

ПРИРОДЕНЪ Е ЛЪКАРЪ

Одобрено и препоръчано отъ Министерството на Народното Просвѣщение
съ окръжно № 2053 отъ 25. I. 1929 г.

редактира родителско-учителски комитетъ.

Отговоренъ редакторъ
Д-РЪ КИРИЛЪ ЙОРДАНОВЪ — училищенъ лѣкаръ

Съдържание:

	стр.
1) Въздушни бани	1
2) Лимона лѣкарство	2
3) Сърдеченъ порокъ, екзема, албуминъ — излѣкувалъ се случай	4
4) Хинина и нервната система	5
5) Карбункелъ правилно лѣкуване	5
6) Несъстоятелностъ въ нѣкои лѣкарства	7
7) Учителътъ като възпитателъ	8
8) Хармонично тѣлесно развитие	9
9) О, роденъ край детско творчество	11
10) Театърътъ висшъ културенъ институтъ	12
12) Двѣ прояви въ театралното дѣло	13
12) Хроника	15
13) Книжнина и др	16



Единствената въ Варна

млѣкарница „ВОЛГА“

на ул. „МАРИЯ ЛУИЗА“ № 27.

Произвежда млѣчни продукти, винаги
прѣсни масла за чай, топено масло, кай-
макъ за сладкари и

екотра кисело млѣко

Доказано е отъ всички! че химическото ателие

„ДИАМАНТЪ“

ул. „27 Юлий“ до аптека Русевъ

почиства, боядисва най-идеално, чисто и най-прецизно всички
костюми, дамски рокли и др. Не се бавете за тържествата да се
подновите въ „ДИАМАНТЪ“ съ намалени цени.

 **СЕНЗАЦИЯ НА ДЕНЯ Е за варненци и
гоститѣ на Варна**

че реномираната гостилница

„МОСКВА“ срещу хотелъ „Ню-Йоркъ“ до наронния те-
атъръ сервира евтана и питателна храна: разни супи по 3 лв.,
готвени по 4 лв., печени по 6 лв. разни салати по 3 лв., десерти
по 3 лв. Всичко прѣсно и доброкачествено при народни цени.
ОТЪ СЪДЪРЖАТЕЛЯ.

История на природното лѣкуване, природолѣчебенъ паркъ
въ всѣки домъ, живи примѣри на излѣкувания и какъ: Астма,
сърдеченъ порокъ епилепсия, екзема, хемороиди, мигрена и др.
Душова, компреси, промивания и пр. на практика. Това сж нѣкои
изъ материала, който ще минемъ тази година. Ще държиме и чита-
теля въ течение на чуднитѣ резултати които Д-ръ Браухле пости-
га въ модерната болница въ Дрезденъ.

Интересувайте се и следете новоститѣ, които тази година
ще Ви дадемъ изъ нова хитлерова Германия, следъ като Хитлеръ
издигна природното лѣкуване до култъ и го официално организира.

Ако всичко това не буди никакъвъ интересъ у Васъ, тогава
нашето списание не е за Васъ и молиимъ повърнете го. Иначе от-
четете се и ни улеснете.

ПРИРОДЕНЪ ЛЪКАРЪ

НАУЧНО-ПОПУЛЯРНО СПИСАНИЕ ЗА ПРИРОДНО ЛЪКУВАНЕ
И ПРИРОДОСЪОБРАЗЕНЪ ЖИВОТЪ

Годишен абонаментъ 75 лева, За странство 100 лева

РЕДАКТОРЪ: Д-ръ КИРИЛЪ ЙОРДАНОВЪ, бул. „Мария Луиза“ № 34
Варна, телефонъ 597

Нашата задача

Здравето е най-висше благо, безъ което всички други земни блага, нѣматъ никаква стойностъ. Сложниятъ съвременъ животъ, изисква отъ всѣки членъ на обществото да бжде носителъ на материални и духовни ценности. Отъ голѣма важностъ е, дали личността е годна да бжде носителка на националната ни култура и дали тя съхранява жизнената енергия, която е нужна за нейния възходъ.

Отъ тукъ и стремежа на всички обществени дѣятели да съятъ просвѣта, като работятъ за здравното, интелектуално, чувствено и волево развитие на личността.

Здравниятъ въпроси сж тѣсно свързани съ общитѣ въпроси около развитието и възпитанието на подрастващиятъ човѣкъ и тѣ се явяватъ, като социална необходимостъ. Живота на подрастващото дете трѣбва живо да интересува всички възпитателни фактори, защото отъ тѣхното активно участие, ще зависи до голѣма степенъ физиономията на нашата младежъ, нейниятъ мораленъ ликъ.

Като разбира голѣмата отговорностъ къмъ родината ни отъ подобно бездействие, списанието „Природенъ лѣкаръ“ разширява своята дейностъ, като паралелно съ здравнохигиеничните въпроси, открива отдѣли за социална педагогика, детско творчество и други.

Надяваме се, че списанието и въ новиятъ си видъ ще намѣри моралната и материална подкрепа на нашето интелектуално общество.

Родители и учители, интелигентни на това общество, подайте си ржката за задружна работа!

Редакцията.

Природно лѣкуване и природосъобразенъ животъ

Свѣтлинни (въздушни) бани.

