

Slovenska Gospodinja

Izhaja vsako 1. soboto v mesecu.
Lastnik: Prva jugoslov. tovarna
kavinih surrogatov v Ljubljani

Leto I.

V Ljubljani, 1. mal. travna 1905.

Št. 4.

Uredništvo »Slovenske Gos-
podinje« je v Ljubljani, Mestni
▲ ▲ ▲ trg Štev. 17 ▲ ▲ ▲

Ženska in knjige.

Zenske navadno rade čitajo. Toda če bi hoteli pretresovati, kaj čitajo najrajše naša dekleta in žene, bi prišli do precej slabih zaključkov. Vzemimo predvsem leposlovje, saj za drugo se naše ženstvo bore malo zanima. Povesti Maupassanta, Zole, Bourgeta, Mirbeaua, Strindberga, Garborga, D'Annunzia se jim zde večinoma opolzle — ruski moderni so jim nerazumljivi, dolgočasni in zato neprebavljivi, — Nordijci pa so pretežki, premračni.

Istina je, da je nemška, zlasti klasična literatura med prvimi na svetu ter da ima mnogo pravih biserov. Goethejeva, Schillerjeva, Heinejeva, Grillparzerjeva, Hammerlingova, Anzengruberjeva, Roseggerjeva, Baumbachova, Scheffelnova, Kellerjeva, Bierbaumova, Liliencronova dela mora poznati vsak izobraženec. A če bomo čitale le nemške knjige, izgubimo smisel za slovansko dušo ter se nam bo hkratu čim bolj utrjala misel, ki nam jo vtepajo itak že vsi nemško-nacionalni listi, da smo Slovani kulturno nižji in da nimamo nič svojega.

A še nekaj družega moram pripomniti. Nemci sami so se že preobjedli svojih solidnih, dolgoveznih romanov in dram ter hodijo sami izposojevat si berila od — barbarske Rusije ter od Poljakov. Moderna nemška literatura nima namreč niti enega velikega duha, ki bi bil vreden stati poleg Rusa Tolstega ali poleg nordijskih dvojčkov, Ibsena in Björnsona! Nemška moderna drama je zaostala daleč za slovansko in nordijsko; nemški debeluhasti funtni romani so se umaknili ruskim in poljskim črtičarjem! Ti slovanski pisatelji so pač zanimivejši modernemu duhu, ker znajo v kratkih sličicah vzvaloviti naše čustvovanje ter zanimati naš razum globlje in intenzivnejše, kot vsi drugi.

V dobi elektrike in telefona se vrši v človeškem življenju vse krajše, naglejše. Čas je zlato! To geslo ne velja danes samo za promet, nego tudi za uradovanje in celo za umetnikovanje!

Dvajseti vek ne ljubi dolgoveznega besedičenja, in moderni pisatelji-umetniki se ogibljejo zatorej skrbno

vsake nepotrebne besede. In nam, modernim ljudem je res najbolj všeč oni, ki nam pove v kratkih besedah mnogo, ki nas sili z aforistično opazko, da razmišljamo, ne da bi razprejal pisatelj svojega pripovedovanja na dolgo in široko. Zatorej priporočam v prvi vrsti moderne črtičarje in essayste, kakoršni so Čehov, Gorki, Andrejev, Skitalec, Bunin, Knut, Hamsun, Maupassant, Jeanne Marni i. dr. ter v prvi vrsti svetovno-slavna essaystka Ellen Keyeva . . .

V splošnem je lahko reči, da imamo dvoje vrst pisateljev. Prvi pišejo iz notranje potrebe brez ozira na publiko in brez špekulacije na honorar! Ti umetniku ustvarjajo prave umotvore, pogloblje se v snov, ki jo podajajo v krasnem jeziku in mojstrski tehniki ter vežejo najlepše, najzrelejše misli svojega globokega duha, najbogatejša čustva svojega rahločutnega, v viharjih življenja izkušenega srca v harmoničen venec svoje povesti. To so pravi umetniki.

Drugi pa pišejo za občinstvo in za zaslužek ogromno in površno. Duha najdemo v njih delih malo, originalnosti nič. Jezik jim je navadno neizbran, tehnika zveržena, vsa oblika banalna, šablonska. Njih namen je le zabavati, razburjati ali pa dražiti občinstvo. To dosejajo s svojo bujno fantazijo in z veliko porcijo jokave sentimentalnosti in rožnate romantičnosti. Teh pisateljev je mnogo in imajo za seboj tudi ogromno občinstva, saj nudijo prijetno, lahko zabavo vsem onim, ki ljubijo in razumejo le take knjige, pri katerih jim ni treba ničesar misliti. Ti pisatelji nam predočujejo ljudi na odru v bengalični luči, našemljene z lepimi maskami. Vedno nastopajo pred nami v paradi in nikdar se nam ne pokažejo v negližeju. Mi pa sedimo zadovoljno v mehkem naslanjaču, ne mislimo si ničesar ter se prav imenitno zabavamo. Saj za kulise ne smemo pokukati, ker to se ne spodobi! — Pa tudi nočemo! Javno povedati to, kar dela kdo skrivaj, je namreč strogo prepovedano, kajti tega ne dopušča »bon ton«! . . .

Marlit, Heimburg, Helm, Eschstruth, Werner, dela teh avtorjev in avtoric čita ženstvo najrajše. Jaz pa bi primerjala tako berilo nedolžni medicini, ki nikdar ne koristi organizmu, a tudi ne škoduje, seveda, če jo uživaš res kot medicino, t. j. le v majhnih dozah . . .

Slabo pa nalete ženske, ki se zakopljejo popolnoma v take knjige. Na izobrazbi ne pridobe prav nič, nasprotno, navzamejo se nazorov, da jih čaka zaradi njih prej ali slej bridko razočaranje. V teh romanih je vedno vse tako lepo, končno se vedno vse poravna, dobrota in čednost sta kraljevsko poplačana in hudobija se kaznuje po vseh paragrafih stroge justice.

