik ceste. Slučaj pa je hotel, da je ravno tisti hip, ko je koleselj z zagovornikom odropotal, prišel po cesti gospod, z dolgo črno brado in zlato obrobljenimi očali na nosu. Videč tropo ljudi, je obstal in vprašal, če se mu kmetje na kratko pojasnili, za kaj gre, so se gospodu strahovito zabliskale oči. Pristopil je

k bolnici, ki je še vedno sedela na nekem tramu, in zagrmel okoli stoječim:

«Bedakil! Prinesite hitro škač mrzle vode!»

Ta ukaz se je glasil v takem tonu, da pač ni bilo mogoče odreči. Kakor bi trenil, je bila voda na mestu. Gospod je pa med tem vzel iz žepa nožiček, nekoliko prerezal ženicni otekli palec in ga v vodi dobro izpral. Potem je vzel iz žepa neko kot sneg belo cunjjo, jo raztrgal in obvezal z njo ranjeni palec. Pa kako ti je znal obvezovati, kmetje so kar zijali. Nato je potegnil iz žepa še neko ploščato steklenico, jo odmašil in ponudil ženici:

«Le krepko potegnite, to vas bo okrepčalo. Srčca vaša, da je bil to pik kakega malega gada, ki še ne vsebuje tako močnega strupa. Sicer bi bili sedaj že lahko mrtvi. Pojdite v posteljo in kmalu bo bolje.»

Ženica se je poslužila ponudene pijače in pila v debelih požirkih. Gospod pa je nato spraval steklenico, se obrnil po navzočih in z besedami: »Pamet, pamet, ljubi moji», in zopet nadaljeval svojo pot.

Med začudenimi kmeti je bil edini Kajževčev pastir, ki je hudega gospoda vsaj nekoliko poznal. Pravil je, da »hodi večkrat v repenjski gradič, med potoma pa ruje po travnikih razne vrste rož in druga zelišča. Po njegovem mnenju mora to »en dohtar biti, ki se na boleznih zastopi.»

Ženica je res ozdravela. Toda kmetje so bili trdno prepričani, da jo je ozdravil »zagovornik» iz Vodíc. «Kaj bo tisti dohtar», so modrovali, »njemu je bilo pač lahko tisto delo, ko je bil že preje ves strup panan!»

Pananje pa se tudi drugod dobro obnese, ne le pri kačjihstrupih. Ako je pri živini nesreča, ako pobije toča, če žito slabo obrodi, če imajo krave premalo mleka, za vse take nesreče in neprilike se dostikrat ne išče vzrok naravnim potom. To je povzročil vrag, ali pa posebno zloben človek, ki je z vragom v zvezi. Vse te nesreče se dajo panati, ako se najde človek, ki ima zadostno moč nad hudim duhom.

Posebna moč za pananje se pripisuje tudi duhovnikom. V Žirovnici je živel star župnik, ki je nekoč tožil svojemu prijatelju, da v času nevihte on niti skozi okno ne sme pogledati. «Kakor hitro», je pripovedoval, »pokukam skozi okno, pa me že vidi eden ali drugi župljan in takoj završi med njimi: «Glej župnika, ravno sedaj pana točo!»

Ravno isti župnik se je mnogo trudil, da bi med svojimi župljani odpravil prazne vraže, pa se je starček moral dostikrat prepričati, kako globoko je v ljudstvu ukoreninjeno praznoverje. Nekega jutra je prišel k njemu kmet in ga za božjo voljo prosil, naj mu pomaga.

«Kaj pa se je zgodilo», vpraša župnik.

«Oh, neki hudobnež, ali pa celo sam vrag mi je »naredil», da na moji njivi noče rasti nobeno žito več. Prosim vas, usmilite se me in panajte vraga, ki tiči nekje v moji njivi!»

Župnik je že imel pripravljenih par pikrih na jeziku. Že je nameraval pošteno ošteti prosilca, toda zasmilil se mu je ubogi kmetič. In ker je bil tisto jutro ravno dobro razpoložen, je rekel prijazno:

«Dobro! Ga bom pa panal, nol A kaj takega ne morem napraviti tu. Iti moram na tvojo njivo, da vse natanko pregledam, kje tiči vrag. Pojdiva!»

In šla sta na njivo. Župnik je uvidel na prvi hip, da kmetič njivo popolnoma zanemarja. Kot pest debelo kamenje se je kotalilo po razorih, pognojil pa ni morda že več let. Kako naj potem na tako opustošenem svetu kaj raste in obrodil! Nemogoče!

«Že imam vraga», je rekel oveseljenemu kmetu. «Sedaj ga bom pa takoj poskusil panati.»

In župnik je začel delati z roko po zraku velike križe in rekel s svečanim glasom trikrat:

«Gnoj na njivo, kamenje z njive!»

«No, jaz sem opravil svoje in zdaj, Luka, napravi svoje tudi ti», je dejal smehljaje župnik in odšel domov.

