

ЗДРАВΟΣЛОВИЕ

ЗДРАВИА И БОЛНИА ЧЕЛОВѢКЪ.

Человекъ, въ едно здраво положение, всѣкога има единъ вътрѣшенъ гласъ за всичко потрѣбно, отъ което може да има той нужда. Щомъ той огладнѣе, предизвѣстява се отъ вътрѣшно чувство, че трѣба да ѣде; щомъ ожадниѣе, сжщото нѣщо се случва. Умори ли се, той тжрси почивка; сгорѣщи ли се, тжрси прохладнение; помржзни ли, тжрси да се стопли. Тѣзи вътрѣшни чувства са едно мѣрило за всѣко нѣщо, отъ което жизненната тѣлесна сила може да има нужда. Студенината и топлината са отъ едно и сжщо свойство съ противоположни дѣйствиа, подобни на електризма: положително и отрицателно дѣйствие. Когито едното отъ тѣхъ преодолѣва въ организма, другото се приема съ чувството на едно удоволствие, чрезъ което се вждворява поредока и армонията на жизненните сили.

При всичко туй, человекъ не трѣба да се оставя тжй безусловно на това тѣлесно чувство, той трѣба да има мѣрилото на опита и на благоразумното наблудение. Въ човеческиа животъ привичката играе една голѣма роля. Привикни ли той да ѣде, да пие много и да употрѣблява нѣща такива, които са сжвсѣмъ вжнъ отъ кржга на игиената, той съ това отвлича вниманието на жизнената тѣлесна сила кжмъ тѣзи нередовни нѣща и я принуждава да занемарва нѣкои важни служебни пунктове, отъ гдѣто произхожда и разстройството на организма. Да бжде организма въ едно нормално положение, той трѣба да има едно умѣренно употрѣбление на нѣщата,

които служатъ за подкрепление на тѣлосложението му.

Щомъ дѣтето се яви на свѣта, най-добрата храна за него, която да бѣде сжобразна съ тѣлосложението му, е майчиното му млѣко; подиръ нѣколко месеца само може да му се даде безвредно друго едно млѣко — и то още зависи.... Щомъ прехвърли годината може вече да му се дава другъ видъ храна; но при все туй, не трѣба тя да бѣде твжрдѣ силна и трудносмилателна; най-доброто питие за дѣтцата е добрата чиста вода. По тозъ начинъ научено да се храни редовно и не тжй много изобилно, то отраства съ навикъ такжвъ, който може да му послужи до смжртъ.

Привикналиа человекъ подъ подобенъ единъ режимъ, намира за отвратителни сички лѹти, спиртовни и миризливи нѣща, които изобщо биватъ вредителни отъ колкото полезни. Кой не знае, че, изначало, виното, ракиата, тѹтѹня и сички тѣзи, които минаватъ като за луксъ между днешната наша интелигенция, му са били противни и отвратителни? При сичко туй, чрезъ обичая се е придобилъ навика; отъ малко на по-много, человекъ привиква да не може вече безъ тѣхното употрѣбление, които колкото и да не са ползовити, ставатъ обаче като едно второ естество, и увличатъ човека кжмъ несгодни случаи, случаи които се преобржщатъ съ време въ болестъ, ако предварително не се зематъ нѣкакви поправителни мѣрки.

Физиологическото тѣлесно движение става отъ една страна изъ вжнъ кжмъ вжтрѣ, а отъ друга изъ вжтрѣ кжмъ вжвка. Изъ вжнъ кжмъ вжтрѣ служатъ стомаха и бѣлиа дробъ; а изъ вжтрѣ кжмъ вжвка е пищеварителния и пикочния канали, бѣлиа дробъ и кожното изпарение. Тѣлесните орждиа, както и разните други части на тѣлото, приематъ нуждните си хранителни елементи, чрезъ това физиологическо дѣйствие, отъ единъ и сжщъ източникъ, *кржвата*. Кржвата е следствие на храната, съ която се хранимъ; хра-

ната да може да се измени въ кръвѣ и стане способна за уподобение къмъ сичките части на тѣлото, тя трѣба предварително да се уживотвори отъ жизнената тѣлесна сила за да може да се попие отъ лимфатическите сждлини и преобърне въ кръвѣ. Най-важното нѣщо за равновесието на тѣлесните сили е храната; безъ нея тѣлосложението си губи армовическото положение и става като болно. Кой не знае отъ самс-себе си, че, като прегладнѣе, охотата му се изгубва, глава то заболѣва, ржце и крака отмаяватъ и прт.; коги, каго се нахрани, благоприятно чувство го облива! Храната е необходима още за подновяването на тѣлесните атоми или малки частици, които, като непотрѣбни все, изходящия порой ги извлича чрезъ изходните канали.

Тжй, живота е основанъ на едно входящо и изходящо движение, което въ нормалното си положение се именува *здраве*, а въ ненормалното си—*болестъ*.

Въ болно едно положение человекъ има сжщия вжтрѣшенъ гласъ като показалець на неговото сжстояние. Щомъ той се поболѣе, естествено охотата му се пресича, слабостта се появява, и, неволно, той тжрси спокойствие и отдихание. Тѣзи природни признаци са единъ предизвѣстителенъ гласъ на жизнената тѣлесна сила, чрезъ които тя тжрси да каже на болния: „мирувай и остави ме свободна, за да мога да изгоня болезнавия зародишъ, неприателя.“

Тжй, много пжтя, даже и по-вечето, гласа на това начало е достаточенъ да даде поводъ ако се слуша, на едно конечно подобрене въ едно кратко време. Подъ подобно едно положение, ако то е леко, желанието на болния бива по-вечето една добра сжпна почивка подъ една добра завивка и стрга диета. Въ това спокойно време жизнената сила е достаточна да произведе тжзи критическа реакция, която е необходима за вждворението на поредока, както и за уравновесяването на тѣлесните сили.

По-вечето болести са едно смущение на изходя-

щето тѣлесно движение, по следствие на което, много пѣтя, жизнената тѣлесна сила, за да се отжрве отъ болестния зародишъ, произвежда едно силно материално изпразнение чрезъ единъ отъ изходящите канали. Тѣй, много пѣтя, при едно голѣмо смущение, появява се силенъ потъ или дрисжкъ, подиръ които лошите признаци изчезватъ и болния начнава да се поправя. По тѣзи естествени признаци на природата, лѣкарите, много пѣтя, предписватъ лѣкарства коги за изпотяване, коги за дрисжкъ, коги за пикочъ, предписавия по-вѣчето механически. Казваме механически, понеже се нахождатъ лѣкари, които работятъ по единъ подобенъ начинъ: главната имъ цель е парѣта отъ колкото здравие то на болния. Тѣй, медицината, разгледана добръ отъ близо, стои много далечъ отъ мѣстото, дѣто трѣба да бѣде.

Най-главната цель на лѣкаря трѣба да бѣде сле-дуиущата: ако не ползва, да не повреди. Коги, по средствата, които изобщо се употрѣбляватъ, никога не може се каза, че употрѣбимите лѣкарства въ едно голѣмо количество биватъ безвредни; даже, много пѣтя, често тѣ ставатъ смъртоносни. Водимъ отъ това, славния Офманъ справедливо е казалъ: „Искате ли да си съхраните здравие то, избѣгвайте лѣкарите и лѣкарствата.“ Най-добрите и най-невинните средства въ обикновената медицина са гигиеническите мѣрки; вжнъ отъ тѣхъ другите помощи трѣба да ставатъ въ кръга на единъ природенъ законъ, който ако не ползва, поне да не вреди.

Обикновенните болести произхождатъ по-вече отъ една простудка или отъ едно преѣдане или препиване. Подобни болести се лѣкуватъ, много пѣтя, сами по себе си, стига само болния да се ограничи да послуша природния си вжтрѣшенъ гласъ и даде спокойно дѣйствие на жизнената сила: да варди нѣколко дни лѣглото подъ една строга диета, естество то само по себе си ще придобие вѣтото си равновесие. Въ случай, че болния има силни признаци, кои-

то често се появяватъ подиръ една простудка, като главоболие, болки по снагата, силна топлина и безпокойствие, тѣ показватъ, че жизнената сила се стареа да произведе една каква-годѣ реакция, чрезъ пороя на която да може да се отърве отъ болестна-вия зародишъ, и вѣдвори равновесието на тѣлесните сили.

Въ случай че тя не е въ положение да извърше съ време тиа необходими реакции, то нейните усилия докарватъ запоръ въ нѣкоя частъ или въ нѣкой органъ на тѣлото, дѣто се произвежда мѣстно разпаление, на което следствиата ставатъ по-сериозни. Въ подобно едно състояние, ако жизненната сила не добие нѣкоя природна помощъ въ домогването си, нейното положение се сплита все по-вече и по-вече, додѣто най-насетнѣ погива.

Медицината е по-вече инстинктивна отъ колкото изкуственна. Преди да има бѣлгарина лѣкари, ето какъ се е той лѣкувалъ въ обикновенните тѣзи случаи: събличатъ болния да остане почти по риза, накарватъ го да сѣдне на единъ столъ или на нѣщо високо, и между краката му поставятъ единъ котелъ съ врѣла вода. Туй извършено, чулясватъ го съ една черга за да бѣде добръ обвитъ, дѣто парата на врѣлата вода да отива върху повърхността на тѣлото му; послѣ нажежаватъ една тувла или керемида, която спущатъ въ топлата вода на котела за да произведе силна пара, която обвива всичката снага на болния като въ една баня. Болния отъ топлината на тая пара се изпотява, и като се изпоти добръ, премѣстятъ го на лѣглото му, дѣто пакъ начнаватъ да го триатъ както по краката, тѣй и по рѣцете, за да му се разиграѣли дамарите, както казватъ обикновенно, и се разнесѣла съсирената крѣвъ. Дѣйствително, подиръ тая операция сичките лоши признаци намаляватъ и изобщо въ едно кратко време болния става по-добръ.

Между тѣзи операции, кое е природното дѣйст-

вие, което повлиява за да подобри болния?—Топлата водна пара, която, като разпуска тѣлесните части, отваря порозите на кожата и произвежда пота, който става подобенъ на една потна криза, чрезъ която болезнавния зародишъ изчезва и негодните признаци намаляватъ. Въ това отношение още не малко сѣдѣйствува и триенето, което не е друго освенъ сегашното на мода мачкане на мисците (le massage) и нововедения магнетически начинъ:

Въ подобенъ единъ случай като какви подобри средства може да употреби единъ лѣкаръ? Ако той е дѣйствителенъ водителъ на природата, той ще разгледа и, като добъръ наблюдателъ, ще схвати наклонността на тѣлесната жизнена сила и ще даде потикъ, чрезъ своите средства, къмъ тая наклонность: ако болния клони на потъ, той ще ускори тая наклонность; ако огня по снагата е силенъ, той ще употреби разхладителни нѣща; ако кризата има тенденции къмъ пищеварителния каналъ, лѣчителните средства ще бѣдатъ на помощъ къмъ тая страна. Съ една дума, добрия наблюдателенъ лѣкаръ, става водителъ на природата по показателните тѣлесни клонения.

Що е болестта и що е лека?—Едно и сѣщо нѣщо. Това което лѣчи, това тоже и разболѣва: топлината и студенината са лѣчителни средства; но съвременно тѣ ставатъ и поболителни. Студенината и топлината са тѣжки материални сили подобни на електризма и на магнетизма; свойства, които не притежаватъ ни изгледъ, ни осязателность, освенъ едно само дѣйствие, което ги характеризира. Следователно, болестите, като са едно неравновесие на тѣлесните сили, са около назъ и въ назъ; тѣж сѣщо лѣкуването имъ е тоже около назъ и въ назъ, за което остава да говоримъ другъ пѣтъ. Сичко зависи отъ разположението на жизнената тѣлесна сила.