Ali pa je življenje res tako? Življenske izkušnje nas uče prav nasprotno. Čednost, zasluga navadno ne najdeta plačila in plemenitost se plačuje običajno s perfidnostjo in zavratnim ubijanjem.

Sicer pa menim, da je človek, — ki je le zato dober, čednosten, pravičen, da bi se mu dobro godilo, da bi dobil čim najvišjo nagrado, — čisto navaden — sebičnež. Pravičnost in dobrota, ki imata take postranske namene, nista vredna prav nič!

In v tem tiči škodljivost te lažnjive, skoraj bi rekla — nemoralne literature. Čemu lagati o življenju? Zakaj kazati ga skozi barvano steklo? Čemu navajati in zapeljevati nas, da bi verovali v »čudeže« in v srečne slučaje, ki jih je v življenju tako malo?! Zakaj bi se zanašali na slepo srečo, namesto da bi zajemali vse sile iz samih sebe, iz svoje volje in iz svojega znanja? Zavedajmo se rajše, da je življenje neprestan boj, ki mu glejmo vselej naravnost v oko! Le pogum zmaguje, strahopetnost pa propada! Nobena doba in nobeno ljudstvo ni doseglo svetovne veličine, če se je ogibalo v svoji pomehkuženosti resnice in boja!

Bodimo torej toliko pogumni ter vzemimo življenje tako, kakoršno je: prav tako strašno, nečloveško in neizprosno, in nič drugače! Če ga poznamo, bomo lažje živeli in se uspešnejše ogibali stoterih zanj in prepadov, ki nam jih nastavlja usoda na pot od zibel do groba! Saj najdemo vzlic temu v življenju tudi dokaj lepih strani in mnogo krasnih užitkov. Samo znati treba poiskati si jih! Lepa, velika, zdrava in idealna nam bo potem samo ona umetnost, ki nas pametno vzgaja in ki nam kaže, da se zanašaj človek le na svoj razum in na svoj značaj! —

Naše inteligentne matere in gospodinje, ki same radečitajo, pa gotovo večkrat v prvi vrsti zanima vprašanje: Kaj najčitajo naše hčerkice?

Znana nemška prvoborniljica in pisateljica Fanny Marcus se je bavila natančneje in temeljitejše z vprašanjem: Kaj najčitajo naša mlada dekleta. Napisala je v »Neue Freie Presse« že več feljetonov o tem ter povedala nekaj misli, ki veljajo tudi našim razmeram.

Med drugim pravi pisateljica tudi, kako neumestno in nespametno je, da je berilo za dečke in berilo za dekleta tako strogo ločeno. Pri dečkih se vrši vse sistematično: Najprej dobé pravljice in basni, potem pripovedke, ki imajo zgodovinsko ozadje in ki jim

vzbujajo zato smisel in zanimanje za zgodovinske dogodke ter jih pripravljajo hkratu na srednješolske knjige antikne literature. Temu sledé dela, ki se bavijo z različnimi iznajdbami, potopisi, Robinsoniade, ki seznanjajo mlade čitatelje s šegami in navadami tujih dežel ter z njihovo geografijo. Tako predelajo dečki lep del kulturne zgodovine ter si pridobe igraje marsikaj...

A kajčitajo dekleta iste starosti? Pravljičice in basni so pač last obeh spolov. Potem pa ne najdemo pri dekletih več podobnega stopnjevanja podučnega berila, ki bi jim utrdilo značaj, blažilo čustvovanje ter jim bistrilo razum. Saj so prav takozvane »vzorne« knjige za žensko mladino sila pusta melanža cenениh čednostnih surogatov in prav vodenega mleka napačne sentimentalnosti. V limonadnem slovstvu, ki je namenjeno ženski mladini, se ponavljajo z uprav morilno monotonijo kot vodilni motivi redoljubnost, čistost, ubogljivost, ponižnost, dobrotljivost, skromnost in kar je še drugih takih zares lepih, a le pasivnosti, nikdar ne aktivnosti primernih čednosti. Toda ali bi se ne dala vcepiti dekletom vsa ta svojstva nazorno, t. j. z dobrimi vzgledi doma in v šoli? Mislím, da! Otroke treba le k temu navajati ter pač ni treba za to dolgočasnih, prisiljeno moralizujučih povesti, kakor so »Herzblättchens Zeitvertreib«, »Hausmütterchen«, »Prinzessin Goldhaar«, »Brauseköpchen«, »Unser Sonnenschein« in še ogromno število drugih. — O prisiljenih in neresničnih situacijah teh, ženski mladini prisojenih del ter o škandaloznem slogu niti ne govorim.

Zato bi bilo velekoristno, da se pri nas čitanje takih ničvrednih nemških knjig kolikor mogoče omeji ali popolnoma opusti, nadomesti pa prva leta z »Zvončkom« in z mladinsko literaturo učiteljske »Zaveze«, kasneje pa z nekaterimi deli Pavline Pajkove, Andrejčkovega Jožeta, Jurčiča, Stritarja, Kersnika, Janeza Trdine in drja. Ivana Tavčarja.

V Lipsiji izhaja tudi list »Jugendchriften-Warte«, ki razpošilja vsako leto o Božiču v tisočeri eksemplarjih zaznamek vseh onih knjig, ki so primerne za mladino. Zaznamek odobri poseben, prav v ta namen postavljeni odbor pedagogov in literatov. Žal, da obsegajo ti katalogi izključno le dela nemških avtorjev; morali bi se torej izpopolniti s slovanskimi deli, potem šele bi jih mogla priporočati tudi našim materam.

Pri nas smo gledé vprašanja, kaj najčitajo naša dekleta, precej ozkosrčni. Pač se razgovarjajo Slovenci večkrat vpričo mladine o mnogoštevilnih pikantnih škandalih ter se vedejo popolnoma brezobzirno; naši dnevnikarji, ki leže po naših mizah, pa prinašajo dolga in široka poročila o »interesantnih« dogodkih ter poročajo detajle skrajno nesramnih sodnih obravnjav.

