

Anul I.

Nru. 8.

# MINERVA.

Țiară

LITERARĂ BELETRISTICĂ și de DISTRAȚIUNE.

## Cuprinsul:

1. Ore superstiționale și prejudețele unui popor și respective a poporului român sunt de condamnat?
- 2. Destinul, novelă originală de *Paulina C. Z. Rovinară*; — 3. Despărțire, poezie de *George Simu*; — 4. Scrisori igienice: Despre alimenatare, de *Dr. Elefterescu*. — 5. Literatură populară: Doine din popor, culese din jurul Năsăudului de *Victor*; — 6. Din caracterele lui La Bruère, comunicate în românește de *I. Barițiu*; — 7. Diverse. — 8. Găcitură, de *X*; — 9. Posta redacției. — 10. Anunțuri.

PROPRIETARĂ, EDITORĂ și REDACTORĂ RESPONSABILĂ

**George Curteanu.**

**B I S T R I Ț Ă,**  
Tipografia Carolă Orendi.  
**1891.**

# TIPOGRAFIA CAROL ORENDI,

**Bistrița, piața mare Nr. 34,**

recomandă onoratului publică efectuarea tuturor

**LUCRĂRILORŪ**

# TIPOGRAFICE

dela bilete de vizită până la comanda cele mai mari.

Totodată primesce spre efectuare, cu prețuri foarte moderate, atari lucruri artistice, în totu felul de colori, cari până acuma s'au făcutu numai în atelierele cele mai mari din orașele principale.

---

NB. Comande mai mici se efectuează în timpu de  
24 de ore.

# MINERVA

Țiaru literarü beletristicü și de distrațiuine.

Apare în 1 (13) și 15 (27) a fie-cărei luni.

Prețulu de prenumerațiuine pentru Austro-Ungaria:  
Pre anulü întregü 4 fl., pre jumătate de anü 2 fl.,  
pre unü pătrarü de anü 1 fl.  
Pentru România și străinătate:  
Pre anulü întregü 10 fr., pre jumătate de anü 5 fr.

Proprietarü, editorü și redactorü responsabilü :  
**George Curteanu.**

Redacțiuinea și Administrațiuinea:  
Bistrița, Str. Iemnelorü Nro 28.

Serisorü nefrancate nu se primescü. Manuscripte  
nu se retrimitü.

Prețulu inserțiuinilorü: O seriä garmond pe o  
colónä 6 er. și 30 er. timbru pentru o publicare.  
Publicări mai dese după tarifü și învoielä.

Öre superstițiuinele și prejudețele unui poporü și respective a poporului românü  
suntü de condamnatü?

#### IV.

(Articulü finalü.)

Ca să vedemü, cum este Românulü de ino-  
centü în prejudețele sale, cum scie elü să-și es-  
prime ale sale superstițiuini prin versuri chiar ne-  
vinovate — cum suntü p. es. multele sale descânteece  
— vomü reproduce la acestü locü unü descântecü  
numitü: „Descântecü pentru înturnarea  
laptelui“ la vaca, dela care — cum țice Ro-  
mânulü — i s'a furatü laptele.

Eacă-lü:

„Te-ai luatü Florică \*)  
Dela casa nósträ,  
Dela ograda nósträ,  
Pe cale, pe cărare,  
Pe róa, pe rēcóre,  
Dupä Manä,  
Dupä hranä:  
Te-ai telnitü la mijlocü de cale  
De cărare,  
Cu 9 färmecătóre,  
Cu capurile góle,  
Cu foșmocolü aprinsü. — — —  
Córnele ț-au rätezatü  
Și cóa și o scurtatü  
Näravulü și l'o schimbatü  
Laptele și l'o luatü. — — —

\*) Numele vaciei.

Nime 'n lune n'o vedütü,  
Nime 'n lume n'o auđitü,  
Fără Maica Dommului  
Din pórtä Cerului,  
Și a cuvëntatü:  
Ce ragi Florico,  
Ce te dăulesci?...  
Cum n'oiu rage,  
Cum mi m'oiu dăuli,  
Că m'am luatü  
Dela casa nósträ,  
Dela ograda nósträ,  
Pe cale, pe cărare,  
Pe róa, pe rēcóre,  
Dupä Manä,  
Dupä hranä,  
M'am telnitü la mijlocü de cale  
— De cărare —  
Cu nóuș färmecătóre,  
Cu capurile góle,  
Cu foșmocolü aprinsü.  
Córnele mă-o rätezatü  
Și cóa mi o scurtatü,  
Näravu mi l'o schimbatü,  
Laptele mi l'o luatü,  
Nime 'n lume n'o vedütü,  
Nime 'n lume n'o auđitü.  
Oh Florico!