Претенциите, че микробите произвеждатъ болестите, е просто едно мнѣние безъ никаква довѣрител-

ностъ. Микробите съществуватъ както въ здраво време на човека, тѣй и въ болно: тѣ са следствие на тѣлесното разположение.

Що са микробите? Тѣ са животинки, както сичките животни по свѣта. Тѣ са подложени, както и последните, подъ закона на живота, който, както го е казалъ още Ипократъ, се състои да привлича еднородните и да отблъсква разнородните. Микробите не са нѣщо изкліучение отъ този законъ.

Въ животната борба, по силния се храни отъ по-слабия. Животните са по-силни отъ микробите, по това само условие, че са животни, а не животинки. Човекъ, додѣто се нахожда въ едно добро равновесие на силите си, той не се бои отъ микробите; напротивъ, тѣ трѣбва да се боятъ отъ него, понеже той ги смачква и ги смиля.

Микроба да има влияние върху човека, трѣбва последния предварително да бѣде жизнено смазанъ отъ каква-годѣ нѣкоя физическа или морална причина. Следователно, додѣто болестта не съществува, микробите не могатъ да я породатъ. Но, както да е, пораждатъ ли тѣ болестта или не, това малко ни интересува; това, що най-много трѣбва да ни занимава, е доброто средство за да противостоимъ на тѣхното нападение. Това средство е да бѣдемъ силни морално и физически, нѣщо което най-много е замарено между хората.

Най-главното въ една епидемическа болестъ е да бѣде човекъ душевно добръ разположенъ. Първо да нѣма страхъ, който става една силна причина, не само да го поболѣе, но още да усили болката му тѣй, дѣто да го накара безъ време да се преси-ли. Скърбта и безпокойствието не са по-малко вредни; тѣ умаломощаватъ жизнената тѣлесна сила и произвеждатъ сѣщите следствия на страха.

ВЛИАНИЕТО НА ОТРИЦАТЕЛНОТО ЕЛЕКТРИЧЕСТВО ВЪРХУ ОРГАНИЗМА.

(отъ Д-ра Колена изъ Марсилия).

По-преди показахме, че кислорода е като производител на положителното електричество; днесъ ще изследваме да опредѣлимъ, въ растението, источника на отрицателното електричество. Знае се, че резината (дървена смола или клей) и каучука са най богати въ произвеждането на отрицателната електрика; физиката, а особено медицината, черпятъ отъ тѣзи елементи драгоцѣнни облаги.

Отъ пораждането на медицината, се е поставило въ употрѣбление влиянието на балсамическия въздухъ, който произхожда отъ голѣмите пшконосни дървета (*conifères*). Разстроените тѣлосложения и тѣзи, на които дихателните органи са слаби, се преобразяватъ въ този миризливъ въздухъ, и тѣзи които са сериозно болни, оздравятъ, ако са начали съ време. Тукъ сжщ ствува едно дѣйствиe на което е интересно да се изследва причината.

Началото на една слабостъ е изнеможението, което е следствие или отъ единъ наследственъ зародишъ, противъ който не се е употрѣбило никакви ползователни грижи, или е придобито отъ злоупотрѣбление на морални и физически сили, наложени на малолетни лица или деликатни тѣлосложения. Въ двата случая, причината е умножението на жизненото дѣйствиe; а това не е оъвенъ едно несхватно движение на нервическата система. Това движение е кислорода, когото ние преобръщаме въ положителна електрика, която дѣйствува върху мисците, освѣтява мозъка, отъ дѣто произхожда електрическата искра, интелигентността или гениалността, споредъ сумата или сплата на произведението.

Като общественните нужди отъ день на день отдалечаватъ човека отъ границите на умственния трудъ, то физическото състояние се вгъва подъ то-

вара, който го изнемощява. Тѣй, както се вижда, постоянното дѣйствие на положителната електрика, подѣ единъ прекаленъ натискъ, е което отслабва и изнемощява нашите органически сили.

Какво друго средство имаме да противопоставимъ на тая сила, положителната електрика, освенъ оная, която е нейна противница, отрицателната електрика? Дѣйствително, какво се върши, като се изпращатъ лица съ слаби дихателни органи въ балеамически мѣста? Противопоставя се намалителното дѣйствие на отрицателната електрика противъ прекалената сила на положителната електрика. Равновесието между жизненните сили се възстановява и тѣлосложението би могло да дойде въ своето си нормално дѣйствие. Ето несъмнителното начало за преобразованието на единъ организъмъ, на когото жизненните сили са биле въ неравновесие. Но ако стане въпросъ, като какъ отрицателната електрика се ражда и произвежда отъ растението, ще отговоримъ, че това става по сѣщото начало, което ние приспособяваме въ нашите преобразователни устройства: триенето.

Въздуха, въ своето постоянно, подѣ видъ на вжлна, движение, дѣйствува съ едно относително напрежение, споредъ силата на отдалечението или сближението на неговите молекули, чрезъ дѣйствието на топлината. Колкото за по-силното или по-слабо течение на тѣзи сѣщи молекули, то зависи отъ размѣстването, което джжда произвежда. Но, независимо отъ тѣзи двѣ причини, нахожда се още едно трептиво движение, произходяще отъ въртението на земята, движение, което се произвежда свободно, когато слжнчевите лжчи престанатъ. Денемъ, ние схващаме това движение, когато пуснемъ една слжнчова лжча въ една тжмна стая; нощѣмъ, ние го потвърждаваме чрезъ помрачаването въ начало на ноцта и чрезъ росата на разсжмване.

Следователно, триенето на въздуха върху ре-

жизнената повърхностъ е постоянно, постоянно е то-же произвождането на електриката.

Въ това положение, когато влѣземъ въ една го-ра отъ пшконосни дървета (conifères), ние досецаме едно разпущане въ нашия организмъ, послѣ, едно следъ друго, едно отмаляване, даже и една сжнливостъ. Това принадлежи на дѣйствието отъ отрицателния електризмъ, който вхожда чрезъ дихателните органи и чрезъ попиване на кожата.

Увѣренъ отъ това, което предшествува, азъ у-подобихъ случая по единъ начинъ, който вкратцѣ споменувамъ, като запазвамъ да разкажа на дълго и широко, по-късно, наблюдението си.

Единъ кондукторъ по желѣзницата като е билъ постоянно 8 години службашъ, сполетва го една е-миплегия*) отъ дѣсна страна.

Той чувстваше електрически удари въ цѣлия си кракъ, още и сжвршенна една недѣятелностъ изцѣло въ сичката си ржка, която, безъ никакви бол-ки, висѣше като мжртва; при сичко туй, пржстите на ржката му постоянно треперѣха, безъ да могатъ да вършатъ нѣщо; езика му бѣше по-вечето пара-лизиранъ и памѣтта му повредена.

Азъ предписахъ да трие ржката си съ едно плат-но отъ каутчукъ и да я посипва изобилно съ рези-на, като я обвива още съ едно платно нощно време. Пжрвите два деня, треперането на ржката се умно-жи и едно недобро положение изобщо се чувствува-ше. Отъ третия день, треперането на ржката се намали; изобщо едно добро положение се досецаше; електрическите удари въ крака изчезнаха; клатяне-то на вървежа тоже; дѣйствието на ржката бѣше възможно и езика придоби една значителна частъ отъ свободата си. Памѣтта дохождаше тоже отъ вре-ме на време, само че болния се нахождаше въ замис-лено едно положение; при сичко туй, оздравяването се потвърди преди края на годината.

*) Параличъ на половината тѣло.

Ние начертахме тѣзи нѣколко реда за да поправимъ медицинската практика въ тая точка, кѣмъ която бѣхме съвършено обезоружени.

Практически съвети противъ хемиплегиата (параличъ на половина частъ на тѣлото). (Journal de Magnetisme).

Хемиплегиата е единъ видъ парализиа, която е налѣтила изцѣло само едната страна на тѣлото. Нарича се дѣсна хемиплегиа или лѣва хемиплегиа, споредъ страната, на която се намира—лѣвата или дѣсната.

Хемиплегиата, почти всѣкоги, се дължи на едно крѣвотечение въ мозжка, вследствие на апоплексия. Най-обикновенната причина на апоплексията е едно възпаление на мозжчните малки артерии, като същевременно се образува едно разширение на жилите въ време на крѣвотечението. За тѣзи разстройства твърдѣ много спомага да се развиватъ голѣмото употребление на спиритливите питиета, сифилистичната зараза и пр.; тѣ ставатъ твърдѣ чести отъ 45 — 50 година нагорѣ. Сърдечните болести, силните вълнения, чувстването на голѣма умора, настинката и прочее, са причините, които я опредѣлятъ; но, повѣкоги, апоплексията става безъ за това да е било сжгледано нѣкаква причина. Мѣстото на повредата се намира почти всѣкога въ дълбочините на мозжчната маса: оптическите гѣнки, въ дълбестите тѣлца, противоположни на тази страна, която е парализирана.

Крѣвообращението въ сърдцето става твърдѣ често, и парализиата се изгубва, но причината, която е предразположила кѣмъ болестта не се е прекратила и, мозжчните артерийки като са се още по-вече повредили отъ възпалението и разширението, втори ударъ последва, много по-опасенъ отъ пѣрвия и, ако ново подобрение последва, всѣкоги ще последва трети ударъ, който ще остави, ако не е моментално смъртоносенъ, една хемиплегиа, която е неизцѣрима.

Хемиплегиата, прочее, е единъ ударъ извънредно много опасенъ, следователно къмъ нея ний трѣбва да се отнесемъ колкото е възможно по-енергично, и употребимъ всичките средства, които изкуството ни е дало на разположение за болните. Тукъ медицината е слаба, всѣкоги безъ успѣхъ; нито идротерапията, нито електричеството са полезни. Магнетизма всѣкоги я не цѣри, но неговото цѣрително дѣйствие, несравнено, най-много помага отъ всичките други обикновенни средства на класическата медицина. Следъ като следите отъ първия ударъ се унищожатъ, лесно е вече сжвършено да изчезнатъ и причините, които предразполагатъ къмъ болестта, и сигурно да се избави човекъ.

Хемиплегиите, които мъчно могатъ да се цѣрятъ са тѣзи, които продължително въ нѣколко месеца въ нищо не се подобряватъ. Когато нѣкое чувствително подобрение се придобие, всѣкога трѣбва да жертвуваме нужното време, за да придобиемъ едно радикално изцѣряване. Трѣбва, едно подиръ друго, да укротяваме и раздразваме еднакво мозжечната маса и следъ това да раздражняваме централните нерви на повредените части чрезъ каквито средства разполагаме.—

Человеческиа магнетизмъ. — Поставяте се срѣщу болния и си тургате ржцете на двете страни на главата му, за нѣколко минути; следъ това минувате откъмъ лѣвата му страна и си тургате лѣвата ржка на челото и дѣсната на врата, за укротяване. Подиръ 5—10 минути, като си отнемете лѣвата ржка отъ челото, захващате да прекарвате бавни паси по гръбначния стълбъ, като поченете отъ края на черепа до най-долната частъ на кръста. Дохождате предъ болния, сѣдате предъ него и за нѣколко време държите си ржцете на кжлките му и захващате да прекарвате продълговати паси съ триене по жабите на краката; следъ това, сжщото се повтаря по кръста до краищата.

Следъ 20—30 минути, раздразнете за нѣколко минути средините на тѣзи членове, дѣто се намиратъ парализираните органи, като турите единъ отъ прѣстите си върху тази частъ на мозъка, дѣто е мѣстото имъ. Почнете да прекарвате продълговати паси съ двѣте рѣце отъ главата къмъ стомаха; послѣ, отъ гърдите къмъ краищата и свършете сеанса съ бързи паси отъ главата къмъ краката.