In vendar: Bog ne daj dati dekletu v roke kake leposlovne knjige, ki ima le nekaj bolj odkritosrčnih stavkov! Bog ne daj imeti v hiši list, v katerem so slike umetniško dekoltiranih dam ali celó grški bogovi!

— Hinavske moralnosti in licemerstva je v Slovencih toliko, kakor ne kmalu v kakem narodu.

Toda ne bodimo tako slepi in naivni ter si ne domišljajmo, da je naša mladina res tako nevedna! Pohujšanje mora priti, je dejal že Jezus, in zares prihaja pri zaprtih vratih in pri zavesenih oknih.

Po mojem mnenju je dolžnost vsake matere, da razodene svojim hčerkam polagoma in pravočasno tajnosti narave, kajti sicer jo prehitijo v tem jako težkem, a neizogibnem poslu kak lasciven posej ali kaka hčerkinja bolj prosvetljena tovarišica.

Nevednost je najdražja, in marsikatero, z nervozno skrbljivostjo vzgajano in z najvišjim moraličnim zidom zavarovano dekle je moralo poplačati s svojo častjo nevednost, v kateri jo je ohranila lastna dobra mati.

Zares dobro vzgojeno, primerno izobrazeno in nepokvarjeno dekle ne bo iskalo v vsakem stavku umazane poltnosti ter ne bo videlo v golem telesu le spola, temveč posodo najpopolnejših duš, kar jih je ustvaril Bog na zemlji. Če se pa pohujšuje, je to le dokaz, da ima že umazano dušo in oblateno fantazijo.

M. G.



Dolg življenja . . .

Življenje moje mi nikdar miru ni dalo,
nezadovoljno bilo vedno je srce,
za temnim ciljem mene je brez cilja gnalo,
brez vzroka včasih sem prelivala solze.

Srce izmučeno si smrti je prosilo,
no, umreti . . . ah, kako sem bala se tedaj,
a dete moje, ti si mene spokojilo:
izpolnjen dolg življenja mojega je zdaj.

Márica II.



Hudobec.

Spisal Janko Kotlar.

Dolinarjev France je bil že davno prekoračil tisto toliko proslavljano in povečevano najlepšo fantovsko dobo ter se je bližal naglih korakov štiri-desetim. Sivi lasje so postajali čimdalje številnejši, gube in brazde po obrazu in čelu pa od dne do dne gostejše in globočje. K tem že precèj tehtnim hibam in napakam nam je prišteti še to, da je bil krvavega, silno kratkega pogleda in debelih, napihnenih ustnic.

Naš junak je bil trdovraten samec, ne morda iz prepričanja ali načela, ampak iz prav navadnega vzroka: njegova mati je bila še čvrsta in ni hotela

nikakor dati vajat iz rok, zlasti še zato, ker ni posebno zaupala sinovim gospodarskim zmožnostim. In tako je France počasi kolaril v svoji kolarnici, za polje in gospodarstvo pa se še zmenil ni. Edino veselje je imel s svojimi citrami.

Motili pa bi se, ko bi mislili, da je bil France nepristopen ljubezni. Sosedovi so imeli brhko in pridno hčerko; ta mu je bila prirastla k srcu. Že dolgo jo je ljubil in oboževal skrivaj, ker se mu je deklica zdela mnogo prelepa in pregosposka zanj; končno pa je vendarle sklenil govoriti v tej zadevi svojo besedico, da bo vsaj na čistem.

Bilo je v soboto v mraku. Slaparjeva Žefka je šla k vodnjaku po vodo ter je srečala Franceta, ki si je bil šel po tobak.

»No, France, odkod pa, odkod?«

»Po tobak sem bil stopil, Žefka.«

»Sedaj pa vendar še ne spat?«

»I, ne vem, pri nas nič kaj dolgo ne čujemo.«

»Pri nas pa vsak večer vsaj do desetih! K nam pridi, pa citre prinesi seboj, da kakšno zaigraš!«

»Ali res? K vam naj pridem, Žefka?« je vprašal ves blažen in srečen.

»Le pridi, le, bo vsaj krajši čas!«

»Pridem, gotovo pridem.«

Razšla sta se.

Komaj so Slaparjevi prižgali luč, je že prišel France s svojimi citrami. V naglici se je malo počesal in navihal brke, da je bil res malo bolj praznji. Sprva je bil plašen in nekako neroden, kmalu pa se je privadil družbi in Žefki. Veselo je zaigral poskočno polko, glasno si bijoč takt s podkovano peto.

»Žefka, kaj pa je tisto, kar imaš v rokah?«

»To? To je nogavica, saj vidiš!«

»A, nogavica je?« začudil se je in pozabil usta zapreti. In zopet je ubral brenčeče strune, toda le za nekaj trenutkov, kajti iznova je prenehal in vprašal odvažno: »Žefka, koliko časa pa potrebuješ, da jo dogotoviš?«

»Pletem samo zvečer, čez dan ne, — v enem tednu je gotova ali pa še prej.«

»A tako?« Zazijal je iznova. Brenk, brenk, brenk, brenk, — brenk — brenk! »Moja žena bi morala tudi nogavice plesti, tako na večer, jaz bi ji pa igral za kratek čas.«

»Beži, beži, kako se boš pa ženil, če ne dá mati gospodarstva iz rok? Zadnjič so pravili, da si moral celó teči po vrtu.«

»Jaz, da sem moral teči?«

»Ti, ti, in še kako! Jaz bi že ne marala fanta strahopetca.«

»Oh, Žefka, vsi jo pocedé pred menoj, mati in pol vasi ž njo, če bi hotel, pa nočem,« se je zagovarjal France. Sram ga je bilo, ker se je izvedelo, da ga je mati napodila po vrtu, ker ji je bil ubil skledo. Na vsak način je hotel izbrisati ta madež, ki je — o

tem je bil prepričan — glavna ovira, da ga ne ljubi njegova izvoljenka.

»To bi pa rada videla! Če to narediš, pa te vzamem, France!«

»Res, ti me potem vzameš? Velja! Vsi bodo tekli pred menoj!«

»Dobro! Velja!«

»Jaz bi ga ne marala« in »pa te vzamem« — te besede so mu šumele neprestano po glavi. Nazadnje se je dvignil in poslovil.