*Nu rage, nu te dăuli,  
 Că de cornulă dreptă luată-oiu  
 Pe scară de argintă suite-oiu  
 La fântână  
 Că smântână  
 Ducete-oiu; . . .  
 In glodă de-ai înglodată  
 Pe erbă de-ai picată,  
 De-i la oi mutate  
 De-i la vaci strămutată,  
 De-i rădăcitu în munți,  
 Ori înfundată în berbinți\*)  
 De-i luată de strigoiă de casă  
 De vâdăncă rămasă,  
 De fete frumoșe,  
 De la luată la cruci de drumură  
 La Propele și la poduri,  
 Din poiată,  
 Din pulpa ta Florică  
 Atunci  
 De-i mulsă în găstare :  
 Cercurile voră plesni,  
 Înăpoi laptele țu-veni.  
 De-i turnată în ulcele,  
 De-i pusă pe policele :  
 Ulcelele s'oră răsturnă,  
 Și 'napoi s'a înturnă  
 Mai iute, mai curundă,  
 Aduce-l'oră,  
 Pe gură băgați-l'oră,  
 Prin trupă purtați-l'oră,  
 La inimă aședăți-l'oră,  
 In pulpă slobofăți-l'oră,  
 In găstare durăți-l'oră,  
 Să nu fiă rămasă  
 Câtă ună firă de macă  
 In șapte despicate.  
 Că de-a rămăne,  
 Cu cușitulă s'oră spintecă,  
 Inima 'n ele a crepă,  
 In nouă vaduri s'oră aruncă!...  
 — Rage, rage, Florico,  
 Lapte'n cornă trage  
 Grosă ca aluatulă,  
 Galbenă ca untulă,  
 De pe ierbă, lapte dulce,  
 De pe buruiene, untulă și smântâna!“ — —*

Acestă descântecă se dăce și atunci, când vaca nu stă la mulsă. Descântătoreă pune în ună blidă sare și țărițe, apoi le descântă cu cușitulă crucișă și curmedišă. Apoi ia obiela din

eismă și înfășurându-o o aprinde; apoi cu ea aprinsă afumă vaca — firesce descântându, descânteculă de mai susă, mai întâiu la corno, apoi dela corno pe spinare, de aci pe sub pantece, de aci pe sub picioarele din dăretă, și venindă pe sub pantece cu riza aprinsă ajungă la picioarele dinainte și printre ele ese afară la corno, — de unde adecă a plecată cu afumatulă. Acăsta se face de trei ori — în modulă arătată. — Țărițele i se dau apoi vaci să le mance.

Pentru „Inturnarea laptelui“ se dăce descânteculă afumându numai împrejurulă urechei vaci. — — —

\* \* \*

Cine însă ar fi în stare, ca să înregistreze tôte descântecele, tôte basmele, tôte credințele, tôte farmecele, ce suntă la poporulă nostru română? Unulă, care nu ar cunósce vieța poporului română, — mă nu ar cunósce nici spiritulă prejudițiosă și superstițiosă ale altoră poporă, ușoră ar puté să dăcă, că ună atare poporă este prea apusă în cultură, bigotă și chiar necreștină. Inșă nu este așa. Românulă p. es. este ună poporă, care față de cele Sante, față de cultulă religiunei sale se pörtă cu cea mai mare pietate și frică; — ma vătămându-se în convinționile sale religióse — devine nedumerită. Avemă esemple destule în astă privință, nu avemă lipsă să le aducemă aci înaintă! Cu toți scimă fórte bine.

Românulă are datini, obiceiuri, credințe, dar aceste n'au a face nimică cu religiunea sa. Din cele mai depărtate timpuri este poporulă nostru religiosă și creștină, fără de a fi încetată să nu fiă și superstițiosă, deórece acăsta zace în natura poporăloră rustice. Apoi fiindă chiar ómeni cu carte de multe-ori superstițiosă, — ună poporă rustică, fără carte óre să nu fiă? In țerile catolice, cu ună cleră mai cultă, mai dotată ca ală nostru, pentru a se puté pune cu zelă spre luminarea credinciosiloră, veți află de asemenea destule poporă si ómeni superstițiosă și rustici.

Poporulă nostru, ca ună poporă cu ună trecută plină de ceta, ca ună poporă supusă vitregiei timpuriloră neîndurate, și-a susținută credința sa în tótă virtutea; de câte ori în casa țe-

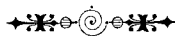
\*) Berbință—vasă delemnă, în care se pune brânza și laptele de oi.

ranului nu affi religiositate mai mare și mai viuă, ca în casa cărturarului dela orașe! — — —

Cu toate aceste poporul trebuie luminat despre valoarea prejudețelor, — fără însă de a-lu condamna, fără însă de a-lu dejosî, cum facu unii. A-lu dejosî, a-ți bate jocu de densusu, fiindcă e superstițiosu, atâta este, câtu a-lu înstreină dela ori-ce învățatură și îndreptare salutară. Să ne aducem aminte, că acestea le-a ereditu poporul dela strămoșii săi și omul așa e datu dela natură, că de totu ce ereșee dela alții să nu se potă deslipi așa iute. De câte-ori nu auđim noi din gura Românului: „Așa scim noi din be-trâni“, Așa ne-am pomenit!“ etc.

Scriind aceste amu vrutu să arătăm, că poporul român e unu popor plinu de imagina-țiune, fantasia și spiritu; amu vrutu să arătăm, că nu este a se condamna în o așa măsură ca și cum numai elu, singuru elu, ar fi pe lume așa de superstițiosu; și în urmă ca și cum elu din cauza acestora nu s'ar puté avêta la cultură, când scim, că Românul poté să-și însușească o cultură ca și a Germânului sau a Francesului; — și ca și cum elu fiindu prejudioșu și superstițiosu, nu ar fi creștinu deplinitu, — când cu toții cunoșcem religiozitatea și simțulu său atatu de viu pentru cele Sante.

s.



## Destinul.

Novelă.

