

VIGRED

ŽENSKI LIST

LETO 1941 - XIX

8

»VIGRED«, ženski list z Modno in Krojno ter Vzorčno prilogo. — Izhaja vsak mesec. — Naročnina znaša lir 11.50. Če se naroči 20 izvodov (brez priloge) pod enim naslovom, samo lir 9.50.

Izdaja konzorcij »Vigredi« (Vida Mašič) v Ljubljani, Slomškova ulica 1. — Uredništvo (odgovorna urednica Zora Poženel) in upravništvo Slomškova 1. — Telefon št. 40-34. — Tiska Zadrúžna tiskarna (M. Blejec) v Ljubljani.

Sklep uredništva 10. dan prejšnjega meseca. Rokopisov uredništvo ne vrača, nenaročenih prispevkov ne honorira.

Rokopisi in vsi dopisi, ki se tičejo vsebine lista, naj se naslove na uredništvo, vsi dopisi glede priloge na upravo. Naročila, reklamacije in naročnino sprejema uprava »Vigredi«.

Uredništvo in uprava: Ljubljana, Slomškova ulica 1.

Vsebina:

Italija. — Marijino Vnebovzetje. — Kraljica nebes in zemlje. — Vnebovzetje (Franjo Neubauer). — Socialni papež Leon XIII. in delavstvo (Valant Milan). — Ob slovesu (Silvin Sardenko). — Nova štifta na Dolenjskem. — Prodana ljubezen rodne grude (J. Kmet). — Rože tri (Rudron). — Utrinki. — Kje so... (M. Pučko). — Noč. — Pred ajdovo pašo (Glinškov Janez). — Dobro in slabe strani kopanja (D. M.) — Prehrana zdravega in bolnega človeka (Milica Sivec). — Iz mojega nedeljskega dnevnika (Tadeja). — O vzgoji volje (F. Zupančič). — Razmišljanja ob naših gospodinjah (Mati). — Iz naših krogov. — V naših domovih. — Za pridne roke.

VIGRED

IMA V ZALOGI IN PRIPOROČA:

1. »Mati vzgojiteljica« L 6.50
2. »Med pomladjo in poletjem« . „ 4.—
3. »Predavanja socialnega tečaja« „ 4.—
4. »Materam« „ 1.50
5. »Kuhaj varčno in dobro«, II. zv. „ 1.50
6. »Praktični nasveti gospodinji« „ 1.50
7. »Higiena žene« „ 1.50
8. »Higiena hiše« „ 1.50
9. »Zdravilne rastline« „ 1.50

Knjižice 4. do 9. morete plačati tudi v pisemskih znamkah

Italija

Kraljevina Italija leži na Apeninskem polotoku, ki v obliki škornja moli v Sredozemsko morje. Meri 310.200 km² in ima 44.659.000 prebivalcev. Egejski otoki merijo 2.700 km² in imajo 141.000 prebivalcev. Afriška posest meri 3.484.800 km² in ima 13.062.000 prebivalcev. Skupna površina italijanske posesti meri 3.779.700 km². Število skupnega prebivalstva je 57.861.000 duš. Vsa ta posest je razdeljena v 99 pokrajin (provinc). Glavno mesto imperija je Rim.

Kralj in Cesar Italije je Viktor Emanuel III., rojen 11. novembra 1869. Vlado je nastopil 20. julija 1900. Kraljica in Cesarica je Helena (Elena), rojena 8. januarja 1873 kot kneginja Črnogorska. Prestolonaslednik je Humbert (Umberto), rojen 15. septembra 1904, ima naslov piemontskega princa in je poročen z Marijo José Belgijsko.

Stvaritelj nove Italije je njen Vodja (Duce) Benito Mussolini. Rojen je bil dne 29. julija 1883 v Predappiu (Romagna). Študiral je učiteljske, pa se je po dovršitvi posvetil časnikarstvu. Leta 1914. je ustanovil svoj list »Il Popolo d'Italia«. Med prejšnjo svetovno vojno je služil pri bersaljerih in je bil hudo ranjen. Po zmagovitem koncu vojne je opazoval notranji razvoj Italije in se je kmalu prepričal, da je domovina v nevarnosti. Zato je ustanovil leta 1919. borbeno domoljubno organizacijo »Fasci di combattimento«.

Ko je fašizem prevzel oblast, mu je bila prva in največja skrb boj proti komunizmu, ki ga je v Italiji uspešno zatrl.

Dne 28. oktobra 1922 so člani te organizacije, fašisti, odšli na pohod proti Rimu (la Marcia su Roma). Kralj Viktor Emanuel je v svoji dalekovidnosti poveril Mussoliniju stvaritev Nove Italije. Od tedaj dalje je Mussolini Predsednik Vlade in Vodja Fašizma. Od leta 1922. dalje se štejejo leta fašizma. (Letošnje je XIX.)

Mussolini je dal Italiji novo veličino. Pri notranji preureditvi je treba zaznamovati sledeča njegova velika dela: nova ustava, ustanovitev milice (M. V. S. N.), konkordat s sv. stolico 1929, korporacijski red, uredba delovnega razmerja, pridobivanje rodne zemlje, enotna vsenarodna prosvetna organizacija, enotna mladinska organizacija (L'Opera Nazionale Balilla), državna stranka (Il Partito Nazionale Fascista). Veliki zunanji uspehi pa so: zasedba in priključitev Abesinije, proglasitev Cesarstva 1936, zasedba Albanije in v zadnjem času priključitev Ljubljanske pokrajine, Dalmacije in Črne gore.

Državna zastava je: zelena-bela-rdeča; v belem polju je savojski grb s križem.

Marijino Vnebovzetje. Kraljica nebes in zemlje

Praznik Marijinega vnebovzetja 15. avgusta vsebuje dvojne misli in dvojne dejstev, ki se jih veselo in hvaležno spominjamo. Sta to oba dogodki, ki se ju spominjamo v zadnjih dveh skrivnostih častitljivega rožnega venca: da je Bog Mater svojega Sina z njenim telesom vzel v nebesa in da jo je kronal za kraljico nebes in zemlje. Na to versko prepričanje, da je Marija res nebeška kraljica, se naslanja naše zaupanje, ki ga imamo do nje. Kot Mati nam noče ničesar odreči, kot Kraljica pa je mogoče, da nam vse lahko da.

S tem svojim zaupanjem do Nje smo sezidali močan most med nebom in zemljo. Priznali smo jo ne samo za kraljico nebes, ampak tudi za kraljico zemlje, te naše uboge zemlje, na kateri živimo. Če je Marija s svojim Sinom dobila delež na kraljestvu nebes, potem je soudeležena tudi Njegovega kraljevanja na zemlji. To kraljevanje Marijino moramo prav razumeti. Kakor Kristusovo kraljestvo nima zemeljskega značaja, tako tudi Marijino ni od tega sveta. Ni tudi gola odlika in osebna čast in vrednost, ampak res božja odlika, ki se odraža v Marijinem delu in materinski skrbi za vse človeštvo. Marijino kraljevanje je socialno kraljevanje, njena udeležba na socialnem kraljevanju njenega Sina.

Čudovito lepo so upodabljali umetniki vseh časov Marijino smrt, njeno dviganje v nebesa in nad vse lepo njeno kronanje v nebesih.

Okoli groba so zbrani apostoli; grob je odprt in prazen, le množina cvetja je v njem. Apostoli se sklanjajo v grob in preplašeni dvigajo roke v začudenju. Toda že se dvigajo pogledi kvišku, kjer božji Sin polaga krono na glavo svoje Matere (Leonardo da Vinci).

Angeli dvigajo Marijo iz groba. V silnem poletu k nebu plapolajo Marijina in angelska oblačila. Razprostrte roke ima Mati, kakor v hrepenenju, da bi čimprej prišla v sveta nebesa. Vse ozadje mrgoli angelskih glav, ki strme vanjo. Nad glavo se ji utrinja venec zvezdic (Prud'home).

Na sinjem oblaku plava Marija v nebesa; brez števila angelov nosi ta svetli

oblak. Spodaj na zemlji stoje apostoli k nebu dvignjenih obrazov in v hrepenenju in žalosti dvigajo za Njo roke. Zgoraj, visoko na nebu, pa pričakuje svojo najljubšo hčer in Mater svojega Sina nebeški Oče z novimi trumami angelov, katerih drobne glavice se zgubljajo na nebesnem svodu (Tician).

Brez števila cerkva v Sloveniji je posvečenih Marijinemu vnebovzetju. So to oltarji, ki kažejo njen dvig s sveta k nebesom, drugi njeno kronanje v nebesih, zopet drugi jo predstavljajo že kot kronano Kraljico na prestolu z žezlom v roki.

Cerkve v Dev. Mariji v Polju, na Dobrovi, v Fari pri Kostelu, v Stari cerkvi pri Kočevju, v Domžalah, v Mekinjah, v Zg. Tuhinju, v Cerkljah pri Kranju, v Trbojah, v Veliki dolini na Dolenjskem, v Dolah pri Litiji, v Javorju pri Litiji, v Zalem logu, na Brdu, v Čemšeniku, v Slavini pri Postojni, v Kranjski gori, v Lescah, v Novi štifti pri Ribnici, v Kopanju, v Trebnjem, v Knežaku pri Postojni, v Vremu pri Postojni nam predstavljajo v tej ali oni obliki Marijino vnebovzetje ali Marijino kronanje v nebesih. Vigrednicam priporočamo, da na Veliki šmaren vzemo v roke prelepo knjigo »Marijine cerkve na Slovenskem«, ali »Marija v zarji slave«, ki je izšla pri Mohorjevi družbi leta 1909., ali »Slovenske Marije«, ki jo je naročil sestaviti dr. Anton Korošec. Tudi slovenski umetniki so tekmovali, da upodobijo čim lepšo Kraljico nebes in zemlje.

Franjo Neubauer:

VNEBOVZETJE

Tvoj stvarnik izteza
mogočno rokó
in Tvoje prečisto
dviguje telo.

Tvoj ženin, ki Te je
obsenčil ljubeč,
smehlja se nevesti,
od sreče blesteč.

Pozdrave Ti kliče
z nebeških višin
in mater deviško
objema Te Sin.

Vsa sveta Trojica,
ki njena si stvar,
nebesa in zemljo
poklanja Ti v dar!

Socialni papež Leon XIII. in delavstvo

(Ob petdesetletnici »Rerum novarum«.)

V drugi polovici 19. stoletja, posebno v njenem začetku, je živelo delavstvo v zelo slabih razmerah. Kapitalistični sloj ga je izžemal, liberalna družba pa je pri tem zvesto podpirala posedujoči sloj. Liberalno gospodarsko načelo, ki je priporočalo, naj se delodajalec pogaja o delovnih razmerah z vsakim delojemalcem posebej in ne z delavstvom svojega podjetja kot celoto, je postavljalo delavce nasproti delodajalcem v neenak položaj, od katerega so imeli samo škodo. Za dosego pravičnih službenih pogojev se delavci niso smeli niti združevati, ker so jim to dolgo časa prepovedovali državni zakoni; še dalje pa se je seveda branil priznati delavsko organizacijo za pogajajočo se nasprotno stranko podjetniški sloj. Nič ni čudno, če je bilo v takih razmerah tudi mnogo katoličanov, ki niso videli krivic, ki so se dogajale delavstvu in niso spoznali važnosti socialnega vprašanja.

V takih razmerah je izdal papež Leon XIII. znamenito okrožnico »Rerum novarum«, in sicer meseca maja l. 1891., torej pred 50 leti. V tej svoji okrožnici je govoril papež predvsem katoličanom, ki jih je pozval, naj spoznajo važnost socialnega vprašanja; drugo, kar je važno, pa je to, da je papež slovesno podčrtal pravico delavstva do združevanja v stanovskih ali strokovnih organizacijah zaradi dosege boljšega položaja. Zaradi tega tudi imenujejo krščanski delavci Leonovo okrožnico svoje »veliko pismo«.

Kako utemeljuje Leon XIII. pravico delavcev do združevanja? Tako-le pravi:

»Čeprav smo o njih (delavskih družtvih) že več kot enkrat govorili, hočemo poudariti na tem mestu, da so zelo koristna... Spoznana pičlost lastnih moči priganja in izpodbuja človeka, da si želi pridružiti tujo pomoč... Kakor vodi to naravno nagnjenje človeka k združitvi in državljanski skupnosti, tako hrepeni tudi, da bi sklenil z državljani druge družbe, majhne sicer in nepopolne, pa vendar družbe...

Po naravnem pravu je človeku dovoljeno, da se združuje v zasebnih družbah, država pa je ustanovljena za to, da ščiti naravne pravice, ne pa da jih ugonablja. In če bi ona prepovedala, da se ne smejo združevati državljanska društva, bi naravnost sebi nasprotovala, ker se je rodila tako sama kot tudi zasebna društva iz načela, da so ljudje družni po naravi.«

Toda ali je združevalna pravica popolnoma neomejena in je država ne sme nikdar ukiniti? Tako ne misli papež. Kajti:

»Včasih nastanejo časi, ko je prav, da se zasebnim družbam stopi nasproti z zakoni, kadar namreč skušajo po svojem namenu doseči kako stvar, ki je v očitnem nasprotju s poštenostjo, pravičnostjo ali z državno blaginjo. V takih primerih država zabrani po pravici njihov nastanek in tudi po pravici razpusti že obstoječe družbe. Vendar pa mora ravnati previdno, da ne vzbudi videza, da krši pravice državljanov in naj nikar česa ne določa pod videzom javne koristi, česar ne odobrava pamet. Zakone je namreč treba ubogati samo v toliko, v kolikor so v skladu z zdravo pametjo in torej tudi z večnim božjim zakonom.«

(Dalje prih.)

Silvin Sardenko:

OB SLOVESU

Zakaj je, mati, ob slovesu
in v joku pol in pol v smehlaju
kot pozni sneg v zelenem maju
blestela solza ti v očesu?

Ko duša zadnjikrat v telesu
vztrepeče na trpljenja kraju,
zazdihne v radosti ob raju
kot prosta ptica v mladem lesu.

V dva časa ista zvezda sije:
večernica zvečer izgine,
kot jutranjica zjutraj sine.

Poslednja solza naj izlije:
spomin na davne bolečine
in na veselje, ki ne mine!

Poravnajte naročnino!

