

asupr'a trupului si asupr'a sufletului. Si asiá crescerea se imparte: 1. In crescere trupésca, si 2. in crescere sufletésca.

## PARTEA I.

### Crescerea trupésca.

1 Intr. De mare insemnetate este crescerea cea trupésca a omului?

Res p. Crescerea cea trupésca a omului este de fórte mare insemnetate, pentru-cà trupulu omenescu este unu capu-de-opera alu maneloru lui Domnedieu, instrumentulu sufletului, base-ric'a Spiretului Santu si odinióra va fi sí partasiulu viétiei vecinice. — Scopulu crescerii trupesci este: prin aperature, prin grigire si prin deprindere a desvoltá poterile trupesci ale pruncului intr'asiá mesura, cá trupulu, cá si instrumentulu sufletului, se fia in stare a-lu ajutá pre acestu-a intru ajungerea destinatiunii sale atátu pamentesci càtu sí ceresci. Amesuratu acestoru-a trebue se staruimu intr'acolo, cá prunculu se devina omu cu trupu intregu, sanitosu, tare, robustu si istetiu. — Asupr'a poteriloru trupesci cea d'anteia influentia o esercitéza conceperea si portarea mameloru pre tempulu stàrii de binecuventare a loru. Pruncu sanitosu si de viétia nu se póte acceptá decàtu numai dela parinti sanitosi si trézi; si deosebitu atérna multu dela portarea mameloru ce se afla in stare grea. Si anume, se recere, cá mam'a aflandu-se in stare grea se fia de continuu vesela, sentiendu-se pre

sine de fericita cã pôte fî mama; se traiésca cu mancãri usióre si cu cumpetu, se pörte vestimente comode, se traga aeru curatu si sanitosu, se eviteze (incungiure) alergãrile ustenitióse si tóta imbuldiél'a; dar sè se ferésca sí de viéti'a cea lenevitiósa si sedentaria, si in casu de ceva alteratiune se recurga la ajutoriulu celoru esperti.

Crescerea in trei directiuni trebue sè-si eserciteze influinti'a asupr'a poteriloru trupesci: 1.) aperatoriu, 2.) grigitoriu, si 3.) deprindietoriu.

## CAPU I.

### Despre aperare séu scutire.

1. In tr. Ce este de a-se intielege sub aperare ori scutire d'in punctulu de vedere alu crescerii trupesci?

Resp. Sub aperare ori scutire, d'in punctulu de vedere alu crescerii trupesci este de a-se intielege departarea a totu ce ar poté se aiba influintia daunósa asupr'a desvoltãrii poteriloru trupesci ale pruncului. — Aperarea ori scutirea trebue se incépa delocu dupa concepere, si numai atunci se incete, cându prunculu este dejã destulu de prudentu si tare, pentru cá se scía tiené departe dela sine totu ce ar poté se aiba influintia daunósa asupr'a desvoltãrii poteriloru sale trupesci. — Scopulu scutirii ori alu aperãrii este sustienerea intregitãtii si a sanitãtii trupesci. 1.) Intregitatea trupésca consiste intru plenitudinea pãrtiloru si intru proportiunea membraloru trupesci. Si asiá trupulu se pôte díce



intregu, déca nu-i lipsesce neci unu membru si neci unu organu, si déca tóte membrale i sunt perfecte si proportionate, éra organele i sunt apte pentru functiuni regularie. Aperarea ori scutirea are mare influintia asupr'a intregitáti trupescei, pentru-cà de sí intregitatea originaria aterna dela nascere : totusi, negligerea scutirii póte fí periculósa inca sí pentru prunculu celu mai intregu, precàndu pre langa un'a scutire intielépta se potu stêmpará unele defecte trupescei, séu celu pucinu se potu ferí de mai mare stricatiune. — 2.) Sanitatea trupésca consiste (\*) intru curgerea regularia a schimbaririi materiei. Indata-ce schimbarirea materiei devine neregulata, ori se chiar impedece, urméza morburile. Crescerea d'in privinti'a sustienerii sanitàti trupescei are chiamarea de a indepartá totu ce ar poté se impedece lucrarea organeloru si cursulu regulatu alu schimbaririi materiei ; ér' d'in contr'a a face totu ce ar poté se ajutoreze luerarea organeloru si cursulu regulatu alu schimbaririi materiei.