Свѣтлиннитѣ бани се наричатъ и въздушни. Тѣ малко се практикуватъ у насъ и въ повечето случаи се смѣсватъ съ слънчевитѣ бани. Въздушна баня наричаме излагане на цѣлото голо тѣло на въздуха съ цель да стане основно

провѣтрение на кожата на тѣлото и да се добие едно кжпане на сухо чрезъ галене на вѣтъра, който докарва хладни струи въздухъ покрай кожата. Въздушнитѣ бани се правятъ безъ слънце, напр., преди изгрѣвъ на слънцето, или презъ деня, ако е облачно времето. Цѣлата тази баня охлажда тѣлото и съ това действува като хубава реакция върху кръвообращението, точно така, както една хладна или студена баня въ морето. Вънъ отъ това, голото тѣло получава масово лжчитѣ на дифузната слънчева свѣтлина, които сжщо не сж лишени отъ частъ отъ благодатѣта на прѣката слънчева свѣтлина.

За да направимъ подобна баня, достатъчно е да се разхождаме съвършено голи или снабдени съ бачски гащички въ паркъ, или въ по-отдалечено мѣсто. Такива идеални бани се правятъ най-резултатно въ високитѣ планини, или край морето. Внимава се особено да не се правятъ при морско течение, или такова въ планинско дефиле, или въобще тамъ кждето има усиленъ и упоритѣ вѣтъръ. Отначало тѣзи бани трѣбва да бждатъ кратковременни, за да свикне организма, а после могатъ да траятъ до единъ часъ. При по-хладно време кжпещия се трѣбва да усилва своето движение било чрезъ гимнастически упражнения, било чрезъ леко потичване, което, обаче, не трѣбва по никой начинъ да доведе организма до изпотяване. Хубаво е следъ въздушната баня да следва изтривка съ студена вода, която се понася по-леко следъ такава баня. Обикновено въ умѣренитѣ страни температурата презъ пролетнитѣ, лѣтни и есенни месеци варира между 15 и 25 °C на сѣнка и това сж много пригодни температури за правене на тѣзи бани. Обаче, подобни бани калени индивиди могатъ да правятъ и при по-низки температури, но тогава банята трѣбва да трае само нѣколко минути, или да стане въ стая съ отворенъ прозорець, кждето нѣма вѣтъръ. Различаваме следнитѣ въздушни бани: твърде студена при температура около 0 градуса C, студени отъ 2—8 гр. C, опрѣснителни отъ 10—15 гр., хладни и ободряюща отъ 15—25 гр. и топли — надъ 25 градуса.

Студенитѣ въздушни бани се препоръчватъ на хора съ нѣжна кожа и конструкция, анемични, лимфатични, умствено преуморени, нервни и неврастеници. Студенитѣ свѣтлинни бани се понасятъ много леко и отъ нежни организми и никога не повреждатъ при методична манипулация. Училища на открито, каквито ги познаваме, почиватъ на принципа за използване тѣзи свѣтлинни студени бани и лѣкаритѣ, и родителитѣ на децата признаватъ отличнитѣ резултати отъ тѣхъ. Споредъ наши наблюдения, свѣтлиннитѣ бани действуватъ като усилена реакция на кръвообращението и това периодично охлаждане на тѣлото указва благотворно влия

ние върху духа на човѣка и дава следнитѣ физически преимущества: засилва апетита, намалява анемията, кологизира организма и го прави по-малко чувствителенъ къмъ настинка, хрема и инфлуенца.

Д-ръ Ив. М-въ

(Изъ В-къ на Жената

Б. Р. За първи пътъ у насъ отъ „официаленъ“ източникъ четемъ за въздушнитѣ бани. Който е следилъ редовно нашата литература и слушалъ често сказките ни, той знае колко мѣсто посвещаваме често на това приложение на природното лѣкуване. Читателя вижда признанието на автора, виденъ столиченъ лѣкаръ, че въздушната баня рѣдко се прилага у насъ и често се смѣсва съ слънчевата баня. Авторътъ нѣмаше да сгрѣши много, ако кажеше, че никакъ не се прилага у насъ и въобще е непознато приложение. При ежедневнитѣ ревизии изъ училищата, като училищенъ лѣкаръ, често задавамъ въпроса на децата, какво е въздушна баня. Нито едно отъ хилядитѣ деца не знаятъ това. Две деца знаеха това и то едното отъ една моя сказка, а другото отъ моето списание. Сжщитѣ въпроси съмъ задавалъ често и на родителско-учителски сказки. И тамъ се оказа, че нито единъ родител не знае що е въздушна баня. Единъ пощенски служащъ, който присъствувалъ преди нѣколко дни на друга родителско-учителска среща съ сказка отъ мене, се обади че именно отъ тамъ знае вече.

Драги читателю, ти виждашъ каква оскъдица цари въ здравнитѣ познания на малки и голѣми. Нужна е просаѣта. Ние се радваме, че и други лѣкари у насъ почватъ да пишатъ за природнитѣ лѣчебни фактори и вѣрваме българското общество, следъ шесдесетъ годишенъ свободенъ животъ, ще научи що е и какъ се прави въздушна баня — единъ лѣчебенъ факторъ който е толкова старъ, колкото и създаването на човѣка. Именно, за да покажемъ този недоимакъ въ нашата просаѣтна дейность, изнасяме горната статия.

Родители привикнете децата къмъ въздушнитѣ бани!

Ползата отъ лимона

Противъ повѣхналата кожа. Нарези вечеръ нѣколко тънки лимонени рѣзенчета и ги тури въ водата, съ която ще се миешъ на другата сутринъ; ти ще видишъ, че повѣхналата ти кожа пакъ ще се опъни и изглади. Но при тази постъпка трѣбва да оставишъ сапуня на страна.

