

## Informatorium moderní ženy

*Krista Nevšímalová*

Tato publikace byla zpracována aplikací eKNIHOVNA.cz. E-knihy zdarma ke stažení na [www.eknihovna.cz](http://www.eknihovna.cz).



Znění tohoto textu vychází z díla *Informatorium moderní ženy* tak, jak bylo vydáno vydavatelstvím *Josefa Pelcla* v roce 1905 (NEVŠÍMALOVÁ, Krista. *Informatorium moderní ženy*. Praha : *Josef Pelcl*, 1905. 199 s.).

Text díla (Krista Nevšimalová: *Informatorium moderní ženy*), publikovaného Městskou knihovnou v Praze, není vázán autorskými právy.

Citační záznam této e-knihy:

NEVŠÍMALOVÁ, Krista . *Informatorium moderní ženy*[online].V MKP 1. vyd. Praha : Městská knihovna v Praze, 2011 [aktuální datum citace e-knihy – př. cit. rrrr-mm-dd]. Dostupné z WWW:

<[http://web2.mlp.cz/koweb/00/03/58/20/32/informatorium\\_moderni\\_zeny.html](http://web2.mlp.cz/koweb/00/03/58/20/32/informatorium_moderni_zeny.html)>.

Vydání (obálka, grafická úprava), jehož autorem je Městská knihovna v Praze, podléhá licenci Creative Commons Uvedte autora-Nevyužívejte dílo komerčně-Zachovejte licenci 3.0 Česko .

Verze 1.0 z 29. 6. 2011.

## **OBSAH:**

Žena ve vývoji.

Žena v manželství.

Žena matkou.

O kojení.

Jak lze vyživovati dítě bez mateřského mléka.

Jak se má s kojencem zacházeti.

Pěstounka-bonne.

Dětské nemoci.

Hygiena ženy.

Má žena užívat kosmetických prostředků?

Má-li žena dbát tělesné své krásy?

Co podporuje tělesnou krásu?

Jak se máme živit?

Jak se máme oblékat?

Šněrovačka, oblek reformní.

Hospodyně.

O šetrnosti.

Služka.

Moderní domácnost.

Žena vychovatelka.

Mají-li být dívky poučeny o tom, jak přišly na svět a kdo je má poučovat?

Láska v životě ženině.

Žena a občanský zákoník.

Svobodná matka a nemanželské dítě.

Zákonná ustanovení o manželském zrození.

Několik slov o smlouvách svatebních.

Vdova.

Všeobecné poznámky.

Savoir-vivre v moderní společnosti.

SLOVUTNÉ SLEČNĚ

ELIŠCE KRÁSNOHORSKÉ

NA DŮKAZ NESKONALÉ ÚCTY

PŘIPISUJE

SPISOVATELKA

Když jsem psala kapitoly této knížky, tanulo mi na mysli jediné to, jak nejlépe bych poučila ženu v ohlede zdravotním a právním, jak bych ji povznesla v ohlede ethickém i esthetickém, jak bych jí ukázala, kterak má vychovávali dítky své na lidi ideálně krásné, na lidi dokonalé, kterak má si vésti jako hospodyně, je-li provdána a jak si má život zařídit, dala-li přednost životu bez muže, a to vše za jediným účelem a cílem, aby svůj život žila a vyžila šťastně. Proto si vroucně přeji, aby se knížečka tato stala vůdkyní i rádkyní pokrokové naší ženě ve všech fasích jejího života.

Zdařil-li se aspoň poněkud úmysl můj, bude to mou největší odměnou a mým štěstím.

V PRAZE, v září 1905.

Spisovatelka.

# Žena ve vývoji.

Během staletí podlehl žena ve svém společenském postavení různým změnám. Historie učí, že ve starověku žila žena v matriarchátě, kteréž rodinné zřízení se až na naši dobu u některých kmenů indických a arabských udrželo; tam totiž hlavou rodiny není muž, nýbrž žena.

V době, kdy právo silnějšího platilo, osvojil si muž, jsa silnější, moc nad ženou a porobil ji do té míry, že se stala skutečnou jeho otrokyní. Doba křesťanská povznesla ženu a to proto, že žena byla matkou spasitelovou a že byla tato bohorovně oslavována.

Ve středověku, době rytířské, stalo se uctívání ženy modou; muž kořil se ženě, byl vyznamenán, když jí mohl sloužiti, jejím jménem bojoval a jejími barvami zdobil svůj meč i kopí. Samo sebou se rozumí, že podobného kultu účastny byly pouze šlechtičny. Ženy nižších tříd nebyly ani za lidi považovány, ano dokonce bylo i o tom zcela vážně pochybováno, má-li žena duši čili ne. Ženy bývaly na hranici jako čarodějnice upalovány!

V novém věku se v prvních stoletích sociální postavení ženino valně nezměnilo, a teprv v devatenáctém století a snad již koncem století osmnáctého počali muži a ženy přemýšleti, jaké bezpráví kulturně historickým vývojem bylo na ženě spácháno, když v ní viděno bylo pouze pohlaví, a nebylo dopřáno jí, aby se mohla účastniti všeho, co jest čistě lidské. Po tisíce let bylo jí upíráno právo bráti podíl na vědě a umění, po tisíce let nesměla zastávati nijakého úřadu, nesměla býti činnou ani v průmyslu ani v obchodu; neboť všechna duševní práce a vůbec práce taková, která byla s výdělkem spojena, byla vyhrazena mužům. Ženě vykazována byla pouze práce v domácnosti, kde měla děti rodit a chovati, domácí práce konati a někdy, byl-li její pán zámožný nebo bohatý, směla se také strojit, aby se mu líbila!

Nadto jí bylo stále opakováno: Žena se učití nemá a nemusí, to se pro ženu nesluší, to není ženské, tak žena nemluví, tak se nesměje, tak nechodí atd. A poněvadž jí v uších stále stejný refrain zazníval, myslila sama, že mají pravdu ti, kdož jí tak předříkávají, uvěřila tomu a dle toho žila. „Úkolem ženy jest, aby se vdala a stala se matkou a vychovatelkou svých dětí.“ Tak odevšad se ozývalo. A také tomu většina žen uvěřila a dle toho dcery své vychovávala.

Avšak žena nevzdělává se jenom pro manželství, ona ví, že není možno pro neutěšené sociální poměry a jednak pro veliký nadpočet žen, aby se každá dívka vdala a vzdělává se proto tak, jako její bratr, vyvinujíc a vzdělávajíc jak své duševní, tak tělesné schopnosti, aby byla připravena podstoupiti boj existenční také bez muže a bez pomoci cizí. Existenční podmínky stávají se obzvláště ve stavu středním den ze dne obtížnější, a tyto poměry neutěšené jsou toho nejvíce příčinou, že žena, která dříve jen domácností se obírala, která druhdy předla, pletla, tkala a jiné práce v domácím hospodářství vykonávala, které práce za dnešní doby stroje velmi rychle a levně konají, že tato žena stroji uvolněnou energii hledí uplatniti v různém povolání a v různých úřadech. Nová žena poznala, že také ona má duševní schopnosti, které rozvinuty a vzdělány byvše, zajišťují jí slušné a čestné postavení ve společnosti lidské.

Za dnešní doby jest svatou povinností rodičů, aby dcery své po vystoupení ze školy hleděli připravit ne pouze na manželství, ale na jakékoliv ještě povolání, které by jim v případě neprovdání zajistilo budoucnost a z kterého by těžiti mohly i tenkrát, kdyby jakoukoliv nehodou byly nuceny také provdány jsouce vydělávati existenční prostředky pro sebe a pro své děti.

Bohužel, až dosud většina mladých dívek tráví svůj mladý věk od čtrnáctého do dvacátého až třicátého roku v sladké nečinnosti, anebo utrácí drahý čas všelijakou nicotnou, malichernou prací, která nemůže nikdy býti vážným zaměstnáním pro život, nýbrž jen zábavou v době odpočinku, v době recreace. Takovou prací míním háčkování, pletení, sítování kraječek, zhotovování papírových růžiček, vyšívání na kanavě a ještě různé a jiné titěrnosti, které žena má konati. jen tenkrát, když zrovna nechce ruce položit nečinně v klín.

Dosud ještě mnohá dívka horečně se namáhá, aby oděvem, koketností a všelikým umem a kejklí, tančením a sportem ulovila muže. Jen se hledět zalíbiti, ať je to čímkoliv; a proto mnohé dívky zpívají a hrají, malují a tancují, až se jim podaří dostat se pod čepec. Užitečnému se nenaučily ničemu, jejich hlava i srdce je prázdné a dle toho vypadá také potom jejich domácnost, jejich hospodářství, i jejich děti. Žena, jež uvykla hověti si, jež uvykla fintění a koketování, jež uvykla zábavám a lichocením se strany druhého pohlaví, taková ani v manželství zvyklého způsobu života nezmění. A právě takové ženy jsou příčinou, že mnohý muž, nemaje kromě svého výdělku soukromého jmění, upouští od založení rodiny.

mládí ženino příliš rychle míjí. Dívka, která žila 6-8-10 let život motýlka, sluníc se v jasu své krásy, velmi těžce, velmi trpce a hořce nese, když kýžený a očekávaný princ nepřišel, aby ji uvedl na svůj hrad plný nádhery,

bohatství a rozkoše. A když konečně dostavila se obávaná třicítka, která ji překvapila, když ještě byla svobodna, tu bývá potom roztrpčena a rozezlena na všechny svět a omrzela až k smrti, anebo, což jest ještě směšnější, honí se šíleně za muži a snaží se až do pozdního stáří všemožně přece nějakého chytiti. A tento a takový politování hodný život svých dcer zavinují rodiče, kteří jen v manželství vidí vrchol štěstí a blaha na světě a jen pro manželství dcery své vychovávají, vlastně předurčují. Takoví rodiče vlastně své dcery klamou a o životní štěstí je olupují. Nitro takových dívek zeje pustotou a prázdnotou, nemají nic, co by jejich život vyplnilo a jen zřídka kdy dostává se jim odvahy, aby si v pozdním věku ještě vážnou nějakou práci zvolily a v této hledaly svou spásu. Z pestrých laškovných motýlků stávají se potom zlé roztrpčené ženy, které jsou sobě i svému okolí jen na obtíž.

Nová žena hledí se vyhnouti takovému životu, ona se chápe záhy přípravy jakékoliv pro nějaké zaměstnání, pro nějaký úřad nebo povolání, ve kterém setrvá buď celý život, anebo jen tak dlouho, pokud se neprovdá. Nechtějí si žádná žena nemyslí, že ten čas, který věnovala vzdělání svého ducha, jest pro ni ztracen, když vstoupila ve stav manželský, a že z něho nebude moci těžiti. Duševní vzdělání jest fond, ze kterého žena-matka pro své dítky celý život může čerpati. Vždyť ani muž v nijakém povolání nemůže uplatniti vědomostí, jichž nabyl na gymnasiu a přece tyto vědomosti tvoří základ veškerého jeho vzdělání.

Žena, která má býti mužovou rádkyní, jeho oporou a která mu má přinést pochopení pro všechny jeho tužby a ideály, která má býti matkou a vychovatelkou, nejen jeho dcer, ale také jeho synů, ta žena nesmí býti pouze hezounkou, koketní a fintivou panenkou, nesmí jen zpívat a hrát a švitořit o všech možných hloupostech, ale musí býti důkladně a vážně vzdělanou, moudrou a rozšafnou ženou, která svému muži přinese porozumění a stejný zájem pro všechno jeho konání, pro všechny jeho tužby a snahy. A proto bylo by s prospěchem, jak pro muže tak pro ženu, kdyby obě pohlaví až do dvacátého roku společně se vzdělávala. Mají-li jednou jako muž a žena žít spolu – nesmějí se jejich zájmy různiti a rozbíhati, nýbrž musí se doplňovati a pojiti. –

Jen perversní muž může tvrditi, že se mu v ženě líbí jen to, co na ni jest jiné, než na něm, a kdyby to i nectnost byla.

Francouzka Pavla de Grandpré praví: „Na světě není nic, co by bylo bývalo již více chváleno i také více haněno, než žena; tvrdím, že na její účet může říci kdokoliv, cokoliv, že proto vždy najde nějaký důvod.“

Ano, na účet ženy bylo pověděno již mnoho nepravd a bylo rozšířeno mnoho výmyslů i nesmyslů. Každý z mužů si osvojil právo posuzovati ženu a to nejen její zevnějšek a konání, nýbrž také způsob jejího myšlení, cítění, její inteligenci a duševní vlohy, a ve své předpojatosti o ženě namluvili jí, že jest tvorem inferiorním, že nemůže svým menším a slabším mozkiem vědy chápati ani jí rozuměti, že umění nikdy neovládne, a proto že nejlépe učiní, když zůstane věčně v onom koutě, který jí v domácnosti byl vykázan.

Žena moderní s indignací odmítá takové tvrzení, ne snad proto, že by nechtěla již domácích prací konati, ne proto, že by nechtěla býti matkou a vychovávat svých dítek, nýbrž jediné proto, že jsouc člověk, má právo participovati na vší lidské práci, na všem lidském konání, jak v oboru ducha, tak v oboru práce hmotné. A třebaž jí toto právo po tisíce let bylo upíráno, ona se ho domáhá a za ně bojuje a to nejen na svůj prospěch, nýbrž také na prospěch svých dítek a k užtku celého pokolení lidského.

Každá žena jest napřed člověkem a potom teprv může býti matkou a jako člověk musí míti něco, čemu by se tělem i duší věnovali mohla, co by ji k životu poutalo; jistě povinnosti, jistou práci, aby se mohla státi potřebným a užitečným údem lidské společnosti.

Pracovati nezištně, pracovati pro ty, které miluje a kteří jsou jejímu srdci drazí; pracovati pro všeobecné dobro v zájmu lidskosti, mírniti bolest a bídu, toť práce, na které spočívá pozhňání; v takové práci ať hledá žena nová útěchu a zadostučinění, spokojenost i štěstí a také je jistě najde.

Ve společnosti, v saloně má dosud žena zvláštní privilegované postavení, leč tam, kde se jedná o její práci, o její schopnost a zdatnost, vytrvalost a dovednost, tam své privileje ihned pozbývá.

Tam, kde její výkon měřen bývá s výkonem mužovým, tam nemá ceny ani její krása, ani půvab, ani mládí, ani šat, ani koketní úsměv. Úřad, průmysl, obchod nemají citu, průmysl vyrábí a snaží se vyráběti vždy za nejnižší cenu. Takový jest jeho úkol a byl vždy. Všecky obchody mají jen jedinou snahu, zvýšiti příjem a zredukovati vydání, to leží již v povaze věci.

Proto jest žena moderní nucena zvykati samostatnosti a nespolehati se, že vždy za ní bude někdo státi, jenž by na jejím místě jednal, nesmí se také vždy ohlížeti na to, zdaž se sluší to, co činí, ale bude jednati, mysliti a cítiti tak, jak za dobré uzná. Co ženy před muži vždycky vyznamenávalo, byl a jest jim vrozený soucit, takt a účast na radostech a strastech bližního, sebezapírání a obětavost, ctnosti, které jsou ozdobou ženy a kterých ani nová



žena se své bytosti setřítí nesmí, poněvadž jsou nezbytnými pro život rodinný i sociální a poněvadž se jimi pojišťuje rodinné štěstí.

Od moderní ženy se ještě žádá, aby vychovala národu a státu zdravé a mravné občany. Aby této veliké úloze mohla dostáti, jest nutno, aby se také o politiku zajímala. Jak mohla by matka vychovati svého syna na občana vlast milujícího, když by sama ani nevěděla, co jest vlast? Výchova dítek, racionelní vedení hospodářství, ovšem také přenecháváno bývalo instinktu ženinu. Děti, domácnost byly v jejích rukou pokusnými objekty; zkušenosti nabývala, až už jí nepotřebovala; vždycky se totiž předpokládalo, že každá matka své dítě instinktivně dobře ošetřuje, a tento diletantism přechází s pokolení na pokolení.

Moderní žena musí žádati nápravy v každém směru své výchovy a pojmáti život velmi vážně, velmi opravdově. Musí poznati a uznati, že její povinností není pouze státi se matkou, to jest jenom děti roditi, tím by se ani od zvířat nelišila, ale že její povinností jest dáti dětem svým vedle zdravého těla, také silného, zdravého ducha. Jen budou-li všechny matky v budoucnu v tomto bodě svorny, povznese se lidské pokolení; lidská rača bude tělesně zdravější a krásnější a duševně lepší, a tím, doufám, zabezpečí se lidstvu život šťastnější.

Vývojem nové ženy rozumíme její rodící se touhu po širším, důkladnějším a vyšším vzdělání a to za účelem obratnějšího, racionelnějšího a lepšího plnění jejích specificky ženských úkolů na straně jedné a touhu po rozšíření své působnosti také na obory, ze kterých do nedávna na celé čáře byla vylučována. Těmito obory jsou věda, umění, obchod, průmysl a také politika.

Žena budoucnosti, žena století dvacátého touží spolupůsobiti také tam, kde se zdělávají zákony pro ni, aby se nejednalo o ní bez ní v její neprospěch a na její velikou škodu. Má-li povinnosti, – a těch má mnoho, – ať má také práva!

Ideálem nové ženy není a nesmí býti mužatka, vystupující proti muži, opovrhující domácí prací a výchovou vlastních dítek, ale jest jím ovšem žena sebevědomá, samostatně myslící i jednající, které jedinou pohnutkou k uzavření sňatku bude čistá, nezištná, opravdová láska k muži charakteru krásného, žena, jejíž duševní i tělesné schopnosti harmonicky jsou vzdělány, žena s mužem rovnocenná, jeho pomocnice a důvěrnice, jeho skutečná přítelkyně, se kterou snáší strasti i svízele tohoto světa a se kterou sdílí také své radosti a slasti. Domácnost takové ženy bude pak zajisté řízena vzájemnou úctou a láskou a bude domácností šťastnou a takovou, jaké si každá žena vřele přeje.

# Žena v manželství.

Až dosud jest a byl život rodinný pro každou téměř dívku ideálem, ke kterému se nesly všechny její tužby, všecko její dychtění a snažení, byl zaslíbenou zemí, zemským rájem, kam dospěti chtěla, aby tam prožiti mohla idylku, kterou si ve své fantasii a ve svých luzných snech spředla neuvažujíc ani o tom, jaké povinnosti a úkoly ženu právě v manželství a v životě rodinném očekávají. Přečetla několik románů, byla přítomna několika francouzským fraškám a činohrám v divadle, na ulici viděla své družky a známé choditi ruku v ruce s ženichy anebo dokonce již s manžely, kterak se k sobě tulí, a to se jí náramně líbí, a proto chce za každou cenu, čím dříve tím lépe dostati se pod čepec. Kdybychom se však zeptali těch, co jsou již deset let i déle provdány, proč se vlastně vdávaly, odpoví nám: Inu, měli jsme se rádi, a matinka mi koupila výbavu a tolik krásných věcí! A ostatně ani nevím, proč jsem se vdávala. – – –

Bez přípravy tedy, bez rozpaků učiněn bývá nejdůležitější krok života, volí se povolání nejvážnější a nejvznešenější: zakládá se rodina!

Také po mém soudě měl by býti život rodinný ideálem každé ženy, kterého by měla hledět dosíci, aby svůj život, svůj lidský život cele a plně moha vyžítí. Ale právě za naší doby stává se manželství pro dívku stavu středního ilusí a snem neuskutečnitelným. Slušná domácnost, žítí dle stavu, výživa, výchova a vzdělání dítek pohlcuje ročně sumy peněz, a není-li jiného zdroje příjmů než mužův, často dosti skrovný výdělek, vykazuje rodinný život ustavičné strádání, stálou tížící starost až ku podlehnutí. A proto není divu, že mnohý muž, kterému neutěšené rodinné poměry nejsou neznámy, raději se manželství vyhne a mnohý zase místo ženy hledá peníze a hledá tak dlouho, až je nalezne. Dívka stavu středního obyčejně jmění nemívá, ale bývá vychovávána tak, jako by ho měla. Jen nedati znát, že jsme chudí. Na všem jiném se skrblí a šetří, jen aby se mohlo žiti okázale. Zábavy, plesy, sport, cesty, lázně a letní pobyt mimo dům. Žádné vážné zaměstnání, žádná příprava pro povolání, žádný výcvik pro nějakou práci, ze které by se těžiti mohlo! A toto právě jest příčinou, že se stává sňatek pro dívku z kruhů úřednických téměř ilusorním! A ne, jak mnozí za to mají, že jest toho příčinou moderní studium žen. Žena, která studuje, koná vážnou práci a zvyká si také práci vážné a přesnému konání povinností, což jí v manželství může jen prospěti. A přece nebylo by k životu rodinnému třeba bůh ví, jak velikého základního jmění, kdyby se jen obě strany, muž i žena, naučili pracovati a zvykali životu prostému, jednoduchému a praktickému. Potom by bylo k rodinnému životu třeba pouze dvou lidí ušlechtilého charakteru, dvou lidí vzdělaných, kteří dovedou pracovati a prací svou vydělati tolik, kolik jest třeba k výživě rodiny; jest nutno, aby takoví dva lidé byli zdraví, kteří by se opravdově, nezištně milovali láskou, jejímž podkladem byla by vzájemná úcta.

Poněvadž jest manželství stavem vysoce důležitým, jest též třeba, aby obě strany byly stejně na vážnost stavu připraveny a znaly své povinnosti zevrubně. Avšak přece žena pro manželství má průpravy prohloubenější potřebí, poněvadž neobětuje manželství pouze svou práci, nýbrž celou svou bytost, celé své fyzické i duševní já. Není tedy radno, aby se dívky před svým 22.– 24. rokem vdávaly, a kteří rodičové přece tak činí svolující, aby se dcera jejich v 16., 17., 18. roce provdala, prohřešují se na jejím životě, na jejím mládí. Žena v manželství vstupující nesmí býti nedospělým děckem, nesmí býti nerozumnou, nevědomou, nepřipravenou panenkou, nýbrž musí vejíti ven vyzbrojena proti všem těžkostem, bolestem a strastem, které jí tam vedle nesčetných radostí mohou očekávati. Nesmí se tedy těšiti jen na příjemné a milé, na nějaký intimní román, který si vysnila, ale musí býti připravena také na nejkrutější sklamání. Žena moudrá a obezřelá dobře si tedy před sňatkem uvědomí a o tom poučiti dá, jaké povinnosti a úkoly musí převzítí, a také, jaká práva jsou jí vyhrazena.

Muži přiřkl zákon právo rozhodovati o nejdůležitějších bodech života rodinného. Rozumí se samo sebou, že zákonná ustanovení platí pouze před soudem. Svorní manželé rozhodují o všem společně a obapolně, a rádi jeden druhému svou vůli podrobí a uznají moudřejší návrh také lepším. Pod absolutní mocí mužovou žena již nestojí a on jí nesmí nakládati, jak by se mu líbilo. Onou poslušností ženinou v manželství nesmíme si také mysliti, že muž jen a jen poroučí a žena bezpodmínečně poslouchá, spíše rozumíme tím jen ženinu povolnost u věcech, které se samy sebou rozumějí, aby nebyly vyvolávány zbytečné rozepře; a za to jsou oba manželé povinni obapolně jeden druhému vyhověti, když se o rozumné věci jedná. Přece však v zápletkách důležitých platí dle zákona vůle mužova. Žena povinna jest jíti s mužem do společného bytu, kamkoliv jemu se líbí, a jest povinna jíti s ním i do ciziny, třeba by jí to bylo proti mysli. Kdyby se zpěchovala anebo, kdyby s ním domácnost sdíleti nechtěla, má muž právo dáti ji přivéstí proti její vůli. Kdyby však žena viděla, že by její zdraví anebo její čest byla v nebezpečí, musí to soudu ohlásiti, který potom sám o věci má právo rozhodovati. Žena jest tedy vůbec zákonem vázána podrobiti svou vůli a svůj názor vůli a názoru mužově, když tento úmyslně své vůle nezneužívá.

V obor působnosti ženy spadá vedení a správa domácnosti; ovšem, kdyby ženino vedení domácnosti bylo

nerozumné, nemusí s ním muž souhlasit, ale nesmí pověřit správou domácnosti jinou osobou cizí, anebo příbuznou; proti takovému zkracování svých práv mohla by se žena ohradit.

Kdyby výdělek mužův na udržování osoby služebné nestačil, jest povinna žena sama domácí práci převzít a také jest povinna muži v obchodě, úřadě nebo řemesle pomáhati, na kolik síly její stačí.

Jak již praveno, jest hlavní povinností ženinou vésti vzorně vlastní domácnost. Tím se rozumí pořádek a čistotu jak v bytě tak také v prádle a šatství udržovati, opatřovati nákup pro kuchyni a připravovati pokrmy; nejsvětější povinností jest ovšem výchova dětí. Které ženě po opatření těchto prací (rozumí se, že není nucena všechny sama bez pomoci vykonati) ještě zbývá čas, může si mimo dům hledati výdělek, leč aby tak činila, nesmí býti mužem nucena. Muž však na druhé straně má právo ženě práci mimo dům zapovědět, když by viděl, že jeho domácnost v nepřítomnosti ženiny není opatřena tak, jak býti má. Ženě přináleží také právo přijímání a vypovídání služebné a doplňovati potřebný nábytek a domácí potřeby. Avšak také zde má muž právo ženino jednání kritizovati, kdyby viděl, že si nesprávně počíná. Z pověděného jde na jevo, že muž i žena mají v domácnosti vzájemná práva i vzájemné povinnosti.

Co se výchovy dětí týče, zná náš zákon pouze právo rodičů a povinnosti rodičů a z těchto teprve vyvozuje právo otcovo a matčino. Oběma stranám připadá povinnost děti vychovávat, to jest, starati se o jejich tělesný život a jejich zdraví a potom o jejich slušné vzdělání a o vývoj jejich jak tělesných tak také duševních sil. Rodiče v dorozumění řídí jednání svých dětí a bdí nad ním, a tyto jsou oběma povinny vzdávati úctu a býti jich poslušny.

Žena dle našeho zákona nemá práva určovati povolání pro své děti, toto právo jest vyhrazeno otci. Ovšem v rodině, kde jsou manželé svorní, dohodnou se také v tomto důležitém bodě společně, kde svornosti není, tam může ovšem muž prosadit vůli svou.

Často, velmi často se stává, že muž běže sobě za ženu dívku, která neměla věna. Dokud jest do ní zamilován, tu by jí ovšem modré s nebe snesl, ale mnohý, když ho láska, vlastně jen opojení přešlo, lituje svého kroku a jen velmi nerad platí na domácnost a ještě méně rád na toaletu své ženy; tak že tato začasť neví, kterak uhradití náklad za svůj oblek. Jest tedy dobře, aby žena věděla, že zákon muži ukládá povinnost ženu nejen živiti, ale také šatiti a to přiměřeně svému postavení.

Ovšem nesmí žena nikdy přestoupiti míru prostřední a nesmí si vésti nádherně, nanejvýš tam, kde toho mužovy prostředky nedovolují. Zákonné znění: „Muž jest povinen dle svého stavu ženu živiti a šatiti“, platí ovšem jen pro muže lakomce, anebo marnotratníky, kteří, ač mohou, svých povinností vůči ženě neplní. Jinak jest tomu ovšem tam, kde se muž prací až do úpadu namáhá a přece není s to, aby dal ženě tolik, kolik by se jí zdálo nutným. V takovém případě žena jemná a rozšafná zajisté bude hleděti svou skromností a šetrností a snad i svým výdělkem doplnit to, nač mužovy příjmy nestačí. Často se přihází také, že se žena provdala do hojnosti, ale že potom různými nehodami a neštěstími jmění se ztenčilo a že není možno žít tak, jak se žilo. Tu jest také na ženě, aby se dovedla ihned do nové situace vžít a vpraviti, aby propustila své služebné a sama mnohou práci vykonávala; aby pohodlný byt vyměnila za skromnější a vůbec, aby své potřeby na minimum dovedla omeziti. A když by ani to nepomohlo, jest její svatou povinností chopiti se výdělku; neboť práce nikdy nehanobí, ba naopak v očích všech moudrých lidí povznáší.

Bylo by vždy s nemalým prospěchem, kdyby muž svou inteligentní ženu zasvěcoval hned s počátku ve svůj úřad, nebo obchod anebo jiné své zaměstnání, které není státní nebo obecní, aby v čas nemoci anebo v případě úmrtí mohla jej sama zastati a po případě sama vésti obchod, anebo průmyslový závod. Naše doba činí na duševní činnost ženinu mnohem větší požadavky, než tomu bylo, řekneme ještě před padesáti léty. Za to ubylo ženě mnoho práce v domácnosti, která ji nutila k ustavičné činnosti, tak že její ruce nesměly ani klidu znáti. Myslím na předení, tkaní, pletení punčoch, háčkování různých drobností; doma se druhdy pekli chléb, doma se vařilo mýdlo a jiné a jiné věci, které nyní mnohem levněji a mnohem rychleji vykonávají stroje? Jak mnoho práce vykonává jediný šicí stroj! Miliony stehů bylo učiniti každé skoro ruce ženské do roka. A pomyslíme-li ještě na pracné, oči namáhající vyšívání prádla! I to nyní zhotovuje stroj a také krásně. Ostatně jest to veliký přepych, řídí-li si měšťanská dcerka prádlo samo nádherně vyšívání. Komu stačí prostředky, ať si koupí krásné, lesklé, lněné prádlo od našich tkalců z Podkrkonoší, jest to krásná věc, ale stačí široká obruba, jméno a konečně kroužkovaný límeček na nočním kabátku anebo pásek kolem košile. Všecko bohaté vyšívání na prádle spodním jest luxus tím větší, čím dříve naše pradelny a služby tyto drahocenné kusy roztrhají. Zajisté bolí srdce každou ženu, když vidí, že prádlo, na kterém dlouho pilně pracovala, anebo za které báječné sumy vyházela, se na valše nebo pod kartáčem pradelny anebo škodlivými přísadami rozpadává! Která z žen vyšívati umí, ať si raději vyšije krásné vzory na pokrytí nábytku, stěn a na paraventy; takové věci vyzdobí obydlí jsouce uměleckou prací a vydrží po celý lidský život, někdy i nad něj. Žena, jejíž oko rádo na krásných věcech spočívá, vymytí všechny háčkované

ozdůbky, pokrývky a kraječky, poněvadž tyto malichernosti nejsou ani hezké, ani umělecké ceny nemají.

Než zůstanu u věci. Žena nesmí žádati na svém muži, aby se mu každá rukou její zhotovená věc líbila, třebaž byla sebe titěrnější, nemívá on přechasto pro takové věci pochopení; aniž smí zazlívati jemu, když by se chvalořečmi nerozplýval nad jídlem, které mu připravila. Býváť on často zkrušen starostmi a prací i námahou. Jí musí býti odměnou vědomí vykonané povinnosti. Ale za každých okolností učiní žena dobře, osvědčí-li živou účast na mužově konání, na jeho snaze i starostech, a může býti jista, že muž její, je-li člověkem lidsky cítícím, vděčně účastenství její uzná. Je-li žena inteligentní a požívala-li vzdělání jí přístupného, snadno se zapracuje také v úřad svého muže a může se pak státi výtečnou a neocenitelnou jeho pomocnicí. Může zastávati místo korespondentky, účetní, dozorkyně i cestující, nemá-li malých dětí, může psáti na stroji, stenografovati atd., a všude bude pomocnicí spolehlivější než cizí, často značně placená osoba. Často již svým účastenstvím a svou moudrou radou jest žena s to, aby svého manžela podporovala. Takové soužití muže s ženou a naopak jest známkou moderního manželství; protože žena s mužem rovnocenná, žena jemně cítící i myslící, žena moudrá a osvícená může se státi nejlepším a nejvhodnějším přítelem svého muže – taková žena dodá manželství vznešenějšího významu a povznese je k mravní výši a k zdokonalení lidské račy.

# Žena matkou.

Moderní žena dokáže nejlépe tím, že stojí na vyšším stupni intelektuálního vývoje, když se stane dobrou matkou v nejširším tohoto slova smyslu.

Bohužel, že se až na naši dobu naše dcery všemu možnému učí: malbě, zpěvu, hudbě, tanci, plavání, veslování, jízdě na kole, hře „tennis“ a jiným ještě, ale žádná se neučí tomu, jak se zachází s dítětem. Nechci říci, že by našim dívkám sport anebo provozování nějakého umění škodilo, naopak jest to pro zdraví a vzdělání dívčino velmi užitečné, ale přece daleko ne tak potřebné, jako příprava na nejvznešenější povolání, na povolání matky! Vždyť by se každá naše dcera do duše styděla, kdyby se měla učit, jak se zavinuje dítě, jak se koupe, jak se kojí a krmí a jak se v nemoci ošetřuje. Vždyť na to jest dosti času, až bude mít dítka! Po mém mínění není na to dosti času, a matka, která nemá ponětí o tom, jak s novorozěnětem zacházeti, jest velmi ubohá a ještě více jest politování hodna, nedovede-li přispěti svému roběti v nemoci a nedovede-li preventivně zameziti mnohý dětský neduh.

Pro každou citlivou matku bylo by zajisté velmi bolestno, kdyby byla nucena své dítě, svou krev přenechati úplně cizím rukám. Jest zajisté pravda, že zkušenost jest nejlepší rádce, ale kolik dětských životů padlo za obět právě takovému získávání zkušenosti; a co slz bylo prolito, co bolu a hořkosti procítěno! Jest tedy nutno, aby také v tomto směru dívčí výchova doznala reformy. Každé dítě, a jak se samo sebou rozumí, i každá dětská nemoc má potřebí zvláštního individuálního ošetření. Bylo by tudíž k tomu cíli záhodno, aby naše dcery alespoň rok svého života prodlily v jeslích a dětských nemocnicích, aby potom z vlastního názoru poznaly racionelní pěstění a ošetřování dítek. Že jest ošetřování nemocných a ošetřování nemocných dítek v každé rodině velice důležité, nepopře nikdo, ale až dosud málokdo na to pomýšlel, že k takovému zaměstnání jest také třeba výcviku.

Jest zajisté největší radostí a největší pýchou každé matky krásné, zdravé, duševně probudilé dítě, a soudím, že nemůže býti bolestnějšího pocitu nad ten, který by v duši matčině vyvolal pohled na zakrnělé, nevyvinuté anebo zmrzačené dítě, a bolest ta byla by ještě intensivnější, kdyby si matka musela sama vyčítati: to jest tvojí vinou! Myslím, že není většího neštěstí pro matku ani palčivějších výčitek svědomí.

Abych alespoň některou ženu-matku, jež knihu tuto snad bude čísti, poučila tolik, nač stačím, jak se má v těhotenství zachovati a jak nutno s dítětem novorozěným zacházeti, aby vychovala z něho zdravého a krásného člověka, chci se rozepsati o tom, jak mne samu zkušenost poučila i jak jsem od jiných slyšela, že jest nutno si při výchově počínati.

Od prvního okamžiku, co si žena uvědomila, že jest matkou, musí zároveň si uvědomiti, že příroda na ni vznesla veliký a vznešený úkol; neboť v ní počal vznikat nový člověk. Za několik měsíců tento nový člověk užří světlo světa a snad zdědí matčiny některé vlastnosti, jak duševní, tak tělesné. Oh, jak má proto každá matka toho dbáti, aby obě tyto vlastnosti byly dokonalé! Matčinou svatou povinností jest tudíž, aby alespoň po dobu stavu poženaného vedla vzornou životosprávu, jak v ohledě fysickém, tak také duševním. Má-li se dítě státi ozdobou lidské společnosti, kýženým jejím členem, musí býti krásné – krásné tělem i duší.

Příroda sama připravila tělo ženino pro důležitý úkol dávši mu širokou pánev, objemný bok, nesmí jej proto matka nevhodnou šněrovačkou zúžovati, aby sobě na zdraví a dítěti na normálním vývoji neublížila. Jest velenutno, aby matka po čas těhotenství nosila oblek úplně volný. Jsou švadleny, které pro mladé matky dovedou zhotoviti oblek velmi pohodlný a přece zvětšené rozměry těla úplně zakrývající, takže i se stanoviska esthetického úplně vyhovuje. Doma za každých okolností dlužno nositi volný župan.