Asupr'a intregitáti si a sanitàti trupescei au influintia speciala : 1.) aerulu ; 2.) imbracamentulu ; 3.) curatieni'a ; 4.) nutrementulu ; 5.) loculu detienerii ; 6.) lumin'a ; 7.) misicarea ; 8.) repausulu ; si 9.) umorulu, ori dispusetiunea spiretului.

2. In tr. Ce este de sciutu despre aeru d'in punctu de vedere pedagogicu?

---

(\*) Vedi Tr. I. P. I. C. I. 1. In tr. pag. 18.

Resp. Despre aeru d'in punctu de vedere pedagogicu este de sciutu, cumca aerulu dupa nascere este primulu postulat de viétia alu pruncului. Dar aerulu se fia curatu, próspetu si stemperatu, pentru-cà altcum va preiudecá sanitátii. Prin urmare se-lu ferimu pre pruncu mai virtosu de aerulu celu necuratu, coruptu, umedu, si de celu prea caldu ori prea rece. Celu mai periculosu este aerulu, carele d'intr'odata este sí umedu sí caldu. Éra celu mai sanitosu este acelu aeru, carele pr'in liberu se desvólta in tempu seninu d'in arbori si d'in ierburi.

3. In tr. Ce este de sciutu despre imbracamentu d'in punctu de vedere pedagogicu?

Resp. Despre imbracamentu d'in punctu de vedere pedagogicu este de sciutu cumca imbracamentulu este necesariu nu numai d'in punctu de vedere moralu, ci sí d'in punctu de vedere sanitariu. Inse imbracamentulu se fia usioru, comodu, si amesuratu tempului. Sunt rele tóte vestmintele acele, cari impedece creșterea drépta sí regulata, misicarea libera si evaporarea. Pruncii sunt a-se dedá de tempuriu cá capulu si grumazii sè sí-i tiena rece, éra peciórele caldu. Prin urmare pruncii cei sanitosi n'au lipsa de caciula calda si de naframa de grumazu; dar in tempu umedu si rece sè-i ferimu de calciuni sdrantiuróse.

4. In tr. Ce este de sciutu despre curatienia d'in punctu de vedere pedagogicu?

Resp. Despre curatienia d'in punctu de vedere pedagogicu este de sciutu, cumca curatie-



ni'a este de mare insemnatate atátu d'in punctu de vedere moralu, càtu sî d'in punctu de vedere sanitariu, pentru-cà prin curatienia se potu vení multe rele. Trebuie sè fimu cu grigia, cá se fie curate mai virtosu pielea, capulu, ochii, urechile, gur'a si dentii, si pre langa acést'a se staruimu, cá prunculu sè se dedée la curatienia inca d'in cele mai crude teneretie. In crescerea domestica si scolastica se fimu preste totu cu grigia la ace'a, cá prunculu se invetie curatienia si delà giurulu seu; in cas'a de locuintia si in scóla se nu véda decátu numai totu curatienia; demanét'i'a celu d'anteiu lucru se-i fia a-se spalá si a-se pieptená; vestmentele si instrumentele sale scolastice se sî-le tiena curate; càndu scríe se aiba grigia de ace'a, cá se nu se maculeze neci pre sine, neci ocupatiunea, si sè se ferésca de mánjirea mobilialoru, paretiloru si a usieloru cu scarabiture (sgârieture). Scaldarea este mare amicu alu curatieniei; prin urmare, pana-cé prunculu este mai micu, se-lu scaldàmu adese-ori, éra mai târdîu i-se póte permite cá in locu siguru sè se scalde sî sub ceriu liberu. Inse trebuie reflectatu, cá sè-si aléga bine loculu, si se grigésca de moralitate si de sanatate.

5. Intr. Ce este de sciutu despre nutre-mentu d'in punctu de vedere pedagogicu?

Resp. Despre nutre-mentu d'in punctu de vedere pedagogicu este de sciutu, cumca nutre-mentulu are influentia esentiala asupr'a schimbaririi materiei si asiá sî asupr'a desvoltàrii poteriloru trupesci. Pentru prunculu celu sugetoriu

