

koncentracije ni vsakomur dana na enak način in v enaki meri. Ljudi, ki se le za poedina vprašanja zanimajo, na druge pojave, ki povprečnega, zlasti vsakdanjega praktika zanimajo, pa ne pazijo posebno, radi imenujejo *raztresene* (filozofi, profesorji vseh vrst, znanstveniki sploh in umetniki!). A resnično raztresen je tisti, ki se sploh ne more zbrati k hotni pažnji.

Končno ločimo po vsebinski vrsti še čutno in intelektualno pažnjo. Dočim čutna pažnja, ki temelji na vtisih in opažanjih iz okolja, prevladuje pri otrocih in neizobražencih, pa je druga, ki temelji na mišljenju in intenzivnem samoopazovanju, značilna za odrasle in izobražene osebnosti. — Če bi hoteli pažnjo označiti in si jo razložiti, bi morali upoštevati poleg fizioloških še intelektualna, hotenjska in čustvena doživljanja. Preizkušamo lahko pažnjo s pomočjo tahistoskopa in hronoskopa, utrudljivost pažnje pa n. pr. z diktatom.

Praktični primeri, nanašajoči se na pomnež v zvezi s pažnjo, nam objasnjujejo tehniko učenja. Gre tu predvsem za tri glavne stopnje spominskega napora: 1. opazujoča pažnja, 2. dejansko učenje in 3. miselno dojetanje vsebinskih sestavkov. Nekatere enostavne lekcije se že na prvi način obravnavajo (nazorni pouk, kemični in fizikalni pozikusi, sploh prirodoslovni rekviziti) in treba si je zapomniti le to, kar smo z očesom dojeli, videli in opazili; ne moremo pa tega trajno ohraniti. Resnično učenje (2. stopnja!) skuša že zavestno utrditi reprodukcijske osnove in asociacijske zveze. To se zgodi s ponaavljanjem. Smiselno čtivo v domačem, razumljivem jeziku si zapomnimo desetkrat hitreje kot v tujem jeziku ali nesmiselno. Potem moramo obvladati miselne zveze (3. stopnja). Čim daljši je sestavek ali celota, tem več je sestavnih miselnih delov in tem več časa potrebujemo, da si jih zapomnimo (zlasti mnogo dela zahteva učenje deklamacije na pamet). — Značilnost vizualnega pomneža je lokalna asociacija, lokalni spomin na določena mesta. (Dostikrat pozabimo na letnico in formulo, vemo pa dobro, kje se nahaja v knjigi). — Spočitost ni pri vsakomur istočasna. Imamo tipe ljudi, ki se zjutraj uče z uspehom po izreku: rana ura — zlata ura (logični tipi), a spet druge, ki se uče s pridom zvečer (fantazijski tipi). — Telesna svežost se vzdrži le s pravilno razdelitvijo dela (urnikom, načrtom), ki pozna tudi odmore. (Dalje.)

Narodna kultura

Prof. Ema Deisinger

Psiha slovenskega naroda

(Nadaljevanje.)

Gorenjci niso tehtali vrednosti lesa zgolj z razumom, namreč v koliko jim je donášal izvoz lesa dobiček — izvoz je šel svojčas čez Škofjo Loko v Trst in čez Trst dalje v Italijo —, ampak so ga vrednotili tudi s srcem in čuvstvom s stališča lepe umetnosti.

Ker je bil torej les za domačo hišno obrt kar najbolj primerna surovina, zato naletimo tako na Gorenjskem kakor na Dolenjskem na dragocene lesne izdelke, ki so obenem priča žive slovenske ljudskosti. Posebno ljubezen je ljudski umetnik izkazoval lipovemu in pušpanovemu lesu. O lipovem lesu, ki je bil zaradi mehkoobe kaj prikladen za rezljanje razpel, svetniških kipcev in pastirčkov pri jaslicah, golobčkov itd., smo že govorili, iz pušpanovega lesa pa so običajno rezljali vivčke (pipe za kajenje), na Gorenjskem imenovane č e d r e.

Tudi pušpan so smatrali za simbol pokoja, miru in upanja, zato so z njegovo vejico kropili mrliče, želeč njihovim dušam večni mir in pokoj; ta šega, kropiti s pušpanovo vejico mrliče na parah, se je ohranila še do danes. Pušpanov les je bil kmečkemu ljudstvu obenem še kot simbol mimobežne tostranosti in minljive časovnosti; zato so iz pušpanovega lesa rezljali vivčke (pipe za kajenje), iz katerih so vlekli dim, pri tem uživajoč slast pokoja in predajajoč se tihemu razmišljanju in modrovanju.