Právě v této době nesmí si žena hověti, anebo pracovati sedíc, ale jest nutno mnoho se pohybovati, vykonávati lehčí domácí práce, příliš těžké ovšem škodí, a stále se něčím obíráti. Strava v době těhotenství musí býti sice výživná, ale nesmí býti těžce stravitelná, poněvadž právě v tu dobu bývá žaludek ženin zesláblý, nesmí se mu tudíž mnoho ukládati. Nejlepším pokrmem jest mléko, lehká moučná, s ovocnou zavařeninou nebo šťávou připravovaná jídla. Lehké zeleniny, málo masa, za to hodně mnoho ovoce jak syrového tak sušeného i nakládaného, zvláště jablek, toť nejpříhodnější stravou pro matku a podporuje vývoj lidského zárodku. Jest dlužno zdržeti se všech lihovin i všech nápojů nervy rozčilujících. Každá matka má se snažiti, aby zachovala duševní rovnováhu, duševní klid i mír; má býti veselá myslí a těšiti se na své děťátko, které obyčejně matčin život radostí naplní. Veliká romanciérka francouzská, George Sandová pravila: „Stavši se matkou, byla jsem všechna naplněna radostným a slastným očekáváním a úplně jsem se rozplývala v mateřských snech.“ Ač nejsem pověřčiva, tož přece radím matkám, aby se ve stavu poženaném chránily nazíráti na zvířata, věci i lidi ošklivé, odpor a hnus vzbuzující, ale raději, aby se zálibou kochaly se v krásnu. Ať se dívá budoucí matka na krásné obrazy, krásné

sochy, díla umělecká a zvláště ať si zamiluje přírodu, často a dlouho se v ní prochází dýchajíc zdravý, svěží vzduch. Zármutku a slzám ať se vyhýbá, jak jen možno; praví se, že dívky takových matek, které v době těhotenství stíženy byly nějakým těžkým osudem a mnoho plakaly, k melancholii inklinují. Není sice zjištěno, že by všechny jmenované věci na dítě působily, ale často se již něco podobného přihodilo – možná, že bylo jen s náhodou počítati, ale konečně zdržeti se nehezkých pohledů ublížiti nikomu nemůže, přes to, že by se třeba zlu nezabránilo.

## O kojení.

Mlékem mateřským se příroda postarala o první dětský pokrm. Každá zdravá, normálně vyvinutá matka má po porodu ve svých nadrech tolik mléka, kolik stačí k výživě dítěte alespoň až po tu dobu, kdy toto začíná dostávat první zoubky. Ženy neduživé, stížené nemocí chronickou, anebo nevyléčitelnou nemocí dědičnou neměly by se v zájmu potomstva vůbec vdávat, a stalo-li se tak přece, nesmějí kojiti. Mateřské mléko jest potravou nejpřirozenější, nejpřiměřenější, nejzdravější a nejjednodušší. Každá matka, která jsouc zdráva svého dítěte nekojí, prohřešuje se na něm velmi těžce, protože se mléko mateřské nijakou umělou výživou nahraditi nedá. Jest vypočteno, že ze 100 dítek mlékem mateřským kojonych umírá jich pouze 20, kdežto ze 100 uměle živěných sotva 20 jich na živu zůstává. Ostatně není kojení pro ženu-matku výkonem ani nepříjemným, ani namáhavým, ani zdravím a krásu její ohrožujícím; ba právě naopak, když zdravá žena dítě své sama kojí, při náležitě životosprávě zůstává velmi zdráva i kvetoucí, poněvadž kojení v životě matčině jest věcí zcela přirozenou; za to nekojení jest znásilňování přírody a proto může býti za jistých okolností také nezdravé a škodlivé. Proto ony matky jsou na omylu, které myslí, že by kojením zeslábly a ze své krásy mnoho ztratily.

Jen musí matka věděti, jak často má dítě kojiti, jaká má býti její výživa po čas kojení a jak dlouho má kojení trvati. Zdravé dítě má kojiti každé dvě hodiny, ono samo ssaje, až má dost. Již malinké dítě zvyká si přesně pořádku. V noci nesmí matka dítěte kojiti; mateřské mléko není prostředkem ani uspávacím ani utišujícím, jest jen potravou a za tuto má býti také považováno. Dítě jest nutno před spaním nasytiti, což se stává o deváté hodině nebo ještě něco později, a takto nasycené dítě spí nepřetržitě až sedm hodin a nikoho v noci neruší. Jsem pevně o tom přesvědčena, že mnohá matka jen proto své robě nekojí, poněvadž se obává bezesných anebo rozrušených nocí, ale jak již praveno, pořádkem a zvykem může se jim každá kojící matka vyhnouti. Ale taková matka, která při každém zavrnutí dítěte již mu ústa prsem ucpává, kazí dítěti žaludek a jeho i své zdraví vydává v šanc.

Samo sebou se rozumí, že musí býti matčina strava po čas kojení hojnější, výživná a snadno stravitelná. Mléčná jídla, vaječné nákypy s ovocem; kdo takových nemůže míti, může jísti kaši rýžovou, krupičnou, bramborovou, z jahli; lehké zeleniny a jen málo masa, husté polévky a ne bouillon. Slabá bílá káva rovněž neškodí. Nápoje rozčilující a hlavně nápoje lihové, čaj, silná káva, pivo jakosti mateřského mléka nezlepšují, ani jeho kvantitu nerozmnožují, proto nutno se jich po čas kojení z ohledů zdravotních stříci.

Jest nutno vystříhati se též všech jídel, která nadýmají, všech pokrmů silně kořeněných a kyselých. Nemá-li matka přes přísnou životosprávu přece dosti mléka, smí dítě přiživovati. Dá mu rozředěného mléka kravského, poněkud oslazeného anebo trochu kašičky z mouky upražené anebo z krupičky. Mléko podá se mu z tenounké skleničky anebo rovněž z takového porcelánového šálečku a jen když by se nechtělo z podobné nádoby napít, dá se mléko do jednoduché lahvičky, opatřené černým gumovým cucákem, kteráž oboje po každém napití jest dlužno řádně v čisté vodě umýti a osušiti. Lahvičky s dlouhou gumovou rourkou vzbuzují odpor a hnus již proto, že se gumová rourka nedá patřičně cítiti. Mnohá nesvědomitá matka anebo i taková matka ubohá, která musí své robě opustiti, aby mu a jiným ještě pokrmu opatřila, vstrčí dítěti cucák od láhvičky do úst, kterým mu je v pravém toho slova smyslu ucpává, jen proto, aby dítě nekřičelo, aby dalo pokoj. Viděla jsem také, že dostává dítě do úst cumel ze staré kyselé kaše anebo cucák prázdný bez láhvičky a tak ssaje ubohý tvor dnem i nocí. Jak při takové životosprávě se kojenci daří, leží na bíledni.

Když matka vlastního dítěte kojiti nechce anebo nemůže a poměry toho dovolují; najímá se ke kojenci kojná. Tou bývá obyčejně dívka nepevných mravních zásad, jejíž život obyčejně zastřen bývá rouškou tajemství, která o výchově dítěte a o řádném kojení nemá ani zdání, která jest často velmi sprostá, třeba vyhlížela v nějakém hanáckém nebo slováckém kroji na ulici dosti slušně. A takovému tvorů klade matka svůj poklad do náruče často jen proto, že je to moda ukázati se na promenádě s vystrojenou kojnou! Jak jsme mnohdy malicherny a povrchní, i když se jedná o nejdůležitější úkol života, ba o život sám! Matka, které přece na tom záleží, aby dítě její prospívalo, musí potom ke všemu sama dohlížeti a opatrovati dítě i kojnou. Vedle všech nepříjemností, co s kojnou spojeny bývají, vyžaduje tato ještě veliký plat, veškerý ohled, samo sebou se rozumí, výtečnou stravu - hodně piva, a jen aby nebylo třeba měniti, snášívá se všecko s obdivuhodnou resignací. Kdyby každá matka peněz, co stojí kojná, užila ve svůj prospěch, sama sebe výtečně živila a zachovala duševní rovnováhu, získala by tím nejenom sama, ale získala by celá její domácnost a nejvíce získal by kojeneček, nad jehož prospíváním měla by stonásobnou radost. Kojná budiž přijata tedy jen tehda, když jest matka absolutně neschopna sama kojiti.

Kojení trvá 8-10 měsíců. Po uplynutí této doby musí matka pomalu dítě přiživovati a prsu svému je odvykati. V této době obyčejně se zase dostavuje menstruace a mléko mateřské na své kvalitě tratí. Někdy se stává, že matka mezi kojením opět se octne ve stavu pozeňnaném; v takovém případě jest nutno kojení přerušiti,

poněvadž by matka nejen sobě na zdraví ublížiti mohla, ale také zdraví kojence i nového plodu by ohrozila.



## Jak lze vyživovati dítě bez mateřského mléka.

Je-li matka nemocná nebo zachuravělá, nesmí ovšem za žádné podmínky, jak již pověděno, sama kojiti, protože by snadno nemoc matčina na děcko přenesena býti mohla.

V takových rodinách, kde se z různých příčin ke kojné sáhnouti nechce, jest ovšem nutno zvyknouti dítě mléku kravskému, poněvadž toto ze všeho jiného mléka nejvíce mléku mateřskému se podobá. Ale poněvadž jest mnohem hustší a poněvadž méně cukru obsahuje, jest nutno, aby bylo poměrně mléku mateřskému přizpůsobeno, což se nejvhodněji stává svařenou studničnou vodou, nebo odvarem fenyklu, později také odvarem kávy žaludové anebo kakaových slupek. Trpí-li kojenec průjmem, může se k mléku přidati také odvar krup. S počátku se mléko rozřeďuje silněji, vezme se totiž jeden díl mléka a tři díly přísady, po dvou měsících třetina mléka a dvě třetiny přísady a opět po dvou měsících polovice mléka, konečně 2 třetiny mléka, a v jedenáctém až dvanáctém měsíci se mléko nerozřeďuje, jenom se přidává něco cukru. Jest nutno oslazenou směs přivést do varu a potom teprve ji ochladiti na 35-33° C. Matka sama dle možnosti bdí nad řádnou přípravou dětského mléka, poněvadž cizí osoby více méně vždy jsou nespolehlivé. Zároveň dává matka bedlivý pozor, nevrhne-li dítě potravy příliš často a má-li stolici v pořádku. Kdyby shledala, že vyvrhnutá potrava i stolice obsahuje mléko nedobře strávené, jest je nutno ještě rozřediti a přidati v tomto případě odvar salepu anebo kakaových slupek. Vždy však v podobném případě učiní matka nejlépe, když se poradí s lékařem.

Lahvičku, ze které dítě pije, je nutno po každém užití řádně vyčistiti a gumový cucáček nadto ještě musí býti ponořen do čisté studničné vody, nejlépe do svařené. Lahvičky ssací s prostým cucátkem z černé gumy jsou nejvhodnější, poněvadž se nejlépe dají čistiti. Všecky jiné druhy s gumovými rourkami jsou zavržitelné.

Největší pozornosti ovšem vyžaduje temperatura potravy; kdyby se podávalo mléko jednou teplé, podruhé chladné anebo snad i studené, trpělo by dítě na svém zdraví. Jaké množství pokrmu má býti dítěti na jedno krmení podáno, o tom rozhoduje dětská individualita, což nutno ovšem dříve vyzkoušeti. Když má dítě dost, přestává obvykle samo ssáti, a potom již nesmí býti k jídlu anebo pití nuceno. Samo sebou se rozumí, že musí zachovávana býti jistá míra, aby se dítě ani nepřesýtilo, ani aby hladu netrpělo. V obchodech a lékárnách nabízejí se ovšem ještě mnohé jiné druhy mléka kondensovaného a sterilisovaného a různé druhy mouček, zvláště moučka Nestléova, čehož však užiti dlužilo vždy jen na radu rozumného dětského lékaře. Slabým dětem předpisuje lékař také masové thé, syrové maso, anebo šťávu masovou.

Nerozumné a škodlivé jest napájeti děti pivem anebo vínem, což v některých rodinách za sílící nápoje pokládáno bývá, a proto před takovým počínáním nelze ani dosti varovati.

V novější době mnoho se mluvilo v lékařských kruzích o tom, jest-li je lépe vyživovati dítky mlékem syrovým anebo svařeným. Bylo konstatováno, že stravitelnější i výživnější jest mléko přirozené, tak jak se nadojí, ale poněvadž by v něm přece mohly býti všeliké zárodky nemocí, jest přece jen radno kravské mléko vařením sterilisovati.

## Jak se má s kojencem zacházeti.

Kojí-li matka své dítě sama, rozumí se samo sebou, že si je nechá také v noci ve své ložnici v postýlce vedle své postele, která nesmí státi ani blízko kamen ani u okna. Jak jsem již shora podotkla, spí zdravé dítě v noci až sedm hodin. –

Sama znám matku více dětí, která nikdy k dětem nebyla nucena v noci vstávat. Uložila svého kojence, nasytivši ho o deváté hodině bez zpěvu, hýčkání, nosení a kolébání. Dítě spalo do čtvrté hodiny bez probuzení. Zcela malinké mimo postýlku se vyčistilo, bylo osušeno, a napojeno – opět vloženo do postýlky, kde spalo až do rána. Ráno bylo vykoupáno, osušeno a dostalo první snídání, po které znova usnulo. Ostatní čas leželo ve vyvětraném pokoji anebo bylo vyneseno nebo vyvezeno na čerstvý vzduch, kam je matka ovšem sama doprovázela.

Jsou ovšem případy, kdy matka kojící dítě, nemůže se mu z různých důvodů cele věnovati; taková musí přece ke kojenci častěji dohlédnouti. Čteme o francouzských učitelkách, které se ovšem smějí vdávati, že si dávají v přestávkách mezi vyučováním přinášeti své kojence do školy, aby je svým mlékem mohly nasytit. Slavná italská tragédka, Adelaida Ristoriová, dávala si přinášeti své dívky do své garderoby, kde je v meziaktí svých napínavých úloh sama kojila.

Matka musí bedlivě také k tomu přihlížeti, aby chůva její ve dne kojence neuspávala. Spí-li dítě celý den, nemůžeme na něm žádati, aby spalo také v noci. Dítě pak noční dobou křičí a ruší spánek celé rodiny, takže potom tato, jak se říká, bývá obrácena na rub a matka nevyspáním všechna zemdlí. Kojení není vysilující, ale nevyspání hubí tělo i zdraví matčino.

Mnozí lékaři radí také, aby matka v prvních týdnech brala kojence k sobě do postele, tam že jest mu nejlépe, leč stalo se již, že dítě s postele spadlo a také že bylo zalehnuto a proto radila bych každé matce, aby dítě nechala v jeho postýlce, a aby nikdy netrpěla kojné, aby dítě do své postele brala. Kojné obyčejně ve dne dítě uspávají a v noci, když dítě jest nepokojno, anebo když pláče, hned je berou k sobě do postele a ležící je kojí, aby vstávati nemusely a potom usnuvše, již nejednou dítě zalehly.

Hned s počátku nutno dítě zvykati pořádku. Pořádek dlužno zachovati v krmení, ve spaní, v koupání i v čistotě. Ani křik ani pláč dětí malíčkových, ani prosba dětí větších nesmí matku pohnouti, aby upustila od ustáleného pořádku. Malý křikloun dobře si zapamatuje, stalo-li se mu po vůli a proto se domnívá, že svým křikem všeho docílí, co chce; proto křičí a křičí.

Jistý velmi moudrý lékař pravil: „Dětský pláč nepovažujeme vždy za následek bolesti nebo nepříjemného pocitu, nýbrž vězme, že dítě přirozeně ke křiku a pláči bývá puženo a že jest nutno, aby křičelo, aby se jeho plíce vyvíjely a šířily. Pláče-li dítě, přesvědčme se, neleží-li v mokru, anebo nemá-li hlad. Křičí-li zdravé dítě, jsouc nasyceno a ležící v suchu i teple, není třeba umlčovati je nošením a hýčkáním, kolébáním, prsem anebo cumlem. Nechme je křičeti, přestane samo.“

Někdy bývá pohled na staré osoby až komický, vidíme-li je, jak skáčí, běhají a křičí s děckem, jen aby je utišily. Plníme-li děcku každé přání, vychováváme je systematicky k svéhlavosti a když povyrostlo, divíme se, že nás neposlouchá a chce míti, stůj co stůj, svou vůli prosazenu. –

V teplém pokoji v létě, když je horko, také pod širým nebem nechme dítě ležeti na plaidu nebo na peřince rozvinuté, bude spokojeno a spokojenost svou dá na jevo veselým broukáním a pohybem rukou i nohou: nošeno, voženo a houpáno, jak jsem již řekla, dítě nemusí býti, a dělá-li to matka přece, udělá ze sebe samou láskou otroka svého malého caparta.

Veškeru péči však věnovati dlužno čistotě dětského pokoje anebo pokoje vůbec, ve kterém se dítě zdržuje. Teplota má býti co možno stejná 16-17° C; v zimě se za den častěji vzduch obnovuje a v létě dlužno nechati okna stále otevřena. Maličkému dítěti musíme po každém krmení vytrítí ústa lněným klůckem, ve vodě čisté namočeným, aby mu tam zbytky mléka nebo jiné potravy nekysaly a nebyly pak příčinou nemoci, která bývá u kojenců dosti rozšířena a které se říká „houba“. Sliznice v ústech se při této nemoci zapálí a pokryje se vrstvou bílé blány na jazyku, patře, dásních a někdy i na rtech. Tato nemoc bují hlavně mezi kojenci, kterým ucpávána bývají ústa – cumlem.

Zoubky se myjí denně měkkým kartáčkem, až jsou všecky venku.

Starostlivá matka pečuje také o to, aby hlava dítěte byla čista. Při koupání nemyje pouze tělo dítěte hlavy si nevšímajíc, nýbrž hlavně této veškerou péči věnuje, aby vzrůst vlasů podporovala a zabránila tvoření se lupů, které často dosti silnou tmavou vrstvu na hlavě malého děcka tvoří. Má-li dítě na hlavě vlásy, tedy mu je jeho

vlastním hustým hřebenem učesá. Pravila jsem jeho vlastním, protože se obyčejně lupy s hlavy na hlavu přenášejí. Jest-li se lupy přece utvořily, jest dobře natřítí vlasovou půdu napřed žloutkem a potom vlažnou vodou žloutek dokonale smýti a kůži na hlavě na konec natřítí olivovým olejem. Jsou-li vlasy již delší, dlužno každý měsíc jejich špičky ustříhnouti, aby se nedělily.

Kde je více dětí a poměry hospodářské toho dovolují, má každá matka přihlížeti k tomu, aby pěkný, světlý a dosti prostranný pokoj zařídila pro děti. Ještě neleží za námi daleko doba, kdy největším přáním před sňatkem a po něm největší pýchou byl nádherně zařízený salon. Nejpěknější pokoj z celého bytu, kam umístěn byl nejlepší nábytek a všechno, čím bylo lze se po chlubit – lidem cizím, lidem, do kterých matce často nic nebylo, kteří ji jednou navštívili dál se vůbec ani o ni nestarajíce. Leč vlastní děti, to nejdražší, co měla, zavírala do kuchyně a na chodbu, aby jí podlahy v pokoji neušlapaly, neušpinily, nábytku nepokazily a snad tu a tam některou věc v nepořádek nepřivedly! Bohudík, že tento zvyk pomalu přestává a že místo salonu moudrá a rozšafná hospodyně zařizuje pěkný, suchý, prostranný a světlý pokoj pro své děti, který se nazývá pokojem dětským.

Nejlépe zařídití jest tento pokoj zcela jednoduše. Parkety, které se denně vlhkým hadrem otírají; na těchto leží dobře napjatý koberec, aby děti oň nezakopávaly, a který se každý den vyklepává, poněvadž na něm si děti hrají a skotačí. Lampa visí na stropě. Nábytek nejvhodnější jest bílý železný, který se dá snadno mýtí.

Dlužno vyhledati pokoj takový, kam svítí slunce a který se dá dobře větrati. Jest nutno postarati se též o stálou teplotu 16° C. V létě okna stále budtež otevřena, a aby v nestřeženém okamžiku některé z dětí na okno se nevyšplhalo a s něho nespadlo, jest bezpodmínečně nutno, okna opatřiti mřížemi. Nejlépe jest umístiti dětský pokoj hned vedle ložnice, aby matka v noci mohla kontrolovati, co se tam děje.

## Pěstounka-bonne.

Nejdůležitější pomocnicí hospodyně-matky jest zajisté pěstounka. Matka, která sama nemůže své děti opatrovati, s nimi si hráti, na procházku je voditi, jsouc vázána buď společenským postavením nebo úřadem anebo jsouc v obchodě zaměstnána atd., musí ke svým dětem míti osobu zcela spolehlivou, které by s veškerou důvěrou své děti svěřiti mohla. A takovou osobou může býti toliko řádně zkoušená pěstounka, která se naučila alespoň theoreticky, jak má s dětmi nakládati a jak si má při výchově vésti. Matka, která si takovou zástupkyni zvolila, nesmí jí předati jenom své povinnosti, ale musí jí také přenechati alespoň část svých práv. Mnohá matka říká pěstounce: „Děti mi netrestejte, ty si já potrestám sama.“ Děti jsou u slečny po celý den, ona je vychovává, ona má proto míti také právo dítě, když bylo nezvedené, potrestati a také odměniti. Trest působí jen tehda, následoval-li ihned po provinění, jinak nemá významu. Ovšem není radno dovoliti cizím osobám, aby směly děti tluoci, poněvadž jest tlučení trest náramně surový a sluší pouze k dressuře psů a koní, ale nelze ho užiti u dětí. Schopná pěstounka však vždy najde jiný vhodnější a také účinnější trest. Když byly děti zvláště hodné, smí je také odměniti; a právě odměnou a trestem vyvine se srdečný a upřímný poměr mezi dětmi a pěstounkou. –

## Dětské nemoci.

Soudím, že žádná matka nebude chtít, onemocní-li její dítě nějakou vážnější nemocí, tuto sama léčit, nýbrž že vždy včas o to se postará, aby byl lékař povolán. Matce přísluší pouze, aby dítě pečlivě pozorovala a shledala-li, že dítě pozbylo chuti k jídlu, že nespí, že jest rozpáleno, může býti skoro vždycky jista, že se v tílku dětském něco děje, co se tam dítí nemá, a proto uloží dítě do postýlky a nepřejde-li nevolnost za několik hodin, což na sesmutnělé tváři dětské jest viditelné, jest nutno povolati lékaře.

Knížka tato, nejsou určena pro lékařské pojednání, nebude také jednati o průběhu jednotlivých dětských nemocí a o jejich léčení. Chci se spokojiti pouze výpočtem několika nemocí, které se vyskytují u novorozenců i větších kojenců, aby matky alespoň na některé z nich byly upozorněny a nejčastěji se vyskytující také rozpoznaly, avšak léčení těžkých a těžších případů vždy lékařce nebo lékaři přenechaly.

Zánět oční. Brzo po narození dítěte lze pozorovati, že víčka jednoho oka značně otekla, což brání dítěti, aby je otevřelo. Sliznice v oku jest červená a opuchlá. Oko slzí a vytéká z něho kalný sliz, který na řasách usychá a oko zalepuje.

Nevystříkne-li se oko a nečistí-li se pečlivě, mění se tento katar oční v zánět hlenovitý anebo slizotok, nemoc velmi těžkou a nakažlivou, která byvši zanedbána, může slepotu přivoditi. Neumí-li matka sama oči vystříkovati, ať neotálí v takovém případě povolati lékaře.

Žloutenice. Často se stává, že za dva až tři dny po porodu začínají se na kůži dětské jevit známky žloutenice. Kůže, nanejvýš na čele, na prsou a na zádech, je buď docela zažloutlá anebo vykazuje žluté skvrny a také bělina oční jest jako žlutou blanou potažena. Není-li nemoc tato s jinou nemocí kombinována, zajde při rozumném ošetřování za několik dní sama sebou. Žloutenice u novorozenců není tak těžkou nemocí jako u dospělých lidí.

Obtížné lezení zubů. O tom, jak zuby lezou a jak je sluší ošetřovati, pojednáno bude ve stati samostatné.

Děti, které mají silnou konstituci a jejichž ústní dutina bývá denně řádně čistěna, nemívají obvykle nijakých indisposic při lezení zubů. V ústech takových dětí lze postřehnouti pouze zapálenou zduřelou (nalitou v obecné mluvě) dásně na tom místě, kde se má prořezati zoubek. Poněvadž v čase lezení zubu bývá mnoho slin vyměšováno a dětmi polykáno, působí toto polykání značného množství slin průjem anebo jest také příčinou, že děti vrhnou, což po objevení se zoubků ihned přestává. Avšak u dětí, které jsou rachitické nebo skrofulosní, nebývá lezení zubů bez obtížných nemocí. V takových případech bývají ubohé dítky napadány horečkou, psotníkem, bezesností a kašlem.

Velmi často zanedbávají matky své děti, když bývají v čase, kdy obvykle zuby lezou, stíženy nějakou nemocí, která není se zuby v pražádném vztahu, říkájce: „Ah, to nic není, to je k zubům!“ Neklamnou známkou, že dítěti zuby polezou, jest, když toto rádo do úst vkládá tvrdé předměty, na které svými dásněmi tlačí. Avšak i tenkrát, když jest matka nade všechnu pochybu o tom přesvědčena, že nemoc pochází od lezení zubů, nesmí nechat dítěte bez pomoci lékařské.

Psotník. Psotník jest vlastně vždy průvodcem anebo předzvěstí nějaké těžké nemoci. Dítě náhle pozbývá vědomí, bledne anebo rudne, oči zůstávají pootevřeny a dítě jimi divoce koule; z úst vychází pěna a jednotlivé svaly sebou škubají. Pohled na dítě psotníkem stížené jest skutečně děsný a proto nelze se diviti, že zejména matka v takovém případě na smrt bývá polekána. Nerozumné ženy a někdy i babičky pokládají však za psotník každý nepokojný spánek dětský anebo i to, když děťátko s pootevřenýma očima spí anebo, když svíjí se křičí. Lékař však rozpoznává psotník jen tehdy, když vidí skutečné křeče. Bylo-li dítě psotníkem napadeno, musí ihned povolán býti lékař, který při samém záchvatu ovšem nemůže nic učiniti a proto se obmezuje na rozpoznání nemoci, která se psotníkem jaksi ohlašuje a tuto potom léčí.

Oteklé žlázy. Někdy vyskytuje se epidemicky nemoc, která sice není nebezpečná, která však přes to vyžaduje ošetření a léčení; jest to otok záušní žlázy, která někdy značných rozměrů nabývá, tak že může také obavy vzbuzovati. Nemoc provázena bývá horečkou, která však výše 38° C nestoupá. Za 7-8 dní nemoc mizí, byla-li žláza řádně ošetřována. Než přijde lékař, natírejte žlázu olivovým olejem a obvažte vatou.

Těžší nemocí jsou krtice, skrofulosa. Krticemi trpívají děti takových rodičů, kteří byvše zachvácení příjící, byli léčení rtuťovými léky. Nemálo dětí dle výroku slavného lékaře bývá také zachvacováno krticemi proto, že nesvědomy lékař třebas jen pro nepatrnou nemoc, dává dítěti užívati kalomedu, léku rtuťového, kterým dítě v pravém slova smyslu otravuje. Týž lékař dokládá: „Kdo své dítě miluje, a komu na jeho zdraví opravdu záleží, nechť nikdy a za žádnou podmínkou nepřivolí, aby mu podávány byly léky rtuťové, anebo aby mazáno bylo mastí

rtuťovou.“ Avšak i beze rtuti mohou se státi dítky krtičnaty, jsou-li nepřiměřeně krmeny anebo je-li příbytek ve kterém žijí, tmavý a vlhký; anebo také, není-li u nich dostatečně dbáno tělesné čistoty.

I tuto nemoc nelze bez lékaře léčiti. Co se však doporučí konati i bez lékařského předpisu, to jest, aby skrofulosní dítě bylo denně koupáno, pohybovalo se denně a dlouho na zdravém vzduchu a na slunci, a v zimě, aby bylo šatem teplým opatřeno. Léčení rybím tukem jest pro pacienta nepříjemno a výsledek z něho neplyne nijaký; rybí tuk nikomu ještě neprospěl, ale dosti často uškodil.

Červi, hlísty. Příznaky, kterými se jeví přítomnost červů, jsou příliš různé a někdy ani nelze rozpoznati, má-li dítě červy, dokud z těla sami ze sebe neodešli buď stolicí anebo vrhnutím. Hlísty sami o sobě nejsou nemocí. Do těla dětského dostávají se pouze potravou, ve které nebyly vařením nebo pečením umořeny. V životě dětském v jeho střevách červi se nerozmnožují; kdyby tomu tak bylo, tu by veliké množství těchto cizopásníků tělo dětské brzy umořilo, poněvadž samička škrkavek snáší asi 1,000.000 vajíček. –

Škrkavky žijí v tenkém střevě, někdy však vlezou i do žaludku, odkud bývají vyvrhnuty; jsou 10-39 centimetrů dlouhé. Někdy působí škrkavky dítěti obtíže ve střevě, jindy dostává i závrať a psotník. Škrkavky dají se velmi snadno cicvárovým semínkem vypuditi. Koláčků z lékáren však nelze raditi, poněvadž začasté obsahují kalomel anebo jsou stary.

Roupy (srnice) jsou malé, bílé hlísty, podobné červíčkům a žijí v konečníku. Dítěti působí nepříjemné svrbění v řiti a někdy i bolesti. Zde pomáhají klystéry ze studené vody takové teploty, jaká právě je v pokoji; podávají se tak dlouho, až se už žádná srnice neobjeví.

Tasemnice. Tento hlíst se nevyskytuje často u dětí, ale někdy přece a svým velikým objemem působí dítěti nadýmání a bolesti rozličné. Larvy tohoto červa žijí ve vepřovém uhrovitěm mase a bylo-li tohoto požití syrového anebo nedosti prouzeného, dostane se zárodek do střeva lidského, na jehož stěnu se připne a přetvořuje se přirůstáním článků v tasemnici. Hlavička jest jen asi jako mák veliká a dokud tato z těla neodešla, jest tasemnice stále ještě v životě i tenkrát, když byly značné částky jejího těla vyšly.

Kdyby matka někdy spozorovala, že nějaký článek anebo celý kus tasemnice se stolicí vyšel, musí ihned povolati lékaře, který zavede přiměřené léčení. Než ještě lékař se dostavil, může dáti na noc dítěti požití slanečka a ráno na lačný žaludek koflík dobře oslazené černé kávy, potom dává se teprv lékařem předepsaný lék. Také jest dobře podávati klystéry ze studené vody 16-17° C každé dvě hodiny. Tím se omámené tasemnici odejme možnost, aby se opět mohla přisáti na stěnu střeva.

Aby dítě tasemnici nedostalo, musí matka bedlivě přihlížeti k tomu, aby se nedostalo syrové vepřové maso, které se ostatně nikdy nevařené nebo neupečené nejí, ve styk s jinými pokrmy, ovocem, houskami, salátem, chlebem; přinesly-li se tyto věci přece s vepřovým masem v jedné brašně, jest je nutno vždy řádně očistiti; neboť jen tím, že se uher na jídla jiná přilepil a potom byl požit, vznikla v těle lidském tasemnice.

Psotník, lezení zubů a škrkavky jsou tři nemoci, na které se v dětské patologii svaluje všecko. Ať stůně dítě nemocí jakoukoliv, všecko zavinují u dítěte buď škrkavky nebo zuby a u docela maličkých bývá to zase psotník tichý anebo i střevní, což vlastně jest hrubým nesmyslem. Proto varují matky, aby samy nemoci nechtěly rozpoznávati a léčiti, ale vidí-li, že jejich robátko trpí, povolaly ihned moudrého lékaře, který je na prvním místě uklidní a často vhodným zakročením i vážné nemoci předejde.

Osutiny. Nejčastější osutiny v životě dětském jsou spalničky, spála a neštovice. Má-li dítě zachváčeno býti spalničkami, trpívá několik dnů před vypuknutím nemoci rýmou, kašlem, nechutenstvím a zapálením spojivky v oku. Dítěti oči slzí a nemůže snést světla. Matka učiní tedy dobře, když dítě, které mívá někdy i mírnou horečku, nechá v posteli při mírné teplotě. Po uplynutí několika dnů objevuje se pak vyrážka, doprovázena jsouc dosti silnou horečkou 38° – 40° C. Dítě více kašle, ztrácí úplně chuť k jídlu a pociťuje velikou žízeň. Leží v posteli přikryto pouze prošívanou pokrývkou v mírně vyhřátém pokoji, kde bývá častěji za den vzdech obnovován. Dítěti denně jest nutno obličej i ruce vlažnou vodou omývati a do čistého prádla je převlékati. Stoupla-li horečka, jest dobře zabaliti dítě do mokrého prostěradla, které se teplým vlněným šatem ovine tak, aby bylo mokré prostěradlo všude přikryto. Takový obal se ponechá tři hodiny a opakuje se tak dlouho, dokud horečka nepolevila. Vyrážka trvá ovšem jen několik dnů, ale dítě musí 14-20 dnů zůstat v posteli a ještě potom nesmí na ulici, aby se nezachladilo. Jenom proto, že děti brzy s postele vstávají a venku si hrají, nastydnou si dýchací orgány a dostávají často nevléčitelný zápal plic. Spalničky dostává jedenkrát v životě každé dítě. Průběh nemoci vyžaduje veliké opatrnosti se strany ošetřovatelky. Zajisté každá matka také v tomto případě dítěte bez lékařské pomoci nenechá.

Spála (scarlatina) jest nejtěžší z nemocí osutinových. Začíná povšechným nedužením, prudkou horečkou a

obtížným polykáním. Celé tělo dětské zčervená jako vařený rak a teplota tělesná stoupá přes 40° C. K této těžké nemoci přidružuje se obyčejně záškrt a zánět mandlí a často jako následek spály dostávají děti brajtickou nemoc ledvin, spojenou s vodnatelností. Tato nebezpečná nemoc má často průběh velice těžký a život dětský ohrožující; a vystupující často velmi náhle a bouřlivě, bývá příčinou smrti mnohdy ještě dříve, než se osutina vyrazila. Proto vyžaduje velmi zkušeného a obratného dětského lékaře. Spála jest nemoc velmi nakažlivá, a proto jest nutno ihned zdravé děti od nemocného oddělit a po uplynutí nemoci byt řádně desinfikovati. Často se stává, že mnohé dítě přestávši spálu ohluchlo. Toto veliké neštěstí zavinuje zápal středního ucha, při kterém se v uších podbírá. Nepomůže-li v tomto případě lékař propíchnutím, provaluje se podebranina a hlen pak zničí bubínek a dítě pozbylo takto jednoho ze svých nejdůležitějších smyslů. Proto nelze ani dosti k obezřetlosti a opatrnosti každou matku nabádati.

Osýpkylí se od spály mírnější horečkou a místo záškrtu přidružuje se pouze katar sliznice dýchadel. Osutina tato počíná vykvétáním malých červených teček, které jsou poněkud naduřelé. Druhý den jsou jmenované tečky větší a vyčnívají téměř na povrch kůže. Dítě musí zůstat v posteli. Musí zachovávat dietu dítěte nemocného a k pití se mu podávají chladivé nápoje.

Neštovice počínají všeobecným nedužením, zimomřivostí, zemdleností všeobecnou, mrzutou myslí, bezesností, nechutí k jídlu, bolením hlavy, bolením v zádech i v kloubech, závratí a konečně prudkou horečkou, což trvá asi tři dny. Po této dosti neutěšené přípravě počínají se neštovice vyrážeti, někdy jest jimi celé tělo jako poseto a jindy jen porůznu se objevují. Léčení nutno přenechat obratnému lékaři. Proti této nemoci chrání očkování, které se v životě i několikrát může opakovat. Žádná matka neměla by nechat svého dítěte neočkovaného; ale radila bych, aby nedávala očkovat svých dětí hromadně, kde jich bývá na sta denně očkováno, ale že lépe učiní, dá-li své dítě zvláště očkovat; obnos za očkování jest asi jen 6 K.

Záducha, zádušný kašel. Tento zádušný nebo křečovitý kašel dostavuje se jen v záchvatech. Při takovém záchvatu, který někdy až čtyři minuty trvá, kašle dítě velmi namáhavě, až někdy celé zmodrá, a kašle tak dlouho, dokud šlem v trubici nahromaděný nebyl vykašlán anebo vyvrhnut. Záchvaty opakují se někdy až 50krát za den a nejvíce v noci. Děti touto nemocí velice zemdlí a vysilují. Jest třeba, aby při záchvatu vždy někdo dospělý jim byl na blízku, poněvadž je napadá veliká úzkost. Nemoc trvá velmi dlouho a nesmí pečlivá matka ani tuto nemoc, život dětský bezprostředně neohrožující, nechat bez pomoci lékařské.

Záškrt. Nejstrašnější a nejvíce obávanou dětskou nemocí jest záškrt, cizím jménem difterie anebo croup. Nemoc tato začíná horečkou, bolestí a obtížemi při polykání v krku. Na mandlích, na sliznici a na ohryzku tvoří se zvláštní žlutavá mázdra, která se kloktáním anebo vypalováním odstraňuje, ničí. Kdykoliv dítě si stěžuje, že nemůže polykat, anebo že mu bolí hlava a mrazí je, jest nutno povolati lékaře, aby dítěti hrdlo vyšetřil, ač neučinila-li již dříve tak matka sama. Od včasného zakročení lékařova závisí nejčastěji šťastný průběh nemoci. Od té doby, co objeveno bylo serum proti difterii, nehrozí již tak často onemocnělým croupem smrt. Nelze tudíž ani dost vřele matkám na srdce vložiti, aby co nejdříve vždy povolaly ke svým onemocnělým dětem lékaře, jehož rady jest nutno velmi svědomitě uposlechnouti.

Katar žaludko-střevní jest průjem s vrhnutím spojený. Příčinou této nemoci, malé děti obyčejně napadající, jest silné nastuzení anebo nepřiměřená potrava. Toto združení obou nemocí, z nichž každá o sobě jest již dosti nebezpečná, dostavuje se u dětí, které mlékem matčiným nebyly kojeny. Jakých léků se má proti této nemoci užívat, předepíše lékař. Na matce jest, aby dítě ošetřovala co nejpečlivěji a hlavně aby se starala o výživu dítěti prospěšnou.