(Urmare.)

„De ce dar cătră Zoe ai spus, că iubesc pe Lucia și că doresc, ca ea să devină soția ta?“

Elu îi zîmbi și dîse:

„Scit de ce?“

„Spune-mi!“

„Sciam, că Zoe ține multu la tine și cum înțelesesem ea era foarte revoltată contra mea, prin urmare nu mă îndoiam că-ți va mărturisî totul.“

„Și-apoi?“

„Voiam să mësor iubirea ta pentru mine“, dîse elu sêrutându-o.

„Ingratule!“ șopti ea lipindu-și cu încredere buzele de gura lui și câteva lacrimi de fericire, ce rourară în ochii ei, se rostogoliră pe fața lui Cordescu. Elu fiindu mișcatu o sêrută din nou cu focu, îi sêrută mânilé, pè-

rule, eu ardore, cu recunoștință, cu o dragoste plină de tandrêță sinceră, ce redeseptă în ea altă viață, altă putere, altă dorință, de cum avusese până aci . . . Ea se lăsă să cadă la picioarele lui pe unu micu trunchiu de lemn, ce se afla acolo; elu vedendu-o astfelu voi să o ridice în brațele sale complăcându-i mai multu a stă astfelu, la ce împotrivindu-se ea se lăsă și elu în genunchi lângă ea. Ea îi apucă o mână, o puse pe inimă și îi dîse:

„Cordescule, dacă inima ta este așa de mare, de nobilă; dacă simțemintulu tîu pentru mine este demnu și puternicu, nimicu în lume nu mă va puté împedecă a te iubi numai pe tine câtu va ține viața mea. Nu am iubită, nicu-odată nu am cunoscută aceste dulci acorduri, ce au vibrat pe cordele inimei mele la contactulu buzelor tale, alu îmbrățișărilor, alu respirărei, alu vocei, alu privirilor și la toate acele mișcări ale sufletulu tîu. Inzădar am luptatū contra lorū. Sufletele poetice, naturile pasionate, cugetările și aspirările nobile au trebuință de libertate și de simțemintu: aceste suntū totu orgoliulū, totu binele, totă viața lorū. Tu Cordescule, care deși ești așa de june, de sigură mă vei face să credū, că nu unu simțemintu de momentu, unu simțemintu înjositoru te face să mânjesei prin umilință și ingratițudine suavitatea inimei și pîtrunderea forței aceleia, ce agită inima mea.“

„Eliso, Eliso! sufletulu meu, cugetările tale nobile stimulează astfelu pornirile tale și eu te iubescū și te admirū.“

„Elu transportatū o rădică în brațele sale și după ce ședū iarăși pe banca de brasde, ea cădū din nou la genunchii lui, — pèrulū i-se desfăcū, lacrêmile o podidiră și-și plecă capulū pe sinulū lui.

Târđiu, când luna eșia dintre nori îi surprinse încă îmbrățișatî. Elisa era mișcată, foarte mișcată, avea încă fericirea în prezentu și în viitoru. . .

În natură era o linisce perfectă și Elisa abandonată cu totulū medita încă... Cordescu fă celū dintîiu, care o tređi și dîse:

„Să ne despărțimū Eliso.“

Ea tresări... Elu observă acêsta și mângăindu-o și punendu-i mantela pe umeri reluă:

„Aerulū e rece, mă temū să nu răcesci...“

Acêstă atențiune din parte-i îi făcū multu bine și ea îi mulțumi.

Luna se ascunsese după nisce nori, se făcuse întunerecă. Elisa îl recondușe până la porțiță. După ce străbătū cu privirea întunereculū și se asigură, că prezența lui nu fusese remarcată de nicu unu trecătoru, își mai adresară o vorbă de credință și de amorū și pe când încheidea pórta în arma lui, elu îi dîse:

„Eliso draga mea, păstrează secretul legăturii noastre, precum îl voi respecta și eu și adă-ți aminte, că ai o rivală“, apoi dispărură...

„O rivală!“ strigă Elisa sub impresiunea unei amintiri, ce o isbi deodată. „Așadar Lucia cu adevărat îl iubesc și ea...? Dumnezeule!“ țise ea lăcrămându „să iubesc din totă puterea inimii tale, să fi persecutat de sorțe și aci, unde poți afla puterea inimii tale, să fi persecutat de sorțe și aci, unde poți afla puterea credinței, a păcei a unui eroism?“

Apoi rămase gânditoare.

Peste câteva minute părăsi grădina. Privi îndelung prin întunecul urmărind focul dela țigara lui și umbra corpului lui Cordescu, ce se depărta liniscit. Când totul dispărură și se vădă singură — linisea începă a-i inspira un fel de temere și intră în camera sa. Aci, unde spera a fi mai împăcată cu sine, se găsi mai nesigură. Măsură imensitatea pornirii sale afectuoase pentru Cordescu și cu toate demonstrațiile lui ea începă din nou a se îndoi, a se da la totu feliul de cugetări... Iși reaminti totu trecutul. Se vădă ca copilă rătăcindu prin casele rudelor sale, unde îndurase asprimea, străinătatea, bruscheta. Iși reaminti de anii adolescenței sale, când fusese lipsită de farmecul și dulceața, de libertatea și preveniențele afectuoase, ce gustă o tineră fată la sinul mamei, în casa părintească, sub protecțiunea unor părinți iubitori. La 18 ani devenise femeia fără a fi fost copilă — se vădă măritată. Aci sperase cel puțin să se concentreze toate afecțiunile și dorințele ei. „A fost scrisă să fiă așa“, țicea ea și cu acesta se vedea mulțămită.

