



GOSPODINJA IN MATI

LETO 1944

23. AVGUSTA

ŠT. 35

VZGOJA

O ponižnosti in ošabnosti

V odmoru so se dečki igrali. Janezek, ki je bil najbolj spreten od vseh bi imel biti poglavar roparjev, pa se je brž uprl nek bogatinov sinček: »Ta bajtar že ne bo poglavar, mene morate izbrati.«

Že otroci delajo med seboj take neupravičene razlike. Ne sposobnost, ne boljši značaj, ampak odločati mora to, kar imaš manjvrednega na sebi, to je, odloča naj denar in zunanji družabni položaj. To je bistvo ošabnosti. Saj pravi pregovor: »Prazen klas pokonci nosi glavoc.«

Koliko takih »praznih klasov« hodi danes po svetu in se zna v njem uveljaviti, ker so ljudje tako slabo vzgojeni, da gledajo le na videz. Kdor ima kaj pod palcem, kdor se je slučajno rodil v boljši družini, kdor ima imenitne sorodnike, tega smatrajo za večvrednega, dočim mora biti revež vedno ponižan in žaljen. Ali je to prav?

Največ ošabnežev in bahačev najdemo prav med takimi, ki so najmanj upravičeni nositi glavo pokonci, bodisi da so si pridobili denar ali oblast in položaj brez lastnega truda ali pa so v pravo učenost le površno pogledali in si s tistim površnim znanjem domišljajo bogve kaj. Kdor pa je zares po lastnem trudu dosegel nekaj v življenju, kdor se je resno trudil, da si pridobi čim več znanja, ta ostane navadno ponižen, ker ve, kako majčken del življenjskih skrivnosti si je pridobil.

Res, vsak izmed nas, ki se domišlja svoje »velike vrednosti«, naj stopi neko jasno zvezdnato noč na vrt ali naj se skozi okno ozre v nebo, kjer miglja na tisoče in tisoče zvezd. Vsaka teh zvezd je svet zase, večje ali manjše so kot naša zemlja. Mnogo pa jih niti ne vidimo, ker so že ugasle in morda prav tako naseljene z živimi bitji kot naša zemlja. Naša zemlja je proti vsemu vesoljstvu manj, kakor je najdrobnejše zrno napram naši največji gori. In kaj je potem en človek napram vesoljstvu?

»Vem, da nič ne vem,« je dejal eden velikih grških modrijanov. Mi niti tega

kar vidimo ne moremo vsega doumeti, koliko je pa še skrivnosti okoli nas, ki jih ne moremo doumeti in jih tudi naši zanamci nikoli doumeli ne bodo. Ali je potem prav, če sami sebe presojamo le s tistega majhnega vidika, ki sega le od nosa do tal, to se pravi če gledamo svojo »veličino« le v majhnem ozkem krogu, ki se imenuje družba, rod ali družina.

Ko pride nad nas velika nesreča, povodenj, požar, potres, ali kot sedaj, strašna vojna, ki vse vprek ugonablja in ruši, tedaj se šele zavemo, kako obupno majhen in brez moči je posameznik, napram vsem tem silam. Šele nesreča nas prisili, da začnemo razmišljati o svoji majhni vrednosti in svoji odvisnosti od tistega, ki je »krotak in od srca ponižen«.

Ošabnost, napuh je hudičeva lastnost, zaradi katere so nekoč strmoglavili nekateri angeli v brezdanjo temo in večno pogubo, ošabnost pa tudi človeka spelje na kriva pota. Ali mislite, da so naši bratje po krvi zato odšli v hosto, da bodo nekoč enaki med enakimi, da bodo delili pravico in resnico tako, da ne bo nobeden prikrajšan? Ne, ampak šli so zato, da bodo postali več kot so bili do sedaj, da bodo brez truda, brez dela, brez razmišljanja imeli v življenju tiste ugodnosti, kot jih imajo le nekateri poedinci. Šli so zato, da bodo gospodovali namesto tistih, ki sedaj gospodujejo. Po sposobnosti in pravem znanju pa ne bodo vprašali. Doživeti pa znajo resničnost pregovora, da »napuh hodi pred padcem«.

A glejte, prav največji bahači in naduteži so sposobni postati največji petolizci in prihuljenci, kadar gre za to, da si pridobe osebnih koristi. Tedaj so zmožni poniževati se tako, kakor se niti žival ne more ponižati. Takrat v vsem svojem dejanju pokažejo kako zares so »prazni«.