Kmet Luka se je najprej začudil, a končno se mu je zasvetilo. Odslej je ravnal po župnikovem nasvetu. Pobral je kamenje z njive in jo začel gnojiti. V nekaj letih je njivo tako izboljšal, da mu je rastle še lepše žito nego drugim.

Manica.

KNJIŽEVNA POROČILA.

† Viktor Parma. 29. decembra l. l. je zopet sprejela mati zemlja v hladno naročje enega svojih velikih sinov: na ljubljanskem pokopališču so položili v grob Viktorja Parmo, umrlega v Mariboru. Na zadnji poti so spremljali velikega pokojnika zastopniki vseh kulturnih zavodov in društev, predstavniki vseh civilnih in političnih oblasti ter nebroj posameznikov, ki so s tužnim srcem zadnjič pozdravljali pevca, čigar zvoki so se tako silno priljubili našemu narodu.

Viktor Parma je oral ledino slovenske dramatične glasbene literature. Njegove izvirne opere: «Urh, grof celjski», «Ksenija», «Stara pesem», «Zlatorog» in nekatere operete so izvajali slovenski, hrvaški in češki odri z uspehom in s častjo. Njegova koračnica «Mladi vojaki» je najpopularnejša skladba te vrste in se je nešteto krat izvajala v mnogih evropskih in severnoameriških državah. — Kot človek je bil Parma mož, ki ni imel v življenju sovražnika; glasba mu je bila vse. Vendar je v potrebi pokazal tudi vso svojo odločnost, bivša avstrijska vojna oblast ga je radi tega hudo preganjala.

† Giacomo Puccini. Koncem minulega leta je umrl v neki belgijski bolnici ta slavni italijanski skladatelj. Njegova smrt je pretresla vsakogar, čigar dušo je kdaj spajala njegova glasba. Giac. Puccini

je pesnik ljubezni, pesnik globokih čustvenih konfliktov, miline, nežnosti in smrtnega obupa.

Najprimernejši predmet njegovemu umetniškemu pojmovanju in ustvarjanju pa je žena, nje čuvstveno žitje in bitje. Ona je glavna junakinja v njegovih operah; večina se jih celo nazivlje po ženi, katera je s svojim razvitim notranjim svetom izvor in izliv mnogim silam, ki vodijo življenjsko pot njej in njeni okolici: Tosca, Bohème, Manon, Madame Butterfly, Deklica z zapada... Zato se je Puccinijeva glasba silno približala ženski duši; vsaka najde v njej odmev lastnega srčnega utripa, pa naj prihaja iz veselih ali tužnih strun.

Gospodinjski koledar 1925. Četrtri prihaja ta knjiga na našo mizo; tako se nam je že priljubila in se udomachila v sobi in kuhinji, da jo prav pogrešamo, ako je ne moremo dobiti v roko takoj ob novem letu.

Prvi del obsega običajne koledarske podatke, kuhinjske recepte, gospodinjske nasvete in lepo vrsto poučnih ter informativnih člankov. S tem koledarjem se slovenska gospodinja lahko z vsem ponosom predstavi v svetu: žena, ki se tako zanima in izpozna v tolikih panogah javnega in domačega življenja, je vredna vsega uvaževanja. — Drugi del vsebuje troškovnik, na katerega smo se že tako navadile, da si brez nje ne moremo misliti gospodinjstva v redu. — V tretjem delu so oglašali zanesljivih tvrdk, do katerih se vsaka žena lahko z zaupanjem obrne, ko si hoče nabaviti to ali ono stvar. — Koledar je vzorno uredila Utva; dejstvo, da to knjigo tako nestrpno čakamo vsako leto, jasno izraža urednici priznanje in pohvalo. — Koledar se dobiva in naroča v Trstu pri Štoki ter stane L. 5; poština posebej.

Utva: Kraguljčki. Založila «Zvezna tiskarna in knjigarna» v Ljubljani l. 1924. Cena 18 din. Druga pomnožena izdaja.

Utveni «Kraguljčki» so doživeli redko srečo, da so izšli v drugi izdaji.

Prvič so «Kraguljčki» izšli v času, ko je bila vsa slovenska javnost omamljena po Župančičevem Cicibanu. Morda je bil to vzrok, da ni ta zbirka mladinskih pesmi doživela tistega aplavza, ki ga zasluži. Kajti, čeravno se tudi Utvi pozna tuptam vpliv Župančičeve izglajene in lahke oblike («Še sem živ», «Jutro na polju»), vendar imajo po večini njene pesmi individualen ton, naivno prisrčen in nagajiv. Če se bodo kdaj na Slovenskem zbrale najboljše slovenske mladinske pesmi raznih avtorjev, ne bodo pesmi kakor: «Prvi krajec — suh možiček», «Smrečica», «Kapelica», «Zibka teče», izmed zadnjih.

V otroškem žaru risane vinjete in okraški Ksenije so prikupni in dvigajo zbirko nad nivo navadnih izdanj. Oblika okusna, tisk skrbno izbran,

I. R.