Nova Štiffa na Dolenjskem



Nova štiffa pri Sodražici

Nova štiffa pri Ribnici je prijazna romarska cerkev Matere božje v nebo vzete. Stoji na lepem gričku in je hkrati priljubljena izletna točka na Dolenjskem. Gotovo bo imela v letošnjem septembru mnogo obiskovalcev, ko bo praznovala tri-stoletnico svojega obstoja. Leži 606 m nad morjem in nudi lep razgled na vso ribniško dolino in proti zahodu in severu skoro do Ljubljane. Vsako leto na Veliki Šmaren se zbirajo tam številni romarji, zamudniki pa obiskujejo božjepotno cerkev ves čas med šmarnimi mašami, kakor na Dobrovi. Zanimivo je, da je imela ta cerkev že leta 1678. stalnega duhovnika, kar kaže, da so že tedaj pridno romali k Materi božji. Seveda je versko življenje tam zatrl jožefinizem, kakor povsod, tako da ta cerkev v tistem času nad dvajset let ni bila oskrbovana z dušnim pastirstvom. Zato pa so tudi romanja prenehala in je tudi zgradba sama zunaj in znotraj močno trpela. Po teh dvajsetih letih pa je Nova štiffa kmalu prenovljena zopet vstala in zopet zbirala pobožne vernike. Za obnovo so se mnogo trudili ribniški tržani, zlasti graščak Rudež in takratni dekan ribniški

Poverjenice! Doignite nagrade za pridobivanje novih naročnic v upravi »Vigredi«, Ljubljana, Slomškova 1

Valentin Prešeren. Poznejši oskrbnik cerkve Karel Klinar, ki je bil upravitelj štiri-deset let, si je pridobil mnogo zaslug zato, da je ostala cerkev lepo ohranjena in da so imeli romarji dobro oskrbo v dušnem in telesnem pogledu. Leta 1914. pa so prevzeli oskrbo romarske cerkve ljubljanski frančiškani. Takoj ob prihodu so se zavzeli za to, da so dvignili versko in prosvetno življenje v okolici, kmalu pa tudi za to, da so vso cerkev znotraj in zunaj lepo olepšali. Tako je sedaj Nova štiffa glavna božja pot za ribniško dolino, pa tudi iz vse Dolenjske in od Ljubljane prihajajo vsako leto številni romarji.

Ker je v nedavno izišli knjižici »Nova štiffa« natančen popis začetka in razvoja te romarske cerkve, ne bomo tu obširneje popisovali. Vsaka Vigrednica, ki to bere, naj si to knjižico nabavi, ko bo letos za Marijino vnebovzetje poromala k Novi štiffi.

Snov za knjižico je pripravil pokojni ribniški dekan Skubic, uredil pa jo je ribniški domačin profesor Trdan. Knjižica velja samo L 13.30 (35 Din), krasi jo pa dvanaest lepih slik in bo vsaki romarici lep spomin.

Kot žena si varuhinja svetega domačega ognjišča, kot mati pa svečenica doma. Dala si zemeljsko življenje svojemu otroku, negovati pa moraš tudi božje življenje v njem. Ni je lepše slike od one, ki predstavlja mater z otrokom pri molitvi. Najsvetejša materina dolžnost in najvažnejše delo njeno pa je, da vodi otrokovo dušo tja, od koder je prišla.

Živeti v sončnem svitu se pravi, misliti si v tem nesebično zadovoljstvo nad vsem lepim, ki nam v vidnem stvarstvu stopa nasproti; tiho veselje nad čistostjo, ki sije iz naše mladosti kot žarek davno prošle, a v resnici neminljive sreče; radostno pritrjevanje življenju; duševno svežost, ki nas odprtih oči vodi preko sveta in se ne da ostrašiti od kamenja na naši poti; nezmotljivo vero na blagost ljudi in zmagovalno moč vsega dobrega in lepega.

Prodana ljubezen rodne grude

Povest iz kmečkega življenja. — (Nadaljevanje.)

Nekega dne je srečala Lojzeta. Na cesti je stopil pred njo in jo s smehljajem vprašal za neko ulico. Anica je bila namenjena prav tja. Šla sta skupaj. Bil je lep fant, visok, okroglega obraza in kot plamen živih oči. Lasje so se mu svetili v valovitih gubah. Pa zgovoren je bil, da Anici ni bilo treba besede izreči. Kako sladko je govoril. Njegov glas je bil tih in nežen, kakor dekliški. Ko sta se ločila, ji je podal roko. Kar skrili so se njeni drobni prsti v njegovi dlani. Ujela sta se z očmi. Anica je izmaknila pogled in zatrepetala, on pa se je zasmejal...

Ponoči je sanjala o fantu, ki ji maha v pozdrav. Hiti ji naproti na široki cesti. Kar videla ga je: prav take oči in tako topel glas kot Lojzetov. Saj ji je bil precej povedal, da je Lojze. Tudi ona mu je morala povedati svoje ime.

A tudi France je stopal pred njo ves v ilovici, z umazanimi rokami, da se mu je umikala. Lovil jo je za roko: »Kot krti rijemo po zemlji,« se ji je opravičeval. »Kako rodi sedaj na Krajih! Kot bi vsaka peščica prsti pričakovala tvoje pohvale. Veš, ko boš ti, Anica, zagospodinjila pri nas, takrat bo kot v raju.« Tako ji je v snu šepetal France, a Lojze se je smejal.

Prebudila se je, zasmejala sanjam in vstala.

Ko je zopet srečala Lojzeta, ga je sama ogovorila. Zdel se ji je še lepši; njegove oči tako jasne in nasmejane. Menila sta se dolgo. Končno jo je spremil domov.

Od tedaj sta se večkrat sešla. Njegova podoba je zažarela v Aničinem srcu in Francetova temnela...

Lojze je delavec. Vsak dan hodi v tovarno, tako ji je pravil. Z lahka se preživlja. On delavec, Anica delavka — dve duši, ki se borita za isti cilj, za urejeno življenje. Čemu bi se ubijala, če ne bi nad njima blestele zvezde, po katerih hrepnita oba! A med njima in zlatim zvezdnim sijem je znoj in trud...

Ob nedeljah se ni več zaklepala v sobo in sanjala o življenju.

Hodila sta z Lojzetom po drevoredu. Bledi sončni žarki so se prelivali med go-

limi vejami in zlatili zadnje liste, ki so trepetali na drevju.

Gledala sta jesensko cvetje na gredicah.

»Glej, Lojze, v mestu je večna pomlad. Vedno cvetje, zelenje še pozimi, vedno veseli obrazi.«

»Da, Anica! Midva bova imela vedno pomlad. Ujela si jo v oči in joносиš s seboj.«



Božjepotna cerkev sv. Roka v Dravljah pri št. Vidu nad Ljubljano. Vsako leto na dan sv. Roka, t. j. 16. avgusta, prihaja k sv. Roku velikansko število romarjev z zaobljubljenimi procesijami. Cerkev je bila zgrajena v zahvalo, da je Bog na prošnjo sv. Roka rešil kranjsko deželo kuge. Naval romarjev je večkrat tolik, da mora biti pridiga zunaj cerkve. Že na Vel. šmaren prihajajo romarji, zlasti Ljubljanci, in so pri popoldanski službi božji; navadno prečujejo romarji vso noč v molitvah. Drugo jutro na dan sv. Roka pa je več sv. maš in tudi veliko romarsko cerkveno opravilo. Okoli cerkve daleč naokoli pa stojе kramarske stojnice, da izgleda kakor velik semenj. Tudi po šentviškem polju stoji več poljskih in obcestnih znamenj sv. Roka.

»Kaj se šališ,« se je nasmejala. Prijetno so ji zvenele take besede. Saj je bila res kot pomladni cvet. Žalno obleko je bila že odložila. Komaj štiri mesece je poteklo od očetove smrti, pa je že iskala zabav in svetlih kril. Lojze je dejal, da se njenemu obrazu prav nič ne poda žalovanje.

»Saj res,« si je mislila. »Molila bom za očeta! Kaj bi na zunaj kazala žalost.«

A pozabila je na molitev in na očeta...

Potlej si je bila dala ostriči lase. Za hip se je vznemirila, kaj bodo dejali doma. »A, kaj? Nikoli več ne bom v Oparnicah,« se je otesla dvomov in njenim naravnim kodrčkom so se pridružili umetni ter se krotovičili po vsej glavi.

Ko je dobila Francetovo pismo, je bila že Lojzetova. Le še spomin ji je bdel v duši na Kraje...

Sonce je zahajalo, vrnila sta se v mesto. Ulice so bile polne. Ljudje so bili glasni in razigrani. V prosti naravi so se naužili dobre volje in živahnosti.

Lojze in Anica sta bila srečna, a sreče nista razodevala cestam. Uživala sta jo sama, veselila sta se je kakor otrok.

Ozka ulica je bila samotna. Le kak brezposelni delavec je zavil po njej. Iz gostilne so kipeli zvoki godbe.

»Anica, greš?«

»S teboj kamor hočeš!«

Lice ji je zažarelo. V zadnji besedi je bila vsa udanost. Ali ni tako govorila tudi Francetu, pa ne gre nazaj na kmete? Zardela je. Prijela sta se za roke in vstopila.

Soba je bila prostorna. Dve mizi sta bili zasedeni, le tam v kotu je bila prazna. Kričavi pivci so se ozrli v nova gosta in še naprej razpletali svoje pogovore. Vonj

po pijači in gost dim je napajal zrak. Anici je udaril v grlo, da jo je silil kašelj.

Sedla sta v kot, nista se menila za druge. Starikava in zajetna ženska je prinesla vina in malomarno odšla k drugi mizi. Anica se je komaj razgledala. Nizek in okajen strop, majhna okna in slabo poribana tla jo je zbadlo v oči.

Lojze je natočil njej in sebi ter dvignil kozarec.

»Na zdravje, Anica!«

»Na zdravje, Lojze!«

Trčila sta, se spogledala in izpila do dna.

»Saj si s kmetov,« je začel. Bilo ji je tesno, kar bala se je priznati, kot bi se sramovala.

»Jaz sem tudi! Oče me je prosil, mati je jokala, naj vendar ostanem na gruntu, pa sem se smejal. Obljubljali so mi doto. Sam si jo bom služil,« sem dejal.«

Pripovedoval je, kot bi še zdaj užival ob bolečini domačih.

»Na kmetih ni nič,« je zatrdil odločno.

»O, včasih je bilo lepo,« so se Anice dotaknili spomini, da je ugovarjala. »Posebno, kadar manejo proso. Morda ni pri vas takih navad?«

Razživela se je ob mislih na dom.

»Takole na jesen, ko požanjejo proso, ga spravijo na pod v kopico. Zvečer hodi gospodar po vasi prosit mencev. Mlad svet se takih večerov najbolj veseli. Po večerji pridejo fantje in dekleta. Po dva in dva maneta snop, gospodar pa navadno trosi prosenco. Med smehom, šalami in pesmijo se kaj hitro manjša kopica, ura je pa precej čez polnoč. Včasih drže do jutra. Potlej jih gospodar povabi v hišo in jih pogosti... Ali kadar tarejo lan...«

Misli so se ji razpletale. Vedno je bil zraven France.

»Ne, ne,« je poudarjal Lojze. »Kadar je dobra letina, je že nekaj! A pomisli! Spomladi se kmet trudi, ko bi večno živel, pa pozebe, ko komaj požene iz tal. Poleti še toča pobije, pa ne spravi k pridu skoraj nič. Vse delo je bilo zastonj, davke pa plačuje, kot bi se dušil v izobilju. V službi je drugače. Delaš določen čas, dobiš plačo, drugo te pa ne briga...«

Anica ga je poslušala, kot bi bila zamaknjena. »Res je, Lojze,« mu je kimala. Kako dobro pozna grunte!

Rudron:

ROŽE TRI

Roža prelepa je rožmarin.

Roža še lepša nagelj-rubin.

Roža najlepša pa cvet je gora,
planika — siva, mehka.

Daj planiko, rožo mi, o daj,

raste pod goro;

zvezdo divno daj, o daj,

rožo žametno.

»Pijva, plačam, kolikor hočeš!« Niti z besedo se ni branila. Vino ji je stopilo v glavo. Bilo ji je vroče. Z robcem si je brisala obraz. Lojzetu se je vedno smejala. Kot novo razodetje, so se ji zdele njegove besede. Pijano so jima sijale vlažne oči. Pomaknil se je bliže k njej, ujel njeno roko in se igral s prsti. Šepetal ji je na uho sladke obljube, da se ji je kar topilo pri srcu.

»Ljubim te, Anica,« je ponavljal zmeden, a ta mu je molče zrla v zenice. Iskala je resnico njegovih besed. »O, da! Prav tako globoko me ljubi kot jaz nje-ga.« Bil je prijazen, da bi se z njim upala živeti v bedi in skrajni revščini. Nikoli bi se ne naveličala zreti v te lepe oči, vedno bi poslušala njegov glas; saj je kakor pesem.

Drgetala je ob njem od ljubezni kakor rosna kapljica v jutranjem soncu. »Nikdar se ne smeva ločiti!« Srce ji je bilo, ko je sedel tesno ob njej, a ni se mu umaknila. Skoraj samo sebe ni čutila.

V sobi je zagorela luč; nekaj pivcev je odšlo, drugi so se prepirali med seboj. Lojze je plačal.

Svež in hladen zrak je obletel Anico, ko sta se opotekla na cesto. Zadihala je prosteje. Ni odšla domov, Lojze jo je potegnil k sebi. Prisiljeno se mu je branila. »Še nikoli nisem bila tako pozno zunaj.«

Hodila je težko. Omotična dremavost ji je legla v ude. Poprijela se je Lojzeta. Ta ji je roko ovil okoli pasu in tako sta se sprehajala v temnih sencah dreves.

Zrak se je umiril, nebo obrisalo. Prve zvezde so zamigljale na sinjem nebesnem pregrinjalu. Pred njima so se premikale sence ljudi. Dve sta se ustavili za kosta-njem. Lahen šepet, glasen ženski smeh, nato sta senci izginili v temo.

»Kako je lep večer...« Zastrmela sta se v mesto, ki je vrvelo pod njima. Na tisoče luči je gorelo. Ob cestah so bile kot dolge ognjene črte. Od zemlje so kipele kvišku po bogatih stavbah. Zahrepenele so v višave k zvezdam-sestricam.

Nekje je zaigral radio, vesela in poskočna melodija je Anici segla v srce, da bi zavrisnila, kakor da ne prenese toliko židane volje.

Pridirjal je vlak. Šop isker je planilo v nebo, kolesa so utripala pod razsvetlje-

Rudron:

UTRINKI

Oh, kako težko je meni!
Zvedel sem za grob zeleni.
Deklica umrla je.
Šla je, šla nad zvezdice.

*

Vedno hodi Jezus nam naproti,
pa naj gremo po kateri koli poti.

*

Vечно knjigo beri —
izneveriš se neveri.

*

Kupa življenja — kupa trpljenja,
Vsak jo mora izpiti do dna —
kupo gorjá.

nimi okni. Šinil je v daljavo, le še nekaj trenutkov je odmeval ropot.

»Da bi se midva tako vozila,« je dejala pritajeno.

»Brez skrbi, Anica. Saj hodiva sreči naproti. Tisti čas ni več daleč, ko jo bova dosegla.«

Naslonila se je na njegove rame. Bilo je hladno, a njej je bilo vroče. Od nezna-nega čustva ji je plalo srce. Njeni lasje so se usuli na Lojzetov obraz. Rahlo jo je objel okoli ramen in sklonil glavo. Na rož-nate ustnice je dahnil vroč poljub.

Kakor iz omotice se je zavedla in vzravnila. Segla mu je v lase: »Ti, ti,« se mu je zasmejala. Lojze jo je prijel za roko; onemogla mu je omahnila v naročje. Niti besedice ni mogla izpregovoriti, samo smehljala se je. Bila je pijana njegovih globokih, opojnih oči. Zvezde so se sklonile nad njo in jo obsule z žarom, tako se ji je zdelo.

»Kakor šop isker,« je šepetala.

Valovi so jo odnašali od brega, daleč daleč na širni ocean. Pozibavala se je na njih. Valčki so jo nežno poljubljali. Neiz-merna sladkost jo je navdajala. Potapljala se je v opojno radost šumečih valov...

VIII.