Prava ponižnost s takim poniževanjem nima ničesar opraviti, kajti tudi še tako ponižen človek se mora zavedati svojega človeškega dostojanstva, mora znati ohraniti svojo čast, mora znati braniti, svoj rod, svoj jezik, svoje običaje. Ponižnost in pravi ponos si tedaj podajata roki.

Ponos ni nikoli isto, kot prevzetnost. Prevzetnost in napuh se bahata z nečim, kar človek nima ali z nečim, česar si ni po svojih zaslugah pridobil, ponos pa le brani to, kar je človeku sveto, vero, čast, narod, jezik.

Koliko dobrega tedaj storite, starši, če v otroku že zgodaj privzgojite pravi ponos in resnično ponižnost. Otroci so del naroda, kakršni otroci, tak bodoč narod. Čeprav majhen, čeprav ponižen, vendar ponosen, kadar je trebal!



PERUTNINA



Kopunjenje

Pri vseh kurjih družinah se navadno zvali več petelinčkov kot kokoši. To nam nikakor ni dobrodošlo, ker od živih petelinov nimamo nobene koristi. Zato ni gospodarsko rediti vse peteline, saj nikdar ne dosežejo tiste teže kot kokoši.

Pogosto se sliši, da spada v vsako kokoško družino tudi petelin. To naziranje je napačno in zastarelo, saj tu in tam rede veliko kokoši brez petelina, ne da bi zato manj nesle. Še celo dokazano je, da je nesnost kokoši večja tam, kjer jih ne vzemirja prevroč petelin.

Petelin je le tam potreben, kjer se peča kokošjerejec z vzrejo piščancev za plemo. Zato ni koristno rediti peteline kar samo zaradi lepšega, posebno v današnjih časih, ko tako primanjkuje žitnega zrna. Petelin, ki ga krmiš največ z žitom, poje na leto 40 do 50 kg zrna. Marsikatera gospodinja se bo na ta drag način premislila rediti peteline in bo zato čimpreje odstranila vse odvišne živali. Na kmečkih dvoriščih je vse preveč petelinov v razmerju s kokošmi. Pri lahkih pasmah zadostuje 1 petelin za 20 do 25 kokoši, pri srednje težkih 1 petelin za 15 do 20 kokoši in pri težkih pasmah 1 petelin za 10 do 12 kokoši. Nesmiselno je torej imeti na kmečkih dvoriščih za večje število kokoši več petelinov, saj jemljemo jajca za nasad navadno le od odbranih kokoši, ki jih zgodaj spomladi ločimo in sestavimo v posebno plemensko rodbino v posebni kurnici v ograjenem velikem in z zelenjem poraslem tekalšču, kamor ne pride drug petelin.

Marsikatera gospodinja prav sedaj veliko brez škode odstrani vse odvišne peteline ter s tem prihrani dragoceno zrnje, ki ga lahko koristneje uporabi v druge svrhe.

Prav sedaj je čas, da vse mlade 10 do 12 tednov stare piščance pregledamo in petelinčke izločimo iz naše reje na ta način, da jih damo kopuniti. Kopunimo lahko tudi mlajše živali. Čim mlajše petelinčke kopunimo, tem boljše bo meso. To delo se nam zelo izplača, ker kopuni hitro rastejo, se hitro rede, postanejo težki do 5 kg in še več, dajo veliko ma-

ščobe, kar je posebno za današnje čase dobrodošlo. Od njih dobimo prav fino meso, ki se drago proda.

Rezanje petelinov je bilo v naših krajih že davno razširjeno. Skoraj v vsaki vasi se je našla kaka ženica, ki je kopunila pet do 6 mesecev stare peteline. To delo je opravila kar z roko. Tega pa danes ne delamo več, ker je to zastarel način, veliko več živali je pri tem načinu poginilo, kakor v novejšem času, ko se ta operacija vrši s posebnim orodjem. Ta nov način je pri nas zelo razširjen in ima mnogo prednosti. Nevarnost, da žival pogine, je mnogo manjša, ker ne delamo samo s čutilom, ampak zasledujemo operacijo tudi z očesom. Nadalje omogoča nov način, skopljenje zelo mladih živali, katere pridobe veliko večji značaj kopuna, kakor pozno rezana, ki imajo že razvit del moških lastnosti. Odrezanje grebena in podbradka ni potrebno, ker sta še čisto majhna in ne rastejo po operaciji. Kostni ostaneci zelo tenke in porastejo s finim mesom.

