

Szülők, Nevelők és Tanítók könyvtára.

I. KÖTET.

1. FÜZET.

A gyermek szünidei üdülése.

Útmutató a szülők, nevelők és tanítók részére, miként
kelljen a nyarat gyermekeik egészsége érdekében minél
jobban kihasználni.

Írta és szerkeszti:

BUDINSZKY KÁROLY.

Kiadó és tulajdonos: BUDINSZKY KÁROLY, X. ker., Szabóky-utca 18.
Tisztviselő-telep.

Nagyméltóságú

id. Teleki Géza gr.

valóságos belső titkos tanácsos Úrnak

mint a Budapesti Szüneti Gyermektelep nagybuzgalmi

Elnökének

s a gyermek-világ lelkes Barátjának

hódoló tisztelettel ajánlja

A szerző

ELŐSZÓ.

Visszautasíthatlanul kopogtat családjaink ajtain az a kedves kötelesség, hogy mi szülők magunk is értsünk a neveléshez és magunk is, és pedig legtöbbet tegyünk, hassunk gyermekeink nevelése, tanítása és kiválóképen egészségük fenntartása érdekében.

Az ezen első füzettel meginduló irodalmi vállalat ezen szolgálatába szegődik a hazai nevelés ügynek, törekedvén a legegyszerűbb utakat és módokat bemutatni, melyeken és a melyekkel minden szüle könnyen vezetheti édes magzatjait; s míg egyrészt támogatja az iskolát a maga feladataiban, másrészt észrevétlenül beleviszi a gyermeket a testi és lelki munkásság mértékletes folytonosságába, a melyből majdan a nevelés legmagasabb eredménye nő ki: *az önművelődés s az anyagi- és szellemi öntevékenység!*

A mai iskoláztatásnak két nagy végzetes következménye van! Az egyik az, hogy a kiben megvan az elvont tanulás kedve és tehetsége, az azután teljesen erre adja magát s nem lévén más irányban készíttetve, a testi tevékenységet elhanyagolja. Később az ehhez való impulzusokat és képességeket is elveszíti — s lesz egy részvétteljes gyakorlatiatlan tagja a társadalomnak, — de még ezen felül testi épségei is kárt szenvednek. — A másik része megcsömörlik a tanulástól, — de tanrendszerünkben nem lévén

az anyagi foglalkozásnak elemei felvéve: dologtalan, munkakerülő emberré leszen! Pedig az ember testből és lélekből áll, s a testből még inkább, mint lélekből! Az emberiség értelmi kezdeteit megelőzte a testi munkásság, e közben ébredtek az összes értelmi előhaladásának csírái. *Szabad-e tehát ezen alapkezdeteit az emberi haladásnak elhanyagolni, szabad-e egyáltalában más utakon azt keresni, mint a melyeken az ezekhez jutott?* Ép úgy kell a testet is jótékony munkásságai elfoglalni, mint ahogy a lelket az e közben ébredt értelmi elemekkel táplálni!

Az célja ezen vállalatnak. De különösen célja ezen első füzetének az, hogy gyermekeink egészségügye észszerű gondozásban részesíttessék s a nyári szünidő jól használtassák fel rájuk nézve.

Ajánlatul mást nem írhatok homlokára, minthogy magamnak, — saját édes gyermekem számára írtam! Kidolgoztam a tervet, a melyen az ő nevelésükben haladni akarok, s mint tanfőú legnagyobb büszkeségemet abban helyezem, hogy lehetőleg erős, egészséges — de okos, s ennek ösvényein haladó művelt embereket neveljek belőlük! A tanítóembernek legjobb iskolája a saját családja, mert bizonynyal itt fogja legnemesebb érzelmeit munkáltatni, itt fogja a legkitűnőbb módokat alkalmazni! S midőn én ezen rendszeremnek közvetlen közelből saját gyermekeimen látom nagyszerű hatásait: szívesen teszem azt közkinccsésé, örömmel közlöm azt minden törekvő szülővel, nevelővel és kartárssal.

A választék benne elég nagy, s a szüle maga, vagy a felkért szakember a legváltozatosabb módokat keresheti ki belőle s használhatja fel azokat, a melyek

a legalkalmasabbak a helyi viszonyok szerint s leginkább megfelelnek a gyermek vágyainak. Utasításul annyit jegyzek meg itt, hogy lehetőleg változatos legyen ezen válogatás, azaz lehetőleg az itt felsorolt foglalkozások összes ágaiból, de csak akkor véve elő mást, ha az előbbi be van már fejezve. Azért is csak olyat választunk ki, *a mit egy délelőtt vagy egy nap alatt bevégezhetünk*, mert különben unottá lesz a dolog. Szóval minden nap teremtsen számunkra örömeket, ezeket pedig csakis a bevégzett munka felett érezzük, akkor ül diadalt a mi alkotási képességünk. Hogy e tekintetben a szülők könnyebben eligazodhassanak, ki is dolgoztam egy napirend-tervezetet, mely a füzetben közölve is van.

A mi e foglalkozások kiválasztásában a gyermeki kort illeti, úgy itt 6 éves kortól egész 15 éves korig találunk alkalmas munkákat és becses szórakozásokat. Sőt a 6 éven alóli gyermekek számára is választhatunk a homokkal, agyaggal és 'apróbb szerzőmokkal való *játékok* közül

A jelen füzetben nem adhattam többet csak általános szempontokat s a *foglalkozások nemeinek felsorolását*, mert különben bő lett volna — s a terjengősség ijeszt. De ha művecském kedvező fogadtatásban részesül, akkor ezen füzetnek külön is folytatása leszen, s az egyes foglalkozási ágakat részletesen is ki fogom dolgozni. S mielőtt a jövő tanév vége bekövetkezik, a tisztelt érdeklődők egy kidolgozott vezérkönyv birtokában lehetnek. Addig is az érdemes szülők, nevelő és tanító urak maguk leleményességével pótolják azt, a munkájuk így ugyan nem lesz könnyű, de mégis tetemesen megkönnyítve az által, hogy a gondolat és irány meg van adva.

Műforrásokul addig is ajánlom: a „Találmányok Könyvét“, valamint a német „Das Buch der Erfindungen“. Van ezenkívül még nagyon sok forrás, de azokat e célra alaposan át és át kell dolgozni, az alkalmas anyagot kiválogatni s ha az sikerül, akkor oly becses gyűjteménye lesz ez a gyermeki foglalkozásoknak, hogy az mindenkit meg fog lepni és meghódítani, így pld. magam most a legkülönbözőbb emberi primitív, ház körüli és külső-használati készítményeket gyűjtöm és rajzoló, a melyek azután kitűnő mintáivá lesznek még az elemi rajzoktatásnak is. De ott vannak még az ősi régi népek s a ma élő vadnépek kézi ügyességeinek készítményei feletti tanulmányok, a melyek mind gazdag tárházai ezen foglalkozásoknak.

Nem fogja kikerülni a jövőben figyelmemet az sem, hogy leírásaimat egyes vidékekhez, a melyek ezen általam ajánlott nyaralásokra legajánlatosabbak, kössem, ismertetve az ott kínálkozó összes élvezeteket. Nemkülönb. szolgálni fogok, első sorban megbízható, *tanító-családok* ajánlásával, kik valamely szép s a természeti előnyökkel bíró helyen lakván, elfogadnak gyermekeket nyaralásra s nyári foglalkoztatásra: üdülésre!

Midőn füzetkémet, mely úttörő a maga nemében s a nevelési irodalomnak egy egészen új irányát nyitja meg, a nagyérdemű közönség szives jóindulatába s pártfogásába ajánlom, maradok hazafiúi üdvözzel

Budapesten 1895. évi június havában.

A szerző.

I. ÁLTALÁNOS RÉSZ

A hogyan a gyermekek ma élnek.

Gyermekeink a szabad életre vannak teremtve — mégis igen sokat a szobákban tartjuk őket! Téves hitben vagyunk a lakások rendeltetése felől: mert azt hisszük, hogy az a magasabb civilizáció követelménye — s ezért is fordítunk annyi gondot épületeinkre, szobáink berendezésére. Műértékűekké tesszük azokat — a melyekben azután a fantázia emelkedettebb életét éljük s a melyekben azután oly édes a tartózkodás, hogy el sem tudjuk hagyni. A görögök, kik a test es lélek összhangzatos képzésében is oly raagas tökélyre vitték, a szobákban nem fejtettek ki kultuszt, mert ők a szabadban szerettek élni és tartózkodni!

A hajlék célja az, miszerint benne védelmet nyerjünk, de védelmet az időjárás *túlerős* hatásai és veszedelmei elleneben. Ma azonban annyira vittük, hogy a legkisebb tavaszi szellőcske, a szitáló őszi permetezés elől szobáinkba menekülünk s gyermekeinket még buzgóbban parancsoljuk be, ha ugyan máskor egyáltalában kint vannak s oly szerencsések, hogy őket a szabadból beszélíthatjuk! Lehetne mondani ma: *az ember oly élőlény, a mely házában éli le életét; a gyermek pedig oly melegágyi növény, mely a szobák üvegablakai alatt érik,*

A mint megszületnek, attól a percztől fogva féltjük őket és pedig legelőször is a *meghűléstől* — s ezért jól, sőt nagyon is betakartan szobákban tartjuk, különösen, ha tavaszszal, ősszel vagy télen születtek. Rendesen az ez időben született gyermekek igen gyengélkedők, tele vannak katarrusokkal — s az élet további folyamán is meglátszik

rajtuk, hogy téli hajtások. Pedig ennek nem kellene így lennie: több belátással és bátorsággal könnyen el lehetne háritani ezen gyöngeségeket. Határozottan mondhatom, a? emberi szenvedések nagyobb része akkor kezdődik, a mikor a gyermek megszületik. Ha akkor a szülőben, a szülésznőben, az orvosban bölcsebb felfogás uralkodnék az edzést illetőleg: a gyermekek halálozása, a ragályos betegségek fellépése és pusztítása a minimumra szállna alá.

De sajnos, nem így áll a doio! A szülők ama téves következtetésekre jutnak, hogy gyermekeik addig, a mig a jó meleg szobákban vannak és jól melegen öltözködnek, nem hűlnek meg. De mihelyest kiviszik őket, vagy könnyebben öltöztetik, azonnal meghűlnek. Mi következik ebből? Az, hogy lehetőleg nem viszik ki s mivel még a szoba légmérséklete is változó, tehát nagyon meleg ruhát adnak rájuk még a szobában is! Nappal is, éjjel is! Csak a verőfényes napok csalogatnak ki minket velük — óh de egy ilyen merész lépésnek drága az ára; gyermekeink prüszkölve térnek vissza! Persze, hogy ezután megint nem megyünk ki velük, a mig a nátha, köhögés el nem múlik s annál óvatosabban! Nyár derekán vagyunk, a mikor meg azért hűlnek meg, mert a külső melegről a szobákba hozzuk őket, a melyeknek kellemes hűvössége az ő elpuhult s a hőmérséklet változásaihoz alkalmazkodni nem tudó bőrrüket azonnal megtámadja, azaz meghűlnek! Ez történik akkor is, habár július, augusztus egy.gyönyörű napján kísétálván, a felöltőt elfelejtjük elhozni, a mikor bizonyosan az estefelé alig észrevehetőleg alászálló hőmérsék hűlést hoz elkényeztetett gyermekeinkre.

Ilyen körülmények közt nyihánvaló, hogy a gyermek alig élvezheti a szabad természet napsugarait, azok éltető, erőt adó melegségét és világosságát, nem a tiszta levegőt s annak forró testünket csillapító, elvezető hatását. Már pedig a gyermek hasonlít oly növényhez, mely ha napos is, világos is kis kertje, még sem tud fejlődni, mert kertjének zárt határai közt megszorul a levegő s ő elsenyved, elszárad! Az ember, a gyermek a szabadság növénye, mely csak

szabad természetben, szabad mozgásban tud fejlődni. És itt ki kell jelentenem, hogy minden élő lényre nézve, a szoba nem ér fel az udvarral, az udvar nem a kerttel, a kert nem a mezővel, a mező nem az erdővel s mindezek egyenként csak gyenge kárpótlói a természet változatos egészének! Ép úgy a séta sem pótolja az erőteljes járás-kelest, a járás-keles nem a tornázást s a tornázás a többiekkel nem becsülhető hatásaiban oly nagyra, mint a szabadban történő, okos mérséklettel folytatott játék, vagy testi-munka!

Nos amióta az általános iskola-kötelezettség, ez az eszményi intézmény ki van mondva és mégis valósítva, azóta került csak gyermekeink egészségügye igazán dülőre! Jele az annak, hogy rosszul van megválasztva és kivivé. Látni ezt különösen a városi-iskolák tanulóin. Álljunk meg ilyen iskolák előtt, mikor a gyermekek hazatérőben vannak, és látni fogjuk azt a sok sápadt, vézna gyermeket; fel fog tűnni már egyiknek másiknak szemén a szemüveg is, mit ne csak a szem gyengeségének tekintsünk csupán, hanem a test általános elgyengülésének, melyíyel a szem látóképességének a hanyatlása is jár. Ez ugyanis jele annak, hogy a vér a bőrből, a végtagokból s a test legfinomabb végkifejlődéséből, vagyis az érzékszervekből vissza húzódik, okozván azok vérhiányát és hiányos táplálkozását, tehát gyengeségüket.

A falusi gyermekek nem érzik meg annyira a mai iskoláztatás rossz hatásait, mert ők sokat vannak a helyi viszonyok szerint szántóföldeken, szőlőkben, erdőkben stb. A tanulásban sem erőltetik meg igen magukat, csak annyit tanulnak, a mennyi éppen az iskolában reájuk ragad. Ez ugyan nem helyes, de intő példa arra, hogy annál kitünőbb módszerrel, racionális tananyag-beosztással, több gyakorlati tartalommal és való szemléltetéssel kell az iskolának dolgoznia. És ezen utakat, módokat jól megválasztván, ezek a városi iskolában is alkalmazandók lesznek, melyek segítségével itt is kevesebb időt kell majd fordítani az iskolában való tartózkodásra s jut idő a szabad természet él-

vezésére a tanító vezető keze alatt, Mert újra mondom: a gyermek a szabadságra teremtett lény, nem fél az semmi időjárástól: hidegtől, melegtől, csak *kimehessen!* Ennek kedvéért, ennek élvezetéért a kora felkelést, ezt a fenséges fentartóját az egészségnek is megszokja, megszereti! Pedig csak a szabadban, csak a természet ölen fejtheti ki a gyermek összes erőit.

De milyen a városiak iskoláztatása! A szülők szorgalmasan járatják gyermekeiket iskolába, leginkább buzgólkodván ebben az intelligencia, a kereskedők és az iparosok. Délelőtt 2—3—4, d. u. 2—3 óra hosszat töltenek ott merő együltükben. Ezen több órai ülés után haza szélednek, de ott megint az asztalhoz ülnek, hogy délutáni leczkéikre elkészüljenek. Ezt így folytatva nap nap után, egy negyedév múlva már meglátszik ennek rász hatása: a gyermekek határozottan rosszabb színben vannak, mint a tanév kezdetén. A hatás, ha a napokat, heteket vesszük, alig észrevehető, de hónapok múlva meglátszik és egész szervezetben kedvezőtlen változások nyomait fedezheti fel a gondos vizsgálat. Ugyanis a mozgásra teremtett szervek tétlenségre vannak kárhozthatva, s az ülés alatt az altestben és térdekben megtört test a vérkeringést is akadályozza rendes folyásában, úgy hogy ezen okok következtében a vérkeringésben zavarok állanak elő: egyes helyeken felgyülemlik a vér, más helyeken vértelenebb a test és szervezet; ennek következtében amott is, emitt is bekövetkezik a test tökéletlen táplálása s ez egyik oka gyermekeink rász tápláltságának, erőtlenségének, véznaságának. De oka az még sok egyébnek, így az idegességnek is! A gyermekek ilyen lohasztott vérkeringéssel s leszállított anyacseiébeli képességgel, de vérbőséggel az agyban és tüdőben leülnek az ebédhez. Izgatottságuk az ebéd idejére is kiterjed, a gyermekek csak úgy tömik magukba az ételt sietségükben — s a gyomor csak úgy dagadozik a rosszul meg-rágott falatoktól. És ilyen telt gyomorral a gyermek ismét az iskolába siet. Az ottani szellemi elfoglaltsága az emésztést csak annális inkább zavarja, s a zsugorodott ülés,

mozgás hiány csak még jobban hátráltatja a gyomor kellő idejű emésztési munkáját: úgy hogy az ételek tovább maradván a gyomorban, először is puffadság támad, a tápanyagok sem lesznek kellőképpen feldolgozva, mi gyakran ismétlődően, vagy állandóan előfordulván, — lassan, gyomorbaj, gyomortágulás is fejlődik belőle. De elég a bajból maga a felfúvódás, a mely a légnemű testek expansiv erejével nyomja a hasúr véredényeit, minek következtében az egyenletes vérkeringés megzavartatik s egyes helyeken vérhiány, más helyeken vérpangás áll elő, melynek nyilvánulása a vértolulás az agyfelé, mit a gyermekek gyakori orrvérzése, szédülése is bizonyít!

Ez a lassú, de biztosan bekövetkező eredménye a délutáni iskolában való ülésnek — *s ez legfőbb oka, a mi gyengülő gyermek kontingensünknek.* Persze mi az okát a civilizációban és a szegényes táplálkozásban keressük, pedig a legszegényebb s legsoványabb ebéd is vérré válik, csak dolgozzék az emésztés-vegykonyhája úgy, a hogy kell! Mert végre is az összes életműködések között a táplálkozás a leglényegesebb, ebből épül szervezetünk anyagi része, ez által tartatnak fenn a többi szervek is, s azok működési- és élet-képessége. S ha ez nem tudja az ételeket úgy feldolgozni, hogy azok szervezetünk által áthasoníthatókká lehessenek, akkor be kell következnie a testi sorvadásnak, elerőtlenedésnek. Az egészség annál az embernél és gyermeknél a legerősebb, a legellenállóbb, a kinek minden testrésze jól van táplálva, s így erőteljességében megtartva. Persze maga a vér életrevalósága is egyrészt a gyomor és belek készítette tápnedvektől függ, hisz a vörsejtek ebből táplálkoznak, s könnyen érthető tehát, hogy a rossz gyomorműködés a vért is regenerálja, regenerálja még hozzá a kevés testi munka, s ennek következtében beálló pangása s lassú élenyülése. Az ilyen vérben persze hogy megélnek a bacillusok, spórák, a melyek mindenütt reánk leselkednek: a tejben, húsban, a vízben, levegőben stb. Bátran elfogadhatjuk azon nézetet: *hogy a betegségek, a rossz táplálkozási folyamatok következtében el-*

gyengült életszerveink megtámadottság ai, a minket körülvevő közegekben élő, leginkább erjedési és rothadási folyamatok terményeiből keletkező górcsövi életszervezeteknek, a melyek élni akarván, úgy mint a többi teremtmények, keresik a maguk életéhez alkalmas életfeltételeket, leginkább más állatok meleg vérében és azok szöveteiben, de csak elgyengült, élet-erélyükét vesztett sejtekben vernek gyökeret. A vér ezen elgyengült állapotában olyan, mint a must, melyet egy morzsa kenyér képes eczetté változtatni, de az erőteljes bort már egy morzsa nem képes elrontani. Látjuk, hogy a halál után a légbeli baktériumok a testet bomlásnak indítják. Ugyanezek leselkednek az élőember körül is és keresnek mindegyikünkben életfeltételeket, néha találnak is alkalmas talajt és megkezdik a harcot az élet ellen: ezek a betegségek legtöbbjei. Igenis megindítanak olyan helyeken, a melyekben rősz a vérfelújító keringés, a melyekben vérszegénység vagy vérbőség (vérpangás) van, bomlási és erjedési folyamatokat idézván elő. És ez mind 2 főokra vezethető vissza:

1. A kevés és csekély testmozgásra és
2. A rősz táplálkozásra.

Ha tovább nézzük a gyermekek életét, látjuk, hogy a délutáni tanítás után a lezcke-tanuláshoz fognak, aztán némelyek még zenét, nyelveket tanulnak, úgy hogy öreg este van már, a mikor dolgaikat befejezik. És így megyen ez nap-nap után, így még a szabad napokon — és így a nagy szünidőben is. Ki merem mondani, hogy e tekintetben sokkal jobban vannak a köznép gyermekei, mert bár nélkülözik az erkölcsileg oly annyira szükséges szülői felügyeletet, de sokkal szabadabb életet élnek. Az intelligens szülő azonban, ki mindenek fölé helyezi az erkölcsi irányítást, a *finomositó nevelést*, az mindég felügyelet alatt s miután az úgy könnyebb, szobákban tartja gyermekeit, mert úgy találja, hogy az udvaron bepiszkolódnak, a kertben rontanak, a szabadban elvaduinuk: s azért mindég szeme előtt tartja, hogy minden mozdulataikat figyelemmel kísérhesse, — és főleg, hogy a gyermek sokat, sokat ta-

nulhasson. Mert hisz ma az a nézet, hogy minél többet kell tanulni: és hogy minél többet tanulhasson, annál korábban kell azt kezdenie s folytonosan elfoglalva lennie, mert csak így lesz győztes a létért való küzdelemben, a mely ma a szellemi térre van átvive. Ma a szellemi téren akarják egymást túlszárnyalni az emberek; sok olvasottsággal, irodalmi munkássággal és nyelvekkel stb. Ezen képességek pedig sok és szakadatlan tanulással szerezhetők meg, a mi pedig az értelem egyoldalú igénybevétele, mely akkor működik legjobban, ha elzárkózunk minden mozgalomtól s csendes magányunkba vonulunk.

Ám az emberi test mozgásra és munkára van teremtvé, mutatja ezt az az erőteljes csontozat és izomzat, mutatja az, hogy a kéz is felszabadult a test teherhordása alól, mutatja a kéznek remek tagozódása s a hüvelykujj mozgékony-sága. Igaz, hogy a szellemi életre is kiválólag van hivatva az ember a kitűnően organizálódott idegrendszer által. Igen, mindkettőre van meglehetősen egyenlően rendelve, s a testi érvényesülésre mégis jobban, a meny nyiben, ha testét elhanyagolja, a lelkierő is hanyatlani fog. Az a kis mozgás azonban, a mit a gyermek naponta tesz, iskolába menet és hazajövet, egy kis séta, kevés szórakozás játékaival a szobában, udvaron, sőt a 2 óra torna is hetenként nem elég, hogy általuk a *vér állandó forgalomban tartassák az izomzatban és az egész testben*, pedig csak így felelnek meg ezek rendeltetésüknek és így maradnak meg ezek erejük birtokában. E nélkül pedig hanyatlanak s velük az egész ember!

Természetellenes a mi gyermekeink élete! De az így nem is maradhat, mert ezzel veszélyeztetjük azt, a mi nekünk legdrágább: utódainkat s bennök a nemzetet, a haza jövőjét! Azért szántam el magam arra, hogy ezen füzetkében kifejtsem nézeteimet, mily eljárással gondolom én e bajok terjedésének útját vágni, hogyan ellensúlyozni az iskola okozta egészségbeli visszafejlődést.

A hogyan a gyermekeknek élniök kellene!

Bármily hatalmas is legyen az egyesülés bizonyos célokra, mégis csak úgy érhető el minden téreo megnyugtató eredmény, ha kiki a saját kis hatás- és érdekkörében megteszi a kötelességét! Csak ha mind en szüle egymagában is elkövet minden lehető, hogy gyermekeinek a szünidő valódi hasznára válják: akkor lesz egészségesebb a mi gyermekvilágunk.

Vessünk azonban még egy pillantást arra, hogy ma mikép töltik el gyermekeink a szünidőt. Nem sok biztatót fogunk látni. A tíz hónap alatt elcsigázott gyermek alig egy néhány napi teljes szabadság után újra be lesz fogva a tanulás igájába s így ezt az időt nem fordítja eléggé testi épülésére, a mely pedig kiválólag erre van szánva! S mi lesz ennek következménye? Az, hogy a szorgalmi idő természetellenes életmódjától sínlő és alapjaiban *érintett* egészség, a maga veszteségeit nem tudja ilyen körülmények közt helyreépíteni s a tanév végével a legtöbbjénél úgyis egészség-veszteséggel zárult iskolai év alig nyervén valamit is a szünidő alatti veszteségyeresség-számla egyensúlyozására: máris beköszön az új tanév, a mely a kevés, de mégis nyert előnyöket csakhamar elemészti s azontúl ismét a veszteség-számla javára dolgozik, úgy, hogy a második év végével a veszteség még nagyobb. És ez így megyén év-é? után, így különösen a városi gyermekeknél s így leginkább az anyagi javakkal nem igen rendelkezőknél.

Azért a szünidő igen fontos — és a szülő, ha már a mai iskola-rendszer ellen nem is védheti gyermekeit, de legalább minden lehetőt tegyen meg arra nézve, hogy a

szünidő gyermekeit teljesen restaurálja és testileg-lelkileg ismét képessé tegye a tanév 10 hónapja gyötrelmeinek elviselésére. Két hónap ugyan nem üti teljesen helyre tíz hónapnak mulasztásait, hibáit és fogyatkozásait; mégis legalább annyit eredményez, hogy egy-egy évről fennmaradt veszteség-tételek valamivel csekélyebbek! És még kedvezőbb lesz az eredmény, ha a gondos szüle a tanév közben is a kínálkozó alkalmakat megragadva, az itt alább kifejtett módokon gyermekeit erősíti s a vér- és ideg-rontó foglalkozás hatásait igyekszik enyhíteni ellensúlyozni, azok rósz hatásait eloszlatni. Nagy munka mindenesetre, de megérdemli a nemes cél: gyermekeink egészsége! Aztán minden szüle, a ki csak teheti és a hacsak érvényesítheti szavát, hasson oda, hogy a mai iskola-rendszer egy *természetesebbnek* adjon helyet! Úgy, hogy csak délelőtt legyen szellemi foglalkozás... délután pedig kirándulás, játék, tornázás, fürdés, úszás, korcsolyázás; *kertészkedés* — és kisebb-szerű, de csakis egészséges, nem ülő helyzetben folyó s görnyedt testtartással, hanem csak testmozgással járó kézi-foglalkozás.

Legjobb volna gyermekeinkkel a nyári 2 hónap alatt egy szép, kies vidékre elvonulni és ott a természet adta módokon élni le napjainkat, míg a kötelesség ismét nem szólít. Egy kis robinsoniádot végig élni és *végig cselekedni!* A ki ezt végig cselekszi, de nem végig fantáziálja csupán, az nem fogja magát kalandokra adni, elég lesz belőle a tapasztalat!

De miután ez nehezebben valósítható meg, legközelebb állana ehhez, egy kis faluban letelepedni, minden évben másutt a onnan köröskörül *kirándulásokat* tenni és az élvezés s egyáltalában az életmódot illetőleg egy egyszerű földműves családnál rendezkedni be, teljesen az ő ellátásukra bízni magunkat, úgy a hogyan ők élnek! Ebben sok erősítő van — és így a mi asszonykáink, feleségecskéink felszabadulnának a főzés nyári kínjaitól, — no meg igen olcsón is lehetne kijönni, mert az egyes vidékeken még található ősi becsületességű gazdasszonyaink

mégsem oly kabzsiak, drágák, mint a vendéglősök. — Sőt egy kicsiny, jelentéktelenebb, de szép faluban, a földműves barátunk örül, ha terményeiért egy kis pénzt lát, azokat értékesítheti, a nélkül, hogy el kellene azt neki messze piacra vinnie. Ezen kirándulásokat azonban mégsem becsülöm túl, mert a mi iskola-rendszerünk úgysis sok elvonttal, sőt majdnem kizárólag ezekkel tartja növendékeit, mellette tétlen ülésre kárhóztatva őket: hol ábrándos, hol érzelgős, hol pedig okoskodó, de mindég szóbeli, úgy hogy olvasni, írni, még gondolkozni is valahogy tudnak, *de tenni, magukat tette elhatározni, alkotni, dolgozni, az életbe bele markolni, azt nem tudják! Lesznek töprengő, ingadozó jellemeik, de a gyakorlati életre nem bírnak hivatottsággal.* Azért bármily szépék; tanulságosát és egészségesek is a kirándulások, mégsem szeretném gyermekeim lelkét kizárólag csak eszményi rajongásoknak és nézelődéseknek átadni.

Ebből folyólag én a gyermekek nyári üdülésére oly elemeket is kívánok felvenni, a megyék egyrészt erősítők, gyakorlatiak és ezen erős vonások mellett eszményesíthetők is! De kiválólag helyreállítják az egyensúlyt a jelenleg egyoldalúlag és túlságosan igénybe vett, izgatott lelkiélet — és az erőteljes nyilváníásokra termett, mégis e tekintetben elhanyagolt nagyszerű testgépezet között. *És ez a munka! Tehát adjunk alkalmat gyermekeinknek, hogy dolgozhassanak itt is, ott is kedvük, hajlamaik, vágyaik szerint, de minden megerőltetés nélkül, tisztán az ő kedvükre bízva azt, mi legfeljebb csak irányítsuk őket és teremtsük meg a módokat, eszközöket s a hozzá való teret.* Eddigi tapasztalataimból és tanulmányaimból mondhatom teljes határozottsággal: hogy minden egészséges testű és lelkű ember és gyermek szeret *tanulni* és szeret *munkálkodni!* Még az a legutolsó tanítványom, ki határozottan nem készül el soha leczkére, tehát rossz tanulónak vehető, mégis ha valami érdekeset mutatok, ő is kívánja látni, hallani, megtenni! Más-e ez, mint annak a jele, hogy ismerni kívánja és csak más utakon és módokon lehet az ő lelkét munkásságban

tartani!? Ezek rendszeresen igen szeretnek mással foglalkozni, azaz reálisan tevékenykedni, mert reájuk az elvontnak nincs hatása!