Domu prišedši se je tiho zmuzal v hišo, slekel se in legel spat. Ali zaspati ni mogel, vedno in vedno so mu prihajale Žefkine besede in pa njegova obljuba na misel. Spomni se, da ni še večerjal. Rahlo, po prstih se splazi do ognjišča, pogledat, če je kaj med istjem za plohom. Res najde lonc krompirja v oblicah; sede na ognjišče in začne jesti.

V nasprotnem koncu je takrat spala njegova mati z dekle. Zbudila se je in zazdelo se ji je, da zunaj v veži nekaj čudovito praska in cmoka. Varno prisluškuje. Zopet čuden ropot. Počasi zdrkne z visoke postelje in zbudi dekle.

»Mica, vstani in umakni plevnico s skrinje.«

»Ka-a-aj?« začudila se je dekla še napol v spanju in maneč si oči. »Kaj pa je?«

»Vstani! Zunaj v veži straši.«

»Jezus Marija,« in dekla je bila pokonci.

»Oh, oh! Blagoslovljeno svečo moram prižgati.«

Čez dolgo je našla ključ, odprla skrinjo, našla svečo in jo prižgala. »Vzemi še oljkino vejico in kropilo!« In rahlo je odprla starka vrata, držeč roko pred lučjo, da ji ni svetila v oči. »Duh božji, kaj želiš?« Rekši dregne Mico z laktom, naj kropi z blagoslovljeno vodo. V tistem hipu se France ozre, podere nalašč s komolcem ploh, da je s silnim ropotom padel v pepelnak. Za trenutek je videla starka črnolisasto, sajasto, sključeno in razgaljeno postavo pred pečjo, roka ji omahne, izpusti svečo na tla, odskoči in zaloputne vrata pred seboj.

»Mica, Mica, moja ljuba Mica, kje pa si? Sam hudobec je zunaj, krôpi, krôpi, ves črn je!« je klicala stara Dolinarica ali Mice že ni bilo; po bliskovo je bila odprla malo okence ter smuknila na plano. Starka dotiplje odprto okno in hajdi za Mico! Ali reva je bila zastavna in precej obilnih udov, do pasu je še šlo, naprej pa nikakor ne: uveznila se je med oknom. Izkušala je zlesti nazaj, pa tudi zaman.

»Pomagajte, pomagajte, ljudje božji!« je klicala hripavo v tiho noč. »Mica, Mica, kam te je spak nesel?«

Mica je medtem zbudila sosedove. Štirje možaki so se oborožili z vilami, motikami in sekirami ter šli nad hudobca. Vsi so bili pogumni in bojoviti, toda nihče ni hotel biti prvi.

»Pomagajte, Tine, Tone, Cene, Jaka, oh, pomagajte!« je klicala Dolinarica vsa zasopljena in z napeptimi žilami. »Sam hudobec sedi v veži!«

»I, mati, kako ste pa zašli med okno?« se je začudil Tone videč živo maso trdo zagozdeno med oknom.

»Oh, pomagajte; ne naprej, ne nazaj ne morem!«

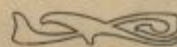
Po dolgem trudu in ne brez vidnih poškodb so najprej srečno rešili Dolinarico iz ječe, hudobec je bil še itak pod streho, ker so bila vrata še vedno zaprta. Končno pa so se ohrabрили, in Tone je z vilami dvignil vrata iz tečajev. Nehoté so malo odskočili, ne morda zaradi vrat, ali hudobca ni bilo nikjer. Nenavadni ropot je privabil Franceta na prizorišče; bil je ves razgaljen in sajast.

»Kaj pa je pravzaprav, da ne daste miru ponoči?« je vprašal jezen.

»Oh, France, France je hudobec!« je zagrmelo kakor v zboru. In sosedje so se smejali, da so jim tekle solzé in so se tolkli po kolenih.

France je bil pognal pol vasi v beg in s tem je izpolnil obljubo, ki jo je bil dal Žefki. Trdno je sedaj veroval, da je Žefka njegova!

Žefka pa je vzela predpustom rajši drugega fanta, kajti 'hudobca' ni marala vzlic svoji obljudi. France je obupal nad veseljem zakonskega stanu in je ostal zaklet sovražnik ženskega spola, zlasti od tedaj, ko je v divjem obupu razbil svoje citre.



Rdeče rože.

Dekle mlado ko jutranja rosa
žanje na polji pšeničico ...
Na licu cveto ji rdeče rože,
v srcu pa beli limbarji,
po njivi za njo pa
rdeči nageljčki ...
To pa niso rdeči nageljčki,
to so kapljice srčne krvi ...

Tega ni kriv bil
srp jeklen,
tega je kriv bil
ljubček njen!
Po cesti je mimo njive šel ...
Dekle za njim je gledalo,
v prst se je droben vrezalo.

Márica II.



Otrokova hrana.

Uprav konfuzni pojmi vladajo v našem ljudstvu glede hranitve deteta, in prav to je povod, da pomrje toliko otrok za želodčnimi boleznimi, ali pa na njih težko boleha. V tem oziru bo treba na vsak način še dosti luči. V kratkem se dado pravila o hranitvi otroka sestaviti v sledečem.

Najboljša hrana novorojencu je materino mleko. Mleko ni mrtva tekočina, ampak ima životna svojstva,

t. j. ima z ozirom na starost doječe matere, na različno dobo sesanja razne sestavine in sicer takšne, kakoršne so za razvoj dojenčka primerne. Zato se materino mleko nikdar ne more nadomestiti s kakoršnim koli živalskim mlekom. Materino mleko dohaja iz prsi neposredno, torej naravnost v dojenčkov želodček, medtem ko je živalsko mleko izpostavljeno onesnaženju, celo okuženju, in ga je zato treba dajati vedno le kuhanega. Mleko se sestavlja iz vode, beljakovine, masti, mlečnega sladkorja in soli in so te sestavine razpredeljene v raznih vrstah mleka sledeče:

Na 100 delov	Ženskega	Kravjega	Kozjega	Osličinega
	mleka			
Beljakovine	16	33	38	16
Masti	35	37	45	18
Mlečnega sladkorja	65	55	43	60
Soli	25	6	7	7

Če pripomnim k temu, da so posebej beljakovine in mast navedenih vrst mleka v sestavu različne in se izpremene osobito s kuhanjem, da pa so dalje ravno navedene sestavine najvažnejše v mleku, je pač razvidno, da materinega mleka ni mogoče nadomestiti s kakim drugim.