Подобенъ сеансъ, по 30—40 минути, трѣбва да се повтаря всѣки день, на двата деня, или пжкъ на трите деня веднжжъ.

Презъ време на цѣрението, всѣкога трѣбва да се разтриватъ парализираните членове, за да се избѣгне атрофията, която, безъ това, безъ друго трѣбва да последва, което ще направи движението невъзможно или пжкъ мжчно, когато кржвообращението се е почнало.

Турете двѣ магнетически плочки на главата: едната на челото, а другата на врата, за успокояване, презъ нощта и една частъ отъ деня. Турете по една подобна плочица, нарочно направена за това, на средата на всѣкой отъ парализираните органи, за да се раздразнятъ. За да се избѣгне атрофията на членовете, раздразнете рѣцете и жабите, като турите на болния за презъ цѣлия день единъ нагрѣдникъ съ двѣ или три плочи върху плещите и кржста. Рѣцете и жабите могатъ да се раздразвятъ още, като имъ се тури на всѣка една отъ тѣхъ по една или двѣ магнетически плочки.

Спомагателни средства.—Сутрина и вечеръ легко и продължително разтриване по главата съ хладна вода; силно триене по парализираните членове. Легка храна; нищо, което би увеличило топлината или би раздразнило; запретава се употрѣблението на ракията, малко или никакъ кафе; закуските да ставатъ редовно на опредѣлените часове; стомаха трѣбва всѣкога да бѣде свободенъ, като се избѣгватъ силните чистителни. Магнетизирана вода, било отъ человечес-

киа магнетизмъ, било съ помощта на магнетическия апаратъ, трѣбва да се употрѣбѣва за да се уредятъ службите на стомаха и червата. Къпане съ студена вода или душеве, и да се избѣгватъ вжлнениата.

Примѣри. — Въ в. „Magnétiseur“, брой 7, страница 13, Г-нъ Ш. Лафонтенъ съобщава слѣдующия случай: „Нѣкой си М... на петдесетъ и двѣ години, живущъ въ Туринъ, презъ 1846 год., биде нападнатъ отъ единъ паралитиченъ ударъ по цѣлата дѣсна страна, който го лиши и отъ движението. Но за нѣколко месеца той можеше да ходи изъ стаята си и да си мѣсти крака отъ колѣното на долу, като се крепеше съ бастунъ си; но дѣсната си рѣка не можеше да поклати. Съ дѣсното си ухо не можеше да чува, сѣщо и съ дѣсното си око не можеше да гледа: устата му бѣха изкривени, и можеше да говори съ голѣма мжка. Той чувстваше силни болки по цѣлата частъ и можеше да спи само по единъ часъ.

Единъ отъ моите приатели, съ когото имяхъ тѣсни връзки, предложи му да се подложи на магнетизма, защото двѣ години се изминаха отъ както болестта го е намѣрила, и той за толкова време не е почувствувалъ никакво подобрене, при всичко че постоянно се е лѣкувалъ. Той прие.

Презъ Януари 1848 година, повикаха ме; азъ го магнетизирахъ, и следъ два сеанса, безъ сжнь, той захвана малко да движи дѣсната си рѣка.

Следъ нѣколко други сеанси, презъ които правѣхъ голѣми паси по цѣлото тѣло и силно разтривахъ рѣката му, рамото и жабата на крака му, той захвана да протѣга рѣката си до главата, кжмъ гърба си, и сѣщо захвана да ѣде съ дѣсната рѣка, при всичко че малко треперѣше. Най-сетнѣ, следъ единъ месецъ магнетизиране М... можеше да ходи безъ бастунъ и да прави разходка по единъ часъ безъ да си провлича крака, като че ли никоги не е билъ парализиранъ. Употрѣблението на рѣката му сжвършено се вжзвърна и той можеше вече да пише съ

нея. Лицето му не бѣше вече изкривено, устата му се оправиха. Той захвана да спи презъ цѣлата нощъ и така легко, щото всичките му сили се възвърнаха. Шестъ недѣли не се изминаха, презъ което време магнетизирането и триенето продължаваха, и М.... бѣше сжвършено оздравѣлъ; и който го знаѣше преди, никоги не предполагаше че той ще може да се изцѣри отъ такъвъ силенъ параличъ на една-та цѣла страна отъ тѣлото.

II—Г-нъ Д. Лакостъ публикува въ „Journal du Magnétisme“, брой IV, стр. 104, следуиущето:

„Госпожа Кристъ, на тридесетъ и двѣ години. въ послѣдствие на единъ апоплексически ударъ, на 23 Май, останала парализирана съ цѣлата си дѣсна страна. Зимането на кръвъ, послѣ, употреблението на пневматическите привързвания, докарало ѝ що-го-дѣ облекчение на главата; но парализирането на членовете си е останало непожтнато, и болната не е можала нито да ходи, нито да работи.

Втори лѣкаръ билъ повиканъ и отново се пустило кръвъ и се поржчало да се миатъ краката и ржцете и да се употребява чистително. Това не само не можало нѣщо да помогне, но, напротивъ, още по-вече влошевило положението ѝ.

„На 4-и Октомври, азъ я видѣхъ; освенъ парализиата на ржката и жабата на крака, горвята ѝ челюсть беше изкривена така, щото съ голѣма мъжа можеше да ѣде и да говори; езика ѝ се движеше съ голѣма мъжа и, когато едната страна на устата ѝ се дигаше, другата падаше на надолу така, щото постоянно ѝ течеха лигите. Окото на парализираната страна бѣше нечувствително на свѣтлината, очното челоце не се движеше, и болната на тази си страна не виждаше друго нищо, освенъ нѣщо, като тжмна мъгла. Развжлвуванъ отъ едно такова положение, азъ ѝ предложихъ да опитамъ вжрху нея магнетизма. Тя се сжгласи. Не се измина четвъртъ часъ, тя почувствува едно потреперване по цѣлата си

дѣсна страна и следъ това, тутакси ми каза, че чувствувала сѣщо нѣкакво си щипене въ дѣсната си страна, което ми даде що-годѣ надѣжда за изцѣряване. Насърдченъ отъ това, азъ продължавахъ да правя раздрусвания по разните части на тѣлото, дѣто моята рѣка пипаше. Това пѣрво магнетизиране се продължава до $\frac{1}{2}$ часъ, и болната почувствува себе си добрѣ. Една частъ отъ страната, която 15 дни причиняваше такава силна болка на болната, отъ този день изчезна, веднѣжъ за винаги.

На другия день, забелѣзаха ми, че тя е почувствувала отново щипенето по дѣсната си рѣка, и че сѣня ѝ, който, откакъ бѣше се разболѣла бѣше обикновено тежкъ, сега станалъ неспокоенъ и развълнуванъ. Азъ я магнетизирахъ още веднѣжъ и сполучихъ да възпроизведа завчерашните следствия — още по-голѣма чувствителностъ по парализираната рѣка. Азъ се решихъ да направя силни раздрусвания по цѣлата снага, а главно на парализираните членове, и да оставя на болната магнетизирана вода да пие.

Тази магнетизирана вода унищожи запора ѝ. Болната спа и сутрината излѣзе, като ходѣше доста добрѣ. Двѣ магнетизирания бѣха достатѣчни да се придобие този резултатъ, за който никакъ не се надѣвахъ, и тѣй скоро.

При това въ прѣстите остана нѣщо ягко. И върху това азъ възтѣржествувахъ като продължихъ за нѣколко дни да употрѣбявамъ сѣщото средство, което тѣй добрѣ оказа своята полза. Една силна топлина се появи тутакси по парализираната частъ; чувствителността и движението ѝ стана по-свободно. Мускулите на лицето взеха нормалното си положение и отслабналото зрение се завърна.

Госпожа Кристѣ, като бѣ вече запазила въ себе си една голѣма магнетическа чувствителностъ, следъ време, отдаваше ми се случай нѣколко пѣти

да я магнетизирамъ пакъ. Отъ това нѣщо дойдохъ до заклучението, че подъ влиянието на това средство силните мигрени и сърдцеболия (колици) сжщо сжвжршенно се изцфряватъ“. Превелъ: Х. У. З.

Мнѣнието на Кнайппа вжрху избора на единъ начинъ на живение.

Едно отъ най-главните нѣща въ живота е избора на единъ начинъ на живение. Бжди ли тоя изборъ добжръ и человекъ ще бжде вжобще благодаренъ отъ сждбата си; въ противенъ случай, назначението му на тоя свѣтъ ще бжде една вжрволица отъ неприатности.

Нѣма да сжркаме, ако си представимъ свѣта като една обширна работилница, въ която занятиата са безбройни, и всѣко едно занятие си има свои лиубители. Ако дѣтинството заминува като едно прекрасно утро, младостта пжкъ бѣга като една пролѣтъ. Но сжщо както горѣщото лѣто наследва пролѣтта, сжщо така и дѣятелния сериозенъ животъ наследва младостта. Всѣки човекъ трѣбва да занимава едно опредѣлено положение.

Но кой ще опредѣли положението, което трѣба единъ човекъ да избере? Родителите ли? Не, никой пжтъ тѣ не трѣбва да правятъ това; ний всички принадлежимъ на Бога, на сждателя, и само Той е, който има право да опредѣли нашата наклонностъ. Родителите са длжжни само усжрдно да изследватъ кжмъ какво са наклонни дѣцата имъ и да ги приготвятъ по него. И наистина, когато едно дѣте има добра отхрана, то само ще покаже наклонностъ и прилжжностъ кжмъ това или онова положение, и ако, въ това време, единъ уменъ бащински или майчинъ сжветъ го подкрепи, наклонността ще излѣзе на явѣ лесно. Но този родителски сжветъ трѣба да бжде добрѣ обсжденъ и да нѣма предъ видъ нищо друго, освенъ волята на Небесния Отецъ. Родителите трѣ-

бва да считатъ наклонността на дѣцата си като начинъ, по който могатъ да служатъ на Бога по-добрѣ. А именно въ това родителите грѣшатъ често пжти: тѣ нѣматъ друга грижа освенъ тая, какъ дѣцата имъ да спечелятъ по-вече пари, почести и знаменитостъ; а това именно е, което отбива много хора отъ тѣхното истинско назначение. Има много богати, много знаменитости, които, ако ги попитате и тѣ ви отговорятъ правото, ще ви кажатъ, че са твърдѣ нещастни. Не е богатството, нито високия чинъ, които правятъ човека щастливъ. Щастливъ е тоя, който е благодаренъ; а тая благодарностъ вий ще я намѣрите само въ вашето истинско назначение, съ едно условие само, че вий ще изпълвате длжностите си усърдно.

Азъ приготвихъ единъ день за смъртъ*) една слугиня твърдѣ стара.

Казахъ ѝ, че Богъ ще вземе предъ видъ нейното тежко занятие, което е вършила презъ живота си, и навѣрно ще я прости. Тя ми отговори: „Мое-то занятие не бѣше тежко. Азъ бѣхъ всѣкога благодарна, и, ако единъ день са върна на земята, азъ ще стана изново слугиня“. Ето едно осѣзателно доказателство, че тѣзи жена е намѣрила назначението си и че е изпълнила усърдно длжностите си.

Единъ баща на семейство дохожда единъ день при мене и проси една думица за утешение: „Дойдохъ въ града ви, каза ми той, като си носѣхъ всичкото богатство въ кърпата си. Благодарение на моята дѣятелностъ, на моята усърдностъ и моето добро поведение, оженихъ се за една богата мома и така взимахъ голѣмо богатство. Но ела, въ тѣзи минута, азъ сжмъ толкова злочестъ, колкото бѣхъ честитъ едно време, кога бѣхъ простъ работникъ“

— „Защо прочее, му казахъ, се ожени за жена съ пари? Искахъ да избѣгна отъ бедността, при-тури той, и мислѣхъ че ще запазя добродетелието си, макаръ и да владѣя богатства. Виждамъ сега, че

*) Кнайппъ е свѣщенникъ.