Противъ мазна кожа. Търкай нѣколко пъти презъ деня лицето си съ преполвенъ лимонъ. Това има двойко действие: Първо, мазнината отъ кожата ти се изгубва и второ, преполвения лимонъ масира лицето, като една опитна масировачка.

Противъ умора въ краката. Когато чувствувашъ умора

въ краката си, ще ти олекне като ги потопишъ въ гореща солена вода, следъ което ги намажи съ лимоновъ сокъ, тъй както мажешъ лицето и ржцетъ си съ него.

Противъ кашлица. И най-силната настинка преминава, когато пиешъ една чаша гореща вода въ която има изстисканъ лимонъ, къмъ което трѣбва да се прибавятъ две чаени лъжички медъ. Отъ това пиене се къртятъ хракитъ и кашлицата се укротява.

Противъ ревматични болки. Ако страдашъ отъ ревматизмъ, пий всѣкидневно чай отъ липовъ цвѣтъ, въ който изтискай лимонъ и скоро ще почувствашъ облекчение.

Противъ мазоли и брадавици. Ти можешъ по единъ съвършено безболезненъ начинъ да отстранишъ мазолитъ и брадавицитъ си, ако имашъ такива, ако не ти дотегне да ги мажешъ нѣколко пѣти дневно съ лимоновъ сокъ, при упорити случаи, да ги превързвашъ съ месото на лимона.

Противъ петна отъ мастило. Ако изцапашъ платъ съ мастило, нахисни го въ лимоновъ сокъ, следъ което потъркай плата съ студена вода; пѣкъ ржждиви петна можешъ да извадишъ, като ги накапишъ съ горещъ лимоновъ сокъ.

Противъ гърлоболъ. Чай съ лимоновъ сокъ, или само лимоновъ сокъ е отлично срѣдство противъ най-лоши гърлоболи.

Противъ сърдцебиение. Желтъкъ на яйце сурово съ сока на половинъ лимонъ, земаиъ ежедневно въ продължение на 10 дни, е отлично срѣдство срещу болеститъ на сърдцето, неправилна циркулация на кръвта, задухъ и проч. „В. зв.“

Сърдеченъ порокъ, албуминъ, екзема и подуване черния дробъ.

Всѣки знае, че горнитъ болести сж сериозни, упорити и мжно лѣчими. И все пакъ имаме достатъчно доказателства за това, че тѣзи болни не трѣбва да се отчайватъ, а твърдо да следватъ правилното лѣкуване по нашия методъ, защото и тукъ природата прави чудеса.

Въ подкрепа на една истина и за обнадеждаване на много страдащи, давамъ извадки на единъ намъ непознатъ страдащъ, който съ „маржчика“ въ ржка е постигналъ отличенъ резултатъ при горнитъ болести, които е ималъ. Той ни пише:

„Уважаеми Г-нъ докторе,

— Преди две години си набавихъ Вашата литература.... Тѣ сж ми настолни книги.... Отъ единъ месецъ съмъ на гроздолѣчение и съмъ много доволенъ отъ него. Страдахъ отъ порокъ въ сърдцето, албумини нефритъ, подуване черния дробъ и кожна екзема.... Отъ всичкитъ остана само сърдечния

порокъ.... Научихъ се, че въ Варна е открита гроздолѣчебна станция.... Съ много поздрави: Ник. Л. Кр. учителъ село П-ре (Пловдивско)

Б. Р. Горното е доказателство за чуденъ резултатъ при редица сериозни страдания.

Хинина и нервната система

Професоръ *Думбарди* е наблюдавалъ и проследилъ действието на тъй често употребявания *хининъ*, като особено е внимавалъ да долови действието му върху нервната система. Въ резултатъ на своитѣ проучвания е дошелъ до заключението, че *нервната система е много чувствителна къмъ хинина*. „Този фактъ показва чувствителността на нервната система къмъ въздействието на хинина“ — казва професорътъ.

Той предупреждава да се внимава при лѣкуването съ хининъ, като подчертава, че даването му при епилептици предизвиква епилептиченъ припадъкъ.

Горното на вниманието на тѣзи, които щадятъ своята нервна система.

Заслужава да споменемъ, че горното твърдение професорътъ прави при опита си да защити единъ новъ препаратъ (*ендоцеребринъ*) когото препоръчва да предшества хининолѣчението за да предотвратѣлъ вредното действие на хинина. Този фактъ е много интересенъ да се знае отъ всѣки буденъ членъ на обществото.

Carbunculus

Ch. Donald — Лондонъ намира, че при карбункулитѣ много често се инцидира. И най-злокачественитѣ карбункули *отлично* могатъ да се лѣкуватъ по консервативни методи. Консервативното лѣчение дава смъртностъ не по-голъма отъ колкото оперативното, но има *преимущество*, че не става нужда отъ наркоза и че козметическиятъ ефектъ е *по-добъръ*. Смъртни случаи се наблюдаватъ само когато се комбинира съ друго нѣкое тежко заболяване като диабетъ, уремии, левкемия.

Авт. лѣкува карбункулитѣ съ *горещи компреси, натопени въ хипертониченъ разтворъ отъ йотварска соль*.

Техника: приготвява се горещъ разтворъ отъ 28 гр. готв. соль на 560 гр. вода. Натопява се първо марля, добре се изтискава и се слага върху болното мѣсто. Следъ това се натопява тънъкъ платъ и се слага върху марлята, отгоре се поставя непромокаема материя и се превързва. Марлята се слага до кожата, защото тя най-добре изсмуква гноята и детритуса.