Mai târziu însă, când Cordescu se amestecă în viața ei, auspiciile, sub cari i se revelă amorul lor reciproc, erau din cele mai fericite, din cele mai puțin îndoelnice. Simțurile ei adormite începă a se redescoperă, a-i stimula inima și cugetările de a gustă farmecul misterios, dulce, inespriabil al amorului tineru, pasionatu, ardătoru. Acum, când căpătase destulă putere de a gustă farmecul misterios, dulce, inespriabil al amorului tineru, pasionatu ardătoru, acum, când căpătase destulă putere de a disprețui pe acela, ce înșelase buna ei credință, — acela, ce îi răpise fericirea, linisea: — acum simția și mai multă binefăcătoarele atracțiuni ale acestei afecțiuni înabușite.

Luna lui Septemvre, care urmă, trecu fără nici un eveniment deosebitu. În acestu timp Cordescu nici pe la Zoe nu se arăta. Elisa fu rechemată pentru ore-cari afaceri la moșia. Ea se găsia foarte intrigată, căci în acestu lungu intervalu nici o aducere aminte, nici o scrisore, nici o întâlnire nu mai putuse avé dela elu. „Ce să fiă cauza?“ repeta ea necontentită. Ore acea întâlnire nu va fi fostu o cauză, unu prileju de a insulta sentimentele mele? Oh! dar nu se pôte atâta falsitate, răutate și crușime într'o privire atâtu de onestă,

în demonstrațiile cele mai bine simțite și exprimate, ce mi le-a făcutu elu în cursu de atâta timp. Oh! dar dacă elu nu pôte avé marinimiă, statornicia, compasiune, cum le-așu puté eu forță toate aceste porniri sufletesci. Eu îl iubesc! și acestu cuvântu puternicu are unu efectu straniu în inima mea. Îl iubesc, fiindcă iubesc totă dreptatea și culpa, poesia și mărirea, în care a cădutu sufletul meu. — Nu voiescu a cerceta, dacă și elu mă iubesc atâtu. Ar fi atunci unu egoismu vanu și scârboșu. De ce dar îl dorescu atâta și gândul meu își îndreptă sborul numai la elu?“

Intr'o zi o trăsura se opri la scară și din ea sări Zoe urcându treptele cu repeziune. În capétulu de susu fu întâmpinată cu brațele deschise de cătră amica sa — apoi dispărură în camera Elisei.

„Ce mai faci tu?“ o întrebă Zoe pironindu-și privirea în ochi lăcrămândi și triști ai Elisei.

„Ce să fac! dacă nu ar fi ocupațiunile domestice, cari se mă absorbă dînicu, dacă exigențele și variațiunile, ce le dă viața la țera, nu m'ar distrage câteva cesuri din zi: ah! atunci inima, pe câtu imi este de plină de puterea impresiunilor ei secrete, m'ar perde pôte.“

„Mai scii ceva despre Cordescu?“ întrebă Zoe.

„Nimicu, credu, că m'a uitatu cu totul.“

„Dar tu?“

„Eu! ce-ți spuneam mai adincoară?“

„Scii, ce misiune am pe lângă tine?“

Elisa o privi surprinsă, dar o rață de fericire străbătându-i sufletul, rădică privirea și țise zimbîndu:

„Nu sciu.“

„Ghicesce...“

„Nu mă tortură; siguru, că acea, ce voiesci să-mi spui, are vre-o legătură cu Cordescu.“

„Tochmai.“

„Ce fericire!“

Zoe începă:

„Scii, că vara mea Irina în toți anii face invitațiuni la culesul viiloru, fiindu totdeauna dispusă pentru petreceri... Ei bine Doreanu a venită aseră pe la mine și-mi spunea despre proiectele lor. Fiindcă vedeam, că nu era nici decum dispusă a se deranja, să vină spre a te lua de aici, am esoperatu dela dînsul voia, să viu eu în locul lui și éta-mă aci. Peste două zile vomu plecă împreună. Cordescu va plecă din orașu în compania câtorva bărbați. Ei mergu directu la Stănceni pentru o vînatore și apoi de aci voru veni la via, unde pe noi Irina ne acéptă mai înainte. Ce țier? Nu am combinatu bine lucrurile?“

„De minune! dar nu-mi potu esplica, de unde cunoșce soțulu Irinei pe Cordescu.“

„Intre bărbați cunoscințele și legăturile se facu mai cu înlesnire. Ei suntu mai puțin exigenți ca noi.“

„Ei bine.“

„Ca să facă plăcere unchiului, Luncanu l-a vizitat luându cu sine și pe Cordescu. Unchiul a rămasu foarte încântatu de Cordescu, așa, că i-a reținutu două dîle la dînsulu, în care timpu fiindu și unulu și altulu iubitorî de vînatore, au făcutu acestu proiectu.“

„Îți mulțămescu Zoe“, dîse Elisa, care rămase pe gînduri, „dar nu sciu dacă trebuie să mergu... cunosei în fine pe Doreanu.“