Zgodaj se je zbudila. V sobi je bilo temno; skozi edino okno je lila medla svet-loba. Planila je pokonci in kakor pribita obstala. Bila je v praznji obleki, torbica je ležala na tleh ob postelji. Takoj ji je bilo jasno. Ko je sinoči prišla domov, je legla. Ni odgrnila postelje, niti šolnov ni

vrgla z nog. Drugega se ni spomnila ničesar.

Hitro se je preoblekla in pospravila obleko v omaro. Pobralla je torbico. Le nekaj drobiža je bilo v njej. Saj ni imela; čez dober teden bo dobila novo plačo.

Gospa je potrkala na vrata.

»Tako,« je odvrnila. »Zakaj me kliče? Še nobenkrat me ni, čeprav sem kasneje vstala kot danes!«

Nejevolja ji je prepregla obraz. Sama ni vedela, kaj ji je. Najrajši bi se jezila, prepirala. In vse besede, ki jih je morala kdaj tiho sprejeti, so se dvignile neprebolene v njej in se ji zasajale v srce. Zakaj se prav danes loteva dela s tako počasnostjo? Pogled ji je hladan in oči motne. Ne ljubi se ji govoriti. O, da ne bi nihče z njo spregovoril besede! Pa vendar pazi na vsak glas, katerega more čuti. Če je tih in nerazločen, postoji in prisluhne. Nikjer ni vmes Anice, niti eden ni izgovoril tega imena, pa se ji zdi, da ves pomenek teče samo o njej. Misli, da vedo skrivnosti, o katerih sama prav ničesar ne ve, a v globine duše trpkost sluti. Vsak smeh ji je porog. Proti večeru je vsa izmučena od duševne napetosti. V bojazni, da se mora nekaj strašnega razkriti, se spravlja v posteljo. O, padlo bo nanjo kot težko breme, da bo nosila vse življenje. Ljudje pa se ji bodo smejali.

Ura v zvoniku je odbila polnoč, Anica pa ni še zatislila očesa. Mislila je na dom, Kraje, Franceta, a naenkrat je bila pri

Lojzetu. Vedno mu je smeh na licih, vedno pomežikuje, da Anico zmede.

Kaj bi pa on dejal, če bi šla domov? Mesta se je naveličala, ali se ji ni v hipu zastudilo? Prešerno se je nekoč v soncu raztegovala Kolenčevina. Ali se še?

Oparnice so jo vabile kot še nikoli. A ona ve, da je Lojze njeno upanje. France se bo zaril v zemljo in bo pozabil na vse.

Posamezne slike so se trgale iz teme, se bližale in izginjale. Le Lojze je stal vedno pred njo. Včasih ji je vzkipel ponos, včasih pa jo je obšla otožnost in mu je očitajoče zrla v oči: le ne izmikaj se! Tak si kot drugi fantje — navihanci ste vsi. On pa jo je gledal z napol priprtimi očmi, z rokami v žepih: moja si Anica! Prijel jo je za roko in hodila sta po ulici gor in dol...

Take so bile njene sanje; nikoli se ni mogla mirno naspiti. Skrbi, ki jih je podnevi potiskala v pozabo, so se vračale še stokrat bolj žive ponoči, da se je v sanjah borila z njimi.

Komaj je čakala nedelje. Sešla sta se z Lojzetom in odkrila mu je ves nemir.

Molčal je. Kadar je najbolj željno čakala tolažbe, je skomiznil z ramami in pogled uprl v tla. Kako ga je ljubila! Saj ni imela žive duše, na katero bi se naslonila in v šepetu razodela mučno negotovost in si olajšala srce.

Oprijela se je Lojzeta! Pa je ni razumel. Ko mu je zopet hotela povedati, ji je zmanjkalo besed. Ni vedela, ali se samota tako zajeda vanj, ali jo peče tajna krivda. »O, ko bi bil zmerom pri meni,« je zaihtela.

Ko je nekega dne stopila na vrt, je videla osute georgine. Žalost ji je zalila srce. Ali zato vzcveto, da se ospo in segnijejo? Spomnila se je na tisto nedeljo, ko so široki cvetovi rosili bele in rdeče lističe v njeno naročje.

»Ah, to je bilo takrat, danes ne bi niti en listič padel name!«

Majhen krvavordeč list je še visel. Kazno je bilo, da se bo vsak trenutek odtrgal in se izgubil v travi. Dih vetra je zazibal georgino. Pred njenimi očmi je list zatrepetal in se ji spustil na roko. »Krvava kaplja,« je dejala. »Madež na beli dlani...«

Čim dalje z večjim trudom je mislila

M. Pučko:

KJE SO...

Kje so tvoje rože bele?

Kje je rdeči nagerlin?

Kdaj, o kdaj ti je ovenél
večnolepi rožmarin?

Ne sprašujte, me boli,
srce znova krvavi;
a tega kriv ni rožmarin
in ne rdeči nagerlin.

Ljubezni roža se je ospela,
zdaj le pesmi si želim,
da bi njej, ki je zvenela,
zapela v tihi jo spomin.

na Lojzeta. Oni večer v drevoredu jo je začel preganjati. Hotela je do konca razmisliti, a nečesa se je zbala; plašna se je zmedla in nit misli se je pretrgala. »Lojze ve. Mora mi povedati...!«

Četudi sta bila skupaj po celo popoldne, se ga ni upala vprašati. Z bolnim srcem je prihajala domov.

Anica se je čudno izpremenila. Njena lica so zbledela, smeh ji je splahnel z obraza. Mislila je, da je bolna. Dolge neprepane noči so jo utrujale. V glavi se ji je vrtelo, po vsem telesu je čutila topo bolečino. Postala je tiha. Izogibala se je ljudi.

Opogumila se je. Povedala je Lojzetu, česar se je bala, s solzami v očeh se je tresla pred njim.

»Anica, vzela se bova! Kdo nama kaj more!«

Drugekrat bi ga ob takih besedah objela in mu nastavila ustnice, da bi jo poljubljal po mili volji, zdaj se ga pa ni razveselila niti razžalostila.

»Sam si moram hrane iskati, to je hudo,« je Lojze tipal v njeno srce. »Jaz bom v tovarni na delu, ti boš gospodinjala doma. Pa v sredi mesta bova stanovala.«

Glinškovo Janez:

Pred ajdovo pašo

Tretje zaporedno slabo čebelarstvo leto — junij se je privlekel le z nekaj za čebele ugodnimi dnevi, julij ne more čudežev delati, zato moremo smatrati tudi letošnje leto kot neugodno za čebele in čebelarje. Čebele niso mogle prinesiti v svoje shrambe medu tudi za čebelarja, v več krajih ga niso mogle nabrati niti toliko, da bi ga imele za sebe. Zato so v začetku julija še mnogi čebelarji posegali po sladkorju, da so obdržali svoje družine pri življenju. No, prav povsod sicer ni bilo tako hudo, so tudi kraji, redki sicer, a vendar, kjer so tudi za čebelarja nekaj malega prinesle in sebe za ta čas dovolj založile. Največ pa je takih krajev, kjer so mogle v juniju čebele nabrati le toliko, da se bodo prebile skozi mesec julij, upajoč na jesensko ajdovo pašo, kjer bodo na vsak način morale nabrati za zimo, sicer bo v čebelarstvih obratih tudi letošnja zimo polom.

Letos posebej blagrujemo čebelarje, ki so bili tako srečni, da so mogli že poleti

Rudron:

NOČ

V mraku in molku niha vesolje,
v duši budi mi svetov melodijo,
zdaj zdaj zasvetlika se drevje in polje:
duše iz časnosti v večnost hitijo.

Pritrjevala mu je s prisiljenim nasmehom. Toda ni se mogla iznebiti vtisa, da se obtoženec zvija pod težo krivde. Anica ga ni obtoževala ne v mislih ne v besedah...

Dnevi so ji minevali počasi in trudno. Anico so morili. Spoznala je vse, vse ji je bilo jasno, pa tako strašno, da je mislila, da ne bo prenesla. Užaljena v globino duše, prevarana kakor ni bila še nikoli v življenju. Na tisoče nad se je pogreznilo v noč. Zavesa bodočnosti je bila odstranjena. Ni koraka nazaj, prestopila je mejo mladosti. Zanj ni več pesmi, le tesnoba in strah sta jo zavijala v bolestne privide.

»Mati, vse je bilo laž, kar sem pisala!« Zbolelo jo je, da še materi ni govorila resnice. S kakim ponosom govori na vasi o njej, a ona omedleva od krutega udarca življenja... (Dalje prihodnjič.)

zavrteti svoja točila. Medene zaloge so popolnoma pošle, sladkorja ni, kaj bolj prav pride kot nekaj kilogramov pristnega medu! Pa če bi se zgolj materialna stran ne cenila tako visoko, je dan, ko more čebelar zavrteti točilo, za njega praznik. To opravilo je pač najprijetnejše opravilo v čebelarstvu. Komur je bilo letos to dano, je imel ta dan dvakratni praznik. Večina čebelarjev je ta praznik preložila na jesen.

Povrnimo pa se k našim letošnjim rojem. Kdor je upošteval zadnja naša navodila in poskrbel, da se je začel čebelni rod v panju v redu razmnoževati, je za letos važno delo opravil in je glede tega lahko brez skrbi. Družina se bo razvijala in prihodnje leto razveselila čebelarja z medom. Roji prvo leto še ne morejo nabrati toliko medu, da bi ga jim smel čebelar kar odvzeti, ves svoj donos zbirajo v spodnji polovici panja, v plodišču. Ta zaloga medu je navadno tolika, da zadostuje roju za zimo.

Ker se je leto že močno nagnilo, mora čebelar skrbeti, da imajo čebele možnost nabrati si zimsko zalogo, velja to za stare družine kot za roje. Kjer čebele nimajo zadostne jesenske paše, je pametno, da jih čebelar prepelje v kraje, kjer čebele tudi jeseni dobro bero. Pri nas so ti kraji tam, kjer sejejo ajdo, sivo ali črno. Prevažanje ali prenašanje čebel sicer ni prav prijetno delo, toda čemu bi se vse človek ognil, če mu ne bi bilo v škodo!

Prestavljanje čebel iz kraja v kraj je združeno tudi z velikimi stroški, ki pa se več ali manj vselej izplačajo.

Na naši zemlji raste in cvete dosti ajde, cvete po vsej Dolenjski, tudi okoli Ljubljane jo deloma sejejo, in še drugod, kamor letos ne bodo mogle potovati naše čebele. Ne moremo navajati krajev, kjer bi čebele mogle jeseni kaj nabrati, čebelar mora sam pogledati okoli sebe, kje raste ajda in urediti potrebno s tamkajšnjimi čebelarji in oblastmi, da ne bo imel sitnosti. Ajdova pasišča so namreč pri nas razdeljena med domače čebelarje in čebelarje iz drugih krajev, vsak ima določeno, kam sme postaviti svoje čebele in koliko panjev. Bog ne daj, da bi se kdo pregrešil in brez prijave ali odobritve pripeljal ali prinesel svoje čebele na ajdovo pasišče. Ogenj bi bil v strehi. Kdor torej nima jesenske paše doma, naj se o pravem času pobriga, da mu bo dovoljeno pripeljati čebele na ajdo.

Čebelarjem začetnikom in onim čebelarjem, ki imajo manjše število panjev,

priporočamo, da vozijo čebele na bližnja ajdova pasišča, na oddaljena pasišča le tedaj, če se zbere več manjših čebelarjev, ki potem svoje čebele skupno prevažajo.

Naši čebelarski predniki, ki so čebelarili v panjih manjše mere, so prenašali panje na pasišča kar na hrbtu. Po dva ali tri panje so si navezali na hrbet in jih nesli tudi po več ur daleč na pasišče. Dandanes delajo tako le še nekateri čebelarji severne Gorenjske. Ti nosijo čebele zgodaj spomladi na južna gorska pobočja v resje. Na ajdova pasišča pa vozimo čebele z vožmi, nekateri tudi z avtomobili in z vlakom. Najboljši je prevoz z avtomobilom. Avto se zapelje pred čebelnjak, naloži panje in prepelje prav do pasišča. Toda, v našem času je prav malo verjetno, da bi mogli dobiti avto za ta prevoz, zato se bo treba poslužiti voz in vlaka.

Za prevoz čebel je primeren vsak voz na peresih, da se pa uporabiti v ta namen tudi vsak kmečki voz, posebej oni z lestvami (lojternicami), treba ga je le za prevoz čebel pripraviti. Lestve spustimo na stran kolikor se le da, nato jih na obeh konceh in v sredi zvežemo med seboj z verigami ali vrvjo. Med lestve namečemo toliko slame ali stelje, da je njena višina nekaj nad višino lestev. Po dolgem položimo na slamo sredi voza široko desko, nato pa nakladamo panje v dve vrsti tako, da so sprednje strani obrnjene druga proti drugi. Sprednji deli panjev leže na deski, zadnji deli pa na lestvah. Tako naložene panje moremo voziti več kilometrov daleč, seveda mora biti vožnja le v koraku.

Za prevoz v ajdovo pašo so sposobne le močne družine, ki so tudi sicer v redu. Kdor ima več slabih družin, naj po dve in dve združi nekaj dni pred prevozom na pašo. Eni slabi družini naj odvzame matico, čebele s satjem pa zloži v drugi panj v medišče. Če ima panj sicer dovolj čebel, a slabo matico, je nekaj dni pred prevozom čas, da jo zamenja.

Urediti moramo tudi satje. Vse nedodelano satje odstranimo iz panjev ter ga nadomestimo z izdelanim, če ga imamo. Kdor izdelanega satja nima, mora pač pustiti v panju tudi neizdelano satje. V tem



Vrtna jagode



Domače (ljubljsko) zelje

primeru je prevoz še posebej pazljivo izvršiti, ker se neizdelano satje rado podre.

Cebele prevažamo po možnosti le ponoči ali v zgodnjih jutranjih urah. Pred nakladanjem moramo panje dobro zapreti, da nam med vožnjo ne uhajajo čebele iz njih. Spredaj zapremo panj tako, da žrela zamašimo s primerno leseno zagozdo ali cunjjo, ki mora biti tako velika, da jo z brado, katero privijemo navzgor, pritisnemo v žrelo tako močno, da med vožnjo ne more izpasti. Zadaj zapremo čebele v panj s tem, da okenca pritrdimo z zaporami, če teh ni, pa kar z žebli, katere zabijemo tik okenc v panjeve stene. Katerega načina se kdo posluži, ni važno, glavno je, da so okenca tako pritrdjena, da med vožnjo ne izpadejo. Vratca panja morajo biti med vožnjo malo odprta ali sploh odstranjena, da se čebele zaradi pomanjkanja zraka in vročine ne zaduše. Nekateri panji imajo vratca narejena tako, da se da zgornji ali srednji del vratca odstraniti, ostala vratca pa ostanejo tudi med vožnjo zaprta.

Panje nakladamo na voz, avtomobil ali vlak vedno tako, da stoji satje vzporedno z osmi vozila. S tem zmanjšamo možnost, da bi se satje med vožnjo ob sunkih zlomilo. Zadnje strani panjev obrnimo tako, da moremo pogledati brez težav v panje tudi med vožnjo. To je važno posebno v vročini na daljši vožnji, ko je treba čebelam med vožnjo vbrizgavati vodo, da se ohladi in napoje.