Křivice (rhachitis, anglická nemoc). Nemoc tato povstává tím, že dítěti se nedostává v pokrmu tolik solí vápenatých, kolik jich k výživě kostí nevyhnutelně jest třeba. Vápno totiž činí kosti tvrdými a pevnými. Měkké kosti podávají se každému tlaku, páteř se sezením křiví, pánev se úží, nohy se vybočují, také kosti lebečné dlouho zůstávají měkké. Při křivici také velmi nepravidelně lezou zuby. Aby se tato vzrůstu nebezpečná nemoc dala vyléčiti, musí býti dítě náležitě a přiměřeně živeno. Jest nezbytno, aby se mu dostalo mléka a kasičky z mléka a mouky mírně slazené i soleně a vajec, ale ne masa a piva, poněvadž ani v mase ani v pivě mnoho vápenatých látek není. Co dále ještě užívat dlužno, poradí lékař.

Chudokrevnost (anemie). Jest nemoc, která sama o sobě těžká není, ale která zanedbána byvši může snadno býti základem nemocí nevyléčitelných, nejčastěji souchotin. Děti jsou mdlé, trpí bolestmi hlavy, závratí, dělají se jim mžítka před očima a jsou velmi popudlivy. Přiměřená výživná strava: mléko, vejce, čerstvé máslo a pohyb na čerstvém vzduchu jsou nejlepšími léky. Anemické děti nejsnáze okřejí ve vzduchu horském anebo mořském; kdo má prostředky, aby pobyt u moře anebo v horách při dobré výživě mohl chorým svým dětem poskytnouti, ať

tak učiní. Chudé matky ať se zasadí alespoň o to, aby jejich chudokrevné děti poslány byly do osad feriálních.

Ovšem není někdy v naší moci, abychom odvrátily nemoc, která často zákeřně na naše miláčky číhá, ale přece nedá se popřít, že při řádném ošetřování a bedlivém vychování předejde pečlivá matka mnohou nemoc, která by jinak vypukla a byla soužením nejen pro její dítě, nýbrž pro ni samu.



## Hygiena ženy.

Žena-matka a manželka v rodině jest všechno ve všem: lačné krmí, žíznivé napájí, nemocným posluhuje zároveň je něžně ošetřující, zarmoucené těší, tu radí, tam zrazuje, jinde dodává odvahy a všem slouží. Ano v pravém toho slova smyslu – slouží. Všechny zraky vždy k ní se obracejí, ať někomu něco schází, něco bolí, něčeho se nedostává. „Maminko!“ zaznívá ze všech stran stokrát i vícekrát denně. Aby však matka mohla vždy všem, kteří k ní svůj zrak obracejí, vyhověti, aby mohla všechny své nesčetné práce vykonati, všechny povinnosti vyplniti – má potřeby pevného, nezdolného zdraví. A přece každá žena nejlépe ví, že příroda vloživši na její bedra přetěžký úkol: roditi pokolení lidské, uložila jí zároveň snášet i nesčetné malé i velké bolesti a nepříjemnosti, o kterých se druhému pohlaví nikdy ani nesnilo, a mnohá žena, jejíž zdraví již záhy poruchy utrpělo a k jejímuž důležitému ústrojí rodičímu nebylo záhy přihlíženo, prostůně a prostěná všechn svůj život a jest obtížna nejen veškerému svému okolí, nýbrž i sama sobě. Neduživá, nezdravá žena jest největším neštěstím pro celou rodinu. Proto také učiní dívka zachuravělá anebo i taková, jejíž zdraví není pevné, a taková, která jest stížena nějakou tělesnou vadou, ve svém vlastním zájmu, v zájmu dítek, kterým by mohla dáti život, a konečně i v zájmu lidstva mnohem lépe, když se vůbec neprovdá.

Již v desátém a jedenáctém roce, kdy městské dívky začínají dospívati, jest nutno tyto poučiti, že u nich nastane brzy doba, kdy se u nich dostaví menses, aby nebyly zbytečně polekány, když by se u nich náhle bez předchozí přípravy měsíční nedužení dostavilo. Matka jim řekne, že není zdrávo v tom čase, který trvá 3-5 dní, mnoho se pohybovati, namáhavé práce konati, tančiti, na kole jezdit, anebo se koupati; ona jim řekne, že jest dlužno nejvyšší čistoty zachovávat, několikrát denně vlažnou vodou se omývat, často prádlo měniti (a ne, jak zastaralý názor dosud panuje, míti za to, že se po celou dobu měsíčků prádlo nesmí převlékati), a je-li krvácení silné, že je též záhodno obvazky nositi, které se třikrát i vícekrát za den obnovují. Naříkalo-li by si některé děvče do prudkých, křečovitých bolestí, poradí se rozumná matka ihned s lékařem, který by předepsal, co jest dlužno činiti, aby menstruace nebyla vůbec s bolestmi spojena. Mnohdy dostavují se silně bolesti také tehdy, když se žena po čas menstruace anebo těsně před ní nasydne, pročť dlužno vždycky proti nastuzení se opatřiti. Je-li děvče chudokrevné a měsíčky se zastavily, nesmí matka o své újmě sháněti prostředky, po kterých by se krvácení dostavilo, poněvadž nekrvácení není nemoci, nýbrž blednička jest to, pro kterou měsíčky se zastavily, a proto nesmí se léčiti tyto, nýbrž ona.

Jaká má býti ženina výživa? Strava pro ženu i muže bývá obyčejně táž, jen že ženy dávají častěji přednost pokrmům moučným a mléčným, a muži masitým; v domácnostech měšťanských jídla se z pravidla z jednoho jídla.

Nepřiměřeným jídlem mohla by si žena nejsnáze porušiti zdraví a pozbyti své krásy. Jezme věci velmi jednoduché, snadno stravitelné a výživné, nejezme mnoho, nejezme hltavě a v jídlech si nevybírejme. Uvědomiti si musíme, že nežijeme proto, abychom jedly a pily, ale že jíme proto, abychom tělo své dostatečně vyživily. Příroda ihned pomstí se tomu, kdo ukládal žaludku větší práci než tento mohl snést, kdo ho přecpal anebo kdo mu posílal potravu nedostatečně rozkousanou. Zkažený žaludek lze potom bez lékaře napravit postem. Nejkrásnější ženy zachovaly si svou krásu až do vysokého stáří jen přísným režimem, kterého se po celý život držely. Tak vypravuje se o dosud žijící zpěvačce Pattiové, že přes své miliony jmění žije velmi prostě a jednoduše. Po koupeli, do které se noří každého dne ráno, pije šálek čisté polévky a jí nějakou zeleninu, kterou nahrazuje někdy vejce na měkko; odpoledne teprv snídá po druhé a sice bouillon, nějaké lehké maso se salátem, moučník s mlékem a ovoce. Miluje vášnivě veškero ovoce, ale poněvadž jí bylo řečeno, že nejzdravější a jí nejprospěšnější jsou jen jablka, švestky a hrozny, zamítá všechny druhy ovoce vyjma tyto. Večer v sedm hodin obědvá opět zcela jednoduše. Nejí nic kořeněného, nijakých omáček, ani chleba a nepije ani kapky červeného vína, o kterém tvrdí, že jest pleti škodlivé. Ona sama pravila, že své mladistvé vzezření děkuje pouze své přísné životosprávě. Její oči podržely svůj mladistvý lesk, její pleť jest čistá, bok štíhlý a pohyby živé.

Jest záhodno, aby se jedlo vždy v určitou hodinu, klidně a ne příliš rychle. Po požitém obědě nebo večeři nemá se ihned ani tělesně ani duševně pracovati, poněvadž zažívání absorbuje rovněž fysickou sílu; kdo jest však ihned po jídle nucen pracovati, ten se nesmí najísti do syta a nesmí také jisti příliš těžce stravitelných jídel.

Spánek. Jistý anglický básník nazývá spánek otcem jasných myšlenek a radostného zdraví, a Španěl Cervantes pravil: „Požehnán budiž ten, kdož první vymyslíl spánek, kterým jako pláštěm zastřen bývá člověk i jeho myšlenka; spánek, který jest hostinou hladovému, vodou žíznivému, teplem zimu trpícímu a občerstvením tomu, kdož trpí vedrem.“

Spánkem se obnovují síly a proto jest nutno dobře spáti, chceme-li, aby se nám dobře vedlo. Také spáti jest dlužno v hodinách určitých a sice v noci. Dospělému člověku stačí 6-7 hodin, děti spějí déle, 8-10 hodin. Nejlépe

jest spáti od 9-5. Není nic zdravějšího nad spánek, ale jen tehda, nebyl-li prodloužen nad potřebu odpočinku.

Bezesnost jest velmi hrozné zlo, které se nedá lehce zapuditi. Lidé nervosní a takoví, kteří se nade vším ihned rozčilují, a takoví, kteří přes míru pracují a své tělo i ducha příliš unavují, bývají zachváćeni bezesností. Klidný život, pobyt ve svěžím venkovském vzduchu, mírná práce, toť jsou prostředky léčící bezesnost. Lékaři radí koupele ve slané vodě před spaním a tření těla lihlem než se pacient uloží do postele. Pochází-li bezesnost od zkaženého žaludku, jest dobře vypít na noc číšku nějakého thé. Ostatně někdy též jest příčinou bezesnosti ložnice. Místnost tato má býti co možná prostranná, vzdušná a temperatura ne příliš studená, ale dokonce ne příliš teplá.

Práce a sport. Mluví-li zde o práci, myslím na práci napřed fysickou, a sice na prvním místě na onu domácí práci, která bezpodmínečně každého dne vykonána býti musí. Nemá-li žena mimo svou domácnost jiného povolání, jakým by byl nějaký úřad, nebo obchod anebo vůbec nějaké zaměstnání, kterým by vydělávala, jest její povinností, aby práci v domácnosti ráda dle sil svých svědomitě konala a aby svou domácnost skutečně učinila tím, čím býti má: milým, čistým, vzdušným, vkusným a dle možnosti i krásným útlkem, kam by členové domácnosti rádi se uchýlovali a rádi se zdržovali. Jiná domácí práce jest obstarávati denní nákup pro kuchyni a přípravu pokrmů. Hospodyně, které záleží na tom, aby její muž a její děti byli opatřeni dobrou, přiměřenou stravou, stravou rozmanitou i chutnou, stravou vybranou a přece levnou, nenechá nikdy služebné děvče ani nakupovati ani vařiti, nýbrž obě obstarává si, pokud jí zdraví stačí, vždycky sama. Ráno vykoná jdouc na koupi procházku, čím delší, tím zdravější, prohlédne si vše, co sezona nového na trhy vyložila, zeptá se na ceny a vyběře, co se jí nejlépe hodí. Dohlíží potom k uklidu sama tu a tam pomáhajíc a pohybuje se tolik, kolik pohybu tělo její právě vyžaduje, aby zdrávo zůstalo.

Když o desáté začne připravovati oběd, jest do dvanácté se dvěma i třemi pokrmy hotova. Za svou námahu potom bývá hojně odměněna, když vidí, jak si na její práci celá rodina pochutnala. Čas jí rychle při práci uplynul a domácí šukání zdraví jejímu prospělo.

Ženy, kterým společenské postavení jaksi nedovoluje, aby se věnovaly domácí práci, anebo takové, které se duševní prací zabývají studující anebo úřad nějaký zastávající, musí své tělo pružit všelijakým sportem. Ale nechť si jen nemyslí, že když dlouhé hodiny při duševní práci trávily a čivy své namáhaly, smějí na svou fysickou sílu bůh ví jak veliké požadavky činiti.

Duševní práce zrovna tak tělesné síly vyčerpává jako fysická, proto není s prospěchem vsednouti na kolo a uháněti s větrem o závod, ihned, jakmile jsme přestaly duševně pracovati, ani honiti se s raketou za míčem, ani prudce veslovati, dlouho a rychle plavati anebo tančiti a brusliti. Veškerý sport může anebo lépe smí se provozovati jen proto, aby byl umožněn mírný pohyb na čerstvém vzduchu. Všechny přílišnosti a všechny excese jsou vždy a za všech okolností zdraví ženinu na škodu.

Nejméně zdraví ženinu ze všech jmenovaných sportů prospívá tanec, a sice na prvním místě proto, že se provozuje skoro vždy v místnosti uzavřené, nedosti provětrané a přeplněné, a za druhé proto, že se ho užívá nemírně. Tanec sám o sobě není škodliv, šlechtí a zvyšuje eleganci pohybů a ladí úměrnost těla, ale jen tehda, když se provozuje jako umění a ne jako sport, kterým se podkopává a často ničí zdraví. Tanec má býti na prvním místě příjemnou zábavou, která v nás probouzí pocity příjemné, nesmíme tedy dopustiti, aby příjemný pocit ihned nepříjemným byl vystřídán a místo příjemné nálady nastala nálada vyvolaná únavou a přesycením. Radost z tance můžeme míti jenom tak dlouho, dokud jsme nepotřebovaly nadbytek síly svalové, jakmile jsme začaly upotřebovati síly, která jest nám nezbytná, nastává ihned únava. Tu bývá čas, abychom si odpočinuly. Leč kolik dívek a mladých paní tak činí? Podívejme se, jak to u nás v tanečních síních dopadá. Mladí muži tančí, když mají chuť a potud jen, pokud nejsou unaveni. Jinak má se to s dívkou. Ustálený mrav a zvyk nutí tuto tančiti, dokud nepadne, neboť dáma pánovi nesmí poděkovati i kdyby byla sebe více unavena. Kdyby si toho přece dovolila, mohla by býti ujištěna, že by s ní nikdo dále tančiti nechtěl.

Při tanci se snadno zahříváme, teplo působí na krev, jejíž objem zvyšuje, a tato pak tělem rychleji proudí; tváře hoří a oči se lesknou a potom nastává únava, pokrmem hledíme nahraditi, co nám na síle ubylo; ale poněvadž jsme skoro žádných bílkovin nespotřebovaly, nýbrž jen uhlík, vodík, cukr a mastnotu, proto není radno jísti v taneční síni maso, nýbrž jen cukroviny a ochladiti se smíme pouze šálkem čaje anebo kávy. V těchto nápojích obsažený cofein působí blahodárně nejen na náš mozek, nýbrž také na nervy. Velmi nebezpečno bylo by pít ledové nápoje a jísti zmrzlinu, neboť náhlé ochlazení sliznice v krku a zvláště v žaludku mstívá se velmi těžce. Každá žena může jen o štěstí mluvit, když se nezachladila a těžce nerozstonala, poživši ledu ve stavu tak nebezpečném, jako jest rozehrátý lidský organismus nemírným tančením.

Nebezpečno je také zevní ochlazení pro ty ženy, které mají velmi citlivou nervovou soustavu. Jsou dosti časté případy, že ženy, které se dosti dobře neopatřily opustivše taneční síň, rozstonaly se těžce zánětem plic, který měl smrt za následek.

I také ochrnutí nervů v obličeji mívá tančení v zápětí, když rozpálená tvář zůstala vystavena delší dobu šlehání studeného větru.

Jsou lidé, kteří považují tančení také za zábavu nemorální, a to zvláště co se týká mužů. Jistý moderní filosof praví: „Jak já na tanec pohlížím, zdá se mi, že jest vždy nemorální; neboť muži tančí vždy buď z formality anebo – z jiných důvodů; šlechetná žena měla by obě odmítnouti.“ A pomyslíme-li dále, co stojí často mnohou i chudou dívku tanec peněz, co probdělých nocí, co nemocí různého druhu, musíme se s hnusem odvrátiti od veškerého moderního tančení.

Koupání. Na povrchu našeho těla usazuje se stále prach, kterým potní dirky jeho bývají doslovně ucpány tak, že kůže není s to, aby náležitě fungovala. Avšak nejenom naše kůže bývá znečištěna prachem, také sliznice trpí usazováním nečistoty, zejména tam, kde jest lidem bydliti v těsných neprovětraných místnostech, kde mnoho lidí přebývá a tam, kde slunce jen poskrovně své vzduch čistící paprsky vyzařuje. Jak nezdravo jest přebývat v takových místnostech, lze již souditi z nepříjemného zápachu, který naplní místnost hlavně takovou, kde bydlí lidé, kteří se řádně nemyjí a nekoupají. Rozklad látek dodává vzduchu onen zápach, ze kterého na člověka až mdloby přicházejí. Nepěstujeme-li a neošetřujeme-li svou kůži, vysazujeme různým nemocem celý svůj organismus; neboť hmoty které se začínají rozkládati, ubírají kůži, která v normálním stavu jest hradbou vůči zevnějšímu, její ochranou moc a tím se pak stává, že nemocí mohou snadno do těla vniknouti. Dotekem stávají se pak takové zárodky přenosnými anebo nakažlivými.

Takových látek zbaví naše tělo nejvhodněji teplá vanová lázeň, ve které nesmíme šetřiti ani mýdla, ani žíhky. Nejradikálněji však zbaví naše tělo nečistoty parní lázeň, kterou se netoliko kůže na povrchu vyčistí, nýbrž kterou se pročistí také potní dirky – póry. Komu toho prostředky dovolují, neměl by opomenouti alespoň jednou za měsíc vstoupiti do parní lázně, která se hlavně otylým paním lékaři doporučuje. Člověk, který své tělo stále v úzkostlivé čistotě udržuje, nepodléhá tak často nemocem, jako ten, kdo čistoty nedbá. Už naše staré přísloví praví: „Čistota půl zdraví.“ Ačkoliv čistota celému našemu tělu jest potřebna a prospěšna, tož přece některé části jeho vyžadují větší pečlivosti než jiné. Především jsou to zuby, potom vlasy, ruce a nohy.

Zuby. Zuby jsou netoliko přední okrasou lidských úst a zvláště okrasou úst ženiných, jsou zároveň nejdůležitějším ústrojím, kterým jest podmíněno trávení. Má-li žaludek potravu náležitě ztrávit, musí mu tato býti dodána náležitě rozkousána, a k tomu jest zapotřebí, jak se samo sebou rozumí, zdravých, pevných zubů. Abychom si zdravé a pevné zuby až do pozdního stáří zachovali, jest třeba, abychom jich šetřili a ošetřovali již od dětství. Ale právě zde se nejvíce chybí; neboť jen velmi málokterá matka pečuje o vývoj a zachování zubů u svých malých dětí.

A jak málo matek také ví, jak dítěti zuby rostou, v které době první zuby vypadávají a kdy první stabilní zuby se objevují.

Několika slovy zmíním se o vzrůstu zubů. Již v životě matčině a to asi v sedmém týdnu života embrya jsou zárodky zubů znatelné. Korunky zubů mléčných jsou po porodu v čelisti již docela vytvořeny, kořeny jim však ještě scházejí. Až tenkrát, kdy dítě mimo mléko může také pevné pokrmy přijímati, postarala se matka příroda o to, aby děťátko opatřeno bylo také zoubky. Dítěti lezou zuby, říkává se obvykle. Toto lezení zubů děje se u zdravých dětí, které nejsou rachitické, v šestém měsíci po narození a sice vylezou dva spodní prostřední zoubky. Za nedlouho na to vylezou dva hoření střední zuby. V 8.-10. měsíci objevují se postranní řezáky a tyto obvykle napřed nahoře a potom dole. Ve 12.-16. měsíci vylézá první stolička, v 16.-20. lezou špičáky a ve 20.-30. měsíci vyrůstají druhé stoličky. Mléčné zuby narůstají dítěti do 2<sup>1/2</sup> roku úplně. A nyní také nastala doba, kdy se má začít s náležitým čištěním zubů dětských. K tomu cíli jest dlužno zakoupiti malý, úzký kartáček, který musí míti každé dítě své vlastní a nesmíme nikdy zuby několika dětí jedním „rodinným“ kartáčkem čistiti. Také kartáčkem musíme uměti dobře manipulovati. Namočme kartáček do vody, kterou zuby myjeme (nejlépe tomu účelu vyhovuje roztok soli kuchyňské; vezmeme na špičku nože do sklenice teplé vody), dítěti jest nutno zoubky zatíti a pak mu je umyjeme zevně, když jsou čisté, musí dítě zoubky rozevřít a myjeme mu korunky nahoře od pravé k levé a od levé k pravé a potom se čistí strana vnitřní. Nesmíme rovněž zapomenouti vatou namočenou v též roztoku, co jsme zuby cidili, očistiti dásně. Takové důkladné vycídní zubů mělo by se konati každého rána a večer, ale obzvláště večer. Kdyby mezi zuby na noc zbyly kousičky jídla, nastalo by v ústech kvašení, které má v zápětí netoliko nepříjemný, zakyslý zápach z úst, nýbrž může způsobiti také kažení zubů. Proto moudrá matka

nepodává dítěti před samým uložením ani bonbonů ani čokolády, ani koláčů.

Zvykne-li si již malé dítě čištění zubů a úst, samo již matku upozorní, kdyby tato jedenkrát pro náhodou překážku měla zapomenouti. Třetím rokem počínaje budiž každé dítě nejméně dvakrát do roka prohlédnuto svědomitým zubním lékařem, který mu možné vykaženiny obyčejnou plombou zaplní. Děti také i zubnímu lékaři zvyknou a nebudou se ho báti, když by bylo nutno v ústech provést operaci. Bohužel, jest ještě mnoho rodičův, kteří ošetřování dětských zubů za pouhý luxus pokládají, odůvodňují své jednání slovy: „Vždyť beztoho vypadají, nač je spravovati!“ Jsou však na velikém omylu, vždyť také dítěti narostly zuby jen proto, aby potravu jimi dobře rozkousalo, neboť v nejuťlejším mládí vývin i vzrůst těla jest závislý na řádné výživě. Jak ale může dítě dobře trávit, když pokrmů na bolavých zubech nerozkousá? Dále vykotlané zuby působí dítěti také v noci bolesti, které olupující je o spánek, celý jeho organismus oslabují. Konečně jest nutno přece vykažené zuby dítěti dát vytrhati, takže nemůže pokrmů naprosto pokousati; tyto však nebyvše řádně stráveny, působí mnohé katarrhy žaludku i střev, čehož následek jest špatný vývin celého ústrojí tělesného.

Také na stálé zuby mají zuby mléčné veliký vliv. První stabilní zub vyrůstá v šestém roce a sice za druhou stoličkou mléčnou, a jmenuje se třenovec. Nenažde-li tam oporu v zubu mléčném, nevyroste na místě vykázaném a tím se celý chrup uvede v nepořádek a zuby nestejně rostou. Druhé zuby počínají v 7.-8. roce. Zase vyrůstají napřed dva prostřední dolejší řezáky a potom hořejší. Od 8.-9. postranní řezáky a potom pomalu malé stoličky a naposled mezi 12. až 15. rokem napřed špičáky a potom druhé zuby třenové. Třetí zub třenový, tak zvaný zub moudrosti, vyrůstá teprve v 18.-24. roce, někdy i později. Lezení zubů není u každého dítěte stejné. Mnohému narostou zuby dříve, mnohému později. Také co se počtu zubů týká, nemůžeme říci, že jest jich 32. Někomu jich naroste jen 28 a zub moudrosti vůbec se neobjeví; někomu zase ani řezáky všechny nevylezou a takoví lidé mají potom „řídké zuby“. Důležité jest míti na zřeteli, že zubů mléčných jest 20 a sice nahoře a dole po 4 řezácích, po jednom špičáku a dvou stoličkách malých, které vypadnuvše zas narostou a že třenové zuby, které jsou na každé straně nahoře i dole 3, někdy jen dva, vyrůstají jen jednou.

Jak již praveno, jsou zuby přední okrasou úst ženiných a sebe větší krasavice ztratí ihned mnoho procent své krásy, když otevřevši ústa, ukáže nedosti čisté, nedosti bílé, vykotlané anebo všelijak spravené zuby, anebo zuby falešné, a z jejichž úst nás ovane nepříliš libý zápach. Raději méně hezký obličej, ale skvělé řady bílých zubů a čistá ústa! Krásy obličejů nemůže si sice dáti člověk sám, ani matka svému dítěti nemůže jí udělit, leč zdravé, pěkné zuby může míti skoro každá žena, když jich bylo v dětském věku dbáno a když byly řádně ošetřovány!

Vlasy. Vlasy nejsou tak důležité pro lidské zdraví, jako zuby, ač schází-li někomu úplně, může si hlavu nastydnouti a trpěti bolestmi rheumatickými; leč toto týká se hlavně jen mužův. Ženy holohlavostí také tak často stíženy nebývají, jako muži. Leč bujný, vlnitý vlas, silný, lesklý pletence, které tvoří přirozenou ozdobu hlavy a její korunu, jsou nejkrásnější ozdobou ženina těla. Neznám ani jediné ženy, která by si nežádala bohatého vlasu!

Leč i vlas vyžaduje pečlivého denního ošetřování. Výživu svou přijímá vlas z krve; jest tedy nutno, aby vlasy měly dostatečně krevní potravu a potom také světla a vzduchu. Jsou-li vlasy samy sebou příliš mastny, jest nutno, aby se mydlinami, smíšenými s lihem častěji propíraly; jsou-li příliš suchy a lámou-li se, jest záhodno natírat je častěji olivovým olejem. Každý vlas jest dlužno alespoň jedenkrát za měsíc důkladně vyprat. Dobrá voda k takovému vyčištění vlasů připravuje se takto: V litru vody rozvaříme glycerinové mýdlo a necháme roztok schladnouti. Než ho použijeme, rozmícháme v něm jeden nebo dva žloutky. Rozpuštěné vlasy potom tekutinou takto připravenou myjeme a třeme až pěna se tvoří úplně úplně; potom se vlasy napřed teplou a potom studenou vodou propláchnou a dobře flanelem usuší. V létě jest dobře sušiti vlasy na slunci. Když vlasy uschly, natřeme kůži vlasovou glycerinem a můžeme ji také massovati, tím se vzrůst vlasů podporuje. Vlasy jest nutno opatrně rozčesávati, proto se střežme modrchat je, abychom je nemuseli trhati a lámati. Hřebenu, kterým své vlasy česáme, nesmí někdo druhý používat, poněvadž se jím nemoci pudy vlasové, jako lupy a lišeje přenášejí. Nikdy také neužívejme hřebenů vyložených v lázních nebo v toaletních síních při tanečních zábavách, a také nedejme se česati od kadeřnice jejím hřebenem.

Tinktur, vodiček a všelijakých vychválených pomád neužívejme; tyto věci neuškodí-li zrovna, zajisté ještě nikomu neprospěly. Vypadávají-li vlasy příliš anebo tvoří-li se na hlavě mnoho lupů, učiníme nejlépe, když se poradíme s odborným lékařem, ve velikých městech s lékařem kosmetikem, který nám nejlépe poradí, čeho nám činiti třeba. Abychom ochránily vlasy předčasného sešedivění, musíme je častěji natírat ořechovým olejem, zvláště tenkrát, je-li šedivění vlasů v rodině jaksi dědičné. Barvení vlasů nedoporučuji. Předně jest taková procedura drahá a potom není to přece dosti čisté. Přímo odporně působí pohled na hlavu, jejíž půda vlasová jest barvivem všechna černá a zamazaná. Sára Bernhardtová, která až do svého šedesátého roku se těšila krásnému vlasu, nedala se nikdy nikým učesati, nýbrž své vlasy vždycky sama velmi pečlivě ošetřovala, propírala a na slunci sušila. Také

pudrování vlasů všelijakými prášky nelze schvalovati. Moderní žena ve všem všudy přidrží se pouze přírody.

Ruce. Ladné gesto, provedené bělounkou, krásně formovanou rukou, líbí se zajisté každému. –

Ve velkých městech jsou lékaři-kosmetikové, kteří se zabývají pouze pěstěním rukou, tak zvaní manukurové. Tito ošetřují netoliko kůži a nehty na rukou, nýbrž dodávají ruce také formy, činíce ji úzkou a zvláště o to pečují, aby kotníky na prstech nevyčnívaly. Které ženě poměry majetkové toho dovolují a měla by náhodou ruku neforemnou, nemohla bych jí zrazovati, aby k takovému lékaři došla; jest ruka, zvláště ženina ruka po obličejí nejkrásnější částí našeho těla a zajisté každá žena by byla ve velkých nesnázích, kdyby se musela za svou ruku stydět, když by se musela báti ukázat ji. Doporučuje-li se čistota celému tělu, musí se zvláště doporučit ruce a zvláště ruce ženské, která jiným slouží a pokrmu připravuje. Zvláště je nutno dbáti čistoty nehtů, aby za nimi černé proužky jako na znamení smutku nezůstávaly. Nehty nad to musí býti řádně zastříženy; u tlustých prstů do špičky a u tenkých do kulata. Jsou-li ruce červené, jest dobře mýti je ve vodě, do níž jsme přidali bledny (boraxu) a natírat je kafrem. Ruce, které musí hrubou práci konati, mnoho se ve vodě za chladného počasí máchat, jest s prospěchem vždy dobře osušiti a několikrát za den glycerinem natříti.

Ideálem krásné ruky jest ruka úzká, bílá, měkká, s dlouhými vřetenovitými prsty s růžovými, úzkými a mdle lesklými nehty. Z formy ruky často se soudívá na duševní vlastnosti člověka. –

Neméně čisté jako ruce mají býti také nohy. Malá, úzká noha, vězící v hezounké botičce anebo v roztomilém plesovém střevíčku, skytá zajisté milý pohled a rozmnožuje ženinu krásu. Ale ať si žádná žena nemyslí, že pěkné malé formy nohy lze nabýti malou obuví. Malou obuví docílí se právě opak. Otlačená kůže nabubří a ztvrdne, tvoří kuří oka a veliké mozoly, které objem nohy v netušené míře zvětšují a nad to kazí nohy tak, že když jest noha nucena býti po několik hodin obuta, působí nesnesitelné bolesti a pravou torturu. Každá žena nechť si opatří pohodlnou obuv a doma nechť nosí sandály po způsobu Řekyň, které měly zvláště krásné nohy. Nad to vyžadují nohy častého koupání ve vlažné vodě. Nehty jest dlužno častěji zastříhávati, aby se nepodlamovaly anebo do masa nezarůstaly. Trpí-li někdo potem na nohou, anebo komu se prsty podlamují, učiní nejlépe, když se poradí s lékařem, aby tento předepsal, čeho jest třeba činiti. Není nic odpornějšího a hnusnějšího nad to, jako když jest někdo přinucen čichati zápach, který rozšiřují potící se nohy.

K rozmnožení krásy přispívá také mnoho ušlechtilé držení těla a lehká rytmická chůze. Kdo chce již svou chůzi projevití distingovanost, nesmí choditi ani příliš rychle, ani se nesmí vléci, krok nesmí býti ani příliš dlouhý, ani slepičí. Také v chůzi jest nám zachovati zlatou střední cestu. Hlavu dlužno při chůzi držeti zpříma, avšak musíme nenucené rozhlížeti se po tom, co se kolem nás děje. Šíjí nekloňme ani vpřed, ani vzad, a zejména neohýbejme páteř. Mysleme vždy, že jdeme a že oči těch, kteří nás mívají, jsou obráceny k nám. Také tehda, je-li nám vystupovati na nějaký kopec anebo jen jíti po schodech nahoru, nesmíme se nachýliti do předu anebo našlapovati celou nohou a tlouci podpadky do schodů. Chůze ženina má napodobiti vlnivý pohyb a to tak, aby se zdálo, jakoby žena vzduchem plavala. –

## Má žena užívati kosmetických prostředků?

V naší době vracíme se ve všem všudy k přírodě. Vše umělé, nepravdivé, předstírané, všecka faleš se zavrhuje. Naše doba právem měla by se nazývati realistickou. Nabarvený, nalíčený, napudrovaný obličej působí dojmem přímo směšným. Krásná tvář jest jen taková, která má průsvitnou narůžovělou pleť, na které jest každé hnutí myslí ihned znatelné. Proto některé z nejslavnějších hereček zavrhnou líčidlo jako Italka Eleonora Duseová. Že vrátila se žena, co se týče šlechtění krásy, k přírodě, děkujeme vlastně vědě a potom zlepšenému, vytříbenému ženinu vkusu. Lučba ukázala zcela přesně, jak který prostředek působí a lékař ví, anebo alespoň měl by věděti, kdy toho kterého prostředku dlužno užití, aby té či oné chorobě kožní nebo krevní čelil. Drobnohled jest lékařovým vůdcem, tím zkoumá buňky a pátrá po nejtajnějších procesech, které se v nich dějí. Vždyť vady pleti a kůže, prořídlý anebo scházející vlas, špatné zuby bývají namnoze jen viditelnými známkami nemoci, kterými naše tělo jest stíženo. Přirozeným léčitелеm lidské krásy jest voda, světlo, vzduch, masaže, elektřina; těmito vedle nejlepších lučebních preparátů léčí lékař-kosmetik neduhy, které ničí krásu lidského těla. Druhdy snažívala se žena krásu předstírati líčidly, dnes bude její snahou skutečné krásy nabýti a tuto si zachovati; jestiť přesvědčena, že jen zdravím podmíněná krása jest skutečnou, přirozenou krásou. Na toaletním stole moderní ženy nebudou ovšem také scházet různé kosmetické prostředky, leč užije jich vědomě jen tam, kde skutečně pomohou, anebo pomoci mohou. Nebude zajisté po způsobu starých Římanek těla svého vonnými mastmi mazati, aby nezapáchala, ani si nevloží do úst libě páchnoucí koření, aby zničila nepříjemný dech, který vzniká v nečistých, kazících se zubech, nýbrž bude hleděti čistotou vady takové zdolati.

# Má-li žena dbáti tělesné své krásy?

Od nepaměti za všech věků i také u národů na nejnižším stupni kultury stojících jevila se snaha dodati zevnější schránce tělesné ještě jakési zvláštní ozdoby, to jest: krásu tělesnou zvýšiti. Tak na př. divoši, kteří neuznávají oděv nutným a tedy, bez něho se obcházejí, svou kůži rozličnými figurami mají pomalovánu. Tyto figury sloužily sice z části za znamení, ale většinou nebyly ničím jiným, než ornamenty vpíchanými, vtetovanými v lidskou kůži. A v této snaze po zvýšení tělesné krásy spatřujeme u člověka vrozený cit pro krásu, který s hlediska jak esthetického, tak ethického je nutno schvalovati, zejména tehda, je-li to touha po skutečné, dokonalé kráse, po kráse, která člověka blaží a šlechtí, probouzejíc v něm libé pocity.

Leč pachtiti se po tělesné kráse, jejíž podkladem byla by marnivost, promrhati dlouhé hodiny třením, koupáním, mazáním, líčením a fintěním jen proto, abychom se svými tělesnými půvaby zaskvěly před ostatními, horečně se namáhati, abychom zakryly první vrásku, nabarvily první šedivý vlas, taková touha po kráse jest nemravna a se stanoviska ethického úplně zavržitelná.

Všichni lidé osvícení a dobří milují pravdu, krásu i dobro; člověk opravdový bývá ctěn a vážen, dobrý milován, krásný obdivován a zbožňován. Proto táž se, která ze žen nechtěla by býti krásnou a dobrou. Zajisté ani jedna neřekla by: „já ne!“ Leč nejenom přáti si má žena, aby byla krásna, já bych řekla, že jest její svatou povinností poskytovat svým ladným zevnějškem milý, příjemný pohled každému, s kým jest jí stýkati se, a je-li provdána má se snažiti, aby zjevem svým a celou svou bytostí oblažovala a poutala toho, kterého svým chotěm zvolila. Žádné ženě nemá býti lhostejno, jaký pohled skytá očím jiných; vždyť zajisté chvalitebno jest chtíti se líbiti těm, které milujeme a kteří milují nás, tedy na prvním místě těm, kteří s námi společně žijí, našim nejbližším příbuzným, ano i zrakům lidí neznámých, abychom v duších jejich vyvolaly onen blaživý pocit, který se rodí z pohledu na krásno. Paní Staffová, kterou Francouzi vychovatelkou ženy nazývají, praví: Krása člověka povznáší, a oblažila-li žena svou krásou jen na okamžik svého bližního, již tu vykonala skutek dobrý. Ženě jest také věděti, že vchází do srdce svých bližních pohledem, kterým tito na ni utkvívají a proto jest nutno, aby s krásou svého obličeje uvedla v soulad i své pohyby, svou chůzi i držení svého těla. Při tom však žena nikdy nesmí zapomenouti, že krása fysická pozbývá své hodnoty, není-li provázena krásou duševní, krásou ušlechtilé mysli a krásou šlechetného, dobrého srdce. A naopak, že také ethická krása na své ceně může újmy utrpěti, dlí-li ve schránce její ušlechtilosti neodpovídající. Proto je na ženě, aby se snažila zdokonalovati jak krásu tělesnou, tak duševní. Dle úsudků na slovovzatých lékařů jest v moci každé ženy, aby si svou vrozenou krásu tělesnou zachovala, prostřední neb nepatrnou zvýšila a úplně chybící alespoň do jisté míry nabyla a to až do roku šedesátého, tedy až skoro do té doby, kdy lidský život potom obyčejně brzy se ukončuje. A toho lze docíliti jediné vzornou životosprávou, bez kosmetických prostředků, bez drahých líčidel, prášků a mýdel, vodiček, krému a tinktur. Že si ženy mnohé takto svou krásu zachovaly a to až do vysokého stáří, dokazují nám mnohé proslulé krasavice; jmenuji mezi jinými Ninon de Lenclos a Dianu de Poitiers z doby starší a Adelinu Pattiovou z doby přítomné, která se u věku padesáti šesti let provdala za muže o dvacet let mladšího a přece vedle něho, jak veřejný tisk zaznamenal, měla vzezření úplně svěží. Svou svěžest děkuje slavná diva Pattiová jediné přísné dietě, nepožívajíc nikdy pokrmův a nápojův ani skvostných ani mnohých.