Gorenjske čedre so bile lično izdelane, v pušpanov les je dahnil vaški umetnik življenje in duha, da je nastala prava življenjsko stvarna umetnina, ki je predstavljala del in košček sveta, v katerem je živel kmečki človek.¹

Take umetniško izdelane čedre lahko vidiš v zasebnem muzeju Josipa Nikolaja Sadnikarja v Kamniku. Naletimo na čedro, ki predstavlja kmeta s kastorcem na glavi, ki kadi pipo, na hrbtu nosi brento (tam se polni tobak), motiv pa se zaključuje z jelenom ali zlatorogom. Če potegneš iz te čedre, doživiš ljubko sliko, kako se kmetu na čedri prilega kajenje, kak mojster je v kajenju, da mu dim uhaja skozi usta, oči in ušesa. Zaradi razkošnosti oblike in motiva prvi hip niti ne spoznaš, da je to čedra, ampak šele potem, ko zapaziš na zadnjem koncu ozko in kratko cevko za vtikanje v usta. Vse je tako premeteno in umetniško zrelo izdelano, da smemo reči, da so tudi gorenjske čedre dragocena narodna imovina.

Za slovensko umetnost v lesu je značilno, da je slovenska duša vedno iz različnih vrst lesa ustvarjala polnost motivov ter jih podajala v čim razkošnejši obliki, ponazorujoč ž njimi kos življenja iz narave ali košček sveta slovenskega kmeta. S to življenjsko mišljavo je vaški umetnik vodil svoj nožič, rezilo in oblič po lesu.

V Lukovici so delali svojčas vivčke tudi iz brezovega lesa kot simbol notranje veselega in zadovoljnega življenja. Tudi ti izdelki so upodobljeni v lepih motivih iz človeškega življenja.

Oblikovanju in izrezlavanju lesa so se posvečali tudi pastirji na paši. Marsikateri je imel velik umetniški dar in izrezljal iz lesa pravo mojstrovinu. Delali so ne samo lepo izrezljane piščali, ampak so tekmovali v tem, kdo bo čim lepše izdelal zvonec za živino-vodnico na paši in drobnico. Tudi ti leseni zvonci za živino-vodnico so bili često svojevrstno umetniško delo.

¹ Slike priobčim v slov. narodopisu.

O veliki nadarjenosti teh pastirjev-samoukov pričajo tudi lepo izrezljane palice često povsem nenavadnih oblik, napravljene iz kake drevesne korenine.

Poseben oddelek v slovenski umetnosti v panogi palic pa so tako imenovane romarske palice. Kmečko ljudstvo je vedno ljubilo romanja, da so ljudje na ta način lahko ogledali svet izven svoje domačije. Vzeli so na pot romarsko palico, ki pa ni bila običajna palica, ampak je imela za ročaj križ, pod ročajem pa je bila skulptura Matere božje in drugih svetnikov ter romarjevih patronov. Najznamenitejša pa je bila romarska palica, s katero so hodili v Rim.¹

Tudi župnikove palice so bile odlično umetniško delo. Župljani so svojemu župniku poklonili tako pastirsko palico, ki je bila prekrasno ročno delo in pričala o veliki nadarjenosti slovenskega človeka za skulpturo. Ročaj župnikove palice predstavlja sklenjeno roko, pod njo pa se vrsti lepa rezljava z raznimi nabožnimi motivi in farnim patronom.

Omenim naj še palice v obliki kač, zmajev itd., ki so jih imeli potujoči berači; napravili so jih običajno iz nenavadno razraščanih drevesnih korenin, za ročaj pa so jim izrezljali živalsko glavo.

Romarske in župnikove palice niso bile v ničemer podobne običajnim palicam meščanov, ampak so bile vestno in trudapolno ročno delo z mnogimi rezbarijami, delo brezimnega kmečkega umetnika.

Ljudje so tudi na daljna potovanja potovali običajno peš, zlasti na romarska potovanja, zato je bila popotna palica nujno potrebna. Že hribovit planinski svet je zahteval trdno in močno palico kot oporišče pri hoji, tako je zlasti potreboval župnik pri obiskovanju oddaljenih vasi svoje župnije, a tedaj pa še ni bilo avtomobilov in motociklov kakor dandanes, pa tudi ne dobrih potov in avtomobilskih cest. Izdelovanje in oblikovanje palic je bilo tedaj poverjeno ljudstvu, ki je povzdignilo to delo v pravo umetniško kulturo. Ljudje iz najrevnejših plasti ljudstva, dninarji (ki so bili zaposleni samo čez poletje), pastirji, kmečki hlapci in drugi zastopniki majhnega sveta ljudstva so se takisto ukvarjali z umetnostjo v lesu ter izrezljavali palice fantastičnih oblik in rezbarij. Slovensko ljudstvo je po vseh svojih plasteh izpričalo, kako živa je v slovenski duši ta naravna potreba po lepoti in umetnosti.