A lélek megpihenése — ez a szünidő feladata és célja! A testi-élet energiájának emelése, fokozása: ez a nyári üdülés elengedhetlen követelése. A mely szüle, tanító nem használja fel ezen időt így, az nagy mulasztást követ el gyermekei, családja s önmaga, sőt a társadalom ellen is. De ép azért, mert ebben a társadalomnak is van érdeke: a szegényebb sorsúak felől okvetetlenül a társadalomnak kell gondoskodnia!

Hogy a gyermeki lélek megpihenhessen — azt az egyszerűbb emberek könnyen valósítják meg, sőt kissé könnyelműen is: a mennyiben egyszerűen a gyermekeket teljesen magukra hagyják, a tanulásról egészen elszakítottan — nem gondolva többet a tanulás legkisebb gondjával sem. És bizonynyal ezek fognak testileg legjobban helyreállni — s a test által bizonyára a lélek is — bár tartalomban nem — de erősebbé, pihentebbé lesz.

Másként áll a dolog azonban az intelligenciánál! Bizony mi a főszűlyt a lelki képességekre fektetjük, nálunk a lélek kultusza a vezérlő — s azért féltve őrizzük azt, a mit a gyermek már egyszer értelmileg szerzett, erkölcsileg bir s a finom szokásokban magára vett! A szünidőt a legtöbb család éppen arra fordítja, hogy különös, az évi szorgalmi időben nem igen kultiválható ágait az általános műveltségnek gyakorolja gyermekével — néha a gyermek többel van elfoglalva nyáron, mint a tanév alatt: nyelvekkel, zenével stb. Mindenesetre ne hagyjuk gyermekeinket értelmi foglalkozás nélkül, egész jogos féltünk azt az eredményt, a melyet az iskolában elértünk, — de ezen törekvésünk csak annyira terjedjen, hogy azt a mit tanultak éppen csak hogy el ne felejtsek, — és mindennap kissé 1—1 órában gyakorolják. Így ha $\frac{1}{2}$ -re megebédeltek 1-ig a szép bársonyos föbe, heverednek a fák alá. Azontúl szabadon töltik idejüket, úgy a hogy kinek tetszik. De mindennap, kivéven a vásár- és ünnepnapot 2—3 vagy

3—4-ig szabad tanulgatással töltik idejüket: és pedig lehetőleg állva pld., állóíróasztalnál. Egyik napon ebből az órácskából $\frac{1}{2}$ órát *olvasásra*, másik napon ezt *írásra*, a harmadik napon *számolásra* fordítjuk — s minden napnak másik $\frac{1}{2}$ óráját ha tetszik *zenéléssel* töltik. A *nyelveket* pedig *élőgyakorlat* útján munkáljuk minden nap pld. az ebéd utáni szórakozás órái alatt. Mindennap egy-egy tárgyszóval és igével bővítvén szókincsét, s alkotván mondatcsoportokat a mindennapi dolgokról, körülményekről a fogalmi kategóriák szerint: elmondva neveket, részeit, alakjukat, színüket, anyagukat, készítőjüket, hasznukat. (Erről alkalom adtán kidolgozott művecskével fogok szolgálni.) *A többi időt, mind-mind testi erősödésre, szórakozásra használjuk!* Nagyobb hálával fog ezért tartozni gyermekünk, mintha a legnagyobb örökséget hagynók reá. — mintha a legszebb műveltséggel felvérteznők őt! Ne hanyagoljuk azt ugyan el — tartsuk fenn annak lassú, folytonosan ható örök erejét, tegyük azt elementáris erővé, a milyen a világ anyagára nézve a nehézkedés, a hő, a fény stb., melyek észrevétlenül hatnak, — de hatnak és életet fakasztanak még kövekből is; hatnak és örök. élőváltozásban tartják a Mindenséget! Ilyennek kell lenni a tanulás nagy természet-erejének is! Mert ez is természeti erő, — hisz nem lehetünk egy perczig sem, hogy a kül- és bel-világ határai minket ne tanítsanak, — folyton tanulunk: ha nem is gondolunk reá, ha nem is tudjuk! A ki megszületik, az magára hagyatva is tanul, mert természeti erő a *lelki-erő* is! És ez természeti szükség is. Ez az összes, természeti erők *teljes összege!!!* Próbálja magát ez alól valaki felszabadítani!? — lehet-e? Éppen olyan hiába való küzdelem volna az, mint a nehézkedés törvénye alól magát kivonni. Csakhogy ezen tanítás — az a hevelés — oktatás ideálja! Lassan — észrevétlenül hat, de hat és eredményei a legbiztosabbak, legtermészetesebbek — és a legegészségesebbek. *Nos legalább, a szünidőben tegyük ki gyermekeinket ezen nagyszerű nevelés hatásának — és csak-is ennek.* Ott kinnt a természet ölen, — mennyit tanul?

és tanul, akár akarjuk, — akár nem! És tanul, mikor bolyong, tanul mikor élvez, tanul mikor a természet csalogatásainak enged s a természettel érintkezik, ölelkezik!

Ki!, ki! a szabad természetbe.; ott van az élet, ott az egészség és boldogság! Ott a bölcsesség — és ott a szabadság örök eszméje: Ki! oda, hadd hassák át ezek a gyermeki lelket és életet — s hogy milyen lénye az emberi testnek fog így fejlődni gyermeki testből, s tizedek-századok alatt az emberiségből: emberi homályos látások előtt még tán ismeretlen, — bár sejthető és képzelhető. Tíz hónapig, ha már kell, maradjatok a társadalom intézményeinek szolgálói, de legalább két hónapig, — a legszebb két hónapig a szabad természet gyermekei! Mert hogy mi volt az emberiség a vadonban élve azt tudósaink leplezték, de hogy mivé lehetne az ember, a műveltség alapjain a szabad természetben, azt elgondolni nem akarjuk!

De ne csak tétlenül bolygam, nemcsak szenvedni a természetben: hanem ott foglalkozni. Mert e nélkül csak érzélgős embereket, tetterő nélküli embereket fogunk nevelni. És mivel foglalkoztassuk őket!/? Tekintsünk vissza az emberiség ősi történetébe, nézzük a mai természeti népek életét — figyeljük a gyermek tevékenységi törekvéseit s abban sokat fogunk olyat találni — a mit utánozhatunk!

Az ősi népektől, s a más vadon élő népektől sokat tanulhatunk e tekintetben! Ok a legegyszerűbb viszonyok közt élnek, s mindent a természettől vesznek s azt saját szükségleteik szerint fordítják javukra: lehet mondani ok az emberiség gyermekkorát élik, éljük tehát gyermekeink az ő életüket! Ok azon fokán állanak az emberi értelemnek, a melyen az emberiség első értelmi nyilvánulásai jelentkeznek: nos a mi gyermekeink is ezen fokon állanak? És ennek nyomai, hajlamai, ösztönei ma is élnek egyszerűbb néprétegekben — sőt gyermekeinkben magukban is: tehát innen is igen sokat válogathatunk foglalkozásaink számára. Ott van a földhöz tapadt földműves és napszámos nép mi mindent készít az magának s azt oly egyszerű módon és alakban, hogy gyermekeink is

utánuk tudják csinálni! A mi falusi embereink, pásztoraink, csőszeink stb. hevenyészett gunyhóikat maguk rakják meg, házaik falait, tetőit; készítik fa-kilincseit, kerítéseit, eszközeiket stb. stb. A napokban a margitszigeti hídfő alatt, zöldülő füves helyen láttam néhány gyermeket, négy kis báránykát legeltettek — s az ott felhalmozott koczka kövekből négyszögbe kétsoros falat raktak egymás tetejébe, a két kősor közzé fogtak egy nagy kendőt, melynek közepét egy bottal feltámasztották: és kész volt a sátor, — mely alatt árnyékban hűsöltek. íme az ösztön műve, a melynek csak módot kell nyújtanunk s az teljes jelentőségével íog nyilatkozni! És ki tagadhatja, hogy ennek megalkotása közepette mennyi erő nyilvánul, mely jótékony hatással van az egész szervezetre, mivel a testben előmozdítja az anyagforgalmat, elősegíti a vérben levő alkalmatlan termések elégését, kipárolgásait, erőteljes tápláló, tiszta jó vért eredményez! Hát lelki tekintetben milyen hatás: az öröm és kedély vidámság, mely ezzel s utána jár, s az értelem és leleményesség érvényesülése magán az anyagon!

Tekintettünk azért a külső ősi, szabad foglalkozások s a mi egyszerű ősi foglalkozásokat űző népünk felé forduljon. Menjünk vissza eszközeink legprimitívebb kezdetére, a mikor az ember maga készítette azokat magának — és használjuk is őket, szórakozásképen alkalmazzuk azokat, dolgoztassunk velük úgy, a hogy az ősök tették. Nem tagadhatja senki, hogy ebben megbecsülhetlen tanulság is volna, keresztül menni a szükségesség által támasztott legelső gondolattól — a megvalósítás lépéséig. Midőn pld. a gyermek akar egy faczöveget földbe verni s ezt kövei próbálja meg, látni fogja, hogy ez így nehéz munka, — akkor vesz egy durungot s azzal veri be; de az is nagy fáradsággal megyen csak, akkor a benne élő, azon tapasztalatánál fogva, hogy a hosszú rúd végével nagyobb erőt tudunk kifejteni: átlátja, tervezi kitalálja, miszerint ily hosszú rúdra, nyélre alkalmazva valami súlyosat pld. követ, még nagyobb erőt érvényesíthet. És itt van a kalapács kezdet fogalma. Rajta tehát, csinálja meg, fúrja ki a követ

egy másikkal, (először kicsiben ezen eszközöket) alkalmazzon bele nyelet és megvan az eszköz! kőkalapács! Ha a nevelő gondolkodik, az egész emberi nem történetét, s haladásának fokait végig cselekedtetheti gyermekeivel.

És most, hogy a foglalkozások közül kiválogathassuk a legjobbkat és legalkalmasabbakat, czélszerű lesz egy kis pillantást vetni, hogy az emberi foglalkozások miként jelentkeztek az emberiség ösztöneiben és életében.

Úgy szól az emberi nem története, hogy az első foglalkozásokra a táplálkozási ösztön vezérelte: a fák gyümölcseit szedve, s a vadon állatvilágára *vadászva*. Egy időben lépett fel az időjárások és a vadak elleni védelem szempontjából a *hajlék* szerzése s vele a földnek ásása, túrása. A csendesebb vérűek a *halászatot* találták fel — s ezzel kapcsolatosan már a *laképítésében* is tettek előhaladást. A hajózás szintén ekkor vette kezdetét. A vadászat véres szenvedélye s veszedelmei, sokszor kétes harcza, kényelmesebb életmódok után küldte az emberi találékonyságot, s átlátván az állatok becsét s ezekbsn a táplálkozások kiapadhatlan forrásait: azok szelidítésére szánta magát, a melyben őseredetét a *pásztorokodás* találja. De a növények is gazdag tárházai lévén az életfentartásnak, ezek rendes művelésére is ráadták magukat: azaz *földművesek* lettek. Abból fejlődött a *kertművelés*, a melynek műhajtása ma a díszkertészet is. Az *ipar* a legelső eszközök készítésében vette csíráit s az egyes foglalkozásokban ügyesebbek sikere a produkálás mennyiségében teremtték meg a *kereskedelmet*. Újabb korunk vívmánya az *erdészkedés*. A tudományról, művészetről, hivatalról nincs itt czélom szólni, ezek magas fejlődései az emberi észnek és tehetségeinek, de alkalmazásukban sok bajt rejtenek az emberre nézve testi egészségét illetőleg.

Egészségi szempontból a következő sorrendbe állíthatók ezek:

Legegészségesebb: 1. az *erdészkedés*; azután következnek: 2. vadászás; 3. halászás; 4. földművelés; 5. pász-

torkodás; 6. kertészkedés; 7. földmunkák és építkezés (ács mesterséggel) aztán 8. ipar stb.

A mi a gyermeki foglalkozásokat illeti, azok kivibetősége szempontjából első sorban áll: I. *A kertészkedés*. II. *A föld-túrás, fúrás, ásás*, kisebb kövekkel való foglalatostkodás; kövezés, szegélyezés stb. III. *A kéz ügyesítése* az egyes egyszerű ipari-tárgyakon. A többi foglalkozásoknál inkább csak, mint nézők és kísérők vehetnek részt a gyermekek, a midőn őket egy-egy napra kivezetjük pl. a pásztorokhoz, hogy megismerkedjenek a pásztori étellel, a mikor is gondoskodunk arról, hogy ott kedvükre mulassanak azokkal a dolgokkal, a mik ott kínálkoznak.

Ha végig tekintünk a munka nagy terén, azt látjuk, hogy a civilizáció eme hajtásai közt mennyi van, a mely nagyban segíti elő a test elbetegesedését, azon ülő-helyzetnél és zárthelyiségnél fogva, melyekben az végrehajtatik. Azért a legnagyobb óvatosság azok kiválasztásában, s én a magam részéről csak azokat veszem fel, a melyek lehetőleg szép egyenes testtartással vagy sok oldalú mozgással járnak, s a melyek *szabad-levegőn* folynak le. Ez pedig a földművelés és kertészkedés. Az első nehéz, bár sok mulatságát talál a gyermek kint, ha kivezetjük a földre, a hol a földművesek el vannak foglalva. A kertészkedés, kertben foglalkozni azonban igen kitűnő, mert aránylag kis hely kell hozzá s kevés eszközzel foglalkozhatnak kedvükre gyermekeink. És mily szép, eredményes és kellemes. Azonkívül sokoldalú és — tanulságos! El nem tagadható tőle kedélyképző és szívnemesítő hatása sem! Erőteljes, s a gyermekek által igen kedvelt *az építés* a föld vágása, túrása s a vízzel való locskolás!

Ezek mellé méltón sorakoznak a *játékok*, a melyek Telette becsesek, de csa k azok, a melyek futással, ugrással szóval a szabad mozgással vannak összekötve! Meg azok a melyek emberi foglalkozásokat utánoznak!

Az ipari foglalkozásokat, valamint az újabbkori háziipar és slőjd-munkákat nem tudom gyermekeim számára lefoglalni, mert hisz látom azt a sok sínlődő, gyenge, sá-

padt iparos-embert! Sokat kell itt ülni és még hozzá *meggörnyedten*. Ezek közül csak azokat ajánlom félvenni, a melyek a kerti foglalkozásnál, s a gazdaság körül ügyeskedésre adnak alkalmat, *szerszámok-javítása*, készítése, valamint a kerti díszítéseknél alkalmazható *föld, fa* és *kőmunkák*. Felveszem még egyszerű *házi-eszközök* primitív készítését, a házibútorokon, valamint az összes előbbieken stb. szükséges kisebb javításokat, a kőműves, asztalos, ács, esztergályos, kövező, lakatos, üveges munkákból stb.

De felette nagy élvezetet fogunk gyermekeinknek szerezni, ha velük az ő használatukra *játékszereket* készítünk s az elrontottakat javítjuk!

Az adás-vevés örömeit is megízleltethetjük velük, ha elvezetjük őket a közel vásárokbá s ott valami önszerezte javat eladatunk vele, melynek tiszta hasznán azután vásárolhat magának valamit. Az bepillantást nyújtana neki a munka értékébe s fontosságát szemléltetné előtte. Valóban az egész életére kiható jelentőséget nyerhetne egész életfelfogását illetőleg.

Mindezen eljárásaimnak rövid foglalátja pedig az, hogy erejéhez mérten dolgozzék a gyermek kézzel, lábbal s törzsszel, — *okos és mértékletes* táplálkozásáról pedig gondoskodva legyen! Ezen két fő dologra kell egyáltalában vigyáznunk, ha egészségesek akarunk maradni s gyermekeinket olyanokul megtartani. A harmadik, a szellemi megerőltetés *majdnem* teljesen elesik, hacsak kellőleg vigyáznunk arra, hogy gyermekeink sokat tartózkodjanak a szabadban s ott testileg is foglalatoskodjanak. Szellemi munkára elegendő volna 3—4 óra, bele számítva a feladatok elkészítését is, 2 óra testi munkára, a többi szórakozásra, játékra. A hét egy napja (pld. Csütörtök, a hét közepén) a szabad természet: az örök egészség eme kútforrása élvezésére, *kirándulásokban, sétákban!*

Hogy ez a gyermekek mindennapi foglalkozásánál is így lehessen, először magában az iskolában kell nagy szabású reformokat behozni, mint:

1. az iskolai követeléseket alább szállítani,

2. a mozgási tevékenységnek nagyobb tért nyitni és
3. a szabadban való tartózkodást mindennapivá tenni.

Ennek részletezése azonban nem tartozik ide. De ide való, hogy bemutassam a t. szülőknek, nevelőknek és tanítótársaimnak, miként lebet és kell a szünidőben úgy intézkedni, hogy tanuló-gyermekeink *egy természetes élőberendezésben kipihenhessék egy tanév fáradalmát*, s testi-lelkileg felüdüljenek.

Tanácsaimat a vagyonos szülők, kik birtokában vannak az anyagi eszközöknek, könnyen követhetik, sőt tán a tökéletesség magasabb fokára is fejleszthetik, ha még hozzá egy jeles emberre bízhatják gyermekeik vezetését.

A kik azonban hián vannak az ez irányban teljes odaadást igénylő nevelőknek és kedvező alkalmaknak, de még maguk sem éreznek erre való hivatottságot és képességet: telepítsék le gyermekeiket kis falvakban derék tanítói családoknál, a melyek ezen szép feladatra vállalkoznak s gyermekeik ellátását, szünidei kellemes foglalkoztatását magukra vállalják.

A szegényebbekről a társadalomnak kellend s már is kezd jóltevőleg gondoskodni, De mindenesetre még nagyobb szabású szervezetre volna itt szükség. Itt is rendkívüli alkalmassá és olcsóbbá tenné számosabb szünidei-gyermek-telep létesítését, ha azok alkalmas faluhelyeken, az ottani tanító-családoknál helyeztetnének el, és nem több, mint 5, legfeljebb 10 egy-egy családnál. Másrészt ezen nyári tartózkodást és üdülését a gyermekeknek minél tartósabbá kell tenni s felhasználni minden a falun kínálkozó eszközt és módot, hogy a gyermekek életvirulón. érjenek vissza!

II. KÜLÖNÖS RÉSZ.

Az elv alkalmazása az élet különböző viszonyai szerint.

Ha széttekintünk azon életviszonyokon, a melyekben a gyermekek szülei, a nyaraltatás szempontjából élnek, akkor a következő csoportokba foglalhatjuk őket: olyanok, a kik

a) A falusi *birtokaikon* laknak s egész éven át kint tartózkodnak;

b) Csak a nyári időben 2—3—4 hónapig tartózkodnak falun, különben városban élnek;

c) A falun s kisebb városokban állandóan lakó közép-és értelmiségi osztálybeliek;

d) Az anyagi eszközökkel éppen nem rendelkező városi lakosok.

e) Az egyszerű falusi nép,

A falusi birtokaikon tartózkodók mindent megtehetnek, a mit e szűk határok közzé szorított könyvben felsorolva találnak. Csak egyet ne feledjenek, miszerint ne képzeljék elegendőnek azt, hogy egészségesebb viszonyok közt élvén, ezzel már mindent megtettek gyermekeik jóvoltáért! Sőt még az sem elegendő, habár egy nagyműveltségű s tudományú nevelő kiváló szolgálataival dicsekedhetnek is, mert okvetlenül tartsanak még egy egyszerűnek tetsző, de az élet valódi elevenjébe jobban beható, egyszerűségével gyermekeik eredeti, egyszerű lelkiállapotaihoz jobban illő és alkalmazkodni tudó *tanítót*. Az a nagy tudományú nevelő, ha már lennie kel], legyen öre magasabb szempontból a gyermekeknek, ez az egyszerű tanító legyen tisztelettel

körülvett tanuló- sőt, ha így tetszik, játszó-társa növendékeinek. Egymásnak adnak ezek feladatokat, egymáselőtt mutatják meg hogyan tudják a felvetett kérdés megoldani, s versenyeznek, ki tudja hamarabb és jobban megérteni, elsajátítani és megtartani a viszonyokat és jelenségeket — s a tanulandókat. És e tanulandók ép, sőt többet vétetnek a való élet tárgyaiból, anyagaiból, viszonyaiból és jelenségeiből, mint a könyvekből. De főleg ennek a tanítónak leszen feladata felügyelni a szellemi elfoglalás és a pihenés közti szükséges arány betartására s ezen pihenési időnek s üdülésnek valódi hasznot hozó alkalmazására. Ennek lesz, soha kéllőleg meg nem jutalmazható feladata, a gyermekkel ezen, az itt e könyvecskében lerakott éltető és akaratlanul és képző munkáknak és foglalkozásoknak növendékeivel karöltve való végrehajtása. Természetesen ennek a tanítónak ezeket a munkákat jól kell tudnia — mégis nem lép fel, mint növendékének mestere, hanem éppen csak mint olyan, a ki csak most akarja e munkákat megtanulni, ki hangos gondolatokba merül, midőn tervezgeti, hogy e vagy ama munkát hogyan fogja végezni? sőt tanácskozik kis barátjával s együtt állapítják meg a végrehajtási módokat. Mert csodálatos lény ám az ember s még inkább a gyermek, nem szenvedheti a tekintélyt s ha tűri is, de gyűlöli s szabadulni óhajt környezetéből. Igen már a gyermekben megvan az a szenvedély, ő akar okosabb lenni — mégis mutassuk *meg*, hogy mi szülők, nevelők, tanítók vagyunk azok, — a midőn ráhagyjuk, hogy ő az okosabb! De ott leszünk oldalánál s intézni fogjuk, hogy apró-cseprő bajok, szenvedések, bűnhódések érjék, nem általunk, hanem önzekétől! Hajh! de megjegyzi azokat, s bölcs lesz, mert többé nem fogja azt megcselekedni! Mi csak hárítsunk el útjából, környezetéből nagyobb veszélyeket, aztán hagyjuk tetszésére, tegyen mint akar, s az őt ért kisebb bajok csak óvatosságra fogják őt tanítani, minek már nagy hasznát fogja venni, ha kiengedjük a bonyolultabb életviszonyok közzé, a hol az emberre lépten-nyomon veszélyek és bajok leselkednek.

Különben birtokosok gyermekeinek széles terük nyílik, szüleik terjedelmes birtokain, csak legyen egy avatott kéz a mely őket vezeti. Ott a szántóföldek érdekes munkásnépével s a nép testi-lelki egyszerű, naiv (tehát gyermeki felvágásnak érdekes, felfogható) szépségeivel szokásaival és ünnepeivel, foglalkozásaival. Ott az aratás, szüret, búcsú, vásár és lakodalmi ünnepeivel. Ott a berkek, ligetek, erdők, pagonyok élete és viránya. Szóval itt a földi lét és való egy óriási darabja a gyermek felfogásához mérve!

A mi azokat illeti, kik a városból néhány hónapra a faluba kitelepednek, azok gyermekeik érdekében — és ezt hangsúlyozom — minél egyszerűbb falusi viszonyokat válaszszanak ki. Egy kis házat kerttel vagy a szőlőhegyen; ha közel van az erdőhöz annál kellemesebb és jobb. No a ház udvara is a gyermekeké legyen, azt ássák, fúrják kedvükre! Hogy itt mit tegyenek szép napokon, majd olvashatják ugyanezen címek alatt alább. Borús napokon a ház előtti nyitott tornác vagy szín lesz tartózkodási helyük, a hol kedvükre mesterkednek szerszámaikkal. Változatosság kedvéért kirándulások, játékok teszik változattá a szünnapokat. Egészség szempontjából pedig folyik az edzés a források és csermelyek csekély vizeiben. Egyik másik napon ünnepre is virradnak kis barátaink, melyeket az ő örömeikre rendezünk nekik!

Mindezekhez még könnyebben jutnak állandóan, a falun lakók gyermekei, mert hiszen benne élnek ezen viszonyokban, melyeket a városiaknak nagy áldozatok árán kell megszerezniök. A falun lakók még azon kedvező helyzetben is vannak, hogy egész év folyamán megtehetik előkészületeiket ezekre a szép napokra, sőt a szorgalmi időközt kínáló órákat is megélénkéthetik s az absztrakt dolgokon kifáradt lelkük a való élet törmelékén megpihen felüdül.

Az egyszerű falusi nép gyermekei szerencsések — ők szüleikkel izegnek mozognak s attól a kortól fogva, hogy batyujában kiviszi őket anyjuk a hátán az apjuk után oda, a hol együtt művelik a földet — egész odáig, a mikoron az apa segítők munkásokat nyer bennük.

A mi pedig utoljára azon sajnálatra méltó gyermekeket illeti, kik a nagyvárosok emberirtó viszonyai közt szegényen élnek, azokról kell hogy a társadalom gondoskodjék. Azon háztulajdonosokat, kik udvaraikat a gyermekek használatára átengedik vagy még be is rendezik: azokat királyi kitüntetésben kellene részesíteni! A város hatóságai pedig gondoskodjanak vagy az iskolák körül, vagy azokon kívül, hogy minden iskolának legyen egy kertje és játszó helye, ha másképp nem lehet, akkor pld. kint a legközelebb fekvő kültelken, a hol az illető iskola gyermekei csütörtökönként, de bármikor is játszhassanak, ha úgy tetszik az osztályok a tanító vezetése mellett hetenként legalább kétszer kivezettessenek a hol kedvükre foglalkozhassanak mindeféle dolgokkal és játszhassanak tetszésükre! A szünidőben pedig ennek a telepnek vezetésével egy tanító bízassék meg, ki kint kapván lakást májustól—novemberig s a kert természetményeinek használatát, ezért köteles volna a nyári szünidő alatt az iskolája vagy kerülete naponként jelentkező gyermekeinek a kertben való tartózkodásokat megengedni s azt egészségükre nézve még gyümölcsözőbbé tenni az által, hogy minden kényszer nélkül, a rendetlenkedést vagy békétlenkedést kizárva, engedné ott foglalkozni és játszani az ő jóindulatú útbaigazítása mellett, s minden este hazaszélednének. Az étkezést illetőleg kiki hozza magával azt, a mit! De ha a Gyermekek-barát és Gyermekevédő, avagy Szünidei gyermekelepipítő és más Egyesületek jóságukat ide is ki akarnák terjeszteni, az által, hogy tán e gyermekek szegényebbjeinek vagy ebédjéről vagy uzsonnájáról gondoskodni kívánnának — ezt is megtehetnék itt.

A mi az üzhető foglalkozásokat illeti, azok ugyanazok maradnának kevés kivétellel, a mik e füzetben lerakva vannak, csak ama költőiség hiányával, a mely a szőlő-hegy, az erdő felkeresésével és felkutatásával jár. De a többi egyébként mind meg volna valósítható!

Belátható ezekből, hogy a társas alakulatok minden nemében ez okvetlenül szükséges és kevés bátorsággal pá-

rosult szerény áldozatkészséggel meg is valósítható! Mert fő ebben az, hogy minden, de minden a legegyszerűbben, ha mondanom szabad, az emberi művelődés kezdetekinek legegyszerűbb kezdetei és állapotai szerint volna berendezendő, s Isten őrizze!, hogy még ebben is verseny törjön ki a községek között! Az egyszerűség felel meg a gyermekek lelki mivoltának legjobban s az egyszerűségben vannak az egészség biztosítékai, oly annyira, miszerint én korunk testi hanyatlását s ijesztő elbetegedését az életviszonyok túlhajtott bonyolultságában találom. Vigyük a gyermeket a városok ezen neki meg nem felelő körülményeiből legalább a szünidő tartama ra vagy ennek napi néhány óráira a természetes egyszerűség, *nem alkotásaiba, de inkább vadonjaiba* s a jövő nemzet erejéért s az ember boldogságáért nagy jókat tettünk. Itt az ezred év emlék köve, véssük be abba ilyen alkotásokkal fennállásunk jövő ezredév számát! És azt tegye meg első sorban Budapest, kövessék az ország többi városai s ne maradjanak ebben hátra még a falvak sem, mert gondos kéz alatt még jobban fejlődhetne a nemes gyermek-anyag!

1. A kertben.

Kitűnő testi foglalkozás s nemes érzelmek keltője, ápolója!

Még városokban is vannak házak, a melyek kerttel bírnak. A mi szolgálatunkra nem kell annak éppen valami nagynak lennie, csak oly fekvésűnek, hogy a nap lehetőleg felkeltétől nyugtáig érje. Boldog gyermekek, kiknek szülei olyan törekvésűek, hogy ha már másért nem, legalább gyermekeik egészségeért s bennök a munka nemes élvezetének felkeltéséért vesznek egy kis falusi házikót kerttel, a hová azután a gyermekek édesanyjukkal nyárra kitelepsznek, hogy ott kedves napokat töltsenek. De helyes volna, ha a szülék osztanák nézetemet, miszerint ők maguk is ilyen helyen pihenhetnék ki kenyérkeresetükkel járó fáradalmaikat s a városi élet egészségbontó hatásait. Bárcsak minden ember belátná azt, hogy a legnagyobb boldogság, ha maga termesztí és készíti az életre való szükségleteit. Testi ereje erre van teremtvé, lelki képességei pedig arra, hogy a természetet és annak változó viszonyait a maga számára okosan és mégis józanul, de soha kabzsian: kihasználja. — Előttem legalább mindenkor ideálként fog lebegni az, hogy valaha, ha a társadalom iránt kötelességemet leróttam, úgy rendezsem be életemet, miszerint mindent magam teremtsék meg magamnak, a mi családom s az én megélhetésemre szükséges. Egy kis kert, egy kis föld, melyek megművelésében nem költséges czélok vezetnek, hanem annak egyszerű, de okos kihasználása; egy kis falusi gazdaság, egy kis szőlőhegy, egy jó vadászterület közepén: s tőlem a világ összes élvezetei elmaradhatnak. De azért az ideálnak itt is élnék, a rendelkezésre álló legegyszerűbb eszközökkel igyekezném szépíteni házam környékét, ezen kedves he-

lyeimet, igen, szépíteni azon eszközökkel, a melyekkel a természet magát szépíti! Élnék akkor is ideálomnak, mert a magasztos népnevelés — és a fenséges tudomány, a klasszikus költők és írók művei mindenkor jó barátaim maradnának nekem, a munka fáradalmi utáni pihentembsn, a tél szobára utaló napjaiban! S a felvidító társaság, a jó barátok, rokonság, ismerősök, itt is találkat adhatnak egymásnak, felkereshetik egymást, a figyelem, a megemlékezés a szeretet itt sem hülne és halna ki.