Компреситѣ се смѣняватъ презъ деня всѣки 4 часа. За нѣколко дена гноята се отдѣля и остава една рана съ здра:

ви грануляции. Следъ това превръзките се правятъ само съ суха марля.

Общо лѣкуване: болниятъ да лежи въ легло, да пие изобилно течности, да взема голѣми дози *Kaium citricum* per os до 3-5 гр. всѣки два часа споредъ степенята на токсемията. Противъ болките въ първитѣ нѣколко дена до пробиването на гнойта може да се дава салицилъ или пирамидонъ.

При карбункулъ на устнитѣ или носа лѣкуването се модифицира въ този смисълъ, че се слагатъ натопени въ гипертоничния солень разтворъ памуци. За устнитѣ по-добре е разтворътъ да бжде двойно по-слабъ.

Brit. med. Journ. 1935, № 3879

Б. Р. *Карбункелъ* е по тежка форма цирей. Нарича се още слѣпъ цирей. Характеризира се съ това, че дава силни общи явления и принуждава често болния да пази леглото като тежко болень.

Въ ежедневната практика, особено хирургътъ, е свикналъ да прави дълбоки инцизии (разрѣзи) като мисли че съ това подпомага изтичането на гнойта и ускорява оздравяването.

Споредъ природното лѣкуване тази хирургическа намѣса е не само безполезна, но и вредна. Защото разрѣза може да доведе до нахлуване на гнойта въ прерязанитѣ кръвоносни съдове, а съ това къмъ общо отравяне. Освенъ това отворената дълбока рана оздравява едва следъ дълго лѣкуване е и болезнено и скъпа. Оставенъ на природнитѣ сили, подпомогнати съ подходящи приложения на природното лѣкуване, карбункелътъ оздравява сигурно, бързо безполезна и ефтино. Ежедневната практика на лѣкаритѣ доказватъ това често.

Горното твърдение на Лондонския професоръ иде да потвърди правотата на нашето становище и да отрече стремежа на хирургията да реже. Препоръчениѣ отъ него вътрешни лѣкарства сж по скоро отъ любовъ къмъ рецептурата, отколкото нужда. Защото при чисто физикаленъ начинъ оздравяването е сигурно, стига общитѣ грижи да бждатъ правилни (легло, охлаждане диета и пр).

Преди нѣколко дни се запознахъ съ единъ младъ инженеръ отъ София, който лѣгува въ Варна. Поради слѣпъ цирей билъ опериранъ при което е лежалъ две седмици въ клиниката. Следъ това лѣкуването продължава амбулаторно и това ще трае, по мнението на хирурга, още нѣколко седмици. Личи си, че хирургическото лѣкуване не е най-правилния начинъ и той трѣбва, въ интересъ на народното здраве, да отстъпи на *консервативното*, за което се застъпва лондонскиятъ професоръ, който въ този случай застава на страната на природното лѣкуване.

Случай изъ нашата практика имаме достатъчно, за да не се съмняваме въ пълнотата на консервативното лѣкуване. Нека читателя си вземе добра бележка.

Вкоренени грѣшки въ лѣкарственото лѣкуване¹⁾

J. R. Spinner намира, че на редъ медикаменти се преписватъ качества, каквито тѣ нѣматъ. *Погрѣшна е напр. употребата на Alumin. acetic.* като дезинфициенсъ. Това е единъ слабо кисело реагиращъ 8⁰/₁₀ разтворъ отъ алуминиевъ ацетатъ, който следъ известно престояване образува утайка отъ алуминиевъ хидроксидъ, съ което загубва своята кисела реакция. Компреситъ съ Liquor Alumin. acetic. действуватъ силно алкалично, съ което тѣ вредятъ на кожата, която се мацерира и добива видъ на сварена. *Още по вредна е употребата на този разтворъ при гноящи рани и пр.,* дето поради мацерирането на тъканитѣ се създава една благоприятна алкалична срѣда за развитието на микробитѣ.

Сжщо и Aqua plumbi, разтворитѣ съ крезоловъ сапунъ (лизолъ и пр.) Spirit. saponatus *неправилно се употребяватъ и сж излишни.*

За охлаждащи компреси най-добре е да се употребява *оцетна или лимонена вода.*

Свършено погрѣшна е употребата и на Natr. bicarb. при хиперацититетъ. Чрезъ свързването на содата съ солната киселина на стомаха, се образува готварска солъ въ воденъ разтворъ и вжгледвуокисъ. Съ това се възбужда образуването на повече стомашна киселина съ което се получава единъ Circulus vitiosus, като става необходимо да се употребяватъ все по-голѣми количества сода. При хиперацититетъ е нужно да се употребява безсолна храна, а не да се вкарватъ вещества, които предизвикватъ образуването на солъ и на отдѣлянето на повече киселина. Образуването на голѣми количества вжгледвуокисъ при вкарването на много Natr. bicarb. може даже да станѣ *причина за перфорирането на една стомашна язва.*

Погрѣшна е употребата и на Ментола. Това е единъ химично и биологично слабо активенъ алкохолъ, който *нима никакво лѣчебно действие.* Употребата му при носнитѣ заболявания се основава повече на една *заблуда*, отколкото на нѣкакво реално повлияване на възпалителния процесъ. Дезинфекционното му действие е нищожно. Много по-ефикасенъ при случаитѣ, при които се употребява ментола, е тимолътъ.