Krása ženina mocně působí také na celé okolí, kde žije, její moc jest vítězná, zvláště tenkrát, provázena-li půvabem. Máme toho doklady již z nejstarších dob. Připomínám jen Ester, Rut, Marii Magdalenu; z našich dějin Šárku, Boženu u potoka prádlo peroucí. Z doby novější tane mi zvláště na mysli Josefina, choť Napoleonova. Když totiž Napoleon ještě byv konsulem, navštívil vdovu Beauharnaisovou, aby synu jejímu Ludvíkovi odevzdal meč po zesnulém jeho otci, bylo jí tehda již 35 let, kdežto Napoleonovi teprv 27 jar. Leč její krása a ještě více její půvab vyvolal tak mocný dojem v duši vojevůdcově, že zvolal: „Madame, já vítězím nad národy, však vy vítězíte nad lidskými srdci.“ Netrvalo dlouho po tomto zvolání, a Napoleon posadil jí sám korunu císařskou na hlavu ve chrámě „Notre-Dame“.

Radím proto každé ženě, aby byla úzkostlivě dbalá svého zevnějšku a to nejen na ulici a ve společnosti, nýbrž také doma a hlavně tady. Uspořádati svůj zevnějšek v ladný celek nestojí nic, než trochu práce, trochu námahy, takové práce, která podmiňuje čistotu a pořádek v celé její bytosti. Skoro vždycky pozbývají ženy své krásy vlastní vinou a sice proto, že na pěstění její zapomínají, což děje se někdy bezvědomě, často však též úmyslně. „A což na mně již záleží, jsem vdána, nač se mám strojit, nechci se již nikomu zalíbiti!“ říkává tak mnohá žena, a při tom zapomíná, že se den ze dne vždy více přestává líbiti vlastnímu muži, kterému se následkem své nedbalosti do té míry znechutí, že se začne ohlížeti za takovou, která se chce líbiti. Ženy zřídka kdy vědí, že jest jim namáhavě bojovati proti vlastní hmotě, dříve ještě, než začala nad jejich bytostí vítěziti nadbytkem masa a tuku. Takový nadbytek podporují hlavně dvě zla; jedno z nich slove mlsnost a požívání nadpotřebu pokrmů a

nápojů, které jejich chuti lahodí. Druhé a snad ještě větší zlo jest záliba v pohodlí, jiným méně pěkným slovem lenost. Svou pohodlností ztrácí obyčejně žena svou grácii, to jest ušlechtilost pohybů tělesných a stává se těžkopádnou, nemotornou, nehezkou.

Jak již podotčeno, podporuje krásu obličeje, lepest forem a ladnost pohybu na prvním místě zdraví, které zase podmíněno bývá vzornou životosprávou. Jistý věhlasný lékař nemocí kožních praví: „Základem pravé tělesné krásy při normálním vzrůstu jest: Zdraví přiměřený tělesný vývin, provázený probudilým, silným duchem. Tělo řádně vyvinuté, zdravé, tvář kvetoucí, ozářená jasně duhou, zůstává lepou, i když jí bylo projíti mnohou bouří života; neboť na každém jednotlivém údu zrcadlí se ladný obraz celku.“

Praveno tedy, že krásu na prvním místě podporuje zdraví. Abychom tohoto nabyli, anebo, abychom si stávající zachovali, nutno jest tělo své přiměřeně živiti, přiměřeně spáti i bdíti, přiměřeně tělesně i duševně pracovati. Na druhém místě slušno i nutno jest dbáti čistoty jak těla tak oděvu i příbytku. „Čistota půl zdraví.“ Když nás jen zuby nebo hlava bolí, již tato někdy nepatrná bolest jeví se na naší tváři, činíc ji ihned méně půvabnou. Avšak v mnohem větší míře prozrazují oči i pleť našeho obličeje utrpení tělesné, byl-li nemocí zachvácen některý z důležitějších orgánů našeho těla, na příklad žaludek anebo játra. Trpí-li žaludek poruchou, ihned smrtelná bledost rozhostuje se po naší tváři, a byla-li nemocí játra zasažena, stává se pleť žlutou jako vosk anebo se pokrývá hnědými skvrnami. Zasáhla-li však nemoc celý náš organism, zalomcovala-li námi zimnice anebo horečka, mizí krása i s nejkrásnějšího obličeje, oko pozbývá lesku, stává se smutné a bezvýznamné, kůže, pleť vraští a žlutne a celé tělo leží jako bezvládná hmota – tam ten jest půvab, zmizela krása! Proto nelze ani dosti opakovati: „Šetřme svého zdraví!“

A tak jak se zrcadlí neduhy tělesné v našem obličeji, tak a často ještě u větší míře trpívá krása porušení útrapami a neduhy čili hříchy duševními. Zrovna tyto duševní neduhy zanechávají na lících žen stopy nevyhladitelné. Proto jest nutno obrniti se, pokud možno, největším duševním klidem a mírem a především mravní bezúhonností. Vystříhati se jest dlužno všech vášní a náruživostí, které ženu přímo ošklivou činí. Na prvním místě jmenuji prudký hněv, vulgárně vztek – a všechny jeho mírnější odrůdy: prchlivost, netrpělivost, nedůtklivost, přemrštěnou nervosnost atd. Na druhém místě jest to závist, o které se příslovečně říká, že jest bledá; žárlivost prý je žlutá a lakota zelená. Proč nectností těmto takových epithet se dostalo, každý lehce uhodne. Protivou k posledně jmenované nectnosti jest hýření a potom nemírné požívání jídel i nápojů a z toho se prýštíci neřesti. Kdyby mnohé ženy věděly, že každou noc probdělou při bohaté tabuli anebo v taneční síni mnoho procent své krásy ztrácívají, zajisté by se podobným radovánkám a kratochvilám všemožně vyhýbaly. Žena, která požíla nemírné množství vína anebo jiných lihovin, ztrácí nejen svou ženskost, ale pozbývá naprosto veškerý krásy. Jest tedy nutno, aby každá žena, která krásy své jest dbalá a tu si zachovati chce, žila, jak možno, jednoduše a pravidelně, vystříhajíce se ve všem možných přílišností. Životem správným, jednoduchým, prostým krása přirozená se zvyšuje a nehezkost se zmírňuje. Duše naše obráží se v naší tváři: „oko do srdce okno.“ Jasně čelo prozrazuje čisté myšlenky a řeči projevujeme svého ducha; proto budiž též mluva naše moudrá, důstojná, slova obezřele volena tak, jak se sluší bytosti obdařené vznešeným darem rozumu a soudnosti. Naši inteligenci tedy, což jest naše duševní krása, prozrazuje výraz našeho obličeje. Oduševnělými tahy tváře, ladným gestem, graciosním držením těla jeví se začasť vznešenost povahy a ušlechtilost srdce. Toho všeho budeme-li dbalé, přiblížíme se nejdříve vysněnému ideálu, kterého žena má býti strážkyní, což neznamená honbu za chimérami, nýbrž opravdové konání povinností také nejnižších, abychom svým životem vzorným idealisovaly všední skutečnost. Jen takové ženy budou pak důstojnými matkami, opravdovými ženami a neocenitelnými družkami svých mužův.

Již shora bylo pověděno, že člověku jest vrozena touha po zvyšování tělesných vnaď; proto snad každá žena se domnívá, že oblekem svým zvyšuje svůj půvab, svou krásu. Ano, oblekem, šatem měla by se krása těla zvyšovati, leč stává se často opak toho, a mnoho žen svým nevkusným, nepřiměřeným oděvem svou přirozenou krásu nejen že nepřivádí k platnosti, ale začasť ji zcela ruší a ničí. Žen, které se dovedou skutečně vkusně obléci, jest velmi málo. Řekla bych, že kolik jest umělců mezi všemi námi, jen tolik asi bude žen, které rozumějí umění: obléci se. Ne každá pěkná věc sluší každé třebaš pěkné ženě. Každá žena má věděti, jaký střih sluší její postavě a celému držení těla. Má dovésti nejen svůj šat voliti, ale jest nutno, aby ho dovedla též nositi, a nesmí si dáti vnutiti ani oblek ani klobouk, který by byl na úkor její kráse. Leč o tom pojednám v některé z příštích kapitol.

Mezi všemi národy na světě vynikali Řekové jak krásou tělesnou tak duševní. Po nich zachovala se zásada potom Římány vyslovená: „Zdravá duše v zdravém těle“ anebo také: „Krásná duše v krásném těle.“ Krásu žen řeckých nesmrtelným svým dílem zvěčnil Fidias a ještě jiní umělci té doby, krásu, které se obdivovaly věky, které se obdivujeme my a která přetrvá ještě věky po nás. Řekové dbali krásy zevnější a všemožně ji podporovali a zvyšovali, a to tělesnými cvičeními, hrami na čerstvém vzduchu, plaváním, tancem; potom ladnými účesy a



krásně v řasy splývajícíím rouchem.

Následujme i my jejich příkladu a šetřme své krásy vrozené, rozmnožujme ji, šlechtěme ji, zvyšujme ji, vždyť dá se toho docílit malými prostředky i malou ztrátou času. A potom krásné zdravé tělo, lepou tvář, ladné, graciosní pohyby každý rád sám na sobě i na jiných vídá. A je-li zdravé, hezké tělo a krásná tvář prozářená jasem ducha, máme před sebou ideál člověka, ku kterému nechat všechny ženy dospěti se snaží!

## Co podporuje tělesnou krásu?

Pravila jsem, a zajisté jest také známo, že vnitřní cena člověka není závislá na tělesné kráse ani na mládí, ani na ladných pohybech a krásném držení těla, nýbrž, že kotví v ryzosti charakteru toho kterého jednotlivce. Než nedá se upříti, že cennější jest drahokam, zasazen-li jest ve zlatě než v železe, a že lahodněji nám chutná nápoj z křišťálové sklenice než snad z nedosti čistého, otlučeného kamenného hrnku. A kdo by chtěl o tom pochybovati, že cena člověka o mnoho se zvyšuje, přebývá-li vznešený duch jeho a srdce ušlechtilé ve schráně těchto vznešeným statkům odpovídající? Krásná duše v krásném těle, toť zajisté ideál člověka. Vždyť již náš vrozený cit esthetický jest toho příčinou, že oko naše se zálibou spočívá na tváři lepé, raději se zadívá na tělo souměrné, lahodí mu pohyb i gesto ladné, slovem: krása v člověku způsobuje pocity libé. Jak veliká a důležitá úloha připadá tudíž matce, aby ze svých dětí vychovala krásné, zdravé lidi. Co péče jest tu třeba, co námahy a práce, aby odstranila vše, co by bylo na úkor zdraví a na úkor kráse jejích dětí, které musí ošetřovati a chrániti dnem nocí nad nimi bdíti, jako pečlivý zahradník, záleží-li mu na tom, aby z planých stromků a divokých rostlin šlechtěním vypěstil ušlechtilé stromy ovocné nebo vzácné vonné květiny.

Jistý esthetik praví: „Krása není nahodilostí ale musí býti získávána mnohou prací.“ Krása jednotlivce i celé račy podmíněna bývá rozličnými vlivy: podnebím, potravou, spánkem, způsobem života, jest, abych tak řekla, výslednicí nahromaděné práce. Dobrému vkusu jest nutno přinést mnohé oběti, jest třeba mnohé proň podstoupiti, mnohé vykonati a mnohé se odříci.

Kráse nutno dáti přednost před zvyklostí, před pohodlím, před požitkem, před soudem lidí jiných a hlavně před inklinací k lenivému hovnění. Krásná pleť, krásné lesklé oko, bohatý vlas, bělostné zuby, štíhlá postava jsou součástky lidského těla, jejichž krásu šlechtěním netoliko lze udržeti, nýbrž lze jí také zvýšiti, eventuálně nabýti.

Šlechtíme, udržujeme, zvyšujeme, ba i nabýváme krásy vzornou životosprávou a duševní rovnováhou. Přiměřená výživa, přiměřené spaní i bdění, přiměřená práce i odpočinek, vystříhání se všech náruživostí, toť ono kouzlo, které budí krásu, mír a lidskou spokojenost.

## Jak se máme žít?

Pravdou jest a zůstane, že štěstí rodiny na mnoze spočívá v rukou ženy, v rukou domácího genia, který odpovídá přiměřenou stravou za rodinné zdraví a tímto podmíněnou krásu a spokojenost. Nejdůležitější životní podmínkou člověka jest jídlo. Dokavad člověk přírodní neznal jiných potřeb než jídlo, pracoval jen tehda, když měl hlad, to jest šel uloviti nějakou kořist, aby hlad zahnal, když se však najedl, zase si lehl. Veškera práce na světě nejdřív konána byla proto, aby se jí člověk uživil. Čím více kultura lidská stoupala, tím více potřeb měl člověk. Počal si stavěti přibýtek více méně nádherný, počal se odívati tkaninami více méně drahými, vyhledával požitků, zábav a radovánek, a proto hleděl výdělek svůj zvýšiti, a pracoval a vydělával mnohem více než co stačilo na jeho výživu.

Jsou však přece také lidé, kteří pracují jedině za tím účelem, aby sebe a rodiny své uživil, poněvadž výdělek z jejich práce, někdy práce velmi namahavé, na víc nestačí. Jest tedy tak mnohemu člověku pokrm jedinou potřebou a jediným požitkem. Proto jest nutno a velmi důležité, aby žena, která pokrmy připravuje, přihlížela ke trojí věci: předně, aby pokrmy byly výživné, za druhé chutné a za třetí zdraví lidskému přiměřené; ona musí dovést posouditi jakost potravin i kvantum, kterého jest třeba, aby ti, kteří k jejímu stolu zasedají, byli skutečně nasyceni a aby po každém jídle měli pocit příjemné sytosti. I nejideálnějšího člověka uspokojí dobrý oběd, kdežto špatný bývá původcem mrzutých a špatných nálad. Člověk naší doby jest zjemnělý, jeho nervy jsou slabší a hlavně žaludek nefunguje již tak, jak tomu bylo, když se prohánival po honech za divou zvěří. Způsob života našeho jest naprosto různý od způsobu života našich předků, a proto také jest nutné, aby naše pokrmy jinak pro „moderní“ žaludky byly připravovány. Připravovati jídla nazývá se za naší doby uměním a tím také jest. A umění toto vyžaduje celého moudrého člověka, obzvláště jedná-li se o kuchyni, ve které jest nutno z malých prostředků připravit chutnou a dostatečnou stravu. Za mnoho peněz upravit špatný pokrm, to dovede leckdos, ale za málo peněz upravit výtečný oběd, k tomu zapotřebí i umění i rozumu i práce. V naší měšťanské kuchyni nemá zdravá hospodyně, není-li zaměstnána v úřadě anebo obchodě, nikdy ani nákup ani kuchyni svěřovati nezkušené, nerozumné a nedosti čisté služce. Hospodyňka nesmí šetřiti kroků, jedná-li se o koupi potravin dobrých a levnějších, ale musí sama dojíti na trhy i do tržnice, aby viděla vlastníma očima, co každá roční doba skýtá a kdy jest dobře tu nebo onu věc koupiti. Žena pohodlná, žena fintivá ovšem nemá času ani na nákup ani na kuchyni a předává oťeže hospodářství cizí osobě, která dbá jen svého prospěchu; nakoupí, co se jí namane, a uvaří, jak chce a jak dovede, jen když jest něco uvařeno. Tím pak trpí muž, trpívají děti, trpívá celá domácnost, ze které blahobyť i požehnání prchá, a kam se zahnížďuje všeobecná nespokojenost. Staré přísloví praví: „Cesta k srdci vede žaludkem“, a toho by měly naše hospodyňky obzvláště býti dbalé.

Chřadnou-li naše děti, jsou-li bledy, hubeny, obyčejně všude jinde hledávána bývá toho příčina – a zatím vězíva obyčejně ve špatném vedení kuchyně, v nerozumné a nedbalé přípravě jídla. Nejsvěžejší vzduch celého světa není potom s to, aby napravil, co špatná výživa zavinila, toho ať jest každá matka si vědoma.

Již ve škole měly by se dívky učiti znáti různé druhy potravin, jejich větší či menší výživnost, a nenaučily-li se tomu tam, jest to svatou povinností matek, aby dcery své záhy s hospodařením obeznamovaly, aby je učily nakupovati a poznávati jakost potravin. Jíti před sňatkem na tři měsíce do „Domácnosti“ nestačí, jak si mnohá dívka často myslívá. Hospodyně musí věděti, že laciná věc není vždy laciná, ba naopak, že může býti právě nejdražší, poněvadž bývá často nepoživatelná anebo zdraví lidskému škodlivá. To platí hlavně o mase, másle a vejcích, poněvadž ty věci jsou hlavními součástkami našich jídel. Raději o něco méně, ale za to tím lepší zboží musí býti zásadou dobré hospodyně. Lépe jest za jistých okolností postavit na stůl jedno výborné jídlo, na kterém si každý pochutná, než tři anebo čtyři jídla nechutná. Také výživa a zdraví lidské podmíněno jest usilovnou namáhavou prací, které se žádná hospodyně vyhýbati nemá a nesmí. Za svou námahu a klopotnou práci bude odměněna zdravou, růžolící a spokojenou rodinou, rodinou šťastnou.

Co máme pít? K této otázce odpovídám jediným určitým slovem: Vodu. Čistá pramenitá voda byla přírodou určena za nápoj lidstvu. Vše ostatní, čím lidé často svou žízeň hasivají, jsou nápoje umělé a zdraví lidskému více méně neprospěšné, ne-li přímo škodlivé. Které nápoje jsou lidskému zdraví na újmu? Všecky, které obsahují líh. Otázka alkoholismu jest velmi časová, protože právě v naší době hledí se alkoholismu učiniti přítrž, poněvadž se uznává, že alkoholism jest nejkrutější metlou lidstva, jest jeho pohromou, zhoubou, morem. Pořádají se sjezdy, mluví se ohnivé řeči, píší se brožury i celé knihy proti alkoholismu, poněvadž nejslavnějšími lékařskými autoritami bylo na jisto postaveno, že líh neboli alkohol, i když se ho nejmenší kvantum požije, působí rušivě na ústrojí lidského těla a na jeho funkce. Zvláště u vysoké míře porušuje činnost žaludku, ledvin, srdce, plic a jater, a oslabuje a rozrušuje soustavu nervovou; a nad to velmi neblaze působí na ducha lidského a mravně člověka přímo zabíjí. Pití alkoholu neničí duševně a tělesně pouze individuum, které jest mu oddáno, nýbrž zatěžuje dědičně také jeho potomstvo. Lékaři blázinců mi potvrdí, že 30–50% všech duševně chorých získalo svou

strašnou nemoc pitím alkoholu, buď přímo, anebo tak, že pošli z rodičů alkoholiků. Jistý ředitel blázince, profesor psychiatrie ve Švýcařích, dokázal, že v kantonu curyšském vždy na 250 lidí připadá blázen, a příčinu tak smutného zjevu připisoval jedině pití alkoholu. Na druhé straně opět soudcové by mohli vypravovati, kolik deliktů, kolik překročení trestního zákona počítati dlužno na vrub pití lihovin. A co by mohly povídati ženy a dítky takových lidí, kteří holdují alkoholu? Kde jest jejich rodinný klid a mír, kde jejich štěstí a spokojenost? Z rodin takových ozývá se jen stesk, žal a pláč. Všude nepořádek, nedostatek, bída, protože se každý, často těžce vydělaný halíř utápí v alkoholu. Tím nejen jednotlivé rodiny hospodářsky i mravně upadají a hynou, ale hynou celé kraje, celé země!

A přece lze s jistotou tvrditi, že veliké procento lidí úpících pod následky alkoholu bylo by se dalo zachrániti, kdyby matky své dítky před pitím lihovin dovedly chrániti. Mor kořaleční nezuřil by po našich vlastech, kdyby každá matka vstúpila svým dětem hluboko v duši, že alkohol jest skutečný jed, kterého se nutno stříci tak jako jedovaté zmiže; národy by materiálně nehynuly, bylo by méně bídy a více blahobytu, méně nemravnosti a více ctnosti, kdyby matky dobrým příkladem předcházejíce samy vždycky za všech okolností pití alkoholu se vystříhaly. Bylo by méně bláznů, méně idiotů, kdyby ženy a matky vypověděly válku všem lihovým nápojům, alespoň ve své domácnosti; a nemusím snad ani dokládati, o kolik zvýšila by se krása, o kolik povzněl by se národní typ, zušlechtila by se celá rača lidská!

Od útlého mládí zvykáme své dítky pití lihovin. Je to ustálený zvyk, či vlastně zlozvyk, který se tou měrou zakořenil, že bychom se až za to styděli doznati: My nepijeme ani piva! A proto pijeme víno, a namlouváme si, že jest nápojem sílícím a ušlechtilým, pijeme pivo a říkáme, že je to tekutý chléb, pijeme kognak k vůli zdraví a pijeme také kořalku, jen že jí přezdíváme zdravotní likér. A potom, jak takové nápoje v zimě zahřívají a v létě zase chladí!

Nedá se upříti, že pivo skutečně látky výživné obsahuje, jen o tom pochybuji, že by bylo všem matkám také známo, jak veliké jest ono množství látek výživných v pivě, a myslím, že se tak mnohá podiví, když jí řeknu, že ten tekutý chlebiček obsahuje jenom 2-5% nejvýše výživných látek a že dle výroku na slovo vzatých chemiků celý sud piva vydá sotva tolik, co krajíc dobrého žitného chleba! Z toho jde na jevo, že matky, které dávají dětem k chlebu za čtyři pivo, těmto vlastně pokrm odnímají a prohřešují se na nich zvykajíce je pití lihových nápojů. Ó jak mnohem moudřeji jednaly by, kdyby místo piva namazaly dětem jejich krajíc čerstvým máslem aneb ovocnou zavařeninou.

Víno a kořalka vzpružuje, uvádí člověka do veselejší nálady a osvěžuje ho tak, že s větší chutí pracuje, slýcháme říkati. Avšak málo je těch, kdož si uvědomili, že posila z vína a kořalky pochodící jest jenom zdánlivá. Člověk se posilnil na okamžik a shledává, že byl brzy se svou silou u konce, a proto zase sahá k posile, až se tak vyčerpá, že klesne. Toto posilňování alkoholem velice případně srovnávají mnozí lékaři s bičem, kterým do práce poháněn bývá kůň. Po každém šlehnutí dává se sice zvíře do klusu, ale za malou chvíli jest třeba nového šlehnutí, nové rány, aby sesláblý kůň znova byl schopen poskočiti si; opakují-li se rány příliš často, také kobyłka – klesá.

Zdánlivá síla alkoholu musí připočtena býti pouze na vrub jeho moci dráždící a rozčilující, kterou působí. A jak se to má s tím zahříváním alkoholem? Neúprosná věda dokázala, že po požití lihovin nastává v těle patrné ochlazení. Tedy alkohol ani nevyživuje, ani nesílí, ani nezahřívá! A proto pozbývá také platnosti pořekadlo, které zní: „Kde jest sládek, tam není třeba pekaře.“ Dělník, který málo jí, ale za to více lihovin pije, nekryje potřebnou výživu těla, ale máje stále pocit sytosti, ničí a udolává své zdraví.

Mají-li lihové nápoje moc léčivou? Lékaři jest dokázáno, že malé množství rozředěného alkoholu povzbuzuje vyměšování šťáv žaludečních a tím trávení podporuje, avšak nesmíme zapomenouti, že malé množství nerozředěného a větší anebo veliké množství rozředěného alkoholu činnost žaludku porušuje ažívání ničí. Proto pijáci trpívají nejvíce nemocemi žaludku, jak jsem již shora podotkla a nemocemi jater, kteréž nemoci se jeví jich ztučněním, ztvrdnutím, zapálením nebo sraštěním, tedy nemocemi lidskému životu nanejvýš nebezpečnými. Jak vidno, ne zdraví nabýváme pitím lihovin, nýbrž naopak získáváme nemoci a často i smrt.

A proč jest přece pití lihovin do té míry rozšířeno? Opakuji, že jest toho příčinou zlozvyk a potom špatný příklad, kterým dospělí na mládež působí a zvláště rodiče na děti. Když to pije tatínek a pije to maminka, proč by to mělo právě pro mne býti jedem? táže se ferina-kluk. Matka, která má proti pití lihovin brojiti, sama je pije. Každou radostnou událost v životě nutno zapíti, ba zapijíme i žalost, stesk a bol. Narodí-li se člověk, pijeme, zemře-li, pijeme také. Loučí-li se s námi přítel, pijeme, navrátil-li se, pijeme. Oslavujeme zrozeniny, jmeniny – pitím. Pijeme při sňatku svých dítek, pijeme, dosáhly-li nějaké důstojnosti. Pijeme, abychom se zahřáli, pijeme, abychom se ochladili, pijeme, máme-li radost, a zapijíme žal, zklamání, strasti, abychom zapomněli. A ten, jenž se domnívá býti vydědencem, co se týká lidských požitků, chápe se sklenice, aby z ní do sebe vssál veškeru rozkoš, které mu

krutý los nepopřál! Ach, a jak často vypil z ní záhubu netoliko svou, nýbrž i záhubu své celé rodiny! Jaký tedy div, že my i naši potomci nemůžeme se zříci lihových nápojů!

Na nás, matkách, jest, abychom čelily tomuto hubiteli lidské společnosti, abychom potíraly v kořeni stvůru, která otravuje, kazí a ničí pokolení lidské. Matky samy lihových nápojů pít nesmějí, ani tenkrát ne, když se domnívají kojíce své dítky, že pitím piva rozmnoží mateřské své mléko, poněvadž ve skutečnosti tomu tak není. Matka také nikdy sama lihový nápoj dítěti nepodá, ani peněz mu neposkytne, aby si za ně lihoviny mohlo koupiti. Bohužel, slýcháme často jinak moudré matky říkávati: „Inu, hoch musí do hostince, musí vypít sklenici piva.“ Ovšem, nebylo by to tak zlé, kdyby ten její hoch jednu sklenici vyprázdnil, ale když se potom v hostinci, kam přímo matkou poslán byl, naučí prázdniti 5-6 i více sklenic a když se mu zalíbí hostinec více než studium, více než kniha, když se ponejprv opil, potom jest pozdě a také marno vylévati slzy, potom často nelze již před záhubou zachrániti syna, který se zkazil jedině vinou matčinou.

A co máme tedy svým dětem dávat pít? zeptá se snad mnohá matka. Té pravím a opakuji, co jsem již jednou řekla: Vodu. A domnívala-li by se, že by její dítky raději něco jiného pily, když by byla zemskými statky dosti zásobena, ať jim tedy do vody přidá ovocné šťávy a při zvláštních příležitostech ať jim dá ovocného vína, které jim neuškodí. Vůbec rádím všem moudrým matkám, aby místo lihovin nakoupily dětem za všechny peníze, co za pivo a víno vydávají, ovoce, najmě jablek a švestek, a aby se na celý rok zásobily ovocnými šťávami. Ještě jedenkrát zde opakuji, že dětem podávána býti musí strava snadno stravitelná, výživná, jednoduchá. Maso ne více než jedenkrát za den, a to v poledne, aby neměly žízně. Ráno mléko, kakao, někdy čokoládu, k večeri žemli anebo bílý chléb namazaný máslem, medem, ovocnou zavařeninou. Ovoce v každé denní době.

Budeme-li své dítky zvykati takovému stravování, můžeme se nadíti, že nevymizí-li zúplna zlo, které pitím lihovin se rodí, tož alespoň že mu kořen bude podřát.

Mluvivši o zhoubných účincích alkoholu odbočila jsem od svého původního tematu, v němž jsem měla v úmyslu naznačiti několika slovy, jak velice škodí požívání alkoholu lidské kráse a zvláště ženské pleti, což nyní doplňuji. Již tím, že si ten, kdo lihoviny pije, kazí žaludek, ničí si zároveň svou krásu. Výraz obličeje jest chorobný, buď bledý, anebo červený až do fialova, hubený anebo naduřelý a jako vodnatý. Pleť jest nečistá, uhrovitá, drsná; nos odulý, červený, zamodralý. Oči bez lesku a jako ztrhány; vlasy prořídle, držení těla nejisté, slovem: pohled na alkoholika jest odporný. Na štěstí mezi ženami jsou případy alkoholiků vzácné, než přece bohužel tu a tam se vyskytují. Avšak žena nemusí býti ani prononcovaným pijanem, stačí denní dávka nějakého likéru, který ve mnohých rodinách nesmí ani dojiti, anebo denní požití červeného vína, a nejkrásnější teint může vzíti za své, což jest tolik, jakoby veškerá krása s obličeje zmizela. Myslím, že již proto, aby své krásy nepozbyla, jest nutno a prospěšno každé ženě vystříhati se pití nápojů, které obsahují alkohol. Není to studium, kterému se některé z moderních žen oddávají, co jejich krásu porušuje a ničí, jak jistý anglický lékař tvrdí, ale jest to nepřiměřená, nezdravá výživa, které většinou krása ženská podléhá.

## Jak se máme oblékati?

Člověk se rodí na svět nahý snad jen proto, aby se mohl každý dle svého vkusu obléci. „Pěkné peří dělá pěkného ptáka“, praví staré přísloví, a zrovna tak skoro můžeme říci, že pěkný vkusný šat dělá pěkného člověka. Vždy jest nám míti na paměti, že jest nutno, aby oděv náš naši tělesnou krásu zvyšoval, aby byl tělu našemu tím, čím jest krásný rámec dílu velikého umělce, čím jest kov drahokmu, do kterého tento byl vsazen, čím jest drahocenná vása hrsti bohatých květů a čím jest růží zelený list. Chceme-li se obléci tak, aby náš oděv naši osobnost skutečně do lepšího světla postavil, musí nám u volbě obleku býti vodítkem vyvinutá krasochuť. Však i nejvybranější vkus a nejjemnější esthetický cit nebyl by nám ničím, kdybychom samých sebe, svého tělesného vzrůstu a svého vzezření neznaly, kdybychom si nebyly vědomy toho, co nám speciálně sluší anebo může slušeti, co nejlépe odpovídá barvě našich očí, barvě našich vlasů, naší pleti, naší celé postavě. Jest nutno věděti, co sluší postavě veliké, co malé, co štíhlé a co té, jejíž formy jsou plny, co obličej podlouhlému a co kulatému, co jemnému, drobnému oválu a co tváři rozměrů větších. Jest tedy nutno podívali se do zrcadla, které nám podá věrný obraz nás samých, nesmíme si však nasaditi brejlí, kterými bychom něco jiného viděly, než pravdivé své já. Nesmíme si tedy namlouvati, že jsme ještě štíhlé, když již enbonpoint útlý náš bok pohltil, nesmíme si mysliti, že jsme ještě kvetoucí tenkrát, když strasti života sežehly růže na našich tvářích, nesmíme se domnívati, že jest nám dvacet let, když pleť naše sežloutla a vrásky přiostrily linie kolem úst a kolem očí. A když jsme i shledaly, že zkouška v zrcadle nedopadla dle našeho přání a že již nejsme takové, jakými jsme byly, tož se můžeme přece ještě nadíti, že svým oblekem, který si vybraným vkusem zvolíme, opravíme to, co zub času ohlodal a co vlnobitím života vzalo za své.

Chraňme se však vždycky poříditi si takovou toaletu, která se nám na jiných zalíbila, anebo takovou, která se nám zamlouvá ve výkladní skříni harmonií barev a ladným střihem, protože nemůžeme říci, co sluší někomu jinému, že také slušeti bude nám a co zdobí výkladní skříň, že by ozdobilo také naše tělo. Proti své osobnosti v ohledu obleku nesmíme se prohřešiti ani kdybychom měly jíti samy proti proudu, proti všemohoucí vládkyni – modě.

Bohužel, úpíme tak ve vleku mody a jsme jí tak otročeny, že se jí málokdy odvažujeme postaviti na odpor přes to, že jsme přesvědčeny, že právě moda tělo naše znetvořuje a hřeší na zákonech krásy. Uvykly jsme příliš řídit se modou, třeba bychom byly o tom přesvědčeny, že to, co ona nám předpisuje, nikterak našemu vzezření neodpovídá, ba naopak, že nás to ohaví.

Co se týče krásy v oboru oděvu, měly by nám býti vzorem ženy národů starých, Řekyně a Římanky. Jak ty se uměly odívati a přiváděti přirozenou krásu k platnosti! Jaká to harmonie řas a jaké splnutí oděvu s tělem v ladný celek! Umělci, kteří srovnávají oblek ženy dneška s oblekem, který zachován nám byl na sochách antických, musí splakati nad moderním nevkušem. Básníci, kteří z pravidla ženám lichotívají, nazývají ženu nejkrásnějším výtvozem přírody, škoda, že dokonalý tvor zkaženým vkusem bývá velmi často až k nepoznání zohyzděn. Málokterá žena jen pochopuje pravou krásu, málokterá má jemný, vytríbený vkus, ale přijímá a obléká všechno, co francouzský anebo anglický krejčí vymyslí, ať jest to pěkné anebo ne. A toto neplatí jenom o šatech, platí to také o klobouku, účesu i botce. Vlášenkář vymyslí účes pro svou klientku, které snad slušel, ale protože slušel té, ihned napodoben bývá všemi, ať jim sluší anebo ne. –

Poněvadž jediné příroda jest krásná, musí oblek náš přiléhati k liniím našeho těla, které je kreslí ve vši grácii a majestátu. Harmonie svých údův nesmíme porušiti, abychom neporušily krásy, toho nesmíme nikdy zapomenouti. Češkám bývá cizinci vždy lichoceno, že jsou nejhezčími ženami celé střední Evropy, bylo by záhodno, aby tuto dobrou pověst nejen zachovaly, nýbrž si ji zasloužily. Nesmíme si mysliti, že jest k tomu zapotřebí ohromného jmění, abychom svému zevnějšku dodaly vzezření vznešené elegance. Mnohdy malými prostředky, máme-li cit pro krásu vyvinutý, docílíme efektů velice pěkných. Avšak nikdy nesmíme obléci šatů, které nám doporučila švadlena, ani nesmíme hlavu ozdobiti kloboukem, který nám vnutila modistka; jedné i druhé jedná se o to, aby prodala, kdežto nám musí záležeti na tom, aby nám věc koupená také slušela. Každá žena musí býti hrda vlastním svým vkusem, dle kterého se obléká, pyšná má býti na to, že se obléká tak, jak toho její individualita, její osobnost žádá. Každá žena má míti odvahu říci: toho neobléknu, ani kdyby to první umělec pařížský byl vytvořil, a kdyby to celý svět nosil, poněvadž mně by to neslušelo. Až bude náš vkus do té míry zušlechťen, naleznou se sice mezi námi podobné typy, ale nikdy ne takové, které by byly kopiemi jednoho vzoru; potom budou mezi námi rozkošné nuance i krásné protivy, a tím dokážeme svůj umělecký vkus, který přiléhá k přírodě, v níž jediné jest krásy a pravda.

Náš vkus a náš cit pro krásu musí nám býti vodítkem tak jistým u výboru toaletních předmětů, že bychom s lehkým srdcem snesly i výčitku od lidí, kterým by se náš oblek nelíbil, neboť nikde nedá se francouzské

pořekadlo: „Cha-cun a son gout“ tak dobře uplatnit, jako právě co se toalety týká. V umění oblékati se musí vládnouti úplná anarchie, největší svoboda, dokonalá libovůle, poněvadž krásno jest podmíněno největší rozmanitostí, největší volností. Uniforma v obleku ženském jest holou nemožností. Modou, která se přičí naší postavě, našemu držení těla, naší pleti, našemu stáří, znásilňovaly bychom esthetické zákony a proti tomu, jak jsem již pravila, musíme se vši energií bojovati. Jen takový kus oděvu může nás těšiti, který skutečně naši krásu zvyšuje anebo zmírňuje nepěkný tah, zakrývá nějakou vadu.

Stůž zde ještě několik bodův, dle nichž dlužno jest se v oboru toalety řídit:

1. Zvláštní pozornost věnujme tomu, aby oblek náš byl v úplné harmonii s liniemi našeho těla.
2. Při volbě barev řídme se vždy dle barvy svých očí, poněvadž odstíny této barvy obzvláště dobře sluší naší pleti a celému koloritu té které tváře.
3. Neimitujme nikdy ani obleků ani klobouků uznaných krás; neboť zde obzvláště platí věta: dělají-li dva totéž, není to totéž. Bruneta nesmí voliti barev, které sluší blondýně a nesmí se ani tak česati, poněvadž temné vlasy vyžadují jiného účesu než světlé.
4. Obětujme rády nějakou chvíli svého času studiu nauky o vkusném oblékání a shledaly-li jsme, že naší tváři sluší účes nízký, nečesejme si řeckého uzlu; nekruťme vlasů, jsou-li dlouhé, z takových sluší pletence a nepleťme jich, jsou-li vlnité a tvoří-li přirozené kadeře. Nízké nehezké čelo, co možná vlasem ukryjme, krásné, čisté uvolněme.