De a ki nem bír még ilyen helylyel, addig is míg megszerzi, válasszon ki magának egy kis falut, abban béreljen a nyár tartamára egy kis kenet, melléje hacsak egy szobás lakást és használja fel, ha termelésre nem is igen lehet a rövid idő miatt, — de legalább *gyermekei szabad foglalkoztatására*. Ha egy hold földet 10—12—20 irtért bérbé kaphatunk, tán egy kisebb-nagyobb kertet is bérelhetünk ilyen árért. S ha pénzbe is kerül, ne feledjük, hogy gyermekeink egészségeért tesszük azt, a mely ennyit mindenesetre megér, de ezen felül még meg is térül, mert, ha a nyarat itt jól kihasználjuk, akkor gyermekeink megacézolosodott életerővel térnek vissza a városi élethez, s aligha lesz szükség orvosra, gyógyszerre. *Én mióta ezt teszem gyermekeimmel, orvos nem kellett*, — pedig megelőzőleg állandóan tartottam orvost, és állandóan volt betegség a háznál!

Most pedig lássuk, mivel foglalkozhatnak gyermekeink a kertben?

Egy kis kertnek felásása, ágyakra való osztása nem fog épen nagy munkába kerülni, feltéve még hozzá, hogy úgysem kell vele sietni, *s minden kényszer nélkül tesszük!* Hisz veteményezni is csak olyat fognak beléje, a mi még szeptemberig élvezhető, pld. kapor, sóska, laboda, burgonya, kalarábé, saláta, retek, uborka, borsó, bab, tök stb. Leginkább azonban virágokat fogunk ültetni és vetni, azokból tetszetős csoportokat alakítani a szőnyeg kertészethez hasonlóan, csakhogy nem olyan igényekkel és művészetel. A virágápolás a leánykák kedves foglalkozása, a sző-

nyegkertészet a fiúk munkája lesz, a melynél a rajzot is gyakorolják és pedig nem finom plajbászszal, hanem erőt kívánó kapával, gereblyével ásóval stb. A reggeli és esti öntözést is szeretik.

A rózsza-nemesítés, szegfű kultiválás, ibolyák ladikokban való nevelése, a gyöngyvirágok előkészítése a téli szobai virágzáshoz, gomba-tenyésztés, uborkának spaliereken való nevelése, lugasok készítése stb. stb. mind igen jó és nem nehéz multságok.

De legjobb mindannyi között a gyümölcsfák gondozása a kertben s a szükséges nyári-munkák végrehajtása, különösen hernyózás és öntözés, töveik megkapálása és trágyázása, rovarok elleni védelem. A gyümölcsnek mindennapi megfigyelése, a feleslegesek leszedése, az árnyékoló ágak, levelek eltávolítása. Ha időszerű, fák ojtása, bújtatása, sarjzatatása, dugványozása. Aztán a végén a gyümölcs-szüret, a mely valóságos kis falusi ünneppé fokozódhatik.

Hálás és tanulságos foglalkozás az élvezett gyümölcsök magvainak (melyeket télen, ősszel gyűjtenek) valamint külön e célra vett magvak elvetése. Nem képzelhetek azonban magasabb gyönyört, mint a gyümölcsfának *cserepekben* való tenyésztése. Mintha csak a gyermekek számára volna kitalálva. Egy kis fácska, a mely egy nagyobb cserépben áll, a melylyel szeretetteljesen lehet foglalkozni, egyik helyről a másikra vinni, a mely nem magasabb 1 méternél s a mely a 2-ik, 3-ik évben már gyümölcsöt hoz! Micsoda öröm az, ilyen fácska az asztal közepén, a karácsonyi gazdag-asztalon, az ünnepeken, a névnapon! Felállítható a kertben, a földön, az udvaron, állványokon stb. Igaz, hogy itt a munkákat már tavaszon kell kezdeni, de ezt még a háznál is meglehet indítani, csak legyen olyan konyhánk, folyosónk a hová a nap ér és a szabad levegőnek járása van!

Aztán vannak itt más munkák is. A virágágyak szegélyezése kövekkel, gyepvel stb. Kőcsoportok felállítása, mohhal, páfránnyal való beültetése. A mező szép vadvi-

rágainak: vadrózsa, margritta, (székfű) búza-virág és sok szép mille fleur mezeieknek átültetése kertünkbe. *Nekem még jobban tetszik s kevesebb költséggel is jár, ha az erdőt, mezőt használjuk fél a mi virág és fa-iskolánknak, a honnan azután ellátjuk kertünket: a. vad rózsa, vadnefelejts, a szép mohák, borostyán, szamócza stb. stb. s más szép bokrok, fák magjaival palántáival. Gyepágyak, padok készítése; lugasok, ágakból asztalok, padok, székek állítása; sövények, kerítések alakítása, változatosabbá fogják tenni foglalkozásainkat.*

Ide tartoznak még a különböző kerti földmunkák, egyszerű kőmunkák, faberendezések, szerszámok készítése és javítása.

A madárkákat is kíméljük, sőt mindenféle képen csalogassuk is kertünkbe; tartsuk távol a macskát, szórjunk nekik eledelt, tegyünk a magas lombos fákra kis fafészkeket, hogy kertünket megszeressék és megkedveljék!

A szőlőhegyen.

A jókedv, s ki egyszer benne élt, felejthetetlen emlékek színhelye. De nemcsak a régi szüretnek idején, hanem most is kint a szőlőhegyen lakni, még sokalta élvezetesebb, mint akár az erdőnél. Amai vadon, de ez a természet tanította kultúra teremtménye!

Szereztek egy kis szőlőt, építettek, magatok is részt véve benne, egy lakocskát, csak egyszerűt, vert falút, — hisz az időt kint töltitek a szabadban, minek nagy kényelem és költség? Az a lakás csak védelem legyen az időjárás s az éj ellen. Vagy ha ezt körülményesnek találjátok a nyári idényre vegyetek lakást egy szép szőlőhegyen, a melyben gyümölcsfák is vannak. Ha pedig tágas, elkerített udvar van mellette, annál jobb, legalább baromfit is lehet tartani. Láttam szép szőlőhegyeket, közel városokhoz, falvakhoz is — s a hegy aljában források fakadtak, csermely csörgedezett lábainál. Ez akkor annál becsesebb nekünk, mert annál több alkalom és mód a foglalkozásokra. És ha bevezettetjük udvarunkba, akkor kimeríthetetlen változatossága a multságoknak kínálkozik. Még fürdő medenczét is készíthetünk magunknak! Ismerek ilyen helyet, a hol magam is nyaraltam egy szőlőhegy közepében, a patak szélén egy elrejtett vízimalom; mögötte a vízgyűjtő medenceze halakkal, a lefolyó víz árasztva a kertet. A másik oldalán legelő és felül pörkölő, kiásva pedig hűvös homokbuczkák, a melyeken oly pompásan esik a gyermekeknek túrni, kaparni stb.

A szőlőben különben nem gondolok arra, hogy gyermekeinket a szőlőművelésre fogjuk. Egyáltalában semmi olyanféle munkát ne vegyünk programmunkba, a mely több napot vesz igénybe. Azt még gyermekeink nem bir-

ják, s ha rá vesszük őket mégis, akkor már nem szolgál-
 üdülésükre, mert nem kell feledni, hogy a munka is bizo-
 nyos fokon túl ernyeszt, sorvaszt, különösen ha erőinken
 felül van.

Azt megtehetjük, hogy magról vetjük, dugványokról
 nevelünk, bujtatunk, döntünk: egynehány tövel elvégezve
 e munkát, azután várjuk és figyeljük az eredményt. *Érde-
 kes itt a kosaras és a cserepes bujtás, melyek segítségével
 cserébben nevelhetünk szőlőtőt,* a mely gyümölcsöt is terem
 — s akkor tökéen eltehető karácsony, húsvét ünnepeire
 így jobban tart el. Szép munka a szőlő- és egyáltalában
 minden nemesítés: az a tudat, hogy elősegítem a termé-
 szet fejlesztő hatását s teremtek! S a gyümölcs nemesebb
 voltát megízelve, összehasonlítva, úgy találom, hogy nyer
 ízben, zamatban, alakban, színben!

Alkalmas és hasznos a szőlő állati ellenségeinek pusztítása, a mit kisebbszerű szőlőről levén szó, gyermekeinkkel 1—2 nap alatt elvégezhetünk, megengedve, hogy ha a gyermek elfárad vagy beleun, abba hagyhassa, azaz inkább csak ott legyen a munka körül, mikor pld. a napszámokkal dolgozunk, de akkor a mit megkíván, azt hagyjuk is neki megcsinálni, hiszen ezt célozzuk, nem pedig, hogy onnan folyton elparancsolgassuk. Ha egy kis kárt is okoz, ebbe már bele kell törődni, többet ér az ő egészsége és természetes esze, mint egész vagyunk! Itt van a karópörkölés; a szőlő iloncza, a szőlómoly, a szőlő atka, a kendermag-bogár bántotta leveleket leszedni és elégetni. Fáklyával járni a szőlőben, vagy apró tüzeket rakni, avagy a karókra lámpákat akasztani, melyeknek üvegét madárléppel vonjuk be: mindezek a moly ellen irányuló munkák, de igen mulatságosak és érdekesek is a gyermekek előtt. A nagyfejű csajkót lyukaiból kiásni, a kutyákat kergetni a kertből, a madarakat kerepléssel, felakasztott tűkördarabokkal riasztani; a darázs-fészkeket kikeresni és forróvízzel elpusztítani. A szőlőbe járó dúvadakra: farkasra, rókára, menyétre s a rigókra, seregélyekre stb. hálókat és töröket állítunk fel; a verebek ellen is háborút

folytatunk, mindenféle módon fogdosván össze őket: kar liczkával, léppel, csapdával stb. — a melyek különben, ha jócskán sikerül a fogásuk veréb-pörköltté vagy vagdalttá készíthetők.

A szőlőművelésnél szükséges egyszerűbb eszközöket készítünk és javítunk.

Ki tagadná, hogy ezek mind jó munkák s a gyermekek szívesen vesznek részt bennük!

De legmagasabb élvezet itt a szüret! Igaz, hogy ez időtájt már folyik az iskola, de nem fogunk nagyot véteni, ha ez alkalomra 1—2 napra kikérjük gyermekünket a tanítótól. Ezzel az ünneppel mintegy befejezhetjük azon esztendőre az élő természettel való találkozás és kedves együttélés élményeit. Puttonyaikba ők is szednek s ha belefáradnak hordják a fát, rőzsét a pompás pörköltök főzéséhez. Ilyenkor a még fákon levő gyümölcsök leszedésében is segédkeznek. Néhány nap múlva pedig kiengedjük őket böngészni a szüretelők által otffelejtett fürtöcskék után!

Az erdőben.

A legelső helyen kellett volna említenem, de nem tartozván a mindennapi kedvező alkalmak közzé erdőben letelepedhetni, azért tettem a harmadik helyre. Az előbbi helyekhez mégis csak előbb juthatunk s nekem a megvalósíthatás lehetőségét is kell tekintetbe vennem.

Mindenesetre ez mindannyia között a legegészségesebb hely. Vannak napos, árnyékos és félárnyékos helyek benne, s a nap túlságos hevétől jól meg van a gyermek védve. De a legbecsesebb az a tiszta ózondús levegő, a melyet itt a természet lehel. Nem utolsó helyen áll azon kellemes dolog, hogy a gyermekek forró napokon kedvökre leheveredhetnek a hűvös bársony fűvön, a mely edz is s a vért is odavonja a bőr felületére, a minek e szervből való visszalépése, vértelensége éppen egyik kórjele iskolás és városi gyermekeinknek, s okozója az intelligencia általános, de különösen érzékeinek, így pl. a látás elgyengülésének stb. De oka a helyi vérszegénységeknek eleinte, később pedig az általános vérszegényedésnek.

Nem éppen gyakori az alkalom erdőben lakhatni. Azért mégis kínálozik néha, hogy valami erdei lakónál, vagy erdőkerülőnél kaphatunk lakást. Itt is hangsúlyozom, hogy az akármilyen primitív lehet, hisz mi a szabadban akarunk tartózkodni — sőt csak tessenek kérem a szabadban aludni is! Az ellátás tekintetében is együtt tartunk a házigazdáinkkal, élünk azok egyszerű, erőteljes főztjeivel: sok tejes étekkel, gyümölcscsel stb. Legkellemebb volna, ha egy erdész házához kerülhetnénk, a mivel az erdő-életet jobban kiélvezhetnők.

Az itt bővében levő ágakból gunyhót csinálhatunk a földbe. Olyat, a melyet a pásztorok, csöszök raknak

maguknak. A mindenféle famunkáknak itt van igazi terük, de csak nagy tökéletességre ne törekedjünk. A fő itt, hogy a gyermek s mi is mozogjunk, s e mozgás a dolog legyen! Van itt elég mód fát fűrészelni és vágni; szerszámokhoz nyeleket faragni; a gömbölyű hasábokat négyszögletűre ácsolni; a tölgyfa kisebb darabjaiból edényeket készíteni, a gyümölcsfáknak faedényekben való neveléséhez. Megpróbálkozunk azzal is, hogy egy vékonyabb törzsből kútsövet fúrunk; a könnyen hasítható fákat szép hasábokra hasogatjuk. Kiválogatjuk azokat karókul fákhoz és más növényekhez és a gömbölyűket hengerítéshez használhatjuk — s aztán hengergetünk is rajtuk kisebb terheket, fákat, követ, stb. Tanulságos lesz, egy napot kint tölteni a mikor az erdőt vágják; ép úgy a fűrészmalomoknál.

Az erdő, a föld egy alkalmas területén való társasága a növényzetnek — s így itt nem kerülheti ki figyelmünket a virány, a gyümölcs. Először is azt tenném, hogy az elfogyasztott bármely gyümölcsök magvait gyűjtetném a gyerekekkel, azután az erdő szélein, napos helyein elvetni engedném általuk. így egy faiskola képződne egyrészt, de másrészt az erdő gyümölcsfákkal gyarapodnék.

Élvezetes az erdőben gyümölcsöt keresni, azt szedni, hazavinni ebéd utáni konfektnek, vagy ozsonára, vacsorára beszerezni a zamatos málnát, az illatos epret, azután áfonyát, mogyorót stb.

A gombák kitűnő fajait lehet itt szedni s a leányok azokat házihasználatra, téli időre szárítják. Érdekes különösen a nagyon becses és kitűnő szarvasgomba keresése, a melyet az arra betanított kutyával lehet végezni. Illatáról megtalálja, hol rejtőzik a lehullott lomb alatt.

Becsés munkát végeznek azonban a gyermekek és magunk is, ha a hegy oldalak számos áldott gyógynövényeit gyűjtjük, a melyeket azután leánykánk eltartás céljából szárítanak, hogy az év folyamán háztartásunk el legyen velük látva. A leányok még azt is megtehetik, hogy ezekből mindenféle cseppeket, porokat, teákat stb. készítenek, szóval egy kis házigyógyszertárt szereznek be, mely

nagyon jó szolgálatot fog tenni családunknak úgy otthon, mint ide kint. Sőt igenis kell ajánlanom e helyütt, hogy szabadban való tartózkodásainkhoz, s nyári üdülési telepeinkre okvetlenül vigyünk magunkkal egy kis kézigyógyszárt, s ebben pld. angol-tapaszt a sebzések ellen stb.

Multság számba fog menni a moha gyűjtése, a melylyel a nagy erdőkben még szolgálatot is teszünk a tulajdonosnak. Azt azután erdei, vagy a faluban levő lakásainkhoz hordjuk: ott kőcsopotokat fedünk be velük és erdei páfrányokkal, kőrózsákkal díszítünk. Kirakunk vele nyugvó pamlagokat, sőt ez az ősi derékalj, a melyen kitűnő jó heverés, de még alvás is esik!

Néha a vad méhek faodvait meglophatjuk mézűktől — de itt persze nagy vigyázat — mert baj támadhat. Ezt egy abban jártas emberre bízuk, magunk csak passzive veszünk részt ez országban és élvezetében.

Változatosság kedvéért megtehetjük azt is, hogy a mikor makk, gubacs gyűjtés van, magunk is résztveszünk benne. Gyűjthetünk továbbá taplót, a melyeket miután ki lett dolgozva, — lányaink sok szép házi dísztárgyra használnak fel. Megnézhetjük a mézga, a gyanta, a szurok, a térépetin gyűjtést és nyerést, meg a faszén égetést.

Az erdőben mindenféle használati dolgokat is készíthetünk, de persze csak a legegyszerűbbeket veszem itt fel. Meglehet itt kísérteni tálat tányért, hús-vágó-deszkat, hús-vágó-asztalt, lapátot, *faczipőt*, *fatalpakat* kidolgozni (ez utóbbiakat csupán saját használatunkra az erdőben, kirándulásokon stb.) Lehet még evezőket, nyeregkápákat, kanalakat és teknőt, kenyér bevető lapátot, talicskát stb. Lassan és nehezen fog menni, de jó lesz rávezetni, hogyan tudná magát ellátni, ha magára volna hagyatva. Jó lesz előtte felfoghatóvá tenni, miként éltek az emberek réges-régen, mikor még nem volt ipar, kereskedelem. Maguk készítettek maguknak mindent — s ma is az az ember a legboldogabb, a legfüggetlenebb, ki a legegyszerűbb viszonyokba tudja magát beleélni és nem szorul senkire, maga erejéből, emberiségéből él. És még az a sok *játékszer*,

a mit gyermekeink itt igazán kedvükre csinálhatnak, s a mi fölött végtelen nagy örömet fognak érezni! Egy kis jutalomért szívesen megengedi az erdők ezen iparosa, hogy az ő közelében, őt utánozva, fűrhasunk, faraghasunk. Ügyes foglalkozás itt a *zsindelekészítés* is, mely úgy lesz hasítva és azután gyalulva. Annyit készítünk a hány kell, hogy egy kis tetőt befedhessünk vele, pld. a kutya-ház tetejét. A bükkfából forgácsot hasogatnak, s ezt meggyújtva vele világítunk, megmutatva, hogyan világítottak régente. Hozzá még illatos gyantaszagot terjeszt. Meggyújtás előtt megmelegítjük. Háncsból köteleket lehet csavarni, melyekkel a gunyhók ág-vázait összekötjük. Faszögeket is alkalmazunk itten, ha előbb kifúrjuk a lyukakat. A háncsból más fonadékokat is készíthetünk.

A fák ág-bogai, gyökerei nagy választékát adják a különféle alakú botoknak, sétapálczáknak. De még ezeknek legkülönbözőbb alakváltozataiból vette az ősemler első alakját és gondolatait az ő eszközeinek, miért ne állapodnánk meg hát ezeknél is, miért nem válogatnánk ki ezen ősalakokat belőlük oly formán, hogy ezeket a gyökérből, a törzsről leválasztjuk s szükséghez képest alakítunk rajtuk? Ott találjuk a lánDSA, a buzogány, a nyíl, a vella, a balta stb. első primitív előalakjait, — a melyeket a gyermek aztán használjon is a maga kigondolta munkáihoz.

De a legnagyobb élvezet, a mit az erdők nyújtanak s a mi az ember legeredetibb tevékenysége volt: a sűrű vadjainak s itt első helyen, nemes vadjainak felkeresése. Mennyi ügyesség, fortély, fáradhatlanság kell ahhoz, hogy pld. a szarvas csapatot meglessük legelőjén vagy a forrásoknál! Felkutatni az erdő állat-lakóinak tartózkodási helyeit, búvóhelyeit; nyomain kísérni útjait, a hová lelelészni, s a csermelyekhez járnak. Lopva közelükbe jutni s onnan aztán megfigyelni őket: elég erős testi fáradtsággal jár s tanulságos is. Legjobb vadőrökkel, erdőkerülőkkel ismeretségre lépni s velük bolyongni az erdőben: az ismer minden fűszállat s annak mozdulatából az erdőbeni állat-

élet mozgalmait! Ha pedig maga a vadász fogad társaságába az ő útjain, akkor meg éppen felejthetlenné lesznek reánk nézve az itt töltött napok. Megtörténik, még az este kell kijönnünk, éjjel az erdön aludnunk, hogy reggel a vadállomány királyát, a szarvast megleshessük az ő csordájával. Az őzikék jártunkban iramodnak a bokrokból, a nyulak nagy ugrásaikkal futnak el neszünkre, a iáczánok ott lappangnak a gazosban. A fákon vannak lesgunyhók készítve, a honnan pompásan végig gyönyörködhetünk az etető helyeken összegyülemlő vadállományon. Felkeresni az örvös galamb, a gerlicze tartózkodási helyeit s hallgatni édes nyögéseit és még a csalogány trilláit, a kedélyes rigó füttyentéseit, a kakuk tréfás felelgetéseit (Cserszilvássy után) valamint az erdő lombjainak más kedves dalosait. Sőt tanulmány kedvéért alkalmas módon mégis lehet fogni őket, *de azután, mikor már látásában eleget gyönyörköd-tünk, ismét szabadjára bocsátjuk azokat!*

Az erdei állatokkal való érintkezésből háromféle élvezetet szerezhethünk. A vadak lövése nem lehet foglalkozásunk, mert az sok veszedelmet rejt magában, azért nem marad más hátra, mint *a) az erdei vadak lakhelyeinek kipuhatólása; b) ezek megközelítése*, tisztán csak azon szempontból, hogy legyőzzük a sok nehézséget, a melylyel ez jár, s magunkat mintegy gyakoroljuk a vadászat stratégiájában: az ellenséghez való nesztelen hozzáférkőzésében s meglepetésében, valamint leleményességünk élesztőseben; végre *c) az egyes állatok törbecsalása*, a mi valóságos állat-lélektani tanulmány és mégis élvezetes testmozgással és ügyességgel jár.

Így fáradozni fogunk abban, hogy felkutassuk a szarvas, az őz, a zerge, a zerge, a nyúl fekvő helyeit, — a róka, a borz, a hód, a menyét, a gödény, a tengeri nyúl üregeit, a fajdokat.

Megpillantva pedig őket, mindenféle csellel igyekezni fogunk közelükbe jutni, részint, hogy örüljünk látományukon, részint hogy élvezzük azt a nagyszerű érzést, elejthetni tudni a vadat. E közben élesedik a szem,

fokozódik az óvatosság s a türelem képessége és mind ez a legjótékonyabb hatással van az ember egész szervezetére! Persze többre becsülöm a csúszással, mászással való közeledést a lesnél, de azért ez utóbbit is lehet tenni, csak-hogy ez kissé unalmas. Mindenesetre tevékenyebb, ha a szarvasokat, őzöket hasoncsúszva közelítjük meg, vagy a nyúlhoz lépésben közeledünk, czélul tűzve, lehetőleg oly közel érni őket, a mint csak lehet.*) Fejleszti érzékeinket, ha nyomaikból olvasni tudunk, ha azok után felismerjük járásukat-kelésüket, cseleiket, felismerjük hol járnak ki és be az erdőbe s nyomukban feltaláljuk tartózkodási helyeiket. Élvezetes meglesni életükben egy-egy családi jelenetet, pld. mikor a róka anya játszadozik a fiaival vagy kivezeti őket vadászatra! Tanulságos megfigyelni, hogy járnak zsákmányaik után, hogyan ejtik azt el s hogyan menekülnek.

De legnagyobb élvezet őket megfogni! Ezt megelőzőleg egy jó vadászkutyá birtokába igyekezzünk jutni, mert e nélkül az itt kínálkozó élvezeteknek 90%-át elkerüljük. Ő a mi érzékeinknek fokozottabb érvényesítője. Jó munka ilyen kutyát a vadászdogokra kiképezni s rendkívül tanulságos, a nagyobb fiuk pedig élvezettel végeznek. Mikor pedig ki van tanítva, akkor felhasználjuk, hogy nekünk a rókát, a borzot a barlangban jelentsék. Ha a ezeket azután elakarjuk fogni, akkor az egy keskeny és szűk helyre hajtjuk hajtók segítségével s a helyszűk kijárásiában szövetekből, vásznakból és hálóból tölcser alakú fogókészüléket alkalmazunk.

A tengeri nyulakat úgy fogjuk, hogy kijáratuk elé egy zsákot illesztünk hálóból s egy hosszú-zsinórral látjuk el, a melyet aztán a leshelyből a kellő időben meghúzzunk.

*) Így közeledhetünk hozzájuk fahordó kocsin, a mely kerülővel közeledik a vadhoz. Vagy egy ló mögé állunk, a melynek feje lábához van kötve, mintha legelnék s ez lassan tovább haladva, mi vele előre jutunk. Így lehet a tűzokokhoz lopózkodni. Felkeressük még a fadjokat, a császarmadarat is, a melyekhez igen nehéz hozzáférni.

A *rókafogásnál* először az összes kijáratait kell ismer-nünk. Csalogatni lehet, ha rendes járótűjén egy zsinegen nyulat hurczolnak végig a földön, akkor annak szaga ingerli őt — sőt még az egerek, fiatal nyulak vagy valami madár hangját utánozzuk. Milyen élvezet az a gyermek-nek! — állat hangjait utánozni! Lehet még vasba is fogni csalétekkal. A *borzot* is így fogják.

A *vidrát* úgy kerítjük kézre, ha a tavat vagy a kis folyót felül és alul folyóhálókka elzárjuk s a kutyákkal vagy hajtókkal ebbe bele hajtjuk.

A *menyétet* a. fa odvából kénnel kifüstöljük. Vagy az erdő kisebb tisztásain felállítjuk a súly csapdát vagy csapóvasat frissen megölt madárral vagy nyúlszelettel.

A *gödényt* szintén súlycsapdával fogjuk, a melybe tojást vagy szárított szilvát teszünk. Ha az épületben van, akkor dobolással, kaszapengéssel, kalapácsolással, dobogással s földök összecsapkodásával, nagy zene-bonával és lármával igyekezünk kiugratni.

A *fácánokat*, ezt a szép, japáni tájképbe illő madarat, fonálhurkokkal s csapóhálókka fogdossuk, nemkülönben a *császármadarat* is, melyeket az általunk vágott keskeny utakon állítunk fel.

A *fogyokat* is lehet hálókka. Ép úgy kapjuk meg a *rigóhat* (fenyves madár) a függő hurkokka vagy a földön futókat lent alkalmazott szőr vagy czérna hurkokka. Nagyobb mennyiségben csapóhálóval kell befogni. Egy magasabb helyen fekvő bokros dombon, a mely szorosban áll, felállítunk egy csapóhálót. Vízet, felszórt eledelt s a hívogató, csalogató madarak lesznek itt elhelyezve. Ha aztán összegyűltek, akkor a bokorban leső zsinórral berántja a hálót. *Vadgalambot* is lehet e módon kapni, ha ezt valamely sósforrásnál állítjuk fel s egy élő vagy kitömött csalogató galambot helyezünk el.

Az itt említettek közül egynémelyikét, a mi törvényeinek értelmében nem szabad élve fogni. De a ragadozó állato-
kat és madarakat mindenhol s mindenkor szabad pusztítani; azért ez lesz a leghálásabb s legbiztosabb terünk, a mely-

lyel még hasznot is teszünk a gazdáknak. Ilyenek: a seregben vonuló vadludak, vadkacsák, vad és szelíd galambok, keselyűk, sasok, sólymok, kányák, vércsék, héják, ölyvök, nagy suboly, hollók, szarkák, varjúk, verebek, seregélyek s mindenféle más madarak kivéven az énekesek; továbbá farkas, róka, hiúz, vadmacska, nyest, borz, tengeri nyúl, hörcsög, ürge, görény, menyét, nyest, vidra stb.

A ragadozó emlősökről már fent volt szó; itt most a ragadozómadarokról szólok. Ezek (holló és szarka) elejtéséhez alkalmasak a varjú és a bagoly-sátrak, Ez egy szabad, messziről látható dombon áll, kívülről gyeppel fedve. Egy oszlop oldalágain van a bagoly. Rúddal vagy zsineggel repülésre zavarjuk. Köröskörül száraz ágú fák vannak beásva, a melyekre az elejtendő madár reá szállhat. Fogni lehet még héjafogó kassal, mely sodronyrácsból áll, alul két fenékkal, a mely kettő közzé a csalogató, galamb (nyáron fehér) van téve. Felül nyitva van a kalitka, középen rálépő rudacskával van ellátva, a mely egy csapóhálóval áll összekötetésben. A mint a ragadozó reá csap a galambra és érinti a szerkezetet, a háló felszabadul és a felső nyilast elzárja. Lehet ezeket, valamint a vadludakat is tányéralakú csapóvasak közzé is fogni.

Fel kell itt említenem, mint a nagyon eredeti és ügyes módját a vadászatnak, s a mi valaha hazánkban is passzióval gyakoroltatott *sólyom madár-ral*, ezzel a szép sasféle madárral való vadászás. Itt persze először ilyen kitanult madarat kell beszerezni, vagy kicsi korától felnevelni, kitanítani. Vagy öreg korban befogott is használható. A tanítás úgy folyik, hogy éheztetjük s aludni sem engedjük, úgy hogy felakasztott gyűrűkben hintázzuk. Ezeken a gyűrűkön betakart fővel és lebilincsel lábakkal ül. Azután szoktatjuk az öklünkön ültében, melyen vastag keztyű van, a vadász kezéből enni. Később a hívásra elő kell neki jönni és pedig mindig messzebb-ről. Azután műmadarakra engedjük rontani s azokat kehünkbe tenni, a miért cserébe húst kap. Végre eleven madarakra engedjük lecsapni. Ha azt így kiképezzük, akkor

rókát, farkast stb. is elejthetünk ilyen módon, sőt szarvast és őzet is.