Fortschr, d Med. 1935, № 9.

¹⁾ Долнитѣ данни сж извадки отъ научни нѣмски списания не отъ лагера на природното лѣкуване. Ние ги вземаме отъ българския лѣкарски органъ „Медицински вестникъ“.

Б. Р. Тази статия на професора идва да подкрепи отдавна изнасяното въ литературата и сказките ни становище, че повечето отъ лѣкарствата не притежаватъ приписванитѣ имъ лѣчебни действия и сж продуктъ на търговски подбуди. Много даже сж въ единъ или другъ смисълъ вредни за болния.

Посоченитѣ като несъстоятелни лѣкарства въ горната статия сж разтвори за компреси и промивки, сода за убиване киселинитѣ въ стомаха и едно за мазане носа при хреми. Доколко тѣхното употрѣбяване е праздна работа, читателтъ ще разбере отъ статията на професора. Ние ще споменемъ само, че вѣрата, напримѣръ въ ментола при хрема е толкова голѣма, че болнитѣ казватъ, какво, съ него щѣли да спратъ възпалението да не отивало въ дробовѣтъ и да не станѣло пневмония. Коя е тази издържана наука, която твърди това не знаемъ, но заблудата срѣдъ болнитѣ е фактъ. Колкото се отнася до содата при киселини и язва и тукъ болнитѣ я носятъ въ джеба си и безразборно гълтатъ безъ да подозиратъ, че съ това усилватъ образуването на киселинитѣ и рисковатъ да предизвикатъ едно пробиване на стомаха, а отъ това и перитонитъ.

Читателю прочети внимателно горната професорска констатация и си вземи добра бележка.

ВЪЗПИТАНИЕ

Ст. Лефтеровъ.

Учительтъ, като възпитателъ и общественъ деецъ

Ролята на учителя при формиране на детската личностъ е много голѣма. Отъ неговата естествена склонностъ къмъ творческа образъвателна работа въ училището, отъ любовта му къмъ децата, отъ педагогическия му тактъ и установенъ характеръ, зависи до голѣма степенъ активизирането на обучението въ училище и култивиране въ детскитѣ души добродѣтели къмъ трудъ и творчество.

Не напраздно се подчертава, че учительтъ е душата на училището. Но, чрезъ обучението и възпитанието, той твори душата на нацията. Като творецъ, той трѣбва да чувствава болките, надеждитѣ и идеалитѣ на народа си, да действа въ духтъ и културната си личностъ, като подпомага неговия възходъ.

Отъ неговата душевна топлина, поброта, значия и тактъ,

зависи формирането на учениковата личностъ, а отъ тукъ и на угрешнитѣ граждани. Като познава добре детскитѣ сили на всѣка възраст, трѣбва да имъ даде възможность да се саморазвиятъ.

Освенъ своята творческа работа въ училището, учителтъ трѣбва да е и общественъ деецъ. Неговото предназначение да формира детската личностъ, налага това.

Чрезъ личния си примѣръ и дѣла, трѣбва да стане образецъ на изпълненъ общественъ дългъ. Да подпомогне създаването на великанитѣ на народния духъ, на националния елитъ, които ще ръководятъ сждбата на нацията ни.

Като работи, живѣе и се жертвува за народа, учителтъ чертае пътя къмъ висинитѣ, къмъ материалната и духовна култура на нацията ни.

Б. Желевъ обл. ин-ръ
по физич. възпитание.

Хармонично тѣлесно и нравствено развитие

*„Насоката на възпитанието на младежта
ще опредѣли бждащето на нацията“.*

Единъ отъ поражающитѣ симптоми въ свѣта днесъ е, че постоянно се увеличава броя на различнитѣ организации за тѣлесно възпитание и че народитѣ почнаха да съзнаватъ голѣмото значение на физическата култура. У насъ се организира просвѣтното дѣло и се поставятъ основитѣ на едно солидно тѣлесно-нравствено възпитание.

Ако проследимъ историята отъ древността, ние ще се убедимъ, че човѣчеството само е налучквало пътя за своя подъемъ. Още 4000 години преди Христа (доколкото се простиратъ археологичнитѣ изследвания) намираме разни системи за тѣлесна култура въ Египетъ, Халдея, Китай, Индия, Персия и др. източни страни. Тукъ тѣлесното възпитание е получило широко приложение въ връзка съ природата на човѣка. Анатомия, физиологията, и хигиената на тѣлото сж били сжщо спазвани. Обаче, едва въ стара Гърция имаме сведения за „гимнастиката“. Самата дума *gimnos* (голъ, голо тѣло), показва, какъ тѣ сж играели на открито, спазвайки абсолютната голота на кожата. Мъдритѣ хигиенисти сж знаели грамадната полза отъ тѣлеснитѣ упражнения, при които кожата е въ непосредственъ контактъ съ въздуха (въздушно слънчевитѣ бани, чиято целебна сила почваме вече да ценимъ).

Прочутитѣ „гимназии“ въ древна Елада сж създали истински граждани, чрезъ „гимнастиката“ и образованието, получавани тамъ. Това сж образци, нагодени съ всичкитѣ изисквания и нужди за идеално здраве — душевно и тѣлесно.

Нашиятъ цивилизованъ вѣкъ, съ всичкитѣ си технически съвършенства, не е още наподобилъ тѣзи *gymnasyum*.