„Trebuie Eliso, credu, că vei face acéstă mulțumire lui Cordescu.“

„Cordescu... dar ore ți-a vorbitu elu despre mine? Pai vedutu tu...?“

„Da; vedîndu preparativele, ce se facu pentru o partidă de plăcere, la care tu nu puteai luá parte, a venitú două dîle consecutivú, ca să vadă rezultatulú întrevorbirei mele cu Doreanu. Ađi diminéță i-am scrisu, împártășindu-i rezultatulú în urma căruia după dejunú a venitú, să-mi mulțămescă și să-mi vorbescă despre tine...“

„Zoe, amica mea,“ întrerupse Elisa mișcată, „ce fericire! ce speranță 'mi dai tu... de sigurú nu potú face altfelú, decâtú a te însoți. Am mare dorință, a ceti în ochiî lui emoțiunile, ce va resimți vedîndu-mé.“

(Va urmá.)

## Despărțire.

*Cristiana cu pîrú galbinú,  
Rădîmatá stá de-unú paltinú  
Capú plecatú pe brațulú stîngú;  
Perde-și sórele cîrarea,  
Căci cuprinsu-i de-admirarea  
Cristianeî dela „Crîngú“.*

*O! s'a dusú, dînsa suspinú,  
Pune-și mâna pe intimú.  
Peste sóre nori se strîngú...  
... S'a uscatú frunđosulú paltinú,  
Sórele prin nori e galbinú,  
Cristiana plînge 'n „Crîngú“.*

*Căci la marginú de vale  
Flăcáu naltú dá sîmnu de jale.  
Și se duce 'n lungá cale  
Și rămânú pe urma lui:  
Codru desú, poeni iubite,  
Inimí jalnice sdrobite  
De amarulú dorului. —*

George Simu.

## Scrisori igienice.

### Despre alimentare.

„Si quid novisti rectius istis, candidus  
„imperti; si non, his utere mecum.“

Horatius.

Omulu îndatá ce se nasce simte trebuință de a se hráni (nutri). Așa-dar omulú are două simțuri de conservare de a căutá mîncarea și beutura, și acestea suntú *fómea* și *setea*.

Pentru-ca corpulú nostru să potá viețui, avemú trebuință de nutrimentú.

Cînd corpulú primesce o cantitate de nutrimentú mai mare decâtú acea ce consumá, atunci elú este fórté bine nutritú și puterea lui cresce; iar în casulú contrarú elú (corpulú) slăbesce și scade.

Amú dîsu, că primesce mai multú decâtú consumá. Eatá ce consumá: la fiá-care mișcare séu lucrare corpulú este pusú în mișcare și se uséză, ceea-ce însemnézá, că elú pierde din părțile sale, și s'ar consuma complectú, dacă nu ar avé nutrementu îndestulitorú.

Sănătatea omului depinde dela modulú, cum se nutresce, dela calitatea și cantitatea alimentelorú.

Prin alimentare se înțelege ori-ce substanță, care introdusá în stomachú este capabilá a repará și a întreținé pierderile de puteri, ce încercá organismulú prin lueru.

Substanțele introduse în stomachulú nostru se împartú în două: în alimente trase din regnulú vegetalícú și alimente trase din regnulú animalícú.

Alimentarea din urmă este cea mai nutritóre și mai reparátóre a diferitelorú pierderi ale organismului; iar alimentarea dintéiu este mai puținú nutritóre.

Regularea de a se nutri într'unú modú ca să se conserve sănătatea se numesce „Dietetícá.“ \*)

Asupra alimentárei este de notatú, că gustulú jócă unú rolú mare în alegerea mîncárei. La acésta mai vine clima și câte-odatá chiar naționalitatea are unú rolú însemnatú în alegerea nutrimentelorú.

În privința mîncárei trebuie a observá urmátórele regule igienice:

1) Mîncárele trebuie să fiá de bună calitate și luate în cantități cumpétate, astlelú, ca mistuirea să se facá repede; căci este sciutú, că celú mai mare réu de a scurtá vieța este necumpétarea în mîncári și beaturi. Acésta face de se să slăbescu puterile stomachului pentru mistuire, de unde apoi se ivescu diferite bóle de stomachú.

\*) Esplicările cu litere grecesci suntemú siliți a le omite, de órece nu dispunemú de caractere grecesci.

2) A mânca în totdeauna încet, și nici-odată a nu mânca fără a avea poftă. Napoleon I. mânca în 15 minute, și când a murit, a murit de un cancer de stomach.

3) Să nu măneci nici-odată mâncări prea calde, căci sunt foarte vătămătoare și slăbesc organele mistuirei.

4) Intotdeauna trebuie a se regula timpul mesei, căci cu câtă ora mesei va fi mai regulată, cu atât stomachul lucrează mai bine și omul trăește mai mult. Eată cum se exprimă în această privință renumitul Victor Hugo:

„Lever à six, dîner à dix  
„Souper à six, coucher à dix  
„Fait vivre l'homme dix fois dix.“<sup>1)</sup>

5) A se lăsa între fiă-care mesă un timp de șese ore, căci stomachul fiind un organ, care funcționează, are trebuință de repaus.

6) După mesă se se facă preumblări ușore de 1/2 oră seu de o oră, pentru a activă mistuirea (*post mensam stabis, aut passus mille meabis.*)

Orî în ce casu imediat după mesă trebuie a se repausă cel puțin 1/2 oră. Școla din Salerne dice: „*Post prandium sta.*“

Hippocrată dice se se facă eserecțiuri de mișcare înainte de mesă și nici-odată după mesă. „*Labores cibis antecedant.*“ Eserecțiul înainte mesei este foarte folositor sănătăței.