S čebelami naj gre vedno kak spremeljevalec. Število spremljevalcev je odvisno od števila panjev. Čebelar mora biti seveda zraven, da uravnava prevoz in odstranjuje preteče nezgode. Čebelarjeva navzočnost je potrebna pri prevozu čebel z vozom, avtomobilom, kakor tudi takrat, ko se te vozijo z vlakom. Na vožnji se vse

mogoče primeri. Ko sem letos spomladi peljal čebele na pomladansko pašo, se mi je primerilo tole: Prejšnji dan sem uredil pri tovarni blagajni na kolodvoru vse potrebno in naročil vagon k osebni vlaku, da bi vanj naložil čebele. Ko je ob določeni uri pripeljal vlak v postajo, sem opazil, da mu ni priključen tovorni voz, v prtljažnem vozu pa je bilo polno koles. V tistem času je namreč potovalo po deželi s kolesi in vlaki mnogo ljudi, ki so iskali svoje konje in drugo živino, oddano vojaškim oblastem. Malo je bilo izgleda, da bi s tem vlakom mogel odpeljati čebele. Dobra volja železničarjev in nekaterih vojakov na postaji pa je premagala tudi to nevšečnost. Eni kot drugi so se ponudili v pomoč. Številni pomagali so znosili panje v vse možne prostore vlaka. Ko je vlak odpeljal, sem šel skozi vlak in pregledal panje. Bilo je vse v redu, le nekaj panjev je stalo na glavi. Da nisem tega takoj opazil, bi se utegnila med vožnjo pripetiti med zalego velika škoda. Panje sem obrnil na pravo stran. Zraven tega pa so bili n. pr. v kabini vlakovodje naloženi panji kar trije drug na drugem. Med vožnjo bi zgornji panji gotovo popadali na tla, da nisem stal vso pot med dvema skladovnicama in panje držal.

S tem sem samo hotel povedati, da je neobhodno potrebno, da je tudi pri vožnji z vlakom čebelar pri čebelah.

Pravi čebelar ne pozabi vzeti s seboj na pot kladiva, klešč, nekaj žeblijev in deščic, kakor tudi ne vode in kadila, da more morebitne poškodbe takoj odpraviti.

Čebelar-začetnik, ki ima le en ali dva panja, naj po možnosti tudi prenese svoje čebele v ajdovo pašo. Ne bo si najemal voza ali jih vozil z vlakom, sede naj na kolo, na hrbet pa naveže panj in ga odnese na izbrano mesto.



Ditmarško zelje

V času ajdove paše ni dovoljeno panjev odpirati ali celo jemati iz njih satje. Duh po medu bi privabil čebele drugih čebelarjev ter bi nastalo ropanje, kar pa je v veliko škodo vsem čebelarjem, ki imajo v bližini svoje čebele. Zato naj bodo ves čas od dneva privoza do dneva odvoza panji zaprti, pregled je tudi nepotreben. Čebelar naj le skrbi, da so panji na suhem in da ni kakega zunanega vznemirjanja čebel.

Ko preneha ajda cveteti, je treba čebele

takoj odpeljati s pasišča. Doma pustimo čebele nekaj dni v miru, da se umire, nato šele pogledjmo, kako so kaj brale na ajdi, če nismo tega ugotovili že po teži panjev pri prevozu. Prav napačno bi bilo, če bi doma že po nekaj dneh začeli izmetavati morebiti nabrani med, ki bi bil odveč čebelam. Počakajmo, da jesensko deževje ohladi ozračje in pomakne čebele v plodišče. Tedaj bomo uredili plodišča, zamenjali satje, pripravili zalogo ter — Bog daj, zavrteli tudi točila.

D. M.:

Dobre in slabe strani kopanja

Da je kopanje zdravo in koristno, nam potrjuje že zelo stara izkušnja. Že stari kulturni narodi so gradili številna javna kopališča. Prednjačil je Rim, kjer je bilo nad 800 takih javnih naprav. Naravno, da so se kopališča najprej razvila v krajih, kjer imajo poleti hudo vročino, kjer človek nujno išče, da bi se nekoliko ohladil. V zadnjih desetletjih pa se je razširilo kopanje daleč na sever.

Veliko pobudo temu razmahu so dale ugotovitve zdravnikov, ki so na podlagi opazovanj in izkušenj spoznali, kako zelo koristno je kopanje, plavanje in sončenje.

Kakor drugi športi, ki so koristni in se danes tako zelo goje — tu mislim zlasti na turizem in smučanje — ima tudi kopanje svoje dobre in slabe strani. Dobre in slabe strani pa zavise le od prave mere in meje.

Če greš v poletni vročini do bližnjega kopališča, že komaj čakaš, da bi bila v vodi. Nestrpno čakaš, da bi se nekoliko ohladila — saj to menda vsak že od mladih nog ve, da ne sme vroč v vodo — potem pa — hop! — in že si v vodi in brcaš in otepaš z rokami in nogami in z vsem telesom ter čutiš prijetni in poživiljajoči hlad vode. — Če ne znaš plavati, potem je seveda kopanje mnogo manj prijetno in prikrajšana si za najlepši užitek — za prosto gibanje v vodi. Potem moraš ostati v plitvi vodi, kjer si sicer tudi osvežiš telo, a vendar dolgo ne vzdržiš v njej, ker te začne zebsti. Plavač namreč mnogo dalje časa vzdrži v vodi, ker se pri plavanju sproti ogreva.

Ko smo se torej ohladile in osvežile, pa

hajd ven iz mokrote na sonce. Vležemo se na deske, gorko kamenje ali pesek ter uživamo sončno in zračno kopel. Tudi ti dve sta velikega pomena, saj je tudi njun vpliv na telo blagodejen: osvežujoč, krepilen in očiščujoč.

Sonce, zrak, voda, so tisti trije elementi, ki so človeškemu telesu najbolj potrebni. Prav pri kopanju lahko najlepše združimo vpliv vseh treh.

Pod vplivom svetlobe, sonca, se zviša število rdečih in belih krvnih teles, dihanje postane bolj globoko in izdatnejše. Kot dokaz kako ugodno vpliva sonce na ves organizem je tudi dejstvo, da otroci v poletnih mesecih hitreje rastejo kot v zimskih, ko primanjkuje sonca. Pod sončnimi žarki se nam razširijo krvne žilice in s tem pospeši presnavljanje telesa na površini. Hkrati vplivajo sončni žarki zelo ugodno na delovanje telesnih stanic samih. Vsi vemo iz lastne skušnje, koliko bolje se počutimo ob lepih sončnih dneh kot pa takrat, ko dežuje in ni sonca. Sončna svetloba pospešuje tudi znojenje, kar je velikega pomena za zdravje. Z znojem se izločijo iz telesa razni organski in anorganski strupi. Znojenje čisti in presnavlja kri ugodno vpliva na telesni organizem.

Vendar pa je dolgotrajno sončenje ne-spametno, ker zmanjšuje duševno in telesno sposobnost za delo, dostikrat je pa tudi naravnost škodljivo. Previdni moramo biti zlasti prve dni, ko še telo ni navajeno sonca.

Sončni žarki so najmočnejši nekako od desetih dopoldne do dveh ali treh popoldne; zato moramo zlasti ob tem času biti

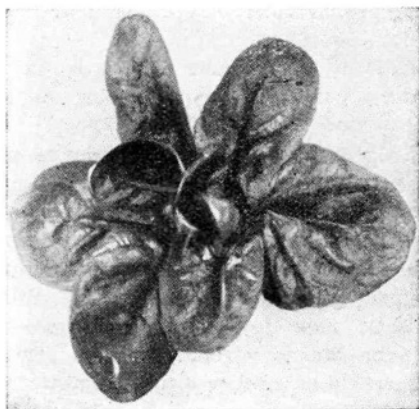
previdni, da se jim predolgo ne izpostavljam. Zgodi se, zlasti če je dan svež in jasen, da ob sončenju samem še prav nič ne čutimo njegovega vpliva na kožo in ostanemo brezskrbno predolgo na soncu. Posledice so neizogibne; kmalu začutimo, da se nam je vnela koža, ki je vsa boleča in opečena. Z oljem in raznimi mazili sicer nekoliko ublažimo pekočo bolečino; mnogo pametneje pa je, da smo previdni prej preden nas doleti nesreča. Zlasti pa ne smemo od sonca vnete kože močiti več z vodo. To jo namreč še bolj razdraži in razboli.

Priporočljivo je to-le postopanje: prvi dan se sončimo le kakih dvajset minut, nato pa dodajmo postopoma vsak dan še po dvajset minut. Še bolje kot da se sončimo leže je, da se sončimo med gibanjem. Za to so najprimernejše razne igre, pri katerih tekamo in se razgibljemo; n. pr. razne igre z žogo.

Nikakor pa se ne trudimo, da bi dobile temno polt. Pustimo to veselje tistim, ki jim je to edini šport. Za naše zdravje je mnogo boljše, da ne pretiravamo, saj nima sonce skozi temnorjavo kožo več takega blagodejnega učinka. Kdor hoče torej sam sebi dobro, se ne bo predolgo nastavljal soncu, ampak se bo ob pravem času umaknil v senco ali pa se s čim ogrnil.

Po kratkem sončenju nas spet zvabi voda v svoje kraljestvo. Oglejmo si še njen vpliv na naše telo!

V vodi si ohladimo in osvežimo telo. Poleg tega nam voda izmije s telesa znoj



Matador, odporna sorta, sposobna kakor Viking za spomladno, jesensko in zimsko pridelovanje

in prah ter vso umazanijo, ki se nam podeli nabere na njem. Voda dalje vpliva pomirjevalno na živčevje, kar je tudi vredno upoštevanja.

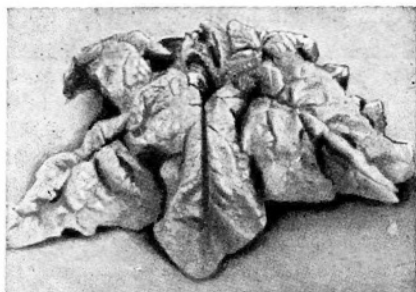
Če pa znamo plavati, nam kopanje nudi še prav posebne koristi: Živahno gibanje pri plavanju stopnjuje v veliki meri delovanje srca in poveča valovanje krvi ter s tem delavnost vseh organov.

Ko se giblujemo v vodi, so zaposlene skoro vse važnejše mišice in se pri tem krepi ter razvija njihova delovna sposobnost.

Neprecenljivega pomena je plavanje za mladino, ker ji prav v dobi telesne rasti nudi največje koristi. Gibanje v vodi je zanjo najboljša telovadba in protiutež kvarnemu sedenju v šolskih klopih. Saj je plavanje tudi zdravilna vaja zoper napake v držli. Zdravniki so namreč ugotovili ugodne učinke rednega plavanja na otroke, ki imajo skrivljeno hrbtenico ali so sicer slabotni.

Poleg ugodnega vpliva na držo pa je dobra stran plavanja tudi ta, da se v mladih letih zaradi gibanja v vodi mnogo bolje razvijejo pljuča, srce in mišice, kar je neprecenljive vrednosti. Znano je tudi, da so plavači in plavačice lepo razviti, postavniki in zdravi.

Pa ne samo telesno, ampak tudi duševno učinkuje kopanje ugodno na nas. Pri tem, ko se mudimo v naravi na svežem zraku in proč od mesta in prahu, pozabimo na vsakdanje skrbi, ki nas more ter



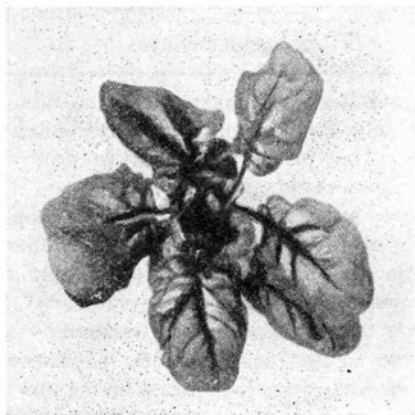
Novejša holandska sorta **Viking** žene pozno v cvet, tako da jo trgamo skoraj mesec dlje. Viking je posebno debelolistnata, bujna in temne barve. Sposobna je tudi za jesensko in zimsko pridelovanje.

se tako osvežimo in počijemo tudi duševno.

Ogledati si moramo pa še to, na kaj moramo paziti, da se nam dobro ne prvrne v zlo:

1. Pred vsem je važno to, da se držimo prave mere in meje. Kopanje nam bo takrat koristilo, če se bomo ogibale vsakega pretiravanja: ne v vodi, ne na soncu ne smemo biti predolgo. Zlasti mladini bi utegnilo pretiravanje škodovati.

2. Če nam je zelo vroče, ali če nas zebe, ne smemo v vodo; v prvem primeru se moramo ohladiti, v drugem ogreti. Prav tako ne smemo v vodo s polnim želod-



Danski kralj za spomladno in jesensko setev. List temnozelen z značilnim dolgim pecljem

cem (takoj po kosilu), pa tudi ne lačni, ker potrebuje naše telo v vodi mnogo energije. Če smo pa lačni, je to dokaz, da telesu že primanjkuje kuriva.

3. V nepoznani vodi se najprej prepričajmo o globočini in temperaturi vode.

4. Če smo bolni v ušesih, si jih zavajujemo z vato, ki je prepojena z vazelino.

5. Če smo močno utrjeni zaradi katkega večjega in daljšega napora, ne smemo ostati več kot nekaj minut v vodi; posebno pa moramo hitro iz nje, če ni dovolj topla. Ob takih priložnostih se nas more lotiti revmatizem ali še kaj hujšega. Kadar smo močno utrjeni, smemo samo toliko v ne premrzlo vodo, da se osvežimo in izmijemo morebitni znoj s telesa, potem pa takoj iz nje! Dobro je, če si na to otaremo in zmasiramo kožo in mišice.

6. Če smo prehlajeni ali kako drugače telesno nerazpolženi, moramo za ta čas opustiti kopanje. Zlasti pri dekletu in ženi je v tem pogledu potrebna čim večja previdnost.

7. Namen kopanja je, da služi našemu telesnemu in duševnemu zdravju. Zato se moramo izogibati vsemu, kar bi škodovalo temu namenu, pa naj bo to pri nas samih ali pri drugih. Dostojnost in obzirnost zahtevata od nas, da nosimo temu primerno kopalno obleko. Še važnejše kot obleka sama pa je naše dostojno vedenje. Prav pri kopanju se pokaže, kako je z vzgojo, na kakšni stopnji je pri mladini in pri odraslih. Marsikje ne najdemo zadovoljivega vtisa. Vsi, zlasti pa žene in dekleta bi se morale zavedati odgovornosti do sebe in drugih ter se tako obnašati pri kopanju, kot to zahteva njihova osebna čast in dostojnost. Zlasti mladi ljudje pogosto le premalo mislijo na to, da so prav oni predmet največje pozornosti vseh mlajših in vse okolice. Vsakdo, ki pohujša enega teh mlajših, naj se zaveda, da smrtno greši nad človekom in hkrati nad svojim narodom. — Saj je čistost podlaga zdravju in duševni moči posameznika in po njem tudi naroda. V tem pogledu bi morali vsi spoznati svojo soodgovornost do bližnjega. Zavedati bi se morali, da je vedenje pri kopanju najvernejši izraz njihove osebne višine in notranjega zdravja. Tu ne smemo biti lahkomišelní. Saj hoče biti vsakdo zdrav; zato naj skrbi, da bo res vedno zdrav duh v zdravem telesu. Če bomo kopanje pravilno gojili, potem nam bo vedno lahko prijeten oddih in osvežilo ter vir moči in zdravja.

