

Gologlav.

Priobčil K. C.



Glava je brez dvojbe eden najvažnejših delov človeškega telesa; v nji imajo najprej štirje čuti svoj sedež: oko, uho, nos in usta. V glavi prično in se združujejo glavni živci in razširjajo življenje in moč po vsem telesu. V glavi so tudi možgani, ki je združena z njimi prva in najplemenitejša zmožnost človeškega duha. Kjer je torej glava v redu in zdrava, vlada tudi harmonija med telesom in dušo, telo uspeva jako dobro, človek vlada z največjo lahkoto samega sebe, njegovo življenje krasi pridnost in mir, red in točnost, lahko navdušeno opravlja svoj poklic in se veseli dovršenega dela. Pomilovanja je vreden n. pr. učenjak, ki je navezan predvsem na dobro pomoč svoje glave, medtem pa ima šibko glavo. Kako se muči, da zbere svoje misli, da jim da primerno obliko, kako se jezi, ko spozna, da ne soglaša njegovo znanje z njegovo voljo. Pa tudi rokodelc rabi svojo glavo in tudi on je pomilovanja vreden, ako mu ne da njegova „možganska kovačnica“ nobene treske. Torej je razvidno, kako pazljivo moramo negovati svojo glavo, da jo okrepimo v vsakem oziru. „Za to nimam časa“, meni marsikdo. Toda vsak lahko napravi v tem oziru nekaj dobrega zase, namreč da hodi gologlav, in kdor to dela nepretrgoma in pridno, čuti kmalu blagodejen vpliv.

Seveda ne moreš povsod in vedno hoditi gologlav: pri veliki vročini rabimo pokrivalo, da nas brani pred pekočimi solčnimi žarki; pri velikem mrazu, pri vetru ali slabem vremenu moramo biti tudi pokriti.

Zakaj pa naj bi pokrivali svojo glavo v nežnem, okrepčujočem zraku in ji ne privoščili krepke zračne kopeli? Zakaj naj bi imeli na ušesih vedno-invedno neizogibno čepico v zaprtih prostorih in s tem olajšali delo krvi, ki že itak sili vedno v glavo.

Ako rabimo zunaj zaradi slabega vremena kako pokrivalo, mora biti prvo naše delo, da se odkrijemo, ko stopimo v hišo. Da se odkrijemo v tuji hiši, zahteva že olaka. Odkrijmo se še v lastnem domu! Zakaj naj imamo ponoči nočno čepico, ki večkrat prikriva celo ušesa?

Doma, v hiši, na dvorišču in vrtu, na izprehodih, v zdravilnem gozdnem zraku, na zelenih, sočnatih travnikih, na solčnih višavah — kdo nam tu brani, odkriti se in izprehajati se s klobukom v roki? Naša navada bodi odslej, da hodimo, kjer in kadar moremo, gologlavi, da obvejejo glavo sapice, da postane zopet jasna, čista in zmožna za novo delo.