Krásné paže vnořme v rukávy úzké, tlusté anebo příliš hubené zastřeme rukávem volným. Prodlužme krátkou taillei, zkraťme příliš dlouhou; máme-li tvář širokou, nenosme malých kapotek anebo malých bolerových klobouků, je-li obličej náš úzký, maličký, hubený, chraňme se klobouků se širokou střechou. Postavy malé nesnesou sukní četnými volanty zdobených, veliké rovných, které, činí nohy ještě delší. Máme-li hezkou šíji, ukažme ji, nezahalujme ji nevkusným límcem, je-li vadná, zastřeme nějakým koketním nákrčníkem. Ztrácí-li se naše hlava téměř v ramenou, vystřihněme živůtek, ať si o nás myslí, kdo chce, co chce. Jsme-li bledy, nevolme barev, které sluší pleti růžové, a je-li teint náš červený, mírněme ho barvami, které červenost tlumí. Máme-li trochu fantasie, dopracujeme se takto pěkných výsledků a každá zůstaneme svou, individuální.

Tím docílíme zušlechtění celé své bytosti. Nejhezčím předmětem v domácnosti má býti žena přes všecku jednoduchost a prostotu.

## Šněrovačka, oblek reformní.

Slyšela jsem z úst lékařky, která pitvala ženu, jež nosila šněrovačku, že tělo její skytalo hrozný pohled byvši úplně zdeformováno. Nejvíce, jak se samo sebou rozumí, trpěla játra, žaludek a hrudník. Víme z tělovědy, že poslední žebra daleko se od sebe rozcházejí, ale u zmíněné ženy přesahovala přes sebe! Že při tak nesmyslném šněrování nemohou orgány fungovati a že tím celé tělo trpí, leží na bíledni. Taková osoba předně řádně nedýchá, dobře netráví, krev její nemůže náležitě prouditi a následek bývá blednička, žaludeční nemoci a také souchotiny. Proto se nesmíme diviti, že skoro každý lékař vypovídá šněrovačce válku. A já se cele k náhledům lékařským přidávám, ale jen tenkrát, když se užívá šněrovačky nevhodné a když se jí tělo ženino přes míru stahuje. Ale kdyby ženy užívaly šněrovačky pouze jako opory pro páteř, anebo opory pro svá ňadra a kdyby vůbec ji nosily jen proto, aby svému tělu vzhledné úpravy dodaly, nemohl by žádný lékař ani esthetik proti ní ničeho namítati. Ale učiní-li ženy ze šněrovačky pancíř, do kterého se sevrou až jim kosti praskají, tuť jest povinností nejen lékařovou, nýbrž povinností každého moudrého člověka, aby pozvedl proti takovému mučidlu varovného hlasu a vypověděl šněrovačce válku, poněvadž za takových okolností trpí i zdraví i krása a nadto ještě žena snáší skutečnou torturu.

Proč se ženy nesmírně ztahují?

Poněvadž až dosud za nejvyšší krásu Evropanka pokládá útlý pás a proto ta, které přírodou udělen nebyl, chce ho získati násilím a znásilňují se i takové ženy, které jsou dosti útloboké, poněvadž chtějí vyniknouti nad jiné svou štíhlostí.

Aby šněrovačku vymýtili a učinili ji takto neškodnou, zasadili se umělci, hlavně němečtí o to, jak vymyslet! Kostým pro ženu, který by mohl nošen býti také bez šněrovačky, byl pohodlný a vyhovoval zákonům krásna. Kostým takový skutečně vynalezen a pojmenován „oblek reformní“. Žena takový oblek nosící nemá nositi šněrovačky a nejen to, nemá vůbec ani v pase vázati spodního oděvu. Jak reformní oblek vypadá, myslím, že již každá žena ví a ví zajisté také, že takový oblek sluší jen tehda, když vyšel z ruky pravého umělce a prozrazuje nejjemnější vkus, jak u sestavení barev, tak také co se týče výzdoby a nadto vyžaduje ještě, aby jeho nositelka pyšnila se královskou postavou; jinak nesluší. A nesluší a nepřiléhá zvláště tehdy, nošen-li bez – šněrovačky. Prozatím sluší na reformní oblek pohlížeti jako na modu, která k nám importována byla z Německa a která dříve či později zanikne jako každá moda.

Francouzka, která se honosí zvláště vybraným vkusem, reformních obleků nenosí. A nadto francouzští krejčí budou se vždycky vzpírati tomu, aby dámská toileta se zvrhla v uniformu, vědíť předobře, že by z nich uniformní oblek ženský milionářů nenadělal. A potom pařížská divadelní hvězda a peněžní aristokratka vždy bude toužiti po tom, aby se objevila v toiletě, která by, jak se říká, dělala sensaci, a aby se objevila v šatech takového střihu, který jest z brusu nový a jakého ještě nikdo neměl: víť ona předobře, že všechen grand monde pařížský ji bude imitovati. Francouzka se tedy šněrovačky vzdáti nechce a místo, aby přijala reformní oblek, přijala zlepšenou šněrovačku.

Jak jsem již pravila: užíváno-li šněrovačky rozumně a zvláště zlepšené, která jest na tělo ušita, nemůže škoditi. Ovšem přílišnost škodí každá. Jsou mnozí lidé, kteří každou chorobu u ženy se vyskytnuvší na vrub šněrovačky připisují. Každá blednička, každý žaludeční katarrh, každé souchotiny najmě u dívky zavinila šněrovačka. A zatím choroby tyto pocházejí nejčastěji z křivého, shrbeného sezení nad mnohohodinnou prací, za nedostatečné výživy, špatného vzduchu a z mála pohybu ve volné přírodě! Štíhlé hubené dívky a paní vždy učiní lépe, nebudou-li šněrovačky vůbec nositi; těm nejlépe sluší sukně a blůza anebo blůzový živůtek. Kostým tak zvaný „tailor-made“, krejčím zhotovený, jim nesluší a činí je příliš ploché. Jinak se to ale má s dámami, jimž příroda nadělila plných boků i ňader. Již v zájmu slušnosti neměly by takové ženy ani ve své domácnosti objevovati se bez šněrovačky. Pohled na korpulentní dámu v domácím úboru bez šněrovačky bývá mnohdy až odporný.

Moravské ženy z lidu nosí tak zvanou „kordulku“, kterou Hanačka zove „fridkou“; jest to krátká šněrovačka, ve které se drží tělo pohromadě, aniž nositelku svou nějak tísnila nebo svírala, ano i nejprostší žena styděla by se i při nejtěžší práci objeviti se bez kordulky. Z toho již vidno, že sama slušnost toho žádá, aby ženy nechodily bez jakéhokoliv živůtku.

Jediného se držme: Naše šněrovačka ať přilehá k tělu, ať nás netísní a netlačí, kostice a planchetty ať nejsou nikde přelámány. Raději méně o nějakou stuhu nebo krajku, ale vždy dobrou šněrovačku. Vždyť i statistika potvrzuje, že ženy přes to, že šněrovačky nosí, vyššího věku dosahují než muži.



## Hospodyně.

Je-li žena-vychovatelka dítek, kterou intelektuální a mravní vzdělání pro tuto, abych tak řekla, nejdůležitější úlohu v životě lidském uschopnilo, činitelem veledůležitým v lidské společnosti, jest zajisté žena v úloze hospodyně faktorem, ne-li cennějším, tož přece rovněž tak důležitým. Veškerá společnost lidská složena jest z rodin, a rodinný život spravován bývá ženou-matkou, která se na prvním místě stará o výživu rodiny, o její ošacení, o otop a přiměřený byt a také o pořádek, na kterém jest závislo prosperování té které rodiny. Do ruky ženiny vkládá muž-otec často každý někdy těžce vydělaný peníz, aby zaň opatřila, čeho pro život rodiny třeba. A k tomu, po mém zdání, jest třeba velikého důmyslu, obezřetnosti, rozhledu i praktičnosti, aby ani jeden haléř nebyl marně utracen, aby ani jeden haléř nebyl vydán za věc bezcennou, za věc nepotřebnou, za věc špatnou a snad i zbytečnou. Vždyť na tom, jak žena penězi sobě svěřenými dovede hospodařiti, jest závislo nejen blaho rodinné, nýbrž také blaho národní. Jsou-li jednotlivé rodiny chudy, strádají-li, jsou-li členové jednotlivých rodin zakrnělí nedostatkem a bídou zubožení, je chud, neduživ a zubožen celý národ!

Avšak, aby žena dovedla ve své domácnosti zastávati místo moudrého, důmyslného finančního ministra, jest nutno, aby pro tak eminentně důležitý úřad byla připravována a vzdělávána. Bohužel, že naše školy národní i měšťanské v tom ohledě dosud tak málo konají. Proto jest na matkách, aby dcerám svým základ hospodaření samy vštěpovaly a při každé příležitosti je upozorňovaly, jak se co v domácnosti zařizuje a jak se to neb ono nejrationelněji, nejpraktičtěji a nejlépe opatřuje. K tomu není snad třeba celých hodin vyučovacích, to se řekne vždy a ukáže mimochodem. Nejlépe učiní matka, jde-li sama s dcerou svojí nakoupiti a předá-li jí ten který den v témdni všecko hospodářství.

Hospodyně musí býti známy podmínky racionelního způsobu výživy lidského těla a to jak u věku dětském, tak také u dospělých. Jí jest znáti výživnost a vydatnost těch potravin, ze kterých pokrmy pro svou rodinu sestavuje. Ona musí věděti, kdy tu neb onu věc jest nejlépe koupiti, zavařiti, naložiti, uschovati, a musí zároveň znáti ono místo, kam zásoby své má ukládati, aby se jí nic nezkazilo. Jí nesmí býti tajno, jaký byt jest nejvhodnější ani jaké palivo nejvydatnější a proto nejlevnější. Ona musí znáti látky, které na šaty kupuje, a všechny druhy pláten, z nichž prádlo opatřuje.

Hospodyně nesmí tápati ve tmách, také co se týče hygieny, aby znala, co podporuje vývoj zdravého těla, a nemocné aby ošetřiti dovedla.

Každá hospodyně stará se ve své domácnosti zajisté jen o své dítky a o členy rodiny. Jen pro ty myslí a pro ty obětuje svou pílí i svou silou.

Tímto prostým plněním povinností, jak jsem již shora řekla, buduje na blahu celého národa; neboť silný a zdravý vývoj jednotlivcův znamená jarost a silu i zdraví celého národa, a proto žena zvyšuje nebo zmenšuje národní jmění a přispívá měrou nemalou k vyvinutí račy. Jest tedy žena nejen v úzkém kruhu rodinném faktorem nejdůležitějším, ona jest zároveň v oboru národního hospodářství silou, se kterou se musí počítati. Žena moderní v domácnosti sice tolik fysické práce nevykonává, jak tomu v nedaleké minulosti bylo, za to však nepoměrně stoupl požadavek na její vědomosti, na její rozhled a na její zdravý úsudek, a proto i taková žena, která pouze své domácí povinnosti svědomitě vykonává a jest s to, aby je svědomitě konala, jest s mužem zajisté rovnocennou a jemu rovnou, poněvadž vykoná ony práce, na které mužova síla vůbec nestačí.

## O šetrnosti.

„V rodině i ve státě nejlepším pramenem blahobytu jest opatrné šetření“, pravil již Cicero. Veškera šetrnost založena jest na pořádku a cílem šetrnosti jest moudré a důmyslné spravování peněz buď vydělaných anebo zděděných, aby se každý jednotlivec dopracoval jistého blahobytu na světě. Spořivost ovšem ukládá člověku odepírání požitků, ukládá mu bdělost a najmě nutí jej k ustavičné práci. Každá hospodyňka musí uměti dobře počítati s tím, co má, na ni jest, aby dovedla moudře rozvrhnouti svůj příjem tak, aby nejen vše nutné opatřila, nýbrž aby jí denně, týdně, měsíčně ještě nějaká sebe menší částka zbyla, kterou by mohla uložit jako fond pro dny nemocí, nepředvídaných neštěstí, naléhavých potřeb a pro dny neschopnosti ku práci a stáří.

Která hospodyně více vydává, než má, anebo taková, která vydává, pokud má, zůstává vždy chuda, vždy závisla, vždy neuspokojena a proto také nikdy nepocítí pravý mír a štěstí.

Co nejvíce ženu strhuje ke zbytečným vydáním, jest na prvním místě toleta, najmě ve velkém městě, kde tisíce nových krásných modelů poutá její zrak buď na zámožných, bohatých družkách, anebo ve výkladních skříních. Ah, míti také takové šaty, takový klobouk, takový sluník, takovou krajku a stuhu! Aby v tom směru choutku svou uspokojila, šetří na výživné, dostatečné stravě pro svou rodinu anebo opatřuje si věci, její marnivosti hovíci, na dluh. Nemohla-li jeden měsíc stačiti s vykázaným jí penízem, jak vystačí druhý měsíc, když jí bude spláceti dluh, a jak v měsících následujících? Jsou zase jiné ženy, a to takové, které, ač jest jim ve skrovných poměrech žiti, chtějí se vyrovnati lidem nejbohatším. Zařizují si salon, kam snad nikoho po celý rok neuvádějí, navštěvují plesy, jezdí na letní byty – a v kuchyni, tam šetří, děti odbývají a nad to se dluží. Jsou však ještě jiné, které všecko ostatní zanedbávají a slouží jen svému břichu. Skoupí každou drahou novinku, jedí věci jen dobré a drahé, pijí lihoviny, a nestačí-li tobołka, berou na dluh. Všecky takové ženy nemyslí, neuvažují, že svým špatným hospodářstvím zasévají do svých domácností neutěšené poměry, sváry a nespokojenost, že sebe i své rodiny činí nešťastnými a že svými dluhy poškozují citelně také své dodavatele, kterým v čas neplatí, anebo vůbec nejsou s to, aby zaplatily. Nemohu ještě nezmíniti se o jistém druhu žen, rovněž často se vyskytujícím; jsou to ženy, jež tráví život svůj bezúčelně milující nade všecko pohodlí a život nečinný, které žijí a tyjí z mozolů mužových anebo ze zděděného jmění samy nic nedělajíce. Ženy takové obyčejně celou domácnost i dítky své svěřují rukám cizím, rukám za peníze najatým, a jak cizí člověk s naším majetkem a s naším nejdražším jměním, dítkami, zachází, o tom jest snad každá žena sdostatek poučena. Neznám také hnusnějšího a odpornějšího pohledu nad ten, jenž skytá líná, špinavá žena, žena, již příroda sama nadala smyslem pro práci, pro pomocnou práci jak k dětem, tak k trpícím bližním.

Práce není břemenem, není trestem, jak nás bible učí, ona jest zábavou a ctí, potřebou i slastí; ne kletbou, ale požehnáním. Jistý anglický filosof praví: „Ušlechtilé srdce s opovržením zavrhně každou myšlenku, žiti jako trubec z práce jiných, krásti jako hmyz zrní z obilnic veřejných, anebo žiti se jako žralok lovem slabých a malých, ale naopak bude se starati dle své síly a schopnosti mimo své povinnosti ještě o blaho bližních. Neníť nijakého stavu od žezla až po rýč, který by nevyžadoval, má-li býti zastáván s úspěchem a ctí, úsilovné práce mozku i rukou zároveň.“ Vše, co jest velikého ve světě, vše, co jest velebného v umění, krásného v literatuře, všecko vědění jest produktem úsilovné práce; a proto s plným přesvědčením mohu tvrditi, že práce jest základem pořádku, základem štěstí, blaha i spokojenosti na tomto světě. Práce jest to, která ženu ochraňuje od tělesné i duševní bídy! Kdo pracuje, hospodáří. Cicero nazval hospodárnost dcerou ostražitosti, sestrou zdržlivosti a matkou svobody. „Chudoba“, pravil, „ubírá nám tolik prostředků ke konání dobra a způsobuje takovou neschopnost vzdorovati přirozenému a mravnímu zlu, že jest povinností každého vystříhati se jí všemi dovolenými prostředky. Umiňmež si nebýti chudými, ať máme cokoliv, vydávejme vždy o něco méně. Spořivost jest nejenom základem spokojenosti, nýbrž také dobrých skutků v; nikdo nemůže jinému pomáhati, kdo sám pomoci potřebuje.“ A na jiném místě praví: „Chudoba jest lidskému štěstí největším nepřítelem, ona ničí svobodu a rdousí v nás všecky dobré vlastnosti. Všichni, kteří se nedostatku hrozí, měli by šetřiti zásad o šetrnosti a měli by se řídití těmi příklady, které nám ukazují, jak svá vydání omezovati máme.“ Šetrná, pracovitá hospodyně nebude nikdy chudou. Několik haléřů denně uložených pojistí nám do jisté míry neodvislost a povznese naši mravní hodnotu.

Šetřiti má bez rozdílu každý člověk, ale šetřiti povinna jest na prvním místě matka rodiny, jejíž svatou povinností jest, aby se o své dítky starala tak, aby tyto nebyly nuceny její vinou strádati, její vinou trpěti a na ni žalovati.

Již sebeucta ukládá ženě šetrnost. Jaké by to bylo pokoření pro ženu, kdyby byla nucena prositi někoho o půjčku peněz, a jaké jest to ponižování, když věřitelé nastrojenou paní den ze dne přicházejí upomínati, aby zaplatila. A jak maličkou, jak nepatrnou musí se potom zdáti v očích vlastních dítek!

Na druhé straně neznám pocitu blaživějšího nad ten, který mívá člověk, když si může říci: „Vše, co mám, vydobyl

jsem si vlastní pílí, vlastní šetrností!“ A ještě blaživější pocit naplňuje naše srdce, když z přebytku svého můžeme dáti chudému, můžeme pomoci trpícímu a můžeme posloužiti své drahé vlasti dary a dárkami národními!

V šetrnosti berou vznik svůj všechny krásné občanské ctnosti, jakými jsou: střídmost, pořádnost, cudnost, sebeovládání, dobročinnost i velkodušnost. A veškerá spořivost založena jest pouze na praktickém, zdravém rozhledě a na umění, jak odepřít si těch požitků, po nichž naše nízké pudy baží.

Aby hospodyně moudře dovedla šetřiti, aby svým dětem neodepírala potřebných životních podmínek, aby jim neodepírala každou sebe menší radost a zábavu, jest nutno, aby, co se šetrnosti týká, volila zlatou střední cestu, neboť přehnaná šetrnost snadno by se mohla v lakomost zvrhnouti.

# Služka.

V domácnosti středního stavu, kde rodina obývá obyčejně dva až čtyři pokoje, eventuelně i více, kde jest více dítek anebo kde se hospodyně zanášejí ještě jinou prací z povolání, jest třeba, aby byla najata ještě osoba cizí, jež by pomáhala vykonati onu tisícerou domácí práci, která se den ze dne opakuje a kterou, jak se říká, viděti není, ale která vykonána býti musí. Dle toho, k jaké práci se osoba cizí najímá, bývá potom také pojmenována. Máme tedy chůvy, kuchařky, panské, někde též vychovatelky i komorné. Koná-li však ženská osoba každou práci v domácnosti se naskytující, slove prostě služkou.

Snad nikdy nestěžovaly si hospodyně tolik do svých pomocnic jako právě za naší doby, a možná, že na druhé straně nikdy si služebné nestýskaly tolik do svých paní, jako právě za našich časů. Kde jest vina a jak zlu odpomoci? Myslím, že kdyby se taková pomocnice nenazývala služkou, že by méně těžce snášela služebnou odvislost. Dokud dívky z rodin nemajetných, zejména dělnických byly vychovány přísně mravně a religiezně, dokud s pravou křesťanskou pokorou přijímaly z ruky boží službu dobrou i zlou, možná, že byly spokojenější a s osudem svým se spokojily. Dnes je tomu jinak. Dnes většinou vidí služka ve své velitelce, která mnohdy ani velitelkou není a která často více práce vykonati musí, než její pomocnice či služka, buržou, která tyje z jejích mozolů, která se obléká v lepší šat, chodí (té opovázlivosti!) i ve všední den na procházku a sama sní lepší sousto! Dnes většinou vidí služka ve své paní svou nepřítelkyni, kterou jen s nevolí poslouchá, které nerada a se sebezapřením slouží a která ve vši práci, kterou koná, vidí těžké břímě, krutý los, kletbu, kterou osud anebo bůh na ni poslal – a proto bývá nespokojena, nešťastna a v konání prací uložených nanejvýše nesvědomy. Co jest mi platna chůva, kterou jest mi hlídati, aby mi s dítětem dobře zacházela? Co jest mi platna kuchařka, která mi pokrmy kazí a potraviny mnohem dražší platí? Co jest mi platna panská, kterou nemohu nechat samu v pokoji, aby nábytek neotloukla, nepoškodila a aby povrchně nepoklidila?

A co mám říci o takové, která s prádlem nešetně zachází, přisad škodlivých užívá, prádlo zbytečně dere a při žehlení pálí?

Myslím, že každá hospodyně, která jest nucena služby najímati, dá mi za pravdu, když řeknu, že naše moderní služby jsou pravou kletbou našich domácností.

A proto radím každé hospodyně, aby, nemá-li právě malých dítek, co možná vyhnula se – služce a nenajímala jí; ušetří mnoho peněz a vyhne se nesčetným mrzutostem a všelikým trampotám.

Není-li mocna aneb nechce-li sama pracovati, mnohem lépe učiní, když si na namáhavou práci zjedná ženu a lehčí práce když si vykoná sama. Až dosud jest zastaralý zvyk stydět se za práci. Žena středního stavu stydí se jíti s brašnou do trhu, stydí se nésti své dítě, stydí se přinést džbán anebo sklenici vody, stydí se práti prádlo atd. V Americe, kde služebné činí ještě větší nároky na mzdu a svobodu, přestala se žena stavu středního stydět za práci a pracuje většinou sama. Práce jí jde k duhu a její domácnost prosperuje.

Až naše služby uznají, že býti pomocnicí paní inteligentní a vzdělané není nic ponižujícího, až uznají, že plat, který ony měsíčně dostávají, jest větší než co připadá každému jinému členu tak mnoha středních rodin, až uznají, že svatou povinností každého člověka jest, aby pracoval a se namáhal v zájmu svém i v zájmu celku, potom snad budou oddanější, pilnější, bedlivější, slovem svědomitější. Že až dosud toho všeho naše děvčata neuznala a nepochopila, toho velikou vinu nese ta okolnost, že dívky služebné až dosud pro svůj stav nikde nebyly vychovány. Chodily do školy, a pak šly na službu. Nikdo jim neřekl ani toho nikde neviděly, jak se má s dětmi zacházeti, jak se uklízí, vaří, pere, žehlí, nádobí myje, obuv cídí – – Děvče dalo se najmouti ujistivši paní, že všecko umí a zatím neumí nic a nastane martyrium pro hospodyně aneb nechce-li takového podstoupiti, jest jí ohlížeti se po jiné pomocnici a tak se pak nelze vyhnouti věčnému měnění, které ani domácnostem ani dívkám neprospívá.

Po mém náhledu nebude v tomto ohledě zjednána náprava, pokud nebudeme míti škol, ve kterých by se dívky pro stav neslužebný ale pro stav pomocnic aneb asistentek hospodyní vzdělávaly. Ostatně ještě jednou připomínám, že zdravý člověk nemá se dáti obsluhovati a že má svou osobní posluhu vykonávati sám. Zajisté snižuje člověk svého bližního, žádá-li od něho, aby mu boty obul, aneb ho oblékal, myl, česal atd. Obsluhujeme jen malé děti a nemocné nebo stářím sešlé lidi.

Tím, že hospodyně své pomocnici nedává svou superioritu pořádně znáti a že také sama s ní občas pracuje, vyrovná protivu mezi sebou a jí – čímž se zajisté lepší poměr mezi oběma stranami vyvine. Jaké povinnosti má hospodyně ke svým podřízeným dívkám, dočte se v čeledním řádu.

Že mnohé dívky kladou požadavky nesplnitelné a při tom by nejraději nic nedělaly, která ze starších hospodyní

by o tom pochybovala? Veliký plat, neobmezené panství v kuchyni, samostatné nakupování, mnoho volného času pro sebe, prádlo mimo dům, pro koberce, okna a podlahy zvláštní síla – a nikdy nic neporoučeti, nikdy nic nevystavovati.

Aby se jakési nápravy docílilo, chtějí v Berlíně ženy samy zříditi stanice pro sprostředkování služeb, kterých by se ujaly zkušené paní, jež by čelední knížky prohlížely a do jisté míry se samy hleděly přesvědčiti, je-li záhodno tu kterou dívku doporučiti, čili nic. Dále má býti postaráno též o sazbu, to jest o výši služného, aby toto bylo odpovídající jak nárokům hospodyně, tak také schopnostem dívčiným. Instituce taková zajisté by byla s prospěchem jak pro službodárce, tak také pro ty, co zaměstnání v rodinách hledají; zabránilo by se tím jak vydírání na hospodyních, tak také vykořisťování chudých dívek.

# Moderní domácnost.

V naší době stávají se existenční podmínky rodin, ba i jednotlivce stále nesnesitelnějšími.

Všecky poživatiny, ať produkty domácí či zboží k nám přivážené až i o polovici se zdražilo; hospodyně stavu středního však stále s tímž penízem má stačiti pro kuchyni i pro domácí potřeby: má svým členům rodiny vždy poskytnouti takových pokrmů, aby nejen obsahovaly potřebnou výživu, ale aby byly také chutny, aby požití jich skýtalo také skutečný požitek.

Proto za naší doby více než kdy před tím jest nutno, aby přednostka domácnosti byla ženou inteligentní, která by dovedla učiniti takový rozpočet, aby s prospěchem dovedla krýti všecky své i svých milých potřeby. Ona svým důmyslem musí dovést příjmy rozmnožovati, svou šetrností musí uměti výdaje zmenšovati a svou dovedností musí býti s to, aby se mnohému vydání vyhnula. Ona v první řadě musí pomýšleti na to, jak by se dala měšťanská domácnost zjednodušiti tak, aby byla útulnou bez zbytečného přepychu, který v našich měšťanských domácnostech představují různé cetky, vyžadující denního ošetřování a cídění; který představuje zcela zbytečný salon s koberci a závěsy, kytičkami z papíru a čínskými vějíři, jen aby se mohla s ním pochlubiti domácí paní, když k ní za dlouhou dobu přijde nějaká přítelkyně, kam však noha člověka domácího nemá přístupu. Děti nemají pokoje, ložnice umístěna jest někde v alkovně, anebo jest spojena s jídelnou, všude jest těsno a dusno, aby vedle mohl státi prostorný salon pro cizí návštěvy.

V moderní domácnosti měšťanské musí panovati největší jednoduchost, jak v zařízení tak také v kuchyni i v oděvu. Nábytek solidní, ladných forem a pohodlný, na kterém by si člověk po práci skutečně mohl odpočinouti a který by nedal mnoho práce, když by se měl cítiti. Ale mnohem větší jednoduchost musí zavládnouti ještě v našich kuchyních. Tam se musí šetřiti nejen penězi, ale také časem. Moderní hospodyňka nesmí celé půldne strávit přípravou ledajakého nechutného a nevyživného jídla, ona se musí naučiti za hodinu postaviti na stůl pokrm, který musí uspokojiti netoliko žaludek, ale také jazyk a musí obsahovati tolik výživných látek, aby tělu všecky spotřebované látky úplně nahradil. Moderní hospodyně musí znáti všecky součástky lidského těla, ona musí znáti také látky, kterými se spotřebované tělesné látky dají zase nahraditi, slovem: ona musí znáti tělovědu, ona se musí vyznati v lučbě, ona musí znáti důkladně všecky poživatiny jak masité tak také rostlinné; musí věděti, jak dlouho potřebuje ten který druh masa, aby se připravil co nejchutněji, musí uměti připravovat rychle chutné jídlo moučné anebo zeleninu, musí dovésti konservovati ovoce, zkrátka musí se naučiti racionelně hospodařiti.

Oblek její bude jednoduchého, nejlépe anglického střihu, z důkladné látky, který časté změně mody nepodléhá a proto, když se s ním šetrně zachází, i několik let vytrvá.

Na letošní výstavě v Lutichu v „Pavillon des femmes“ bylo zvláště k tomu poukazováno, že v kuchařských školách učí se dívky připravovati obědy pro šest osob po franku 50 centimech, tedy v naší měně po koruně 50 haléřích.

Není úkolem tohoto spisu, aby v něm obsaženy byly recepty na jednotlivá jídla, ale sama ze zkušenosti vím, že by se takových obědů velice chutných za 25 haléřů za osobu dalo sestaviti celá řada; ovšem, bylo by k tomu zapotřebí, jak již shora podotčeno, důmyslu a výcviku hospodynčina.

Praktická v hospodaření jest hlavně svobodná Američanka, ovšem ne taková, jaká bývá líčena v románech, kde mívá obyčejně miliony a k tomu nádavkem spoustu rozmarů. Lidé, kteří vyrostli v nadbytku a nepoznali boje za existenci, mívají všude, ale obzvláště v románě právo býti nervosní, excentričtí a rozmarní. Avšak ženy středního stavu americké unie jsou většinou pilné, rozšafné a statečné hospodyně a důkladnost ve všem rozumí se u nich sama sebou. A zdají-li se na cestách anebo u nás trochu excentrickými, dělají to jen tak, jak samy doznávají: „it is but fun“ (že chtějí míti zábavu, žert). Nechtě si však nikdo nemyslí, že Američanky, které většinou v úřadech, školách, závodech atd. jsou činný, oddalují se domácnosti. Právě naopak. Umějíce hospodařiti časem, rozdělí si jej tak, že po odbyté povinnosti v úřadě bývá jim pravým potěšením vlastnoručně připravit si pokrm, který jim nejlépe chutná. Jsou při tom hbité a obratné tak, že celá procedura s vařením mnohdy ani hodinu netrvá. Ovšem, tak by pracovati nesměly, jak nám zde jistá dáma z Ameriky přišlá vyprávěla, že v americké kuchyni stojí křesla, kam kuchařka se svojí prací usedá, aby se stáním neunavila. Roztomilá sedící kuchařka, takové si nedovedu představit! A také myslím, že jest pohled na tak pohodlnou, nerci-li línou osobu v kuchyni přímo hnusný!

Že prý se tím šetří energie. Jest dokázáno, že práci energie neubývá, nýbrž, že se síla a obratnost zvyšuje.

Jistý cestovatel po Americe vypravuje: „Na svých cestách v Americe byl jsem hostem rodiny, kde měli dvě dcery, miss July a miss Katy. Obě byly spisovatelkami, obě, jak se u nás říká, byly emancipovány. Jedna byla státní

úřednicí a druhá žurnalistkou, píšící pro nejlepší listy v New-Yorku, čím se úplně vyžívala. Jednoho dne, když jsem zaklepal na dveře drawing-room (obývacího pokoje), otevřela mi spanilá miss July všechna moukou v obličej poprášena a s vyhrnutými rukávy. Za uchem péro nevězelo a také obvyklá květina vlasů nezdobila. „Co děláte, miss July?“

„Zítra očekáváme hosty a proto peku máslové koláče, poněvadž máti tvrdí, že je tak kypré nikdo nedovede upéci.“ Podivil jsem se, že žurnalistka a lyrická básnířka pekla koláče. Tato však dala se do srdečného smíchu a trefně hned odpověděla: „Prosím vás, Solon byl přece nejlepším kuchařem a nestyděl se za to. A já myslím, že jest v tom také poesie, budou-li naši hosté dobře jísti.“

„A co dělá miss Katy?“

„Má sestra natírá podlahy a bude hned hotova.“ Když jsem se znova podivil, pravila: „Vy, Evropané, máte o nás převrácené mínění, myslíte, že jsme ladies, a pro hospodářství se nehodíme. Tomu tak není; ostatně, zdá se mi, že lady mnohem lépe dovede každou práci vykonati, než žena, která umí jen práti a vařiti; poněvadž lady vše, co koná, koná s rozumem a s rozvahou a nerozčiluje se hned k vůli malichernostem. Evropanky nejsou tak praktické, třebas celý boží den při domácnostech se lopotí. My nevaříme čtyři hodiny, abychom postavily na stůl vyvařenou hovězinu, která již ani výživných látek neobsahuje. Náš oběd jest, dík našim zdokonaleným kuchyňským aparátům, za půl hodiny až 40 minut hotov. V této poměrně tak krátké době přineseme na stůl krmi, která jest chutná a výživná a která se skládá třebas jen z kusu rychle udušeného nebo usmaženého masa, zeleniny polité máslem a pečené ryby. Neobědváme také v poledne, nýbrž večer, čímž nám nejdelsí doba dne zbývá k nerušené práci. Nepleteme punčoch a neháčkujeme kraječek, prvnější jsou laciny a druhé nestojí za nic, poněvadž je bez práce lze levněji koupiti a v tom takto vyšetřeném čase pracujeme něco jiného, co více vynáší a činí nás nezávislými. My nepracujeme jen proto, abychom mohly říci, že pracujeme, ale my pracujeme, abychom si vydělaly peníze anebo abychom si zpříjemnily svůj „home“. Konečně jsme přístupny každému vynálezu v oboru domácího hospodářství, kterým se šetří čas i námaha.“

Jiná Američanka v Engelwoodu, která zářila krásou, pravila mi: „Nejvyšší úspěch, kterého americké ženy hleděly dobýti jest, aby svými schopnostmi a vědomostmi docílily toho, aby mohly samostatně pro sebe pracovati, poněvadž jen tak můžeme i ve sňatek vstoupiti, aniž bychom se jím musily zaopatřiti. Cena moderní ženy nemá již svého těžiště v půvabné tváři, to hledati dlužno v ženině zdatnosti!“

A tak jako tyto Američanky přála bych si viděti také naši moderní hospodyňku; praktickou, pracovitou, zaujatou pro vše, čím by domácnost svoji povznesla, zkrášlila a zpříjemnila. Aby nedala všude za sebe jednati a platiti, ale aby se naučila jednati a vydělávati také sama. Tím výdělkem by se povznesla, osvobodila, osamostatnila a stala se rovnocennou družkou svého muže. A opakuje-li ještě někdo, že dvěma pánům nelze sloužiti, tu mu odpovídám, že nestatečná, zahálčivá a nepraktická žena nedovede ani jednomu pánu řádně sloužiti.

Moderní hospodyně musí hlavně na tom záležeti, aby dovedla šetřiti časem, aby se tedy naučila vykonati práci spojenou s vedením hospodářství rychle. Cídění, praní, uklízení může svěřiti osobě najaté; taková dívka nebo žena, která celý život svůj nic jiného nedělá než uklízí a pere, zajisté v tomto konání nabude zručnosti a máme tudíž právo na ni žádati, aby nám za přiměřený plat tyto práce, které mnoho času pohlcují, řádně vykonala. Jinak se věci mají s nákupem a vařením, to ať si každá hospodyně hledí udělati sama, nechce-li, aby její domácnost trpěla velikých škod. Vaření nemusí zabírat celý den času, přikročí-li se k němu racionálně. Za hodinu nanejvýš za dvě lze připravit velmi chutný měšťanský oběd. Ale žena musí si především osvojit znalost potravin, jejich chemické sloučení, jejich výživnost, aby mohla dle toho obědy kombinovati. Ona musí poznati všechny druhy masa: pouhým okem musí rozeznati maso hovězí od skopového, telecí od vepřového; ale nejenom to, ona musí znáti každý kus masa na zvířeti samém, aby si dle chuti mohla vybrati takový kus, jakého právě potřebuje. Ona musí věděti, že maso na zvířatech není všude stejné jakosti a proto jest nutno znáti ony kusy, které jsou nejlepší, aby jí řezník nemohl ošiditi. Ona musí též maso dovést pojmenovati a toto lze si osvojit jen vlastním nazíráním, proto jest nutno osobně k řezníkovi docházeti. Jest též nutno znáti veškeru drůbež, veškeru zvěř, která se požívá i také ryby. Musí rozuměti zvláště dobře mléku, máslu, tvarohu a vejším a znáti veškeré druhy zeleniny. Když si osvojila znalost theoretickou, přikročí k praktickému provádění.

V jednoduché měšťanské kuchyni není nutno uměti vyráběti nejjemnější cukrovinky, paštiky, pudinky a podobné věci, poněvadž příprava věcí jmenovaných vyžaduje mnoho času a nadto ještě může se státi, že se nákladná věc nepodaří, když se připravuje jen několikrát za rok. Chceme-li ke zvláštním příležitostem takové věci míti, uděláme nejlépe, když je koupíme; rozdíl ve vydání není příliš veliký, zejména odečteme-li čas a námahu. V jednoduché měšťanské kuchyni jest nutno pracovati rychle a počínati si obratněji při přípravě prostého, chutného, záživného i výživného oběda. Proto radím, aby se každá hospodyně pro každou sezonu naučila připravit několik

chutných jídel, řekněme na čtrnáct dní, ve kterých by se žádné neopakovalo; po čtrnácti dnech mohou se zase se změnami opakovati. Není ani třeba, aby chodila hospodyňka do kuchařské školy, inteligentní žena naučí se tomu sama a k jídlům komplikovanějším stačí, aby se podívala tu a tam do kuchařky; varují ji však před čtením dlouhých receptů s drahými přísadami, ty se pro měšťanskou kuchyni nehodí.