Od vsega, kar ti je Bog dal, mu ni nič tako drago, kakor tvoji otroci. V njegovih očeh so duše tvojih otrok dragocenejše, kakor nebo in zemlja in vse stvari. Ljubše mu je, ako svoje otroke dobro vzgajaš, kakor če bi v posesti vseh zemeljskih dobrin, rabila le-te izključno za siromake. Težko boš izveličala lastno dušo, ako se duše tvojih otrok po tvoji krivdi izgube. Nasprotno pa si lahko popolnoma mirna, ako si s svojo zvesto materinsko ljubeznijo in skrbjo rešila duše svojih otrok.

(Giovanni Dominici.)

Prehrana zdravega in bolnega človeka

(Nadaljevanje.)

Krompir.

Krompir spada med najvažnejše kulturne rastline. Dobili smo ga iz Amerike sredi 16. stoletja, preteklo pa je nad 200 let, predno se je udomačil povsod in postal ljudska hrana. Dandanes bi si narodi, živeči v hladnejših predelih naše zemlje, brez krompirja skoraj ne mogli misliti življenja. Mnogim predstavlja glavno hrano in revnejši sloji skoraj nimajo drugega, s čimer bi si utesili svoj glad. Važno je, da uspeva povsod, tudi tam, kjer ni žita in da je zelo odporen proti boleznim in vremenskim neprilikam.

Imamo zgodnji, srednjepozni in pozni krompir. Prvi zori v 90, drugi v 90 do 130, poslednji pa v 180 dneh. V Sloveniji sta najbolj razširjena zadnji dve sorti krompirja.

Po uporabnosti ga delimo: v krompir za ljudsko prehrano, v krmilni in industrijski krompir. Med posameznimi sortami je precejšnja razlika.

Krompir za ljudsko prehrano ima tenko in gladko kožico, plitva očesca in srednje debele gomolje z belim ali rumenkastim mesom. Kuha se dobro in pri tem ne razpada. Najokusnejši je gorski krompir in oni, ki raste na peščenih zemljih.

Krmilni krompir tem več zaleže, čim več škroba vsebuje. Za vzrejo in pitanje prašičev je skoraj nenadomestljiv.

Industrijski krompir rodi obilneje, vsebuje obilo škroba in ni tako okusen. Njegova očesca so globlja, koža je debelejša in večkrat hrapava. Gomolji imajo belo, rumenkasto, pa tudi višnjevo meso. V jeseni je ta krompir težji od ljudskega, postane pa čez zimo lažji. V shrambi se slabo drži in rad gnije. Ker vsebuje obilo škroba, med kuhanjem rad razpada. Iz njega pridobivajo škrob, špirit in razne sladkorne sirupe. Ponekod izdelujejo iz krompirjevega škroba rezance, makarone in podobna živila. Največ ga uporabijo za napravljjanje lepila, ki ga potrebujejo knjigovezi in za škrobljenje tkanin. Iz krompirja izdelujejo tudi krompirjevo moko, ki se uporablja predvsem za močnate jedi.

Kakor vsaka živa tvarina, tudi krompir diha. On izpreminja nekaj svojega škroba v sladkor, ki ga uporablja za dihanje. Pri toploti 2 do 6°C nad ničlo se dihanje zmanjša, sladkor zastaja in se nabira v gomolju. Krompir postane sladek. Če postavimo tak krompir za nekaj dni v prostor s toploto od 18 do 20°C, pospešimo njegovo dihanje in on izgubi svoj sladki okus. Z dihanjem izgublja krompir mnogo svojih snovi in zato postaja lažji in manj vreden.

Krompir vsebuje protiskorbutični vitamin C. Njegova količina je odvisna od krompirjeve sorte in starosti. Največ tega vitamina vsebuje popolnoma zrel, a še svež, to je nedavno izkopan krompir. Z izpiranjem in namakanjem ga izlužimo, s predolгим kuhanjem pa uničimo. Zaradi daljšega ležanja v shrambi je proti koncu zime tega vitamina vedno manj, in izgine popolnoma, ko krompir kali.

V krompirjevih klicah se nahaja strup solanin, zato jih moramo pred kuhanjem odstraniti. Ta strup se nahaja tudi v krompirju, ki je bil dalje časa izpostavljen zraku in svetlobi, ter je zato pozelenel. Semenski krompir postane s tem trpežnejši in odpornejši, za hrano ljudi in živali pa zelenega krompirja ne smemo uporabljati. Uživati tudi ne smemo še nezrelega in bolnega krompirja s črnimi krogi in pikami.

Krompir vsebuje 70 do 75% vode, 18 do 26 % škroba, 4 % drugih ogljikovih vodikov, do 2 % beljakovin in 2 % staničnine, tolšče pa nima. Krompirjeve beljakovine so sicer zelo malenkostne, zato pa tem polnejše. Mogoče je živeti samo s krompirjevo hrano, ne da bi pri tem kaj trpela preosnova v telesu.

Uporaba krompirja je najraznovrstnejša. Pripravljati se da na najrazličnejše načine in človek se ga nikoli ne naveliča. Krompir je lugotvorna hrana, ki ima v svojih sestavinah krepko moč zoper kisli-

Poravnajte naročnino!

ne, zlasti zoper tako škodljivo sečno kislino. Vzdržuje jo v raztopljeni obliki in ovira njeno sesedanje. Kot nasprotnik kislin nas tudi varuje pred trganjem in revmatizmom. Pravilno pripravljen je dobra hrana pri želodčnem in črevesnem katarju. Ker ne vsebuje masti je zelo uporabljev za shujševalne kure.

Najvrednejše in na beljakovinah najbogatejše krompirjeve celice se nahajajo takoj pod olupkom in segajo v globino 5 do 8 milimetrov. Ker se pri surovem lupljenju ta plast večinoma zavrže, je potrebno, da kuhamo krompir v olupkih. Predno ga denemo kuhat, odstranimo morebitne kali, izrežemo vse nagnite dele in ga dobro operemo v mlačni vodi. En sam nagnit gomolj, ki ga kuhamo z zdravimi, lahko pokvari okus vsemu krompirju.

Priporočljivo je kuhati krompir v posebnem loncu, ki ima nekaj centimetrov visok preluknjan vložek. Pod vložkom je voda, na njem pa dobro opran krompir. Lonec naj ima pokrov, ki se dobro prilega, da se krompir kuha v soparl. Tak krompir ni izlužen od vode, ohrani največ hranilnih snovi, se ne razkuha in je okusnejši. Najokusnejši je krompir pečen na žerjavi, dober je tudi pečen na opeki v štedilnikovi pečici. Tudi če nameravamo uporabiti krompir za juho, krompirjev močnik in zmečkanino (pire), ga kuhamo v olupkih in šele potem olupimo ter zmečkajmo, seveda še vročega, ker se sicer strdi. Zelo škodujemo njegovi vrednosti, če pustimo, da se dolgo časa namaka v vodi. Tak krompir bo izlužen in voden. Da bo krompir enakomerno kuhan, vzemimo gomolje enake velikosti, enake vrste in enake starosti. Kakor hitro je kuhan, ga odlijmo in postavimo za nekaj časa na toplo, da se osuši in postane bolj moknat. Kuhan krompir, ki dalje časa stoji na toplo, postane manj okusen in lahko celo škodljiv. Olupljen, kuhan krompir pokrijemo s prtičem ali s posodo, da ostane topel in rahel ter da ohrani svoj dober okus.

Nekuhan, olupljen krompir postane pogloma na zraku rjavorumen (proces fermentacije) in se osuši. Da bi to zabranile, ga devajo gospodinje v vodo, ker ne vedo, da ta izluži iz njega vitamine in rudninske snovi. Krompir lupimo tedaj vedno šele neposredno pred uporabo.

Krompir pripravljamo na najrazličnejše načine. Uživamo ga celega ali v »obličah« s skuto, sirom in kislim mlekom, praženega, ocvrtega, okisanega kot krompirjevo solato, zmečkanega in zmešanega z maslom ali smetano kot pirè, v krompirjevih cmokih in svaljkih ter v koščkih na juhi. Krompirjevim juham dodajamo nekoliko vpražene pšenične moke, ker se drugače težki krompirjevi drobcji kmalu sesedejo na dno. Krompirjeve zmečkanine v obliki pirè, krompirjevega močnika in marmelade lahko prenese tudi zelo občutljiv želodec.

Z dodatkom masti in zelenjave, ki vsebuje vitamin A, imamo v krompirju najbolj zdravo hrano.

Iz njega pripravljamo celo slaščice, n. pr. krompirjevo torto v zvezi s sadjem itd.

Poleg krompirjevih gomoljev so za našo prehrano važne razne repaste in korenaste korenine. Repaste korenine so: repa, polletna in zimska redkev, mesečna redkvica, rdeča ali salatna pesa, zelena, podzemeljska koleraba. Korenaste korenine imajo: korenček, peteršilj, pastinak, trebelje ali košarnik; užitna je tudi hrenova korenika.

Repaste in korenaste korenine imajo nepopolne beljakovine, zato jih uporabljamo vedno v zvezi z drugo hrano (za prikuhe), ki jih dopolnjuje. Masti nimajo skoraj nič, vsebujejo pa obilo ogljikovih vodikov in obilo sladkorja. Važni so tudi kot nosilci vitaminov. Za našo prehrano so posebno važni, ker vsebujejo obilo baz in apnenca, pospešujejo prebavo, ugodno vplivajo na prebavila, izboljšujejo tek, se precej časa ohranijo sveži ter nam nudijo tudi pozimi prijetno izpremembo in okusno lugotvorno hrano. (Dalje prih.)

VIGREDNIM NAROČNICAM!

Kakor vidite, je Vigred ostala zvesta; zato ji bodite zveste tudi ve in poravnajte naročnino še v teku tega meseca. Prav od tega je odvisno redno izhajanje lista tudi še nadalje. Zares škoda bi bilo, če bi morala uprava ustaviti Vigred zaradi neplačane naročnine.

Iz mojega nedeljskega dnevnika

Nedelja, 24. aprila.

Nedelja je danes. Kako se je druge družine vesele. Jaz pa sem sama s svojo nedeljo. Težko družini, kjer njen voditelj, oče, ne spoštuje nedelje. Gorje ženi, ki nima vernega moža, otrokom, ki nimajo vernega očeta.

Sama sem s svojo nedeljo. Zvon vabi, odpravljam se v cerkev, z menoj moj otrok. Mož sedi doma in čita časopis. V cerkev grem z otrokom, z menoj gre žalost, ki jo vidi Bog in me potolaži. Ko pridem domov, vidim na moževem licu posmeh. In solza mi kane v srce. Nedeljsko boljše kosilo je grenko v ustih, nedeljsko lepo razpoloženje je zagrenjeno. Popoldanski sprehod nima tiste lepote. Take so moje nedelje in nedelje vernih žen, poročenin z nevernimi možmi.

Zato bi glasno zavpila vsem dekletom: »Ne poroči fanta, ki ni veren! Predno začneš resneje govoriti z njim, vprašaj ga, če hodi v cerkev. Če se ti posmehne, ga skušaj spreobrniti. Če se ne da, ga skušaj pozabiti! Človek, ki ne drži ene cerkvene in boljše zapovedi, rad ne drži tudi drugih!«

Nedelja, 1. maja.

Dopoldne sem prišla domov iz cerkve. Pred cerkvijo srečam znanca, soseda. Uradnik je. Za roke vodi svoja otroka. Pot nas

vodi skupno do doma. Gospa, mati je šla k jutranji sv. maši. Da ima več časa za boljše kosilo. Pomagala je kuharici v kuhinji in ko nas zagleda, nam veselo pomaha z okna. Danes so vsi doma, nedelja je in boljše kosilo jih čaka na mizi. Tako lepa nedelja je danes! Sončna, maj v naravi, maj v srcih ljudi, povsod nedeljsko razpoloženje. V tej majski nedelji pozabi oče na delo v pisarni, otroka na težko nalogo in na šolo, mati na domače skrbi in delo.

Popoldne gredo vsi na sprehod. Kam? Kamor koli! Ven! Maj je v njihovih srcih, maj v naravi. Skupno se zlije ta majniška lepota, vsi jo čutijo, v srcih izžareva, iz oči jim seva.

Ko sedim zvečer na vrtu, vidim, da so se vrnili. Mračni se. Otroka se še igrata na dvorišču, dokler jih mati ne pokliče k večerji.

Tako lepo so preživel nedeljo, ki jih je še bolj zblížala in združila in so videli, kako zelo pripadajo drug drugemu. Nesoglasja vsega tedna so pozabljena, otroka sta iznova začutila ljubezen staršev, načrti za vse dni prihodnjega tedna so narajeni.

In ko otroka že spita, mislita oče in mati, kako bo prihodnjo nedeljo. Lepa bo, samo njihova bo, kot so vse nedelje.

F. Zupančič:

O vzgoji volje

»Daj mi, o Gospod, močno, a obenem mehko besedo, s katero je možno odpustiti materi!« Tako je molil vojvoda Reichstadtski, izčrpan na bolniški postelji.

Cesarica Lujiza ni znala vzgajati svojega sina. Ljubila ga je, skoro oboževala, toda lahkomišelnost in ponosnost, ni mislila na orliča, ki je želel kvišku. Življenje so ji omamljale veselice in razum se ji ni ustavljal ob muhah svetlolasega ujetnika.

Lujiza pa je bila slabič. Tisti trdni »hočem« vsake matere, ki se tiče otrokove vzgoje, je pri njenem v praktičnem delu seveda popustil...

Tudi danes še je neštevilno mamc njevrste, ki so nekako nezavestno krive neuspehov v vzgoji. V vseh časih in v vseh

socialnih plasteh je ženska vedno ista; to se pravi, da izraža kreposti in napake, junaštvo in bojazljivost, ki so mnogokrat usodne zaradi strašnih posledic.

Često se nam vračajo v spomin, ko raziskujemo začetek gotovih tragedij, ki, četudi so si med seboj različne, se vendarle vedno končajo s padcem eksistence.

V ženski duši je angel ali demon. Če prevlada v nji zli duh, tedaj je vpliv čisto satanski. In če je ženska zlobna, pokaže v tem zlu njena inteligenca nenavadno premetenost. Gotovo pa je tudi, če vlada ženskemu srcu dobrot, da ta lahko preobrazijo svojo žrtev in junaštvo v najvišji ideal.

Skromnost, vedna usidranost v višje

ideale, molk, usmiljenost store žensko (mater, ženo, sestro, hčer) popolnejšo od moškega. In če je res, da je mož čisto zmožen zoperstaviti se največjim oviram, je pač treba tudi priznati, da ga prekaša ženska v nežni dobroti, vztrajnosti in v veliki in nesebični ljubezni. V žalostnih dvorinah bolnišnic, v celicah jetnišnic, v najtežjih časih življenja, ko kosé strojne puške in topovi, v besnečem viharju, v smrtnih trenutkih je žena vedno prisotna: ljubka, vzvišena, materinska, svečenica ljubezni do bližnjega. Usmiljenje jo vodi v bližino umirajočega; kajti tako pač hoče usmiljenje Boga, Gospoda. Ali so vse žene take?

Treba je torej še in še vzgajati naša dekleta, da postanejo dobre žene. Kajti sodobne izkušnje nam kažejo, da vsaka mati ne usmerja vedno pravilno duševni razvoj svojih otrok. Slabost žene, ki preveč ljubi, je najškodljivejša pri vzgoji. Treba je zabičati v spomin vsem mamam prepotrebno strogost, zlasti ko mladi rod doraste v kritično dobo.