Za kopunjenje imamo posebno orodje. To delo se prav lahko nauči vsaka ženska ali moški. Dobro bi bilo, da se v vsaki vasi izvežba ena oseba v tem delu. Mnogim gospodinjam bi bila dolga pot v mesto s tem prihranjena. — Dobro je, da se prvi učni na zaklanem petelinčku, šele nato poskusi na živi živali. Treba je pri tem samo nekaj vaje — pa gre delo hitro in lahko izpod rok. Žival se položi na kako mizico. Čez perutnice in obe nogi se ji položi zanjka z obošeno utežjo pol kilograma. Kraj operacije med zadnjim in predzadnjim rebrom je pri mladih petelinčkih še neobrastel, pri starejših pa populimo perje. Na tem mestu prerežemo kožo, nakar najdemo pod njo mišico, katere ne prerežemo, temveč samo s prstom potisnemo v stran. Nato prerežemo tkivo med zadnjim in predzadnjim rebrom. S posebnim razširjevalcem povečamo nastalo odprtino, nakar zagledamo fino trebušno mreno, katero s posebnim kavljčkom ulovimo in pretrgamo. Sedaj zapazimo ob hrbtenici rumenkasti, drobni, podolgovati semenjak. Z odtrganjem primemo semenjak, zasučemo kakih desetkrat in nato prerežemo tkivo med semenjakom in hrbtno steno. S tem je

operacija izvršena na eni strani, nakar izvršimo isto na drugi strani.

Za dober uspeh te operacije je važno, da so čreva popolnoma prazna. Le tedaj lahko vidimo, kako delamo. Žival, katero hočemo kopuniti, zapremo za 36 do 48 ur pred operacijo v kletko in ji ne damo razen vode ničesar jesti, zadnjih 16 ur pa tudi vode piti ne. Po operaciji ni treba posebne pozornosti. Važno je to, da si takoj po operaciji žival ne prenatrpa lačnega želodca s težko prebavljivim zrnjem. Dobi naj samo malo namočenega kruha ali mehke krme. Živali se kmalu opomorejo in hodijo spet na pašo. Krmimo jih skupaj z doraščajočimi jarcicami. Tri tedne

pred uporabo jih zapremo v kletko za opitanje.

Kopuni se razvijajo drugače kot petelini. Ker jih ne ovira spolni nagon, rastejo mnogo hitreje in prekosijo v teži kmalu svoje vrstnike — petelinčke. Popolnoma dorastel in spitan kopun tehta 50% več kot petelin. Kosti so tenke, mesa je mnogo več. Truplo je podolgovato, glava majhna, brez grebena in podbradka, perje na vratu in sedlu je lepo in gladko. Zelo dolg in lep je tudi rep. Noge so nizke. Kopun je mirne narave, dostikrat se tudi da uporabiti mesto koklje-vodnice, včasih ga celo prisilijo k valenju.



Sadje in njegova hranilna vrednost

Gospodinja ima v rokah prehrano družine in je dobro, če ve, kaj vsebujejo razne jedi in koliko redilno vrednost imajo v sebi. Sadje samo na sebi ni redilno, pač pa zelo koristno človeškemu ustroju, ker pospešuje prebavo.

Poleg sladkorja in škroba so v sadju še kisline, ki mu dajejo svojevrstni okus, in sicer jabolčna kislina, vinska in citronova kislina. Razen tega imajo neke vrste sadja še kakšno aromatično olje, ki jim daje aromo, ali eterske spojine, ki vplivajo mamilno.

Redilna vrednost sadja ni bogve kako velika, saj vsebuje zelo veliko vode. Posušeno sadje je seveda redilnejše. Kisline, aromatično olje in eterske spojine so čiste, ki so vzrok, da je sadje osvežujoče, da pospešuje prebavo in delovanje živčevja. Krvi so v prid posebno sadne soli in vitamini. Higijenski pomen sadja je za vse vrste prilično enak.