Udusiti kus hověziny, upéci kus teletiny, skopoyiny nebo vepřoviny, upéci husu, kachnu, kapouna, kuře, holoubě, usmažiti vepřovou nebo telecí kotletku, usmažiti kuře nebo rybu není veliké umění, tomu se inteligentní žena naučí za čtrnáct dní; rovněž tak brzy naučí se upravit k masu příkrmy: zeleninu, knedlík, nudle, brambory. Lidé, kteří mají rádi polévku, upraví si dle libosti jiné menu na čtrnáct dní. Hovězí polévka přes to, že jí lékaři upírají veškeru výživnost, když jest chutně připravena, jest velmi dobré jídlo. K tomu jest zapotřebí jen pěkný, čerstvý kousek libové hověziny bez tuku a kostí. Polévka vyvařená z tuku a kostí nestojí za nic. Hovězí maso vařené jí se s chutnými omáčkami nebo se zeleninou; také takový oběd stačí. Kdo má na více, připraví si po hovězině ještě moučník, který české ženy různým způsobem velmi chutně připravovati dovedou. Jsou to buchty, koláče, lívance, vdolky, placičky, celá serie knedlíků od bramborového až po delikátní švestkový, pak záviny, žemlovky, bublaniny a v neděli nákyp. To vše nejsou umělá jídla, ale prosté, chutné pokrmy, které nevyžadují ani přílišného nákladu ani spousty peněz a podaří se vždycky.

Kdyby hospodyně mnohdy viděly, jak nečistýma rukama jejich tak zvaná kuchařka pracuje a jak nepoctivě si často počíná, jsem přesvědčena, že by jí vařečku nikdy nesvěřily a vařily by pro sebe i pro své rodiny vždy samy.

Zjednoduší-li se práce v našich domácnostech, čemuž moderní vynálezy značně napomáhají, nebudou již všecek čas ženin vyčerpávati. Krb lihový ušetří mnoho času, rovněž stroje a strojky kuchyňské, prací a ždímací. Každé vymoženosti moderní jest si nutno všímati a dle možnosti ji zaváděti do domácnosti; tím se šetří čas a čas jsou peníze.

Moderní hospodyně rozpočte si svůj příjem, a rozpočet svůj nikdy nepřekročí a vidí-li, že příjem nestačí, snaží se, aby svou prací vydělala a scházející svým výdělkem doplnila. Ty časy již minuly, kdy žena úředníkovu za hanbu si pokládala, že vydělává; dnes proto není již kaceřována ani úsměškům vystavena, ba naopak každá žena může býti na svůj výdělek hrda, zejména, když jím blaho svých dětí pojistí a štěstí rodinné rozmnoží! Výdělek ženin má také dalekosáhlý význam národohospodářský, poněvadž čím zámožnější budou jednotlivé rodiny, tím zámožnější bude celý národ.

Nechť se nikdo nedomýšlí, že provdává-li se žena, jest tím již zaopatřena a musí přestati na tom, co jí její muž dá, ať jest toho málo nebo mnoho. A také lichá jest obava těch, kdož se domýšlejí, že budou-li ženy vydělávati, muži budou zaháleti a utráceti. Zahálčivý a marnotratný muž zahálí a utrácí také tehda, když jeho žena nic nevydělává, ba také tehda, když jeho žena a dívky trpí bídou, nouzi, hlad. A té bídě, tomu nedostatku, tomu hladu čeliti bude výdělek ženin. Také ten náhled neuznávám správným, tvrdí-li někdo, že žena provdaná svým výdělkem okrádá ženu neprovdanou. Kdyby se tak věci měly, tu by také majetní muži nesměli zastávati nijakých úřadů a nesměli by vydělávati, a přece nikomu ani nenapadne, aby něčeho takového požadoval! I muži, i ženy jsou lidé svobodní a mají stejné právo na práci i na výdělek.

V naší době mnoho zaměstnání otevřelo se ženám, i mnohé úřady, bohužel, že u nás se mnohé z nich jen svobodným vyhrazují, avšak bohdá, přijde čas, kdy se veškeré celibáty a veškeré obmezování svobody zruší.

Ostatně ženy provdané samy se již dříve snažily, aby dovedly svým výdělkem rozmnožiti jmění svých rodin anebo zmírnily jím často krutý nedostatek. Od dávných časů již byly vdané ženy obchodnicemi, majíce vlastní obchody, anebo byly vydatnými pomocnicemi v obchodech svých mužů. Byly modistkami a měly krejčovské dílny, vázaly kytice a věnce, vyšívaly; byly herečkami, zpěvačkami, spisovatelkami; byly privátními učitelkami a pěstounkami; byly porodními babičkami, ošetřovatelkami nemocných. K těmto za naší doby přibudou lékařky, asistentky lékařů, masseurky, profesorky, lučebnice, lékárnice, stavitelky, tovární inspektorky, zahradnice, obchodní cestující, úřednice v trestnicích, průvodkyně cizinců, korespondentky, komptoiristky a snad také učitelky, až bude celibát zrušen.

Možná, že přijde doba, kdy bude směti žena konati takovou práci, k jaké bude cítiti chuť a lásku a k jaké bude míti dosti vloh a schopnosti; až tak se stane, tenkrát teprv skutečně přestane býti žena nevolnicí. Význam ethický volné ženy bude dalekosáhlý. Vdávati se nebudou jen takové ženy, které mají peníze anebo které dovedly koketerií upoutati muže, poněvadž věděly, že jen tak jim kyne zaopatření a dobré bydlo.

V naší době bude moci činiti žena nárok na sňatek také tehda, když nebude míti věna, ale za to dovede vydělávati a zároveň bude s to, aby svou inteligencí vedla nebo i sama opatřila jednoduchou moderní domácnost.

Ona také dívky své nebude rozmazlovati, ale záhy povede je k samostatnosti a naučí spásonosné práci. Moderní



matka nebude chtít stále jako kočka s koťaty hrát si se svými dětmi, ona je zaměstná najmuví k nim chůvu a hrát s nimi bude jen v době rekreace. Nechtě si nikdo nemyslí, že jen ta jest výtečnou matkou, která své děti stále hýčká a s nimi se mazlí a všude s nimi a za nimi stojí; děti, nejme větší děti jest nutno vést k samostatnosti, jest nutno ovšem pod dohledem nechati hrát je samy, ale dohlížeti nemusí vždycky matka, k tomu jsou vycvičené pěstounky. V moderní domácnosti po denní práci, k večeru shromáždí se celá rodina k obědu a po tomto zůstane v rodinném kruhu, ze kterého ani otec nebude se vzdalovati, aby pookřál v hostinci, nýbrž okřeje v něm. A na ty zimní večery budou se všichni těšiti, kdy se mohou vzájemně bavit a veseliti. V létě po obědě k večeru odejdou s otcem i matkou do volné přírody.

Myslím, že při takovém rozdělení času denního k práci a večerního odpočinku celá rodina mnoho získá a že při nynějších školních požadavcích malé děti večer vůbec k učení přidržovati nemusíme a nebudeme. V naší době nejen muži, ale také ženy budou se snažiti seč jsou, aby v rodinách a domácnostech jejich zavládlo štěstí a spokojenost tak, aby každý jednotlivec ze života se mohl těšiti. A k tomu cíli, myslím, měl by gravitovati každý.

# Žena vychovatelka.

Naše doba mnoho zabývá se ženou jako vychovatelkou a to nejenom jako vychovatelkou dítek vlastních ve smyslu užším, nýbrž také jako vychovatelkou národa ve smyslu širším. Vychovatelstvím vložen jest na bedra ženina úkol veliký a zároveň vznešený i veledůležitý. Žel, že dosud tak málo matek pochopilo význam i dosah tohoto svého úkolu! Žel, že až do dneška bývají ženy tak málo pro svůj nejdůležitější úkol, úkol vychovatelský, připravovány! O všem jiném, více či méně potřebném pro život, mluví se dívkám doma i ve škole, na vše bývají připravovány, jen ne na to, jak by měly jedenkrát vychovávat své dítky. O tom se stydlivě mlčí doma i ve škole. Jen tenkrát, když má dospělá dívka před sňatkem, bývá obyčejem matky říci jí: „Myslím, že je ti již známo, že malé dítky nepřináší čáp ani vrána, ani liška, myslím, že víš, že skoro každou ženu v manželství očekává také mateřství. O ostatním poučí tě tvůj choť.“ Toť vše. Že toho ostatního vlastně jest velmi mnoho, a že mladé matce potom její choť vlastně také ohledně dítek nic neřekne, jest známo. Ostatní ponechává se obyčejně intuici mladé matky, aby se jí sama dopracovala až k tomu, co měla vědět již před sňatkem. Taková nepřipravenost pro úkol matky a vychovatelky bývá pak příčinou, že bývá s dítětem prvním experimentováno a nemá-li toto nezdolnou konstituci, tedy obyčejně experimentování podléhá.

Než v této kapitole nechci se zabývat tím, jak si má matka vésti u fyzické výchově dítek, o tom promluveno jinde. Zde pojednati hodlám o mravní čili ethické výchově dítek v rodině, kterou řídí, či vlastně měla by řídit žena-matka, a to až po dobu, kdy dítky opouštějí rodný dům.

Myslím, že každý člověk, ať se zrodil v chýži či v paláci, přeje, ba žádá si, aby byl na světě šťasten. A myslím, že právě v tom ležela by nejvyšší lidská moudrost, kdyby se někomu poštěstilo ukázati způsob, kterým by člověk na zemi učiněn byl šťastným.

Po mém soudě bývá štěstí lidské závislo po většině na výchově, které se člověku v rodině dostalo; bývá závislé od směru, který mu byl ukázán, aby se jím životem bral; bývá závislé na zásadách, které mu v rodině byly vštípeny, a konečně bývá závislé na příkladě, jaký mu v rodině byl dán. Anglický filosof Smiles praví: „Není mnoho řečeno, že štěstí nebo bída, civilisace nebo barbarství na tomto světě závisí na vlivu žen, kterým působí ve své domácnosti. Budoucnost leží před námi v osobě dítěte na ruce matčině. Co z toho dítěte jednou se stane, to záleží jen na výchově, jaké se mu dostane jeho první přirozenou vychovatelkou, jeho matkou.“ Ideálem výchovy jest, vychovati z dítek mravně dokonalé lidi, lidi charakterů ryzích; poněvadž na osobní dokonalosti, na čisté, ryzí povaze bývá založeno individuální štěstí toho kterého člověka.

Z mladíka stane se dobrý muž, dobrý člověk nejjistěji tím, bude-li napřed dobrým hochem, dobrým v nejobsáhlejším toho slova smyslu; neboť slovo dobrý zahrnuje v sobě vše, co jest šlechetné, čisté, přímé, pravdivé, odvážné – mužné. Nejlepší muži bývají z takových hochů, kteří již v rodině byli snášeli, povolní, ústupní, uctivi, úslužní, pravdiví, pilní, slovem: kteří již jako děti zvykáni byli plniti přesně své povinnosti. Muž dokonalý jest pevný a neohrožený a obávaný i nenáviděný těmi, kteří jsou špatní a zkažení, avšak je vzorem lidem dobrým.

Má-li však žena býti s to, aby vychovala ze svých dítek lidi dokonalé, musí sama býti tělesně zdatná, mravně bezúhonná a její intelekt musí býti na nejvyšší stupeň vyvinut.

Zdravou výchovou rozvinují se duševní vlohy, cit se šlechtí a zjemňuje, člověk se stává v každém ohledě lepším, zdokonaluje se, a právě toto zjemnění lidské bytosti přispívá velikou měrou k štěstí. Má-li se však společnost lidská povznést na nejvyšší stupeň mravní dokonalosti, jest nutno, aby se vzdělání, výchova obou pohlaví nesla stejným směrem. Pro obě pohlaví musí platiti stejný mravní zákon. Zastával-li by někdo názor, že různost pohlaví dává muži svobodu žiti nemorálně a že mu dovoluje beztrestně konati skutky, za které by žena, kdyby se jich dopustila, celým svým životem pykati musila, a kterých by muž na ženě sám nejen neschvaloval, nýbrž i zatracoval, ten by otrásl základem vši mravnosti.

Má-li společnost lidská zůstat čista, jest nutno, aby muž byl rovněž tak čistý jako žena, a oba se musí stříci všeho, co srdce, svědomí i charakter poskvřňuje. A proto jest na matce, aby ve stejné morálce vychovávala jak hochy, tak dívky.

Ona nesmí zásadně vychovávat dcer svých jen k modlitbě a k utrpení, a nesmí také trpěti, aby se hoch její vybuřoval. „Hoch se musí vybouřit, aby z něho byl jedenkrát dobrý manžel“, zní pořekadlo; ona musí toto živé pořekadlo zvrátiti a říci: „Můj hoch musí býti napře dobrým hochem, aby z něho jedenkrát byl dobrý manžel, dobrý muž.“ Vždyť přece jest přirozeno, že život rodinný má připravovati pro život občanský, pro život sociální a že duch i charakter jednotlivcův doma, v rodině dostává svou formu. Z rodiny vychází dítě do života a jeho bouří,

proto jest nutno považovati domov za nejdůležitější průpravu a školu pro život veřejný. A právě dle toho, jak byli jednotliví členové lidské společnosti ve svém dětství a mládí vychováni, bude státi společnost lidská na vyšším nebo nižším stupni kultury. Na povahu každého člověka i nejmoudřejšího mocně působí mravní ovzduší, ve kterém prožil svá dětská léta. Doma v rodině dostává každá bytost lidská svou nejlepší anebo nejšpatnější kázeň, doma jí vštěpovány bývají zásady, dle kterých svůj život spravuje až do nejpozdějšího stáří. V domě rodném otevírá matka srdce, schránku všech citů, všem vznětům ušlechtilým a dobrým, v domě rodném osvojuje si dítě za vedení matčina dobré i špatné zvyky, tam matka probouzí intelekt a podporuje vývin schopností, jak duševních tak tělesných, a v domě rodném matkou položen bývá základ, na kterém budován a vytvářen bývá charakter buď dobrý nebo špatný. Z čistého či nečistého pramene domácnosti berou vznik zásady a pravidla, která řídí celou společnost lidskou; ctnosti občanské, které nejsou posvěceny ctnostmi domácími, jsou ctnosti theatrální a proto bezcenné.

Napoleon tázal se jednou paní Campanové, která řídila rozsáhlý dívčí ústav: „Čeho jest nutno k výchově dokonalého člověka?“ –

„Dobře vychované inteligentní matky“, bez rozpaků odpověděla tato. – „Nuže“, pravil ji geniální muž, „budiž vaší nejvyšší snahou vychovati takové matky, které by náležitě dovedly vychovati své dívky; máte pravdu: národ francouzský má potřebu – vzorných matek.“ Myslím, že slova velikého muže platí nejen pro matky Francouzky, nýbrž pro matky na celém světě, poněvadž každý národ má zapotřebí dobře vychovaných, inteligentních matek.

Až dosud na kandidátce vdavek bylo žádáno pouze mládí, krása, půvab a – peníze. Ostatně tyto vlastnosti stačí ještě dnes mnohemu muži. A přece vnitřní cena, lepší stránka nastávající matky není závislá na pomíjejících vněšnostech, nýbrž na dobrotě jejího srdce, na bezúhonnosti charakteru a na její inteligenci. Ovšem, jest nutno, aby byla také tělesně zdráva a dobře vyvinuta, poněvadž všecky její vlastnosti jak tělesné tak duševní dědičností na potomky přecházejí.

Ženská nevědomost, nesamostatnost, naivnost u věcech nejvážnějších, ženská oddanost a poddanost až na naše doby prohlašována bývají za nejkrásnější ženské ctnosti, za pravou ženskost. Avšak žena-matka nesmí býti nevědoma, nesmí býti nesamostatná a ve všem všudy jako pravý otrok poddána; ona, vychovatelka svých dětí, musí míti široký rozhled a hluboké vědomosti, aby si u svých dětí získala k výchově nutné autority. Jest nutno, aby její chovanci k ní s úctou pohlíželi i tehda, když by sami nejvyšší učeností slynuli. Jest také známo, že již staří Řekové říkali: „Svěř výchovu svého syna otroku a budeš míti otroky dva.“

Prvních dojmů nabývá člověk v rodině a tyto bývají nejsilnější a nejtrvalejší. První veliká radost, první žal, první úspěch, první nezdar, první zdařilý výkon nějaké práce, první práce nepodařená zanechává v duši dojem, který z ní nikdy nevymizí. Proto jest na matce pečovati o to, aby první vjemy, jichž dítě u ní v rodině nabývá, byly takového druhu, aby mravnost jejich jimi neutrpěla; neboť nikdy snad nebylo by možno vychovati dítě na člověka mravně dokonalého, kdyby vyrůstalo mezi sprostými, nemravnými, špatnými lidmi. Matka musí si toho vždy býti vědoma, že dítě vždy napodobí jen to, co vidí. Vše jest dítěti příkladem a vzorem, ať jest to gesto, řeč anebo čin; jest jí proto dbáti, aby nikdy její dítě nenapodobilo nějakého jejího konání, za něž by se sama musila stydět. Napodobením dobrých nebo špatných příkladů tvoří se povaha pomalu sice, ale jistě. Vliv a příklad matčin jest na povahu dětí dalekosáhlý, protože se jimi více než kdo jiný obírá. Domácnost jest matčiny, řekla bych, královstvím, tam má absolutní moc, kterou jen k dobru svých dětí má vykonávali; tam k ní vzhlíží její drobné i velké dívky, ona je jim vzorem, který stále mají před očima, ten pozorují a napodobují ani o tom nevědouce. Matčiny zvyky a ctnosti stávají se zvyky a ctnostmi jejich dětí, její povaha, její intelekt, její celá bytost opakuje se v nich. Říká se, že dítě již s mlékem mateřským ssaje do sebe matčinu povahu.

Smiles na jednom místě své knihy praví: „Muž jest mozkem a žena srdcem lidstva, on rozumem, ona citem, on silou, tato gracií.“ Já však pravím, že matka musí míti i mozek i rozum i sílu; nesmí pro svůj cit zanedbávat intelekt, silná a moudrá, dobrá a přímá, cituplná i rozšafná musí býti zároveň, má-li býti s to, aby své děti vhodně vychovávali mohla.

Žena přírodní, to jest žena nevzdělaná, nekultivovaná, bývá z pravidla špatnou vychovatelkou, a vyrostly-li za jejího vedení dívky ve zdárné lidi, tož stalo se tak pouze čirou náhodou; vždyť taková matka nedovede nikdy odstraniti zla preventivně, poněvadž jí scházejí vědomosti paedagogické, hygienické, ethické i aesthetické. A řekne-li někdo: „Matky našich největších mužů, jako matka Palackého, Husova, Riegrova, byly ženy docela prosté, bez gymnasia a university, a přece odchovaly národu nejlepší syny, tož jim pravím, že by se byl Palacký stal Palackým, Hus Husem a Rieger Riegreem i tehda, kdyby jejich matky hned po jejich narození byly zemřely; protože se geniové na svět rodí, ale nevychovávají.

A řekla-li jsem, že žádám, aby intelekt ženy-matky byl na nejvyšší stupeň rozvinut, nemyslím tím upjatou učenost, nýbrž jen široký rozhled a hluboké poznávání a pochopení života lidského. Vychovati člověka, udělati z něho něco, čím dříve nebyl, jest veliké umění a nedovede toho člověk zcela prostý, nevzdělaný a byť byl sebe lepší. –

Od nejútlejšího mládí bývají dítky obého pohlaví v rodinách vychovávány společně, a já nemohu ani dosti matkám na srdce vložiti, aby své hochy i své dívky co možná stejně vychovávaly na stejné rovnocenné lidi. Že až na naši dobu jest žena u mnohých mužů v nevážnosti, že se na ni pohlíží jako na věc bezcennou najmě tehda, neobdařila-li ji příroda v nadami tělesnými anebo tehda, když jich stářím a přestálými životními bouřemi pozbyla, to hlavně původ svůj bere v takové rodině, kde muž pro svou choť nemá úcty a vážnosti, kde jí opovrhuje, u vlastních dětí snižuje na bytost inferiorní a všecko její konání a všecko její práci znehodnocuje a zlehčuje. V rodině, kde se převaha mužova stále na odiv staví a jen mužova a mužská práce oceňuje, tam si také synové své matky neváží a svými sestrami opovrhují domnívajíce se, že ženy jsou jen proto na světě, aby mužům sloužily.

Matka nikdy nesmí strpěti, aby se v rodině bratr vyvyšoval nad sestru proto, že jest mužského pohlaví, aby ji utiskoval a za méně sebe pokládal; tím by podporovala u syna panovačnost a egoismus; ale nutno jest, aby synovi řekla, že své fysické převahy a síly má využívat k ochraně slabých. Fysická síla neopravňuje hochu nikdy k surovosti, sprostotě a k vypínavosti nad ostatní; takový hoch, který by fysickou sílu nedovedl krotiti, stal by se jen škodlivým členem lidské společnosti.

Dítky v rodině jsou občané dobře zřízené republiky, kde mají stejná práva, stejné povinnosti a kde matka v nepřítomnosti otcově jest presidentem. Sama matka zdravým dospělým dítkám, ať hochům, ať dívkám, nesmí sloužiti. Svou osobní posluhu ať každé dítko vykonává samo. Děti od útlého mládí musí vedeny býti k činnosti a samostatnosti.

Také v ohledě mravnostním bude matka stejně rigorosní jak k synům tak k dcerám, co jest neslušné a necudné pro jedno pohlaví, jest necudné také pro pohlaví druhé. Mravnost jest ctnost vznešená, mající pro obé pohlaví touž vysokou hodnotu i cenu: život nemravný mstívá se na obou pohlavích a to zvrhnutím individua i potomstva. Klesá-li v ohledě mravním žena hloub než muž, tož děje se tak jen proto, že ji společnost lidská hloub svrhne, poněvadž ustálený zvyk dovoluje muži beztrestně páchat takové špatnosti, které na ženě přísně trestá. Na čistotu mravů u muže klade lidská společnost pramalé požadavky a pramalou váhu, a to k největší škodě jak jeho, tak ženě i potomstva. Matka ať má na mysli, že není pravda, že její syn, vede-li nemravný život bývá méně poškozen, než její dcera za týchž okolností: na pověsti u lidí stejně smýšlejících syn poškozen nebývá, to jest pravda, ale na zdraví svém a na své mravní integritě bývá mnohdy více poškozen, vede-li život bezuzdný, než dcera. Volnost ve věcech mravnostních bývala muži vždy jen velice pohodlná, nikdy však prospěšná. Mravní povaha a duševní síla toho kterého národa má v mravní čistotě mužově i ženě nejlepší ochranu i podporu. Čím ryzejší bude charakter mužův i ženin, tím harmoničtější a spořádanější bude společnost lidská a tím jistější bude její šlechtění i pokrok.

Pravila jsem, že se má v rodině obé pohlaví stejně vychovávat; to platí však jen až po dospělost věku, potom rozumí se samo sebou, že zřetel matčin obrácen musí býti k dceři, ze které státi se má opět budoucí matka.

Ne všem ženám na světě umožněno jest, a to z příčin různých, státi se matkami. Ale poněvadž přece až dosud většina jich matkami se stává, tož celá výchova jejich musí se nésti k tomu velikému úkolu. Po mém soudě každá budoucí matka měla by býti dobrým psychologem, aby potom mohla v duši svých dětí nahlédnouti a seznati jejich inklinace, pudy a vlastnosti, a dle těchto jejich výchovu zaříditi; každá budoucí matka měla by zvláště bedlivě studovati hygienu, aby věděla, jak má dítky své ošetřovati, jak živiti, jak odívati, aby dovedla řídit jejich spánek, jejich odpočinek, jejich práci i zábavu; každá budoucí matka měla by si osvojiti základy ethiky, aby přísně mravními zásadami vedena, mravní výchovu svých dětí obého pohlaví řídit mohla; každá budoucí matka měla by studovati aesthetiku, aby netoliko sama na krásno dovedla nazírati a z krásna se těšiti, nýbrž aby také u svých dětí probudila krasocit. Tenkrát stojí člověk na nejvyšším stupni kultury, nesnese-li nic, co by v odporu stálo s krásnem jak ethickým tak aesthetickým. A konečně každá nastávající matka má míti alespoň pojem o tom všem, čemu se její dítky jedenkrát ve škole obecné i střední učiti budou, aby sama před těmi věcmi neměla respekt, o nichž má dovésti děti své poučiti a jim přispěti tam, kde otázkou na ni se obrátí. Z pověděného vysvítá, že každá matka musí býti dokonalým paedagogem, má-li výchovu svých dětí správně řídit. Proto a jedině proto jest nutno připravovati dívky, obzvláště ty, které si jiného povolání nevolily, na vznešený úkol matek.

Jinak musí matka vychovávat u obou pohlaví zálibu v ustavičné činnosti, zálibu v účelné práci. Jest nutno, aby dětem svým vstřípila, že jen takový člověk jest platným členem lidské společnosti, kdo své vlohy ať duševní ať fysické koncentruje v práci, kterou koná v zájmu svém, v zájmu svých nejbližších i bližních a na prospěch svého národa i své vlasti. Ať ukáže matka dětem, jak jest práce i dobrá i zdravá, příjemná i zábavná, pro život potřebna

i důležitá: ať jim ukáže a poví, že nejnešťastnějším člověkem na světě jest ten, komu práce bývá břemenem a kletbou; práce není a nikdy nebyla kletbou lidstvu, nýbrž jeho požehnáním.

Takové korektní chování matčino, její mírnost a přívětivost, spojená s inteligencí, naplňuje rodinné ovzduší stálou veselostí, spokojeností a štěstím; a takového ovzduší jest třeba, má-li v něm vytvářen býti ryzí charakter jednotlivých členů.

Pokud naše matky nebudou vychovatelkami osvěcenými, moudrými i dobrými, dokud nebudou kněžkami ostříhajícími čistotu mravů svých domácností, dotud se kultura i mravnost celého národa nezvýší, dotud celý národ nebude dobrý a osvěcený. Vždyť jsou národy dítkami matek.

# Mají-li být dívky poučeny o tom, jak přišly na svět a kdo je má poučovat?

V naší době jeví se čím dále tím větší snaha zdokonaliti člověka, jak v ohledě mravním, tak duševním i fysickém; jeví se snaha vytvořiti lidský ideál. O to starají se v první řadě paedagogové, potom etikové a psychologové, o to stará se hygiena. Avšak, aby se lidstvo stalo lepším, dokonalejším a proto šťastnějším, k tomu jest zapotřebí, aby každý jednotlivec byl duševně i tělesně zdrav a aby vedl život mravně bezúhonný. Jen takový národ jest šťastný, který se skládá z rodin, jejichž žití založeno i řízeno jest zásadami přísně morálními. Dějiny nás učí, že národové, kteří stáli na nejvyšším stupni kulturního rozvoje, se zvrhli, zničili a zapadli jen proto, že veškeru etiku šlapali nohama; po nejslavnějších národech věku starého zbyly pouze historické a umělecké památky. Doba moderní, jak se zdá, chce předejiti takové degenerování, a proto nejlepší lidé usilují o zachování čistého charakteru národa, ke kterému patří. Nedá se upříti, že velmi často mravní neporušenost mladých lidí běže zkázu v nevědomosti, to jest, v neznalosti pohlavního života. Středověk, život klášterní a kněžský velikou vinu na tom nesou, že pohlavnost u člověka pokládána byla za ohavnost, za největší nestoudnost, za něco, o čem nesměl nikdo vážně mluvit, co mělo zůstat vždy jen tajemstvím – někdy velmi pikantním tajemstvím – o kterém se jen šeptalo a bájilo. Čím mystérium bývalo hlubší, tím více stoupala a rostla zvědavost, která ukájena bývala oklikami z míst nekompetentních, způsobem nepřístojným, zvráceným, často nepravdivě a nestoudně, jedině za tím účelem, aby fantasie v tom směru na nejvyšší míru byla podrážděna. Matka mlčívávala tajíc úzkostlivě, co říci měla, ukrývajíce pečlivě, co měla zjevit, jen proto, aby dítě nezkažila. A matka sama věřila, že vše jest necudné a nečisté, co se k pohlavnosti vztahuje, o čem vlastně měla býti přesvědčena, že má býti nejčistší a posvátné. A pruderie, jinak to nazvati nelze, docílila právě opaku toho, čeho docílití chtěla. Zde v pravdě nabývají platnosti slova Nietzscheho: „Podali erotu jedu k pití, on napil se, nezemřel po něm, ale zvrhl se v neřest.“

Ano, tím, že nevyvinuté dívky obého pohlaví předčasně pátrají po zapovězeném ovoci, předčasně a cestami nepravými vnikají v hluboké mysterium života, – bývají také předčasně kaženy, tu nemravnými služkami, tam nesvědčitými zvrhlými lidmi, jinde jen o málo staršími druhy a družkami, od kterých hltavě všechno přijímají a za pravdu pokládají, ať jim to sděleno bylo formou jakoukoliv. Tedy věci, před kterými má míti člověk úctu a vážnost, protože se jedná o kreaci člověka přírodou, bývají sesměšňovány, zlehčovány a mluví se o nich s opovržením.

O tom, jak v tomto směru dojíti nápravy, paedagogové dneška mnoho přemýšlejí a skoro všichni jsou svorní v tom, že se má dospívajícím dětem ohledně zrození člověka říci pravda. Kdy a jak to které dítě poučeno býti má, to ponechávají důmyslu a moudrosti matčině, která jednotlivé dítě nejlépe zná a ví, kdy by mohlo pochopiti její výklad. Velmi mnoho se disputovalo a diskutovalo také o tom, neměla-li by se škola podjati úkolu poučení dítek obého pohlaví o věcech sexuálních. Já ze svého stanoviska bych rozhodně byla proti tomu, aby škola tak činila. Jednak jest látka sama sebou již velmi choulostivá a nedalo by se o ní veřejně a všeobecně dobře hovořiti, a za druhé bránila by tomu různá vyspělost dítek téhož stáří. Jenom matka, první a přirozená vychovatelka dítek, jest povolána, aby sama se svými dítkami o věcech intimních, jakými pohlavnost u člověka jest, dle potřeby se rozhovořila a jim pověděla, co věděti mají, ještě dříve, než jsou poučeny osobami nepovolanými. Po mém soudě neměla by také ani matka docela malých dítek poučovat. A když se takový malý capart táže: odkud přišel bratříček anebo sestřička, odpoví: Bůh ti ho v noci poslal, přinesla ho vrána nebo čáp. Jest to sice lež, leč lež z nouze, kterou se třebas i veliké zlo může zameziti. Teprve mezi jedenáctým a šestnáctým rokem jest nutno dívky poučiti o životě pohlavním, o ústrojích plodících i rodících, aby ochráněny zůstaly mnohého nebezpečí, které často z neznalosti anebo nesprávného poučení by mohlo pojití. Ovšem musela by matka najíti sama nejvhodnější způsob, jakým by tyto delikátní a přece na výsost důležité věci dětem svým říci měla.

Nejvhodněji učinila by zajisté, kdyby je zavedla do přírody a ukázala jim rolníka, kterak zasévá sítě v zemi, v půdu mateřskou a jak tato přijavši semeno, ukrývá je ve svém lůně, až přijde čas, kdy toto vystrčí svou hlavinku a ukáže ji světlu a slunci, aby je toto políbilo teplým svým dechem. Ona jim řekne, že slunce již napřed požehnilo a připravilo zemi, aby byla schopna roditi. Vidíte tak děje se také s člověkem. Také on vzniká v lůně matčině, a láska jest jeho velikým sluncem, která má moc tvořivou. Devět měsíců vás matka nosila pod svým srdcem, a již tenkrát než jste přišly na svět, starala se o vás a pečovala o to, abyste byly života schopny a zdravý, až uzříte světlo světa. Když devátý měsíc uplynul, porodila vás za hrozných bolestí, ale když jste byly na světě, ujala se vás s horoucí láskou, vychovávajíc a ošetřujíc vaše tělo i vaši malou duši, abyste ani tělesně ani duševně nepřišly k úrazu.

Dospívá-li chlapec v muže, řekne mu asi toto: Milé dítě, nyní nastala doba, kdy také ve tvé bytosti probouzí se pud tobě ještě úplně snad neznámý, a já matka tvá, chápu zajisté lépe, než kdo jiný, tvůj nynější stav, tvůj život, ve kterém krev mocněji a bouřněji začala prouditi. Já, matka tvá, pochopuji touhu, jež se v duši tvé začala

probouzeti, horoucí touhu po sblížení s někým, koho bys mohl nade všechno milovati, a kdo by jinému pohlaví náležel. A právě tato doba jest v životě lidském nejnebezpečnější a proto se chvěji, abys se právě nyní neocitnul na scestí, zvláště zde, ve velikém městě, kde tolik nástrah na nevinnou duši čihá.

Ve velikém městě jsou lidé špatní, kteří žijí a tyjí z neřestí a kteří nesnesou denního světla, ve velikém městě jsou ženy špatné, které ovšem také někdy z bídy, ale mnohem častěji z lenosti anebo z touhy po životě rozmařilém prodávají lásku, prodávají svá těla za mrzký peníz. Ve velikých městech jsou také matky dcer, které by rády provdaly a proto je přímo nabízejí nezkušeným hochům, aby tyto do svých sítí a tenat polapily. Takovým lidem se vyhni. Nevím ani, co jest hanebnějšího, lásku kupovati anebo ji prodávati; vždyť jest láska statek, který má cenu jenom jako dar. Pamatuji si, tak jako si nemůžeme koupiti zlatý paprsek sluneční a stříbrný svit měsíční za žádný peníz, tak nemůžeme si za žádné peníze světa koupiti lásky.

Přemáhej, milé dítě, svou touhu a nechtěj se snoubiti předčasně, nechtěj milovati předčasně. Snuj sobě sny o lásce, o lásce veliké a svaté, ale počkej, až přijde čas, kdy se z tebe stal člověk dospělý, jenž obohatil ducha i srdce cennými statky, ze kterých může těžiti. Jsou takoví lidé, kteří si chtějí pochutnávat na ovoci, pokud není ještě zralé, leč takoví lidé místo příjemné chuti poznávají pouze hořkost a trpkost a následky bolestné, kdežto kdyby byli počkali, až do času uzrání, byli by shledali ovoce chuti výtečné.

A když bys poznal jednou ženu ctnostnou, ženu ducha i srdce krásného, že bys celou duší i srdcem svým po ní toužil, tu ať jest tobě bytost její svatá, až do té chvíle, kdy se s ní budeš moci legitimně spojit. Láska opravdová jest láskou mocnou, která tebe vždy na pravou cestu uvede.

Okamžité vzplanutí, které mnozí také za lásku považují, jest bublinou, která tak rychle zajde, jak brzy vzešla, to jest nutno přemoci a potlačit. Proto jest nutno, abys sebe sám dlouho zkoušel napřed, než se pro nějakou dívku rozhodneš a poznáš, zda-li ji skutečně miluješ. Láska čistá, ryzí, pravá a obětavá, dovede potom podstoupiti nejtěžší boje a nejkrutější zkoušky.

Vychovávala-li matka svého hochu vždy mravně a vypěstila-li v jeho srdci cit pro ryzost povahy, může býti jista, že vyvinutý mravní cit a vrozená cudnost, která s láskou jde ruku v ruce, bude pevnou hradbou proti možným pokleskům. –

Myslím, že takovým způsobem měly by matky mluvit se svými syny a ne nedbale přihlížeti k tomu, co syn dělá, v jaké společnosti se pohybuje, jaké zábavy navštěvuje a kdo jsou ti, s nimiž obcuje. Opovržení hodná jest taková matka, která bez uzardění přímo hlásá, že se hoch musí vybouřiti, aby se z něho jednou stal dobrý manžel. Taková matka přímo vybízí své dítě, aby se dopouštělo nepoctivosti, podvodu, klamu a šalby. Uzme-li někdo sebe menší maličkost, bývá za to trestán vězením, ale ukradne-li nesvědomitý hoch přímlovou, falešným předstíráním, sliby, ba i výhrůžkami čest, nejdražší, často jediný jmění nezkušené, nevinné dívky, tomu se nestane nic, zhola nic. Společnost lidská netrestá ho ani opovržením. „Hm, vždyť je to hoch a ostatně – holka se neměla dáti.“

Uškodí-li někdo bližnímu svému úmyslně nebo náhodou na zdraví, bývá po zákonu stíhán a trestán, ale oloupí-li nesvědomitý zkažený hoch až dosud dívku počestnou o její zdraví, zanechav ji bez pomoci v hanbě na pospas úšklebkům lidským, kteří pro takové jednání nemravných hejsků mají jen cynický smích, tomu se nestane nic.

