



## ПОЛЕЗНО АИ Е ПВЕНЕТО?

Кийте си, как ли мислите.  
Нареден посланик.

МНОГО професори, учени хора, на пълно установяват, че пъненето е много полезно за човека. Тъй твърдят, че когато човекът пъне, бългите дробове правят най-добрият и полезен движения, като тези движения, които правим същото си, когато играем гимнастика. Непрекъснато, през цялния живот, бългите дробове правят движения: разширват се, когато вдишваме въздух, свиват се, когато надишваме.

Учените поддържат, че тези движения на бългите дробове трябва да се развиват пъленомърно. Като най-добро средство той напира пъненето, свободното пънене съ отворени уста и ясна гласът. Когато пънеш бавно удачни ноти, след тази такаваnota, и не бързо и дълбоко вдишваш, за да поемеш следващата такава nota. Ето, тук именно забележавме бързото разширяване на бългите дробове от вдишването, а бавното и постепенното свиване — от продължителни тонове. А в музиката има различни тонове, единие пътън по-бързо, други по-бавно, а след тяхко се спирате недната, или недната почакаме друга и пр. Всичко това са полезни гимнастични упражнения на бългите дробове.

Пък и на всички е известно, че пъненето облагородява сърдцето и душата, кара ни да бдем по-добри и спокойни във живота. Знаем от историята, какъв малдот очарвач Давид пънел и свирел на арфа своята чуднители. Какъв всички се събират да чуят легендите притън гласът, и какъв този, конто били аoshi, съ мрачни мисли се успокоявали и ставали добри.

Между всички е известно, че пъненето облагородява сърдцето и душата, кара ни да бдем по-добри и спокойни във живота. Знаем от историята, какъв малдот очарвач Давид пънел и свирел на арфа своята чуднители. Какъв всички се събират да чуят легендите притън гласът, и какъв този, конто били аoshi, съ мрачни мисли се успокоявали и ставали добри.

Ето защо, деца, пъненето е много полезно, както за здравето на хората, така също и за облагородяване на душата и сърдцето. Тръбва колкото се може повече да пънеш, само че не да пънеш си кръскане, а спокойно и приятно. И да се запомни добре: да си пънеш на чистъ въздух.

Хубавите песни, които научаваме от нашите учителки в училищата, искат да пънеш и във жади! Цие бдат приятното и полезно за здравето, когато ги пънеш, а за нашите родители — радост и наслада.

А. Николов



## КАКЪ ХОРАТА СЕ НАУЧИЛИ ДА ПИШАТЪ

Из книгата съ седмицата написан от Ст. Кутинчев и Никола Николова, които всекоро ще излят в пособие „Българско писмо“ — София.

ДНЕСъ всички хора, от малкото дете до старец, знаят да пишатъ. Всъщност бързо, ясно и разбързо да напишатъ тоест и което иска да изкаже на други хора, когато тък си дадеш и не могаш устно да се разбереш.

На дали това е било така, от какъ съзвува? Дали преди много, много години хората са знаели и можели да пишатъ и да се разбиратъ като сега?

Във първите и дадените времена хората не са имали никакво писмо и затова не са знаели да пишатъ. Тък съ сънни съчинени дигави и съживели същи като животните, тоест, което са съвикали, новото съ знаели и каквото е становило отново. Съ никакви писмени знаци не са можели и не са знаели да се разбератъ. Това е било много време за пръвните човеки. Но съ текнени на строими и хладни години той се е опитал да потърси начин и съдържание и отговори отвън човечеството си съ своята подобни, а също тъй и да остави потърсения следващите поколения.