Svet dveh tisočev govori po slovenski umetnosti; to je bil tisti čas, ko je bilo ljudstvo vsebolj navezano na zemljo in dom kakor danes v razmahu tehnike. Večnostni obraz slovenskega naroda je obsijan od umetnosti. Gorenjci pa so prav v umetnosti v lesu izrazili svoja stremljenja po polnejši in zavestni obliki življenja.

Narodna umetnost je živela v duhovno-tvorni stvarjalni plasti kmečkega ljudstva. Preprosto naravno lepoto čuvstvo in duh tvornosti sta gnala slovenskega človeka, da izpriča mišljenje, voljo, hotenje in okus ljudskega občestva. S svojim duhom in dejanjem pa je ljudstvo ustvarilo

¹ Oglej si take romarske palice s krasno skulpturo v zasebnem muzeju Josipa Nikolaja Sadnikarja v Kamniku!

za slovensko umetnost značilni lastni stil. Ne smemo zamolčati, da prav iz slovenske umetnosti sledi, da je slovenski človek v svoji duši doživljal močno zavest svoje osebnosti, a čeprav je na svojih ramah sam nosil vso težo življenjskega boja za obstanek, je kljub temu imel dovolj duhovnih energij, da jih je izlival in prelival v stvarjalno umetnost. Tako je vprav preprosto ljudstvo slovenskega naroda prispevalo svoj delež za duhovno življenje naroda.

Med silami, ki so pospeševale narodno (v širšem smislu prav za prav ljudsko) umetnost in so oblikovale posamezne pokrajine in krajevne skupine v občestvo, moramo omeniti tudi narodno nošo, ki je amalgamirala v svojo etnološko (narodopisno) substanco tudi alpsko nemško sestavino.

Opis slovenskih narodnih noš spada sicer v folkloristično področje, zato na tem mestu ne bom posebej navajala, kakšno nošo so nosili prebivalci na Gorenjskem, zlasti v Bohinju, dalje v Ljubljani, ljubljanski okolici itd.¹

(Dalje.)

Pavle Kveder

Telesna vzgoja, mladina in šola

Telesna vzgoja in oblikovanje osebnosti

Ponovno poudarjajo vzgojitelji, da je cilj vzgoje oblikovanje močne osebnosti. Pri tem imajo velik vpliv tudi telesne vaje, ki vplivajo različno na človeka in ga tako ne samo telesno krepe in jačijo, ampak tudi duševno oblikujejo.

Oglejmo si različne najvažnejše vrline, ki jih razvijajo telesne vaje v večji meri:

Obvladovanje samega sebe

Pod to vrlino mislimo obvladovanje svojih nizkih nagonov in afektov. Te si podvržemo s čvrsto voljo in z njeno nepopustljivostjo gospodarimo nad njimi. Obvladovanje samega sebe je vrlina, ki je potrebna vsakomur, posebno pa športniku. Mnogokrat so telesne vaje važen pripomoček za doseg in jačenje te potrebne vrline.

Vzemimo za primer stav »mirno«. To je stav, iz katerega začenjamo vse vaje in s katerim tudi končujemo mnogo vaj. In tak stav »mirno« je temeljito obvladovanje samega sebe. Saj je tu treba podrediti svojo voljo vaditeljevi (vodnikovi) volji, njegovi želji se moramo ukloniti in izpolniti moramo njegovo povelje brez ozira, je to temu ali onemu ljubo in prijetno ali ne.

Znano je, da red vlada svet in da je vsako delo brez reda in discipline otežkočeno ali celo nemogoče. Zlasti pa je važno pri telesnih vajah izpolnjevanje vaditeljevih (vodnikovih, prednjakovih) želj, ki so izražene v poveljih. Izvrševanje teh povelj je vodilo uspešnemu delu. Gotovo pa je, da delujejo povelja na one, ki vadijo, kaj različno. Tisti, ki jim je disciplina ljuba in jim je to nekaj povsem razumljivega, tako voljno podrede sebe zapovedim oz. poveljem, drugi pa morajo n. pr. premagati razne lastne težave kot: lenobo, komodnost, nerazpoloženje, neposlušnost, kljubovalnost itd. Pri tem izvrševanju povelj, kot pri ostalem delu v skupini, pa se kmalu vsi temu podrede in privadijo. Pri telesnem delu se prične medsebojno tekmovanje — to ugodno vpliva na skupino in poedince —, vsak želi in hoče izvesti vajo čim bolje.

¹ Glej Albert Sič, O slovenskih narodnih nošah.