Meg kell itt még említenem a hajtást. Ez is jó mozgás s a leghatalmasabb bepillantást enged az erdők rejtett életébe s hatalmas népességébe. De csak úgy vegyünk benne részt gyermekeinkkel, hogy baj ne érje őket, azaz olyan helyen s oly távol, hogy a lövések ne veszélyeztessék épségünket. Ambár én inkább csak olyan tanulmányi hajtást rendeznék, a mely által a vadak összehajtására szorítkoznék csupán, hogy lássuk a hatalmas és változatos állományt s azután kiereszteném a körből, ha kimulattuk magunkat velők. Bizony hatalmas egy szenvedély vesz erőt az emberen, a mikor látja felszökni az állatokat, látja őket elrohanni maga mellett, látja őket visszafordulni, vagy kitörni. Csak egyet sajnálok ennél, hogy látja őket könnyörtenül felfordulni is! Mindenesetre egész eddig mulatságos dolog a lárma, a zaj szabad kitörése, a mit a gyermek úgyis annyira szeret, mulatságos a dobolás, döngetés, ke-repelés, kürtölés stb.

Midőn az erdő kínálta élvezetek leírását nemei szerint így meglehetősen kimerítettem volna, nem hagyhatom még felemlítés nélkül, hogy az utóbbi felsorolt élvezetekkel kapcsolatosan, sőt ezek lehetővé, avagy teljessé tételére ne mondjak el egyet-mást arról, a mi itt még mint külön kézi ügyesség ajánlkozik. így meg fogjuk a madarászoktól, erdészektól, vadászoktól tanulni a csapdák, hálók, stb. készítését s ez is jótékony foglalkozást fog nyújtani, Kereplőket is lehet készíteni az állatok felzavarására hajtások alkalmával. Ezek készítését részletesen közölni fogom a jövő alkalommal.

Itt van azután az ejtett vadak bőreinek és más nyert dolgoknak (agancsok) eltartás céljából való kezelése. így a többi között a *mókus* s a tengerinyulak stb. bőrének szárítása. Ezek ugyanis a nyers oldalukon hamuval lesznek bedörzsölve és egy ékre felhúzva, azután szárítva. A borz s vaddisznó bőrét deszkákra kell kifeszíteni. A madarak tollait is gyűjthetjük s leányaink felhasználják azokat ka-

lapok díszítésére. De a többi szép prémet, szörmét is felhasználhatják vagy feldolgozhatják leányaink.

Ügyes dolog az állatok hangjainak utánzása úgy a szánk, mint pedig más eszközök segítségével, a mivel aztán csalogatni igyekezzük a vadakat s azok közel érve hozzánk, megfigyelhetjük őket.

Van az erdőnek művészete is. Bársonyos hegyparton a völgyekre s szép tájékokra kilátást nyújtó magaslaton, a százados tölgy alatt gyakorolhatjuk benne magunkat. A vadászkürt, az a kellemes hangszer, a melyet itt tanulhatunk s melynek segítségével tudónk tágul és megtelik az erdő balsamos levegőjével, még inkább, mint bármely más mozgás közben! Mily kellemes azoknak, kik messziről hallgatják, mily édes nekünk, mikor a kőfal, a lomb visszahangoztatja azt hozzánk!

Ha már a vadászatnál tartunk, ki nem hagyhatom a síkon való vadüzést sem. Így lehet a nyulat keresni mindenféle fekhelyein, répásokban, herésekben, mocsáros helyeken a szárazabb kupaczkokon. Aratáskor és utána a burgonya, kukoriczaföldeken, szőlőhegyeken. Kipuhatolni az erdőben és szőlőkben a ki- és bejáró helyeit. Tessék úgy képezni a gyermek érzékeit, hogy egy dülőföldnyiről a szántásban, egy-egy madárkát a lomb sűrűjében szemekkel felfedezzenek. Midőn kocsikázunk is, akkor is szemünkéi untalan kutassunk a körülöttünk elterülő síkságon. Ép úgy a levegőben, a vizekben is s az ilyen használata a szemnek még a rövidlátásra hajlót is megállítja hanyatlásában — s észrevehető lesz a javulás! így lehet a szarvast és őzet is feltalálni, pedig csak a füle látszik vala mely bokron túl. A nyulat a szőréhez hasonló téren kel keresni. Eső után homokos földre feküsznek. Jó keresés közben meg-megállni, ha pedig nagyon messziről kelnek, akkor meg nem állunk, hanem csak megyünk. Legjobbak a keresésre olyan napok, midőn a nap jó melegen süt s ekkor is d. e. 10 óráig d. u. 2 óráig. Szántáson a barázdák szélteben kell járni és nem hosszában — s a barázda mélyén fekszik. (Cserszilvásy-ból.)

A vízimadarak honában.

Nem hallgathatom el, hogy e helyen ne tegyem figyelmessé a t. olvasót Cserszilvássy Ákos a «Vadászat mestere» című művében költői lendülettel megírott azon részletre, a melyben Sárreéten kínálkozó élvezetekről szól a «Aki egyszer egy csizmát elnyűtt a vízországi vadjárásban, annak szenvedélye ezután mindörökre gyógyíthatlan, pompás városok műélvei, mámorai között is megcsendül olykor fülében az éjszakai lég csöndjében húzódó récze szárnyának ezüst hangú füttyülése, a fekete nádrengeteg verebeinek, békáinak buzgó vecsernyéje, melyet a végetlen pusztaság körüskörüli némasága templomivá emel.

A szép tollakért a kolcsagtollakért, a miket itt orozhatunk, érdemes a fáradtság. Lányaink kalapjaikat díszíthetik velük, egynémely vízimadárnak tollazatából remek karmantyút lehet készíteni, sőt tollprémül alkalmazni! És mi férfiak, ép úgy, a mint az erdőben zöld galylyal, tölgy levéllel díszítjük fel kalapunkat, vagy sas tollat tűzünk rá, — itt a fehér kolcsag, a vasfejű gém s az éji kolcsag szép tollaival ékesítjük fel azt.

Itt is inkább a gazdag madárvilág s társas élete megeléjésére fordítjuk fáradtságunkat s azért a mennyire csak lehet közelükbe lopódzunk. Egyet mernék ajánlani, miután néptelen tereken járunk itt: kíséreljük meg a vizek lakóit a kacsákat, szárcsákat stb. *nyulai* leteríteni: Ez nem oly veszedelmes, mint a puska s a mellett egy ősi ügyességet elevenít fel karjainkban. A fő hogy vadászengedélyünk legyen s a terület tulajdonosának beleegyezését bírjuk, a mit az ismeretség, barátság sokszor megszerez nekünk. A víz szélén *leskunyhókat* készítvén, ez is egyik foglalkozásunk lehet. A lörekesz elé úgy csalogatjuk, hogy a vízre gyak-

ran kenyeret, főtt burgonyát dobálunk. Csalikacsával is csábíthatjuk okét, a mely nőstény s lehet házikacsa is, de jobb a szárnyazott és sebeiből kigyógyult vadkacsa, a melyet lábánál fogva zsinigre kötünk s úgy bocsátjuk a vízre.

A vadludakat kocsin közelíthetjük meg, törökösen ülve benne s szintén íjjazva rájuk. A leskunyhók szénaboglyához, nádcsomóhoz hasonlítanak. Alkalmazunk egy fiatal, szelídített vadludat vagy szürke házi-ludat csalogatóul s szórunk nekik sárgarépát, káposztaleveleket stb. *A kacsákat horoggal is foghatjuk!* A horgok szárait béldarabkába s a zsinégeket víz alatt kötjük oszlopokhoz.

Nem utolsó multságok közzé tartozik egy ügyes uszár kiképzése s elég munkát is ad, bár nem nehezet, a mikor két zsinegen, egyikkel az egyik, a másikkal a másik parton menve vezetjük ketten s az ebet a tó közepén tartjuk a zsineg segélyével, őt a bedobott vadhoz vonszoljuk, ha nem akar érte menni.

Nem bánjuk meg, ha a „pákász“-szal megismerkedünk, a ki a vízi-vadonok ősembere. Kössünk vele jó barátságot s menjünk egy pár napra hozzá lakni, az ő nádkunyhójába. Ez aztán beavat minket e rengeteg titkaiba! Megtanít minket, mily egyszerű eszközökkel lehet itt a természetet kizsákmányolni, hogy lehet ez eszközöket készíteni. Megmutatja kirakott vétereit, véseit és varsáit, sőt velünk rakja ki azokat s ki, kivisz az ő napijárataihoz, a mikor utána néz fogásainak. Megtanít minket, hogyan kell a vizivadakat csapófával és törrel fogni. Az éléstárunkat gazdagíthatjuk sok ezer tojással, a mit itt szedhetünk, többek közt a bibicz tojást is, ezer különlegesség jut szerény asztalunkra — nem is megvetendő, nem is lesz rősz itt az élelmezésünk a természet nagy szárnyas udvarában. Hogy mást ne említsek, csak fiatal vad-iibát, melyet nyárson magunk sütünk, s fejeJelmi ebéd sem dicsekedhetik ilyennel mindig. Az elfogott apró libákat haza is vihetjük s ott leánykáink megszelidítik azokat, mint ahogy azt tették az ősidők leányai! Még tojásgyűjteményt is szedhetnek fiaink. Pihenő

óráinkban eltanulunk tőle gyékényből kaskát, kertünk számára köpűt kötni, nádból vést, vétret és var-sát, csikkaszt készíteni, nádat, gyeként, sást vágni és kékébe gyűjteni: mindezek jó foglalkozásaink lesznek a míg itt tartózkodunk. Megtanít minket a természetre ügyelni, az itteni madárvilág érzélemvilágába behatolni. Csak nyerni fog leleményességünk, életrevalóságunk, ha ellessük tőle azt az őseredeti képességét, minden szükség-letről, a mi az embernek kell, magának gondoskodni és azt megszerezni — ő a valódi természet gyermeke; a kihez a természet iskolájába járhatunk!

Az udvaron. A gazdasági udvar. Külső gazdaság.

Ha sem kert, sem erdő nem áll rendelkezésünkre, akkor legalább egy udvarra csak szert fogunk tenni, Az lehetőleg tágas és árnyékos fákkal beültetett legyen, s ne zavarjuk a gyermeket munkáiban, ha esetleg rendetlenségbe is hozza azt. Mindenesetre figyelmeztetni fogjuk arra, hogy lehetőleg rendbe hozza a munka után s a hét utolsó napján magunk is segítünk azt rendbe szedni, — de azért meg kell barátkoznunk azzal a gondolattal, hogy tiszta szép udvarunk ugyan nem lesz,— no de gyermekeink egészségeért feláldozhatjuk udvarunk jó hírnevét. Hadd lás-sák meg rajta, hogy itt munka és tevékenység folyik: árok, gödör, földhányás, építési anyag egymás mellett egyenetlenítik az udvart, a kapa, ásó, talicska, földszülő, csákány stb. a mozgalmasság jeleit mutatják.

Oly munkák ezek, a miket a gyermek nagyon szeret. Föld, kő, agyag, homok stb. mindenütt van, semmibe sem kerül és rontani rajta semmit sem lehet. Ha egyik mulatságát elvégezte vele, elegyengeti — s kezdheti újból, — kezdhet mást, a mit képzelete kigondol, vagy a mit neki megmutatunk. De itt legjobb a gyermeket szabadjára hagyni, mert mindenkor az az igazi mulatsága, ha nincs benne kényszer, ha öntalálékonyágának élhet. Azonfelül még igen egészséges ezen foglalkozások, mert a nyári melegben hűsítő s a forróság által úgyis a fej felé torlódó vért a talaj, a vele érintkezésbe álló lábakba húzza, ez által ezek erősödnek s a meghűléseknek ellentállóbbakká lesznek. Ha pedig a talaj nedves, csak annál jobban edzi a testet. Félni nem kell, — baj abból nem lesz, mondhatom saját gyerme-

keimen való tapasztalatból. Mikor kis fiamat először engedtem erre, már megelőző 3 esztendőben szenvedte a 2 hónapos korban kapott tüdőgyulladás következményeit és katarrusait, melyek el sem akartak múlni, minden kis időváltozáskor újra felléptek. — De mióta az édes anyaföldet tapossa kis meztelen lábacskaival, azóta elvesztette a hurutokat, azóta orvos nem kellett a házamnál és kiváltképen a ragályos betegségek távol maradtak tőlünk egészen. Pedig ezekből is kijutott azelőtt. Annál inkább sem kell félni, mert hisz nyár idején folyik, — a mikor a nap úgyis csakhamar felszikkasztja a nedvességet. *Eredménye azonban úgy a testi-erősödésre nézve, mint az edzésre meglepő lesz.*

Azonkívül előny még az igazi erőteljes mozgás mely karokat, törzset s lábakat egyaránt igénybe vesz, — mégis a munka aprónként folyhatik, folytonos pihenéssel váltakozva, minden megerőltetés nélkül. Ha kifáradt a gyermek — leül s a mikor kedve jön, újra hozzá fog. Nem kell biztatni, a gyermek fáradhatlan abban, a mit tenni szeret: ezek a munkák pedig természetében gyökeredznek.

Itt többféle munkát találunk:

a) Földmunkák.

A legegyszerűbbek ezek közül s játékszamba menők: ha egy-egy kocsival *homokot, földet, agyagot*, vagy *kavicsot* fuvaroztatnak az udvarra, vagy árnyas fák közelébe. Ezzel nem azt mondom, hogy a naptól teljesen védett hely legyen az, sőt éppen a nap érje akár egész naps, *mert a nap még a holt homokban, földben és kavicsban is képes oly erőt ébreszteni, a mélyek a szervezetre élesztőleg hatnak*. Tehát, a naptól melegített homokban henteregjenek, játszanak — s ha érzik a nap tűzését, a szervezet maga jelentkezik — s a közeli árnyas helyre vonulnak. Ezen árnyas hely is azonban ne a holt, faltól vetett árnyék legyen, hanem az átszűrődő naptól vibráló fa és bokor vetett

árnyék. (Lásd a napon való tartózkodást a nap fürdőről szóló-csikkben).

A gyermek képzelete a legváltozatosabb formáit teremti itt a játékoknak. Kis talicskáival tolja egyik helyről a másikra; apró ásóival ás-vájkál benne s épít házat, pinczét, *alagutat*, (melyen keresztül kis gőzvasutat vezet-hetünk neki) emel várakat stb.

Vezetésünk mellett azonban még változatosabbá sőt tanulságossá is lehet tenni ezeket. Homokból, földből, agyagból különböző, alakokat, házakat, gúlákat, piramisokat, mértani alakokat, sőt kombinált alakzatokat rakhatunk; bádog vagy fa-mintákba sajtolhatjuk és kiborítva a gyermekek mulathatnak vele. Itt játszva munkáltatik az alak-érzék, örül a képzelet és észrevétlenül szedi anyagát az ismeret.

Hatalmas munkáltatására az erőknek, s az alkotási-önérzet emelésére szolgál nagyobb, parlagon heverő, műveletlen területeken vagy az udvaron földből, homokból hegyek, völgyek, források, patakok, tavak, tengerek, szigetek hordása s a közeli vízből, (patakából, kútból) való táplálása. Ez már nagyobb gyermekek mulatsága lehet, s a méretek persze azok ereihez mértek. De legélvezetesebbek ezek források és kis csermelyek közelében, a hol a víz folyása és ereje maga kínálkozik szolgálatunkra. (A tavakon aztán önfaragta csolnakok, vitorlások, gőzhajócskák, tutajok járhatnak. Lehet vízeséseket alakítani s azok kis vízimalmokat hajthatnak. Az ehhez való játéktárgyakat lehetőleg maguk a gyermekek készítsék és pedig a leg-egyszerűbb alakban, mert a főczél minél változatosabb élvezeteket nyújtani, tehát minél különbözőbb dolgokat készíteni — a szépen, tökéletesen kidolgozott tárgyak eszközök pedig sok dolgot adnak és elvonják a gyermeket az igazi szabad, erőteljes, a légtenger *éltető csapkodásai közt* lefolyó mozgásoktól.

Lehet itt csákányozni, ásni, földet hányni, talicskázni, gödröket betölteni, egyengetni, feltölteni stb.

Az építésre való szivacsos mészkövet négy szögletű ékre vághatjuk.

Udvarunkban *vályogot* vagy *téglát* is vethetünk.

Kedveltek a házkörüli *czement munkák*: lapok, ivó-vályúk, vízfelfogók, konyha, pincze, udvar, járda alapjának czementtel való tapasztása. Sőt egyszerűbb viszonyok közt agyagtapasztás pld. a kuglizóé, konyháé stb. Vízartók, vízgyűjtők, fürdő vagy szökőkút medencze készítése.

Itt vannak még a *téglaburkolatok*, *kövezési könnyebb munkák*, a melyeket a gyermek igen kedvel. Ép úgy a téglá, a kövezet felszedése stb.

Fellette érdekes mulatságot szerzünk nekik, ha valamely földfúráshoz vezetjük őket. Itt a gépek munkája, a föld mélyeinek megnyilatkozása, a felszökkenő forrás, avagy más elért eredmény becsessé teszi e napot test és lélekre egyaránt. A gyermek e naptól kezdve érteni kezdi a munkát, részt kér magának belőle s a mindent áthatni kívánó küzdelemből. Persze a nevelő eszményesítő hatalma magas élvezeteknek, egész életre kiható elhatározásoknak, világnézeteknek lesz forrásává!

Szóval itt erőben és egészségben gazdagokká leszünk!

b) Az építés.

Van-e a mit a gyermek jobban szeret, mint építeni? De nem koczkákkal, mert ez csak értelmi munka. Nekünk olyan kell, a melybe a test is »belemelegedjék«, — belemelegedjék a vér élénkebb mozgása, hevesebb élenyülése által, *mély a betegségek távoltartásának egyik legfőbb biztosítóka*, mert ez által az anyagcsere (szükséges anyagok felvétele s az elhasználtak, erjedés- és rothadászerűek eltávolítása) tökéletesebben folyik le. Aztán a szabad levegőben történik!

Itt is a munkákat a gyermeki kor szerint válogatjuk ki, a 6—7 évesek egy-egy téglácskát hoznak nekünk, hogy mi nekik építsünk; a nagyobbak 8—10 évesek kisebbszerű talicskákon tolnak építő-anyagot, maga az építés pedig egy téglának a másikhöz való illeszkedéséből állván, ennyit

a gyermek meg fog tudni tenni minden nagyobb megerőltetés nélkül. Tulajdonképen kedvtelésünk legyen, melyet az ahhoz értő kőműveslegénynyel együtt végzünk, s ők a kis iparosok, a kik sűrőgnek, forognak körülöttünk.

Természetesen az építés a legprimitívebb eszközökkel és módon történhetik és csakis a legegyszerűbb, lehet mondani ősi hajlék és gazdasági *fedett helyek* előállítását ajánlom itt felvenni. Mindenesetre jobban szeretném nem oly kicsiny dolgokat, a melyek csak minta számba mehetnek, hanem olyanokat, a melyeket tényleg használni lehet: mint ólak, pinczék, vermek, színek, kutyaház, istállók földből és földbe stb. De ha ilyenekre nincs alkalom, elfogadom a csak szórakozásul szolgáló vályog, téglá és kőrakosgatást.

1. A legelső és hosszabb időre való foglalkozást ad: *az építő-anyag gyűjtése, előkészítése*: mint agyag, vályog, kő, téglá, fa, szalma, nád stb. Az alkotás melege nyilatkozik abban, a mikor a gyermekeket belevonjuk a munkába, mikor az agyagbányából hozzuk az agyagot; vetünk belőle vályogot, vagy kivezetjük őket a vályogvetőkhöz stb.

2. Vagy elvisszük a tégláégetőbe s ha ki lehet eszközölni legalább egy napig foglalkoztatjuk őket ott, miközben megismerkednek azok előállításával. Akkor azután kocsira rakjuk s hazahordjuk a téglákat: s ezek fel- és lehordásában jól beleizzadhatnak, hacsak egyenként hordják is! *Pedig a munka-verejtékében születik az egészség* ekkor válnak ki az elhasznált, káros terményei testünk vegyi életének, — melyek, ha nem távoznak el, vagy nem kellőleg és nem teljesen, avagy csak *lassabban*, a mint kellene: a testi-élet zavarai következnek be! Azonkívül ezen mindennapi foglalkozásokkal természetévé, *mindennapi szükségletté tesszük a munkát, a mely megszokássá lesz, s nem fogja később sem elhagyni, nélkülözni, — a mint most a a testi-semmitévés lett szokássá.* Ez pedig természetellenes s az általános elgyengülésnek oka!

3. Olyan építéseket értek itt, a milyeneket az ősi népek, s a most is vadonban élőknel láthatunk. Olyanokat,

mint a milyeneket még ma is a mi csőszeink, pásztoraink, czigányaink, szénégetőink stb. hevenyésznek, tehát földgunyhók, ághajlékok a szőlőben, a dinnyeföldeken stb. Sátort verni, a mely alatt délutáni pihenésünket tölthetjük; vásári sátor felállítására stb.

4. Legkönnyebb azonban agyagból falakat verni: egyszerű és elég gyors; az eredmény pedig a gyermeket eltölti bizonyos öntudattal, hogy ő erős, hogy ő házat tud magának építeni. Emberek! Vegyetek magatoknak egy kis telket, építsetek arra családtagjaitok segítségével egy kis hajlékot, szereljétek fel a legegyszerűbb gazdaság eszközei, varázsoljatok egy kis vadon-paradicsomot köréje és az erények legbecsesebbjei fognak bennetek és gyermekeitekben kelni és erősödni: az önboldogulás, a munkásság s az egyszerű megelégedés erényei!

Felsorolhatjuk még: fából építeni fészert, istállót, ólat, sőt házat is, tetőt nádból, szalmából, deszkából, de zsindeleyezhetünk, cseréppel is fedhetünk, mert hisz alacsony, kis épületekről van itt szó. Mind ezeket persze lehet, sőt tanácsos lesz egy hozzá értő falusi emberrel, munkás segítségével végezni. Falu helyen mindig vannak ilyen ezermesterek!

Elvezethetjük őket az erdőbe, az építéshez szükséges beszerzési munkálatokhoz, a kőbányákba is, hogy lássák miként nyerik az anyagokat az építéshez.

Rendkívüli hálás helyei a gyermeki tudvágnak és a munka-kedv érvényesülésének az ácsterek!

Ha a ház körül, vagy másutt van élő fa, a melyet felhasználhatunk, akkor azt kiemeljük s a maga legegyszerűbb módján megácsoljuk!

Aztán ha elkészültek a falak, vakoljuk azokat, majd meszeljük is.

Összeróhatunk ablakramákat s azokba üveget vágunk. Padlózhatunk, agyagozhatunk és betonnal is dolgozhatunk. A famunkák mázolása, sőt a szobák festése is kínálkozik, bár az nem a legegészségesebb — de a gyermek igen szereti. Egyszer a többi közt nem árt.

Megépítjük a nyitott tűzhelyet, felállítjuk a banya vagy a sütőkemenczét; összeállítjuk a cserépkályhát.

A ki egyszer ezek egyikében vagy másikában részt vett, — sohasem fogja elfeledni emlékeit — és lelke alkotó ereje, leleményessége csak nyer, s a mi fő keresztül élt] és dolgozott egy részletet abból a nagy folyamatból, a melyen az egész emberiség egyszer átment, — melynek egész a mi korunkig kiható eredménye él testünkben-lelkünkben s alkotásainkban, mely utóbbiaknak amazok kiinduló és kezdő pontjai!

c) A vizek.

Csak, a hol a föld, a forrás és az isteni napsugár egyesül, ott jelentkezik az élet a maga pompájában. S ez nemcsak a növényvilágra áll, hatással bírnak ezek az emberre is. A forrásoknál, a tengerek mellékén fakadhatott az első szárazföldi lény csirája, — azok közelében az első kultúra! S ép ezért hiszem és vallom, hogy ezeknek ma is nagy befolyásuk van az ember életére és egészségére s ha hasonlattal szabad élnem, akkor az embert a föld, a víz s a napsugár fenséges szövédékek tartom, s magát az életet a legmagasztosabb vegyi-folyamatnak! Ebből aztán következik, hogy ezen ősi alkotó, életfakasztó erőkel való minél gyakoribb érintkezés csak kedvező lehet reánk. Nyaralásainkból a forrás, a csermely, a kis patak el se maradjon és ha nem lakhatunk ezek partjain, legalább a határ bővelkedjék bennök. Egy kristály forrás, hús lombok árnyában, buja növényzettel csak kiváló czél pontja lehet a kirándulásoknak, a hova azután le is telepszünk. A csergedező patak mentén csoportosuló égeresek és fűzesek régióiban változatos növény és állatvilág gyűlik — s a kerepelő malmok hívogatólag állítják meg az embert, hogy itt új és ismeretlen élvezeteket szerezzünk!

Már a házikertben is jut a vízzel való érintkezésből, a mikor kora reggel és este naplementekor locsoljuk, öntözzük. Vagy egy bevezetett forrás, vagy a kútnak vízével, a melyet vízárkokkal behálózhatunk, vízgyűjtőket

készíthetünk s ezekből locsolhatjuk vagy kannával öntözhetjük, sőt egész keltünket el is áraszthatjuk vele.

Az udvaron folyó földmunkákat, földjátékokat még: változatosabbá tehetjük, ha a vizet is bele vesszük, a mennyiben víz-hálózatot, tavat, tengert, kutat játszunk vele = stb. Még sikerültebbek e játékok, ha egy forrásból vagy patakból kapják vizüket, sőt alacsonyabb helyekre primitív vízvezetékot rakhatunk pld. nádcsövekből; néha szökőkút is-sikerül stb.

Az alkalmas sekély patakokban gyakran rákok élnek. Ezeket egy ágra akasztott húsdarabkával csalogatjuk odúikból, a mikor is reá kapaszkodnak s a víz felszínéig engedik magukat általa húzatni. Ez alatt másik kezünkkel a víz alá merített, fűzfavesszőkből általunk kötött, botra erősített kosárral aláféruünk s ezzel aztán kiemeljük. Rákgazdag helyeken fáklyával is csalogathatjuk őket a vízből éjnek idején.

Nagyobb gyermekekkel a vízi-malmokhoz is el csolnakázhatunk s egy napot tölthetünk rajta. Megnézhetjük az ott folyó munkákat és életet s a jóízűen elköltött halpapríkás, molnár galuska után visszatérhetünk a partra.

De legtöbbet érne, egy teherrel vontatott hajóra vagy halászbárkára felkéredzkedni s annak egész útja alatt rajta tartózkodni. Jó levegőben, a légmozgástól enyhített napfényben, egészen a hajós élet szokásaiba beleélve magunkat: nem lehet ennél jobbat kívánni üdülésünkre és erősödésünkre! Tudom, hogy ezen pontot sokan kifogásolni fogják, de a mi a veszélyt illeti, az végre is mindenütt reánk található. És azután itt 14—15 éves fiukra gondolok! Legfeljebb nagy-nagy ügyelet kell — s szófogadó gyermekek! Mert hiszen most már tengerihajókra is telepítik a gyermekeket külföldön s az egész szünidő alatt a szabad tengeren töltik idejüket. Ha ott nem kell félni, ha ott tudnak vigyázni a gyermekekre, akkor azt itt is meg kell tudni cselekedni! Először nem is utolsó módja ez a hazai föld megismerésének. A hajó lassan haladván, több időnk marad, mindent jobban megtekinteni, a térképpel összehasonlítani.

a községek fekvése felől tájékozódni, azoknak összképét áttekinteni, a természet változatosságát megfigyelni, a víznek erőnyilvánulásait felismerni, a lebtani változásokat (felhők, zivatar, villámlás) keletkezésükben hatalmas mivoltukban látni, a csendes nyári csillagos éjben gyönyörködni, a természet est- és regg-hajnali színpompájában, ibolyás páraiban elábrándozni! De meg munka is akad itt, ha más nem a halászás fenékhoroggal, csolnakázás, élelmiszerek beszerzése s a hajóra való szállításbani résztvétel, a parti lakók egyes különlegességeinek bevásárlása, a hajó tulajdonos forgalmi, kereskedelmi munkáinak figyelemmel kísérése, kikötéskor a parton sátor verés s ott sütés, főzés stb.

Ha sekély patakok mentén lakunk, vagy ilyenekhez kirándulhatunk, akkor a gyermekeket önként is elfogja a vágy a csalékony halakat, a melyek, úgylátszik, kézzel is elérhetőek, fogdosni. Elmulatnak velük akkor is, ha oly aprók mint a kis ujunk, — tudom gyermekkörömben kalapomat sem sajnáltam, a víz alá meríteni a Dunán, a Rákoson — s örültem ha e módon 1—2 kis halacskát foghattam s üvegben, bögrében hazavihettem. Vannak hegyipatakok, a hol csak térdig érő vízben kézzel is lehet halakat fogni. Az alföldön a kiöntések után az útmenti árkokból a férfiak, kik hálókka, lepedőkkel, az asszonyok szoknyáikba fogdossák, merítik ki a halakat a víz leapadása után. Ki nem használná fel az alkalmakat!? A gyermek is szeret szerezni, és pedig szerezni a természettől ingyen — csak testi fáradtsága útján — a melyet az szívesen ad, hisz van, és még teste-lelke nincs megmérgezve a lustaság miazmáitól, sőt a testi erő érvényesülni kíván. És ha még a halászás ügyeségtől van feltételezve, mint pld. a szigonynyal való fogás, azt a legnagyobb mohósággal űzi felnőtt és gyermek egyaránt.