Gobe

Zastrupljenje z gobami bi bilo mnogo bolj redek pojav, če bi nabirali gob bolj poznali posamezne vrste, posebno pa strupene gobe. Tako poznanje ni bogve kako težko, ker je število strupenih gob razmera majhno. Važno je, da se zavedamo, da ni prav nobenih splošnih znakov, po katerih bi lahko spoznali strupene gobe. Ni jih mogoče razločiti od pravih niti po duhu, niti po okusu, niti po tem, če jih polži več ali manj razjedajo. Kdor bi se ravnal po navodilu, da so užitne vse gobe, ki imajo prijeten okus, bi bil v zelo veliki nevarnosti, da se zastrupi, kajti vse gobe imajo bolj ali manj prijeten okus. Najbolj grenke in trp-

ke gobe niso strupene, ampak samo neužitne. Vsaka goba pa postane strupena, to je zdravju škodljiva, če je prestara ali če je že začela razpadati.

Podajamo nekaj praktičnih navodil za gospodinje:

1. Zbiraj, kupuj in jej samo take gobe, ki jih dobro poznaš. V začetku se omejuj le na manjše število vrst.

2. Uporabljalj samo sveže nepokvarjene gobe, ki jih ni razjedel mrčes in ki niso postale vodene zaradi nalivov.

3. Ne puščaj že pripravljenih gob za pozneje, še manj pa za drugi dan, ker se zelo hitro pokvarijo.

4. Nobenega preprostega sredstva ni za razločevanje užitnih in neužitnih gob. Edino zanesljivo sredstvo je poznanje.

5. Ljudje, ki so slabotnega želodca, naj ne jedo trdih gob, tudi če so užitne, ker so take gobe zelo težko prebavljive.

6. Hranilna vrednost gob je enaka najboljшему sočivju. Lahko jih je pripravljati in če jih človek sam nabira, predstavljajo zelo ceneno hrano.

7. Vsako gobo, ki je ne poznaš, smatraj kot strupeno in se je izogibaj.

8. Pri nabiranju gob pazi, da jih ne boš trgjal, ampak jih lepo odreži. Dele, ki niso uporabni, pušči na mestu.

Sol v gospodinjstvu

Izkušena in iznajdljiva gospodinja si zna v vsakem položaju pomagati. Ne zadovolji se samo s tem, kar že ve in zna, ampak se neprestano zanima, da izve za kakšen nov nasvet bodisi za kuhinjo ali pa za gospodinjstvo v splošnem. Skrbno spravlja razne navete, ki jih najde v časopisih ali revijah in jih zna o pravem času porabiti. Nikakor

ne mieli samo za trenutne potrebe, ampak tudi za bodoče.

Res so časi zdaj težki in se mora človek v vsem kolikor mogoče omejit, a razumna in varčna gospodinja zna vse tako urediti, da družina kljub vsemu ne čuti pomanjkanja.

Tudi s soljo je zdaj treba zelo štediti. Prav za prav smo šele zdaj prav spoznali njeno vrednost, ko je nimamo več prosto na razpolago. Brez dvoma bo vsaka gospodinja vesela, če dobi nekaj nasvetov, v koliko različnih svrh nam sol lahko služi.

Nobena jed ni dobra brez soli; vendar pa ni priporočljivo uživati preslane jedi. Tudi tukaj je treba, kakor povsod, pametne mere.

A ne le pri kuhi, še v nešteto drugih primerih nam sol lahko mnogo koristi.

Sneg iz beljakov naredimo mnogo hitreje, če mu dodamo nekoliko zrn soli. Tudi bolj trd postane.

Ce denemo nekaj zrn soli v pekačo, mast ne brizga na vse strani.

Tudi v zdravstvene namene lahko uporabljamo sol, na primer za grgranje. Če imamo nahod, denimo nekoliko soli v mlačno vodo in to potegnimo skozi nos. Sol je tudi dobro sredstvo zoper pik čebel in drugih žuželk.

Še ob nešteto drugih prilikah nam sol lahko koristi. Če potresemo ugašajoče oglje s soljo, se zopet razvname. Madeže od črnla odstranimo s soljo in citroninim sokom. Salmijak zmešan s soljo odstranjuje raznovrstne madeže, kis zmešan s soljo je dobro sredstvo za čiščenje medenih stvari. Temno blago peremo v slani vodi. Perilo pozimi ne zmrzne, če denemo v vodo pri izpiranju nekaj soli. Svilen ali časopisni papir namočen v slani vodi je zelo primeren za čiščenje posoda.