celu mai bunu nutrementu este laptele mamei sale. Déca inse prunculu este necesiatu a-se lipsi de laptele mamei sale, acelu-a se i-se aplice celu pucinu un'a nutrice (doica) laptatória, carea trebuie se fia blânda, sanítósa, curata, ilara, dar mai virtosu morala. Pentru nutrirea sugetoriului celu mai bunu suplementu este laptele de vaca. Mancàrile sî in anii urmatori se fie simple si usióre de mistuitu. Prin urmare, pruncii voru fî de a-se ferí de pane necópta, de póme nemature, de mancàri nefierte si prea unsuróse, de multe dulcetiuri si confecture aromatice. Cá nutrementulu se corespunda scopului seu, se staruimu, cá prunculu se nu aléga între mancàrile cele simple si sanítóse, sè se dedée la cumpetu, si in mancare si beutura sè se tiena de ceva ordine anumita, sè se ferésca de mancàri si beuture stricatióse, si nutrementulu se-lu privésca cá si donulu lui Domnedieu.

6. In tr. Ce este de sciutu despre loculu detienerii d'in punctu de vedere pedagogicu?

Res p. Despre loculu detienerii d'in punctu de vedere pedagogicu este de sciutu, cumca chili'a pruncutiului trebuie se fia destulu de spaciósa (larga), vederósa si curatíta de aburi si de aeru corruptu. Inse nu este bine a-lu tiené prepruncu totu in chilia, ci trebuie dedatu sî la aeru liberu inca de tempuriu. Cându pruncutii incepu a amblá si a alergá, sè se grigésca atátu in chilia càtu sî pr'in liberu, cá se nu li se intemple ceva de rèu. Prin urmare va fî de a-se indepartá d'in giurulu loru totu, in ce aru poté sè se impedece



ori sè se vateme. Usioru potu fí periculóse pentru pruncuti fontânele deschise, siantiurile, grópele, celariile, ferestriile, treptele si alte asemenea. Va fí bine déca pruncii sí între jocu se voru tiené totu inaintea ochiloru; se nu li se permita dara a-se ascunde, ori a-se retrage d'inaintea ochiloru. — Scól'a, cá unu locu de detienere mai insemnatu alu prunciloru, se fia totu-de-un'a curata si bine sventata.

7. In tr. Ce este de sciutu despre lumina d'in punctu de vedere pedagogicu?

Res p. Despre lumina d'in punctu de vedere pedagogicu este de sciutu, cumca lumin'a are fórte mare influintia atátu asupr'a ochiloru, càtu sí asupr'a desvoltàrii vietiei spirituali. Intunereculu strica ochiloru si causéza melancohá. D'in care cauza despre un'a parte este de a-se grigí, cá chili'a de locuintia a pruncutiului si scól'a se fie destulu de vederósa; dar despre alt'a parte prunculu va fí de a-se ferí sí de lumin'a prea mare, de carea i schinteie ochii.

8. In tr. Ce este de sciutu despre misicare d'in punctu de vedere pedagogicu?

Res p. Despre misicare d'in punctu de vedere gedagogicu este de sciutu, cumca misicarea fiindu un'a d'entre cele mai vitali trebuintie naturali: acést'a este necesariu a-o promová dejá in cea mai frageda etate. Inca sí sugetoriulu trebue desfasiuratu càte un'a-data d'entre infasiuraturele perinei sale, cá sè si póta misicá manele si peciórele. Pruncutiulu de 8—10 lune dejá se póte pune sí diosu, cá sè se têraésca ici-cole pre

pamentu. Indata-ce prunculu scíe amblá : este dauna a-lu totu portá in bracia ; ci mai bine sè se lase, cá sè totu amble si sè alerge pana sè va ustení. Pentru pruncii mai marisiori servescu de cea mai buna comotiune jocurile cunoscuta de mincia (pila) si de militaritu s. c. l. — Inca sî in scóla este bine a dá ocasiune prunciloru cá se faca nesce misicári ; ce'a-ce póte se aiba locu mai virtosu cându se schimbarescu órele de prelectiune. Sè grigimu inse, cá pruncii între misicare sè-si tiena capulu si pieptulu dreptu. In urma, prunciloru se nu li sè permita cá nemedilocitu inainte si dupa refectiune sè faca ceva comotiune mai mare.