7) In timpul mesei nu este bine a ceti seu a obosi creerul, căci ciasul mesei trebuie lăsat numai stomachului.

8) Săra nu trebuie a mânca multă carne, ci mai multă bucate ușore și cu 5—6 ore mai nainte de culcare.<sup>2)</sup>

Alegerea mâncărilor depinde dela etate. Așadar copii, cari sugă, trebuie a se nutri numai cu lapte dela mamă până voru ave dinți.<sup>3)</sup>

Inainte de etatea de 7 ani nu este permisă a da copiilor alcooluri (spirtuoase), cafea seu ceaiu (teiu), pentru-că li irită sistemul nervilor. Singură cacao în mică cantitate fiertă cu lapte este foarte nutritore.

Dacă copii capătă pe față bube seu coși, trebuie a li da mai multe legume și mai puțină carne. Asemenea trebuie a li opri vinul și a li da vinu amestecat cu apă multă. Dacă copii sunt slabi și paliți trebuie a li da mai multă carne.

Omeni in etate, cu câtă lucrează mai mult, trebuie să se nutrească mai bine; nutrementul lor trebuie să fiă mai substanțial, precum: carne, pâne, vin etc.

Când omul a ajuns etatea bătrâneței, atunci regula de a se hrăni trebuie dirigeată spre susținerea puterii și de acea trebuie să fiă tonică și întăritore. Bătrâni, cari în tinerețele lor au fost mănecioși și li s'au slăbit organele mistuirei, aceia trebuie să se abțină dela mâncările grele de mistuit, căci la din contră li cauzază bole grave de stomach și chiar morțe.

Cine voiesce a rămâne sănatosu trebuie să-și tocmească traiul în consonanță cu constituțiunea și cu munca sa.

Clima asemenea dictază omului modul cum trebuie să se nutrească. In climatele calde se mănăcă mai multe vegetale și foarte puțină carne; iar in climatele temperate și reci mănecarea carnei și beuturile calde sunt necesare.

(Va urma.)



## Literatură poporală.

### Doine din popor

Culese din jurul Năseudului de **Victoră.**

Frunză verde trei masline  
Mă ducă maică dela tine  
Inimiora îmi rămâne,  
Ce se facă s'o iau cu mine?  
Vai o legă ntr'o năframă  
Ș'o aruncă n josu pe apă:  
Maică, de s'a cufundă,  
Altu nu mă așeptă  
De s'a duce njosu pe apă,  
Vai! tu maică, mă așeptă,  
Că de-a fi vr'unu bine n țeră  
Voiu veni acasă ără,  
Și de-a fi vr'o răutate  
M'oiu lipi lâng'o cetate  
Ș'oiu serie la maica carte:  
Pe margini cu bărbănocu,  
Pe mijlocu pară de focu.  
Dacă n'am avut norocu.  
Dacă n'am avut tînelă,  
De-am eșitu din a mea țeră.



De-ar cântă cucu ca mine,  
N'ar ajunge până mâne.  
Cucu cântă în făgetu  
Nu-lă audă și nici nu-lă vedă,  
Cucu cântă n pâlmișu.  
Nu-lă audă, că nu-i p'aici.  
Cucu cântă la pământu  
Nu-lă audă eu de uritu,  
Cucu cântă n busioce  
De m'ași vedă-odată n jocu  
Să punu pēna de-a drēpta,  
Să punu struțu, pēna de tērgu.  
Să nu mă uită la uritu.

<sup>1)</sup> Scólăte la șese prândesce la dece, cinéză la șese, culcăte la dece, și vei trăi ani de dece ori dece.

<sup>2)</sup> Veđi despre „Veghiare și somnă“ în „Amicul Familiei“ Nr. 6, din 1890 (Gherla), „Fóia Diecesană“ Nr. 10, din 1890 (Caransebeșu) și „Școla Română“ Nr. 6, din 1891 (Năseudu).

<sup>3)</sup> Veđi despre „Alăptarea copiilor“ în „Amicul Familiei“ Nr. 1, din 1890 (Gherla) și „Gazeta Poporului“ Nr. 8 și 9, din 1891 (Timișóra).



## Din caracterele lui La Bruyère.

Comunicate în românește de I. Barițiu.

(Urmare.)

Ună omă onestă se răsplătesce pe sine însuși pentru aplicarea, ce o are la împlinirea datorinței sale, prin plăcerea ce o simte când o împlinesce și prin desinteresarea lui de laudele, stima și recunoștința, care îi lipsesc une-ori.

Modestia e pentru meritul cea ce sunt umbrele pentru figurele din un tablou: ele le dau putere și le pun în relief.

Unii oameni prea mulțămiiți cu ei înșiși de unele fapte sau lucrări de ale lor, cari nu li-au reușit tocmai rău și aflându din auzite, că modestia prinde bine la oamenii mari, voindu să fie modești, lucră tocmai contrar cu simplul și naturalul, ei sémēna cu acei oameni de talia mijlociă, cari se plăcă la toate porțile de frică să nu se lověscă

În amicii noștri se nu vedem, decât unica virtute, ce ne atașeză de ei, fără să esaminăm, dacă au o stare materială bună sau rea; și când cineva se simte capace a le urmă în nefericirile lor, trebuie cultivați cu îngrijire și cu încredere până la cel mai înalt grad al prosperărei lor.