сжмъ се излжгалъ, но нищо неможе вече се измени. Азъ сжмъ твжрдъ злочестъ, и не вѣрвамъ вече да намѣря старото си добротестие“. Тия, които иматъ понятие отъ свѣта, могатъ се увѣри, че такава е сждбата на много души. Затова трѣбва човекъ да бжде предпазливъ въ избора на едно положение въ живота. Нека всѣкой, съ помощта Божия, се помжчи да познае своето назначение, като джржи смѣтка за своите природни наклонности и за прилѣжностите си.

Родителите искатъ ли да чуютъ отъ моя страна, единъ добжръ сжветъ вжрху начина, по който тѣ могатъ да спомогнатъ на дѣцата си за да намѣрятъ назначението си? Азъ ще имъ кажа: Насждете джлбоко въ сжрдцето на вашите дѣца правилата на религиата; поставете предъ очите имъ примѣръ отъ истински християнски животъ; направете ги способни да изпжлватъ всичките свои занимания, които могатъ единъ день да имъ осигорятъ насущния хлѣбъ; привикнете ги да не ламтятъ за удоволствие и веселби, привикнете ги на нужди, на вжзджржаностъ. Само тогава човекъ може да се надѣва, че тѣ ще пригжрнатъ занятieto, за което са назначени.

Хората вѣрватъ вжобще, че човекъ трѣбва да изучава добръ само това, което е необходимо за занятiата му, които той по-послѣ ще занимава, и че всичко друго той трѣбва да остави настрана. Азъ сжмъ сжвсѣмъ на друго мнѣние, понеже по такжвъ начинъ ний ще имаме хора, които не ще видятъ по-далечъ отъ носа си, хора, които не ще тжрпятъ чужди мнѣния, неопитни да изпжлватъ длжжностите си както трѣбва. За да бжде единъ човекъ на висотата на положението си, трѣбва той да притежава обширни познания по живота. Азъ бѣхъ тжкачъ и работникъ, до 21-та си година; но никой пжтъ не сжжалихъ, че ми е отишла напраздно младостта подиръ тия занятia.

И наистина, да познавашъ отъ опитъ работите на земледѣлието и на индустриата напр., е друго нѣщо, а да ги познавашъ само отъ казване и четене — е друго. Ясно е, че този, който е вкусаль отъ мъчнотиите на живота на другите, ще знае повече да съжали съдбата на единъ човекъ и да му даде добри съвети, отколкото другъ, който познава тиа нѣща само отъ гледане. Голѣма е печалата за единъ човекъ, ако той е преминаль презъ тиа споматателни училища, понеже този, който въ младостта си е изучилъ само това, което му е необходимо нужно за неговото положение, трѣбва за него да се боимъ че ще стане единъ човекъ съ кжсъ умъ и изклѣчителень.

Въ същото време когато се развива разума, когато човекъ не изучва само това, което се отнася до собственото му занятие, въ същото това време и тѣлото му се развива.

Полските работи и въобще по-голѣмата частъ отъ занаятите иматъ едно благоприятно дѣйствиe върху увеличаването на *мускулните сили*. Азъ познавамъ единъ работникъ, който, следъ като работи по полетата, почна да се учи; занимава се цѣли двѣ години съ богословието и стана най-сетнѣ чиновникъ. Стана единъ съдия отъ всички почитанъ, всѣкой се отправѣше съ обичъ кжмъ него, понеже го знаѣха, че е човекъ който може да даде добъръ съветъ на всѣкого. Отъ друга страна, той залѣгаше много за религиата, понеже я бѣше добръ изучилъ. За да може да изпжлва длжността си тжй, както много малко хора знаятъ да го правятъ, му спомогнаха неговите многобройни и широки познания.

Едно младо момиче, не твърдѣ отъ талантливите, обичаше много да работи и да прави добрини. При едни обикновенни условия, то щѣше да бѣде тъкмо на мѣстото си. Но него го задлжжиха да изучи единъ чуждестранень езикъ и малко рисуване, а въ същото време то изучваше и една малка книжка вър-

ху етикецията. Труди се то за това много. Родителите му вѣрваха, че са щастливи, понеже много пари бѣха похарчили за да го изучатъ. Тѣй като то имаше 200,000 лева зестра, ожениха го за единъ отъ знатна фамилия. Но отъ тогава азъ не познавамъ друга по-нещастна жена отъ нея; тя незнае какъ да се ползува отъ това, което е изучила; понеже знайно е, че когато природни наклонности отсъствуватъ на нѣкого кѣмъ нѣщо, той никой пѣтъ нѣма да постигне голѣмо нѣщо. Азъ съмъ увѣренъ, че ако ѝ бѣха избрали единъ животъ при обикновенни условия, тя щѣше да бѣде твърдѣ честита. Нека не се лъжемъ прочее, че една гарга може да стане нѣкой пѣтъ паунъ. Това момиче, толкова достойно за милостъ, не бѣше злощастно само то; то бѣше тѣй сѣщо предметъ за отчайване и на своите родители и на своите познати.

Твърдѣ е за вѣрване, че постоянната скръбъ скоро ще я завлѣче въ гроба. Това, което най-много огорчава родителите му, то е, че тѣ не бѣха размислили достатъчно върху призванието, което най-много можеше да отговаря на наклонността на дъщеря имъ; тѣ по-добрѣ щѣха да направятъ ако се попитваха по-начесто, за какво нейните физически и умственни качества я правѣха способна.

Азъ познавамъ друго едно момиче много богато, което накуцваше съ единия си кракъ и имаше още много други тѣлесни недостатѣци. То поиска да се ожени; родителите му ни най-малко не му попречиха, и дори го посѣветваха да направи това. „Ако на дъщеря ни единия кракъ е по-късъ, казваха тѣ, ний ще натрупаме пари подъ него за да се изравни съ другия; а колкото за дупките, които ѝ са надупчили тѣлото, ний ще ги изпѣлнимъ съ злато“. — И дѣйствително, яви се единъ разпаленъ годеникъ, който съ клѣтви обеща, че ще я обича и че ще ѝ бѣде вѣренъ; свадбата стана.

Презъ всичкото време на сжпруж. животъ тя бѣше измѣчена отъ мъжа си за да му даде това, що има: не се минаха и четири години и всичко бѣше изѣдено. Само едната смъртъ, която последва наскоро, можа да я отърве отъ този разпуснатъ човекъ, когото родителите ѝ избраха за сжпругъ.

Човекъ може да приведе съ хиляди други случаи, въ които, макаръ и въ по-слаба форма, сжщето нѣщо се случвало. Причините на това злощастие са, отъ една страна неопитността на дѣтето, отъ друга — слѣпотията на родителите. Всѣкой, който има очи да гледа, нѣма освенъ да погледне около себе си, за да се увѣри, че всичко що казвамъ е истина.

Ако много хора са злощастни отъ това, че не са последвали истинските си наклонности, или че са се злѣ приготвили за тѣхъ, други пжкъ са злощастни отъ това, че, още въ младостта си, са заловили нѣкой недостаткъ, който имъ бжрка да бждатъ на ви сотата на положението си.

Колко млади момчета са придаватъ на *пианство*! Следъ време тѣ ставатъ неспособни да изпжлватъ длжжностите, които занятieto имъ налага. Имотиата, доброто сжстояние на всичко, домашния миръ, доброто управление на работите, всичко това става жертва на тоя страшенъ навикъ; нищо не отива тжй, както трѣбва. Тѣзи хора забравятъ длжжностите нас-противъ тѣхъ си; тѣ не изпжлватъ тиа на тѣхното занятие, и страшните послѣдствия падатъ върху тѣхните потомци.

Азъ познавахъ единъ младъ момжкъ, който блѣщѣше въ родното си село; по дарба и похватливостъ той надминаваше всичките си вржстници. За зла честъ, научи се да пие. Въ началото, той се понапиваше само единъ-два пжти въ месеца; но страст-та наскоро взе широки размѣри. Ожени се той за едно младо момиче, твърдѣ умно, на което обеща че ще се поправи.

Противното се случи: на пианството се присеждени и страстта да играе на комаръ. И отъ всичко това какво излѣзе? Следъ единъ 16 годишенъ лошава животъ, умрѣ той жертва на своите страсти; всичко, що имаше мина въ чужди рѣце, а на вдовицата, на плещите на която тежаха шестъ дѣца, остана само една проста кѣщичка. Тая майка живѣ въ нужда и лишения, а дѣцата бѣха принудени да отидатъ още малки на занаятъ за да си изкарватъ прехраната. Всѣкое отъ тѣхъ щѣше да има що-годе наследство, ако бащата бѣше вѣздържливъ и работливъ, ако той бѣ изпѣлнилъ длѣжностите си, като баща на семейство, вмѣсто да отидѣше да пихтуни. Подобни случаи се намиратъ въ всѣки занаятъ. Въ по-вечето случаи, извора на това зло се намира въ домашното училище, въ домашното вѣзпитание.

Ахъ! Колко са честити тия дѣца, които иматъ строгъ баща, а още по-строга майка, закрилници и пазители на дѣцата си, като имъ показватъ пѣтя на правдата чрезъ слово и примѣръ!

Виното и бирата принасятъ голѣма вреда, но *спирта* е още по-вече вредителенъ. Кой ще пожелае да смѣтне всичките жертви на алкоолизма? Колко души и колко фамилии са сжсипани отъ това ужасно питие! Нека прочее родителите се погрижатъ да предотварватъ дѣцата си, за да не станатъ жертва на това сжвременно бедствие.

При употрѣблението на спиртливите питиета, дрѣжете се строго о тѣзи начала: пийте умѣренно, и не се привиквайте на тѣхъ до такава степенъ, што да чувствате нужда, да не можете безъ тѣхъ; въ противенъ случай, вие се трѣкаляте по една такава стрѣмнина, на която мѣчно можете се спрѣ. Най-хубавото е сжвсѣмъ да се вѣздържате отъ спиртливите ликіори, понеже тогава вашия организмъ ще остане здравъ и силенъ. Най-доброто предпазително нѣщо противъ пианството е религиата; почитайте я

и живѣйте съгласно нейните правила и никой път това злочесто невъздържане не ще се настани въ васъ.

Другъ единъ лошавъ, ужасенъ навикъ, който е заразилъ много души, е *нечистотата*: тя прави голѣми жертви и има най-лоши последици за изпълняване държавните работи. Тука също, мѣстото му е да се каже, човекъ жени това което е посѣлъ. Нѣма другъ по-лошавъ навикъ, отъ който родителите трѣбва да гледатъ да предпазятъ дѣцата си, които лесно се предаватъ на своеволство, ако бдителното родителско око отсъствува. Единъ пътъ тръгнали по него направление, трудно ще бѣде на бащата и майката да ги отклонятъ отъ тамъ. Този е той лошия навикъ, който копае гроба на хиляди млади души въ цвѣта на възрастта имъ. Но най-лошото е това, че по нѣкой пътъ пианството се присъединява къмъ невъздържеността. Ако нѣкой се намира подъ удара на двама убийци, какъ може си спаси живота той? Блазѣ прочее на тогова, който въ училището на живота има такива учители, които го предпазватъ отъ подобни чудовища.

Освенъ горните два лоши навика, има и други, последиците на които са тъй-също твърдѣ вредителни. Ако тѣхното дѣйствие не бие твърдѣ на очи, то е, че тѣ вършатъ своите опустошения скритомъ, като *канцера* (ракъ). Едничкото нѣщо, което може да гарантира здравината на човешкото сърдце, то е пакъ религиата; но трѣба, затова, всѣкой да ѝ разбере добръ вечното назначение, да познае добръ закона Господенъ и да го изпълва.