De a csekély mélységű alföldi kiöntéseken úgy is e lehet mulatni, hogy ha hasig érő vízben a vonó hálóval fogdossuk össze a halakat. Vagy két csónakon vontatunk egy ily hálót: mind ezt gyermek koromban végig csináltam, nem lett semmi bajom még kevésbé lehet baj, ha a szülő, a

nevelő erős észszel örködik felettük! A víz edz, a víz erősít — a nap aczélozza a fedetlen testet — megbarnul, megpirul tőle, igen ám de az a bőr télre gyűlő vértől van, a mely úgy táplálja, úgy erősíti a felbőrt és a közvetlenül alatta elhelyezett szerveket, hogy azokon ebben az évben sem azután egyhamar semmiféle ragályos kór erőt nem vehet. Ezeknek éppen legtöbbször az elbetegesedett vértelen bőr az oka.

A horgászás is kellemes, de szerintem kissé unalmas. Az igaz hogy türelemre, kitartásra szoktat, ám de az a mozdulatlanság és megfeszített figyelem, a melyet ez megkíván: nem szolgálhatnak testi-lelki üdülésre. S a gyermek erre nem is képes! Mozgalmasabb a fenékszínórral, a merítő hálóval a pendelhálóval való halászás vagy a lassan tovább úszó csolnakról zsinegeken lelógó horgokkal, lehet nyíllal, légpuskával löni, leleményes és tevékeny a kosarakba való fogás, *s ezeknek a fogó készülékeknek halász segélye melletti elkészítése*. Csak ajánlható az itt használatban lévő különféle, könnyen a víz nyújtotta sás, nád, fűzfából készíthető halász-eszközök készítése. Fűzfavesszőkből, sásból, kákából, fonadékok, faháncsokból kötelek, czernából, spárgából, hálók, továbbá szigonyok, haltartókasok stb. Gsolnakot is ácsolhatunk vagy deszkákból készíthetünk. Mindezeknek minél élvezetesebb végigcsinálására legjobb néhány napra halászhoz szállni vagy ha ezt választjuk a nyár főfoglalkozásává, akkor az egész idényre nálunk telepszünk le, akár kint parti kunyhóikban, azután velük élünk, kézi foglalkozásaikat utánozzuk, a munkáikban kísérjük őket, életmódjuk különösségében osztozunk velük.

A halászással egybetartozik a csolnakázás is, s ez is nyújt erőteljes szórakozást, mint az evezés; de nagyon megfogják szeretni a *vitórlázást*, ezt a vizek tükrén végig sikló játékát a vízi sportnak.

Az édesvízi kagylókat, csigákat gyűjteni lehet s azokat azután pld. egy vizigrotta készítésénél felhasználni és cementbe rakni!

d) A gazdasági udvarban vagyis a házigazdaság körüli munkák.

A falusi munka-életnek egy tetemes része a ház körül folyik le. Kint csak annyiban dolgozik ma már az ember, mórt ezen mezei és külső gazdasági munkákat nem lehet a házhoz szaz udvarra bevinni. Különben halehetne, bizonyára mégis tennék, hisz tanyát építenek sok helyen, hogy csak a munkatér közelében lehessenek. Mások meg elvégezvén a külső munkákat, a ház melletti gazdasági udvarra vagy szérűre iparkodnak, sőt itt van gazdaságuk tulajdonképen cselekvő része, a melyért mind a többi történik: itt az éléstár, pincze s az azokat élelmi termekkel ellátó vagy a gazdát munkájában segítő házi-állat állomány is. Nos és ezek adják leginkább azon foglalkozásokat, a melyeket a mi gyermekeink látván, részt kérnek helőlük, s mi jól tesszük, ha nekik kellő munkálkodási teret engedünk.

A városi udvarok ugyan ilyen munkákra nem szolegálnak, mégis találni itt-ott egy-egy szabadabb, napfényes, gyepes udvart, s akkor egyik-másik dolgot ezek közül itt is megkísérelhetünk, bár megváltozhatlan meggyőződése s elhatározásom, hogy a városi lakviszonyok szűk terei közt semmiféle állatot be nem fogok s gyermekeimet sem szoktatom e kegyetlenkedésekre. Mert állatkinzás az, ha az állatokat az ő természeti követelményeiktől, a szabad mozgástól, a szabad legelészéstől, a naptól és levegőtől elzárva tartom, mert egyrészt azok egészségét, másrészt a természetet rontom!

A gazdasági udvar foglalkozásai lehetnek:

1. A tulajdonképeni gazdasági munkákban való részvétel, a milyen a cséplés kézi cséplővel vagy lovakkal, hajtva azokat; szénaboglya, szalmakazal rakás; a gumós és gyöknövények elvermelése; a kukoricza csöveknek füzérekbe való kötése. (A rostálás, szellőzés nem épen kívánatos, mert a belőle száló por ha nem is veszedelmes, de kellemetlen — s a mi a port illeti, abból elég jut a váro-

siaknak!) A termés s a takarmány hazahordása szekereken, a mikor vagy a tetejében ülnek a megrakott kocsinak, mi nagy gyermeki élvezet, vagy a nagyobbak hajtanak, magától érthetőleg mindig a felnőttek kellő ügyelete mellett!

A fiúk kézi őrlővel megdolgozzák a lisztnek és darának valót, sőt a háztartás számára olajat is ütnek napraforgó- vagy tök-magból. Az előbbi pompás asztali-olajat szolgáltat a konyha számára, de a világításra is használhatók ezek. S ez bizonynyal erős önérettel fogja majd őket eltölteni, a mikor látják, hogy ők a ház hasznára vannak, mert ezen és hasonló készítményeik egész esztendőre is szolgálhatnak a háztartásnak.

A leánykák is kellemesen foglalkozhatnak a gazdaság körül. Nem gondolok itten a tulajdonképeni szoros háztartásra (takarítás, főzés, mosás, vasalás stb.), mert bármennyire a házi erényekhez is tartoznak, mégis nagy az egészségtelen hatásuk, s azért a szünidőkben, a mikor üdülésről van szó, ezeket kizártaknak tekintem s csak legfeljebb, mint játékok fordulhatnak elő, ha a leánykák kívánják. Azért mondtam már jóval előbb, hogy ezt az időt a példás háztartástól az év alatt agyongyötrött családanyák akkor pihenjenek: minél egyszerűbb, ajánlhatom *szegényes* berendezésben éljenek a falun, s a háztartás idegbántó dolgait egy jó hírben álló paraszt asszonyra bízzák!

A mi azonban azután a többi falusi asszony- és leánymunkákat illeti, azokat meg okkupáljuk tőlük. A kert dolgairól nem beszélek, az már magától értetődik, de vannak itt egyéb munkák még. A kender- és lentermesztés, nyüvés, áztatás törés, tilolás. Azután nagyon illő egy kis gazdasszonyhoz a vászonfehérítés és könnyű is, egy kis kannával mezítláb körüljárni a bársony gyöpön és öntözgetni a kiterített vásznakat.

Hasznos s élénk foglalkozásokat nyújtanak: a gombagyűjtés, szárítás, a tarhonya készítés, a paprikacsövek felfűzése, szárítása, majd törése. Kapornak s más kerti veteményeknek eltevése s konzerválása körüli munkák. Kiválólag a konzerválás egy hálás és minden háztartásnál ok-

vetlenül követendő gondoskodás, a mely a tavasz, nyár és őszt terményeit elteszi és megőrzi más évszakokra, s a mely egyes falusi vidékek túltermeléseit, a mi drága városi viszonyainkba olcsión beviszi. Nagy erkölcsi és nemzetgazdasági motívum van ebben s a gyöngéd női nemnek jól fog esni az egész tél folyamán hallgatni elragadtatásunkat a készítmények és gondosságuk felett.

Így konzerválhatók a zöld főzelékek, a nyers gyümölcsök; de meg húsok, vaj, tej, tojás, ősszel liba fertályok stb. stb. A must pasztörizálva (Pasteur után) pedig rendkívül egészséges és becses itallal látja el vendégszolgálatunkat. De ott van még a méz- és gyümölcsborok készítése, a melyek a mi borszúk világunkban valóságos nyereségszámban mehetnek s megmentenek minket a hamisított borok veszedelmes élvezetétől — sőt gyomorrontásoknáí, betegségek után kellemes erősítőként szolgálnak!

2) Az állatokkal való kedvteléseknek is van itt bő alkalmuk.

Ha módunkban áll,-vegyünk a gyermekek számára egy kis szelíd póni lovat. Ennek etetése, tisztítása lesz mindennapi dolguk — s cserébe aztán lovagolhatnak, nyargalásznak rajta. Sőt a kis kocsin ki is kocsizhatnak! S kocsit tisztántartása, kenése, a szerszám gondozása szintén foglalkoztatásul szolgál.

Ha pónit nem vehetünk, legalább egy szamarat szerezzünk — s ezzel a jó türelmes párával sokat mulathatnak. Ezen is lehet »szamarogolni;« húz kocsit, télen szánkót s hordatnak vele kisebb terheket is. Felhasználható kiránduláskor, a mikor az elemózsiát hozhatjuk általa, s visszatértünkkor a fáradt gyermekeket felrakhatjuk a kis kocsira.

Kimehetünk a ménésbe, a hol a csikó fogja érdekelni a gyermekeket. Ha a gazdának, kinél nyaralunk, van csikója, akkor mi is elkísérhetjük, a mikor kivezetik a legelőre. Sőt az éjjelre legelőre kivezetett lovak után is kimehetünk s akár ott is tölthetünk egy szép nyári éjjelt a szabadban! De nappal is elkísérhetjük őket a legelő helyre.

nagyobbak a fiúk s az állat türelmes, szelíd, kíséretünk mellett meg is ülhetik a lovat szőrén. Ezek felszerszámozhatják, befoghatják a lovakat, hajthatnak és fuvarozhatnak is. Maguktól is részt fognak maguknak kérni, ha a lovakat úsztatják, kefélik, csutakolják, itatják, abrakolják.

Jó foglalkozás továbbá a gyermekek számára a kecsketartás. 1—2 kecskét gondoz, hajt legelőre vagy hordja neki a házkörül, illetőleg messzebből vágott fűvet, a melyet kocsin, talicskán hazahord. Ez tejjével is kedveskedik a gyermekeknek, a kis gidák pedig kedves játszótársai a leánykáknak.

Tarthatunk nekik juhot is, kis bárány fiával, ezek is ártatlan szép szórakozást nyújtanak nekik. A kis leánykák mosdatják a báránykát. olyan lesz szőrük, mint a selyem, puha, tiszta fehér! Nyakán piros szalagon kis csöngettyű, a nagynak pedig kolomp van felkötve. Kezesek, követik kis gazdáikat, minden lépten nyomon. Húsvétra pedig ez lesz az ártatlanság és a béketűrés megünnepelt állatkája. A leánykák sarlóznak nekik fűvet, a fiúk szénát gyűjtenek, lóherét vetnek kis darab földön; kis aklot, etető rácsot, deszkavályút készítenek.

Mulatságos a gyermekeknek kis malacot venni. Eleinte tejen tartják, azután a házi hulladékokon egy jó darabig nevelhetők. — Elérvén azt a nagyságot, a melyen túl hizlalás nélkül nem igen vesznek fel — leölhetők s a gyermekek ekkor egy kis disznótort csaphatnak. Ők dolgozzák fel a húsféléket, a leánykák főznek, sütnek, a fiúk Készítik a kolbászokat. Meghívják kis vendégeiket is.

Gyermek udvarból nem hiányozhatik a házi-nyúl a maga sok szép fajaiban, de leginkább a nagy házi faj, mely a konyhának is szolgál. E körül is vannak munkák s ezekbe a gyermekek oly hévvel melegednek bele: fűvet hordanak, répát vágnak nekik stb. Milyen gyönyörűség az a sok apró nyulacska; hát ha még sikerül az aratóknak egy vad-fiat haza hozni a mezőről s azt is házi gazdaságunkban befogadni — esetleg fel is nevelni!

Baromfiakkal való foglalkozás szórakoztató leánykákra

nézve, míg az itt szükséges berendezések a fiúk kézi-ügyességét veszik igénybe!

Már kora reggel gondoskodnak a baromfiaknak, galamboknak, *díszbaromfiaknak*, (páva, fáczán, gyöngytyúk, stb.) etetéséről; a tojásokról s azok ültetéséről. Az aprófiak felnevelése, gondozása pedig elég jó, mérsékelt mozgással jár: lehet ezektől is elfáradni s éppen a fáradság mutatja, hogy a test kifejtette erőit.

A mi kis gazdasszony-leánykáink meglátogatják néha a libapásztor-leányokat a mezőn, a réten s egy napra beleélik magukat azokat életébe, gondjaikba is,

A kacsáknak tavakat készítenek a fiúk s lecsapolva, néha felfrissítik azok vizét! Nemkülönbén kintjártukban gyűjthetnek nekik csigákat, cserebogarakat stb.

A baromfiak hizlalása szintén ad munkát leányainknak.

A fiúk által hazahozott mezei és erdei madarak felnevelése és *szelidülése* szintén az ő teendőjük lehet. így szelidül meg a háznál a vércse, a sas, a héja, a varjú, a holló, a vadkacsa, fogoly stb. Sőt rókát is láttam már kis korától felnevelve és lánczra kötve — de azt már állatkínzás számba veszem!

Ezek után nem mulaszthatom el ide iktatni a *kutyával* való együttélésről megemlékezni. Igen érdekes a vadász-kutya társaság! Azt tanítgatni a vadász-szolgálatokra, az udvari dresszúrától — fel a vadkeresés magas ügyességéig — valami élvezetes és érdekes! Még az ember is tanulhat tőle óvatosságot, figyelmet az elrejtve, meghúzódva lévő állatok felkeresésében. Persze hogy ez csak megfelelő és megengedett vadászterületeken folyhatik, melyeket vagy tulajdonban, bérletben bírnak, vagy ilyenhez engedelmet nyernek. Legjobb az ily területek vadászához, vadőreihez csatlakozni, ha más nincs módunkban. Sok élvezetet ayujt a kutya tanítása síkon, erdőn, vízen: ennek hatását megérezirék nagyon is, úgy testi, mint lelki valójukon a 10—12 éves fiúk. Ez egy darab ősi foglalkozás: az állatoknak a maga céljaira való idomítása!

A mint már említve is volt, hogy a legelőkre ki-ki-

mehetünk tarisznyát akasztva a nyakunkba s abban ama erőteljes, de egyszerű ételekből viszünk, a melyekkel a falu, a pásztor népe él. De a magunk külön élvezetére mást is vihetünk. Tejet, túrót, sajtot; zsenticzét, író tán kapunk a bacsótól vagy juhász-gazdától; de jó falusi rozsz vagy búzakenyeret viszünk. Lehet még sonkát vagy szalámit, (igen jó ennek magyar fajtája, a melyet több magyar háznál kitűnően tudnak készíteni) továbbá vajat, egy kis gyümölcsöt, — no meg okvetlen egy darab szalonnát, a melyet majd kint megsütünk. Ozsonna idején s hozzá útközben még néhány burgonyát is szerzünk, hogy parázsban megsütve, mint a gesztenyét úgy felfalatozzuk! Gomba, tojás, (ha teszem azt bibicz tojást találunk) szintén ínycséség számba mehet, ha a parázsban megsütjük. De ha tetszik, süthetjük a magunkkal hozott húst, cigánypecsenyét, vagy ha valami madarat (pld. fürjet, verebet) lőhetünk útközben flóberünkkel, megkoppasztjuk, azután szalonnán vagy szalonnában megsütjük. A piruló és sitergő szalonnát pedig a kenyérrre cseppeggetjük — s mind ez valóságos mezei lakomát fog adni!

A hegyi legelők juhászatai, az alföldi rónák szarvasmarha gulyái, ménesei, mennyi szórakozást és élvezetet nyújtanak, mennyi különösséggel, változatossággal szolgálnak. Ott ismerkedni meg az állatok nagy tömegeivel, azok természet-társas együttélésével, a kültermészetnek velük való viszonyosságával: azaz más állatoknak és életnyivánulásoknak odavonzásával. Megismerkedetni a juhászok, pásztorok idillikus életével, azok szórakozásaival és költészetével stb. Mindezt oly naiv nyilatkozásokban, a mik ép a gyermek lelkének legmegfelelőbbek. Minden hónapban néhány kellemes napot és emléket fog nyújtani! Nem érdektelen egyszer látni a juh-úsztatást és nyírást is. Valóban egész életre kiható alapismereteket lehet így szerezni a szünidőben, pedig [nem is azok után törtetünk talajdonképen!

A sélyemhernyótenyésztés egy szép fejezet az állatvilág megismeréséből s a nemzetgazdaságból. Tanulságos, képző

és munkáltató — mégis igen könnyű. A gubók legombolyítása, a motolla elkészítése, különféle állványok és polczok képezik itt a munka tárgyait.

De ha már az állatvilágnál tartunk, nem akarom kihagyni a tevékenységeknek azon nemét sem, a mely abban nyilvánul, hogy a különböző állatokat elhozzuk külső tartózkodási helyeikről s itt a háznál teremtünk nekik tűrhető megélhetési viszonyokat, s azután megfigyeljük életüket, életviszonyaikat, melyet kedvünkre kipuhatolván, ismét szabadjukra bocsátjuk őket! így a természetrajzot való gyakorlatában átkísérjük. Tehát egy kis viváriumot, akváriumot rendezünk be, a hol aztán állatot, növényt tenyésztünk. A fákról, növényekről pld. leszedett petéket kihagyjuk kelni, s ezeknek megszerezvén az életfeltételeit, felneveljük. így lehet gyíkokat, kis lombi békákat, érdekes rovarokat, hernyókat és pillangókat tenyésztetni, de a legérdekesebb lenne a már leleményesen megállapított módokon *halacskákat* keltetni. Csigák és kagylók életét is ezekben a berendezésiben hozzáférhetőkké tenni. És egyáltalában, a hol csak lehet az állatok társas és mozgalmas életének megfigyeléséhez férni, megteszszük azt, így a méhekéhez, hangyákéhoz stb. Mindenkor legérdekesebb lesz azonban a sekély vízfenék állat és növényvilágának megfigyelése. Ha csak lehet szerezzük meg a a tyúktojást keltő gépek sokféle találmányainak egyikét vagy másikat és tegyünk kísérletet vele a gyermekek mulattatására!

A ki szereti az éti csigát, az gyűjtetheti őszszel és nagy földdel töltött faládákba teheti őket téli betokolódáscéljából.

3. Végre itt folyhatik az udvaron a gazdasági munkálatokhoz szükséges *egyszerűbb berendezések és szerszámok készítése, javítása.*

Favella-, gereblye-, boronakészítés és javítás; különböző nyelek vágása és előkészítése, nyelezés, szerszámok élesítése stb. Hogy ezek végezhetőek legyenek, kívánatos

tesz beszerezni kádárpadot, vasüllöt s egy kis hordható kovácstűzhelyet stb. Ezek s néhány kovács vagy lakatos számmal azután fémeszközökön is végezhetünk javításokat.

e) Külső gazdaság.

Ez a legtermészetesebb foglalkozás ugyan, mert a szabadban folyik, — de kissé nehéz a gyermeknek. Mindazonáltal lehet neki valót találni! Különben az is megteszi, ha csak ott forgolódik a munkások körül, bizonyára egyet-mást ő is utána csinál. De van itt elég olyan foglalkozás, a mit a gyermek $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{2}$ óráig, sőt 1 óráig is folytathat. Tovább azonban ne, akkor változtassunk a foglalkozáson, hisz nekünk nem az agyondolgoztatás a célunk, hanem az üdülés az örömmel teljesített testi munka által. Azért céltudatosan vezetve, de mindenesetre a gyermek hajlamát mérvaóul véve, kell őt ilyen foglalkozásokra vinni.

Mi kell ehhez? Első hogy falun lakjunk valami falusi gazdánál, — kiknek földjei vannak. Akkor azután velők ki lehet járni a földekre.

A kiknek saját maguknak van birtokuk, azok, amikor a munka folyásának utánnézésére mennek, korán reggel, vigyék ki gyermekeiket is és pedig már betöltött 6-ig évüktől kezdve! Ott aztán egyik-másik dologba, a mely nekik, megtetszik vagy, amelyre animáljuk, hagyjuk belekóstolni: ezzel egyrészt megismeri a különböző teendőket, azoknak ügyességét és fáradságot igénylő voltát és megbecsüli a munkát, a munkást, az erőt. S erre e foglalkozások a korhoz mérték legyenek és felügyelet mellett történjenek, sőt hogy jobban lássák és eltanulják, jobb kedvvel tegyék, a szüle, nevelő is kezébe veheti pl. a kaszát, kapát és dolgozhatnak: ezzel megadja a munka falmagasztalását, megbecsülését és demokratikus felfogását — ezzel modern egyenlőségi elvet csepegtet szívébe — de bizony a foglalatoskodó munkások tiszteletét is felkölti a kik látják a maguk dolgai iránti érdeklődést, rokonérzést!

Vannak itt veszélyes dolgok is: kaszálás, sarlózás a ló, marha körüli munkák, de ezeket egészen el lehet

hagyni, vagy csak felügyelet mellett s éppencsak megízleltetni. De jó ha a nagyobbak, erősebbek megpróbálják a *szántást*, a kisebbeknek pedig kell hogy hajtsák, nógassák az ekébe boronába, hengerbe stb. fogott lovat vagy marhát; kikapargatják a megtolult perjét stb. A nevelő vagy szüle vagy a kinek nevelése rá van bízva, az úgy fogja fel egyáltalában a helyzetet, mind ezen foglalkoztatásánál a gyermekeknek, hogy az kellemes, erősítő szórakozás, a mely neki is javára szolgál — s ezért ő is belemelegedik mind-ezekbe, a gyermekkel együtt csinálja, annak folyton segít abbéli munkájában: mert bár kívánatos a nem túlságos, de élénk testi-résztvevés, de sokat tesz már az is, hogy a gyermek lelke fellendül pld. a gyeplőnek fogásában, hogy így mintegy érzi, miszerint ő is részt vesz a munkában. Persze a mit maga tud könnyűséggel elvégezni, azt végezze el, mi is dolgozzunk mellette kedélyesen beszélgetve, és irányítva őt!

Az itt kínálkozó foglalataskodások a következők lehetnek, a melyekbe bele kóstoltathatjuk őket, mindig a gyermek korához merten, úgy hogy a kisebb 6—7 — 8 éves csak éppen hogy mozog *kicsiny eszközével* — a nagyobbak próbálkoznak a rendes eszközökkel, de csak amíg kedvük tartja!

Augusztusban részt lehet venni a vetés munkáiban, utána pedig jó foglalkozások lehetnek *bokrok eltávolítása*, vízvezető *barázdák húzása*, iszapfogó *gödrök ásása*, *boronálás* és *hengerezés* szintén változatosságot hoz a napi foglalkozásokba.

A *kapálás* is jól hat $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{2}$ óráig folytatva — és pedig *kézi kapával*. Ép úgy a töltögetéssel foglalkozók közzé is lehet belevegyülni. A gyomokkal való megismerkedés azoknak irtása közben, így kikerics, *muszkatóvis*, pipacs vadrepce, búzavirág, konkoly stb.

Érdekes foglalkozás lehet: a hörcsög, ürge, egér összefogdosása, irtása, de csak akkor, ha belátta, hogy káros valóban! Nemkülönben verebek, varjúk, csókák elfogdosása; a szőlőkben gyümölcsösökben a rigók és sere-

gélyek távoltartása. A cserebogár, csimasz, lótetű, szöcskék, csigák, hernyók, sáskák, leleményes pusztítása. Hangya-fészkek, vakondtúrások szétgereblyézése.

Aratáskor: sarlózni (a nagyobbak,) kévekötés, keresztberakás (hordás.) Kukoriczatörés és górékba rakás; gumók és gyöknövények kiszedése: burgonya, répa; azokat kupaczkoba rakni, majd elvermelni.

Igen jó munka a nedves rétek lecsapolásánál is résztvenni. A rétek öntözése, *öntöző csatornák levezetése*: alagcsövezés, csergetés, áztatás, elárasztás stb.

Mindenekfelett kellemes és egészséges azonban a széna körüli foglalatосkodás. A virágos fűben és fűvei lehet dolgunk, a mikor a mezők viránya pompázik, az az alkalom ez, melyet festők és költők is szeretnek felhasználni. Tehát mi is használjuk fel! Kaszáljunk! Forgassuk meg kézzel, gyűjtsük fel, rakjuk petrenczékbe, majd boglyákba. Ó, mily pompás kora reggel abba a dús harmatos fűben mezítláb járni — mert a fő dolog — hogy ezen mezei dolgunkat és egyáltalában kint a természetben — a községtől-várostól távol eső helyen — lehetőleg a természeti-népek módjára, *mezítláb*, egy ingben, egy rövid szárú nadrágban töltsük. A kész kazalok tetejében árnyékos sátort emelhetünk s a délutáni pihenéseinket, sőt az éjjeli alvásunkat is ott végezhetjük. Hogy ennek micsoda balzsamos hatása van az egészségre, csak az látja be, a ki ezt folytatja, a ki egyszer már belekóstolt! Kiválólag pompásak, illatosak, mondhatom gyógyhatásúak a hegyi rétek, a hegyi flóra rétjei, — nemcsak dúsak, bársonyosak, illatosak, gyönyörű színpompában ragyogók — hanem sok gyógyfüvet is tartalmaznak, — s azok illata talán mint légnemű gyógyszer is hatásos — mert tényleg hatása van! Ha pedig a rétek, források, patakok, erek, tavak közelében vannak, akkor a fűvel való foglalkozás közben kifáradt testünket üdítsük fel egy pillanatnyi kis rövid fürdővel és a testünk ezek által megedződik, mint az aczél!

Kéziügyességek.

Már az eddig tárgyaltak közt is voltak olyan munkák, a melyek kézi ügyességet igényelnek, természetes, a hol csak emberi munka tere van, ott a kéz a fő eszköz és erőforrás. S a midőn e művem minden sorából a gyermeki foglalkozások eszméje szól, nem hagyhattam el azok felsorolását egyik helyről sem, de nem mellőzhetem azokat külön is megbeszélni, úgy a mint azok egymagukban is jó szórakozást és bizonyos mértékig erősítő elemet is képviselnek!

De azért első szavam: csak óvatosan ezekkel! Jó hatásuk van ugyan, de ne tévesszük szem előtt, hogy a nép-egészség mai sanyarú állapotának ezek is egyrészt okai a természetellenes életmód — és kiválólag pedig nem rossz! — óh nem! — hanem az *ésszerűtlen táplálkozással* kapcsolatosan! Zárt műhelyekben egész nap, legtöbbször ülő helyzetben, vagy állva dolgozik, sok igen korlátozott testmozgással, a mennyiben egyoldalúlag csak egy testrész munkálkodik, a többi elerőtlenedik! Az alkalmazásban levő szerv pedig elnyomorodik a túlságos igénybevételtől. Pld. a szabó, csak az ujjaival dolgozik tulajdonképpen s a karmozgások, miket még tesz, csak csekély izom-erőt fejtenek ki s a végtelenig egyoldalúak! A lábakat pedig keresztbe rakva, a törzs egyoldalú görnyedt tartásban. Ezeknek következményei azután a tökéletlen vérkeringés, majd vérpangások: a test rossz táplálkozása s innen a szabók gyengesége.

És ilyenhez hasonló példákat számtalant lehetne még felhoznom, ám ezt a tisztelt olvasóra bízom, a míg kultúránk oda nem emelkedik, hogy majd a tiszteletreméltó ipar és művelőinek egészsége megfontolások és törvények tárgyát fogja képezni.

Már a kovács, ki állóhelyzetben, erőteljes mozgások közt végzi munkáját, egészségesebb, mórt annak vére a mozgás alatt rendes körforgásában megtartatik, a nagy erőmunka következtében az izomzat s az egész szervezet jól tápláltatik, az anyagcsere a test minden részében élénk és folytonos, az erős munka következtében a szervek kiválasztása, a zsírok s más élet-vegyi erjedés melléktermékeinek elégetése szakadatlan s rendes, egyszerű táplálkozás folytán nem halmozódnak fel felesleges anyagok a testben (pld. zsírok stb.) mert a dolgozó, erőkifejtő szervezet elfogyasztja még a felesleget is, ha ilyen előállana. Az egyensúlyra kell itt törekedni, mert kevesebbnek nem szabad lennie a bevételnek, mint a milyen a kiadás, különben deficitben lesz egészségünk. A szükséges tápanyagból, sohse legyünk az anyagi rendezettségünket mai nap oly annyira veszélyeztető téves hitben, hogy sok kell. Nem, mi a mai táplálkozási rendszerünk mellett, rendkívüli pazarlást és pocsékolást viszünk véghez úgy a természet gazdag éléstárában, mint pedig a pénzkészleteinkben!

Egy erőteljes 70 kg. súlyú *munkás* napjában elhasznál: 118 gr. fehérjét, 56 gr. zsírt, 500 gr. szénhidrátot, 19 gr. nitrogént és 328 gr. kARBONT

Intelligens, *szellemileg* foglalkozónak kell: 127 gr. fehérjét, 89 gr. zsírt és 362 gr. szénhidrátot.

Ezekből láthatjuk, hogy a gyermekeknek a kézi ügyességekkel való foglalkoztatásánál nagy óvatossággal és megválasztással kell eljárunk! Azokat, a melyek lehetőleg *teljes testi mozgással* járnak és nem ülő helyzetben történnek s a *szabadban* végezhetők, előnyben kell részesítenünk.