Vzgojne zahteve so daleč višje od vzgojnih načinov, ki se uporabljajo v mnogih družinah. Tajnost vzgojnega dela in najpotrebnejši pogoj, da se doseže kaj dobrega v vsakem podjetju, je mirnost; seveda ne apatija, ampak ravnodušna zbranost. Vsako jutro in vsak večer je dobro skleniti in ljubeznivo sprejeti v dušo trden sklep: ne izgubiti miru, sladkega in osrečujočega miru! Materi ne bo treba reči: »Hočem biti močna«; odločno bo priznala: »Močna sem, mirna, pripravljena na poizkušnjo. Nič me ne bo razburilo, kajti vršim edinole svojo dolžnost.«

Ta obrazec izbranih besed, čeravno se nam zdi na prvi pogled smešen, pripomore začrtati naši volji neko smer. V zdravstvu se rabijo večkrat podobni predpisi. Tudi mnogo učiteljev privadi svoje učence na ta vplivni način lastnega vodstva. Zavestno in ne mehanično ponovljena zveza takih vplivnih besed vceplja polagoma idejo, ki jo izraža. Mnoge knjige o izobrazbi volje navajajo take in podobne obrazce, izreke, navodila. Zavestna in dolgotrajna raba teh pripomočkov res rodi lepe uspehe. Seveda pa mora vsak, kdor se hoče s takim sredstvom okoristiti, biti vztrajen in dosleden. Navadna in vsakdanja dela mora imeti

vsak že v polni oblasti in ob njih že do dobra izvežbano voljo. Potem lahko vso moč volje uporablja za novo smer udejstvovanja.

Gre torej za samovzgojo v najboljšem primeru besede. Zahteva pa vso našo pozornost. Treba pa je željo povezati z najmočnejšim zaupanjem. Verovati je treba v resnično možnost, da dosežemo, za kar zastavljamo svojo voljo, nekako vnaprej vedeti za to.

Ta novost, preudarno uporabljena, nudi v vzgoji splošno nepričakovane dobičke. Sedaj, ko stremi vse za modernostjo, je dobro, da, celo prepotrebno, da se mati zavzame za to moderno stvar in jo uporablja.

Naša žena se mora samo prilagoditi zahtevam časa, ne da bi se odpovedala dosedanjemu načinu vzgoje, ampak da privzame k svoji vzgojni metodi še ono, kar ji nudijo novejši izsledki v vzgojeslovju. Mati naj zna izbirati in naj se odloči za primeren način vzgoje, četudi se bo treba bojevati. Biti mora vedno prava vladarica v hiši in nikoli ne služabnica. Naši otroci potrebujejo mater, ki jih oblikujejo v temeljih.

*

Zaradi mnogih vzrokov, ki navadno niso od žene zavisni, ne doseže duševna ženska izobrazba one zmožnosti volje, ki je prepotrebna materi. Morda je včasih njen temperament presnjav. V človeku je prelahko dovzetna bol, zato se ni čuditi, če se ženska duša, čustvena in nezdravo sanjava, ne prilagodi vedno in z ono popolno trdnostjo dobrega čuta vzgojnemu delu, in ne vpliva na otrokovo srce tako, da bi ga lahko usmerila do značaja, ki odgovarja vrednemu članu človeške družbe.

Treba pa je vztrajati zlasti pri izpolnjevanju volje Gospodove. Upoštevajmo vedno neštete, praktične posledice te dušne sposobnosti. Srce ostane mirno v vseh različnih bojih vsakdanjega življenja. Nobeno nasprotje mu ne more uničiti tega miru. To notranje stanje pa ni trpno, kakor trde mnogi površni kritiki; odpoved je povzdig vsakega hrepenenja do od Boga določenega cilja, kajti vsi lahko vemo, kolik je višek svetosti v preprostem in nemem »fiat«. Srce, na ta način popolnoma

v objemu božjem, nadvladuje naravi in tujemu zlu. Ista božja roka nam pošilja bol, radost, up, tolažbo, povzdig ali ponižanje, samoto ali polno priznanje.

Žena vidi idealnost preveč blestečo, zlasti če obseva le-ta otrokovo glavico. Čustvo je mnogokrat izdajalec, ne zaupajmo mu!

*

Skrajna bol se pripravlja ženi, ki preživi svoj ideal moža, ki ga je smrt ugrabila z njene strani. Nepopolnost vseh stvari je često vzrok bolestne prevare, ki zagreni dušo nasproti ljudem in do Boga. Če ne moremo prenesti prevar, je kaj lahko mogoče, da bomo podlegli obupu. Če pa se nam kaže smoter brezpomembnosti ali celo kvaren, je treba preusmeriti svoje hotenje. Seveda pa zahteva ta okolnost mnogo srčnosti in vztrajnosti. Čast, zavest, odgovornost žene v vsem, zlasti pa v najvažnejši njeni nalogi, v vzgoji, naj se združijo v srcu in razumu matere. Mati naših dni ne pozna vedno vsote in množine dolžnosti, ki so vse odvisne od nje.

Prihodnost narodov zavisi od žene. Če je mati pripravljena za svoje odgovorno delo, bo družina močna in od Boga blagoslovljena: manj boleti bo mučilo narode,

več ljubezni bo vladalo v socialnih družbah.

Neomajna volja, zmožnost, vdati se po drobnim zahtevam vzgoje, vodi k dobremu izidu pravičnega namer.

Kaj zato, če naše ubogo, malo srce sto-ka osamljeno, morda zaničevano, okuša počasi sence neumovanja, poniževanja, malosrčnosti? Ubogo, krvaveče srce, ki okuša muko ločitve, določeno po nedoumevnih zakonih volje božje!

Res je, da so najsvetlejši ideali oni, ki nam prinašajo več trpljenja, če tudi se človeška narava boji in brani trpljenja. Toda po sto in tisočih izkušenostih, mora srce, ki je spoznalo brezbriznost ljubljene bitja, najti moč pozabljenja in rado stremiti k resničnemu in edino pravemu To-lažniku.

Glejmo kvišku, v modrino neba, nad človeško bedo. Bog ceni in upošteva vsako zmago, vsako plemenito odpoved, slednjo malo ali veliko bol...

Stanovitnost, dosledno vztrajnost v načrtu vedrega dela in prenovljena vera v vseh bridkih preizkušnjah in Bog nam pomaga; kajti je Dobrota, zlasti njim, ki ga zaupno in ponižno kličejo v najtrpkejših trenutkih.

Mati:

Razmišljanja ob naših gospodinjah

(Nadaljevanje.)

Meščanska žena živi v drugačnih razmerah, kakor v polpreteklem času. Če se ves svet izživlja tako hitro in zaradi tega naglega razvoja prehaja vse delo in tudi gospodinjstvo v vse hitrejši tempo ter ga je treba poenostaviti do skrajnosti; če se mora gospodinja zaradi neenotnega prihoda družinskih članov k obedom prav za prav porazdeliti na toliko načinov kuhe in priprave jedi, kolikor je družinskih članov; če mora gospodinja vsem tem tudi še vsaj v nekem vrstnem redu ugoditi v jedi in v vseh stvareh; če se zaradi različnih dogodkov in predpisov mora le-tem pokoriti; če se družinska skupnost prav zaradi novih razdelitev delovnih ur vedno bolj trga in razkraja, potem mora naša meščanska gospodinja delati naravnost čudeže, da vse zmore in je vsem zahtevam družinskih članov kos, da pa tudi še zmore že na pol

raztrgano družino še držati skupaj. Le opazujte nekaj dni naše meščanske gospodinje, ki že v zgodnjih jutranjih urah hite na trg! Morebiti z avtobusom ali s tramvajem prihite do centra. Hitro s tramvaja in nagel skok v cerkev. Ali ni to najlepša poteza naših meščanskih gospodinj, da se zjutraj za hip pokažejo Gospodu v cerkvi, kakor da si hočejo tam dobiti božjega pristanka svojim načrtom za tisti dan. Potem pa hitro na trg in še v trgovino in še k čevljarju in še k premogarju in vsa ona pota, ki jih narekuje dnevni red in skrb za domače. Prav res se ne smemo čuditi, če potem še rade spregovore s to ali ono prijateljico ali znanko, ki se že dolgo niso videle; tudi nam ni treba takoj misliti, da že takoj »obirata« koga; saj si imata morebiti vendar tudi kaj drugega povedati! In potem po isti

poti hitro domov, kjer že čaka sto del. — Vsa upehana začne z delom. Tu naj se posluži tistih pridobljenih naukov, ki jih nudijo dobromisleče sestre v raznih gospodinjskih člankih!

Do nedavna je veljalo geslo, naj gospodinja ne poseda pri gospodinjskih delih, češ, da to izpričuje njeno lenobnost. Novejše gospodinjske knjige in revije pa pravijo, naj dela kolikor največ se dà, **sedé**. To je tudi čisto prav! Koliko zateklih nog in krčnih žil bi se gospodinja lahko obvarovala, če bi se ravnala po tem nasvetu! Pripravljanje jedi, snajenje sočivja, likanje, celo pomivanje lahko opravi sede. Seveda pa si mora temu primerno pripraviti kuhinjsko opravo. Tudi to, da si omaro, mizo, polico pritegne čim bolj v sredino, da ji ni treba predaleč tekati po to ali ono stvar, ampak ima vse v lahko dosegljivi razdalji. To velja za vso posodo in vso pripravo pri kuhi, saj s tem prihrani čas in moči ter ji gre vse delo hitreje izpod rok. Naj se ne sramuje tega, saj je marsikaj v sedanjih časih drugače, kakor je bilo nekdanj in so vse te izpremembe prinesle s seboj časovne in življenjske izpremembe.

Marsikak pripomoček za lažje in manj utrudljivo delo si bo morala sčasoma tudi omisliti, kakor ji bo pač dopuščala njena blagajna. Počasi si bo nabrala v svoj kuhinjski inventar vsega, na čemer bo lahko učila svoje doraščajoče hčere, za katere ni nikoli dovolj zgoden ta gospodinjski pouk.

Da se bo v marsičem morala tudi modernizirati v pripravljanju jedi, je umevno. Tisti načini kuhe in peke, ki smo se jih učile starejše gospodinje v svojih mladih letih, smo morale izpopolnjevati z duhom časa in z novjšimi zahtevami in pridobitvami na polju gospodinjske znanosti in tehnike. Da se ta novodobna gospodinjska večina prav zelo briga za gospodinjino zdravje, je le hvalevredno. Saj je od gospodinjinega zdravja in dobrega počutja odvisen ves red v domu in družini. Vse gre narobe, če gospodinja zbolí. Da se to čim redkeje dogaja, pa mora gospodinja sama skrbeti. To bo tem bolj gotovo storila, če si predoči, da je ona sama najpotrebnejši družinski član — seveda se pri tem ne sme prevzeti — in da bodo oškodovani vsi družinski člani, če se ji bolezen

podaljša. Zato naj zlasti v zdravstvenem pogledu stori vse, kar je mogoče, da se čim dalje ohrani svoji družini. Mislimi mora na to, da v primeru resne obolevnosti nima nikogar, ki bi jo nadomestoval; soseščina je v mestu nepoznana beseda; dočim na deželi soseda sosedi hitro in rada pomaga, se pa tu v mestu komaj poznamo.

Govorimo o meščanski gospodinjí, ki je sama, brez pomoči. Zato ji prav nič ne bo škodovalo, če se začne zanimati za svoje sestre, ki so v enakem položaju in v enakih skrbih in delu kakor ona ter se z njimi ob prostem času sestaja, kakor to delajo naše meščanske gospodinje v krožkih in se tam v razgovorih in pomenkih izpopolnjujejo v svojem gospodinjskem znanju. Ne gre namreč samo za kuho; gre namreč mnogo bolj za splošno gospodinjsko delo. Da so naše meščanske gospodinje prišle tako daleč, da ne skrivajo skopo svojega znanja, ampak so pripravljene z njim pomagati svojim tovarišicam, to je vsega priznanja vredno. Zganiti bi se morali vsi okraji mesta v tem pogledu!

Prav resno je svetovati meščanski gospodinjí, da se tudi organizira pri enakomiselnih ženah. Tam najde vsega, kar potrebuje tudi za svoje razvedrilo ob prostem času. Pravo delo pa ji seveda stalno usmerja **njen dom**, ki je v vsakem primeru čisto svojski in si more potrebne navodil za delo v njem nabrati pri svojih sovrstnicah le tako in na tak način, kakor more to **njej koristiti**, nikoli pa se ne da to, kar je drugi gospodinjí v njenem domu uspešno, kratko in malo prenesti k sebi in kratko in malo posnemati tisto delo. Ni vse za vsakega.

Kar more meščanska gospodinja iz novodobnih izkustev gospodinjske stroke privzeti v svoj delovni program, je torej vse odvisno od njenega načina gospodinjskega dela, ki ga pa mora seveda opravljati vestno in natančno. Tudi še tako izvrstne novodobne pridobitve bi ne koristile, če bi se sama z vsem srcem ne zavzela za svoj dom. Njeno delo bi bilo polovičarsko, če bi se hotela sicer okoristiti z njimi, pa bi hotela obenem samo sebe oprostiti od skrbi in dela. Saj vsaka gospodinja ve, da je sama suha teorija še zelo daleč od prakse; gospodinjska praksa pa je skrb in delo za vse družinske člane.

TRETJE PISMO ZAGREBSKIM VIGREDNICAM

Po dveh letih, kar sem se poslovil od Zagreba, sem se zopet vrnil k zagrebškim Slovencem. Čisto nepričakovano me je božja previdnost pripeljala nazaj na oni nepozabni griček sredi Zagreba, kjer se dviga cerkva sv. Roka, od koder je tako lep pogled na srebrno Savo, na lepo mesto in v daljavo.

V teh dveh letih, kar se nismo videli, se je pri nas in po svetu spremenilo več kot prej v dvajsetih letih. Tudi vsaka izmed Vas je gotovo doživela marsikaj bridkega in bolečega. Toda izraziti moram svoje veliko zadovoljstvo, da sem našel pri svetem Roku še skoraj vse nekdanje znane obraze, kar je znamenje, da so ostali zvesti ves čas in da se tudi v prihodnje ne bodo izneverili. Mnogo mojih dragih znancev od sv. Roka se je med tem preselilo k večnemu počitku na Mirogoj, drugi pa, ki nam je božja dobrota ohranila življenje, bomo modro porabili izkušnje in nauke, ki smo jih med tem pridobili. Sedaj, ko na lastne oči gledamo, kam vodi hudo-bija in sovraštvo, kakšni so sadovi raz-

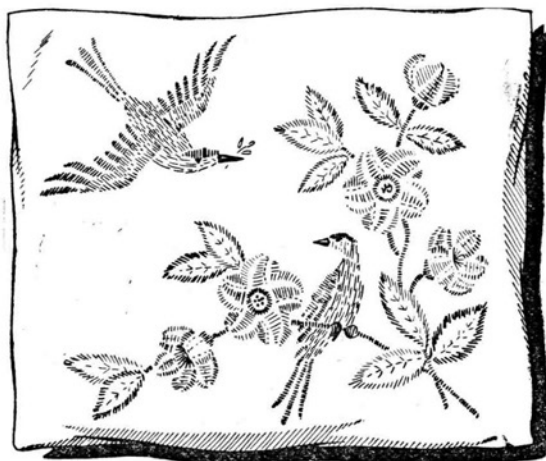
prtije, bomo za vselej pozabili vsako nesoglasje, prepirljivost in občutljivost. Med nami naj vlada prijateljsko razumevanje in prizanesljiva ljubezen! Potrudimo se, da bomo drug k drugemu prihajali z odprtim srcem in si med seboj pomagali. In ve, dekleta — Vigrednice, bodite ljubeče sestre svojim tovarišicam, katerim je tujina hladna in res tuja. Pomagajte si med seboj z besedo in nasveti, pri iskanju služb pa tudi v dejanju, kjer je potrebno in kjer sama beseda ne zadošča. Potem bo tudi v teh časih med Vami mnogo sonca, dekleškega veselja in plemenite sreče, ki bo pač Vam samim prinašala največ srčnega miru in zadovoljstva. Ta volja in upanje naj Vas vodi in podpira pri vsem delu in žrtvo-vanju.