Не се осмѣлявамъ да опиша архитектурния строежъ на тѣзи сгради, но нека не забравяме, че покрай многото специално игрални салони, площадки, бани, басейни за плаване, масажни зали, се намирали грамадни салони — читални, въ които древнитѣ мъдрецъ сж беседвали или чели свои реферати, произведения и трактати по различнитѣ отрасли на науката, предимно поезия, музика и драма. Гигантитѣ на древността: Питагоръ, Платонъ, Софокълъ, Еврипидъ и др. сж вземали участие въ олимпийскитѣ игри и не веднажъ Питагоръ е излизалъ победителъ, съ лавровъ венецъ на главата.

Естетическото развитие на тѣлото у тѣхъ е било култъ. Гражданинъ, който не знае да плува, да се бори, да тича ловко — тѣ го смѣтали за невежа и се обръщали къмъ него съ думитѣ: — „Оставете го, той не знае, нито да чете, нито да играе“. Най-съвършения и полезенъ гражданинъ е билъ този, който е можелъ да напише съ една и сжща ржка произведение като „Ифигения“ и да си сложи венецъ на главата, като победителъ на Олимпийскитѣ игри.

Израза на римлянина Ювенанъ (*Mens sana in corpore sano*) „здравъ духъ въ здраво тѣло“, се е разбиралъ много по-добре отъ културния древно гръцки народъ, отколкото отъ римлянитѣ (въ които тѣлесната култура запада) и за това при възпитанието на младежта, тѣ се стремели да достигнатъ пълна хармония между тѣлесното и духовно развитие. Специално подготвени хора държали беседи отъ образователенъ и нравственъ характеръ. Тѣзи именно беседи сж били сжщественото знание за всестранното образование на младежта; за да се демонстрира и извика съревнование, не по-малко и за естетическа наслада, въ всѣки градъ, почти всѣки празникъ, се устройвали състезателни игри. Това е достигнало до тамъ, че олимпийскитѣ игри сж станали всенародни, нѣщо по-вече, тѣ сж ги смѣтали за свещени. — „Боговетѣ покровителствуватъ игритѣ“, казвали гръцитѣ. Презъ време на тѣхното траяне, войнитѣ се прекратявали. Гръци отъ тритѣ континента се стичали въ подножието на Олимпъ да видятъ победителитѣ. Какъвъ ентузиазъмъ!... Старецъ баща е издъхвалъ отъ радостъ въ прегръдкитѣ на овенчанъ съ лавровъ венецъ синъ!

Ратницитѣ, които издигнаха въ култъ тѣлесно-нравственото възпитание и създадоха трезви граждани, оставатъ като великани въ миналото. Ето нѣкой отъ тѣхъ: Ж. Ж. Русо (XVII в.) чрезъ творбата си „Емилъ“ (за възпитанието). Адолфъ Спиенсъ, основателъ на нѣмската училищна гимнастика Въ Франция системитѣ Аморо Лагранжъ, Демини, Деси.

(Следва).



Дим. Талевъ — Охридски

Театърътъ — висшъ културенъ институтъ

Почти въ всички културни страни, театърътъ се смѣта за единъ висшъ културенъ, възпитателно-образователенъ институтъ и за това общество и държава полагатъ неимоверни усилия за неговия възходъ.

Всѣки просвѣтенъ човѣкъ знае, че театърътъ е храмъ на висшето творчество, храмъ на всички изящни изкуства, храмъ на добродетелта и огледалото на живота, защото чрезъ него ние опознаваме собствената си душа и чрезъ театъра виждаме човѣшкиятъ упадъкъ или възходъ, а това ни приучва да избираме пжтищата си съ по-малко грѣшки. Ето защо, имайки предвидъ всичко това, че театърътъ е една първа необходимостъ за човѣка въ културния и общественъ животъ е добре оцененъ и поставенъ на подобаваща висота, както и всички негови служители.

А какво става въ насъ?

Днесъ за днесъ театъра не се цени като културно-наученъ институтъ отъ, когото да черпимъ знания и поука, а служи за зрелище, за разнообразие отъ всѣкидневния трудовъ день, всѣки посещава театъра съ цель да забрави макаръ и за мигъ тжгата на своята душа и подъ темпото на музиката посетителя се унася и наедно съ действующитѣ изживява онова що се изнася на сцената.

За голѣмо съжаление този порокъ въ течение на редъ години пречеше на нормалното развитие на театралното изкуство.

Най-същественитѣ причини за неговия упадъкъ се дължаха изключително на това, че неговитѣ ржководители, бѣха преди всичко търговци но не хора на чистото и идеалното изкуство.

Първо, че тѣ принадлежеха преди всичко на себе си — сиречь служеа на собственитѣ си интереси, а тия на изкуството бѣха потъпкани и второ. благодарение на тѣхната некултурност, неавторитетностъ, липса на художественъ усетъ

и организаторски талантъ, доведоха театъра до загиване, а актьорите до просешка тояга.

Отъ всѣкжде тръбеха апели за спасяването на театъра и като че ли тия апели бѣха гласъ въ пустиня. Но най-после всрѣдъ обществото настѣпи отрезвление и веднага се наложи реорганизация почти въ всички театри въ страната ни.

Ржководствата на театритѣ се повѣриха на хора съ доказана заслуга съ изключение на нѣкои въ полето на театралното изкуство и въобще на хора притежаващи всички добри качества и познания нужни за съвременния ржководител на тоя културенъ институтъ.