Zabije-li někdo bližního svého, jest mu odpykati trest potupnou smrtí na šibenici, ale když bezcharakterní muž utrápí ženu k smrti, protože uvěřila jeho „horoucím citům“, nic se mu nestane, ba naopak, utápí a zapomíná výčitky svého svědomí v náručí ženy jiné, kterou snad opět oklame. Proč by tedy neloupil, proč na zdraví nepoškozoval a proč nevráždil? Ať nejsou ženy lehkověrné, ať se nedají, ať nejsou hloupy! Maminka i tatínek k tomu přihlížejí lhostejně, nic nenamítají, mlčky jednání synáčkovo schvalují – hoch se tedy vybuřuje – co je komu po tom, jak on žije, to je jeho privátní záležitost.

A tak se vybuřuje stále, až ztratí velmi často fysickou možnost k uzavření sňatku.

Klame a opouští jednu dívku za druhou, niče je fysicky i duševně, a podvádí i poctivé manžele každou chvíli. A příčinu takových zjevů hledati dlužno v ustáleném zvyku na straně jedné a v úplném nedostatku citu právního na straně druhé. Muž, který projevil dívce své city, vykonal slib a přejal závazek; jest tudíž vázán věrností a zavazuje se zároveň, že přijímá všechny následky, které by z toho svazku pojití mohly.

Ať hoch své vyvolené hned nepřisáhá, neslibuje věčnou lásku a věrnost, ať zkouší dlouho napřed sebe a potom také tu, s kterou se chce spojit a když vše dobře uváživ, přece setrvá ve svém úmyslu, ať ještě nehoruje, že jí chce připravit ráj, ve kterém růže neodkvétají, ale ať jí jen řekne, že jí chce pomoci snášeti strasti tohoto světa a též o jeho sporé radosti že se chce s ní rozdělit. – Dnes, kdy lidstvo již nelpí na víře, kdy mu zákon boží již vlastně ani zákonem není, jest třeba, aby vydán byl zákon, který by v ohledě lásky obmezil veškeru libovůli

hlavně se strany muže. Se stanoviska sociálního jest láska, vlastně její poměr vytčen, ale zákon musí jí dát svou sankci, tento musí říci, aniž ke sňatku nutil: „Jsi povinen platiti, když jsi sliboval.“

Americký zákonník ukládá muži penále v případech „Breache of promise“ (Pro nedodržení slibu) a to v případech i zcela nepatrných. Když Američan nesplní daného slova, musí zaplatiti dívce odškodné; poněvadž dívka v případě takovém skutečně utrpí škodu, ne-li hmotně, tož morálně docela jistě. Delším milostným poměrem ulpí na ženě vždy příhana, i kdyby takový poměr byl nejčistší; poněvadž lidé špatní nikdy ani pochopiti nedovedou, že by někdo mohl býti méně špatný jich.

Zavázal-li se muž opravdověji, vážněji, to jest, poslo-li z poměru milostného děcko, tu by v našem zákonníku měla vyplněna býti mezera a měl by tam státi paragraf, kterým by se muži uložila povinnost netoliko platiti jistou částku na alimentaci děcku, nýbrž také povinnost zaopatřiti doživotně matku, poněvadž tato pádem, který jí přivodil muž, ztratila možnost zaopatřiti se sňatkem s mužem jiným; vedle toho musí ještě snášeti potupu a hanbu, která jako znamení Kainovo po celý život ji provází.

Takovým zákonným opatřením by láska na svém ideálním významu nikterak neutrpěla, ba naopak v ohledě mravním by mnoho získala. – Předně chránil by se muž pro kratochvíli a pro okamžitý požitek slibovat i nejen hory doly, nýbrž i manželství z obavy před vážnými závazky; na druhé straně zase, když by ženě v případě tragického nehrozila vedle opuštění a hanby ještě také skutečná fysická bída (poněvadž děcko jí překáží vydělávati), – nevraždila by dítěte, neodkládala by ho, nemstila by se a také na svůj život by nesáhla, slovem nebyly by páchany zločiny, které zavinuje nesvědomitě jednání mužovo ohledně lásky.

Účelem takového paragrafu v zákonníku nebyl by trest, nýbrž výstraha.

Synové musí býti poučeni o lásce jako o něčem vznešeném, mravném a jako o drahém statku, který člověku na světě život zpříjemňuje a činí jej drahým a krásným. Matka musí poučiti svého hochu, aby v lásce neviděl nic pikantního, nic lascivního a snad hanebného.

Ovšem pikantní, hanebné a opovržení hodné jest milkování, které bych nazvala hříchem, páchaným na vznešeném citu lásky a kterého se má stříci hoch i dívka. Na matce jest, aby své děti varovala před zapřádáním poměrů nemožných, neuskutečnitelných, na ní jest, aby naučila své dítky držeti na uzdě jejich vášně a zabránila pak mnohemu neštěstí, do kterého mladí lidé přiváděni bývají – láskou, láskou nedovolenou.



# Láska v životě ženině.

O žádném předmětu nebylo napsáno tolik knih, jako o lásce. Máme celé knihovny románů; novell, povídek, pohádek a ve všech hlavním bodem, kolem kterého se otáčí románový děj – jest láska. Leč novellisté a romanciéři mluví o lásce jen proto, aby čtenáře poutali, bavili, ale nikdy nemluví skoro o ní, aby ho o lásce jako mocném duševním affektu poučili.

Láska jest poesíí života, praví jedni, láska jest slastí a kořením života, praví druzí, láska jest radostí a náplní našeho žití, praví jiní a já dodávám: Láska jest nejvyšší statek, ve kterém hledá a také nalézá člověk své štěstí, ovšem jen tehda, naučil-li se milovati, poznal-li lásku takovou, která se nezakládala na žádných zájmech vedlejších, ale která se podala volně a spontánně, to jest, která přinesena byla darem a která vyprýštila z čistého pramene života a ne z kalu a bahna jeho.

„V životě svém každý člověk alespoň jedenkrát miloval, kdo nikdy lásky nepoznal, není člověk normální“, praví anglický filosof Carpenter. A jestli člověk, ať žena či muž, svobodně v celibátu žije, nemůže mu toho nikdo zazlívati, nepřirozeno jest ale někoho zákonem nutiti anebo vázati, aby žil život askety, život samotářský.

Leč láska, která jest tak vábná, tak svůdná, po které tolik srdcí, zvláště ženských, touží a již dosáhnouti se snaží – znamená v životě ženině velmi často tragedii. Proto matky jsou povinny své dcery, pokud jest čas, varovati, ony jsou povinny poučiti je o problému lásky ihned, jak dospěly puberty, aby se předešlo mnohé zlo. Dívka zapřádající často milostné poměry s mladými lidmi, kteří na sňatek pomýšleti ještě ani nemohou, tratí na své dobré pověsti i tenkrát, když by úplně čista zůstala. Takové jest veřejné mínění, které my nepředěláme. Tím jsem však nechtěla říci, že se mají mladé dívky společnosti mladých mužů vyhýbat, ne: ať se s nimi ve společnosti jen často scházejí, ať s nimi hrají, tančí a provozují různý sport, neboť jen tak mohou seznati ty, ze kterých si jednou budou voliti druha pro celý život. Při nenucené zábavě a při hře nejlépe se zjeví povaha člověka. Také jest povinností matek, aby povahu svých dcer nechaly se přirozeně vyvíjeti, aby jich neučily pokrytectví a farizejství, na kterém se zakládá pustá koketerie. Zním matky, které navádějí dcery, jak se mají dívat, jak mají chodit, jak se oblékati a co mluvit, aby se mužům zalíbily. „To mají muži rádi, tak to chtějí muži, tak nutno jest s muži jednati, chceš-li uloviti brzy partii!“ Takovým matkám běží vždy jen o to, aby svým dcerám ženichy opatřily, ale o to se jen málo starají, co potom bude následovati. Má ji rád, to je všecko, ať si ji vezme! „Má ji rád!“ – to daleko není ještě všecko – a jedná se ještě také o to, má-li ona ho stejně ráda a proč se oba milují. Čistá náklonnost, čistá oboustranná sympathie, jejímž podkladem jest krásný, čistý charakter jak u muže tak u ženy, má jediné rozhodovati o spojení dvou bytostí. Žel, že se v životě tak neděje, žel, že vše jiné, vedlejší, materiální zájmy bývají pohnutkou k uzavření sňatku pro celý život. Muž nemiluje, ale hledá peníze a za tyto převezme často tělesné vady a neinteligenci s povahou, se kterou není možné shody: muž nemiluje, ale hledá protekci, která mu má dopomoci ukójiti ctižádost anebo dosažení výnosného místa a přejímá za protekci ženu rovněž s mnohými nedostatky; muž nemiluje, ale nemůže snést hostinské stravy, přeje si míti lepší domácí pořádek, někoho kdo by o jeho tělesné pohodlí dnem nocí pečoval, chce míti obětavou duši a proto se ožení: mnozí, velmi mnozí muži žen se jen proto, aby ukójili vedlejší své zájmy! Ale také ženy nemilují, vstupující ve stav manželský a myslím, že ženy ještě v četnějších případech vážou se pro celý život bez lásky, než muži a to proto, že až do nedávna byl sňatek jediným hmotným zaopatřením ženy, a že až na naši dobu přeneseno jest mínění, že nejlepším zaopatřením pro dívku jest výhodný sňatek. Ať jest muž jakýkoliv: stařec, mrzák, člověk zvrhlý, oddaný různým náruživostem – to vše nepadá na váhu, jen když má jmění a jen když se dcera dobře usadí, v tom vidí matky i otcové všecko! Ženy tedy nemilují, nýbrž hledají zaopatření, hledají společenské postavení, chtějí za každou cenu býti provdány, aby se staly milostivými paními a pojí se s muži, ke kterým cítí přímo odpor. Že sňatky, takovým obchodním způsobem uzavřené nemohou býti zárukou pro šťastné soužití, leží na bíledni. Ten z obou manželů, který byl zaprodán, anebo který se zaprodal sám, nesnaží se, aby ukázal dobrou vůli, aby se chtěl přispůsobiti, aby jakž takž uhájil rodinný klid, mír a štěstí.

Tím, že žena bez věna lační po vdavkách, zaprodává se sňatkem v závislost mužovu, který jen ve velmi řídkých případech uznává její práci za rovnocennou s prací svou. Muž v takovém manželství většinou bývá pánem a žena jeho služebnicí, kterou on živí, šatí a které dává byt; zapomíná takový muž a – nebo snad ani neví, že jest zákonem vázán, aby ty věci dle svého stavu své ženě dal, ne snad z dobré vůle, ale z povinnosti. Tato hospodářská závislost ženina na muži činí z ženy skutečného otroka, který vykonává veškerý četné domácí práce jako stroj den ze dne, od rána do večera a to až ke hrobu. A proto, že taková robota ženina muži vyhovovala, uvykl jí muž a nežádal na své ženě nic jiného, ani intelektuální vzdělání ani vzdělání k nějakému samostatnému úřadu nebo povolání, kterým by mohla sama vydělati peníze, jak pro sebe, tak pro svou domácnost. „Kdybychom připustili, aby také ženy vydělávaly, brzy by nám přes hlavy přerostly a naše nadvláda byla by ta tam.“ Tak mluví

a smýšlí mnozí z mužů, a proto až dosud nechtějí, ba ani nemohou se rozehráti pro rovné právo žen a proto je stále odkazují do domácnosti, volajíce: „My máme zapotřebí matek!“ Tací muži zapomínají, že pokolení dneška nemá zapotřebí jen matek, nýbrž že má zapotřebí matek osvícených, matek vzdělaných, matek, které v čas potřeby svou inteligencí dovedou také své dívky opatřit vším potřebným, to jest matek takových, které dovedou také vydělávati. Leč takových matek mnozí ještě nechtějí chápati ani jich uznati, poněvadž tradicí o tom jsou přesvědčeni, že žena v rodině žijící, že žena matka nesmí mimo dům něco, čím by vydělávala, konati. Avšak tací a podobní lidé připouštějí, že ženy matky smějí holdovati zábavám a sportu, připouštějí, aby největší část času věnovaly strojení, připouštějí, aby přijímaly a oplácely zcela zbytečné návštěvy a moderní připouštějí také, aby ženy matky navštěvovaly kluby a trávily celé hodiny denně na schůzích, kde se rokuje o humanitních a sociálních otázkách. Ženy-matky smějí navštěvovati divadla a koncerty – jen po soudu, mnohých vydělávati nesmějí, poněvadž výdělkem by zanedbávaly svou rodinu.

A potom zcela naivně ventilují otázku: „Proč se muži nežení a proč se mladé dívky raději stávají samostatnými, než by se provdaly? V žádném případě jsem ještě nepřišla na správnou odpověď na uvedenou otázku. Jedni praví, že se nežení proto, že ženy činí veliké nároky, druzí zase, že rodiny vyžadují mnoho starostí i peněz atd. Možná, že mají všichni trochu pravdu, ale zcela tomu přece tak není. Prvním důvodem, proč se muži nežení, jest, že se mladí muži pro manželství vůbec nevychovávají. Mladí muži záhy zvykají požitkům, zvykají rozmařilému životu, v čemž je rodiče svými tobočkami podporují, jsouce v tom ohledě svorní, že jest nutno, aby se mladík vybouřil. Synáček v tomto bodě jest velmi poslušný a to tak, až si zvykne životu, jaký by byl neměl nikdy vésti. Poněvadž ví, že by zvyky své pusté nemohl obětovati – nežení se. Jsou však mezi mladými muži přece také takoví, kteří by si rádi založili rodinu, ale jejich výdělek, dokud jsou mladí, jest tak malý, že na založení rodiny nikterak nestačí; k vůli penězům se ženiti nechtějí, bez peněz nemohou – zůstávají svobodní. Konečně jsou i takoví, kteří jsou bohatí a nic jim nepřekáží, proč by rodiny založiti nemohli – ale ti dávají přednost lásce volné: dnes růži, zítra fialku, jindy lilii a zase třeba jiřinku, slunečnici i konvalinku – všecky a žádnou – za peníze najdou každou.

Když se muži nežení, nemohou se ženy vdávati, to se rozumí samo sebou a proto jest nutno, aby se ohlédaly po takovém vzdělání, které by jim slušnou, poměrům přiměřenou existenci zabezpečovalo.

Žijeme v době, kdy jsou existenční podmínky velmi těžké, které nás dusí a jsou příčinou, že lidé středního stavu nebudou pomalu ani s to, aby uzavřeli sňatek manželský. Nebylo by snad na čase, aby se společnost lidská postarala o nápravu? Nebylo by dobře, aby se starala ženám o výdělek, který by jim nahradil věno? Proč volají pořád: „Žena patří do domácnosti“ a nijak o to nepečují, aby se tam dostat mohla? Proč mají stále za to, že žena musí plésti, háčkovati a vyšívati, zašívati a látati? Proč nechtějí uznati, že bez těchto titěrných prací rodina zcela dobře ob stojí? A je-li nutno zašívati, že na to stačí ruce, které nic jiného nedovedou, ruce babiččiny, služčiny anebo ruce chudé ženy, která si ráda nějaký krejcar vydělá? A nebylo by možno vychovati ženu tak, aby i ona z výdělku svého přinesla ročně do domácnosti 1000 až 2000 korun i více? Což nezávisí naše blaho, naše štěstí a náš spokojený život na jistém blahobytu, na tom, abychom byli ušetřeni všech tísnících a tíživých nedostatků a starostí? Vždyť na hospodářskopevném, to jest materiálním podkladě jest závislé také zdraví celé rodiny, protože rodina zámožná nestonává z nedostatku výživy a stůně-li přece z jiných příčin, může býti ihned lékař povolán, který jest s to, aby již preventivně neduh zdolal, což chudšas anebo člověk v nuzných poměrech žijící nemůže si dopřáti. Leč i jinak jest blahobyt v rodině neocenitelný. Dítěm může se dopřáti všestranného vzdělání a nejen to, může se jim povolit, aby se oddaly takovému povolání, ke kterému mají právě chuť, aniž by bylo nutno ohlížeti se na to, že jest to které studium drahé. Blahobyt zároveň chrání člověka před korupcí, poněvadž není nikdy nucen z nízkého zájmu dopustiti se skutku nekalého, aniž se musí v boji za existenci zaprotati.

To nahlédli praktičtí Američané a nahlížejí to i také národové jiní, kteří uznávají, že výdělek ženin jest neocenitelný. Tak Francouzka nezámožná skoro každá vydělává, aniž by musila vzdáti se svého místa, když se provdala. Francouzská učitelka získá pro společnou domácnost 3000, někdy až 4000 franků. To jsou zajisté obnosy, které v rozpočtu rodiny středního stavu znamenají velmi mnoho! Co tísnivých starostí tu odpadá a oč veseleji se v takové rodině pracuje ve prospěch všeobecného dobra! Oba manželé společně pracují pro dobro svých rodin a zajisté jejich prach jest také utřen a prádlo rovněž vypráno, třebas ho neutírala a neprala ruka manželčina! Co se kuchyně týče, dá se věc také zaříditi tak, aby hodina hlavního jídla nepřipadala právě na poledne, nýbrž na dobu, kdy jest celodenní dílo skončeno. Jen tenkrát, bude-li žena středního stavu výdělkem svým na domácnost přispívati, budeme se moci nadíti, že se více žen bez věna bude vdávati a více manželství se uskuteční, ke kterým základem bude čistá oboplná láska a ne sobecké ohledy.

Mnozí zajisté proti mně vystoupí s námitkou, že ženy tím způsobem ubíráti budou výdělek mužům. Ale těm pravím, že kdyby se úřednice nebo učitelka neprovdala, že by zajisté její úřad nebo její místo muži nepřipadlo – ale za to muž, kterého by si ona vzala, bez ní by se snad nebyl ani oženil. V žádném stavu není tolik

nezaměstnaných jako mezi dělníky, a přece nikdo nebrání ženě dělníkově za plat pracovat při stavbě, v továrně, na poli, třeba by i některý muž práce nedostal – na práci, na zaměstnání a na výdělek dle všelidského práva má smět činit nárok každý, a rovněž na lásku. Ale právě tím, že bývá žena zkracována ve mnoha ohledech a hlavně v ohledě práce, poněvadž jí bývají svěřována místa s nejnižšími platy anebo taková, o která muži nestojí, a poněvadž se jí za nejlépe vykonanou práci nabídne odměna, kterou by muž nikdy nepřijal – a potom ještě se ženě takto těžce vydělávající uloží celibát – tím bývá láska k muži v ženě ničena – a ona si nežádá a někdy žádati nesmí – lásky a musí v sobě udusiti schopnost milovati, třeba se v této schopnosti snoubilo vše, co jest dobré, šlechetné a čisté.

Muž hledá a nalézá v lásce jen to, co jest příjemné, přechasto jen rozkoš, a opovrhne předmětem, který se mu propůjčil za zdroj rozkoše, a v tom právě tkví celá tragedie lásky v životě ženině. Ženě svobodné, která se oddala muži z lásky, bez výhrady, hrozí vždy nebezpečí, že bude nejen opuštěna, ale zároveň, že pokálena bude její čest a ona sama že bude museti v hanbě trávit celý život, neboť veřejné mínění se o to postará, aby jí vypálen byl na čelo cejch hanby, který musí nositi často až ke hrobu. Kdyby si každá žena při zaplétání poměru s mužem kterýmkoliv toho byla vědoma, zajisté uložila by si rezervu a měla by tolik sebekázně, že by k pádu nikdy nedošlo. Mužská perfidie, jejich falešné předstírání, jejich liché řeči a sliby – musí býti hrdé ženě výstrahou, že jim nesmí propůjčiti sluchu. Ženy musí také věděti, že muž, který má čistý charakter, nikdy neučiní ženě návrhu, který by ji musil ponižovati a urážeti. Jen sebekázeň a pravý cit něhy a sympatie dají vznik pravé lásce, onomu splynutí dvou duší, které trvá po celý život až za hrob.

Proto pláti má před zrakoma dvou mladých lidí veliký vznešený ideál čisté lásky, který má v sobě skutečnou ethickou cenu. Žena musí býti čista, cudna a silna, chce-li zvítěziti nad všední láskou, kterou často od pravé lásky ani rozeznati nelze. Velmi často muži viní z neblahých následků lásky ženu, označujíce ji jako svůdkyni. Již v báji o stvoření světa učili nás, že Eva utrhlá ovoce se stromu zapovězeného a že je podala Adamovi, který také jedl. – To se traduje stále až na naši dobu. Tak četla jsem nedávno tuto nenezajímavou stať, vztahující se k lásce, kterou zde uvádím: Žena jest pravěčný nepřítel mužův, vtělení zlé moci, sám princip bolesti a zla. Nenávist k ženě za dnešní doby liší se od anathem křesťanských misogynů tím, že člověk dneška v ní vidí vedle hříchu ještě také bolest rovnocennou se svou vlastní bolestí.

Poněvadž žena rozséváčka tragédií má také svou tragédii a pije sama z číše jedovaté šťávy, kterou muži podává, jestliť láska vyrovnání protivných sil, šílenství nesmiřitelných nepřátel, spjatých jedním řetězem na lavici galéry. Neboť sexuální není věcí vědomí a vůle, ale jest holou formou podvědomého, primárního a prolamuje násilně hráze, kterými by ji chtěli sevřít a donutiti, aby s ostatními energiemi sloužila vzrůstu a rozvoji lidské fyse. Ze všech vášní nejúplněji absorbuje člověka, všechny orgány jeho bytosti prolne a zmate nejjemnější její funkce zrovna tak jako nejhrubší. Proto také od počátku směšuje rozkoš s bolestí, štěstí se zoufalstvím a krásu s ošklivostí. Proto také přichází jako nemoc a odchází zanechávajíc na rtech pachut smrti.

Jsou však ještě jiní lidé, kteří tvrdí, že žena jest tvor pouze sexuální, stvořený jen k lásce a pro lásku, a dle toho ji posuzují a dle toho s ní jednají. Pokud jest mladá, pokud jest krásná, pokud dráždí jejich smyslnost, obletují a zbožňují ji; ale když růže na tváři její opadaly, když vrásky tu a tam pokryly hladkou kůži, když vlas začal šedivět, opovrhují tací muži ženou nejvýbornější, nejzáslužnější, ženou nejlepší a to myslím, že by mělo býti hlavní pohnutkou ženám, aby netrpěly o sobě takové mínění a takové předpoklady, a dokázaly mužům, že dovedou býti osobnostmi vynikající vlastnostmi ducha, která má cenu i tehda, když není mladá a krásná, i tehda, když muže nemiluje, i tehda, když matkou nebyla.

Moderní žena má vyvrátiti mínění mužů, kteří tvrdí, že jest láska jejím jediným vážným povoláním, jak to učinil ve své knize i anglický filosof Carpenter, který se celkem dovedl ještě ženy zastati. Láska v životě ženině jest epizodou tak jako jest epizodou v životě mužově, jen že láska ženina bývá v nejčastějších případech hlubokým něžným citem, který hledává také u osoby milované – u muže, ale kde jí v nejčastějších případech nenalézá, a to proto, že muž v nejčastějších případech hledá jen rozkoš, hledá zábavu, hledá požitek a lásku považuje za hračku, kterou, když se jí nabažil, zahazuje, rozbíjí a ničí.

Slavná spisovatelka francouzská George de Peyrebrune napsala ve svém románě „Le Bas-bleu“ do slova toto: „Muž jest věčný mučitel ženy; pronásleduje ji celý život, pronásleduje pannu, manželku i matku, a to proto, že jeho lačnost po požitku jest pramenem všeho zla, jest příčinou sociální desorganisace, ruínujíc celé národy, a jest příčinou všech bolestí lidstva. Zdá se, že muž pracuje k jedinému toliko cíli: nechce lásky ženiny, ale chce pouze pošpinit, pokáleti každou ženu, které se může zmocniti, toť jeho jediná tužba a běda ženě, která se mu postaví na odpor!“

Ovšem, bylo by příliš smutné, kdyby všichni muži tak smýšleli, ale že velká část mužů tak smýšlí a dle toho

jedná, jest dokázáno. Sám Carpenter, který o problému lásky napsal celou knihu, praví o muži: „Pro dospělého muže neznamena láska mnohem více než hračka. U něho něžný cit jest zábava, a je-li náruživý, nedovede se nikdy opanovati a ani mu nenapadá, že by srdce lidské mělo ve světě hráti nějakou úlohu. Když se však zamiluje, domnívá se, že předmět jeho tuh musí ihned city jeho opětovati a nestane-li se tak, naplní celý okrslek svým křikem, tluče zoufale kolem sebe, jako moucha v síti a ani ho nenapadne, aby o tom přemýšlel, kdo jeho situaci zavinil a co vlastně chce. Sebevraždy, vraždy, puklá srdce, nárek a celá serie lyrických výlevů jsou plodem jeho bolesti z lásky.“

Týž spisovatel praví: „Co se lásky týká, stojí žena nad mužem, a proto se jí mstí tento a využítuje svou fysickou moc k tomu, aby ji bezohledně ze všech oborů práce vytlačil a tím si panství nad ženou pojistil.“

Ano, muž ženu oloupil o výdělek sníživ ji takto na bytost pouze sexuální. Nechtěl od ní nic, než lásku, za kterou jí platil. Platil buď manželstvím anebo penězi a tím právě ženu zdemoralisoval. Žena nemyslí na nic a nebyla vychovávána pro nic, jen pro to, jak by se nejvýhodněji sňatkem zaopatřila. A k tomu neměla zapotřebí ani vědomostí ani obratností ani píce ani chuti k práci, nemusila vědět a znát nic mimo umění: státi se svůdnou, státi se vábnou, slovem zalíbiti se. A v tom, jedině v tom vidím příčinu nešťastných manželství. Muž platil za lásku ženinu penězi a učinil z ní něco, co jest méně než člověk – učinil z ní prostitutku. Tím skutkem zdemoralisoval ženu úplně. Nyní se volá: Pryč s prostitutci! Ale já myslím, že výkřik tento jest a zůstane hlasem volajícího na poušti. Žena znemravnělá, která se nenaučila práci svou své životní potřeby krýti, touží po zahálčivém životě, touží po pěkných a drahých šatech, touží po nečistých polibcích. A nechť nikdo nepovídá, že do vykřičených domů vhání ženu bída; jest dokázáno, že tomu tak není. Ovšem, stává se, že tam někdy zavlečeny bývají dívky z nevědomosti, ale jsem o tom též přesvědčena, že přes svou vůli tam zůstatí nemusí, a mám za to, že jest to věc policie, aby takové domy vyšetřila a nuceně internované ženy na svobodu propustila.

Co se lásky týká, jest nutno, aby ženy byly o všem poučeny, nemají-li přijíti ke zkáze; a budou-li vychovávány k sebeúctě a přísné sebekázi – nepodlehnu lehce v době pokušení a byť bylo jakékoliv. Láska ženina jest problém mnohem hlubší a mnohem vyšší, než láska mužova; neboť láska v životě ženině v nejčastějších případech znamená mateřství. Kdyby ženy tento svůj posvátný úkol měly vždy před očima, kdyby se naň připravovaly, myslím, že bychom měli jen velmi málo svobodných matek a velmi málo nemanželských dětí.

Až každá svobodná žena odrazí útok mužův na svou počestnost, jako hlubokou urážku, mám za to, že bude málo těch, které za svůj poklesek celým životem budou musiti pykati, a že bude málo těch nešťastných dětí-nalezenců, těch dětí jen maminčiných, které musí trpěti za nesvědčitost otce a za lehkověrnost a lehkomyšlnost matčinu. Mám rovněž za to, že vymizí četné tragédie lásky, že se nebudou musiti svobodné matky i se svým plodem vraždití proto, že jejich svůdcové nabaživše se jich zrádně je opustili.

A co máme říci o takových mužích, kteří vraždí objekt své lásky, oběť svého požitku a rozkošnictví? Kdyby ženy vždy myslily, dokavad jsou svobodny, k jakým koncům zavéstí je může láska – zajisté nebyly by nikdy lehkověrné a zkoušely by a hleděly by dobře napřed poznati toho, jenž po nich vzdychá. Tak by ženy skutečně také muže v lepší lidi vychovaly, poněvadž by je přesvědčily, že lásku ženinu nelze koupiti ani slibem ani za peníz.

A budou-li všechny ženy mravnější a cudnější, budou mravni i cudni také muži. A národové skládající se z lidí mravných jsou národy silnými a zdatnými, třebas nebyly číselně největší.

# Žena a občanský zákoník.

V životě každého člověka přihází se skoro, že jest nucen v různých záležitostech obracet se na lidi zákona znalé, aby se vyhnul všelikým nemilým zápletkám a aby se uvaroval při a soudů. Jest však velmi dobré pro každého, pro muže i ženu, když nejdůležitější paragrafy zákona občanského, ve kterém obsažena jsou všechna občanská práva a veškerá nařízení týkající se všech fází života, sám zná, aby se vyhnul nepříjemnostem, které svůj původ v neznalosti zákona berou. „Inu, já jsem o tom nevěděl, že jsem měl tak neb onak jednati, to mi nikdo nepověděl!“ Leč před zákonem taková omluva neplatí. Neznalost zákona nikdy neomlouvá.

Zvláště ženy by si měly pilně pročítati paragrafy občanského zákoníku, aby z vlastního názoru poznaly, jak se k nim zákon zachoval a jakých práv jim udělil. Často se přihodí, že manžel zemře bez pořízení poslední vůle, žena zde stojí s dětmi a neví si rady ani pomoci, neví ani přechasto, co na ni připadá ze jmění, které svou šetrností a svou pílí pomáhala shromažďovati a rozmnožovati. Jak málo žen k. p. ví, že nemají práva rozhodovati o osudu svých dětí; jak málo jich ví, co smí činiti manžel s jejich věnem! Dokud muž jest živ, se vším se na něho spoléhají nechávající se dle doslovného znění zákona jím zastupovati a chovají se opravdu jako nedospělé dívky. Když je muž opustí, odebrav se na věčnost, jsou také ve všem všude nevyspělé, nerozumějící ničemu:

Proto vybrala jsem jen nejdůležitější paragrafy z občanského i trestního zákoníku a předkládám je ženám českým k pilnému pročítání. Která by se chtěla ještě více poučiti, tu odkazuji k občanskému zákoníku celému, který upraven vyšel v knihkupectví Knappově v Karlíně. Nechtě se ženy jen nedají mýliti a nechtě nevěří těm, kdož jim namlouvají, že ženy nejsou s to, aby zákonu rozuměly a jeho smysl chápaly. Občanský zákoník jest pro všechny občany, tedy také pro ženu, a jest psán srozumitelně, aby mu každý rozuměti mohl.

Kdo chce své samostatnosti v právu uhájiti, musí si osvojiti jisté kvantum právních vědomostí. Pro každou ženu jest k. p. nezbytně třeba, aby znala poměr mezi sebou a manželem a poměr mezi rodiči a dětmi. Zná-li to, může se vyhnouti mnohému zlu. Povinnosti a práva, která zákon ženě ukládá respektive dává, mohou býti plněny a zachovávány jen takovou ženou, která jest se zákonnými předpisy obeznámena, a jen taková žena může pak celému světu dokázati, že jest vyspělá a schopna ku převzetí povinností i práv. Pryč s ženou nedospělou, pryč s loutkou!

Právo budiž naše síla, znalost práva musí se státi naším postulátem. Ženy musí se snažiti, aby mu rozuměly a musí se některé také jeho speciálnímu studiu věnovati. Opakuji ještě jedenkrát, že znalost práva ženu povznese a vymaní z poručenství mužova a dá jí pocítiti, že také ona jest člověk samostatný, nezávislý. Nenechte se dále chrániti, ale ochraňujte se samy, a ochraňujte také své děti znalostí práva, znalostí zákona.

Nevěsta. Nevěstou se stává žena, slíbí-li nějakému muži, že s ním chce v manželství žíti, a přijme-li vzájemně týž slib od něho. Při zasnoubení není nutno šetřiti žádných formalit, jako jsou na příklad veřejná vyhláška v novinách anebo ohlášení lístky, navlékání snubního prstenu na prst nevěstin atd.

Jest velmi dobře, ba velenutno, než někdo manželství slíbí, aby si dobře uvědomil, co podniká, a zvláště žena nechtě ještě před zasnoubením hledí poznati toho, jehož rukám chce svěřiti celý svůj život, a nechtě se dobře zkouší, zdali to, co proň cítí, jest opravdová náklonnost a ne prchavé okamžité vzplanutí, jemuž podkladem bývá jenom smyslnost. Všecky okolnosti jest dobře uvážiti a přesvědčiti se jest nutno, zda k zasnoubení nevedly jiné ohledy: lačnost po majetku, dosažení postavení atd., anebo opravdová láska. Zasnoubení na kvap, které se za nějakou chvíli ruší, zanechává na ženě vždy jakousi skvrnu. Když nic horšího, tedy alespoň se řekne: „Nechal ji.“ Skoro nikdy se neříká: „Nechala ho.“

„Ten ji nechal, proč bych si ji bral já?“ Přes to však rádím upřímně, aby žena, která se zasnoubila a shledala teprv později, že charakter jejího snoubence není čistý a že by spojení jejich nebylo šťastné, aby zasnoubení zrušila. Snáze se snese jedna veliká nepříjemnost, než celý nešťastný život.

Sám zákonodárce přihlížel k tomu, aby snoubenci byli úplně nezávislími a zcela dobrovolně ve stav manželský vstupovali. Proto se v § 45. obč. z. praví: „Zasnoubení čili zaslíbení se v manželství, nechtě bylo dáno nebo přijato v jakýchkoliv okolnostech anebo za jakýchkoliv podmínek, nepůsobí žádné straně závazek právní ani k uzavření manželství, ani k vykonání toho, co bylo umluveno, kdyby od zaslíbení upustila.“ Toliko strana, která k odstoupení podstatně přičiny nedala, má právo dle § 46. obč. z. žádati náhrady za škodu skutečnou, kterou dle průkazů má z toho odstoupení.

„Připoví-li nebo daruje-li jeden zasnoubenec druhému nebo někdo jiný tomu neb onomu zasnoubenci něco (§ 1247. obč. z.), za příčinou budoucího manželství, může se darování odvolati, sejde-li s manželství bez viny dárce. Bylo-li zasnoubení zrušeno a oba zasnoubení s ním souhlasí, vrátí si dary vzájemně (také vyměněné

listy dle dobrého mravu, ač toho zákon nepředpisuje, mají býti vzájemně vráceny). Byla-li nevěsta již jednou provdána, nesmí než uplyne šest měsíců v nový sňatek vstoupiti. Dle § 120. obč. z. nemůže těhotná žena, bylo-li manželství smrtí manželovou rozvázáno, dříve než slehne, a vzejde-li o jejím těhotenství pochybnost, dříve než projde 6 měsíců, v nové manželství vejíti.“

Věno. Poněvadž až na naše časy přešel zvyk syny vzdělávati pro nějaký úřad anebo k nějakému povolání, kterým se mohou dospěvše sami živiti, dostalo se za to dcerám věna a to tak, že v případě odepření může dcera cestou právní věna se na rodičích domáhati.

Věno jest jmění, kteréž manželka nebo za ni někdo jiný muži dá nebo slíbí k ulehčení nákladu spojeného s manželstvím. Má-li nevěsta své jmění a je-li zletilá, záleží na ni a na ženichu, jak se o věno a jiné obapolné dary dohodnou. Je-li však nevěsta nezletilá, uzavře smlouvu otec nebo poručník s přivolením soudu poručenského. Nemá-li nevěsta vlastního, na příhodné věno dostatečného jmění, jsou rodiče, dědové a báby její v témž pořádku, jak jsou povinni děti živiti a opatrovati, zavázáni dcerám neb vnučkám, když se vdávají, dáti věno jich stavu a jmění přiměřené nebo k němu dle míry přispěti. Dcera nemanželská může žádati věna jen na matce. § 1220. obč. z. Omlouvají-li se rodiče nebo dědové a báby, že nemohou dáti nevěstě slušného věna, má soud k žádosti ženichové a nevěstině bez přílišného zkoumání stavu jmění okolnosti vyšetřiti a dle toho věno příhodné vyměřiti, neb rodiče a dědy i báby dání věna sprostiti. § 1221. téhož zákona.

Vdala-li se dcera bez vědomí nebo proti vůli rodičů svých a shledá-li soud, že příčina, proč rodiče ku vdávání nesvolili, jest podstatná, nejsou rodiče povinni, i kdyby potom manželství schválili, věno jí dáti. § 1222. Dostala-li dcera již věno a pozbyla-li ho, nemůže již nového věna žádati, ani kdyby vešla v nové manželství. § 1223.

Kdyby rodiče své nezletilé dceři vyplatili věno bez přivolení vrchního poručenství, má se za to, že tak učinili ze svého. § 1224. Má-li nevěsta jmění vlastní, nejsou rodiče povinni dáti jí věno. Z jejího jmění smějí jí věno dáti jen tehda, je-li zletilá a sama k tomu dala svolení.