Zagreb, 24. maja 1941.

Gregorič Jože.

Duhovne vaje za dekleta bodo v Domu Device Mogočne od 14. do 18. avgusta. Pričetek prvi dan ob 6. uri zvečer, sklep zadnji dan zjutraj. Prijave sprejema: predstojništvo Lichtenturnovega zavoda, Ljubljana, Ambrožev trg 8.

V NAŠIH DOMOVIH



SKRBI NAŠIH GOSPODINJ

Kljub temu, da je vojna, moramo biti žene kos svoji nalogi; zastaviti moramo vse sile, da ohranimo svojce zdrave in mirne, sposobne za vsakdanje delo. Zlasti je to važno pri otrocih. Otroci marsikaj vidijo in doživljajo, kar jih vznemirja in bega. Skušajmo jih vedno le pomiriti, vcepiti jim zaupanje in vero v Boga, pa tudi v samega sebe. Bolj ko kdaj jih navajajmo na samostojno delo. Naj le pomagajo, hodijo na trg, v trgovino, uče naj se prav ceniti dobrine, ki so danes vse bolj

redke, delajo naj na vrtu, hodijo v gozd po borovnice, gobe, robide itd. Navajajmo jih pa, da ne bodo delali škode, da ne bodo mandrali žita in travnikov, da ne bodo objestno pulili krompirja, repe itd. Vse sadeže naj spoštujejo kot božji dar, ki si ga moramo zaslužiti z delom svojih rok.

Gospodinje moramo biti dandanes varčne. Ne samo z denarjem, z vsem, kar potrebujemo v gospodinjstvu. Ničesar ne smemo zavreči, paziti moramo, da se nam v tej vročini nič ne pokvari. Rajši malo manj skuhamo, ko pa bi kaj zavrgle. Saj sedaj rabi telo manj hrane ko pozimi. Da pa le ne bo naša družinica lačna, pripravimo kako solato, ki tudi počaka, n. pr. paradižnikovo, rdečo peso ali papriko, ki se ne pokvari, tudi če počaka za en obed in jo lahko pripravimo le z malo olja ali sploh brez njega. Kislo smetano za fižol in druge solate letos težje dobimo, pa poskusite s kislim mlekom, ki ga dobro zvrkljate in osolite ter opoprate. Če se nam mleko skvari, ga nikar ne zavržimo, pustimo ga sesiriti ali kar takega porabimo za kruh ali zalijemo z njim kako omako ali prikuho pa tudi zelenjavno juho.

Varčujmo tudi na vrtu. Že zadnjič smo opozarjali, da ničesar ne zavržimo. Če ne moremo vsega vkuhati, pa sušimo. Nasušimo si razne kuhinjske dišave: majaron, kaduljo, koper, timez, zelen peteršilj. Vsakega posebej shranimo v vrečicah. Sušimo pa tudi stročji fižol, ohrovt, cvetačo (karfijolo), kolerabe, korenje, zeleno. Za sušenje pripravimo zelenjavo kakor za kuhanje, ohrovt in zelje narežemo kakor za solato, fižol zrežemo na poševne koščke, cvetačo (karfijolo) razdelimo na majhne cvetke, kolerabice zrežemo na tanka kolesca, prav tako tudi zeleno, korenček pa razcepimo na podolgaste kose. Zelenjavo pred sušenjem nekaj časa parimo, to je mnogo bolje, kakor če bi jo prevreli, ker s kuhanjem izlužimo preveč redilnih snovi. Suho zelenjavo denemo v dobro položeno posodo, lonec ali kozico, to postavimo v večjo posodo z vrelo vodo in jo parimo pol do tri četrti ure. Potem jo rahlo razprostremo na primerne lese in sušimo na soncu ali štedilniku kakor sadje. Suha zelenjava mora biti zelo trda, ker potem še odneha na zraku. Kadar suho zelenjavo rabimo, jo najprej dobro operemo, potem

jo pa namakamo šest do osem ur v mlačni vodi. Kuhamo jo v vodi, v kateri smo jo namakali. Poskusimo letos še s tem. V dolgi in hudi zimi nam bo gotovo koristilo. Pustimo vse stare predsodke in skrbimo sedaj, dokler je čas, da bo naš jedilnik tudi v hujših časih pokazal kaj izpremembe.

VKUHAVALE BOMO

Hruške kot kompot.

1 kg lepih, še trdih hrušk olup, prereži čez pol, izreži peščiče in jih devaj v dobro položeno posodo, kjer je $\frac{1}{2}$ l vode in sok 1 limone. Ko si vse hruške tako pripravila, potresi čeznje 1 kg sladkorne sipe in postavi na ogenj, kjer naj se počasi segrevajo in enakomerno zavro. Vro naj 15 do 20 minut, da se zmehčajo in postanejo prozorne. Potem jih s prekuhano leseno ali kovinasto nerjavečo žlico zloži v čiste bolj majhne kozarce. Pazi, da so hruške pokrite s sokom. Vlij v vsak kozarec žlico dobrega ruma in še vroče skrbno zaveži. Shrani jih na suhem, hladnem prostoru.

Slane kumare.

Srednje velike, zdrave kumare na koncih nekoliko odreži, potem jih pa zloži v široke kozarce ali v čist lesen čebriček. Vmes nalagaj liste od višnje, vinske trte, lavorja in kopra, kolesca hrena, poprova in gorčična zrna. Če hočeš, da se ti kumare prej skisajo, deni na vrh kos črnega kruha. Zavri potrebno množino slane vode (na 1 l vode 6 dkg soli) in vlij popolnoma ohlajeno čez kumare, ki naj jih dobro pokriva. Da bodo kumare bolj tesno stisnjene, jih pokrij s prožno desko. Vse skupaj naj stoji 8—10 dni na soncu, da povre. Ko ne vstajajo več mehurčki, preloži kumare v čiste kozarce, zalij jih s precejeno kumarčno vodo, skrbno zaveži in shrani na suhem hladnem prostoru.

Mešana marmelada.

Zmelji z mesnim strojem 3 kg hrušk, 3 kg jabolk in 3 kg češpelj (tehtaj jih brez koštic). Primešaj sok in sesekljano lupino 2 limon, $2\frac{1}{2}$ kg sladkorja in pusti čez noč. Drugi dan kuhaj v dobro položeni posodi,

dokler se kapljica na krožniku ne strdi. Vročo napolni v čiste kozarce. Drugi dan jih povrhu pomoči z rumom, daj na vsakega primeren pergamentni papir in natresi nanj salicila. Potem pa še zaveži kozarce s pergamentnim papirjem ali stekleno kožo.

Malinovec z vinsko kislino.

1 kg zbranih rdečih malin zmečkaj v dobro položeni ali porcelanasti posodi. Dolij 1 l prekuhane in ohlajene vode, v kateri si stopila 2 dkg vinske kisline. Vse skupaj naj stoji čez noč. Drugi dan precedi skozi moker prtlič in še nekoliko stisni. Potem počakaj, da se tekočina ustavi. Odlij, kar je čistega in daj na 1 liter soka 1—1¼ kg sladkorja. Mešaj na robu štedilnika, da se sladkor popolnoma razpusti. Nalij v skrbno pomite steklenice in jih zaveži s krpo. Steklenice smeš zamašiti šele čez 6 tednov. Na enak način pripraviš odcedek iz ribezlja, borovnic, rdečih jagod, robid in bezga.

ZA VROČE DNI

1. Malo kruhovih drobtin, pest rozin, sok ene limone, katere lupino obribamo s kockami sladkorja, denemo v skledo sveže studenčne vode in po potrebi še osladimo in pustimo nekaj časa na hladnem, najbolje na ledu. Za utrujene in žejne nekaj izvrstnega!

2. Liter rdečih jagod stresemo v 1½ litra mleka, primerno osladimo in pustimo eno uro stati na hladnem.

3. 1—2 litra mleka zavremo z nekoliko sladkorja in cimeta, razžvrkljamo dve jajci v mrzlem mleku in vlijemo zraven. Vse potem dobro ohladimo.

SUŠENJE SADJA IN POVRTNINE

Čas, ki omejuje porabo sladkorja, nam narekuje, da se okanimo običajnega konzerviranja sadja in zelenjave v kozarcih in pločevinastih dozah. Večina gospodinj se bo torej odločila za stari način sušenja, ki ni samo enostaven, temveč ima tudi prednost, da ohrani sadju in zelenjavi čim več hranilnih vrednosti in vitaminov.

Poznamo posušene slive, grozdje, ma-

relice, manj pa posušena jabolka, hruške in izborne posušene črešnje, ki so polnovredni nadomestek za uvožene rozine.

Pri sušenju izvlečemo sadju oziroma povrtnini vodo, bakterijam, ki groze trpežnosti naših zalog, pa odvezamemo hranilna tla. Prej so sušili v kamenitih pečeh po peki kruha, ko je peč imela še dovolj toplote, da osuši sadje in zelenjavo. Me bomo pa sušile na štedilniku, pa naj bo to običajni, plinski ali električni štedilnik. Za tako sušenje rabimo nekaj lesenih okvirov, visokih po 7 cm, ki imajo dno iz starega blaga zaves, redkega platna ali iz pocinjene žične gaze. Okvire lahko tudi obijemo z ne preširokimi lesenimi letvicami ali okroglimi špilami (kot so za klobase).

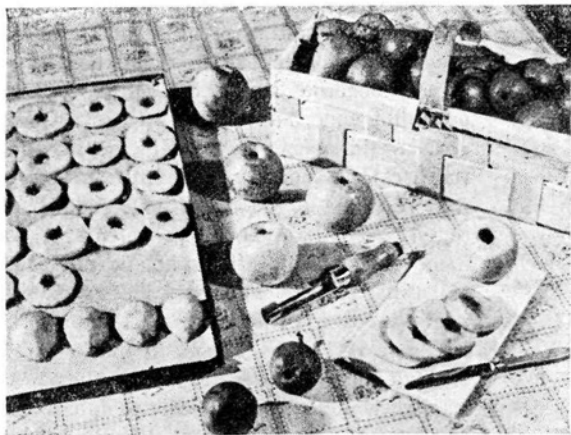
Da dosežemo pri sušenju hitrejši izveček vode, morajo imeti posamezni okviri med seboj nekoliko presledka. Ozke stranice okvirov imajo torej prirezane nožice, da preostane 3 cm zračnega vmesnega prostora. Da preprečimo premikanje sestavljenih okvirov, zabijemo na spodnji strani odščipnjen žebelj, na zgornji strani pa izvrtamo luknjico, v katero se žebelj pogrezne. Za okvire vzamemo 8—10 milimetrske močne borove ali bukov kotnice (lašte), ki naj bodo ostružene. Širino in dolžino ter število okvirov dobimo po izmeri peči, kjer bomo sušile.

Več okvirov skupaj postavimo v pečico na luknjičasto pločevino, ki jo imamo vedno v peči pri peki sladice. (Pločevina, ki ni preluknjana, ni dobra, ker propušča premalo toplote.) Sušimo le pri zmerni toploti, da se sadje in zelenjava samo sušita, ne pa rjavita. Zato naj bodo vratca peči samo priprta (zastavimo s klinčkom),

Nekaj navodil za sušenje sadja in povrtnine.

Jabolka olupimo, odstranimo pečke, jih zrežemo v krhle ali kolesca ter položimo za nekaj minut v raztopino citronine kisline (da ne porjave). Nato jih pustimo odteči, nato pa sadje razvrstimo po dnu okvira (glej slike).

Hruške razčetverimo in jih s peclji vred



sušimo. Da ne posive, jih pred sušenjem na pol skuhamo v sladkorni raztopini (500 gramov na en liter vode). — Ko hruške že na pol osušimo v pečici, jih položimo med dve leseni deščici ter jih položno stisnemo. Nato jih dokončno posušimo. (Krkkih namiznih hrušk pa ne kuhamo prej.)

Marelice in breskve pomočimo v vrelo vodo, jih olupimo, razpolovimo in posušimo. Večkrat pa vzamemo okvire iz pečice, da se sadje nekoliko ohladi.

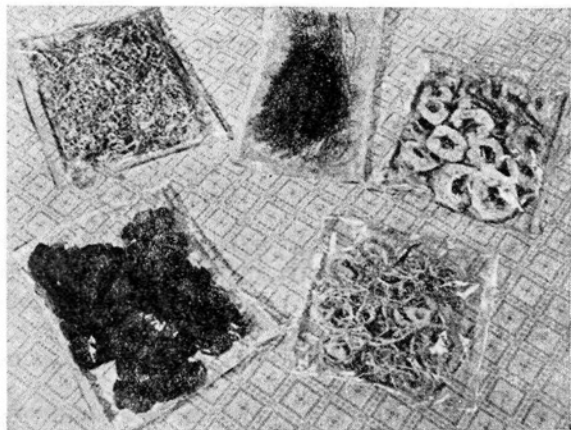
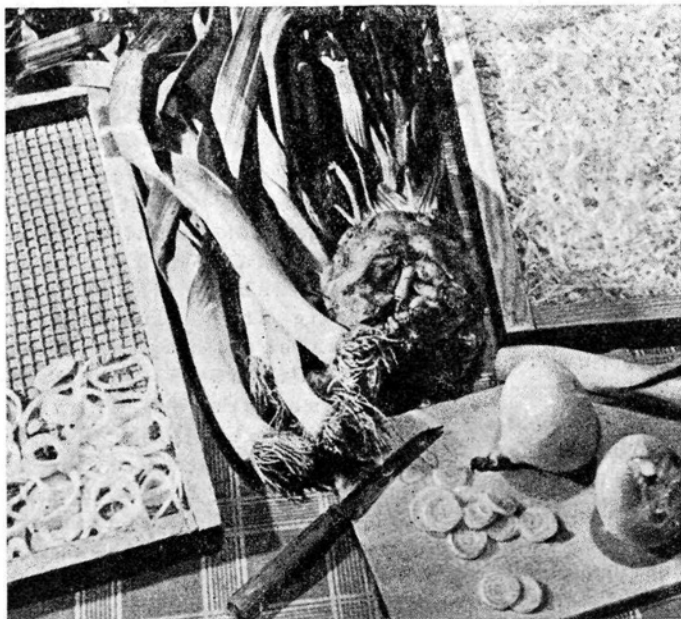
Slive se suše zelo počasi; praktično je torej, da jih že prej nekoliko osušimo na soncu ali na topli štedilnikovi plošči. Sliv navadno ne izkoščimo in ne olupimo. Če jih pa že hočemo imeti brez koščic, na pol suhe slive razpolovimo, odstranimo koščice in jih dokončno posušimo. — Naknadno sušenje sliv na zraku je zelo priporočljivo.