Наистина рано е да пророкуваме за доброто бъдеще на театъра а можемъ да кажемъ само това: Дългъ се налага на сегашнитѣ Директоръ режисьори на които имъ е повѣрена сждбата за преуспѣването на театралното дѣло въ насъ да положатъ максимумъ усилия за да оправдаятъ до вѣрието на ония, които сж ги поставили на това високо мѣсто, ако искатъ да бждатъ обичани и уважавани отъ държава и народъ.

Д. Бочаровъ — артистъ.

Две различни културни прояви въ полето на театралното дѣло у насъ.

Не бѣше много отдавна... Въ салона на *Дво Славянска Беседа* въ София даваше своитѣ представления театралната драматична труппа „Сълза и смѣхъ“.

Вдѣхновенитѣ талантиливи артисти, мъже и жени, угнетени отъ лошитѣ условия при които работѣха и малкитѣ заплати които получаваха, бѣха луди отъ радостъ, като виждаха какъ държавата строи великолепия храмъ на изкуството — сегашния народенъ театъръ. Бѣха дни на неописуема радостъ....

На 3-ти Януарий 1907 год. театъра богато обзаведенъ съ декорации и костюми — бѣше тържествено откритъ....

Държавата назначи артиститѣ отъ трупата „Сълза и смѣхъ“ като държавни чиновници по специаленъ щатъ съ голѣми заплати и прокара специаленъ законъ за да уреди пенсиятъ имъ.

Така направи Държавата въ 1907 год.. Тя не повика „артисти отъ странство“. Никой не посмя да каже, че „артиститѣ били омръзнали на публиката“. Тогава не се намѣри нито единъ чиновникъ, който да завиди на голѣмитѣ, изключителни заплати на артиститѣ. Всички артисти, които останаха живи, днесъ сж пенсионери и доста добре материално поставени хора. Държавата взе трупата „Сълза и смѣхъ“ въ

пълния ѝ съставъ и я показа предъ България и чужбина съ гордостъ.

Така се създадохъ знаменититѣ артисти на народния театъръ, нѣкои още живи, а повечето отдавна вече покойници...

Какво става днесъ въ Варна?

Въ „Зала съединение“ работиха едни „мжченици“ на сцената при най-невъзможни условия. Тѣзи хора съ героизма на идеалиста даваха редовно своитѣ представления, само и само да подържатъ *духа* въ публиката и интелигенцията, че при новата театрална сграда ще има трупа, която ще бжде гордостъ не само на града Варна, но и на България, защото артиститѣ съ своята художествена работа, съ своя *голямъ трудъ*, съ своето морално и *честно* носене въ обществото, ще заставятъ Държавата да ги легализиратъ като артисти на клона „Народенъ Театъръ“ — Варна. А какво стана?

Намѣриха се хора общественици, които повикаха артиститѣ отъ Държавния Народенъ Театъръ да откриятъ новото общинско театрално здание. Артиститѣ отъ Народния Театъръ влѣзоха и играха съ свои донесени отъ София костюми и декорации, а Варненскитѣ артисти обикаляха новия *храмъ* безъ да могатъ дори да влязатъ вжтре да гледатъ своитѣ колеги като играятъ. Не стига това, но като си отидоха, вземаха си всичкитѣ костюми и декорации, и ние влѣзохме на сцената при 4 голи стени, *безъ средства и безъ духъ*.

Днесъ театъра е пъленъ съ инвентаръ възлизащъ надъ милионъ!

Кой достави този инвентаръ?

— Артиститѣ.

Съ какви средства?

— Отъ собственото си възнаграждение, отъ заплатата си, *отъ залъка си*.

Не е ли срамъ за „Културна Варна“ да се намѣрятъ вишисти общественици да твърдятъ, — *че Вар. Общ. Театъръ е нѣмалъ успѣхъ, защото на сцената сж служили артисти не-школувани, случайно попаднали на сцената зора?*

Така постъпиха въ гр Варна съ артиститѣ отъ Вар. Общ. Театъръ! Никаква благодарностъ, никаква милостъ, а груба жестокостъ и необяснимо презрение все пакъ къмъ хората на изкуството!

Това сж дветѣ различни културни прояви въ полето на театралното дѣло у насъ — *въ София и Варна* — за назидание на бждащитѣ поколения, за назидание на бждащитѣ театрални труженици, които ще възпитаватъ Варненската публика съ „нови художествени постановки“, *трудъ* и все нови и нови *материални жертви* въ бждаще!

Блазъ на този, който не унива предъ печалната действителностъ!...



Софийския Народенъ Театъръ откри сезона си на 19 Септември съ „Иванко“ драма въ 5 действия отъ В. Друмевъ.

*

Варненския Народенъ Театъръ откри тържествено своя сезонъ на 21 IX съ българската битова драма „Първитъ“ отъ П. Ю. Тодоровъ. На премиерата присъствава цѣлото царско семейство.

Постановка на Директоръ-режисьора г. *Йорданъ Черкезовъ*. Декоритъ сж изработени отъ талантливия художникъ *Вл. Мисинъ* и неговия помощникъ *В. Диморски*.

Втората премиера на Варн Народ. Театъръ „Островтъ“ се изнесе съ успѣхъ.

*

Софийския Театъръ „Одеонъ“ откри сезона си на 19 IX съ „Подъ нашето небе“ битова идиллия въ 4 действия отъ Б. Цоневъ. Постановка на режисьора г. Тачо Таневъ.