Čeravno je resnica, da ima marsikatera mati prsa skvarjena in neprikladna za dojenje, vendar je v večini slučajev dojenje mogoče, in je prav slabo za ves zarod, da žene iz boljših krogov radi lepšega ter v napačni veri, da z dojenjem postaja ženska grda in stara, ne hranijo same svoje dece. Le težke bolezni, kakor sušica, splošna slabost, kronično vnetje ribic in neozdravljive duševne bolezni morejo biti dovoljni vzroki, da mati ne doji otroka. Seveda se je treba dobro pripraviti na dojenje že v času nosečnosti! Ne nosi korzetov in ozkih oblek, hrani se dobro, umivaj si prsa, če mogoče, vsak dan! Dostikrat si domišljajo tudi matere, da nimajo dovolj hrane za otroka, toda ne obupaj takoj, marveč preveri se dodobrega, ali je to res. Po porodu naj mati najprej dobro prespi, in šele potem naj vzame dete k sebi.

Tudi v dojenju otročička mora vladati gotov red. V prvih mesecih je treba podojiti dete sedemkrat, od 3. meseca naprej šest- do petkrat v 24. urah, po noči pa napraviti 5—6 urno pavzo, to je pravilno. Kako dolgo naj dete vsakikrat sesa, to je odvisno od okolnosti; od množine mleka, od telesne moči deteta itd. Navadna doba naj bo 20 minut. Dobro je, če po vsakem dojenju umiješ sebi prsa in otroku usta s svežo vodo.

Važno je tudi, da veš, kako se otrok telesno razvija. Normalni razvoj bodi, da dete izven v prvem tednu, ko postane lažje, do šestega meseca pridobiva na teži na dan 20—30 g, tako da je v 6. mesecu ravno dvakrat težje ko ob porodu, na koncu 1. leta pa trikrat težje. Potrebno je, da tudi v dobi dojenja mati

gleda na to, da se ji način življenja ne spreminja: mir, lahko delo v svežem zraku, zmernost v vsakem oziru, dobra, lahko prebavljiva hrana, to so zapovedi za mater v tem času.

Ker je dandanes v veliki meri v rabi steklenica, iz katere sesa otrok mleko, moram tudi o tem nekaj spregovoriti. Steklenica bodi priprosta, da jo je mogoče dobro osnažiti. Rabiti je po možnosti edino le »sesalni klobuček« iz gumija, ki je nekaj popolnoma priprostega in se da lepo osnažiti. Zametujem dolge cevi, osobito stekleno cev v steklenici, ker se ne da dobro očediti. Nezdavno je tudi, puščati detetu sesalko v ustih, ker razkrojevanje mlečnih ostankov, ki so vedno v njej, zavira prebavljanje ter povzroča razne želodčne bolezni. Tudi se je že zgodilo, da se je otrok s sesalko zadušil.

Ker je materino mleko, kakor že omenjeno, jako različno od kravjega, je treba slednje kolikor mogoče izjednačiti s prvim glede sestavin. Iz zgornje tabele je razvidno, da je v kravjem mleku beljakovin dvakrat toliko ko v ženskem, da pa ima slednje več sladkorja nego kravje. Zato treba mleko zredčiti; posebno dobro sredstvo v to je takozvani »mlečni sladkor« kot pridelek. A sicer se kot takšna sredstva lahko uporabljajo tudi čaji in pa kuhana voda, ki se je v njej kuhl oves, ječmen. Na kak način naj se vrši »redčenje« mleka, to je odvisno popolnoma od individualnosti deteta. Šablone se držati je nespametno. Čim močnejše je dete, tem manj zredčeno mleko prenese. Resno pa je svariti, posebno v prvih tednih detetovega življenja, pred raznimi »otroškimi mokami«, ker iste v veliki meri motijo redno prebavljanje. Ako že hočeš uporabljati katero, je najboljša, da se posvetuješ z zdravnikom.

Z devetim mesecem začni dete počasi odstavljati bodisi od prsi bodisi od steklenice in mu dajati drugo hrano. Da se začenja hranitev z drugimi jedili pri ubožnejših ljudeh že poprej, je vsakdanja prikazen. A takšni otroci so neredko na mišicah slabi, trpe za angleško boleznijo in drugimi hibami. Sprva daj detetu po enkrat, pozneje po dvakrat na dan kakšno juho ali kašo iz kakšne otroške moke, riževe, drobnjakove ali druge moke; seveda vedno prideneš mleka. Obenem mu poskušaj samo mleko dajati ne več iz steklenice, ampak z žlico. S početkom 2. leta mu lahko daješ že nekoliko rumenjaka, pozneje tudi beljak enega jajca z mlekom in sladkorjem; tudi redke mesne juhe iz mehkega mesa s pridatkom nekoliko drobnjaka je prav dobro. V mleku razmočeno pecivo, beli kruh itd. imajo otroci tudi radi. V roko jim daj včasih košček zemlje ali kruha, kar otroci radi žvečijo in vpliva to dobro na rast zob. S 14—15. mesecem lahko počneš detetu tintam dajati mehko, t. j. telečje, kurje in drugo meso. Glavna hrana pa bodi še vedno močnate, jajčne in mlečne jedi. Istodobno lahko dobivajo otroci tudi zelenjad, kakor špinačo, zelen fižol, kolerabo, lečni, krompirjev pire, dalje tudi jedi iz sadja.

Tudi v drugem letu ostane glavna hrana otroka mleko in šele početkom tretjega leta stopajo navedene jedi v ospredje. A še vedno je potrebno tuintam mleko, in če nočejo samega, pa mu prideni čaja, šokolade kakao.