Защо не мога да напомня на всичките бащи, на всичките майки, на всичките наставници тази велика истина: сжумѣйте да разберете достоинството и цената на човека; и, ако вий искате да бѣдите честити заедно съ вашите, твърете една здрава религиозна основа въ сърдцето на вашите дѣца, пос-

вѣтете ги въ практиката на правдата и предпазете ги отъ лоши навици, като ги научите да почитатъ религиата! (Слѣдва).

Лѣчителни средства.

Тѣ са разнообразни: магнетически, електрически, идротерапевтически и лѣкарствени.

Каза се, че болестите не са друго нищо освенъ едно динамическо смущение; лѣчителните средства, каквито тѣ и да са, не може да бждатъ други освенъ динамически.

Що е магнетизма? що е електризма? що е топлината? що е студенината? Нищо друго освенъ динамически средства. Такива са и лѣкарственните средства, за които ще говоримъ по-сетнѣ.

Водата, която дѣйствува чрезъ топлината и студенината, е най-изобилното нѣщо, още най-полезното е необходимото. Тя е за всичко потрѣбна. Безъ нея растениата не могатъ да сществуваатъ, още по-малко да се развиватъ. Не по-малко необходимостъ иматъ и животните; безъ вода тѣхното сществуване сжщо не може да има трайностъ; било вътрѣшно, било вънкашно, тя за тѣхъ е отъ голѣма потрѣбностъ.

Лѣтѣ, като се изпотимъ, чрезъ нея се разхлаждаваме, чрезъ нея добиваме сила и веселие: кой не знае, че въ едно топло време, подъ товара на едно заморяване и изнурение, като се омие човекъ съ хладна вода, той се развеселява и уживотворява, като добива сила и улекчение? Не е ли топлата вода която ни служи за разтопяване и изпромиване на всѣко нѣщо? Следователно, по свойствата си тя е: разтопителна, пречистителна и подкрепителна.

Подъ тѣзи три свойства, ето що казва единъ знаменитъ идротерапевтъ (водолѣчитель) относително до нейното лѣчително качество:

„Водата лѣкува всичките болести, които изобщо биватъ излѣчителни; нейното употрѣбление има за начало да премахне коренно болестта чрезъ разтопяването на болезнавите начала, които се нахождатъ въ кръвта; които начала като се изхвърлятъ чрезъ разложението си, пречистятъ кръвта; тѣй, кръвотечението става редовно и организма се усилва и сѣживява“.

Динамизма на водата не е сѣкога единъ и сѣщъ; той е разнообразенъ; той зависи вжобще отъ разложените елементи, които се нахождатъ въ нея, и отъ топлината, що тя обема. Водими отъ това начало, разните минерални води иматъ разни дѣйствиа. Отъ това нѣкои отъ тѣхъ биватъ полезни за нѣкои болести, а други вредителни. Следователно, водата изобщо е полезна за човека; при всичко туй, тя може да бѣде и вредителна.

Сичките нѣща въ свѣта са разновидности; нѣма двѣ нѣща еднакви. Магнетизма, чрезъ когото, отъ нѣколко време, се правятъ чудесии, се нахожда тоже подъ една подобна категория; изобщо той се указва благотворителенъ. Такжвъ е билъ магнетизма на Христа, на Аполониосъ Де Тианъ и на много други чудотворци; такжвъ горѣ-долу се указва той днесъ още въ нѣкои хора, които са привилегирувани отъ природата съ тая божественна дарба. При сичко туй, не може се каза, че нѣма магнетизмъ съ противно дѣйствие. Уроките не са нищо друго освенъ подобно едно нѣщо. Както добрия магнетизмъ може да избави човека отъ смъртъ, тѣй и лошавия може да го увлѣче въ смъртъ. Една сила, която произвежда едно добро дѣйствие, подъ сѣщето название тя може да произведе едно сѣвсѣмъ противно дѣйствие; следователно, животния магнетизмъ може да бѣде добъръ, сѣвременно може да бѣде и лошъ: сичко зависи отъ неговото свойство.

Сѣществуватъ лица, ако и рѣдко, мъжски или женски, които са надарени отъ природата съ такава

силна електрика или магнетизмъ, дѣто се явяватъ като сѣща торпила. Тѣхното присѣствие, въ едно събрание, произвежда, споредъ свойството имъ, привлѣкателностъ или отвратителностъ.

Като какво название може нѣкой да даде на тоя токъ който произлиза и се съобщава чрезъ едно хващане на ръката или чрезъ една, цѣлувка? Не е ли очарователна тая сила, която тегли хората къмъ нѣкои прекрасно хубави сѣщества?

При това, що значатъ думите *лошави очи*?

При привлѣкателни сѣщества, сѣществуватъ и отвратителни. Както едните, безъ сѣзване, произвеждатъ едно такова изпарение, което обема приатностъ и веселие, тѣй другите, напротивъ, разпрѣскатъ неприатни токове, като произвеждатъ затруднителни впечатления на тѣзи, които ги приближаватъ или прибиваватъ наедно съ тѣхъ.

Има хора, които, като влѣзатъ нейдѣ, е невъзможно да се не повреди нѣщо; надъ каквото и да си хвърлятъ погледа, поразяватъ го; правятъ едно общо сѣтресение както къмъ одушевените предмети, тѣй и къмъ бездушните. Нервозните сѣщества добиватъ едно чувствително впечатление, като натискъ, подобенъ на този, какъвто едно бурно време произвежда.

Питомните животни бѣгатъ отъ подобни хора, отъ които даже цвѣтата, що помирисватъ, увѣхнуватъ на мѣстото си до вечерно време.

Съ подобни хора пѣтишествува ли нѣкой, той не може да очаква освенъ една неприатна случка. Лукави ли са, или съ развалени нрави, тѣ безъ друго ще увлѣкатъ човека въ неприатни дѣйствия, даже и въ престѣпление. Нравственната отрова, която тѣ обематъ въ себе си, се изпарява, тѣй да се каже, и се съобщава съ окръжающите предмети. Безъ да искатъ, тѣ вдѣхватъ злото на тѣзи, които ги окръжаватъ. Като изклѣчение, отъ това естество сѣществуватъ много степени. Нахождатъ се хора, на

които тази зла сила надминува даже електрическата сила на торпиллата*). Това има само, че подобни хора са твърдѣ рѣдки.

Апри Деллаажъ, отличенъ писателъ спиритистъ и медиумъ, ето като какъ се изразява относително до тая непозната течностъ, която ни вжодушевява и ни позволява да се окръжаваме съ животъ:

„Душата, казва той, е сжединена съ тѣлото чрезъ една твърдѣ тѣнка, всемирна и безъ тежестъ течностъ; тя нѣма особно сѣдалище; тя е даже искрата на живота; тя обема сичките тѣлесни части и имъ раздава сила, животъ и топлина. Нейния цвѣтъ, който се вижда само чрезъ душевните очи, е като пламкъ; нейните лъчи са съ металически блѣсъкъ. Нейното естество до нейдѣ подобава на това на електриката.

„Тая течностъ се изменява споредъ мѣстата въ които тя прибивава. Единъ философъ дава този примѣръ:—земни единъ сливовъ стржкъ, хашладисай го върху единъ стржкъ отъ зарзалиа: силата, що се нахожда въ млжзгата на зарзалията, ще се попие отъ сливовия стржкъ и ще се преобжрне тамъ въ сливова сила.

„Единъ сомнамбулъ се вжодушевява отъ едно внушение, сжобщава му се една мисжль като се напой отъ тая течностъ....“

Тая привлѣкателна сила, която царува не само въ хората и животните, но още въ растениата и минералите, е непохватна и не може да се подложе подъ нѣкой лабораторенъ опитъ. При сичко че тя е една сила, тя избѣгва научните опити, по причина на което пада и сжмнителна.

Науката допуца че магнита привлича желѣзото, желѣзото притегля мжлниата; че изпарението на едно животно привлича друго; че палмовото женско джрво привлича кжмъ себе си плодотворните изпарения на мжжкото отъ сжщия родъ джрво, чрезъ значителни разстояния и безъ помощта на погледа, на слуха и на

*) Електрическа риба.

обоцянието; но тя, въпреки дѣлата и доказателствата, отказва на човека това, което допуска на миралите и на растениата: предаването по воля чрезъ привлѣкателността на една течна сила въ разстояние.

Тая сила съществува както въ животните, тъй и въ човека, и може да се каже че тя е по-силна и по-остра въ хората, отъ колкото въ животните. Безчетни примѣри имаме, дѣто хора са поразявали и умъртвявали животни чрезъ погледа си, безъ обаче да имаме подобни примѣри отъ животните.

Водими отъ това, можемъ да кажемъ, че не сички хора са благоприятни и полезни чрезъ своята изпарителна тѣлесна сила; съществуватъ хора, които, безъ да искатъ, биватъ вредителни.

Относително до това, прочитае въ едно списание следуиущия примѣръ:

Въ Дрезденъ, нѣкой си на име Самуилъ Бенкъ, въ продължение на единъ периодъ отъ 12 години, оженва се за 5 жени, които млади и здрави и 5-хъ въ едно малко време заболяватъ и умиратъ. Най-младата отъ тѣзи жени е умрѣла на 19 години; най-старата на 24 години.

Тѣзи смъртни случаи, наскоро една подиръ друга, усъмнили саксонското правосѣдие. Но, ни съдебните изследвания, ни медицинските опити чрезъ аутопсиата върху двата последни трупа, не дадоха никакво освѣтление. Колкото за Бенка, той е билъ човекъ трудолюбивъ, смиренъ и редовенъ, безъ никаква безнравственостъ.

Публичното мнѣние, по това негово положение, е било двойно: едни го считали като жертва на едно неизтѣлжимо нещастие; други мислѣли, че той самъ ималъ и носѣлъ въ себе си това естествено нещастие, чрезъ което е станалъ несъзнателно смъртоносна причина на 5-тѣхъ си жени. Безъ да имъ даде нѣкаква отрова, той е билъ самъ отровата.

Злото, което е отнесло тѣзи млади жени, е имало за сички еднакви признаци. Тѣ са начинавали съ

изгубването на охотата си и на сжия си, които били запоследвани отъ едно общо изнемощение. Тѣ повѣхнували, както едно растение, лишено отъ въздухъ и слънце, повѣхнува; тѣ не са се никакъ оплаквали отъ страна на мъжа си; тѣ са го обичали и били обичани отъ него.

Върху това що може да се помисли?

Бенкъ отдаваше това на случая.

При сичко туй, отъ три дѣтца, едно само оцѣлява: това, което не се е отхранило въ къщи; двѣте първи умрѣли, щомъ се завърнали отъ подойката и останали нѣколко време при баща си.

Бенкъ, подиръ толкова смъртни случая, трѣбаше да се отдалечи отъ Дрезденъ; понеже, както приятелите му, тѣй и познайниците му го имаха като човекъ злѣ забелѣженъ. Негово положение бѣше уединено, той бѣше като подъ карантина. Никоя жена не си оставѣше дѣцата да се помилватъ отъ него. Никогa той не бѣше поканенъ или на нѣкоя свадба или на нѣкоя вечеринка. Отъ толкова познайници и приятели що имаше, единъ само му бѣше останалъ.

Прогоненъ отъ сѣкждѣ, този драгоцененъ приятель му бѣше едничката утеха. Ката вечеръ, въ опредѣлено време, той отиваше у приятеля си и тамъ той прекарваше най-добрите минути на своето време отъ деня.

При сичко туй, приятеля му го приемаше повече отъ сжаление, отъ колкото отъ една истинска любовъ. Приятеля му имаше жена и дѣца.

Двѣ години се бѣха изминали отъ като Бенкъ бѣше останалъ вдовецъ съ 5-тата си жена, когато жената на приятеля му пада болна отъ една болестъ горѣ долу подобна на тая, отъ която жените на Бевка бѣха болни. Тя тоже отъ нѣколко месеца се газѣше отъ една трѣска съ огнь, противъ която сулфатото бѣше безсилно. Лѣкарите не можаха да опредѣлятъ като каква е болката, отъ която жената на приятеля му страдаше.