Dacă de ordinaru ne simțim viu atinși de lucruri rari, pentru ce suntem atât de puțin față cu virtutea?

Dacă e unu lucru fericitoru a fi de neam bun, nu e mai puțin bine a fi așa, ca să nu aibă lipsă nime a se informă, dacă ești de neam bun.

Din timp în timp se nasc în lume oameni rari, aleși, cari strălucesc prin virtutea lor și a căroru calități eminente răspândesc o lumină prodigiōsă: asemenea aceloru corpuri ceresci extra-ordinare, a căroru causă nu e conoșcută și despre cari se scie mai puțin, că ce devin ele, după ce au dispărut, ele n'au nici străbuni și nici descendenți; ele compun singure întreaga lor rasă.

Spiritul cel bun ne descopere datorința noastră și ne angajeză să o împlinim dacă se recere — chiar și cu pericolu: elu inspiră curajulu, sau îl suplinesece.

(Vorū urma.)

## Diverse.

→\*←

**Sciri politice.** În 9 Nov. c. a primitu Maiestatea Sa delegațiunea ungară și pe urmă pe cea austriacă. Cătră ambele delegațiuni a accentuat, că situațiunea politică e pacnică, că monarhia noastră e în cele mai bune relațiuni cu toate puterile europene și că prin urmare temeri de răboiu nu sunt. Totu asemenea a accentuat și contele Kálnoky în delegațiunea ungară atingându în deosebi relațiunile intime dintre monarhia noastră și România.

Viitorele alegeri de deputați dietali formeză obiectulu, de care se ocupă adă cu viu interesu partida independentă și dela 48. Acastă partidă voindu a combate guvernulu actualu cu toate puterile, a luat hotărîrea, ca la nouăle alegeri, unde va cere trebuința să se alăture la partida „națională“ — a lui Apponyi — ér unde va fi lupta între ea și partida „națională“, atunci să susțină lupta cu bărbăția și în contra acesteia. Conducătorulu partidei rămâne și pentru viitoru Gabrielu Ugron.

Între actele congresului păcei ținutu pe capitolulu din Roma mai însemnată este propunerea d-lui deputat român *Fleva* referitōre la cestiunea naționalităților din statele poliglote. Propunerea acēsta s'a votat cu o mare mare majoritate în *rezoluțiunea* următoare: „Congresulu e de părere, că în statele compuse din diferite naționalități și pe câtă vreme aceste naționalități nu voru dispune într'altu chip de ele însăși, guvernele voru ajutá, pentru ca să se asigure pacea interioră, dacă — la esemplulu Elveției — ele voru respectá caracterulu etnograficu și desvoltarea acestor naționalități după legile libertăței și ale justiției.“ Se spune, că în contra acestei rezoluțiuni au fostu numai membri congresuali din Londra, Germania și Austro-Ungaria. Sprijinitorți propunerei au fostu membri congresuali din Italia, Elveția, Danimarca, Svedia, Alsația, Serbia și Franca.

**Schimbare de ministeriu în România.** Ministeriulu român s'a constituitu astfel: D-lu generalu *Florescu*, președintele consiliulu și ministru, fără portoliu; d-lu *Lascariu Catargiu*, ministru de interne; d-lu *Vernescu*, de finanțe; d-lu *Esarcu*, de esterne; d-lu *Blaremburg*, de justiția; d-lu *Vericeanu*, de domeniu; d-lu generalu *Lahovary*, de răboiu; d-lu Olănescu de lucrări publice și d-lu *Poni*, de culte.

**Fomete în Rusia.** În Rusia este fomete înfricoșată, așa că mulți se sinucidu de disperare. Toate măsurile luate în acēstă privință nu potu schimbá situația.

**Versatulū** graséză în mare măsură între locuitorți comunei muntōse Cușma, din vecinătatea Bistriței.

**Societatea academică română „Junimea“** din Cernăuți și-a făcutu raportulu anualu pe alu XIII-lea

ană de gestiune altă existenței sale. Din acestă raportă aflăm, că societatea în decursul anului expirată a fi-nută sub președința d-lui P. Ionescu stud. teol. o adunare generală, 10 ședințe plenare ordinari, 25 ședințe ale comitetului și mai multe ședințe literari și întruniri sociali. In cabinetul de lectură a avută 35 de reviste. Biblioteca societății constă din 2183 opuri în 1510 volume, 732 broșuri și 5 charte. Averea totală este 2232 fl. 96 cr. Membri societății sunt: 22 onorari; 11 fondatori; 1 sprijinator; 25 binefăcători; 53 emeritați și 63 ordinari.