S četrtem letom, ko se je poizkušalo že z vsemi lahko prebavljivimi jedili, naj se vadi otrok počasi prenesti hrano odraslega. Prehod naj bo seveda polahen, in vsako jed mu treba dajati z vednim opazovanjem, kako ista vpliva na otroka.

Le če se matere pri telesni odgoji, osobito pri hranitvi deteta ravnajo po gotovih pravilih, ki se morajo seveda vedno prilagoditi otrokovi osebnosti, bo njih deca v resnici zdrava in bo zdrav tudi ves narod! Dolžnost in naloga naših mater pa je, da nam dajo krepk, zdrav zarod!

Prlek.



Gorje... gorje!

(Slika. Spisal Drago Komac.)

Glupapoln krik je zadonel proti nebu in v bordinih kočah podzemskih trpinov-rudarjev je zaorila grozna pesem, pesem joka — bolesti!

Tam pri vhodu v podzemskie jame, kjer vladata v njih večna noč in smrt, je stala množica. Molče, preplašena je zrla v globoko žrelo, iz katerega so vstajali — njih bratje — rudarji.

Z boleznimi potezami okrog bledih lic so stopali ti živi mrtveci na plano, noseč tu grozno raztrgano truplo — brata — očeta, — tam ponesrečenega neznanca.

Vrhovi golih gora na okolu so klicali v neskončne višave: Gorje, gorje!! — — — — —

Tu je klečala mlada žena z dojenčkom v naročju zraven svojega moža, ki je dotrpel, izpil ravno kupo gorja do slednje kapljice. In ona — in njeno dete?! Gorje, gorje!! — — — — —

Ob palico oprt je prilezel starček, ki je pustil pod zemljo pri teh prokletih zakladih vse svoje moči, svoje življenje, in zdaj zahtevajo zemske sile še — njegov up, njegovo podporo — sina. Zgrudil se je tam ob strtem, mladem življenju tudi on, ter plakal, tožil in plakal!

Vejevje temnih smrek na okolu je tudi šuštelo bolešno: Gorje, gorje!! — — — — —

In prišli so, gorko oblečeni, debelorejeni — gospodje. Videli so te bolečine, zrla to gorje, a ni jih ganilo! Oni niso nič čutili! Niso še pokopali trpinih nesrečnih žrtev, pa so morali zopet na delo, vpognjeni, v strahu, s strtimi dušami, — toda kruha ni, drv ni, stanovanje treba plačati!

Niso se torej vstavljali, šli so zopet v svoje grobe — trpet, za kruhek, za življenje. — — — —

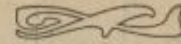
Nad rudnikom je pihljaj vetrič ter edini hladil bolečine nesrečnežev. Tam notri v podzemskih strašnih prostorih pa je odmeval glas težkega kladiva: gorje, gorje!!

Ob drago obloženi mizi gospodarja ne misli nihče na to gorje, ne čuti nihče bolesti — reveža!

Gorje! če padejo na vas te žugajoče, trde pesti. Kaj bode, kaj bode?

Gorje vstane za vas iz te temne jame, ko zabi rudar-trpin, da ste tudi — ljudje!

Ljudje ste, toda brez srca! Bede, bolečin svojega bližnjega nečete videti! Pozabili ste, da je rudar — enako vam bitje — človek! Ne veste še, kaj je gorje — a že vstaja tam nad grobovom živih ljudij — gorje — gorje za — vas!!

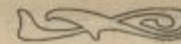


Na vasi.

Na vasi so fantje peli
in mesec je plul za goré,
a jaz sem ob oknu njenem
pri rožmarinu zelenem
pritiskal jo na srcé.

Nocoj pa ne pojejo fante...
viharno je nočno nebó...
in okence nje je zaprto,
vse cvetje njeno je strto,
jaz z žalostjo mislim na njo...

S. Vilinsky.



Pismo iz Trsta.

Cenjena gospa urednica!

Zadnjič sem Vam opisala vpliv, ki ga ima »Zavod sv. Nikolaja« na zavednost slovenske služkinje v Trstu. — Danes Vam hočem pojasniti, kaj je naš zavod slovenskim dekletom s človekoljubnega stališča.

Zavod je v tej dobi 6 let in pol sprejel pod svoje okrilje 4976 deklet iz vseh krajev slovenske domovine. — In koliko je bilo med temi sirot, ki so prišle plakaje prosit pomoči! — Zavod ni odklonil nobene prošnje teh zapuščenih revic, vpraševal ni, ali imaš kaj, s čim nam povrneš stroške?!

Kdor je izkusil bivati v velikem mestu, brez znancev, prijateljev in brez denarnih sredstev in je bil vrhu tega bolehen, ta bode znal ceniti veliki pomen zavoda s človekoljubnega stališča.

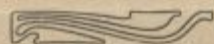
Dà, dà, otirati solze, braniti pred mrazom, slabim vremenom po mestu tavajočo bolešno siroto, katere noče nikdo pod streho, ker nima denarja; zato — treba srca — pa tudi tople obleke, čevljev, skromne, toda gorke postelje.

Treba je prijazne, tolažilne besede. — Kritikastru pa o vsem tem nimajo pojma.

Toda, koliko je inteligentnih, naobraženih ljudi, ki se ne zavedajo, da je v masi naš spas, da si moramo vzgojiti zavedne, izomikane, značajne posle, delavce, kmetovalce, da si moramo izučiti razumne, dobre obrtnike; le če pojde masa za nami, se rešimo pogina, se ukrepimo, da bo rasla in se čim dalje bolj večala naša moč in ž njo tudi naš ugled. A da se izvrši kdaj ta naš ideal, treba začeti pri malem in nadaljevati potem započeto delo. — Tudi slovenske gospodinje lahko storimo mnogo. Skrbimo predvsem za svoje posle. Glejte, tu pri nas so se primerili slučajji, da je c. kr. redarstveni uslužbenec našel otrplo, lačno dekle sloneti v kakem gozdu, ali v javnem vrtu, ker ni vedelo kam. Na njegovo vprašanje, kaj dela in zakaj je na dotičnem mestu, mu je preplašeno, jokaje odgovorila: da nima denarja za posteljo in brez denarja je nihče noče pod streho. Pozval jo je mož javne varnosti, naj mu sledi, ter je prišel trkrat sredi noči na vrata našega zavoda in jo je izročil v njegovo varstvo. Zavod je bil hvaležen dotičnemu redarju, ker je postopal človekoljubno, pokazal je, da biva pod njegovo strogo obleko plemenito srce. Smelo trdim, da nam v človekoljubnem oziru več koristijo člani c. kr. redarstva, nego marsikdo, kateri bi nam po svoji vesti moral pomagati, ker se gre za rešitev slovenske ženske mladine.