Prevelika občutljivost

Vsakdo izmed nas pozna večje ali manjše število ljudi, ki so podvrženi posebni vrsti nahoda, ki jih ne napade pozimi, ampak poleti, kateremu ni vzrok prehlad, ampak cvetni prah travniških cvetlic. Ti ljudje se bojijo iti na prosto, skrbno se zapirajo v sobe in težko čakajo da travniki odcvetejo in mine zanje nevarnost.

Cvetni prah, ki je v zraku, prodre v dihalne organe in povzroči pri teh, na poseben način občutljivih ljudeh, nahod. Zakaj so ti ljudje tako občutljivi in zakaj jim je nedolžni cvetni prah strup, tega znanost do danes še ni odkrila. Zdi se, da imajo ženci pri tem veliko vlogo. Zdravilstvo je proti tej bolezni precej brez moči, čeprav je bilo že doseženih nekaj uspehov z vbrižgavanjem izvlečka cvetnega prahu. Ta nahod pa je samo ena od mnogih bolezni, ki jih povzročijo prevelika občutljivost.

Neki moški je jedel za večerjo redkvice. Brez dvoma je vsakdo prepričan, da taka večerja nikomur ne more škodovati. Ta mož pa je kmalu po večerji začutil močne krče v želodcu; toda nikakor si ni mogel misliti, da so vzrok temu redkvice. Ko pa je drugič spet jedel redkev in dobil enake napade, je pač uvidel, da mora le-ta biti vzrok. Zdaj je spoznal vzrok bolezni in od tedaj naprej se je tega sadeža izogibal. Toda strah pred redkvijo je postal v njem tako močan, da mu je postalo slabo in je dobil izpuščaje po celem telesu, če je le slišal imenovati redkve. Šel je k zdravniku, ki mu je vbrižgaval izvleček redkve, a zaman. Po skrbni preiskavi je bilo ugotovljeno, da možakar ni jedel navadne redkve, ampak posebno vrsto. Dobil je vbrižge izvlečka te redkve in je bil potem vsaj toliko na boljšem, da mu vsaj govorjenje o redkvicah ni več škodovalo.

Ta nenavadni in morda edinstveni primer pa je le dokaz za neštete druge bolj navadne primere obolenja zaradi prevelike občutljivosti. Moderno zdravilstvo je ugotovilo, da ni nobene snovi, pa naj bo še tako nedolžna, ki ne bi bila škodljiva za take, preveč občutljive ljudi. Nekateri dobijo močan nahod, če uživajo zeleno. Drugi ne smejo jesti rdečih jagod, ker takoj dobijo močne izpuščaje. Celo riž, jajca in špinača škodujejo nekaterim otrokom.

Zdravniki so se v zadnjih letih začeli vedno bolj živo zanimati za te pojave, ker so dognali, da so mnogo bolj pogosti, kot bi si človek sploh mogel predstavljati. Pojavljajo se obolenja, ki se v začetku zdijo neozdravljiva, dokler zdravnik ne ugotovi, kakšna nedolžna tvarina vpliva na tistega človeka kot strup. V nekem zdravniškem listu je bilo pred nedavnim poročilo o nekem mesarju, ki je trpel zaradi izpuščajev, ki jih nikakor ni bilo mogoče ozdraviti. Po dolgem prizadevanju se je zdravnikom posrečilo ugotoviti, da je vzrok bolezni bil lojavec, ki ga je uporabljal za masiranje. Namesto tega je začel uporabljati druga sredstva — in ozdravel je.

Zaradi neštetihi možnosti je zelo važno, da se ugotovi, proti kateri tvarini je bolnik preveč občutljiv. Posebno važno je to za hranila, ker morejo tudi najbolj nedolžna biti strup. V zadnjih letih so zdravniki uvedli prav poseben postopek. Uporabljajo izvlečke najrazličnejših tvarin, ki jih denejo na kožo bolniku. Če je bolnik občutljiv do ene od teh tvarin, nastane na tistem mestu, kjer je ta izvleček prišel v dotik s kožo, rdeč madež. Tako je mogoče z lahkoto odkriti strup. Seveda se mora bolnik v bodoče izogibati tistega hranila.