A mi pedig az ezekben való részvétel módját illeti,

itt az én nagy előmesterem Rousseau*) tanácsát ajánlom, tessék egy-egy napra valamelyik iparozhoz szegődni s ott nála, az ő útmutatása mellett foglalkozni és pedig a nevelő vagy szülő se resteljen itt tanulni, mert valóban mély bölcs lélektani megfigyelés az, hogy a gyermek irtózik attól, a kitől tanulnia kell s ki majdnem elérhetien magasságban áll felette a készségek dolgában, — míg, ha a szüle, a nevelő nemes időtöltés s valóban mindenoldalú önképzés okából ráadja magát különféle dolgokra, akkor a gyermeke, a növendéke érdek- és segítőtársa lesz. Dolgokat, miket sohasem készített, ugyanazon elemi kezdeteken fogja végezni, a milyenek ép a gyermeki felfogásnak és ügyességnek közelfekvők, sőt tán azonosak vele. így az eljárás nem Jesz mesterkélt, hanem az emberi értelem természetes útja, úgy a miként azt tán egykoron a régi őskorban az első ügyeskedő ember folytatta.

*) Nagy örömmel kell itt megjegyeznem, hogy az emberi művelődés menetének s az emberi szellem fejlődésének törvényeihez egy feljegyzésre méltó adatot szolgálhatok. Rousseaut eddig nevével ismerem s a neveléstörténeti méltatásból annyira hibásaknak és téveseknek hirdetve hallottam nézeteit, hogy sajnáltam a művei olvasására fordítandó időt. De végre legyőztem magam — és a folyó évben 1895-ben, midőn a jelen művecském már a múlt év júniusában készen volt — olvasni kezdtem Emiljét! És soráról-sorára, lépéséről lépésére követve őt — magamat, eljárásaimat a nevelésben és oktatásban, valamint egész rendszeremet benne találtam fel! Csodálatos az emberek gondolkozása, még csodálatosabb azoknak találkozására! Egyik, filozófiailag képzett barátommal sokat beszélünk erről, — »Emil« pedig, a melyből olvastam, tele van részemről annak a szélén jegyzéseimmel, a melyek jelzik a nagy elme elvének öntudatlan követőjeként csekélységemet. Tekintessék bár szerénytelenségnek, de mit eddig tettem — nem rejtem kas alá, megmondom, hogy Rousseaut én teljesen ismeretlenül bár praktizáltam — s sok szép eredményt értem vele!

Csodálatos az időben, térben távol egymástól és minden lelki preokupáció nélkül két elme találkozására! Lehet ez, két tévedésnek összetalálkozására is, de én inkább azt gondolom, hogy az emberi gondolkozás igazságának nyilvánulása az, mert csak az igazságok találkoznak oly kongruensül, mint ebben az esetben, teljesen, egész rendszerükben, míg a tévedések ezerféségei nem illenek soha teljesen össze! Igazság csak egy van! Tévedések tömémentelen számban!

Szabadban és teljes testi mozgások közt folynak a kötélverés, az ács- és kőfaragó-munkák. Tehát felkeresjük ezeket az ő munkahelyeiken s ott aztán elfoglalkozunk hetenként 1—2 napig. Nagyon érdekes s tanulságos is a hajóács munka, a hol a csolnakácsolás lesz a munkánk,, persze inkább csak egy darabból kiácsolva azt, oly primitív módon, a mint azt a természeti népek ma is használják. Utána aztán a saját faragta evezőkkel vízre kelünk s élvezzük fáradságunk kedvezményeit.

A többi kézügyességet igénylő ipari foglalkozások sajnos, nagyobb részt zárt műhelyekben folynak s így nem éppen alkalmasak a testi fellendülésre! Ha azonban megtehetjük azt, hogy az illető mester engedélyéből az udvaron vagy nyitott ereszek és színekben dolgozgatunk az ő szerszámaival, akkor felkereshetjük az asztalost, esztergályost, kovácsot, (nagyobbakkal) bádogost, *bognárt*, kádárt, kerékgyártót és fazekast stb.

Legegyszerűbb azonban ezen foglalkozásokból a legszükségesebb szerszámok, mint kalapács, gyalu, fűrész, szekerce, reszelő, véső, fúró stb. beszerzése s ezekkel otthon az udvaron fák árnyékában vagy esős időben színbent, eresz, folyosó alatt dolgozgatnak. Az anyagok, melyekből dolgoznak fa, puha mészkő, agyag, de csont is, hisz ez fontos anyaga volt valaha az ősi időkben foglalkozó embereknek s akad is elég a ház körül vagy mészárosoktól, henteseiktől. Mindenesetre felveendőek itt azon általános munkák, a melyek az összes iparokból vannak véve, a legkülönbözőbb anyagok és részek összekapcsolása *enyvezés, forrasztás, ragasztás* útján, valamint azok *simítása, reszelése* stb.

Tehát házivá teszszük ezen munkákat és pedig megkülönböztetjük azokat, a melyekkel hasznót is teszünk magunknak és házunknak, sőt tán másoknak is, így a gazdaság, kert és ház (szoba, konyha, pincze és éléskamra) körül, és olyanokat, a melyeket csak éppen szórakoztató foglalkozásul fogunk üzni s inkább játékszamba mennek, — de mégis kis fáradságot, erőt igényelnek.

Ethnografiai gyűjtemények példányai, rajzai és leírásai után, készítünk oly egyszerű eszközöket, a miket az ősi primitív ember és a ma élő vadon embere alkot magának. Úgy az anyag könnyű beszerezhetősége, mint könnyű feldoldozása, de technikai elemi voltánál fogva a gyermeknek igen alkalmas munkák.

A gazdaság, kert körül végezhetőek már az illető helyen fel voltak részben sorolva. A ház körül pedig ezek kínálóznak, mint hasznosak: elsősorban a különböző házi eszközök és bútorok *javitása*.

S ez utóbbi fogja adni házi foglalkozásaink legtöbb és java részét. A háznál mindég fordulnak elő javítások — s nekünk helyes lesz magunkat ezekre teljes erőnkől vetnünk. Elég dolgot fog ez nekünk adni, melyek körül fiaink kis inasaink lesznek s velünk együtt mesterkednek. Van a háznál mindég egy kis munka, hol az asztalon, széken, ajtókon, ablakokon valami hiba, hol pedig lakatok, zárok meglazulnak, csikorognak s ezeknek rendbehozása kicsinységénél fogva éppen alkalmas a mi elfoglaltatásunkra, mert egyszerű ügyességet kíván csupán, de mégis bizonyos technikai kezdetleges fogásokra rátanít, a mellett hogy mozgással is jár.

Rendelkezésükre bocsáthatunk holmi darab fákat, a melyekkel csinálhatnak a mit akarnak, legfeljebb segídkezhetünk nekik, ha hozzánk fordulnak. Ezeket fűrészselhetik; szögelhetnek, véshetnek stb. Ezeken tanulnak fűrni, csavarokkal dolgozni, gyalulni, mázolni, fényesíteni, simítani stb.

Rendkívül képzők és hálások az *agyag*, valamint a *gypsz-munkák*. Az agyaggal a gyermek igen szeret foglalkozni, mert képlékeny. Lehet itt alkalma bádoggal vagy famintákkal különböző alakokat formálni, sőt még ember- és állat-alakokat is, ha vannak olyan megfelelő, fából vagy bádogból avagy gypszből készített formáink, a melyeket a gyermekek megtöltenék, azután a modelleket szétszedvén, visszamarad a kívánt alak. Sőt ezen modellek folyós-gypszszel is kiönthetők, a miből nagyszerű fogalmat nyernek a fémöntés mikéntjéről is.

De legképzőbb s legmulatságosabb lesz itt az agyag edények miniatűr alakban való készítése és pedig azon ősi egyszerű módon, a mint azt csupán kézzel kitudja alakítani. Azután a takaréktűzhelyben ki is lehet égetni. Legjobb azonban a fazekashoz szegődni, csak a glazur munkákat kerüljük el.

Ha pedig egy vagy több napra, mivel pedig ez egyik legérdekesebb foglalkozás, mert testeket állít elő egy darabban s azoknak tömör, valamint üres alakját is bemutatja, sőt keresztmetszetekben is láttatja, tehát foglalkoztatva tanít a leglényegesebb s legnehezebben érthető dologi viszonyokról, másrészt azonban a szép alak érzéket is gyakorolja: ajánlom, hogy a gipszöntés vagyis a sokszorosító szobrászat, valamint a fazekasság, egy egy teljes szünidőn át képezze foglalkozásunkat. A kort tekintve legalkalmasabb a már 10—12—15 évesekkel ezt megkedveltetni, a miből azután később a *mintázás* művészete is kinőheti magát. Ez pedig egyik alapkészsége minden technikai és szerkesztési, feltalálási ügyességnek.

Egyszer beszerzett vagy kölcsönzött szobrocskákról készítvén negatív modelleket: önthetünk magunknak s másoknak is kedves meglepetésül mindenféle szobrokat lakásaink díszítésére, gyűjteményeink gyarapítására, iskolai szemléltető múzeumaink felszerelésére. Képző dolog a térképek vagy kirándulások útján megismert földterületek oro- és hy drográfiai utánzata agyagban, geológiai talajutánzatokkal; a föld geológiai rétegzettsége. Az emberi és állati belső szerveinek mintázása és festése.

Felvehetők még a mű-kőanyag munkák is, a melyek az előbbiekhöz hasonló eljárással készülnek s kertjeink, házaink számára idő-álló hasznos- és dísz tárgyakat fognak szolgálni. Idetartozik a műmárványozás szép munkája, ide a terazzo mozaik munkái, a melyek szín- és alak-képzők egyaránt, mégis eléggé testmunkát igénylők.

Nagyon ajánlhatom a *kőfaragási* munkákat, persze kicsiben. A követ fűrészelni, majd rajta szerkeszteni, azután vésővel kidolgozni: hasábot (gúlákat, hengert, go-

lyót, nemkülönben ezeket egymáson való áthatásukban) — jó előveszi hajlongásunkat, testforgatásunkat és kézügyességünket. Kedves lesz, a midőn egy-egy helyet vagy eseményt egy kis emlékoszloppal vagy emlékkövel megjelölünk avagy megörökítünk, különösen az utóbbi ezélra a természet szikláit és sziklautánzatait igyekezvén felhasználni, anyagúi és mintául. S egy-egy ilyen darab díszítheti kertjeinket, befutva repkénynyel, belepve körózsákkal, mokkával, zuzmókkal.

Az előbbi gypszmunkákhoz hasonlók a *papírmasé* munkák is, a melyek szintén sok hasznos, mulatságos, tréfás, tanulságos, sőt díszmunkákat adhatnak. Anyaguk pedig a papír, egész év folyama alatt gyűjthető. Mintáifc pedig szintén gypszből, bádogból, fából készíthetők, de inkább beszerezhetők. Nem hagyhatom megemlítés nélkül, liogy ezen munkák maníérje szerint fűrészporból, gypszből és papíryanagból deszkák készíthetők, a melyek ismét gyarapítani fogják famunkákhoz szükséges anyagunkat.

A papírtapéták felragasztása s ezzel a gyermekek szobáinak feldíszítése, az ablakdiofániák alkalmazása, a mennyezet papírmasé munkákkal díszítése, sőt ennek kifestése (mert ez testi fáradsággal jár), igen ajánlom. A falfestéshez a patronok vagy sablonok kivágása, ha nem is nagyon kifogástalan foglalkozás, de egyszer-másszor az érdekesebb karton-munkákkal együtt elővehető. Lomb türeszelest azonban nem ajánlom, görnyedt testtartással járván és a finom fűrészpor belélegzésével okozván kárt a tüdőben

Ezek közül nagyon sok alkalmas van leánykáink számára is, a melyekhez még hozzájárulhat a fiúk által erdők fáiról szedett tapló-gombának kifőzése, kikészítése — s azután különböző házi dísztárgyaknak felhasználása, de csak lehetőleg minél egyszerűbb és természetesebb alakban és alakulatban.

Sokszor értünk ezen munkák felsorolásai közben egészen a művészetekig: úgy a szobrász, mint a festő művészetig. Mindazonáltal hangsúlyoznom kell itt külön is, hogy ezeket én, minden nagyrabecsüléssem mellett, nem

tartom ide tartozóknak, sőt határozottan kárhoztatom a gyermekeknek akár külön a rajzolásra, akár a festésre való fogását. Ez nem a mozgékony, eleven gyermek-elemnek való, mert a pezsgő vért és élénk temperamen-tumot visszaszorítja s így a gyermek egészségének árt.

A rajzot csak annyiban engedném meg úgy e fog-lalkozásoknál, mint egyáltalában az elemi-iskolában, a mennyiben 1) okvetlenül szükséges az, a mi a munkáink körüli, a terv és kiszabás tekintetében; 2) az elkészített tárgy egyszerű díszítése szempontjából.

A festés is csak annyiban, a mennyiben az elkészít-tett tárgyacskák ízléses befestesésére szolgál. Ha mégis megengedném nekik a festést, akkor azt csak úgy rendez-ném be, hogy a szabadban állva, a kerítésekre festenek nagy ecsetvonásokkal tájképeket, s ezek vászon vagy fatető-szerű ernyő alatt tennők, sőt ezzel védenők későbbre is az időjárás ellen. Idő elteltével, a régi festményt vagy lemos-sák (ha kő vagy porfestékekkel volt festve,) vagy új bői beala-poznók, ha olaj festékekkel volt felrakva. Tárgyai lehetnének e festményeknek: mesék, regék alakjai és eseményei, vagy dél-, éj szak övi-táj képek, vagy nagyobb tanulmányúaknál geológiai-korok képzeleti tájképei. Ki eredetileg felfogással tud valamit teremteni, jó — a ki nem tud, annak mintákat adhatunk kezébe.

A gyermeki voltuknak legalkalmasabb alkotásai lesz-nek, a nagyok tárgyainak kicsibe való utánzása, azaz kis *játékdolgok* készítése. Csekély anyagból, kis erő felhasz-nálása, az itt a fő tekintet — s mégis végtelen öröm, ha tárgy-világ, a melylyel mulathat szaporodik. Minél több tárggyal, játékkal játszik a gyermek, annál értelmesebbé lehet az, de ha ő, maga szerzi meg magának azokat, habár segítségünkkel is, okvetetlenül okos és ügyes lesz, sőt nyer erkölcsi erőt is, mert nem csupán kapja a játékokat gar-mada számára s ki sem használva azok szolgálatát, már laaeg is unja, hanem itt azzal megismerkedik egész voltá-ban. Nemcsupán passzíve fognak a játékok melléje gyűlni akkor is, ha *nem* kívánja, s így csakhamar a csömörülé-

sig lesz velük, tehát blazírt az élet-anyag és tárgyvilág iránt, hanem becsülni fogja azokat, mint saját teremtményét s érteni fogja azok értékét és becsét, a melyeket saját fáradságával és szorgalmával alkotott. S így megérti az anyag-világ jelentőségét és szükségességét is részint, mert olyan nagyságban is fogjuk ezeket készíteni, a milyen nagyságban ők azokat használhatják, s akkor készítjük azokat, ha azok szüksége náluk fellép.

De kedves kis foglalkozás kedvéért apró kis baba bútorokat, játékszereket is készítünk: kéregpapírból, bőrből, szövetből, fából, bádogból, kőből, sodronyból, papírmaséból, agyagból stb. stb. Nagyon természetes, hogy az elromlott játékszereket javítás alá fogjuk s ez lesz a legkönnyebb munka, de erkölcsi nyomatéka is lesz — s ez az, hogy megszokja megjavítani, rendbe hozni azt, a mi eltört vagy elromlott használat közben. És pedig a nagyobbak javítgatják a kisebbeknek játékszereit, hogy azokkal tovább is játszhassanak.

A tanítóknak, nevelőknek, szülőknek ajánlom, hogy gyermekeik megunt vagy elrontott játékait ne dobják el, hanem gyűjtsék azokat össze, és később ha nagyobbak lesznek kijavítják azokat a maguk vagy kisebb testvéreik részére. Sőt ezek mintájára ujakat is készíthetnek nekik avagy ajándékképpen másoknak születés, névnap, karácsony napjára.

El nem maradhat a különböző bádogbeli és drótból való háztartási-eszközök készítése, javítása sem.

Vannak még érdekes és foglalkoztató fizikai valamint vegyi produkciók.

Van ezek között egyik-másik, a mely erő kifejtéssel jár, így az egyes mechanikai elemek alkalmazásai: az ék, a csavar használata. Csigáknak fából való esztergályozása vagy faragása, összeszőgelése, azután csigahuzatok és sorok összeállítása és segítségökkel megfelelő terhek emelése. Hengerkereket is készíthetünk úgy nagyjában fából s ezt is használatba vehetjük. Fahengereken, gömbölyű hasábokon hengerítgethetünk. Kisebb alakban faraghatunk fogaskere-

keket s azután különféle kisebbszerű és egyszerűbb gépezeteket állíthatunk össze.

Súlyos testek mérlegelése és pedig egyenlő kétkarú valamint egyenlőtlen karú mérlegen és a tizedesen is. Függő-ön, vízmérték, derékszögű-háromszög készítése és használása, valamint megfelelő egyszerű eszközökkel nivelírozás, egyszerű magasságmérések, hossz- és területmérések, valamint mélységek megmérése.

Inga-óra szétszedése és összeállítása, szerkezetének fából való utánzása, inga alkalmazása.

Hőmérő, légsúlymérő előállítása és beosztása.

Szökökutak, — lopó-tökből, miniatúr vízkerekek és szivattyúk készítése. Nádcsővekből játék vízvezetékek vagy hajlott üveg, bodzafacsővekből. Források, kutak, időszaki források mechanikai módon s kisszerű alakban előidézése.

Tükröknek, üveglencséknek mindenféle érdekes és tanulmányos, valamint mulatságos összeállítása és használata: kaleidoszkóp, sugárgyűjtés, szellem-árnyak vetítés e; kamera obskura, kamera lucida, kamera-magika, fényképező összeállítása s velük való mulatozás. Vízszivárvány előcsalása a permetező vízszugárral; színösszetételek optikai módon stb.

Különböző villanyosság előidéző készülékek összeállítása, légköri villamosságot gyűjtő sárkány feleresztése, villámhárító felállítása, házi és szobai villanyos berendezések, vezetékek összeállítása. Hatásos batériák összerakása, minél egyszerűbb módon és legtartósabb alakban: eröművi, fény, hő és vegyi erejének alkalmazása pld. kisebb gépek hajtására, világítására és vízbontásra stb. Galvanoplasztikai készülékek összeállítása s a vele való munkák: lenyomatok, aranyozás, ezüstözés stb.

Aczél delejje változtatásának különösen ama természetes módja, a melylyel csak le kell fektetni a földre éjszak-déli irányban; iránytű készítése az aczél tű kimetszésétől végig. Kisebb induktív motorok összeállítása, mely utóbbi dolgokat ismét legalkalmasabb lesz valamely mekanikus műhelyben csináltatni. Ugyancsak itt készíthetünk

kicsiny miniatúr gőzgépecskéket, persze mindig a gyermekeink aszisztálása mellett; kedvvel fogják tanulni. Össze fogunk rakni távirókészülékeket, telefont sőt fonográfot is, a mint azokat a maguk legegyszerűbb, elsőleges módon elkészíteni lehet!

Ha a pásztor maga csinálja a tülkét, a tót ember fűtyülőjét, nos akkor mi is meg fogjuk azt készíthetni egy kis ügyeskedéssel ugyan, de mégis.

Ha pedig tűzre van szükségünk kint a szabadban esetleg szélben, akkor aczél-kova-tapló ősi tűzélesztő mód-dal is megismerkedhetünk.

Szerepelhetnek itt azonban még egyes egyszerű, általánosabb *vegyi készítmények* is, melyek ugyan nem valami mintaszerű, egészséges foglalkozások, de tekintve, hogy némely gyermekek ehhez éreznek nagy kedvtelést, tehát felemlíteni kívánom ezek közül is a mi czéiunkhoz alkalmasokat.

A kék-gálicz oldatba mártott vas bevonódik réz-réteggel; a vasat még cizinkkel is bevonhatjuk. Nagyobb fiúk, kik vigyázni tudnak, ólmot önthetnek föld-formákba, golyót, ficzkót stb. Ezen öntő-formák mintázása már maga is érdekes foglalkozás, Továbbá üvegcsövek hajtogatása, forrasztása, fúrása; üvegtárgyak összeragasztása, vízüveggel való dolgok.

A 15—16 éves fiuk készíthetnek egyszerűbb, veszélytelenebb tűzijátékokat, persze felügyelet mellett. Különféle porfestékek előkészítése, valamint ezeknek és olajestékeknek keverése, mint ahogy a mázolak teszik. De növényi anyagokból is preparálhatnak, kinyomás, főzés által. Vízifestékeket, pasztalleket gyúrhatunk s így lesznek aztán színes krétáink és festék-készleteink. Vegyíthetünk különféle ragasztószereket, balzsamokat, lakkokat; firniszeket keverhetünk. Pecsétviaszot is állíthatunk elő különböző színekben. Becses szolgálatokat fog tenni nyáron *hűtőanyagok* keverése, valamint mesterséges jég előállítás egyszerű módon. Miután a madarakra is rávetjük szemünket, hasznos lesz madárlépet is kotyvasztani.

Leánykáink gyűjthetnek a fiúk segítségével tömjént; a virágokból illatszereket vonhatnak ki, a melylyel a lakást s a ruhát is kellemes illatúvá tehetik, kikötve, hogy azt szellőztetett lakásokban s kellő mérséklettel alkalmazzák, a fehéreneműből s a ruhákból kiűzik a kellemetlen szappan szagot, de azért ne használják ezeket önámításra, hogy a szellőtetlen levegőjű szoba bűzös szagát beillatosítsák s aztán azt higgyék, mert illat van, tehát jó levegő is van! Persze itt csak olyan természetes egyszerű illatszereket értek, a melyek nem ártalmasak, mint teszem azt a róza, az ibolya vagy gyöngyvirág, szóval a virágok illó olaja, de nem füstölések vagy porok.

De hát még mily fontos hivatást nyerhetnek leánykáink a házi-gyógyszerek elő- és összeállításában. így különféle vizek, tapaszok, kenőcsök készítésével, teák s más jótékony folyadékok főzésével, melyekkel a család s környezet szegényeinek valóságos jóltevőivé válhatnak. S ha itt ajánlhatom, hogy miket és hogyan készítsék azokat, akkor csak Kneipp könyveire, úgy házitanácsadóira, mint növénygyűjteményére utalok, a melyek rendkívüli egyszerű és tapasztalatból mondhatom valóban kitűnő házi-szerek készítéséhez adnak jó tanácsokat. S lehet-e szebb, s a női lelkületnek megfelelőbb, mint segíteni a betegeken!? Azután a kenyérsütés, kávépörkölés, malátanyérés, kováskészítés, eczet-erjesztés is igen hasznos foglalkozások. Nemkülönben a húsok és főzelékek konzerválása is. A ki jó gazdasszony, az éri a ruhafestéshez, a különböző anyagokból ejtett foltok kivonásához fából, fémből, üvegből, szövetből, selyemből stb. Ám ne hagyjuk itt ki a legérdekesebbet, a mi szép zöld pázsiton folyik, öntözőkannával a kézben: a *vászonfehérítést!* Azokat kitergetni, megint összegöngyölgetni, elég mozgásos munkát ad.

Elég sok foglalkozást soroltam itt fel és mégsem méríthettem ki egészen mind azt, a mi itt kínálkozik! Vannak itt még úgy a természettan, mint a vegytan köréből olyanok, a melyekkel való mulatás egyrészt már maga is jó foglalkozás, de ha ezeket magunk is utánozni akarjuk,

lévén ezek meglehetősen egyszerű dolgok, nos akkor már igen derék dolgot végeztünk.

Ilyenek lehetnek: vízimalmok, szélalmok faragása és összeállítása, a melyeket azután mozgásba is hozunk részint vízzel, részint szél által. Vízzel úgy, hogy a vízvezetékéből, vagy valamely víztartóból ráeresztjük a vizet. Bajorországban járván, ott meg azt láttam, hogy majd minden falusi ház kapuja mellett az udvaron, egy magas póznán mindenféle összeállítások vannak fából, miket egy“szélkerék mozgásba hoz Van itt szélmalom, fűrészelő emberek, kelepelők stb. Alkalmazhatunk házainkon szélrózsát, aeol hárfát; festhetünk falra napórát, vagy felállíthatjuk azt vízszintes lapon a kertben; nemkülönben úgy is alkalmazhatjuk az egészet, hogy egy gyűjtőlencse segítségével délben 12 órakor elsül egy kis ágyú! Micsoda érdeklődést fog ez kelteni az idő, a becses idő mérésére nézve. S ez utóbbit még homokkal vagy lassanként egyenletesen folyó vízzel is mérhetjük, s ehhez való készülékeket fabrikálhatunk.

Itt vannak azután először a papírléghajók elkészítése vékony, könnyű színes papírból (minta után, vévén egyet, íá mely szerint később mindég készíthetünk) s ezt azután eleresztjük. Ugyancsak papírból esőernyőket, mely eket vagy tornyokból eresztünk le, avagy egy gummi segítségével a magasba röpitünk, s az azután onnan szép lassan leereszkedik.

Lehet még mindenféle hangjátékokat és harangjátékokat is készíteni s mind az itt említettekhez jó mintákkal fognak szolgálni a játékkereskedések, a honnan nem sajnálunk egyet-mást megvenni, vagy a könnyebbet csupán megnézni, gyermekeinkkel megnézetni s azután hazaérve otthonn kitervezni; ha nem igazodunk valamin el, újra elmegyünk s újból megnézzük , feltéve, hogy a kirakatban van. De ismerőseink gyermekeinek játékszereit is érdeklődéssel nézegetjük s innen is sok mintát nyerhetünk, mihez alkalmasabban is férhetünk bármikor.

Ezeknél a dolgoknál legjobb szolgálatot fog nekünk tenni az, ha a bádogos munkákat igyekszünk elsajátítani. Ezzel az ügyességgel azután önmozgó (autómat) emberkéket is készíthetünk. S ha jól tudjuk, akkor meg a gyermeki-vágy netovábbját is megvalósíthatjuk, s valóban ez koronája lehet az abbeli foglalkozásoknak: hogy kis gőzvasutat, gőzhajót is állíthatunk össze, az elsőt így szabadon, a másikat egy általunk, vagy legalább hozzáértő emberrel, de segítségünkkel készített nagyobb vízmedencében járattuk, mely vízmedencze cseppkövekkel, jegezekkel, sziklatörmelékekkel lehet grotta vagy rom-szerűen összeállítva, közepén szökősugárral, a vizén porcellán hattyúcskákkal, bent pedig kis törpe tekenyőczőkkel, halacskákkal, édesvizikagylókkal stb. stb. Ha van hozzávaló pénzbeli tehetségünk, akkor vízvezeték hián, hogy a szökőkúthoz is, meg azonkívül fürdőnkhez, de egész házunk vízvezetékyszerű ellátásához, kertünk öntözéséhez vizünk legyen, szélkerék szerkezetet állíthatunk fel udvarunkban vagy a kertünkben, s ezzel szivattyúzhatunk azután kutunkból vagy a patakából vizet. Ennek készítése alatt gyermekeink felügyelet mellett kint tartózkodnak a munkák körül, közel a kisebb veszélytelen munkákhoz, távolabb a nagyobbaktól és veszedelmesektől, úgy, hogy az egésznek lefolyását látják, sőt mondhatjuk részt vesznek benne. Ép úgy a vízgyűjtő-medencze felállításánál is. Van aztán öröm, mikor az egész működésbe jön! Az ilyen szélkerék villanyos motort is hajthat, mely azután akkumulátorokkal házunk s szobáink világítását szolgálja! Természetes, hogy ezek készítésénél, felszerelésénél, felállításánál is részt vesznek és *egyáltalában minden munkánál, mit a háznál tétetünk!*

Ha pedig sikerül dörzs-villanygépet összeállítanunk akkor ennek segítségével a legváltozatosabb és tünemény, szerű fényes villamos-játékokat mutathatunk be. De ép úgy lehet egy összeállított erős bateriával is gyönyörködtetni magunkat, pld. villanyos tojással, vagy Geissler-féle csövekkel, de még sok-sok egyéb változatos tüneménynyel, —

lehet mondani, hogy majdnem az összes fizikai és vegyi kísérletek alkalmasak ezen mulattató bemutatásokra — csak hagyjuk ki belőlük az oktató elemet s érvényesítsük csak a kísérletit, melyet a gyermek maga hajt végre utasításunk szerint, esetleg előmutatás után. Mulattatók lesznek még a sokféle szemfényvesztő ügyességek, bűvész mutatványok is. S a kémcsövekben a különböző vegykémszerekkel gyönyörű színváltozatok előidézései.

Végül bevehetem ide az ásványokkal való foglalkozásokat is, így az ásványok gyűjtését, egyszerű meghatározásukat, jegeczítést, jegecz tengelyrendszerek, papír jegeczalakok s átmetszeti féljegecz alakoknak üvegből való készítését tengelyeikkel, a tengelyviszonyok láthatóvá és érthetővé tételére, s ily módon játékszerűen alaposabban fogja megérteni a nehéz dolgokat, mint bármilyen magyarázás mellett.

A növények gyűjtése, szárítása s a virágok s részeknek szárított állapotban való szétszedése s természetes színeken való megtartása. Selyempapírból való utánzásuk nagyított modellekben s azon rovarvilággal, mely rajtuk tanyázik. A botanikus, s aklimatizáló kertek, üvegházak ritka növényeinek figyelemmel kísérése, vagy cserépben való nevelésük.