**Literatură.** D-lă S. P. Simonă, cunoscută publicului cetitoră din scrierile sale literari avându la dispozițiune gata a se pune sub tiparū mai multe încercări și opuri atătū poetice, câtū și în prosă, s'a decisă a scote la lumină pe acele dintre ele, la cari va avé mai mulți abonenti, așa ca celū puținū spesele de tiparū sē se acoperă. Opurile, ce voiesce a le da suntū: 1) „**Vinderea lui Isusū**“, tragediă în 4 acte cu cântece corali la finea fiă-cărni actū. Anulă 1885—1886. Prețulū 45 cr. 2) „**Manliu Torcuatū**“, tragediă în 5 acte. An. 1886—7. Prețulū 40 cr. 3) „**Sărmana contesă**“, tragediă în 5 acte. 1890. Prețulū 40 cr. 4) „**Belizariu**“, tragediă în 4 acte, a. 1889. Prețulū 35 cr. 5) „**Georgiu Martinuzzi**“, tragediă în 5 acte, a. 1889—90. Prețulū 40 cr. 6) „**Aman sau Jom Purim**“, tragediă în 4 acte, an. 1887—88. Prețulū 35 cr. 7) „**Antigone de sofocle**“, tragediă în 5 acte cu unū Prologū și Exodū, an. 1890—91. Prețulū 35 cr. 8) „**Regele Edip**“, de Sofocle, tragediă în 5 acte. Prețulū 45 cr. 9) „**Ieftă**“, tragediă în 4 acte. an. 1888—1889. Prețulū 35 cr. Tote acestea suntū opuri poetice. Domni, cari vorū voi a posede unulū sau mai multe din aceste opuri, sē binevoiescă prin o cartă postală a se însinua ca abonentū la adresa numitului domnū (S. P. Simonă, Șomfalău, p. u. Besztercze, în Transilvania.) Atragemū atențiunea cărturarilorō noștri asupra acestorū aparițiuni literari.

D-lă A. Todoranū tipografū în Gherla a scosū de sub tiparū o colecțiune de poesii populare intitulată: **Cine nu scie strigă cetescă cartea asta** sau chiuituri, adunate de Ionū Popū Reteganulū. Colecțiunea e de 120 pagini 8<sup>o</sup> mică și cuprinde 611 chiuituri Prețulū 40 cr.

Totū în tipografia d-lui Todoranū a apărutū **Starostele** sau datini dela nunțile Românilorū ardeleni, adunate de Ionū Popū-Reteganulū. Se estinde pe 72 pagini 8<sup>o</sup> mică și costă 30 cr. Ambe aceste colecțiuni se potū procură dela d-lă A. Todoranū în Gherla. (Szamosujvár.)

**Mihailū Eminescu** este titula unui studiu criticū publicatū în partea științifică a diarului din Blașiu „Unirea“ și care acum a eșitū și în broșură. Auctorulū acestui studiu interesantū prin o bogățiă de cunoștințe, prin o imparțialitate esemplară și mai multū mănecându

din unū punctū de vedere — unieū salutarū — aprețieă poeziile lui Eminescu după meritulū lorū realū aședându în literatura noastră la loculū, ce li-se cuvine. D-lă autorū în scrierea acestei critice a avutū în vedere în deosebi tinerimea noastră, carea mare parte este inficiată de ideile greșite și de multe-ori inmorale, pe cari le-a sulevatū și le-a profesatū acestū poetū în lucrările sale. Pentru acestă întreprindere nobilă decī autorulū numitului studiu merită recunoștința noastră a tuturor, ér lucrarea d-sale ce este o adevărată comoră de învățatură edificătoare, nu putemū, decātu sē o recomandamū cu totă căldura publicului cetitorū și în specialū tinerimei, pentru a cărei bine este scrisă. Acestū studiu are 213 pag. 8<sup>o</sup>. Costă 45 cr. cu portulū postalū cu totū și se pôte procura dela administrațiunea „Unirei“ în Blașiu (Balázsfalva.)

**Hymen.** In 22 Novembre stilū nou a c. s'au cununatū d-lă *Larionū Cuesdianū*, teologū absolutū cu d-șoră *Iustina Dumbravă*, în biserica gr. cath. din Budaculū românū și d-lă *Gregoriu Pușcașiu*, not. cerc. cu d-șoră *Ana Tergovețū* în biserica gr. cath. din Șieu-Măgherușū.

*Felicitările noastre!*

## Logografū

de X.

Din silabele: *mar, io, na, e, vra, am, i, ren, e, co, bu, ga, do, li, bi, re, no, ta, siv, sor* — sē se formeze 7 cuvinte, a cărorū litere inițiale cetite de susū în josū sē dea numele unei foi românesce, ér cele finale de josū în susū numele unei țeite din anticitatea romană.

Cuvintele sē însemne:

1. *Numele unei regine frumoșe.*
2. *Nume de personă.*
3. *Rege din Babilonă.*
4. *Judecătorū evreu.*
5. *Riu în Germania.*
6. *Paseri.*
7. *Verbū auxiliarū.*

Timpū de deslegare până în 15 Ianuariu 1892.  
Intre gâcitorī se va sorți o carte.

## POSTA REDACȚIUNEI.

**Rectificare.** In N-rulū trecutū la loculū, unde amū înșiratū pe deslegătorū gâciturii de șaci din N-rulū primū s'a strecuratū o greșală, pe care o regretămū și anume: în locū de dōmna *Veturia Lișcanū* sē se cetescă *d-șoră Veturia Lișcanū*.

D-lui *L. P.* Lucrări reușite — fiă ele și de acele, de cari ne scrieți — publicămū.

D-lui *M. P.* în *O.* Ni vorū fi binevenite.

D-lui *I. M.* în *B.* Aveți dreptate. Mulțumită

*Nușifalău.* Prețulū se pôte vedé în fruntea foiei.