Единъ день, единъ отъ тѣхъ, запитанъ сериозно, отговори:

—Признаците на тая болестъ, която още не се е открила и характеризала, са подобни на тѣзи, отъ които изъ началото страдаше жената на Самуила Бенкъ.

Този отговоръ до нейдѣ свѣти мъжа на болната, който незабавно пожела да отблжсне дохождането на приателя си, като той самъ отиде у него и му разказа това, което е казалъ лѣкаря, като го помоли да не дохожда вече у дома му.

—Но, попита Самуилъ смутенъ и разтревоженъ, какво искашъ да кажешъ?

—Недѣй ме пита по-вече.... Извини ме за трудната постѣпка, що направихъ.

—Изтълкувайте се, моля ви.

—Азъ се опасавамъ,—това е безумно. безъ съмнѣние, но азъ се опасавамъ да не би жена ми да умре като твоите.

—По моя причина?

Той се поколеба; но послѣ той смело каза:

—Да, по твоя причина!

—Още веднѣжъ, извини ме, Самуиле, понеже азъ те обичамъ, ние синца те обичаме, и когато жена ми се поправи... тогива ще дойдемъ да те навидимъ.

—Но, каза Бенкъ, по твоето изражение, както се види, ти отдавашъ че азъ съмъ причината на жененята ти болестъ?

—Това е цѣла истина.

—Какво?.... Не, това е безумно!... И ти си навѣрно противъ мене.... Що значи това?.... Отъ истина това ме смайва.... Отговори ми, моля ясно и чисто въ какво съмъ азъ причината за болестта на жена ти?

—Трудно ще ми бжде съ думи да ти докажа, Самуиле, и ти си свободенъ да ме наречешъ лудъ. Само недѣй забравя това, що ми казалъ лѣкаря... Какъ и защо това става? Азъ не зная нищо, ти тоже не знаешъ; но понеже ти си причината за смъртта на

5-тѣхъ си жени, както и на двѣте си дѣтца, то можешъ да бѣдешъ причина и за смъртта на моята жена чрезъ едно тайно влияние, което произхожда отъ тебе безъ твое сѣзнаніе. Мратъ тамъ, дѣто ти дишашъ. Да, но понеже начнахъ да говоря, ще отида и по-далечъ, като прибавя, че опасните растения живѣятъ въ сока, който е за насъ отровителенъ. Манценилиера (отровително дърво, що се нахожда по топлите тропически мѣста) приспива и задушава животното, което стои подъ него; нахождатъ се хора, които са подобни на манценилиера; да бѣде нѣкой сѣдружникъ съ тѣхното сѣществувание, то е да поиска смъртта си. Изхожда изъ тѣхъ, безъ сѣмнѣние, нѣкаква тѣнка смъртоносна течностъ, нѣкаква отрова.... Сичко, що живѣе при тѣхъ, повѣхнува и умира.

Това е моето мнѣние, Самуиле Бенкъ.

— Какво странно суевѣрие! измѣрмора Самуилъ.

При сичко туй, той не посѣгна да оборва мнѣнието на приателя си. Вжтрѣшно той бѣше много смутенъ, което го и подбуди да се замисли въ своето преминало, особено въ времето на своите 5 жени и на своите дѣтца, които бѣха млади, хубави и напълно здрави... Подиръ едно зрѣло размишление, той дойде до едно заключеніе подобно съ мнѣнието на приателя си и това на публиката, че той е неволно причината на тѣхната смъртъ.

Отвлѣкохме се далеко вжрху магнетизма, то е да покажемъ, че той, като вжнкашна и невидима сила, се коснува до доброто на човека, както и до неговото зло. Ако той, както топлината и студенината, невидими а само чувствителни сили, са въ положение да ни направятъ добръ, когато сме злѣ, и злѣ, дору до смъртъ, когато сме добръ, то като какво трѣба да помислимъ за тѣзи нѣща, които прекарваме чрезъ пищеварителни си каналъ, или чрезъ дихателните си органи? Вѣроятно, последните трѣбва да бѣдатъ по-силни и по-опасни въ всѣко отношение: тѣ са лѣкарствата.

Интересно хипнотическо внушение на О. И. Фелдманъ.

(„Ребусъ“).

Въ в. „Одесскія Новости“ е помѣстено следуицето съобщение изъ гр. Камелка, Таврическа губерния:

Нашата глуха провинция се намира подъ впечатлението на единъ интересенъ случай отъ хипнотическо внушение, извършено отъ извѣстния г-нъ Фелдманъ надъ една болна жена, която е страдала много години отъ тежки нервни болести.

Г-нъ Фелдманъ е билъ повиканъ тукъ отъ единъ богаташъ—притежателъ на парна воденица—Г-нъ Рингъ. Отъ нѣколко години, госпожа Лжова страдаше отъ нервни болести по лицето. Страданията на нещастната мъчно можемъ да опишемъ; цѣлата дѣсна страна на лицето ѝ бѣше изкривена отъ нетърпимите и постоянни болези. Кжмъ това се присъедини и общото ѝ психическо неразположение.

Тя се лѣкувала при Харковския професоръ и при другите мѣстни доктори, но всичко било напраздно. Напоследжкъ, по съвета на Д-ръ Могутовски, тя се лѣкувала по хидротерапия, но и отъ тукъ нѣмало помощъ.

На болната всичките и долни зжби бѣха сжвршено разстроени; а долната ѝ челюсть отдѣлена отъ горната; операциата бѣше извършена сполучливо, но отъ нея нѣмаше никакво облекчение. Докторите я съветваха да ѝ направятъ още една операция—да премахнатъ сжвршено болния нервъ на лицето, но болната не се реши на тази ужасна операция, вследствие на което можеше, както и съ първата, да стане причина да се парализира мисцата на дѣсната страна на лицето.

Въ това време дохожда въ Камелка извѣстния специалистъ по хипнотизма г-нъ Фелдманъ. Никополския докторъ—В. Коппъ, който цѣрѣше болната,

обръща се къмъ Фелдмана и го моли да приспособи на пациентката му хипнотическия способъ на лѣчение. Г-нъ Фелдманъ съ удоволствие се съгласилъ и почналъ лѣчението. Г-жа Лжова паднала въ хипнотическо състояние още на първия сеансъ, и г-нъ Фелдманъ ѝ приложилъ способа на фасцинацията (очарованието) и дѣйствието на хипнотическия сънъ сполучило тутакси. Следъ като болната била захипнотизирана, г-нъ Фелдманъ ѝ внушилъ, че тя следъ като се събуди по никой начинъ не трѣбва да чувствува болки; че тя трѣбва да бѣде бодра и трѣбва да се чувствува прекрасно; и че не трѣбва да обръща никакво внимание на тѣзи, които биха я запитвали, какъ се е излѣкувала; че тя трѣбва да бѣде убедена, че всичко това го дължи на хипнотическото внушение.

Всички тѣзи поръчки заповѣдва ѝ г-нъ Фелдманъ да ги изпълни до 2 часа на другия день.

Тѣжко въ два часа на другия день болките на болната трѣбваше да се възвѣрнатъ отново; но тогава именно Фелдманъ ѝ направя нови внушения, чрезъ които тя за винаги се изцѣрвява. Болната се събужда.

Постоянните болки, които тѣй много я мъчеха, изчезнали. Болната била много зарадвана и сама си снела привѣзките, които много години е носела. На слѣдующия день въ два часа денемъ, трѣбваше, споредъ убеждението на Фелдмана, да настѣпи ново възвръщане на болестта.

Въ прилагането на хипнотическото лѣкуване, г-нъ Фелдманъ си има свой опредѣленъ начинъ за премахване болестта. Отъ началото той внушава, че болестта трѣбва да изчезне за единъ извѣстенъ краткъ периодъ, а послѣ вторично внушава за всекоги да изчезне болестта. Това той прави щото точно да опредѣли дѣйствието на хипнотическото внушение въ дадения случай и да наблюдава разните уклонения, които могатъ да се случатъ. Понеже днесъ

въ два часа болестта на болната трѣбваше отново да се появи, въ къщата ѝ се бѣха събрали трима лѣкари: Я. Оленовъ, В. Коппъ и Чудновскій. Не много до опредѣленото време, болната захвана да чувствува нѣщо въ себе си. Тѣжко въ два часа, въ точностъ, тя извика отъ нетърпими болести; лицето ѝ се намръщи, и се появи пълна картина на нейната предишна болестъ.

Тя пакъ се разболѣ, но този пътъ заболѣ, защото ѝ бѣше внушено.

Г-нъ Фелдманъ пакъ я заhipнотизира и ѝ направи последното внушение, т. е. за винаги да се откаже отъ своите болки и, въобще, да почувствува себе си много добрѣ. Г-жа Лжова биде разбудена отъ хипнотическия сжънъ сжвършено здрава.

Ето вече нѣколко месеца са се изминали и г-жа Лжова чувствува себе си прекрасно. Тя е много радостна, че не се решила на глупавата операция, която я сжветвали докторите да извърши.

Докторъ Оленовъ, подъ видъ на последенъ медицински циркуляръ по департамента, относително лѣчението посредствомъ хипнотизма — тутакси сжобщава факта въ Симферополското врачебно управление.

Г-нъ Фелдманъ приживѣ въ Камелка около месецъ и абсолютно се отказа да практикува хипноза, освенъ въ горѣописания случай.

Всичките тѣзи, които идваха при него отъ околностите и търсѣха помощта му, той ги изпращаше въ Екатеринославъ, гдѣто предполагаше да престои до края на Мартъ. За сега г-нъ Фелдманъ се намира въ Екатеринославъ, и отъ тукъ, въ началото на идущия месецъ, предполага да замине за Одесса.

Сичко е силата.

Дѣйствието на единъ предмѣтъ зависи отъ силата на сжщия предметъ; всѣко отдѣлно нѣщо обема една отдѣлна сила. Предмѣта и силата са едно и сж-

що нѣщо: нѣма предмѣтъ безъ сила, както нѣма сила безъ предмѣтъ; измени ли се предмѣта изменява се и силата. Два предмѣта съставени отъ едни и сѣщи елементи подъ разни само сжразмѣрности, явяватъ се подъ разни дѣйствия, напримѣръ: захарта и алкоола.

Сичките органически тѣла изобщо обематъ въ себе си и се състоятъ отъ четири главни елемента: вѣглеродъ, кислородъ, водородъ и азотъ; тѣзи елементи подъ разни сжразмѣрности ни представляватъ разни форми и разни дѣйствуиуци сили, които, относително до човеческото тѣлосложение, биватъ нѣкои полезни, а нѣкои вредителни за човека.

Като какво нѣщо е *силата* на единъ предмѣтъ, ние не сме въ положение да узнаеме тѣзи тайни на природата; нейното свойство ни става познато по дѣйствието, което тя произвежда. Вѣглерода и кислорода са най-полезните нѣща за сжхранението на човеческия организмъ; при сичко туй, сжединени въ едно, за да произведатъ единъ вѣгледливъ окисъ, тѣ ставатъ отровителни; водорода и кислорода са два горѣщи газове; сжединени въ едно, тѣ произвеждатъ водата, която служи за погасяне сѣко огнено нѣщо. Следователно, сжединението на разните елементи е едно отъ най-главните дѣйствия въ природата; чрезъ него ние добиваме изменението на сичките предмѣти.

Тѣлата се сжединяватъ посредствомъ свойствата на тѣхните сили, сжединение което става по закона на подобие; да се привлѣкатъ двѣ тѣла едно къмъ друго и да се сжединятъ, трѣба тѣ да иматъ подобни свойства, или, съ други думи, да иматъ симпатиа между си. Тѣй, да се развие едно какво-годѣ органическо тѣло добръ, то трѣба да бѣде окръжено отъ елементи такива, които да му подобаватъ.