Az állatvilág is sok érdekes foglalkozást nyújt. Így először említem a mezei nyúl, őz, fogoly, gólya s lehető más állatok megszeldítését, azután tenyésztését esetleg felhasználását. Az állatok életmódjainak tanulmányozása az aquáriumokban és viáriumokban is, de amúgy is. Az állatoknak, de különösen a madaraknak tollaiból illetőleg előbbieknek szörméjéből vagy a halaknak a pikkelyeiből egy megfelelő plasztikus s természetű háttérből kiemelkedő féldomború alakban, lehetőleg természetes nagyságban, de a nagyokat a háttérnek is megfelelő kicsinyítésével kidolgozni s melléje azt a mivel él, rajzolni, vagy oda raggatni. A madarak tojásait, lábait, csőreit, jellemző részeit preparálni, ép úgy belső részeit is pld. beleit, az egész emésztési rendszerrel felfűjni és kifecskendezni, így a vér-

rendszer, idegrendszer, izomzatot külön-külön, csontváza-
kat, belső részeikről munifikált, borszesz készítmények vagy
kifecskendezett példányok gyűjtése, sőt agyagutánzatok,
modellek készítése. Továbbá állatkitömés, rovargyűjtés s
ezen utóbbiaknál részint életmódjaik tanulmányozása a
háznál rendezvén be azok életfeltételeihez szükséges
körülményeket, részint azok belsejének nagyítóval való
szemlélése s végre a rovaréletből olyan életcsoportok ösz-
szeállítása, mely az ő életmódjukat, biológiájukat a meg-
felelő hű háttérrel bemutatja.

Nos itt szerepelhetnek még a fa biológiai gyűj-
teményei könyvalakban pld., a melynél a kéreg képezi a
könyv hátát, fája a leveleit, s belül üres, melyben virága,
gyümölcsei s rajta élő rovar van preparálva. Azután ma-
dár fészkek gyűjtése, vagy ha egész madár nem, legalább
feje nyakával egyben preparálható. Igen-igen érdekes az
állatok agyveleinek borszesz vagy gliczerines készítménye
és gyűjteménye.

Jó foglalkozás s legmagasabb mértékig érdekes s te-
vékenységet igénylő: a tojások mesterséges keltése. Ehhez
már igen egyszerű, majdnem mondhatjuk mulattató készü-
lékek vannak. Ezekkel bánni, gyakran utána lenni igen
ranulságos és képző. Éppen olyan mélyreható bepillantást
nyújt a hal-keltés és tenyésztést, valamint a gombate-
nyésztés is! De meg fogjuk ezt tenni minden kézrekerít-
hető petével, így legkönnyebben a pillangókéval, a me-
lyeket azután kikeltünk, felnevelünk s megfigyeljük élet-
metamorfózusaikat — bábéleten át — egész a ragyogó
pillangóig. Sőt megtehetjük ezt a talált hernyókkal is,
gondoskodván tápláltságukról addiglan, a míg be nem
bábozzák magukat s azután lessük a pillangó kiröppenését, —
a miből így megtanulhatjuk azt, hogy ama ismeretlen her-
nyónak melyik a pillangója és viszont, megtudjuk min él, —
s a képek után a *meghatározási* könyvekből még uevét
is meghatározhatjuk.

Megfigyeléseket is tehetünk, így a hőmérő, légsúly-
mérő, ózon- és villanyosságmérő megfigyeléseket, és még a

szelek, a lecsapódások, a depressziók, szóval az időjárások s a napfoltjainak megfigyelését, mely utóbbi a *csillagdába* vezet minket, mit ha alkalmunk van rá, használjuk ki serényen s különösen akkor, ha valami érdekes esemény készül a világegyetem méhében!

És ilyen módon magát a közvetlen, kézzelfogható tudományt is, belevontuk foglalkozásaink körébe, a mely hogy mélyen képző, az kétségtelen, s hogy az élővilág alkotásaiba és alakulataiba bepillantást nyújt: ezzel az Istenség myszteriumából egy kis sugár dereng át tudványó lelkén a gyermeknek! S ez a sugár az Istenségből tör elő, s beh! kár, hogy fénye kápráztat s mi nem tekinthetünk a Napba a melyből felragyog!

Kirándulások.

Ezek kellemes mozgások, de kissé egyoldalúak. Mindazonáltal, ha a többi említettekhez nem férhetünk, jó szolgálatot fognak tenni. Mindenesetre úri paszsiók közzé tartoznak, s néha nagyon is fárasztók, a mennyiben félutról nem térhetünk vissza. Azért itt igen számítóknak kell lennünk s néha a kirándulás rendezőjének előre kell kimennie részint a terv, részint a rendezkedés érdekében. Meg kell néznie, hogy milyen közlekedési alkalmatosságok, milyen menedékhelyek állanak rendelkezésre, ha esetleg zivatar kerekedik stb.

A kirándulással nemcsak egészségügyi célokat kötünk össze, hanem még turisztikaikat és tanulmányaikat is. Az előbbiekhöz a természet-szépészetiek is tartoznak.

1. *Az egészségi szempontok.* A szabadban, a tiszta levegőben való mozgás, sétálás erősítőleg hat, a mennyiben a vér az egész testben egyenletesen szétoszlik s folytonos élénk körforgásban marad. Ez által a vér a testet jó táplálja és pedig minden részében. így emelkedik a test össz-ereje: a járás ruganyos, az idomok teltek, az izmok tömöttek, az arcszín üde piras, de nem sötétpiros, az egész felbőr nem halvány vakító fehér, hanem barna lesz, a haj fényesebb, a szem élénkebb, az észjárás könnyebb, a kedély elevenebb: szóval maga az élet harmóniája ömlik el egészén. Persze mind ennek előidőzésében nagy szerepe van a fokozott anyagcserének a gyomor jó működésének, a kiválasztószervek, mint bőr, vesék, belek funkciói stb. rendes lefolyásának, miáltal a vér tisztul s a mozgás közben tett mély belélegzések balsamos levegővel élenyítik azt.

2. *A turisztikai szempontok,* a mennyiben azok egyes nehézségek leküzdésében állanak, itt nem vehetők figyelembe. Inkább csak kisebb hegyek, dombok, lankások

megmászásáról van szó, nem pedig valami meredek, magas, sziklás havasok, hegycsúcsok eléréséről. A tartózkodási hely tereptani megismerése, minden komolyabb ismereti cél nélkül lehet így vezetők, *de vezérlők lesz a természet nyújtotta szépnek élvezése.* A szeszélyes hegy-völgy alakulatok, a forrás, csermely, patak mozgásai, kanyarodásai, lejtései és *vízesései*, azok csevegése, moraja, zuhogása. Az erdők, mezők, ligetek alakváltozatossága, színpompája, a napfény különböző eloszlása, a légkör sugártöréseinek festői változatai; a párák, felhők mozgalmi stb. stb. mind-mind tárgyai lehetnek csendes szemlélődésünknek. A délibáb csalóka tüneményei, az ekó mulattató feleselése is.

3. *Tanulmányi szempontok:* A fenti természeti szépségek mellett alig tehetünk egy lépést is, hogy emberi művekkel ne találkozzunk. A föld alakulatait, a föld arczatát az ember is változtatja — s a midőn ezen a szép földünkön bolyongunk, nem térhetünk ki ezek elől sem, járásaink közben egy-egy ilyennél is megállapodunk, sőt külön célul is kitűzhetjük.

Ha megtehetjük, hogy azon vidéket, a hová nyárra letelepedni kívánunk, már jó előre egy évvel vagy legalább néhány hónappal megállapíthatjuk, akkor mi felnőttek hozzáfoghatunk annak a vidéknek kis előtanulmányozásához, így a helyi monografiákból, néha egyes közleményekből, a szépirodalmi lapok hasábjairól vagy annak a vidéknek helyi lapjaiból, a mikor nem resteljük annak (de a többi sejteti közleményeket is) régebbi számát is átlapozni, továbbá az arra a vidékre vonatkozó történelmi feljegyzéseket is elolvashatjuk. Így azután kapunk szempontokat és tervet, a mely szerint ama vidéket élvezettel bejárhatjuk s maradandó emlékekkel térünk vissza, kitörülhetetlen nyomaival ifjaink s leányzóink lelkeiben. Helyek hol nevezetes történelmi események folytak le, várak, helységek és templomok romjai, műemlékek s azzal kapcsolatban a helyi múzeumok, képtárak, gyűjtemények, a hol a régi társadalmi szervezetek emlékeit is feltaláljuk, s a melyek így együtt egy darab életet mutatnak be nekünk a múltból: mind alkalmasok erre a célra.

De mennyi helye van hazánk szép földjének, a melyhez úgy a való élet, mint a költő képzelete történelmet, regét költött! S mennyi ezek közül a föld felület széles természetes alakulatai által inspirálva! Nos ezekkel is ismerkedjünk meg jó előre, azután keressük fel annak igazi vagy képzelt pontjait, ott ülünk le s olvassuk az ide vonatkozó műveket. Nem fogom soha feledni, a midőn Murány várát látogatva leültem romjain s egy regényes múlt szép emlékein elmerengve, a természet gyönyörűségeitől áthatva, ott olvastam el hangosan, a költő érzelm világába helyezve magam: a murányi Vénuszt! S képzeletem majdnem reális valóság képét öltötte, hogy rá gondoltam, a felnöttek magas iskolájára a Nemzeti színházra s ott Széchi Mária előadására! Így kell tanulni a történelmet, így a költészetet!!! S nem kell-e belátnunk, hogy ez a legjobb, legkönnyebb sőt leg-egészségesebb módja a tanulásnak! Midőn a lelkesüléstől és átszellemüléstől dagadozik keblünk, akkor megtelik az fenyvesek éterjével, akkor teleszívjuk azt fűszeres nyárral!

Minden művet, mit olvasok, mindég azzal a melleggondolattal olvasom, mit használhatok fel abból az élet eszményítésére és kiszépítésére.? S úgy találtam, hogy a magyar, sőt a világ regényirodalmának dicső mestere, Jókai Mór valóságos kincstára ennek. Úgy a vidék szépségeinek leírásában, mint az azok által való inspirálásában, sőt a költészetnek az szókba való átöntésével gazdag tárházat ad az érdeklődőknek. De az ő Génusza, a régi magyar élet leírásában oly ősi egyszerűségben és erejében nyilatkozik, a mint az csak az élet ősi korainak megfelel, nos és ezekből, ép mert a népünk régi, egyszerű, szabad foglalatosságait és kedvteléseit festi le, nagyon alkalmas anyagot szolgáltat a követésre és utánzásra, melyet azután kirándulások alkalmával magunk is megtehetünk s ebben azután egy darab magyar életet idézünk vissza s lelkünket a magyar szellem zamatjában fürösztjük, melynek minden bizonytalansággal maradandó nyoma és eredménye leszen jellemünkben! Azok a különböző régi magyar leleményességek, a mint a természeti nép ott kint a pusztákon «meglopja»

a természetet, hogy abból eredeti módokon, mondhatnám lakmározást csapjon, vagy a mező és rét virányaival, lúgoisaival például vad regényessé tegye pusztai lakásait — ezt mind innen, ezekből a gyönyörű nyelvű művekből tanulhatja a természet, a gyermek barátja!

De a vidék látogatásai közben megnézzük a lüktető életet is, mely a nép technikai alkotásaiban és ügyességében nyilvánul. Egyes vidékek különleges foglalkozásait és termeléseit, valamint érdekes kereskedelem-forgalmi mozgalmait. Fúrásokat, bányákat, kohókat, hutákat, gyárakat és telepeket, harang-, ágyú-, szoboröntést, pénzverdéket pénzsajtókat, drágakő csiszolókat. A vásárt a maga néphullámaival és festői változataival, a melyeken a nép-öltözet szinpompája is kérkedik. Ei nem mulasztjuk a népmulatságokat sem felkeresni, hisz ezekben oly élénken fejeződik ki a nép gyermekkedélye.

Az egyes helyek különleges állatainak felkeresésére is mehetünk ilyenkor, valamint speciális növényeit is figyelmünkre méltatjuk, a midőn kirándulásainkkor ilyenekre találunk. Az ásványok lelhelyeit is meglátogatjuk, különösen a bányákban és a bányák körül, midőn azokat a felszínre hozzák, de mindenesetre eredeti fekhelyeiken is, az ő társaságukkal egyetemben, miben a természet-történelem szól titkos nyelvével, mit megérteni oly élvezet, mint akár csak a talányfejtés. Hátha még megláthatjuk a drágakövek bölcsőjét, a hol azok születnek! És még ha a föld könyvének réteg-lapjaiba tekintünk, a geológiai életek és eruptciók romjai és mumifikációi közzé s gyűjteményeket csinálunk azokból, akkor testi fáradozásaink mellett, miket e közben el keli szenvednünk, egyúttal az élet epopoeáját olvassuk el, látván az életet kelni és pusztulni, — de soha el nem veszni, hanem újabb, szebb és tökéletesebb alakban feltámadni!

De ha már a föld életét szemléljük, nem feledjük ki az ő rokonainak, a szép csillagoknak sem a szemeik közzé nézni. A magunk egyszerű távcsövével is, de ha hozzáférünk egy csillagdába, hát onnan pillantunk bele a világ-egyetem isteni gépezetébe. De szabad szemmel is sok gyö-

nyörű estét szerzünk gyermekeinknek, ha a csillagos Ég tüneményeit megfigyeljük. Ma Vénusz átvonulása, holnap nap avagy holdfogyatkozás, majd egy kis szeszélyes üstökös megjelenése, augusztusban pedig a hulló-csillagok titáni tűzijátéka gyönyörködtet. Ezekhez a naptár már előre adja meghívóit!

Sétáinkon a vidék panorámája köti le figyelmünket s miután elmosódó távlataiban veszít a táj fiziognómiájából, alkalmas optikai eszközökkel, sötétkamarákkal, kristálylencsékkel, homorú és domború tükrökkel kisebb keretben tükröztetjük azt vissza, a mikor sokkalta élesebb képet s ragyogóbb szint nyerünk, a táj is áttekinthetőbb, mégis a távlat végtelen, a légtenger kristályosodott éternek tetszik: szóval egy idealizált tájkép lebeg előttünk.

A fényképező készülék ilyen kirándulásainkon becses kísérőnk, általa lakásaink falairól mosolyog reánk a föld minden tájszépsége. Hátha még valaha tudni fogunk jó szines fényképi felvételeket tenni!

Ide való még kitűnő térképek alapján kirándulásaink sztereit felkutatni, a felvételeket a valósággal összehasonlítani, s ezen a térképekről már jó előre leolvasni a kínálkozó terep-viszonyokat. A hegyeken magasságméréseket tenni, a síkon hossz- és területméréseket és pedig úgy eszközökkel, mint számításbeli fogásokkal, a melyek helyességéről ismét raczionális módon, utánméréssel győződünk meg: tehát meglehetősen *utánjárással!*

Egyik hegyről a másikra táv-jelzésekkel jeleket küldünk s megértetni igyekszünk egymást. Szó-csővekkel beszélünk egymáshoz, ha nem vagyunk nagyon messze egymástól.

Ha tudunk vadászkürtöt fújni, kirándulásaink pihe-nőjén megfújjuk mélabús hangjait, hogy az erdők mélyeibe hatoljon s onnan százszoros visszhang összeolvadt fuvalmaiban visszarezegjen. A vadászkürt az erdők lelke, s a ki messziről hallgatja, az el van bűvölve, bájolva. Tanuljunk tehát vadászkürtöt fújni, mert minden leheletünk után ilyenkor erdei levegővel telik meg tudóink, mely ezt a finnyás szervet, a mely manapság oly sok bajt okoz az emberiségnek, erősíti s kellő munkaképességben tartja.

J á t é k o k .

A játék ez a gyermek tulajdonképeni munkája. Ott nem dolgozik kötelességből, nem érdekből, hanem tisztán bensejének óhajára. Testi egészséges mivoltának és erőtartalmának megnyilatkozása ez! Mert higyjék el, minden egészséges gyermek szeret dolgozni, s mivel még komoly munkát nem tud, lelkülete és kedélye pedig könnyed, játszói: tehát ezen korlátlan szabad izommozgásokban nyilvánul az \ Részt vesz abban a test minden izmocskája, még a hangszerv izmai is, hisz innen a játékot kísérő hangos beszéd és élénk tetszés nyilvánulás!

De a mai civilizált gyermekvilág, kezd igen öreg lenni! Játékhoz nem ért, játszani nem tud! Óh sajnálatra méltó ifjúság, nem irigyendő férfi kor nő ki belőled — s ti sápadt mennyasszonyok, kik játszani sohasem tanultatok, mire fogjátok tanítani kedves gyermekeiteket!?

Szülők! tanítók! — a játék gyermekeitek második anyateje, de a mely már kész egészséges vérrrel táplál, — tehát ne vonjátok el tőlük ezt a jót. Sőt, mert a ti véretek, a ti idegetek is megkívánja, magatok is játszatok mindennap gyermekeitekkel, magatok rendezzétek az ő mozgási játékait. *) Természetes itt én csupán a mozgásiakat és nem a játékszerekkel valókat értem! Tessék futósdit, fogócskát, lapdázást stb. velük együtt játszani, tessék a kisebbeket vállon lovagoltatni, a háton hordoztatni — s gyermekeitek szeretetektől még boldogab-

*) Tavaly óta megtudhatták a magyar szülők, hogy a fenkölt gondolkozású apjának, lelkületében rokon fia Eötvös Loránd br. volt közoktatásügyi miniszterünk nyaranként Stájerországban szokta tölteni idejét, hol gyermekeivel maga játszik a dús fűvű és virágú réteken! Legyen ez példa gyanánt úgy fent, mint alant!

bakká lesznek, kegyvesztést féltvén még engedelmesebbek is — és ti őket lelkiületük, tehetségük, képességük, egészségük mélyeiben ismeritek meg. De legdrágább kárpótlás — az ő szeretetük, mely bennök irányatokban kél!

Bármily beesés a rendszeres testfejlesztéshez a tornázás, mégis a maga fegyelmével nem ér fel a szabad játékkal, a melyben csak annyi korlátozás van, a meny nyiben vigyázniok kell, hogy egymásnak ne ártsanak! De meg igen kellemesen pótolhatók pld. a rendgyakorlatok a *katonásdi* játék által, a szabadgyakorlatok a szabad futkározás által, a mikor tagjaikat is változatosan használják, végre a szertornázást teljesen pótolják az árkok átugrása, mélységükből felmászás, kerítések megmás zása, sövényeknek átugrása, a májusi fák megmás zása, melyek mind, a mint látjuk bizonyos gyakorlati vagy tréfás cél lal is össze vannak kötve. De igen kitűnőek lennének a *bak ló-gyakorlatok*. A gyermek úgy is minden karót lóvá avat, hogy ne emelné kedvét, a mikor egy lóhoz hasonlóbb szerrel végezhetné azt, mint a milyen a tornázásnál használt faló! Azután ezek a gyakorlatok oly kifejezés- és erő-teljesek, hogy valóban a testgyakorlás legszebb és leg jobb nemét képezik! Alkalmasak ezek még azért is, mert társaság nélkül egy magában is végezhetőek s 15—18 éve seknel a ló kerekerekre is alkalmazható, a melyet azután valaki húz s a gyakorlatok: fel- és le-ugrások mozgás közben végezhetőek!

Itt van még azután a falábon való járás, rudakkal való átvetődés árkokon, kerítéseken, létrákon való hágás, gerendákon való járás pld. először a földön lefektettekken, azután talán egy árkon keresztül fektetetten, majd magasabban.

Ezek persze mind játékszernek, bár a tornázáshoz tartoznak, csakhogy kényszer nélkül, saját jókedvükből űzhetőek és csak akkor, a mikor a gyermek kedve tartja s nekünk csak annyi szerepünk van a körül, hogy segítünk nekik és vigyázunk reájuk vagy mutatunk nekik újabb gyakorlatokat.

Felemlítem itt még, különösen a lánykáknak alkal-

masat, a hintát, a fiúknak pedig egy fatörzsön keresztül fektetett deszkán vagy gerendán való hintázást.

A tornázás többi gyakorlatai a nyújtón és korláton, meg a sport nem idevalók, mert azok az ifjúsági foglalkozások közt foglalnak helyet. Legfeljebb egy kis triciklit lehet nekik szerezni, ez nem oly gyors járású, hogy úgy a gyorsaság, mint a rázás ártson a tüdő-gégének, szívnek. A csolnakázás, kocsikázás annyiban szerepelhet itt, a mennyiben, mikor kikocsizunk magunkkal visszük, vagy a csolnakon körülcsónakáztatjuk őket. 12—15 éves fiúgyermek az azonban már gyeplőt is foghatnak s evezhetnek is. Nagyon jó szórakozást szerez azonban az olyan csolnak, a melyet lapátkerekkel hajthat, avagy a melyet kis petróleum motor mozgat. Magas élvezetet nyújt továbbá a *vitórlás-csolnak* igazgatása és kormányzása, mely tanulságos is, erőt is igénylő. A lovaglást illetőleg ugyan sokat láthatunk faluhelyen 12—15 éves korban sőt előbb is lovon ülni, s azért én a magam részéről ezt igen jónak találom, hogy ültessük fel egy kisebb pld. póni lóra, a mely egyúttal szelid is — s mi meg egy pillanatra se hagyjuk el a gyermeket! Mégis ez már inkább az ifjú-kornak alkalmasabb, a mikor a leánykáknak is okvetetlenül megszerezném ezt a szép, kellemes mozgást.

A szem-mérésnek a kéz biztosságával kapcsolatos legmagasabb készsége az eltalálás és célbatalálás! Kisebb kövecskékkel felakasztott palaczkokat, labdával tátottszájú állatfigurákat, sőt egymást megdobni szintén ügyes játékok. De nagy szabad helyeken, védett falak és hegyoldalokban felügyelet mellett nyíllövésben is gyakoroljuk magunkat, s ezt is kiemelem, mint leányzóink pompás gyakorlatát. A fiúk még parittyával, gummipuskával is dolgoznak és pedig úgy célba, mint kisebb káros állatokra és madarakra. A régmúlt korok hősi tetteire visszaemlékeztetnek a dárda-, lándzsa-, gerelyvetés és diszkusdobás. Persze ezek is inkább ifjainkhoz illenek!

Nagy felügyelet mellett lőhetünk célba légpuskával vagy pisztolylyal, flobert-puskával vagy pisztolylyal, — a mi-

kor a különböző kiugró alakok csak emelik az érdeklődést. A vízszagától lebegtetett üres tojást eltalálni pedig már magasabb készségek közé tartozik. Mégis mindezek közt legártatlanabb a labdákkal való czélzás, dobás, — ez bajt nem igen okoz. Azért tehát arra kell magunkat vetnünk egész erőnkből s annál is inkább, mert itt számtalan játék van, a mit *egymagában* lehet játszani s nekünk arra is kell számítanunk, hogy magunkra hagyatva, mivel tudunk mulatni, szórakozni. Ilyenek még a golyó-, teke-, torony- és gyűrű-játékok stb. is, de már ezek is többnyire társaságot kívánnak. A játékok ezekkel a következők lehetnek: labda-elkapás, labdaütés, labdadobás és kikerülés, magános labdajátékok egy, két, három és négy labdával; távdobálás, lyukbatalálás, czéldobás, lyukonkeresztül dobálás, méták, róták, duplex, lovas körjáték, gummilabda ugratás, körbendobálás két labdával, kópjázás, játék fonálrakötött labdával, parittyalabdázás, vadászos, üstökös, ballonjáték, lábldabázás, várjáték. Golyókkal a kroszt; kőjátékok; karó- és czölöpjáték, macskaüző, abrincsvetés, abrinchajítás, tojásdobás, kötélhúzás, *sárkányeresztés*. Körjátékok, mint lúdtolvaj, macska és egér stb, Szembekötödsdi, húnýódsdi és bújódsdi játékok, kereső és találgató játékok, ugró és szökőjátékok, helycserélő-, ütödsdi-játékok, mint bárány és farkas, farkas a kertben, medvehajtó, héja és kótlós, kínai fal, vadember stb. Akadályjátékok, húzó- és rángatójátékok pld. lánczhúzás, faltörés stb.

Itt vannak még a rendkívül kedvelt katonásdi-, harci-, rabló és zsandár-játékok, valamint a nagyobbak bajonettet és vívást is játszhatnak fapuskákkal és fakardokkal.

Nagyon kedveltek s nem megerőltetők a gyermekekre nézve az olyan játékok, a melyek az életmozgalmakat, társasmozgalmakat, foglalkozásokat utánozzák! így mesterségeket, vasúti utazást, király- és képviselő-választást stb. stb. Itt a gyermekek leleményessége nyilvánul s képzeletük játszik, a mikor teszem azt egyes történelmi ese-

menyeket maguknak elképzelnék, megalkotnak és eljátszanak!

De még a tél sem kényszeríthet tétlenségre, ez is kivisz a szabadba. S bár ez éppenséggel nem tartozik e könyv címe alá, mégis a foglalkozások nagy tömege együtt lévén, nem akarom, hogy csak éppen ezek hiányzanak! A hólabdázás, a hógunyhó, a hóember, hóhegycsinálás, a szánkázás, szki-járás, a korcsolyázás mindmind kitöltik szabadidőnket és edzenek a hideg ellen, a mely az egészségnek biztosításánál a legfontosabb teendő. De meg pompás szórakozás és kedvtelés is egyúttal.

De a tél mégis csak leginkább a szobára utal, s a mint a tanulás tekintetében az a tulajdonképeni dereka a tanidőnek s ekkor kell és lehet a tanulás oroszlánrészt elvégeznünk, sőt ha rajtam állana, én erre az időre szorítanám a tulajdonképeni szorgalmi időt s a többit a szabadtanulásra fordítanám és használnám fel, — úgy a játékok és szórakozások tekintetében is ez az idő inkább a szobai foglalkozásoknak kedvez s ezek közül felvehetők itt már a gondolkozást igénybe vevők is, a szellemesek, tréfások, élezések vagyis az úgynevezett tulajdonképeni *társalgási-játékok*. Egyúttal meríthetünk ezek gazdag és képző tárházából mindenkoron, ha pld. gyermekeink testileg elfáradvák valamely más délelőtti elfoglaltságtól, pihenésre van szükségük, mégis a tétlenséget vagy unalmat el akarjuk űzni! Igen alkalmasak lesznek a vásár és ünnep-napok délutánjaira, a mikor a vallásos szokások, a vendégvárás s a felöltözöttség miatt nem végezünk hétköznapi foglalkoztató munkákat, hanem a szórakozások eme finomabbjaiból válogatunk. S itt meg kell tennem azt a megjegyzést, hogy bárcsak alakulna nálunk s *fővárosunkban olyan Egyesület, a mely czéljául tűzné ki gyermekeink játszátását és nemes szórakoztatását*, amazt tavasszal, nyáron és ősszel, emezt a téli hónapokban. Hogy gyermekeink kedélye ez által is finomodjék és a társas együttlét örömeit, kellemeit, megérezze, megszokja és megszeresse! Oh mennyire van erre szüksége úgy a mai, mint a mindinkább komolyodó, hide-

gülő emberiségnek s a ridegülő családi életnek! De hát ne csodáljuk ezt! Nem vagyunk mi egészen magunk okai ennek, a mit nem tanulunk, a mibe bele nem gyakoroljuk magunkat, azt nem is érthetjük, nem is tudhatjuk! Márpedig most mindent elől a túlhajtott tanulás, azután a kérlelhetetlen anyagi-élet! Pedig hát ez is iskola lehetne, ez is tanít, képez minket és tán még magasztosabban, mint az a komolykodó tudomány! Óh mennyi ebben is az ismeret, a képesség, az ügyesség, a szellem úgy érzésben, mint érzelemben, úgy gondolatban mint tettben!

Vannak itt szórakozások, a melyekkel érzéseink finomsága képeztetik, az emlékezet gyakoroltatik s a finom élez ébresztetik. Ilyenek a kitaláló játékok, szellemes kötekedések, türelmi és kézügyességi játékok, ízlésképzők, mint az építőjátékok s figyelem élesítők. Azután utazójáték, hasonlatosság, szójátékok, szőrejtvények, kérdések, talányok. Táblajátékok, mint a sakk, malom, kőjátékok, zálogosdiak, játékok nyeréssel és veszéssel. A nagyobbak, értelmesebbek dramatikus és pantomimikus előadásokat, sőt kis színelőadásokat tarthatnak, szavalásokat, hangversenyeket adhatnak gyermek társaik mulattatására, melyeket bűvészmutatványokkal, erőművészi produkciókkal fűszerezhetnek. Említhetők itt még az írásbeli játékok, tréfás fogadások és találgatások, jóslatok, kártyavetések, jelbeszéd, némajátékok.

És ezzel úgy nagyjában kimerítettem volna ezek sorozatát — most csak azt kívánom Kijegyezni, hogy a játékok kivitelére hol találunk ügyes útbaigazításokat s ezeknek bőséges választékát.

Ajánlom Porzsolt Jenő „Labdajátékok könyvét«. A »Tornajátékok füzetkékben« czimű vállalatot Kókai Lajos kiadásában, valamint egyebekre K. Beniczky Irma »Képes családi játékönyvét«. Németben pedig: »Encyklopädie der »Gesellschaftsspiele« von Ludvig Alvensleben, és »J. C. S. Guts-Muts Spiele« von O. Schettler.

Fürdés, edzés és ruházkodás.

Az ember nemcsak a tüdejével lélegzik, hanem boréval, annak milliárdnyi pórusaival is. S bármily kicsinyek is azok s csekélyke azok egyenkénti működése, mégis tekintve sokaságukat és szakadatlan, folytonos működésüket: jelentőségük egészségünk érdekében rendkívüli fontos. S ha már, — a mi eléggé helytelen ugyan — a télen át a bőr működése el van jó részben nyomva, részint a vastag és nehéz, 2—3 szorosán egymásfölé öltött ruha által, részint a hid^g állal: legalább nyáron kedvezzünk minden lehetővel a bőrnek! Mert ez az egészség elsőrendű követelménye, s elhihetik, hogy a tél hatásai ezen tekintetből s az alkalmatlan ruházkodással sokat ártunk egészségünknek! Már kora tavasztól, nem ceupán a nyártól fogva s az őszön végig kellene állandó, napi edzésben tartani testünket, hogy a tél a maga zordságaival bekövetkezvén, teljes érintetlenségben hagyhasson minket! S akkor kevesebb téli ruhával érjük be testünkön, a mi a télen át is lehetővé teszi bőrünk párolgását.