Fizolu v stročju odstranimo niti in ga narežemo ali prelomimo na male delce. Bolje je, če fizol prej prekuhamo. — Rumeno stročje rado porjavi, zato ga sušimo pri zelo nizki toploti.

Zelje, belo in rdeče ter ohrovt, posušimo v celih listih ali pa poljubno narezanega posušimo takoj v pečici. Le rdeče zelje, če mu hočemo ohraniti barvo, prej prekuhamo.

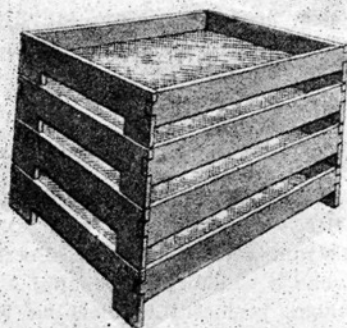
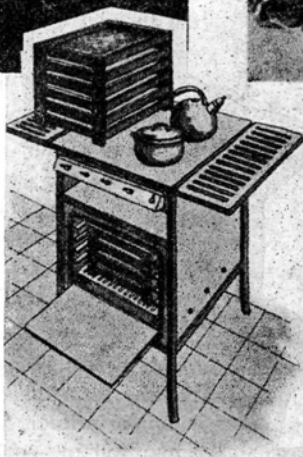
Čebulo, kolerabe in zeleno oznažimo, narežemo v kolesca ter takoj posušimo.

Gobe nabereimo na niti, ko smo večje komade razrezale, sušimo jih pa samo na zraku obešene. Prav tako sušimo tudi razna začimbna, zdravilna in čajna zelišča, ker bi jim sušenje v pečici odvzelo aroma.

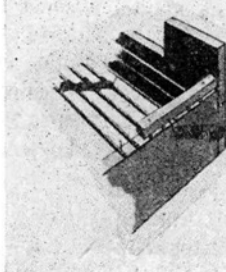




Posušeno sadje in povrtnino razprostremo po deski ali mizi ter tako sušimo še en dan ali dva. Nato šele vse shranimo v zračnih vrečicah iz gaze na popolnoma suhem prostoru (ne v vlažni kleti!). Zelo praktične so celofanove vrečice in dobro zaprte steklene in pločevinaste doze.



Nujno pa je potrebno, da gospodinja zavaruje svoje posušeno sadje in povrtnino tudi pred prahom in raznim mrčesom. Potrebno je, da misli na to in v svoji shrambi pripravi prav za te vrečice primeren prostor. Lahko svetujemo iz lastne izkušnje, da je zelo primerno, ako se v shrambi visoko pod stropom pritrdijo drogovi ali vsaj palice, na katere potem obešamo vrečice s posušanim sadjem in povrtnino. Na ta način gospodinja odtegne vse to prahu in škodljivim malim živalim, ki se zelo rade okoristijo, še večkrat pa te zaloge samo onesnažijo. Obenem tudi opozarjamo na mnogotere nasvete, ki jih je že Vigred pri-



nesla v teku let glede spravljjanja sadja in zelenjave za zimo, kakor tudi na nasvete, ki so jih prinesle naše drobne knjižice »Kuhaj varčno in dobro« 1. in 2. zvezek in »Praktični nasveti gospodinji«. Istočas-

no sporočamo, da naša marljiva sotrudnica gospa Lenica Kelhar pripravlja novo knjižico prav z navodili za shranjevanje sadja in zelenjave za zimo.

KUHARSKI ZAPISKI ZA AVGUST

Buče s korenčkom in jabolki.

Skuhaj v slani vodi 30 dkg korenčka, ga odcedi, oplakni z mrzlo vodo in zreži na rezance. Srednje veliko jedilno bučo olupi, očisti in nakrhljaj na strgalniku za kislo repo. 6—8 zelenih jabolk pa zreži na kocke. Zmešaj vse skupaj in okisaj s sokom ene limone. Prepraži 10 dkg prekajene slanine, zarumeni na njem na kolesce zrezan por in sesekljan peteršilj, dodaj korenček, bučo in jabolka ter hitro praži na močnem ognju. Medtem žvrkljaj četrta litra kislega mleka, žlico moke in 3—4 očiščene in pretlačene paradižnike. Dodaj še soli, popra, ščepec sladkorja in vlij v sočivje. Dobro premešaj, pusti še 15 minut dušiti in daj s pečenim krompirčkom kot glavno jed na mizo.

Solata iz paradižnikov in kolerabic.

Čiste, dobro zrele paradižnike zreži na kolesca s soljo, poprom in jim pri tem odstrani semenske pečke. Potresi jih nekoliko s sladkorjem, pokapaj z limonovim sokom, premešaj in zloži na krožnik, na vrhu potresi z naribanim hrenom. Kolerabico nastrgaj na porcelanastem strgalniku, jo nekoliko osoli in zmešaj s spenjeno kisló smetano. Naloži jo okrog paradižnikov in postavi za pol ure na hladno, preden postrežeš z njo.

Solata iz rdeče pese.

Peso dobro operi, a pazi, da je ne raniš, ker bi pri ranici iztekala rdeča barva. Skuhaj jo v obilni vodi, potem jo oplakni in vročo olupi. Če je pesa dovolj kuhana, se koža kar osmuka; kar je nečistega, izreži. Peso nareži na zelo tanke listke. Zavri primerno kisa s soljo, kumno in ščepcem sladkorja ter vlij vrelega čez narezano peso. Naj tako stoji vsaj pol dneva. Potem jo potresi z naribanim hrenom in postreži. Kakor vidiš, je tudi ta solata brez olja.

Sadni kolač iz soja moke.

Vmešaj štiri rumenjake in 12 dkg sladkorja; primešaj dve žlici mleka, sneg štirih beljakov, 5 dkg zmletih lešnikov, pest z rumom napojenih drobtin, 10 dkg soja moke in $\frac{1}{4}$ pecilnega praška. Stresi v tortni obod, lepo zravnaj in potresi s češnjami ali češpljami ali rezinami marelic ali breskev. Popraši s sladkorjem in peci v dobro segreti pečici.

Šarkelj iz enotne moke.

Vmešaj $\frac{1}{2}$ l smetane, ki si jo posnemala in shranjevala od zavretega mleka, dva rumenjaka in 10 dkg sladkorja z limonovo lupinico. Primešaj trd sneg dveh beljakov, 10 dkg enotne moke, pol pecilnega praška in 6 dkg rozin. Stresi v bolj majhen model in peci v dobro segreti pečici.

Krompirjeva torta.

Vmešaj tri rumenjake in 12 dkg sladkorja; dodaj 40 dkg pretlačenega mrzlega krompirja, sok $\frac{1}{2}$ limone, malo ruma, žlico moke in sneg treh beljakov. Peci v vroči pečici $\frac{3}{4}$ ure.

Pečena kaša.

Popari 30 dkg prosene kaše z vrelo vodo, potem odcedi in gosto skuhaj s $\frac{3}{4}$ l mleka. Po okusu nekoliko osoli in osladi. Namaži pekačo z mastjo, namaži za mezinec kuhane kaše in potresi z borovnicami, na listke zrezanimi jabolki ali hruškami ali kakršnim koli sadjem, ki ga ravno imaš, popraši s sladkorjem, naloži zopet kaše in zopet sadje. Na vrhu naj bo kaša. Pokapaj nekoliko s stopljenim presnim maslom ali mastjo, ali polij z nekaj žlicami smetane. Peci v dobro segreti pečici. Pečenje zvrni, popraši močno s sladkorjem in postreži.

Keksi s krompirjevo moko

Zmešaj na deski 20 dkg pšenične moke z 8 dkg krompirjeve moke in malo več kot polovico pecilnega praška. Dodaj 1 jajce, 7 dkg sladkorja, 6 dkg presnega masla ali masti, limonovo lupinico, ščepec soli in če je treba še žlico mleka. Dobro vgnetenó testo naj 20 minut počiva. Potem zvaljaj, zreži kekse in speci v dobro segreti pečici.



Dolga spalna srajca, krilna kombineža, hlačke iz belega ali barvastega blaga. Motive izvezemo s senčnatim vbodom. Tudi našim malim deklicam okrasimo perilo z

ličnimi motivi. Za kopališče, šport in vrt! — Praktična platnena obleka poljubne barve ima pisano izvezene motive, ki nakazujejo žepke. Preprost kostum učinkuje



zaradi prsnih in stranskih žepov. Krilo je nekoliko zvončasto. Ozke progice, položene v grozdne ornamente, krase velike prišite žepe obleke s stranskimi deli gub pri krilu in rokavih. Oblekca za štiriletnega dečka iz lahkega volnenega blaga ali pralnega žameta. Oblika bluze je primerna za sta-

rejše gospe. Z nabranim delom bluze harmonira nabran, tričetrtinski rokav. Enostavna, k vsakemu krilu primerna bluz iz kravatne svile. Krilo se zapenja ob strani z gumbi. Gube nudijo primerno širino. Ravno športno krilo s prišitimi žepi. Ljubka domača obleka iz pisanega blaga.

DOBRE KNJIGE

»Italijanska vadnica«. Spisal dr. Stanko Leben. V založništvu Ljudske knjigarne je izšla priročna knjižica v žepni obliki, ki nosi gornji naslov. Razdeljena je v dva dela. V prvem delu ima 41, v drugem pa 29 vaj. Ob vsaki vaji je razlaga slovnice in na koncu so razvrščene besede k posameznim lekcijam. Na koncu obeh delov pa so spregatve pomožnih, pravilnih in nepravilnih glagolov v abecednem redu, za tem abecedni slovar k I. in II. delu in nazadnje še slovensko-italijanski slovar k obema deloma. Na ta način je knjiga silno praktično urejena in pripravna zlasti za tiste, ki se sami uče italijanščine. Cena broširani knjigi L 13.30, kartonirani pa L 17.—. Vigrednice, ki se žele priučiti italijanščine, naj si knjigo nabavi.

Italijansko - slovenski slovar. Spisala prof. dr. A. Bajec in P. Kalan. V založništvu Ljudske knjigarne v Ljubljani je izšel bogat — ocene pravijo: najbogatejši — italijansko-slovenski slovar, ki obsega 638 strani ter ustreza res vsem sodobnim zahtevam slovarja. Namenjen je Slovencem, ki poznajo vsaj osnovna pravila italijanske slovnice. Pisateljka sta imela v mislih seveda izobražence, ki jih živahno vabi veliko bogastvo italijanske književnosti in bi se radi okoristili ž njo. V besednjaku pa niso nabrane samo besede, ampak tudi mnogi tipični italijanski izrazi in fraze. Tako bo slovar res odlično služil. Oprema knjige je zelo priročna in lepa ter trpežna. Vendar cena ni pretirana: vezan v trpežno platno stane slovar 45.50 L. Z željo, da bi marljiva avtorja kaj kmalu izdala tudi slovensko-italijanski slovar, prav toplo priporočamo nabavo sedanjega slovarja vsem Vigrednicam.

Slovensko-italijanski slovarček. V zbirki žepnih slovarjev in učbenikov, ki jih že nekaj let izdaja Ljudska (prej Jugoslovanska knjigarna), je izšel priročni slovarček prof. Antona Grada. V uvodu vsebuje opombe k italijanski izgovorjavi, potem pa na 130 straneh v abecednem redu, v jasnem tisku najpogostejše in najbolj rabljene besede v slovensko-italijanskem redu. Za nas vse, ki se pridno učimo italijanščine, je ta mali slovarček odlična pomoč. Ni čuda, če je tako zelo iskan. Saj mu je pa

tudi cena izredno primerna: broširan stane 8.— L, kartoniran pa 11.— L. Prepričani smo, da bo naše Vigrednice povsod spremljal.

IZ UREDNIŠTVA

Številnim pošiljateljicam »Družinske kronike«! Z veseljem prejemamo skoraj vsak dan kakšno pošiljatev. Vendar se je opogumilo že precejšnje število Vigrednic. Želimo pa, da bi jih poslalo še prav mnogo, da bo izbira lažja. Nekatera kronika je prav zanimiva, zlasti v krajih, ki so nam znani. Upamo, da bodo poslale še druge. Zastopana je že Gorenjska, Dolenjska, Notranjska in štajerska. Značilno je, da se doslej še nobena meščanka ni opogumila. In vendar bi bila tudi kronika kake mestne družine zelo zanimiva. Ker čakamo še številnih pošiljatev, se še dokončne ocene niso pričele.

Onim, ki so še pri delu, svetujemo, da ne pišejo kronike kot povest, ampak tudi v takem slogu, ki kroniki pristoja: to je pripovedovalen, a ne gostobeseden ton, ki zna zajeti vse zanimivosti, a jih zna oddeliti od postranskega, ki v kroniko ne spada. Navajanje datumov je treba vzeti zelo kritično, da ne nastanejo nepravilnosti. Mnogo sreče!

Bernardka. Pravite, da štejete šele 23 pomladi, pa so Vaše pesmi tako zelo zelo otožne. Res je, da je sedaj vojna, ki je zajela skoro ves svet, vendar Vi vidite vse samo črno. Obrnite se nekoliko Vase, pa boste našli tudi kaj bolj veselega in boste to v pesmi povedali našim Vigrednicam. Saj verzi Vam kar gladko teko.

Martina. Vaš članek še čaka, da ga priobčimo. Vsebina namreč to zahteva. Ali ste bili tudi Vi pri gospodinjskem tečaju, ki ste ga imeli v Vašem kraju? Ali imate nanj kaj lepih spominov? Opišite jih za naše Vigrednice vsem v spodbudo! Vsi bomo radi brali.

Magda. Vaše pesmi še čakajo na priobčitev. Skoro pri vsaki je treba nekaj popraviti. Včasih Vam misli nočejo v pravo obliko; še večkrat pa je oblika kar lepa in primerna, pa je vsebina tako medla. Oboje: vsebina in oblika, pa da šele pravo pesem. Kadar pesnikujete, bodite sama sebi strog sodnik.

Mestna hranilnica ljubljanska

je največji sloven-
ski pupilarnovarni
denarni zavod. Do-
mači hranilniki, po-
sojila na hipoteko,
sodno-depozitni od-
delek, menice, lom-
bard. Za vse hra-
nilne vloge jamči

MESTNA OBČINA LJUBLJANSKA

Ako gre za zavarovanje, pride v poštev le

VZAJEMNA ZAVAROVALNICA

Ljubljana, Miklošičeva cesta št. 19

1. požar, vlom, nezgode, jamstvo, kasko, steklo, zvonovi;
2. doživetje, smrt; rente in dote v vseh možnostih; posmrtninsko zavarovanje „Karitas“. — *Zavarujte sebe in svoje imetje vedno pri naši domači slovenski zavarovalnici!*

LJUDSKA POSOJILNICA V LJUBLJANI

Z A D R U G A Z N E O M E J E N I M J A M S T V O M

Ljubljana, Miklošičeva c. 6, v lastni palači nasproti „Uniona“

obrestuje hranilne vloge najugodnejše. Nove in stare vloge, ki so v celoti vsak čas razpoložljive, obrestuje po 4⁰%, proti odpovedi do 5⁰%