Казахме, че сичките органически тѣла иматъ за основа кислорода, водорода, вѣглерода и азота; при сичко туй, не сички могатъ да влѣзатъ въ употрѣбление тѣй, както се нахождатъ отдѣлно въ природата: земята служи за храна на растениата; расте-

ниата, на животните; а едните и другите, на човека и на нѣкои отъ по-главните животни. Сичко се върше въ природата по единъ иерархически редъ за въ полза на общия напреджкъ. Атомите на кислорода, водорода, въглерода и азота са полезни, въ нѣкое отношение, тжй, както се нахождатъ отдѣлно въ природата; но тѣ ставатъ като необходими за сѣко животно, щомъ се преработятъ предварително отъ една растителна сила, която е само способна да ги снабди съ тѣзи свойства, които могатъ да бждатъ полезни по подобие за сххранение и подкрепление на животния имъ организмъ.

Тжй, растениата, колко и да се считатъ въ реда на органическите тѣла, но тѣ държатъ свхсѣмъ друго направление и положение: сввременно тѣ служатъ земята и животните; подобряватъ пжрвата и подкрепятъ последните; съ една дума, тѣ са средната точка, чрезъ която се развиватъ тѣзи два отдѣла. Безъ тѣхъ никакжвъ напреджкъ не се очаква.

Както растителното положение и растителните свойства зависятъ отъ елементите, които се нахождатъ въ една мѣстность, още и отъ климатическите условия, тжй сжщо физическото и нравствено положения на животните са поставени подъ едни и сжщи условия: сжщите растения, които се нахождатъ на Югъ и Северъ носятъ значителна разлика между си; подъ сжщата категория се намиратъ и животните, както и хората. Сжщо тжй, хора както и животни, които са се родили и свикнали въ една мѣстность и подъ единъ климатъ, на Югъ напимѣръ, премѣстени на Северъ, тѣ мжчно могатъ да се одържатъ здрави и да оцѣлѣятъ.

Това показва, че човеческия животъ, както и този на животните, е отъ близо свхрзанъ съ мѣстото и съ климата, въ които той тѣлесно е отрасалъ. Тѣзи е причината, дѣто, много пжтя, лѣкарите, като не могатъ да спомогнатъ на нѣкой боленъ, който случайно е отъ друга една мѣстность, го свветватъ

да отиде въ родното си мѣсто, ако иска да се поправи, което много пѣтъ се и сбѣжда.

Казахме, че всѣко тѣло обема една сила, че нѣма сила безъ тѣло или безъ материя. Тѣлата отъ учените се дѣлятъ на органически и неорганически. Неорганическите падатъ като страдателни при органическите, въ които зародиша на дѣятелността се развива до едно извѣстно време за да сжстави своя индивидуумъ, каквото и да е той.

Сичко въ свѣта е свѣрзано като верига едно съ друго, и сичко, сжобразно съ солидарността на природата, служи по единъ иерархически начинъ, да се развива въ свойствата си, физически и физиологически, отъ долу на горѣ. Тѣй, растениата добиватъ свойството на една малка чувствителностъ, която въ животните се изменява въ инстинктъ, който въ човека пѣкъ се преобрѣща въ интелигентностъ—свойство, което принадлежи на духовния свѣтъ отъ колкото на материалния. Тѣй, човекъ е двоенъ: духовенъ и физически. Въ него се нахождатъ двѣ чувства и двѣ воли: едно вѣнкашно чувство, което се сжобщава съ материалния свѣтъ и едно вѣтрѣшно—което се отнася до духовното му положение; една воля тѣлесна, която е следствие на нашите страсти и тѣлесни прищѣвки, и една воля духовна, която е подъ влианието на свѣстта и разума.

Пиания, като изтрезви, се кае за дѣто е пилъ и се зарича да не пие вече; при сичко туй, изобщо, тѣлесната воля надвива въ тоя случай сѣкога умственната; не подирѣ дѣлго време, той пакъ се напива. Това сжщо се случва съ сичките наши тѣлесни прищѣвки. Що е тѣутіуня? що е афиона и хапиша? и пр. Нищо друго освенъ една неразумна привычка, която е дала поводъ на едно подобно направление въ човеческия организмъ.

Привичката на подобни алкоолически и наркотически нѣща не само отклоняватъ човека отъ и гиеническия пѣтъ, но още го подвеждатъ и подъ

разни болести. Следователно, човекъ, ако тегли, тегли по-вече отъ недоумение и едно глупаво развитие. Природата го е надарила тѣй превъзходно съ чувства водачи, които ако слуша разумно, не само ще знае да запази здравето си, но още ще знае и като какъ да се лѣкува, безъ да се трови, като се разболѣе.

Хлѣба „Грахамъ“.

По всички страни и у всички народи хлѣба е припознатъ като най-добрата и най-драгоценна храна; вегетаристите го поставятъ на пѣрво мѣсто и почти всички хигиенисти му приписватъ, освенъ една по-вече или по-малко голѣма хранителна стойностъ, една твърдѣ важна роля въ смилането и следователно въ здравieto въобще.

Кухне, Кнайпъ и всички апостоли на естественната лѣчителна метода, всички вегетаристи и много лѣкари отъ старата школа, сжщо както и електро-омеопатите са имали право да гледатъ въпроса за хлѣба като твърдѣ важенъ, и всички са сжгласни въ признаването хигиеническата роля на хлѣба сжставенъ заедно съ триците и нареченъ „Грахамъ“, отъ името на изобретателя му.

Американския физиологистъ Силвестръ Грахамъ бѣ пѣрвия, който привлѣче вниманието върху хранителността на хлѣба, направенъ отъ брашно и трици.

Дѣйствително, освенъ мазните вещества отъ въглородъ, триците сждържатъ една голѣма частъ отъ азота на зърното; има прочее едно дѣйствително преимущество да се прави хлѣба, както Грахамъ го прави, съ всичките вещества, които се сждържатъ въ зърното, било на ржжта, на кукуруза, или на житото, и безъ никакъвъ квасъ.

Тѣй изработенъ хлѣбъ се по нѣкога нарича хлѣбъ „Кнайпъ“, но това не е вѣрно, понеже този хлѣбъ е билъ изобретенъ и препоръчанъ отъ Грахамъ.

Въ нѣмското сп. „Вегетариански Прегледъ“, Е-милъ Хартунгъ ни дава слѣдующите указанія върху правенето на хлѣба „Грахамъ“: взима се 2 килограма непресѣто брашно (3 части пшеница и 1 частъ ржжъ), на които се налива хладна вода до толкова, до колкото трѣбва да стане на тѣсто; следъ това, като се оставя да постои единъ или единъ и полови-на часъ, направя се на хлѣбове. Хлѣба отъ чиста пшеница се опича добръ, но не може да се съхрани прѣсенъ тѣй дълго време, както хлѣба Грахамъ. Този последния може да се прави отъ всички видо-ве житни растения, както и отъ фасулъ, бобъ, грахъ, леща и други подобни.

Г. Селссъ дава въ сжщото списание слѣдните указанія: „Азъ си изработвамъ превъзходенъ хлѣбъ, като смиламъ съ ржчната си воденичка наедно пше-ница, ржжъ и кукурузъ, по равни части; даже тѣзъ последните трѣбва да бждатъ по-вече отъ пшеница-та. Така изработенъ, хлѣба не се разваля нито презъ най-голѣмите горещини; той има единъ ароматически вкусъ, една нежна кора, особено ако се погрижи човекъ да го намаже съ малко дървено масло и да го оросява съ малко вода презъ време на печене-то му. Ако се пригудятъ на тѣстото стафиди, фур-ми и смокини, то се приготвя единъ прекрасенъ хлѣбъ, който може да се съхранява съ седмици. Гла-ватаря на пѣшеходците, г. Елзессеръ, се обдържа два дѣня на пѣтъ само съ този хлѣбъ, безъ никаква друга храна“.

Хлѣба „Пумперникелъ“, който се приготвява въ Вестфалиа, има голѣмо сходство съ хлѣба Гра-хамъ; сжщо му прилича и войнишкиа хлѣбъ на Прус-сите, само, че той не съдържа толкова мазни ве-щества.

Когато хлѣба се приготвява споредъ правило-то на Грахама, т. е. безъ квасъ, той е тежкъ и не твърдъ вкусенъ, но се взима отъ фанатическите при-върженици на вегетаризма като не може по-добъръ;

тѣ употрѣбаватъ ржчната воденичка. Туй може да е добръ за упражненіе на ржчните мускули, но ний мислиме, че по-вечето отъ читателите ни ще предпочетатъ да си приготвятъ хлѣба Грахамъ чрезъ хлѣбарите, и ще получатъ така, вследствие на втасването (съ квасъ), единъ по-добръ изпеченъ и полекъ хлѣбъ. Азъ така го приготвямъ за въ кѣщи и малки и голѣми го ѣдатъ съ голѣма охота.

Нека видимъ сега какви следствия докарва употреблението на хлѣба Грахамъ. Първо, този хлѣбъ е по-хранителенъ отъ обикновенния; сетнѣ, лиуспите на жърното като са не твърдѣ смилателни, тѣ възбуждатъ свивателното движение на червата, като наслагватъ извержениата на слоеве и улесняватъ тѣхното изхвърляне въ меки мржсотии.

Редовното употребление на хлѣба Грахамъ е предпочително на всички аллопатически очищения, и ний го препоръчваме, особно на хора, които прекарватъ сѣдящъ животъ или работятъ много умствено и са предрасположени отъ това на запоръ; сѣщо се препоръчва и на хора които страдатъ отъ еморонди. Обаче всѣкидневното му употребление не може да се препоръчи на дѣцата.

(Изъ Annales de l'Electro-Homéopathie).

Да не се спи двама наедно.

Нищо, казва единъ английски медицински вѣстникъ, не разстроява толкова нервната система на единъ човекъ, който изпуска нервна сила, колкото да спи цѣла една нощъ съ другъ нѣкой човекъ, който поглѣща тая нервна сила. Тозъ последния ще спи дълбоко презъ цѣлата нощъ и ще стане сутринната веселъ и добръ разположенъ; а първия ще прекара много лошо нощта и ще се събуди безсиленъ, отпадналъ, убитъ, раздраженъ. Двама души не трѣбва никога да спятъ наедно по постоянна привычка;

единия печели това, което другия губи. Голѣмо число болести, отъ които се оплаква човекъ сутрина, се дължатъ на тѣзи привичка да се спи двама наедно. Презъ нощта се извършватъ електрически размени между двата близкоспящи организма и неравномѣрното поглѣщане на тѣзи електрически сили докарва лоши послѣдствия.

Опасността е толкова по-голѣма, колкото разликата въ вѣзрастите на двамата души е по-голѣма. Флуидите на по-младия биватъ поглѣщани отъ организма на по-вѣзрастния. За това по никой начинъ дѣца не трѣбва да спятъ съ стари хора, нито здрави съ болни.

Медицински списания и книги.

Напоследѣкъ лѣкарите у насъ ни изненадоха съ особена литературна дѣятелностъ, за каквато отъ толкова време се чувстваше нужда. Ний съобщихме въ една отъ миналите си книжки за появляването на специално медицинско списание: „Медицина“; сега редомъ съ специалното това издание се появиха още двѣ списания: едното популярно: „Медицинска Бесѣда“, подъ редакцията на Д-ръ Витановъ, Видинъ, съ 10 лева абонаментъ; другото научно-популярно: „Наука и Здравие“, подъ редакцията на Д-ръ Георги Ивановъ, Ломъ, съ 5 лева абонаментъ. Освенъ тѣзи списания, появиха се и книги съ медицинско съдържание: „Поболѣвание, лѣчение и прѣдпазване отъ грѣдната охтика“ отъ Д-ръ Русевъ, „Лѣкуванието на охтиката въ санаториитѣ“ отъ Д-ръ Пюскюллиевъ, и „Речникъ за лѣкарскитѣ названия“ отъ Д-ръ Русевъ.