Drugič, gospa urednica, Vam opišem nadalje naše delovanje; za danes prijateljski pozdrav od Vaše

Zmagoslave.



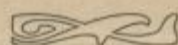
Iz ženskega sveta.

† **Fani Orožnova.** 11. marca je umrla v Ljubljani soproga slovenskega profesorja in pisatelja g. Frana Orožna, ga. Fani Orožnova roj. Kacjan, stara jedva 33 let. Bila je vzorna mati in soproga, zavedna Slovenka, ljubezniva družabnica, ki se ni odtezala narodnemu delu. Bila je tudi odbornica »Splošnega slovenskega ženskega društva« od njegovega postanka do svoje smrti. Vsakdo, ki jo je poznal, jo ohrani v ljubem spominu.

Ženska v lekarni. V Rusiji je približno 1000 lekarničark. Leta 1885. je bilo tamkaj ženskam prvokrat dovoljeno, da se smejo posvetiti tudi lekarniškem poslu. Pred tremi leti je ustanovila v Petrogradu gospa Lesnievska veliko lekarno, v kateri opravljajo vse posle — od prvega do zadnjega — ženske. Provizorice imajo mesečno plačo od 75—150 rubljev. V Petrogradu je za ženske farmaceutke tudi posebna šola, kakoršne niti moški nimajo. Kurz na tej šoli traja dve leti. Doslej so se pokazale v Rusiji ženske kot jako vestne, sposobne, kar kaže dejstvo, da je v neki moskovski lekarni nastavljenih 15 farmaceutk.

Amalija Skramova. V Kodanju (Kopenhagnu) je umrla nedavno velika norveška pisateljica — natura-

listka Amalija Skramova. Th. Herzl je dejal že pred leti, da treba imenovati to nenavadno ženo, polno izredne energije, med prvimi duševnimi velikani sedanje dobe. In znana Laura Marholmova ji je postavila v svoji, tudi Slovenkam precej poznani, prelepi knjigi »Das Buch der Frauen« večer spomenik. Amalija Skramova, ki smo mogli čitati Slovenci njena velika dela, žal, le v nemških prevodih, se je omožila kot mlado dekle z nekim kapitanom. Ž njim je plula po svetu; videla je Črno in Asovsko morje ter obrežja Tihega in Atlantskega oceana. Poznala je življenje na morju in na suhem, poznala enako dobro življenje moških in žensk. Njena duša je bila kakor fotografski aparat, ki je sprejemal in ohranil v sebi vse slike — življenja. In te fotografije skoraj grozovite in brutalne resnice je potem podajala velika pisateljica z vso lastno ji plastiko. Seveda, kdor se hoče pri čitanju le zabavati, naj njenih del nikar ne čita! Kajti mračne, strašne so slike, ki nam jih podaja Skramova, grozoviti so grehi, ki se vrše v njenih romanih, ne samo grehi očetov, kakor pravi Ibsen, marveč v prvi vrsti grehi mater; in ti grehi se maščujejo še v tretjem in četrtem zarodu. Najbolj znana dela Skramove v nemškem prevodu so: »Constance Ring«, »Sjur Gabriel«, »Zwei Freunde«, »Professor Hieronimus«, »Nachwuchs« in »Der Sommer.«



Doma.

Malokrvnost je lahko posledica težki bolezni. Mestni otroci so navadno blede polti; ako jih pošlješ na kmete, kjer imajo dovolj čistega zraka, jim lica kmalu zdravo porudeče. So pa tudi taki ljudje, ki so blede, dasi imajo dovolj krvi in so zdravi. Malokrven je oni človek, ki mu ni bleda samo koža, marveč tudi zobno meso in očesna mrenica; poleg tega mu je koža uvela in suha. Toda ne samo suh, temveč tudi debel človek je lahko malokrven. Malokrvne ljudi hitro in zelo utruji vsak telesni in duševni napor, razburja jih vsaka malenkost, pogosto jih boli glava, vrti se jim v glavi ter se celo onesveščajo. Navadno imajo tudi slab tek in prebavljajo neredno. Glavno sredstvo proti malokrvnosti sta sveži zrak, dobra, tečna hrana, — zlasti mleko, močnate jedi in zelenjava — ter mir. — Posebno se je treba ozirati na malokrvnost pri otrocih. Navadno se pokaže najprej malokrvnost in šibkost otrok v razdraženosti in slabi volji, ki se loti otroka pri vsaki malenkosti. Ako postane tak otrok siten, razposajen, treba starišem posebnega potrpljenja ter pravega takta, da izpoznajo, kako treba prav ravnati z njim. Treba je dobro preštudirati otrokovo stanje ter ga ne takoj kaznovati, saj navadno izvira otrokova porednost in razposajenost iz njegove telesne nemoči in šibkosti. Tak šibek organizem tudi nima zadosti duševne moči, da bi se prevladal in prihaja često od tod njegova pretirana občutljivost.