9. In tr. Ce este de sciutu despre repausu d'in punctu de vedere pedagogicu ?

Res p. Despre repausu d'in punctu de vedere pedagogicu este de sciutu, cumca dupa ori ce ocupatiune spirituala ori trupésca trebuie se urmeze repausulu, si inca cu atátu mai desu si durabilu, cu câtu sunt pruncii mai mici. Pentru pruncuti celu mai bunu repausu este dormirea ; chiar pentru ace'a pruncutíloru pana la anulu 4—5 alu etátii se li se concéda atát'a tempu de dormire, câtu va poftí firea loru. A-jungendu la etatea acést'a de comunu sî de sine se desvétia de dormirea cea preste diua. Pentru adolescentu (elevu) cea mai sanitósa este dormirea de 10 óre, pentru june de 8 óre, pentru adultu de 7 óre. Patulu se nu stée in ductu de aeru, neci langa feréstrea, si se nu fia neci micu neci caldu. Corpulu sè se culce dreptu. Pruncii



mai marisiori se nu se culce intr'unu patu. Éra culcarea pruncutiloru intr'unu patu cu ómeni be-trani si cu persóne bolnave, neci-de-cátu nu se póte aprobá.

10. Intr. Ce este de sciutu despre dispu-setiunea spiritului (despre umoru) d'in punctu de vedere pedagogicu ?

Res p. Despre dispu-setiunea spiretului d'in punctu de vedere pedagogicu este de sciutu, cumca ace'a are un'a influintia insemnata asupr'a sanitáti trupesci. Asiá, pacea interna are influin-tia salutaria, éra veheminti'a afecteloru si pati-mele au influintia daunósa asupr'a sanitáti tru-pesci. Prin urmare infrenarea afecteloru si a pá-timeloru este necesaria nu numai d'in privinti'a cre-scerii sufletesci, ci sí d'in privinti'a cre-scerii trupesci. Chiar pentru ace'a, cre-scerea tre-bue se staruéscá intr'acolo, cá nu numai sè nu iriteze umorulu pruncutiului, ci inea se sterpésca d'intr'-insulu sí aplecarea spre iritatiune. Inse in pri-vinti'a acést'a in nesce familie se urméza multe pareri sinistre; intr'un'a se lasa a-se desvoltá germele egoismului, alu pismeii, alu maniei, alu resbunárii, s. c. l.; intr' alt'a se fomentéza fric'a si spaim'a intre pruncuti. Cá inse cre-scatoriulu se póta pestrá pacea interna a pruncutiloru, mai 'nainte de tóte tre-bue sè se scía domní elu pre sine insusi, pentru-cá numai asiá va fí in stare sè arate prunciloru cu esem-ple, cum tre-bue sè se domnésca sí ei pre sine. Prunculu celu iritiosu si patimasiu mai usioru se póte infrená prin tractare lina, seriósa si con-

secuenta ; carele pre langa acést'a va fí de a-se aduce la cunoscinti'a de sine, a-se sterní intr'-insulu fric'a lui Domnedieu, si a-se indatiná asiá, cá in urma sè se scía domní pre sine.

11. *Intr.* Cari organe receru un'a atentiune speciala d'in privinti'a aperàrii ?

*Resp.* D'in privinti'a aperàrii receru un'a atentiune speciala : cosiulu pieptului, plamànele, dentii, stomaculu, pielea, ochii si urechile. Sunt de a-se ferí mai virtosu : 1.) cosiulu pieptului, de instrimbare, angustare, loviture si vatemature ; — 2.) plamanele de schimbarea repentina a temperaturii (d'in caldu in rece, si d'in rece in caldu) ; 3.) dentii de necuratenia, de schimbarea repentina a temperaturii si de vatematurele cari le-ar poté causá d. e. scociorirea cu metalu, sfermarea nuceloru si a aluneloru s. c. l. ; — 4.) stomaculu de recire si de ingreunare ; — 5.) pielea de necuratenia si de recéla ; — 6.) ochii, de splendórea cea orbitória a sórelui, de lumin'a prea mare, de defectulu luminei recerute, de schimbarea repentina a luminei si a intunerecului, de lucrurile de mâna prea fine, de cetirea litereloru prea mice, de marginirea cercului de vedere, de intaritare si de necuratenia ; — 7.) urechile de toiu mare, de loviture si de necuratenia.

12. *Intr.* Cine sunt mai virtosu chiamati a esercitá asupr'a pruncului influintia aperatória ?

*Resp.* A esercitá asupr'a pruncului influintia aperatória, sunt chiamati in prim'a linia parinti ; dar datorinti'a acést'a a parintiloru in