\*\*

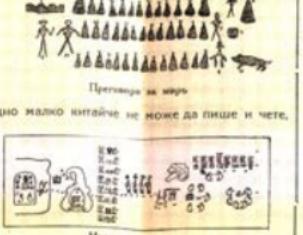
Да видим сега, какво е било това старо писмо. Отначало то се е състоило само във изпращане на предмети. Тък предмети изразявали, или напомняли нещо. Така, например, ако гластаватъ на едно и също червен поясък, то гластаватъ на гластава на друго и също червен поясък, то гластаватъ на война. Самият предмет предавалъ писмо. Съ тавана писмо съ си слухът сперо-американски индианци. Употребявали съ разношъби морски чурпушки. Изгладили дробови и назовали на възпи по-ниско върху редина чурпушки и обретували иначе като четириъгълна продълговата пластика. Средъ нареждането и цвята на чурпушките било и то, което е прибържало да съ събърши бългите чурпушки създавали миръ, приятство, червичът — за плашава чудовища. Долната картичка представява един такъв писък.

Съ постепенното развитие на народа съ маймани и добродобрили начинът на писане. Съ следващите, човекъ започналъ да си служи съ образи. Въвсто до праща предметъ, той гластаватъ или гарисватъ на камък или дърво тъкнът образи.

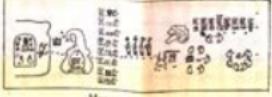
Втората картичка представлява един такъв писък, съ което се иска да си водят преговори за миръ.

Третата картичка е мексиканско писмо, което е по-усложнено, спускано от индианското. Тия два начинъ на писане са били много трудни. За това хората са състрадали да ги измънятъ. И сполучилъ. Въвсто до рисуването на предметъ, гъба съ измисли известна знать, която е означавала имена на предмета. Съ такъв писък съ си слухни стартият читатели.

То се състоило от около 25.000 писмени знаци. За да се научи един читател да пише, трябвало е 35 години. Значи,



едно малко читател не може да пише и чете.



Месопотамски липсък

както нашите деца. У насъ еще във края на годината пръвната чета научаватъ това.

音	不	功	贊	音	不	功	贊
聲	成	使	會	聲	成	使	會
之	而	民	之	之	而	民	之
也	不	不	不	也	不	不	不

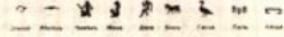
Китайско писмо

Друго старо писмо, подобно на китайското, е било калио и обозначено. То се е наричало така, защото се състояло от разни динии и черти, които имали форма на килинове или гвоздей. Пишело се е отъ лъвът къмъ дъсно.



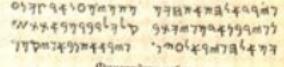
Калионосъ

Писмените знаци на египетните — най-стария народ, който познава историята — са наречили иероглифи. Тък са изображение фигури на разни животни, хора във различни положения, части от човешкото тѣло, растения, звезди, оръжия и други. Тък са слухни тързъ много за надписи върху надгробни плочи. Затова се и наричали иероглифи, което значело „същени знаци“.



Иероглифски знаци

Описаните до сега писма съ били много и не всички са можели да си служатъ тълько. Минаватъ много, много години: Хората забелязали, че човекънит говори съ системъ отъ ниско само гласъ — рукоуке. И съ помислили: ако за всички звуци се измислятъ известни знаци не ще ли може да се съединятъ и да образуватъ думи? И, наистина, това сторили старите финикийци — едини силен и учень народъ — преди ниско хиляди години. Тък изнамиратъ азбука тата.



Финикийска азбука

Отъ финикийската азбука са послужили по-нататък вече и други народи. Всички народъ съобразно съ езика, съ создаватъ своя азбука. Така съ създадъли днешните азбуки на разни народи по земното кълбо.

Първи възприели финикийската азбука старите гръци. Гръцката азбука била дълга. Отъ една произвъдатъ днешната гръцка азбука, а отъ другата — италианската или латинската. По-после, отъ гръцката азбука съ образували славянската, а отъ латинската — азбукият на всички европейски народи: французи, германци, англичани, испанци, португалци, италианци и др.

Този азбучен периферий е бил чрез тискус юзулът съ империя на Моголите, която въвзвишила империята на кръстоносците във всички южни земи, като топът на кръста е бил

Следи гравюра знаци

Славянската, или така наречената стара българска азбука е създадена отъ гръцката азбука отъ двамата братя св. Кирил и Методий, преведени отъ гръцки във възможни магьосни букви и създадени отъ топът на кръста.



Св. Кирилъ