A nyárban már szerencsésebb helyzetben van bőrünk, mert a könnyű, lenge és bő ruha sokkal jobban hozzáférhetővé teszi a levegőt! Továbbá akkor alkalmazhatók leginkább a legfőbb edző és éltető elemek: a víz, levegő, napsugár! Ez a nyári edzés, ha racionálisan alkalmaztatik, a télre is legjobban készít elő, sőt az elmúlt télnek Káros hatásait is parallizálja. Azért tehát a nyárnak ex legyen legfőbb kihasználása, s ha minden más elmarad, de a fürdés el ne maradjon egyetlen egy napon sem!

A hideg víznek persze nemcsak az a hatása, hogy tisztán tartja a felbőrt, lemosván és oldván róla az izzadási termékeket, hanem összehúzó hatásánál fogva a

bőr alatt lévő képletekre is hat, összehúzódásaival kihajtván a hajszáledények esetleg ott pangó vérét, hogy utána annál élénkebben nyomuljon oda az élenyített vér. Tehát a bőrműködést, azaz kontrakcióját és jobb táplálását mozditja elő, a mi azután a bőr életét fokozza, s így ellenállóbbá is teszi úgy az időjárások, mint a ragályos bőrbetegségek ellenében. De magok az alatta lévő kiválasztó szervek is erőteljesebbek, funkció képesebbek lesznek és így a szervezet élet-vegyi melléktermékeit, salakjait erőlyesebben választják ki, a mi ismét csak az egészség számájára írható.

De ott van azután az a *természetes helyzet*, hogy megelőzőleg teljes fedetlen testtel fürödhetünk *a légben, a napsugárban!* A bőrlélegzése így nincsen semmi által akadályozva, közvetlenül s a legbehatóbban érintkezik a bőrrel! A nap pedig a maga éltető hatásaival szívívolag hat a pórusok csatornácskáin át a test belsejébe, izgatólag a verejték-mirigyekre, a mitől azok jobban választják ki az izzadságot, ezt a bomlási anyagát a vérnek! De a napnak még érlelő hatása is van a sejtekre, a felbőr sejtei így tökéletesebb életet élnek, elérik erejük teljét! A kör-lég pedig a maga hűsítő hatásával, elvezeti a test felesleges melegét s így a nyár melege által okozott benső hőekszpanziót kiegyenlít'. Ép ilyen jó hatása van a homoknak, a mely jó lesz, ha fürdőhelyeink talaja, partja abból van, mert a fürdés előtt a forró homokon heverni nagyon erősítő. Szívívolag hat a pórusokon át az iszap és agyag, a melyekkel a gyermekek öntudatlanul is, annyira szeretik magukat bekenni! Csakhogy a bőrre kell engedni előbb rászáradni, s azután a fürdés alatt jól lemosni!

Tehát a fürdés előtt akár 1 óra hosszát is mozogjunk a légtengerben, sütkérezzünk a napon, heverésszünk a száraz fővény-partokon — s csak azután fürödjünk meg — és pedig lehetőleg röviden, így a 4 — 6—7° G fokos vízben csak 2—3 perczig időzünk, 10—12° C fokosban 5 — 10 perczig, annál melegebben legfeljebb ¼ óráig, de benne élénk mozgásokat téve, úszva s azután *azonnal ki s a mily*

gyorsan csak lehet törületlenül durva vászoninget felvenni, felöltözöködni és utána vagy egy félórát járni, a míg meg nem száradunk s az ing is rajtunk. És így teszünk a gyermekekkel is. Ha ezt tesszük pap-nap után, egész nyáron át, akkor jöhet ám a ködös, nedves ősz, minket oly életerőben fog találni, hogy még egy nátha sem fog tudni rajtunk és gyermekeinken kifogni. Ha pedig ezt módjával folytatjuk ősszel is, de akkor már fürdőszobáinkban, udvarainkon s már nem csupán járással, de valamely erőteljes mozgással, pld. fűrészeiéssel, favágással szárítjuk fel testünket vagy a gyermekeket tornázással, játékkal melegítjük fel: akkor bátran szemébe nézhetnek azok velünk együtt a legnagyobb télnak is! Kinek kételyei vannak ez iránt, ki azt gondolja, hogy ez csak olcsó szó, a mit én itt e könyvben árulok, ám felkérem, keressen fel engem s győződjék meg erről saját szemével az én családom tagjain! A mióta ezt és így teszem, orvos nem volt a házamnál, gyermekeim nem voltak betegek, pedig, a mikor ezen útra léptem az ő nevelésükben, 3 éves fiam kéthónapos korától legnagyobb mérvű tüdőgyulladás utókövetkezménykép megmaradt katarusoktól nagyon is megterhelve, ezen eljárások által, — pedig szeptemberben fogtam hozzá —: két hét alatt teljesen elveszítette köhögéseit s a meghűtések iránti hajlamait, a telet minden baj nélkül élte át — s azóta napról-napra erősebb lett, sápadt arcza ma rózsás, viruló! De az igaz, hogy azóta fokozottabb mértékben él úgy, miként azt fentebb vázoltam. Sőt még télen is hetenként legalább egyszer érintkeznek a hideg vízzel. Persze a jó példa ragad — sa mit a felnőtt, az apa, az anya tesz, abból a gyermek is kér részt. Szívesen adok nekik belőle! S a szomszédság nem győzi nézni, csodálni őket s kétségbe esni, a mikor ők felöltöt kérnek, más pedig még télkabátban jár; ők felöltő nélkül járnak, mások még sülnek benne; ők egész éven nyakóczán mennek-kelnek! De mondhatom, meleg fürdőt csak ritkán kapnak, havonta 1—2-szer tisztasági fürdőképen, de annál inkább ismerik a hideg fürdést, lemosást. S itt még fel kell említenem s a szülők

szívére kötöm, hogy minden meleg fürdő után *okvetlenül hideg lemosást adjanak nekik*, öltöztessék fel gyorsan az említett durva vászon ingbe, s nem lefektetni, hanem járni tessék a szobában, nyáron s tavasszal, ősszel kint az udvaron, kertben, szabadban! Legjobb akkor velük valami szabad vagy szobai mozgási játékot kezdeni!

Az edzéshez tartozik a korai reggeli felkelés is. Mert azzal is tovább vagyunk szabad levegőnek és világosság-
nak kitéve s ezeknek nagy életgerjesztő hatásuk van! Azután a reggelnek üde, tiszta levegője valóságos életgyönyörbe ringatja át az embert!

Nem hagyhatom említetlenül a fűbenjárást, mezítelen lábbal. Mindenkor fenséges élvezet marad a bársony fűben járni, de ha harmatos a fű, akkor nemcsak élvezet, hanem kiváló edző eljárás. A láb, a télen hideg, havas, fagyos földön járó láb, a lábbelin keresztül is meghűl minduntalan, ha nincs így megedzve. Csak egyet ajánlok figyelembe itt, s ez az, hogy utána 5—10 percig járván benne (de lehet tovább is, ha a járás erőteljes, kimelegítő) a nedves lábra úgy ahogy van, húzzunk harisnyát, czipőt — és tegyünk addig mozgást vagy sétáljunk, a míg nem érezzük, hogy száraz és meleg már a lábunk. Akkor azután akár a czipőben is maradhatunk, akár, s ez tanácsosabb, levethetik gyermekeink, s a mennyire csak lehet egész napokat járjanak mezítláb, vagy legalább vékony vászon félczipőkben, még jobb sarukban, szandálokban, a melyeknek csak talpuk van, s szijacs-kákkal vannak a lábához erősítve. Ha eső van, langy nyári eső, keressük fel a fürdő helyét akkor is és ázzunk az esőn, persze mozogva 5—10 percig, azután gyorsan felöltözni és mozogni, vagy legalább eső után járjunk mezítláb a nedves földön.

Fontos része az edzésnek, vagyis a testnek légköri elemek általi megedzésénél, a ruházkodás, hogy az olyan legyen, miszerint a lég minden oldalról és folytonosan hozzánk férhessen!

Az ing legyen ritkán szőtt, de vastag szálú *len-* vagy kender- vászon-ing. A házi ing fölül kivágott mint a tengerészeknek és ujj nélkül. Kimenőre ujjakkal és lehajtó

puha vászongallérral, de a nyaknál nem gombbal, hanem köthető szalaggal vagy zsinórral. Az ujjak bővek.

Alsó nadrág elvetendő, hanem a helyett az ing elől és hátul elég hosszú legyen, bogy jól leérjen, különösen hátúti frakkszerűen kivágott és alálógó.

Nadrág kék vagy szürke vászonból, rövid szárral nadrágtartóval és nem szíjjal. Harisnya nincs, csak elmenetel alkalmával igen vékony s nagyon rövid szárú, de a lábra bőven ráülő. Lehetőleg mindig mezítláb kint a földön, kertben, udvaron, füben járás és járás közben, de a szobában való tartózkodás alatt saru avagy vászon félcipő harisnya nélkül. Elmenetre könnyű, bő és kényelmes félcipőt tartunk, a mely nem hegyes, hanem vágott orrú!

Kabátot, mellényt otthon sohasem húznak s nem addig, a míg csak az időjárás nem kényszeríti őket a mi kellő edzés után nagyon késő ősszel fog csak bekövetkezni. S bár nem tartozik ide, de megemlítem, hogy télen is benne a szobában a kabátot levetik s ingben legyenek, legfeljebb a mellényt tartják fen.

Kalap széles karimájú, könnyű szalma vagy forgács-kalap.

Nyakkendő, gallér, kézelő elvetendő még elmenetelkor sem veendő.

Lánykák ép úgy öltözködnek, csakhogy ők egy kis úszónadrág forma nadrágocskát viselnek és e fölé könnyű rövid szoknyácskát öltenek, a mely szintén nadrágtartón lóg.

Az edzést még az alvásban is lehet folytatni — sőt itt még jobban és nyugodtabban. így abban, hogy lehetőleg nem szobában, hanem tornáczok alatt, verandákon, szénapadláson, kocsiszínbén vagy szép időben széna vagy szalmakazalok tetejében hálunk! Fej alá legjobb széna-, szalma- vagy kukoricza héjával töltött vánkös. Takaró: vászon lepedő vagy semmi, csak egy bokáig érő nyers vászon hálóing, nyitott ingujakkal s anyakán kötőzsinórral.

Ím ezekben adtam volna az edzésre vonatkozó tanácsaimat!

Az időbeosztás és az életmód.

Hogy az, a mit gyermekeink megesznek, javukra is válják, szükséges, hogy azt megválogatva és észszerűen vegyék magukhoz. Enni az nagyon könnyű, de úgy enni, hogy az a szervezet hasznára válják: egy kis átgondolást igényel. Ha azután, az életrendet megállapítottuk, akkor már nagyon könnyű benne megmaradni.

Az alább következő táblázat bemutatja azt az életrendet és időbeosztást, a melyet én minden családra nézve betartandónak vélnék, ha ezzel is támogatni akarjuk gyermekeink erősödését a nyár illetőleg a szünidő folyamán. Sőt nem ártana azt folyton, még a szorgalmi időben is tenni, természetesnek jelezve, hogy akkor a foglalkozásokat az iskolai teendők képeznék.

Három lényeges megjegyzést kívánok én még csak itt tenni. Egyik a felkelésre vonatkozik, s e tekintetben azon nézetem vagyok, hogy az a nap felkeltével történjék lehetőleg mindég, de különösen a szünidőben. Hajlandó vagyok még engedni, miszerint a gyermeknek több alvás kell, mint a felnőttnek s ezt a kisebbeknél 10 évesekig ám tegyék úgy, de a két nyári hónap július, augusztus kivételével. E két hónap alatt keljenek fei korábban, mert az is edző s jótékony hűvös hatásával az egész napra kiható. A nap hőségét jobban állja ki az, a ki a reggeli órákban látja el magát tiszta, élenydús vérrel, sőt az éj alatt, a csendes élet-munka alatt kifejlődött testi meleg feleslegét, még most el lehet vezetni, nem így már akkor, a midőn a nappal hősege ennek kisugárzását a bőrön át lohasztja. Inkább azzal lehet pótolni az alvás veszteségét, hogy

korábban küldjük aludni gyermekeinket: 8— $\frac{1}{2}$ 9-kor! És tekintve, hogy egész napon át sűrögnek, forognak, foglalkoznak, — elfáradnak s így maguk is kívánni fogják a lenyugvást.

Az étkezés idejét, mint legczélszerűbbet pont déli 12 órára tanácsolom kitűzni. Előtte azonban legalább $\frac{1}{2}$ órával be kell fejezni minden munkát és foglalkozást, pihenésre dűlni, hogy a vér lecsendesedjék s az emésztési szervek előkészüljenek a nagy munkához. Utána, orvosi vélemény alapján azt ajánlom, hogy $\frac{1}{4}$ óráig feltétlen nyugalomban legyenek a gyermekek, ezután a mint az orvosi tapasztalat és tudomány bizonyítja, jobb a mérsékelt mozgás, ez az emésztést jobban mozdítja elő s a kedély is üdébb marad, erről meggyőződhetik mindenki, a ki ezt megkísérli. Míg ha ebéd után az álom elnyomja, utána lankadtan, rász kedvűén ébred, szája íze pedig rász: jele ez a rász emésztésnek. Míg ha legyőzi az álmoságot s pld. sétát tesz (szobában, hűvösben, vagy árnyas fák alatt) vagy kellemes társas szórakozásba elegyedik, mint a milyeneket az alanti időbeosztásban felsorolok; akkor eléggé pihenten és a legjobb kedvvel fogja a délutánt eltölteni.

Álljon most már itt az időbeosztás:

A mi most már magát a táplálkozást illeti, annál a főtekintet nem annyira az ételek mennyiségére legyen, mint inkább arra, hogy az jól emészthető legyen, s hogy a kellő emésztés biztosítva is legyen! A mi az ételeket illeti, e tekintetben én a falusi nép legegyszerűbbjeit, de legtáplálóbbsait és legerőteljesebbjeit ajánlom. S ajánlhatom annál inkább, mert gyermekeink folyton a szabad levegőben mozognak és erőteljesen foglalkoznak, tehát az emésztés is erőteljesebb s nehezebb ételek is megemészthetőbbekké lesznek. Kivételt csak a nagyon beteges, gyenge természetűeknél tennék, s ezeknél is hacsak lehet, lassan-lassan az erősebb táplálkozáshoz térnék át.

A reggeli mosdás után előbb felforralt, de lehűtött tejet vagy aludtejet az egészséges gyomrúaknak, a gyengébbeknek árpa-maláta, vagy makk kávé, mindig csak kevés cukorral. Hozzá az egészséges gyomrúak szárazon vagy pirítva falusi házi kenyeret, a gyengének tejes kenyeret, de szintén mindig pirítva.

½9-kor délelőtti ozsonna: lángos, pirított kenyér, sült burgonya, szalámi, sonka, parázson sült tojás, gomba. Persze mindég csak egyfélét.

Ebédre: *levest nem!* Különösen hangzik, de úgy áll a dolog, hogy a leves a mi táplálkozásaink eredményeinek a legnagyobb veszélyeztetője. Bismarck házi orvosa mondotta, hogy a levessel az emberség század óta tesz kárt egészségében. Igen, a leves nagyon jó betegnek, kinek gyenge az emésztése, *s ha utána semmi mást nem eszik!* De máskülönben csak hígítja a gyomorsavat s az azután ezen ritkított állapotában nem tudja a hús, főzelék és tészta-neműeket úgy áthatni, hogy oldja egyrészt a tápanyagokat, másrészt meg a kellő erjedéshez előkészítse azokat, sőt ellenkezőleg vizenyössé teszi s akkor nagyon nehezen lesznek emészthetőkké. Soká kell a gyomorban maradniuk, a míg velük végez, s akkor is táptartalmukat már nem bírja egészen kivonni, s ez által így terhelt is lesz a gyomor, de meg tápérték pocskolás áll elő. Sőt a nagynehezen kivont tápanyagok sem oly tökéletes, jó eksz-

traktumok, milyeneknek lenniök kellene: tehát mennyiségben és minőségben is rősz a táplálkozás, s még csodáljuk, hogy ezt évekig, sőt egy egész életen át folytatva, nem erősödünk, hanem gyengülünk, hanyatlunk egészségben, pedig a legjobb, a legfinomabb ételeket s a legdúsabb konyhát élvezzük!

Ép úgy nem, de különösen a gyenge, beteges gyermekeknek nem adunk főtt húst! Hisz ebből a tápanyag ki van már áztatva s nincs egyéb benne száraz rostnál a mely csak a gyomrot terheli, a nélkül, hogy bármit is használjon. Hanem igenis sült húsok valók, bár ezzel megint óvatosan, mert ezek meg olyanok, mintha tüzet ennénk, tüzelők, izgatók s azért mértékletesen szerepeljenek az étlapon, különösen pedig a meleg nyáron! Ép ez okból ez év-szakban, ha már lennie kell, oly húsokat együnk, a melyek nem annyira izgatók, így baromfit és különösen halakat! Nem árt, sőt kívánatos a folytonos hús élvezete alól is magát emancipálni s hetenként okvetlenül 2 nap húsétel nélkül lenni. A magam háztartásánál minden másodnap van csak hús! Ajánlom azt is, hogy ne nagyon bőséges legyen az étkezés, mert kevesebbet a rágó-készülékünk is erőteljesebben szétdarabol, a nyál is elegendő mennyiségben áthat, a gyomorsav is kellő arányban keveredik, a gyomor tehát jobban emészt és a tápnedvek jobban használhatnak fel. Húsnapok lehetnek: Vasárnap, kedd, csütörtök, szombat. A többi napokon zöldségek, főzelékek, hüvelyesek, gombák sütve, néha tojás, vérképző tésták, gyümölcsök.

Nagyon vérképzők a vér, a kolbász, véres- és májas-hurkák. Nem izgatók, bár kissé nehezek a gyomornak: velő, vese, borjúláb, szív, tüdő, máj, mirigy.

Délután $\frac{1}{2}$ órakor ozsona, mely állhat mézből, vajból, aludttejből, árpa vagy mak-kávéből, gyümölcsből, kenyérből.

Legkésőbb $\frac{1}{2}$ 7-kor a vacsora, a melyen soha, de soha *nem volna szabad húsnak* lennie. Már az ezen étkezés után következő ébrenlét, a mely inkább pihenés, heve-

rés — s azután alvás, nem képes ezen erős ételeket fel-
dolgozni és áthasonítani, ezek így terhelők a gyomorra és
izgatók a vére, idegrendszerre. Ha az ajánlottak közül
csak ezt az egyet tartjuk be: akkor is nagyon sokat tet-
tünk egészségünk érdekében, de e nélkül hiába való volt
minden egyéb buzgalmunk. Az ételek itt: a *tejes étkek*
a maguk legnagyobb változataiban, a gyümölcsök, túró,
kevés vaj! A tojást illetőleg tévedésben vagyunk, mert az
tápláló, de igen izgató, hisz úgy tekinthető, mint *koncent-
rált élet!* a mely kicsiny helyre van szorítva, mint pld. a
puskaporban az óriási erő, a mely ha kiszabadul rombol,
tör, zúz! Ilyen az is, a gyomor vegykonyhájában lappangó
ereje szabaddá lesz s akkor az életet ingereivel felfokozza!
Nos erre csak nincs szüksége a gyermeknek!? Van még ő
benne elég erőkészlet s ha már adjuk és keli, hogy adjuk,
csak ritkán, hetenként legfeljebb 4-szer és keveset!

Nem is kell említenem, hogy az étel semmiféle fűszer-
rel és kevés sóval legyen készítve. Mert ezek veszedelmes
aljakat tartalmaznak, a melyek a míg egyrészt megtámadják,
rágják, lúgozzák az emésztés szervét, másrészt a gyom-
rot igaz, hogy izgatják élénkebb mozgásra, de arra is,
hogy a táp-pépet előbb hajtja ki onnan, mint a hogyan a
jó kihasználás érdekében szükséges volna!

És most végezetül, meg egy legfontosab tanácsot! Ezen
fordul meg — mondhatnám — az emberiség ereje! *Evés
előtt legfeljebb egy órával szabad inni, s utána csak ½ órá-
val, csak ki nem tartható esetekben 1/4 órára rá, de akkor is
mindenkor csak egy kortyot. Azontúl ½ óránként hígíthatjuk
a gyomorpépet 1—2 legfeljebb 3 kortytyal.* Hígítani, de nem
vízzel telíteni, keverni! Evés után 3 órával már egy fél
pohár vizet is ihatuk. És ez minden étkezés előtt és utána
így. Ennek betartása nélkül kidobott pénz, a mit ettünk,
az szervezetünk javára nem ad semmit! S hogy a szomjat
így legyőzni bírassuk: minél kevesebb húst, kivált nyáron
— és izgató, égető fűszerek nélkül! A bor ép ilyen, mint
a víz, ez is, hacsak 1—2 pohár számba is, isszuk, hígítja
a gyomorsavat, vizenyössé teszi a pépet. Bor: gyógyszer,
a melyből csak gyengéknek kell adni legfeljebb 1—2 kortyot!

Gyermek-ünnepek.

A hétköznapiságok közül kiemelkedik egy-egy nap, melyen csakis a kellem és a szép az uralkodó s külső dísz, a vendéglátás társasörömei képezik a nap eseményeit.

Ismét ki a természetbe! S ott az összjelenségek általánosításából, átszellemüléséből s eszményesítéséből fakad az Isten létének sejtelme, hite, imádata! Ezeken a napokon törekedjünk a gyermek lelkét idáig emelni vagy inkább engedjük magától ide emelkedni!

És ez lesz a gyermeki szív áhíta, ez lesz Isten dicsérete! Ha úgy tetszik egy rögtönzött imát is küldhet a gyermek az Ég Urához, itt az Isten magasztos, dicső, örök templomában! Sőt egy dallal is köszönheti a Mindenséget! Higgyék el, Istenimádat kultusza lesz az is, ha egy kis röpké pillantást vetnek az Életre! s az Ég csodáiba! Egy néhány sort a csillagok életéből, Flammarion gyönyörű költészetéből, s a gyermek oly emelkedett hangulatban tér vissza, a melyből valaha a legtisztább hit fog születni. Maga az ember építette Istenháza is hajójába gyűjt vasár- és ünnepnapjain; valahol messze a völgy mélyéből felható s hívogató harangszóra felkerekedünk s leereszkedünk kicsiny házába.

Utána látogatásra visszük őket, az egymásiránti figyelem és szeretet ezt a szép szokását gyakoroljuk.

De nemcsak a vasár- és ünnepnap képez ilyen megkülönböztetett napot, hanem más egyéb családi ünnep, így név- és születésnap, lakodalom stb. Sőt, vannak oly naptárak is, a melyeket beszerezvén és a falra függesztvén, onnan leolvashatjuk egy-egy nap nevezetességét, a mikor azután annak ünnepét megüljük! S ez lesz a tör-

ténelem apotheózisa! Ez lesz a történelem felelevenítése, élő emlékezetbe vésése!

A nap kiválóságát már az is jelzi, hogy a gyermekekkel kitűzzük a zászlót a ház tetejébe vagy egy arra a a célra felállított zászlórúdra *félhúzzuk!* A házat, kapuját, tornáczát füzerekkel ékesítjük fel, melyeket a gyermekek magok fűztek, kötöttek.

A tulajdonképeni ünnepély azután jókedvű mulatozásokból áll, leginkább pedig zenéből és táncából! Délután a leánykák parasztleánykáknak öltözködhetnek, a fiuk ingújjasan sűrögnek, forognak. Minden falunak meg van a maga zenésze vagy naturalistája, nos azt felhívjuk vagy felkérjük. Akad egy furulyás vagy dudás, cziterás avagy egy szál cigány czimbalmosával. Erre a gyermekek tánczra perdülnek s nemsokára látni fogjuk, a mint oda-oda gyűlnek a nagyok is s olykor olyan falura szóló mulatozás kerekedik ebből, hogy örökre emlékezetes marad! Este azután 6 óraker véget ér a multság zajosabb része, a hívatlan vendégek szétszélednek s visszamaradnak az ünneprendezőök és vendégek. Az esteli szürkületben azután kellő elővigyázattal, egy kimagasló helyen bengáli kivilágítást rendezhetünk, egyszerű tűzijátékkal, melyet legjobb amolyan flóbert szerkezetű puskából, az ahhoz készített patronokkal a magasba röpíteni! így egészen veszélytelen s igen multságos és szép.

Ugyancsak tündériessé teszik az udvart az önkészítette színes lampionok, a melyek tornáczokon, gerendákon, ereszek hosszában, fákön, bokron felaggatva és meggyújtva, gyönyörű látványt nyújtanak!

A nap emlékére egy magunk alkotta papír léghajót a nap jelentőségének feliratával eresztünk fel a magasba, hadd hirdesse a világ-úr messze régióiba annak dicsőségét!

VÉGSZÓ.

Úgy amint az ember az ősidőkben élt, a betegségek nem igen bántották. Erős munkával szerezte meg mindenét, így az élelmét is, — utána pedig — lehet mondani mást nem tett — fáradalmait pihente! Kora reggel elejtette vadját, megfejte állatjait; megszedi a gyümölcsfákat — s azután a zöld pázsiton, a fák árnyaiban elfogyasztja azt. Pihenése után eszközeit javítja s mind ezt kellő nyugalom mellett, mert nem hajtja, nem kergeti semmi, nem a verseny, nem a kapzsiság! Csak önmagának és önmagáért, legfeljebb gyámoltalan gyermekeiért él, mert ezek is mihelyt bírnak, maguk gondoskodnak szükségleteikről. Tehát nincs ipar, nincs kereskedés, nincs tudomány, művészet, mint különvált foglalkozása egyeseknek, nincsenek ezek a magasatos rugói az emberi társadalomnak. — de egyúttal a testi-élet ernyesztői is. A megélhetésért dolgozni kell ugyan, meg kell szerezni annak eszközeit, de a természet bősége kínálja őket, utánuk kell csak nyúlni, — de mégis *nyúlni kell!* A szerzési, a meggazdagodási vágy nem üldöz senkit, — csak a mindennapiért él, hal!

Később azonban az ember reá veti magát az egyoldalú foglalkozásokra, mellette elhanyagolja a szabad természet küzdelmeit, — a test egyes részei képességükben hanyatlanak. És ma már a szellem terére veti magát, a testi tevékenység majdnem tel-

jesen elhanyagolják s ennek eredménye az az *általános elgyengülés*, melyet ma az intelligencián s már is majdnem mindenkin észlelhetünk: az összes sejtélet visszafejlődése, a vér regenerálódása, életképességünk pusztulása. De ez nem maradhat így tovább, ez ellen tenni kell valamit, s hogy miképpen irányítólag hathat ezen útmutatás, melyet a t. olvasó közönség e füzetben nyert.

Ezen itt felsorolt foglalkozások, a melyek mérsekelt erő kifejtéssel, mozgással, szabadban való tartózkodással járnak: mind igen emelik az *emésztést*, a felvett anyagok áthasonítását, a jóknak felhasználását, arosszaknak kiválasztását: szóval a jó anyagcserét, így elősegítik a jó vérképzést, annak mozgásával a jó élenyülését — s az annyira fontos a test minden részébe szétterjedő egyenletes *szétosztását*: különösen a végtagok és végképletek, valamint a bőr *vérteltségét* idézik elő — és oszlatják: a *tüdő*, a *légcső* és az *agy* vérbőséget, a melyek sok betegséggnek, kivált pedig a ragályozó- és idegbetegségeknek okai.

Ha azonban a gyermek, a felnőtt így él, így üdül, így nyaral: és pedig legkevesebb 6—8 hétig, és ebből ki nem engedí magát zavartatni, hanem ebbe mintegy beleéli magát, akkor hanyatló szervezete épülésnek indul, erősödni fog testében: a mi legelőbb meglátszik keményedni kezdő izmain, a ruganyos bőrön és életteljes testtartáson, a fényes, rózsapiros, hajlékony és rugékony bőrön. Az ily gyermek bátran megkezdheti a tanév fádalmait, bevihető a városi élet természetellenes életviszonyaiba és szokásaiba: — nem fog kimerülni, vérét nem kell féltetni ragályos csíráktól: azok abban meg nem élnek, és különösen nem kell féltetni a gyermekeket ragályos bőrbetegségektől, a melyek éppen a visszafejlődött bőréletnek, bőrtévekenységnek, vértelenségnek a következményei, mit előidéz a sok ülő, kevésmozgású

szobai életmód, mit el fog oszlatni: a lehetőleg szabadban való tartózkodás *egész napokon*, ott erőteljes *izom-foglalkoztatás* vagy *játék*.

Ugyanez szétkergeti az egyes helyeken pangani szerető vért, azt rendes medre-folyásába tereli — s így megszünteti alapokait a most, majdnem mondaní lehet természetszerű következményeképp fellépő gyakori torok-bajoknak, a melyek előhírnökei a légzőszervek rendetlen állapotának, a mi később átmegy a tüdőre is. — Először a minduntalan megmegújuló nátha alakjában — ez pedig fokozódik az influenzás tüdőlobokban — s ez közel viszi a tuberkulózis befészkelődéséhez avagy kitöréséhez.

TARTALOMJEGYZÉK.

	Lapszám.
Előszó	5
<i>I. Általános rész.</i>	
A hogyan a gyermekek ma élnek	9
A hogyan a gyermekeknek élniök kellene.....	16
<i>II. Különös rész.</i>	
Az elv alkalmazása az élet különböző viszonyai szerint.....	27
A kertben	32
A szőlőhegyen	36
Az erdőben	39
A vízimadarak honában	49
Az udvaron. A gazdasági udvar. Külső gazdaság.....	52
a) Földmunkák.....	53
b) Az építés.....	55
c) A vizek	58
d) A gazdasági udvarban vagyis a házi gazdaság körüli munkák	62
e) Külső gazdaság.....	69
Kézi ügyességek.....	72
Kirándulások	89
Játékok.....	94
Fürdés, edzés és ruházkodás	100
Az időbeosztás és életmód	105
Gyermek-ünnepek.....	111
Végszó.....	113