Koprive za — lase. Po Kneippu so koprive izborno sredstvo proti izpadanju las ter povzročijo celo, da zrastejo lasje iznova, ako niso lasne korenine že popolnoma zamrle. Kuhaj pol ure 200 gramov korenin od kopriv v enem litru vode in pol litru kisa. Nato precedi to tekočino ter si umij ž njo vsaki

večer, preden pojdeš spat, lasje. Da ne postanejo lasje, kar jih še imaš, pretrdi, jih namaži po enkrat na teden z najfinejšim oljem. —

Kako čistiti srebrnino. Prideni $\frac{1}{10}$ litra slabe milnice (žajfnice) 20 kapljic salmijakovega špirita. Pomoči mehko krtačico v to tekočino in očedi z njo srebrnino, ki jo zavij potem v čiste robce za 24 ur, da se osuši. Tako čiščenje ne škoduje prav nič srebru. — Ako postanejo srebrne žlice temne in se ne svetijo več, jih deneš lahko za nekaj ur v mrzlo, čisto vodo, ki jim poda zopet lep svit.

Črno svilo [ali] kašmir, ki se začne svetiti, obnoviš zopet na sledeči način: Pomoči mehko, črno, volneno cunjico v črno kavo in drgni z njo previdno omenjeno mesto. Prah in madeže odstrani prej s krtačo in z bencinom ali s salmijakovim cvetom.

Ruska jajca. Skuhaj par jajc na trdo, oluplj jih ter pre-reži vsakega čez pol. Prej pa pripravi gosto majonezo iz par surovih jajec, olja, soli in pehtranovega kisa (glej »Dobro kuhinjo«) in deni na vsako jajčno polovico kupček te majoneze. Poleg tega okraši jajca še z rezanci iz sardel in s seseklanimi kaprami. Zloži jajca na steklen širok krožnik, vmes pa deni kupčke kavijarja, na listke zrezanih kislih kumaric in rudeče redkvice.

Rimski punš. Stepaj v kotličku na žerjavici 4 rumenjake, 15 dek sladkorja, eno žlico moke in precej ruma tako dolgo, da se začne dvigati tekočina. Potem pa potegni kotliček takoj na stran, ker ne sme zavreti. Mešaj punš še tako dolgo, da se shladi; potem primešaj pol litra osladkorjene spenjene smetane in po okusu še sladkorja in ruma. Nalij punš v kozarce, deni vrhu vsakega kupček sladke spenjene smetane in postavi nato kozarce na led.

Ruski krem. Stepaj v kotličku na žerjavici pol litra belega vina, 12 dek sladkorja, odrgnjene limono, sok dveh limon, 2 celi jajci, 4 rumenjake ter 2 in pol deke želatine, stopljene v belem vinu. Ko zavre tekočina, jo vlij urno v skledo, primešaj še pol kozarca araka in stepaj to, dokler se ne shladi. Potem vlij krem v lep model, ki je posipan s sladkorjem, postavi ga na led in ga tudi obloži z ledom. Preden neseš krem na mizo, ga zvrni iz modla.



Raznoterosti.

Dopis iz Kozjega na Štajerskem. Pozdravljam Te, »Slovenska Gospodinja«; pa ne samo Tebe, ampak vse slovenske gospodinje, ki so odjemalke Cirilove in Zvezdnate cikori-je. V dolžnost si štejem, da pohvalim in priporočam to izvrstno domačo cikorijo. Odkar izdeluje prva jugoslovanska tovarna v Ljubljani to izvrstno cikorijo in jo razpošilja trgovcem po deželi, se mi je tako priljubila, da se ne sme v moji družini pogrešati, ker daje posebni okus kavi. Le poskusite tudi ve, slovenske gospodinje, uporabljati Cirilovo cikorijo, uvidele boste, da je najboljša primes k pravi bobovi kavi. S tem bode-te koristile 1.) sebi in svojim domačim z dobrim zajuterkom in 2.) družbi sv. Cirila in Metoda, ker nekaj dobička je namenjenega prej kot slej njej. Držite se vestno gesla: Svoji k svojim! To je prva domača tovarna na slovenski zemlji, ki ne išče Bog ve kakšnega dobička za svoj žep. In če hočemo postati narodno trdni, moramo imeti najprej trdno gmotno stališče, ki nam ga moreta dati le narodna trgovina in narodna obrt. Zato Vas še enkrat opozarjam, ve slovenske gospodinje, le vedno zahtevajte po vseh prodajalnicah po deželah, kakor v

mestu Cirilovo ali Zvezdnato cikorijo. Bodite narodne, kakor je bila ena nedavno v Kozjem. Zahtevala je cikorijo, a prodajalec ji je dal drugo, ne Cirilovo; toda narodna slovenska gospodinja je zavrnila prodajalca in dejala: »Prosim za Cirilovo cikorijo!« in jo je tudi dobila. Tako je prav in posnemanja vredno! Daj Bog mnogo takih slovenskih gospodinj!

Toliko za danes, o priliki morda še kaj.

Kozjanski odjemalec.

Rešitev ugank v 3. številki:

Stoji, stoji Ljubljanca
Ljubljanca dolga vas!

K
I A
N E M
M L I N
A S I S I
K A M N I K

Prav so rešili: And. Drolka v Kamniku; Frančiška Drašler, Dole pri Borovnici; Cimerman Matilda, Sv. Jurij ob juž. žel.; Lapanja Ivan in Marica, Slap ob Idriji, Primorsko; Malgaj Antonija in Slavka, Sv. Jurij ob juž. želez.; Pustišek Mihael, Kozje; Robič Frančišek, Središče; Rus Fani, Gor. Logatec; Sršen Anica, Ljutomer; Valentinčič Julija, Hum pri Ormožu; Zupančič Janko, Višnja gora; Alojzij Levstik, mlinar, Grebene p. Ortnek.

Natakar (profesorju, ki hoče, brez da bi plačal, zapustiti gostilniško sobo): »Ali morda pogrešate svoje denarnice, gospod profesor? Tukaj pri nas je niste vzeli iz žepa.«

Vedno olikana.



Gospa Škatlarjeva poprosi na izprehodu neko kmetico za požirek vode.

»Ali imate Selters-vodo, mati?«

»No, te ravno nimamo, a lahko jo dobite iz vodnjaka.«

»Fi donc!« zakliče milostna, »navadne vode ne pijem nikoli, ima preveč mikroskobov v sebi.«