*

Кооперативния Театъръ въ София играе съ небивалъ успѣхъ духовитата комична оперета „Меденъ месецъ“.

*

Бургаския Областенъ Народенъ Театъръ откри своя сезонъ съ пиесата „Иванко“. Освенъ това усилено се готвятъ следнитъ пиеси: „Шанхай“, „Татко гладенъ съмъ“ и детската пиеса „Сърдцето на майката“.

Б. Р. Пожелаваме имъ успѣхъ.

*

Всички художественни портрети на артиститъ отъ Варн. Народенъ Театъръ сж изработени отъ художника фотографъ *Жеко Русевъ* фото „Скала“ ул. Ц. Борисъ.

*

Излизе отъ печатъ първата брошура подъ следното название *Пълно ръководство* по препариране на всички видове животни: Птици, бозайници, влечуги, риби, насекоми и скелетиране. Съхраняване препарати и съставяне сбирки отъ тѣхъ. Интересуващитъ да се отнесатъ фото „Скала“ ул. Ц. Борисъ при Ж. Русевъ.

*

Нашиятъ съидейникъ, първиятъ вещь сътрудникъ въ

първата у насъ водолѣчебна баня г. Иванъ Петковъ се венча на 23 Септемврий въ недѣля. Нашитѣ най-добри пожела-ния на младата двойка, която неуморно ще работи за възхва-ла на природното лѣкуване.

*

Абонамента на списанието оставяме 60 лв. за онѣзи, които се отчетатъ до *първи Януарий* 1936 год. Съ това дава-ме още веднажъ възможностъ на всички, които искатъ да получаватъ списанието съ намаленъ абонаментъ. Отчетете се на време.

*

Свидетникъ, който не ни е далъ поне единъ новъ абона-татъ, не е изпълнилъ достойно дълга къмъ страдащитѣ ди-рящи спасение въ скута на майката — природа.

*

Важно за диящитѣ ни: *водолѣчебната си баня*, ново, модерно уредена, премѣстихме вече на бул. „*Мария Луиза*“ № 34 до военния клубъ Варна. Дирете ни на новия адресъ.

*

Премията тази година ще бѣде отдѣлна ценна книжка въ която ще се разгледатъ всички видове компреси, душеве промивания, клистири и прочие и тѣхното практическо прила-гане въ домашната практика. Голѣмата имъ лечебна стой-ностъ ги прави незамѣними за всѣки ценящъ здравето си и обичащъ живота въ *съгласие съ природата*.



Получиха се въ редакцията: сп. „*Нашето дете*“, София, го-дина VIII, кн. 6 органъ на Съюза за закрила на децата въ България съ богато съдържание:

Абонаментъ 50 лв. годишно. Адресъ: Редакция сп. „*Нашето дете*“, София, ул. Преславъ № 9, пощенска чекова смѣтка № 1017 телеф. 66 19.

Кн. 7 отъ „*Медико педагогическо списание*“ за здравно социални и възпитателни грижи за детето и юношата.

Редактори: *Д-ръ В. Шумановъ и Ангелъ Петровъ*, цена 80 лв. Бул. Драгоманъ 58 — София. Телефонъ 30-69.

А. С. ВИНИЦКИ

ул. Ст. Стамболовъ 19

само той ще задоволи най-изтънчения вкусъ на елe-
гантнитѣ дами и господа съ сухо химическо чистене,
парно боядисване на **НАЙ-МОДЕРНИ ЦВѢТОВЕ**
по дадена мостра. Пълна гаранция за идеална изработ-
ка на всѣкакъвъ видъ дрехи съ

НАМАЛЕНИ ЦЕНИ

А, КОИ?

Не бомбастичнитѣ фрази **ЧИСТЯТЪ**

Не грамаднитѣ реклами **БОЯДИСВАТЪ**

Не парадирванията **ГЛЯДЯТЪ** всѣка дреха

а скромнитѣ предложения на **АТЕЛИЕ**

„ПРОГРЕСЪ“ ул. „6 Септемврий“ № 4 телеф. 624

Магазинъ ПАЗАРЪ-СОФИЯ

Михаилъ Първиновъ (подъ Вонния клубъ)

ПРОДАВА ВСИЧКО НАЙ-ЕВТЕНО.

Като ви предлага най-разнообразна и финна галанте-
рия. Голѣмъ изборъ на: мъжки и дамски чорапи,
най-модни десени мъжки ризи вратовръзки,
трайни ватирани и егерови фланели и всичко
потрѣбно за сезона.

ПОСЕТЕТЕ ЗА ДА СЕ УВЕРИТЕ!

Бозаджийница и сладкарница „МЕДЕНА ПЧЕЛА“

**на ПЕТКО ЙОСИФОВЪ
ул. Русе № 7 срещу Варн. Нар. Театъръ**

Произвежда най-доброкачествена натурална и медена боза, която се приготвява отъ специалистъ майсторъ. При „МЕДЕНА ПЧЕЛА“ ще намърите също всъкакъвъ видъ халви — собствено производство

ПРИ ЦЕНИ КОНКУРЕНТНИ



както и пасти, шоколади, шоколадови бонбони, пръсни кифли, локуми и всъкакъвъ видъ сладкарски произведения.

**ПРИЕМАТЪ СЕ ПОРЪЧКИ за
торти, домашни баклави и др.**

Нашия девизъ е. Пийте екстра бозица що Ви поднася „МЕДЕНА ПЧЕЛИЦА“ за да Ви е мирна главица.