Дали това е признакъ на едно дълбоко съзнание отъ страна на нашите лѣкари за нуждата отъ просвѣтена и усилена дѣятелностъ въ медицинско-хигиеническо отношение у насъ, или е само едно временно разпалване, което скоро ще истине? Ако

вѣрваме, че не хората създаватъ общественните нужди, но общественните нужди своите хора, то трѣбва и да вѣрваме че сме вече въ предвечерието на сериозна здравословна дѣятелностъ, защото общественното здравие у насъ сѣ по вече и по-вече захвана да става незавидно, даже заплашително. Чистотата на градовете, канализациата имъ, здравото хранене на нашите хора, хигиеническото освѣтление, провѣтряне и държене на къщата, правилното упражненіе на всичките жизнени способности, укрепяването на организма да противостои противъ болезненните влияния на условията и пр. и пр.—всичко туй е такъвъ широкъ просторъ за усилена лѣкарска дѣятелностъ, дѣто всѣки пътъ ще се чувства нужда отъ сили, но никога излишъкъ.

Ний тука нѣма да рецензираме подробно двѣте нови списания, само ще кажеме, че „Медицинска Бѣседа“ закача много по-налѣжащи и жизнени въпроси, отъ колкото „Наука и Здравие“, и се списва много по-внимателно, отколкото това последніето. Ето нѣкои отъ по-главните статии въ „Мед. Бес.“: престѣпника предъ медицинския съдъ; хигиенически бесѣди (за въздуха водата и пр.); наставления за ръководенето на раждането и гледането на лѣхусата; престѣпния афектъ като условие за невменяемостъ; какъ да се уреди въпроса за даване медицинска помощъ на бедните; една отъ причините за изнуряването на дѣцата; отъ кождѣ трѣбва да захващаме при преустройството на единъ градъ; какъ и съ какво трѣбва да се хранятъ дѣцата; значението на климата, занятата и мѣстожителството при охтиката; причините на болестите и условията на здравето; разпространение медицински познания въ народа посредствомъ училищата и пр. Въ притурка има едно хубаво сѣчинение: Диететика на духа, отъ Д-ръ Шолцъ. Изобщо вътрѣ има хубави мисли, особено тамъ дѣто се косва до хигиенически наставления. Забелѣзва се голѣмо старание у г. Д-ра Витанова да помогне по какъвто и да е начинъ на бедното на-

селение, щото лесно и евтино да намира медицинска помощъ, както и въобще всички Българи да се привикнатъ да тръсятъ спасителната помощъ на медицината; само че той се увлича много отъ това си искрено желание и ту забравя, че медицината, особено тая, която той изповѣда, не е толкова вѣрна спасителка, колкото той се мъчи да ни я представи, ту пакъ отива до педантически съвети, които ставатъ смѣшни: напр., въ статиата „Наставления при раждането и пр.“ Човекъ като чете въ нея, какъ трѣбва да се пази родилницата и какво се изисква отъ околните, просто не може да си обясни какъ се е родилъ, какъ са се родили и какъ се раждатъ още милиони създания при най-противоположни условия. Съвременните медици захванаха да виждатъ и насъжнѣ микроби, — толкова са се разтреперили отъ тѣхъ.

„Наука и Здравие“ (1, 2, 3 бройове) съдържа следните по-главни статии: заразения отъ сифилисъ може ли да се задоми; учителя и медицината; съ какво се запази България отъ холерата (отъ Д-ръ Руссевъ); мъртвогорение; трѣбва ли да цѣриме сифилиса; катаръ на стомаха; велосипеда и дамите; важно откритие (за лошото гърло); прогреса на хирургията; нѣколко думи върху вегетарианството и пр.. Между тия има и една-две непопулярни статии.

Дѣйствително, въ това списание, както забелязва и рецензиора въ „Медицинска Бесѣда“, има побържани периоди, неграмотно написани пасажки, не навременни за нашето общество статии (велосипеда и дамите), както и слаби медицински съвети (катаръ на стомаха, практическо цѣрение на трѣската); но ний мислиме, че „Мед. Бес.“ го е съвършено прекалила въ оценката си, защото едва ли не изкарва „Наука и Здравие“ като безполезенъ парцалъ. Споредъ насъ, недостатъка въ грамотността може лесно да се поправи, защото не вѣрваме да произлиза отъ дѣйствителна безграмотность, а просто отъ прибързаность, невнимателность, или малко зачитане; не-

достатъка въ добрия изборъ на статиите ще се изгладя чрезъ самата практика въ редактирането; колкото за третия недостатъкъ — слабите медицински съвети — той е общъ на цѣла една пасмина лѣкари, които мислятъ, че организма е създаденъ само да се тѣпче съ голѣми дози отрови отъ всѣкакви качества и че, да бѣде човекъ докторъ, ще каже да пиши колкото 'се може по-вече рецепти.

Ний препоръчваме на читателите си и двѣте тѣзи списания, особено „Медицинска Бесѣда“, като ги съветваме да четатъ по-вече статиите съ хигиеническо и отъ общъ интересъ съдържание, а разните лѣкарствени рецепти да приематъ скептически.

Тукъ му е мѣстото да споменеме нѣщо и за „Речника“ на Г. Д-ръ Руссевъ. Автора въ предисловието си казва, че целта му е да даде едно ръководство на лѣкарите да пишатъ на единъ общъ бѣлгарски езикъ своите рапорти, актове, статии, преводи и съчинения; но той самъ признава, че не ни е далъ нѣщо съвършено, а „само една рамка, една контура, която ще трѣбва да се изпълни и разграничи постепено отъ напите лѣкари, които са живѣли и ще живѣятъ по дълго време между народа, ще изучатъ по-добрѣ думите, съ които той си служи за изразяване на лѣкарските названия, и единъ день, съ своята просвѣтена помощъ, тѣ ще направятъ да излезе настоящия речникъ съвършено преработенъ, допълненъ и въ всѣко отношение по-добъръ, по-полезенъ и по-бѣлгарски отъ колкото е сега, понеже Errare humanum est“.

Основани на горнето, ний искаме да посочиме на Г. Д-ръ Руссева единъ недостатъкъ въ неговото ижкъ хубаво предприятие, а именно, че между различните бѣлгарски названия, на една болестъ напирмѣръ, той е пропусчалъ или не намиралъ най-бѣлгарското, като е турѣлъ по малко бѣлгарските. Народа не обича да се изразява съ дълги и сложни словизречения. Ний тука ще забелѣжиме само нѣкои и

други опредѣления, сравнени съ народните названия, които намираме въ „Омеопатическия Лѣкаръ“ на Д-ръ Мирковича.

Въ „Речника“:

Въ „Лѣкаря“:

Erysipèle: червенъ вѣтъръ,
сладката, еризипелъ, въспа-
ление на кожата придружено
отъ подувание и червнина.

Червенка.

Erythème: кожозачервява-
ние, зачервяване на кожата,
еритемъ.

Изривница.

Hydropisie: водонабирание,
набирание серозна житкостъ
въ коя да е куфина на тѣлото.

Красникъ, водоотокъ.

Scarlatine: Огненица, плас-
теница, скарлатина, шарка
придружена съ голѣмъ огънь
и силно зачервяване и из-
ривание на кожата.

Атласка.

Urticaire: копривена трѣска,
трѣска придружена отъ сър-
белъ и изривание прилично
на коприва.

Копривница.

Сравнението, мислимъ, казва само по себе си до-
статъчно.

Въ края на предговора си автора добавя: „за да
бжде пжленъ тоя речникъ, би трѣбвало да му се при-
бави една втора частъ, която да сждържи: Латинско-
Френски, Англо-Френски, Нѣмско-Френски, Русско-
Френски, и Българско-Френски речникъ за лѣкарски-
те лавзвания; тая втора частъ е готова и скоро ще
се печата“. Както виждатъ читателите ни, това ще
бжде единъ сериозенъ трудъ, на който ний пожела-
ваме добъръ успѣхъ.

Препоръчваме „Речника“ на нуждаиущите се.
Той има 5 лева цена и се намира за проданъ у из-
дателя А. Зембровски — София.

РАЗНИ.

Стаи за мъртвци. — Въ гробищата на Паришъ ще сжградятъ стаи за мъртвци, дѣто семействата ще могатъ да поставятъ временно ковчезите на своите мъртви, до сжвършенното ми заравяне. Това се прави съ цель да се избѣгнатъ злощастните случаи съ живи закопани.

По поводъ на това единъ вѣстникъ напомня нѣкои исторически примѣри на живи закопани.

Отецъ Превостъ, автора на прочутия романъ „Манонъ Леско“, пада отъ апоплектиченъ ударъ въ Шантилската гора. Правосъдието заповѣда да се аутопсира. На първото забиване на скалпела (хирургическо ножче) той изпуща единъ викъ, който показва, че отчето е още отъ този свѣтъ. Но той излѣзе скоро окончателно, подиръ следствиата на тази „грѣшка“.

Готие, сжветникъ и лѣкаръ на Луи XVI, разказва по кой начинъ е билъ заровенъ живъ Лалеманъ, лѣкаря на княгиня Краонъ. Амло де ла Усей, въ своите спомѣни, цитира случая съ кардиналъ д'Еспиноза. Неговия случай прилича на Превостовиа, но го надминува по ужасъ:

„Той не бѣше умрѣлъ, когато го туриха между ржцете на хирурзите, за да го балсамиратъ. Той дойде въ себе си, когато го разтварѣха, и отблжсна ржката на хирурга, или по-добрѣ на убиеца, който го разрѣзваше; но това не попречи да се довърши операцията“...

И въ бжлгариа колко ужасни случаи има, които се разправятъ само устно и каратъ да настржхватъ космите на човека! Нашите гробища са занемарени въ всѣко отношение. Трѣбва вече да се обжрне сериозно внимание и върху тѣхъ, като се върви по стжпките на цивилизованите държави. Предварителни стаи за мъртвци, сдания за мъртвогорение, редъ и пазене на гробищата—всичко това са първосте-

пенни въпроси, които се отнасятъ лично до всѣки
едного отъ насъ и чакатъ реализирането си.

Дванадесетъ години какъ си. — Маргерита Буен-
валъ, презъ Май 1882 година, когато била двадесетъ
една годишна хубава мома, родила едно дѣтенце,
което умрѣло на сутрината. Въ селото захванали да
говорятъ разпо за тази смъртъ, макаръ да била ес-
тественна, и правосъдието се осжмнило. Тя се прѣ-
мѣстила въ селото Тенелъ.

Като видѣла джандармите и сждиите да идатъ,
тя, и тѣй вече разтревожена отъ смъртта на люби-
мото си дѣте, била овладана отъ единъ силенъ нер-
венъ припадъкъ и паднала въ катаlepsia. Отъ него
день до сега тя продължава да спи и прилича на
скелетъ. Само еднажъ, казватъ, издала едни стран-
ни викове, когато я уболи дълбоко съ игла, но безъ
да се разбуди. Ни електричеството, ни никое лѣкар-
ско средство не сполучило да я разбуди.

Хранятъ я четире пжти презъ деня и единъ
презъ нощта съ пептони и млѣко. Докторите са ис-
кали да я отведатъ въ Парижъ, но майката, която
пази тѣлото на дщера си, чака я да се събуди.
Единъ Американецъ предложилъ да изложи тази спя-
ща, като извжнреденъ сѹжетъ, на изложението въ
Чикаго; майката най-пжрво приела богатите предло-
жения на Американеца, но послѣ му отказала.