Nevymínil-li si manžel věno před uzavřením manželství, nemůže ho pak již žádati. Bylo-li věno umluveno, ale nebylo-li určeno, kdy se má vydati, může se žádati vydání jeho hned po sňatku. § 1225. Všechno, co prodati a čeho užití lze, může se dáti věnem. Pokud trvá manželství, patří požitky z věna a z toho, co k němu přibude, mužovi. Jsou-li věnem peníze hotové, kapitály postoupené, nebo věci zužitelné, jest muž úplným jich vlastníkem. § 1227. Jsou-li věnem statky nemovité, práva nebo svršky, jichž bez porušení podstaty lze užívat, pokládá se manželka za vlastníci a muž za poživatele věna dotud, až se dokáže, že manžel věno za určitou sumu přijal a se zavázal, že jenom tuto sumu vrátí. § 1228. Podle zákona připadne věno po smrti mužově jeho manželce, a zemře-li manželka dříve, jejím dědicům. Nemá-li věno na manželku nebo na dědice její připadnouti, budiž to výslovně ustanoveno. Kdo dá věno z dobré vůle, může si vymíniti, aby po smrti mužově zpět mu bylo vráceno. § 1229. Když snoubenci učinili smlouvu dědickou a skutečně se nevzali, nemá taková smlouva žádné platnosti.

O osobních právech a povinnostech manželů. Zákonem jsou oba manželé vázáni rovnou měrou konati manželskou povinnost, býti sobě věrni a slušně spolu zacházeti. Zákon chrání manželství, poněvadž jeho účelem jest spojití dvě osoby různého pohlaví k tomu cíli, aby děti plodily, je řádně vychovávaly a obapolně sobě pomoc skýtal. Při stanovení práv a povinností manželů vycházel zákonodárce se stanoviska, že muž jest živitelem rodiny a proto že má míti mnohem více práv na úkor ženy.

O mužových právech čteme v § 91. toto: „Muž jest hlava rodiny. Jakožto hlava má obzvláště právo spravovati domácnost; jest však též povinen manželce své dle jmění svého dáti slušnou výživu a ji v každém případě zastupovati.

Muž jest povinen dáti své ženě stravu, šaty, byt a jiné potřeby poskytovat slušným způsobem, totiž tak, jak to činí osoby nalézající se v témž stavu (povolání). Toho požadovati může žena, pokud muž jmění k tomu má, třebas měla žena jmění vlastní. Když manželka onemocní, jest muž povinen na své útraty zjednatí jí lékařskou pomoc. Kdyby tak neučinil, provinil by se proti § 360. tr. z., dle kterého se takový přestupek, trestá od jednoho až do šesti měsíců.

Muž jest povinen a oprávněn manželku svou zastupovati u soudu a záležitosti její obstarávati. Avšak žena může toto právo svému muži odejmouti a sama se zastupovati. § 91. obč. z.

Pokud manželka tomu neodpírá, jest právní domnění, že svěřila správu volného jmění muži, jako zástupci svému zákonnému. Muž však nemá práva zastupovati ženu, je-li tato ještě nezletilá a stojí pod opatrovnictvím svého otce. Manželka učiní vždy nejlépe, když uznala za vhodné, dáti svému muži plnou moc. Z užitků po čas spravování vybraných není povinen muž účty skládati, leč by to výslovně bylo umluveno; účet ten se pokládá za

správný až do toho dne, kdy muž přestal majetnost spravovati. § 1239.

Ani manželka dle § 1240. není povinna počty činiti z požitků, jichž muži svému postoupila, ale po čas manželství sama brala, leč manželé mají na vůli takové spravování mlčky povolené zastaviti. Dle § 124. t. může se manželu správa jmění odejmouti v případech pilných anebo v nebezpečí škody nějaké, třeba mu i výslovně a navždy byla povolena. Manžel má však též právo nepořádnému hospodaření své manželky přítrž učiniti a také ji dle předpisů zákona může dáti prohlásiti za marnotratnici.

Manželka obdrží mužovo jméno a požívá práv stavu jeho. Jest povinna jíti za manželem do jeho obydlí, jemu v hospodářství a živnosti dle síly své pomáhati, a pokud pořádek domácí žádá, nařízení od něho učiněná nejen sama plniti, ale dbáti též, aby od jiných byla plněna.

Z manželství plynou ženě tyto výhody:

1. Nabývá sňatkem státního občanství, neměla-li ho dosud, a stává se příslušnicí obce manželovy.
2. Muž jest zákonitým zástupcem manželčiným.
3. Manželka stává se podřízenou soudu, ku kterému muž její přísluší.
4. Byla-li manželka někým uražena, má manžel právo jménem manželky žalovati.

Manželská nevěrnost trestá se dle paragrafu 502. trest, zákona. V tomto paragrafu se praví: „Osoba oddaná, která se dopustí cizoložství, jakož i osoba neoddaná, s kterouž se cizoložství páchá, vinna jest přestupkem a potrestána býti má od jednoho až do šesti měsíců; žena však potrestati se má přísněji tehda, když za příčinou spáchaného cizoložství vzejíti může pochybnost, zdali dítě, které potom na svět přijde, jest manželské čili ne.“ § 503. trestního zákona zdá se mi býti velmi důležit, a proto ho zde cituji: „Cizoložství nemůže se nikdy vyšetřovati a trestati z povinnosti úřadu, nýbrž toliko k žádosti strany uražené. Avšak ani uražená strana nemá práva toho žádati, když urážku, o níž se byla dověděla, výslovně odpustila, anebo když od té doby, co o ní nabyla vědomost, po šest neděl proto nežalovala. I také trest již vyřknutý pomíjí, jakmile se strana uražená pronese, že s vinníkem chce zase žíti. Takovým pronesením se však trest již vyřknutý, co se týče spoluvinníků, nezdvihá (neruší). Žaloba musí však do šesti neděl býti podána, jinak se promlčí.“ Ministerské nařízení ze dne 5. září 1859 zůstává straně uražené na vůli, chce-li žalovati hlavního vinníka i spoluvinníka zároveň anebo jen jednoho z nich. U kterého úřadu se žaluje, jest zcela lhostejno.

„Manžel manžela nesmí zlomyslně opustiti, a pakli tak učinil, jest to důvodem k rozvodu. Manžel opuštěný (tedy také žena) může proti manželovi uprchlému žádati u soudu za vydání příkazu, aby se navrátil. Příkaz ten možno provést i také exekucí (důtkou, pokutou, vězením). Manželům není dovoleno dle § 93. obč. z. o své újmě zrušiti svazek manželský, třebas se o to sjednotili a pravili, že manželství jest neplatné, nebo že by chtěli manželství rozloučiti nebo jen rozvésti.“

Nejsmutnější kapitolou lidského života jest nešťastné manželství. Lidé jsou bytostí velmi nedokonalé. Rodí se na svět s mnohými vadami, které se kulturou, vychováním nedají zdolati, zničiti. Člověk naučí se sice ovládati se ve společnosti aneb v přítomnosti osoby, které se chce zalíbiti, ale doma, kde si nemusí rezervy ukládati, ukáže se pak v celé své nahotě i před svou ženou nebo mužem, kteří pak s hrůzou poznávají, že ten, kterého považovali za poloboha, ozdobeného nejkrásnějšími ctnostmi, jest vlastně – netvor, se kterým soužití rovná se peklu. Dva lidé, kteří se svazkem manželským spojili proto, aby jeden druhého podporoval v těžkostech života, aby jeden druhému život zpříjemňoval, okrašloval, aby jeden druhého těšil a miloval – ztrpčují si život, sužují jeden druhého týrajíce se až k smrti.

Není divu, že v takovém manželství pomýšlí jedna strana a někdy i obě strany na – rozvod, což jest zajisté mnohem smutnější, než sama smrt. Žena svým vyvinutějším citem jest mnohem způsobilější a mnohem sklonnější odpouštění, ať tedy odpouští, ať svým čistým životem, svou mírností, svými ctnostmi působí na muže a učiní ho lepším a pokud život jest alespoň poněkud snesitelný, nechť nepomýšlí na odchod. Následky rozvodu pro ženu v našem mocnářství, kde se rozvedení nesmějí, pokud jsou katolíky, zase oženiti nebo vdáti, jsou hrozné. Strašné však jsou přímo, jsou-li dívky pošlé z takového manželství. Dívky obyčejně milují své rodiče – a pojednou jest jim ztratiti otce anebo matku a pro celý život býti odsouzeny k zármutku, který nezavinily a nezasloužily. K vůli těm malým smutným trpitelům měla by raději matka trpěti a snášeti, a neměla by jich nutiti, aby braly podíl na rozháraných poměrech svých ploditelů. Někdy ovšem nastanou takové eventuality, že jest nutno k uhájení života, zdraví a jmění manželství rozvésti.

Příčiny, pro které mohou manželé býti rozvedeni, jsou naznačeny v § 109. obč. z.: „Když obžalovaný uznán byl vinným cizoložstvím nebo nějakým zločinem; když manžela žalujícího zlomyslně opustil, nebo nepořádný život

vedl, čímž patrná část jmění tohoto nebo mravopočestnost rodiny přišly v nebezpečení; když manželů žalujícímu nebezpečné úklady o život nebo o zdraví činil, krutě s ním nakládal, když mu velmi citelně ublížil, anebo když má nějakou trvalou vadu na těle, spojenou s nebezpečím nákazy.

„Platné manželství osob katolických zrušeno býti může jen smrtí jednoho z manželů. Svazek manželský jest rovněž nerozlučný, když jen jedna strana v čas uzavřeného manželství vyznává náboženství katolické. § 111.“ Přestoupí-li katoličtí manželé na jinou víru, aby se úplně rozloučili, jest toto rozloučení neplatno. Manželství rovněž jest zrušeno, prohlášen-li manžel některý za mrtvého.

„Jestliže manželé rozvedení nebo naprosto rozloučení neshodli se, kdo z nich má o vychování dětí pečovati, má soud k tomu přihlížeti, aby děti mužského pohlaví až do konce čtvrtého roku, děti ženského pohlaví až do dokončení sedmého roku matkou byly opatrovány a vychovávány, ač nevyžadují-li příčiny důležité, zřejmé z rozvodu neb rozloučení manželství, jiného opatření. Náklad na vychování povinen vésti je otec. Povolil-li muž své ženě po dobu rozepře o rozvedení odloučeně bydleti, vzdává se práva, aby se vrátila. (Výn. ze dne 13. ledna 1870, č. 12.976.)

Jest nutno činiti rozdíl mezi „rozloučením manželství“ a mezi „rozvedením od stolu a lože“. Při rozloučení zůstanou práva sňatkem nabytá v platnosti, ale manželé jsou si pak cizí, jak byli před sňatkem a mohou vejíti v jiný sňatek (ovšem jen u jinověrců), ale kdyby se zase třeba spolu spojití chtěli, musí učiniti totéž, co jiné osoby, jež se berou: ohlásiti se a dáti se znova oddati. Rozvedení od stolu a lože nezrušuje sňatek (manželství). Manželé zůstanou manžely a chtějí-li se opět spojití, netřeba jim, aby zase byli oddáváni, oni pouze ohlásí úmysl svůj; rozumí se, že ani rozvedení manželé spolu nežijí a jsou prosti závazků uvedených v § 91. a 92. S manželkou, která skutečně odloučeně od manžela žije, může tento platně výživu smluviti. Když se manželé shodli na rozvedení, závisí to na nich, chtějí-li, aby jejich smlouva svatební dále trvala, anebo se změnila, § 1263.

Je-li jedna strana nevinna, může žádati, aby smlouvy svatební v platnosti se zachovaly, anebo aby jí byla dána slušná výživa. § 1264. Jsou-li vinny obě strany, pozbuje manželka práva na výživu; zákon z r. 1841. ponechává to soudci na vůli, aby v uvážení poměrů přidržel muže, aby tento ženě slušnou výživu poskytl.

„Určí-li se rozsudkem rozloučení manželství, budiž úplně zadost učiněno manželů nevinnému a budiž mu od toho času, co manželství bylo za rozloučené prohlášeno, všecko dáno, co mu ve smlouvách svatebních bylo slíbeno, kdyby druhého manžela přečkal. Majetnost, o kterou bylo učiněno spolčení, rozdělí se tak, jako při smrti, právo však ze smlouvy dědičné zůstává se tomu, kdo jest bez viny pro případ smrti.

Práva ze zákona děditi manžel rozloučený nemá, třebaž byl bez viny.“ § 1266. Úplně zadost učiniti jest nahraditi manželů nevinnému veškeru škodu, kterou zrušením manželství utrpěl.

Práva a povinnosti matky vůči manželským dětem. Co se týče práv matčiných vůči dětem manželským, rovnají se tyto nule; neboť všechna práva má dle zákona otec. Že zákon matce žádných práv nevyhradil ohledně jejich dětí, to se dá vysvětliti jediné tím, že v zákoně jest žena postavena na roveň nedospělému dítěti, za které jest nutno vždy jednati a které není s to, aby o své újmě něco samo bez svolení svého otce anebo poručníka podniklo.

Proto v zákoně se zřejmě mluví o moci otcovské. Práva, kteráž náležejí jenom otci jako hlavě rodiny, jsou zahrnuta v pojmu „otcovská moc“. Hlavní body, ve kterých dle zákona má právo pouze otec rozhodovati a nikdy matka, jsou:

1. Otec může své dítě nedospělé k takovému stavu či povolání vychováti, jaký se jemu vidí býti nejvhodnější. Kdyby však dítě s volbou otcovou nesouhlasilo, nemajíc chuti ani snad vloh k povolání otcem zvolenému, může vznést žádost na změnu na řádný soud, který o tom z moci úřadu rozhodne, vzav zřetel ke stavu a jmění otcovu a jeho námitkám. § 148. obč. zák. Matka nemá práva dítěti svému povolání určiti.

2. Čeho děti jakýmkoliv způsobem dle zákona nabudou, je jměním jejich; otci však náleží právo toto jmění spravovati. Jen když by otec ke správě jmění byl neschopen, určí soud správce jiného. § 149. Matka nemá práva spravovati jmění svých nezletilých dětí, ač po mém soudě byla by ona nad jiné k tomu povolána.

3. Děti jsouc pod otcovskou mocí, nemohou bez otcova svolení výslovně neb mlčky daného v platné závazky vcházejí. Nezletilé děti nesmějí také bez svolení otcova manželského sňatku uzavřítí. Vešly-li by přece v nějaký závazek, jest tento neplatný. § 152. obč. zák. Nezletilé dívky, ať synové ať dcery, svolení matčina nepotřebují.

4. Otec má právo i povinnost nezletilé své děti u soudu i jinde zastupovati; matka práva toho nemá.

Smluvil-li se svůdce svedeného děvčete dosud nezletilého o placení peněžité sumy, již určil jednak pro matku, jednak pro dítě, platná jest smlouva tato i bez svolení soudního. (Výn. ze dne 28. dubna 1873, čís. 2781.)



Vůči manželským dětem nemá tedy matka dle zákona práv žádných, ty zákon cele přiřkl otci i tehda, když bylo manželství vinou otcovou rozvedeno anebo naprosto rozloučeno.

Povinnosti k dětem zákon matce určil a uložil. „Otec zvláště jest povinen pečovati o výživu dětí, pokud samy se vyživiti nemohou. Opatrovati je na těle a na zdraví povinna jest zvláště matka.“ § 141. obč. zák.

Výživou rozumí se nejen strava, šat, byt, ale také vychování a vzdělání k jistému povolání a to dle jmění a stavu. Zákon předpokládá, že matka prostředků nemá, poněvadž také jejím jměním vládne manžel. Matka má pouze povinnost starati se o to, aby dívky náležitou stravu dostaly, kterou ona sama připraví a dětem rozdělí; ona pečuje o to, aby dívky měly přiměřený oblek v zimě i v létě, pečuje, aby dbaly čistoty tělesné, sama je myjíc, koupajíc a česajíc; ona se stará o jejich lůžko, aby bylo vždy čisto a provětráno, řídí jejich hry a vůbec na ně stále dohlíží, to jí ukládá zákon.

„Avšak je-li otec nemajetný, jest matka povinna o výživu dětí pečovati a zemřel-li otec, má vůbec o jejich výchovu péči míti, je-li také ona nemajetná, přechází povinnost na rodiče nejdřív otcovy a potom matčiny.“ § 143.

Je-li matka nemajetná nenásleduje ještě z toho, že rodiče otcovi anebo její jsou majetní. Je-li nemajetná, jest povinna pro dívky vydělávati a proto by se měla každá dívka naučiti, než ještě sňatek manželský uzavřela, peníze vydělávati, aby se nemusela obávati bídy a nouze, kdyby o jmění anebo výživu jakýmkoliv způsobem přišla. –

Otec i matka mají společné právo nad skutky dítek svých bdíti, nemravné, neposlušné a domácí pořádek a pokoj rušící trestati, ovšem ne tou měrou, aby jim na zdraví ublížili. § 144. a 145. obč. zákona.

## Svobodná matka a nemanželské dítě.

Porodila-li svobodná žena děcko, nedopustila se tím ani přestupku zákona ani zločinu; leč přece zákon nepřímou trestá za „nemravný skutek“, kterého se dle zákona dopustila, matku i děcko, odjímaje jim práva, jakých požívá manželka vůči muži a dítě vůči rodičům. Ve státě platí rodina za jeho základ a lidé, kteří se snoubí mimo manželství, poškozují zájmy státu. Je-li tomu opravdu tak, neměl by za to trest stihnouti jen matku a její děcko, ale na prvním místě měl by býti potrestán otec-svůdník. Jest-li ale hlavní vinník zcela bez trestu bývá propuštěn, když se na něm ani té nejmenší satisfakce nežádá, jest to do nebe volající bezpráví, které sám zákon páše na bezbranné, slabé ženě.

Nechť se nikdo nedomnívá, že se chci zastávati svobodné matky anebo snad jednání její schvalovati. Jsem proto, aby se rodilo co možná nejméně dětí nemanželských, jsem proto, aby ani jediná žena z lásky nedělala hnusného řemesla, ale jsem zároveň pro to, aby se umožnilo co možno největšímu počtu žen řádné manželství, ve kterém by dva lidé žili jeden pro druhého vzájemně si pomáhající svíce a strasti tohoto světa snášeti a ze sporých jeho radostí se těšili. Dítka které se v manželství zrodí, nemají pokládány býti za břemeno, za neštěstí, ale za dar nebes, z kterého se chtějí po celý život těšiti.

Na matkách jest, aby své dítka obého pohlaví pro šťastné manželství vychovaly a nikdy jim netrpěly anebo nepodporovaly styky pohlavní mimomanželské. Svobodná matka jest tvarem nejnešťastnějším na světě a proto není divu, že tak mnohá pod tíhou neštěstí volívá dobrovolnou smrt, že tak mnohá dopouští se zločinu a chtějí zahladiti stopy své hanby, vraždí plod své nedovolené lásky.

Zákon o nemanželských dítkách ustanovuje toto: „Nemanželské děti nepožívají vůbec ani práv rodiny ani příbuzenstva, nemají práva ke jménu otcovu, ani ke šlechtictví, ani k erbů neb jiným přednostem rodičů. Děti nemanželské vždy dostanou jenom jméno matčino a kdyby toto někdy chtěly změnit, může se tak státi jen se svolením ministerstva vnitra.

Děti nemanželské mají obmezenější nárok na výživu a zaopatření než děti manželské vůči rodičům; děd a bába nejsou vůbec povinni o ně se starati. Jsou vyloučeny ze všeho práva dědického i z nároků na díl povinný vůči otci a jeho příbuzným, i také vůči dědu a babě a ostatním příbuzným matčiny. Nemanželská dcera smí žádati věno jen od své matky a také nemanželský syn smí výbavu jen od matky požadovati. § 165. obč. z.

Živiti nemanželské dítě jest sice povinen otec, ale není-li s to, aby tak učinil, připadá povinnost matce. (Když ale matka není s to, aby tak činila, musí tak přece činiti, povinnost tu s ní nikdo nesejme, nemůže-li, musí se starati, aby mohla, a to by měl činiti také muž.) Volbu povolání nemanželského děcka určuje a schvaluje matka.

Dokonaným 14. rokem nepřestává otcova povinnost starati se o dítě nemanželské. § 167. obč. zák. (Velmi zřídka se však stará do 14. roku.) Živí-li a ošetřuje-li matka dobrovolně své nemanželské dítě, nemá práva žádati náhrady za plnění této povinnosti na otci. Jinak jest otec nemanželského děcka povinen jeho matce za výživu dáti náhradu, vyjímaje případ, že by dokázal, že v té době, za kterou se náhrada požaduje, tak učiniti nemohl. Jestliže však matka vedla náklad nedobrovolně na výživu svého nemanželského dítěte, smí dle § 1042. obč. zák. žádati náhrady na otci.

Matka dítěte manželského dle § 198. obč. zák. smí býti poručnicí svých dítek; dítěti nemanželskému ustanoví soud poručníka; o tom, smí-li se matka nemanželského dítěte státi jeho poručnicí, anebo smějí-li tak učiniti její příbuzní, se mínění právníků rozchází.

Povinnost děti nemanželské živiti a zaopatřovati přechází tak jako jiný dluh na dědice rodičů. –“

## Zákonná ustanovení o manželském zrození.

Porodí-li manželka dítě v sedmém měsíci po vstoupení v manželství nebo po desátém měsíci po smrti mužově, anebo po úplném zrušení svazku manželského, má se za to, že dítě takové jest splozeno v manželství. § 138. obč. zák.

## Zákonná ustanovení o manželském zrození.

Porodí-li žena vdaná dítě před vyměřeným časem v § 138. anebo po čase tam stanoveném, má se za to, že takové dítě jest nemanželské a nepožívá proto stejných práv s dětmi manželskými. Kdyby to někdo popíral, musel by to dokázati. Narodí-li se však dítě v manželství před řádným časem, má toto právní domněnání průchod teprv tehda, když muž, který před sňatkem o těhotenství nevěděl, nejdéle ve třech měsících po nabytí zprávy o narození dítěte otcovství před soudem popírá. Před časem v manželství narozené dítě pokládá se za nemanželské jen tehda, když se otec u soudu vyjádřil, že ho za své neuznává. Zákon dovoluje i již narozené dítě pozdějším zasnoubením se rodičů pokládati za manželské (legitimované). § 155. a 156. obč. zák. Ohledně dětí legitimovaných pozdějším sňatkem jest nutno opravit matriku, v níž jsou zapsány za nemanželské. Kdyby manžel nemanželské dítě své ženy chtěl za své prohlásiti, nesmí tak učiniti, poněvadž by se dopustil podvodu, ale on smí mu své jméno propůjčiti, když k tomu poručník nemanželského dítěte svolí, což ten zajisté rád učiní, poněvadž tím se smyje potupa s dítětem, které se musilo vždy hanbiti za to, když se svými sourozenci stejného jména nemělo.

## Několik slov o smlouvách svatebních.

Manželství, ideální manželství, mělo by představovati splynutí netoliko dvou duší, nýbrž splynutí dvou bytostí lidských. Vědomí, že jest na světě ještě jiný člověk, se kterým je nám možno zcela důvěrně obcovati, před kterým bychom nic nemusili tajiti, jehož tělo by nám bylo tak drahé jako naše vlastní, vůči němuž přestává vlastně vědomí mého a tvého, nýbrž nastane jen naše a vše jest společné. K takovému manželství chceme se vlastně dopracovati, ale až dosud, pokud mně jest známo, taková manželství jsou velice vzácná. Nesčíslná manželství bývají uzavírána, která se zakládají pouze na zisku, nebo donucení, kde láska bývá věcí zcela vedlejší, kde vládne materie a pořád se počítá, co jest mé a tvé, anebo jest jenom mé a to v případech nejčtetnějších.

Anebo se také stává, že v prvním opojení lásky manžel skutečně manželce anebo naopak veškeren svůj majetek k nohous by položil, ale za krátký čas úmysl svůj mění a dává jen to a tolik, jak mnoho musí a nic více. Aby tedy také poměr jmění řádně byl v manželství upraven, sepisují se před sňatkem svatební smlouvy, ve kterých se zcela zřejmě určí, jaká práva si manželé na vlastní i společné jmění rezervují.

V kapitole „o nevěstě“ bylo již řečeno, jaké právo má muž na věno (přínos) své ženy, nebyly-li sepsány svatební smlouvy.

Požitky z věna tedy patří muži a jsou-li věnem peníze hotové, patří tyto zcela muži: jinými slovy, stávají se jeho majetkem. § 303.

Manželstvím až dosud ještě bývá žena zaopatřována; bere-li si, jsouc chuda, muže majetného, činívá tento své ženě časem dar anebo jí určí jistou část, jíž se jí má dostati tehda, kdyby muže přečkala.

Ústní slib však neplatí, dar musí býti doručen a slib upsán. A poněvadž se v manželství jmění obou manželů způsobem různým může sloučiti, jest třeba, aby se o tom způsobu sepsala zvláštní smlouva, která se nazývá smlouvou svatební anebo smlouvami svatebními.

Zákon dovoluje též manželům, že smejí uzavřít smlouvu dědičnou, t. j. že má děditi jeden po druhém: smlouvu dědičnou nesmí jedna strana bez druhé zrušiti.

Když manžel upadl v konkurs bez viny manželčiny, má tato právo dáti své jmění vyloučiti. § 1260.

Nechť se žádná strana nedomnívá, že pouhý sňatek manželský dokazuje již společenství statků mezi manžely. § 1233. Společenství statku mezi manžely vůbec jen na případ smrti se rozumí. Manžel na živu pozůstalý nabývá z něho práva k polovici toho, co ze jmění spolčeného po smrti jednoho manžela ještě zbylo. § 1234. obč. zákona.

# Vdova.

Ve velmi četných případech přežije manželka svého chotě a zůstává velmi často se svými dětmi v situaci nadmíru trapné, nevědouc si, zvláště v prvním čase, rady ani pomoci. Proto bylo by velmi dobře, zvláště pro ty ženy, které nejsou manželkami takových úředníků, po kterých by jim zůstala určitá pense, nýbrž žijí v rodině, ve které jest movité i nemovité jmění, které ony samy svým přičiněním a svou prací rozmnožily, ba i nabyly, aby takové ženy věděly, kterak se o ně zákon postaral v tom případě, kdyby muž jejich bez pořízení poslední vůle na onen svět odešel. O tom poučuje § 757. obč. zák., který zní takto: „Manželovi, přečkavšímu pozůstavitele, ať má vlastní jmění nebo ne, přísluší, je-li tu tré nebo více dětí, stejný díl dědičný jako každému dítěti; ale je-li tu méně dětí než tři, má čtvrtý díl pozůstalosti k požívání do života; vlastníci toho dílu jsou děti.“ Slovem „manželovi“ sluší rozuměti tak, že manželem v tomto smyslu jest také žena. Zda-li vlastnictví případně také tehdy dětem, když jsou tři anebo ještě více, o tom právníci nejsou svorní.

Jinak utváří se dědictví, když není dítě na živu. O tom se praví v § 758. téhož zákona toto: „Není-li dítě, nýbrž je-li tu jiný dědic ze zákona, má manžel na živě pozůstalý neobmezené právo vlastnické ke čtvrtému dílu pozůstalosti. Avšak jako v té, tak i v případnosti v § 757. uvedené vpočte se do dědičného dílu vše to, co dle smluv svatebních, dle smlouvy dědičné a dle posledního pořízení přísluší manželů na živě pozůstalému ze jmění druhého manžela.“

„Vpočte se“ má vlastně znamenati „odrazí se“ od čtvrtého dílu. Ku př. činila by pozůstalost 60.000 K a manželů, jenž na živě zůstal, náleželo by již bez toho 7000 K, tedy tato část by se odrazila od čtvrtého dílu pozůstalosti, který by v tomto případě obnášel 15.000 K, takže by již z těchto dostal jen 8000 K.

A teprv, není-li žádného zákonného dědice, případně celé dědictví manželů pozůstalému. Manžel však svou vinou rozvedený nemá práva ani k dědictví, ani k dílu dědičnému. O tom poučuje § 759. obč. zák.

Často vyměřen bývá vdově po smrti jejího chotě zvláštní plat na výživu, ovšem jen tehda, je-li ho z čeho vyměřiti a takový plat sluje: Plat vdovský. Takový plat náleží dle § 1242. vdově hned po smrti mužově a má se vždy na tři měsíce napřed zapravovati.

V § 1243. praví se ještě dále: „Vdově náleží ještě šest neděl po smrti mužově obyčejná výživa z pozůstalosti a zůstala-li těhotná, ještě šest neděl po slehnutí. Pokud však této výživy požívá, nemůže bráti platu vdovského.“ Vdala-li se vdova, ztrácí dle § 1244. obč. zák. právo k platu vdovskému; a ztrácí také pensi, které užívala po prvním svém muži.

Dle občanského zákoníka a to dle § 192. nemá býti poručenství svěřováno ženám, výjimku činí jen zvláštní případy. Zemře-li otec, nemá v Rakousku matka neobmezeného práva státi se poručnicí svých dětí. Takový zvláštní případ nastane dle § 198. obč. zák., jenž zní: „Neurčil-li otec poručníka, neb určil-li nezpůsobilého, svěřeno buď poručenství nejprve dědovi otcovskému, pak matce, potom bábě otcovské, konečně jinému příbuznému, kterýž jsa pohlaví mužského, jest nejbližší, anebo z několika stejně blízkých příbuzných tomu, který jest věkem nejstarší.“ Z tohoto § jest vidno, že poručnicí sice smí býti žena, ale jen matka sirotkova nebo bába otcovská a těmto ještě zákon nařizuje, aby jim ku podpoře byl dán spoluporučník.

O tom se praví v § 211. obč. zák. toto: „Matce nebo bábě, jež vezmou na sebe poručenství, budiž přidán spoluporučník.“ „Vystoupí-li poručnice z poručenství (§ 215.), vznešeno buď toto pravidlem na bývalého spoluporučníka.“ V § 218. se však přece praví: „Sirotek budiž obzvláště matce svěřen, i tehda, když by poručenství na se nevzala, nebo se zase vdala; leč by dobro sirotkovo vyhledávalo nějakého jiného opatření.“

„Náklad na výživu vyměřovati má soud poručenský § 219., šetře při tom nařízení otcova, dobrého zdání poručníkova a jmění nezletilého, jeho stavu i jiných okolností.“

Poznámka: zemřel-li muž, nezůstaviv poslední vůle přes to, že vládl jměním, které bylo v obchodě, podniku nějakém, v nemovitostech atd., jest nutno, aby se vdova k dědictví přihlásila. Při tom musí sobě zvláště opatrně vésti, poněvadž pozůstalí nedědí toliko peníze, nýbrž také dluhy po zemřelém. Kdyby dluhy převyšovaly jmění, musí je dědic platiti ze svého. Jest tedy nutno při přihlašování se k dědictví připomenouti, zda-li se dědic ujímá dědictví bez podmínky, anebo si vyhrazuje právní opatření inventářem. –

Přihlášení se k dědictví bez výminky má ten účinek, že dědic (§ 801.) obč. zák. všem věřitelům za jejich pohledávky a všem odkazovníkům za jejich odkazy státi musí, byť i pozůstalost k tomu nestačila.

Ujme-li se někdo dědictví s výminkou právního se opatření inventářem, má soud ihned nákladem pozůstalosti sepsati inventář. § 802. obč. zák. Takový dědic práv jest věřitelům a odkazovníkům jen potud, pokud stačí

pozůstalost na zapravení toho, co mají oni i on sám kromě práva dědičného pohledávati.

Aby se uvarovaly různých sporů a nesnází a nepříjemností s vedením jich spojených, radím upřímně, aby všechny ženy, jež svazek manželský uzavírají, nečinily tak bez sepsání svatebních smluv. Svatební smlouvy vcházejí v platnost jen tenkrát, byl-li sňatek skutečně uzavřen, ať církevně nebo civilně. Kdyby dva lidé ve společné domácnosti žili a měli svatební smlouvy sepsány, nemají tyto platnosti prážádné.

## Všeobecné poznámky.

1. Z těch drobtů zákonů, které jsem uvedla, je zřejmo, že zákon valně rozdílu nečiní mezi ženou a mužem, a kde ho činí, tu jest až do očí bijící, že v ženě vidí bytost nevypělou, asi takovou jako dítě, která všude potřebuje mužské pomoci a mužské ochrany a kterou u veřejnosti jest nutno zastupovati a tím zástupcem jejím musí býti vždy manžel, nebo poručník, nebo opatrovník. Nemá-li svatebních smluv, nesmí své jmění spravovati a tak se stává, že často o celé své jmění, které její rodiče těžce nastřádali, přichází.

2. Nesmí rozhodovati o osudu svých dětí ani tenkrát, když by otec jejich nebyl otcem takovým, jakým by býti měl; jen když není odsouzeným zločincem na rok do vězení, bláznem, anebo není-li prohlášen za marnotratníka, má vždy otcovskou moc a jen tenkrát ztratil-li ji, zřídí se dětem poručník. Poručníci ve zvláštních případech svým dítkám smí býti sice matka nebo bába, ale musí míti spoluporučníka.

3. Matka neprovdaná stojí sice pod ochranou zákona, ale přece celá tíha následků za její poklesek spadá na její bedra a nehledá-li práva, jest na ní, aby se cele starala o nemanželské děcko svůdcovo, kterému zákon ukládá povinnosti jen potud, pokud nedokázal, že jich nemůže plniti.

4. Ženy nemají volebního práva. A v těch řídkých případech, kde aktivní volební právo mají, nesmějí voliti přímo, nýbrž jen plnou mocí. Jsou postaveny na roveň nedospělým, marnotratníkům, slabomyslným, idiotům, bláznům, žebrákům, bankrotářům a zločincům, kteří volebního práva rovněž nemají.

5. Nezpůsobilí svědkové při posledním pořízení jsou ženy. § 591. obč. zák., který o tom ustanovuje, zní: „Řeholníci, osoby ženské, mladíci nemající osmnácte let, smyslů zbavení, slepí, hluchí nebo němí, pak ti, kteří nerozumí jazyku kšaftujícího, nemohou býti svědky poslední vůle. Také v tomto bodu postavena jest žena na roveň bláznům, zločincům a těm podobným lidem.

Ve všech pěti bodech zákon ženě zjevně křivdí a ponižuje ji, a proto bylo by žádoucí, aby v naznačených bodech byl na prospěch ženin pozměněn.

Nutno jest ještě pověděti ženám, že bez svolení mužova nesmí provdaná žena ani obchod nebo řemeslo provozovati, nesmí míti zvláštního postavení, zkrátka nesmí mimo dům vydělávati. Když by tak přece činila a muž k tomu mlčí, má právo k výdělku, poněvadž se za to má, že s tím muž souhlasí.

Sám zákon tedy ukládá ženě práce domácí a předpokládá, že by domácnost mnoho utrpěla, kdyby žena nevykonávala všech domácích prací, které síly její fysické vyčerpávají a ducha umořují. Jest to zvláštní náhled, dle kterého pracovati ve škole za plat snižuje a ubírá na cti nějakému vyššímu úředníku, ale když ta jeho žena nejhrubší práce domácí vykonává, při kterých sotva padesátý díl vydělá, co by jinak vydělati mohla mimo dům v úřadě anebo ve škole, to ho povznáší a při tom lépe jeho rodina prosperuje!

Co žena obchodem, úřadem, vyučováním atd. vydělá, jest majetkem jejím, kterým může dle libosti naložiti. Jest velmi klamné, nesprávné a zlomyslné mínění jistých lidí, kteří tvrdí, že vdaná žena vydělává jen proto, aby měla na parádu. Nechci o tomto bodě šířiti mnoho slov, řeknu pouze na uhájení statečných pracovníků, že ženy, kterým se jedná pouze o parádu, obyčejně nevýdělávají na ni ani duševní ani fysickou práci. Výdělek ženin v manželství po mém soudě má vysokou ethickou cenu. Předně ženu osvobozuje, ona se stává nezávislou na muži, stává se sebevědomější a hrdější, poněvadž ví, že si nemusí nechat darovati to, čeho potřebuje, a že za to nemusí také prošíti. Žena, která dovede vydělávati, může se provdati za muže jen z čisté lásky a nemusí se teprv tázati, má-li muž, s kterým by manželský sňatek chtěla uzavříti, důchod anebo úřad takový, který by jejím nárokům odpovídal. Nejvíce bývají ženy demoralisovány tím, když muži jejich tělesné vnady za vysoké ceny kupují. Oč předčí taková pilná pracovnice, která svým výdělkem přispívá na domácnost a na výchovu svých dětí, nafintěnou loutku, kterou si muž vzal pro vlnavý úsměv anebo okouzlující pohled, a za ty úsměvy a pohledy platí!

Ostatně zdá se mi, že moudří mužové naší doby nikdy nebudou se stavěti proti ženě, která svou prací umí vydělávati. A proto by měl paragraf, obmezující svobodu ženinu na výdělek, ze zákona býti vypuštěn.

# Savoir-vivre v moderní společnosti.

Abychom se za všech okolností dovedli v dobré společnosti vybraně pohybovat, jest nutno znáti ustálený mrav a zvyk toho kterého národa, jest nutno znáti jistá pravidla, jistý zákon, abych tak řekla, který se nesmí překročiti, nechceme-li platiti za společensky nevzdělané. Přiučiti se uhlazenému taktnímu chování mnohému člověku nelze, takt bývá vrozen, tak jako vloha k umění, tak jako obratnost a důmysl. Naučiti se můžeme pravidlům theoreticky, můžeme znáti do posledního puntíčku, co se sluší a nesluší, ale komu schází vrozený takt, ten se nedovede nikdy uhlazeně ve společnosti chovati, a čím více si dává záležeti, aby se neprohřešil proti dobrému tonu, tím více je na něm znáti, že jest jeho chování nepřirozené, naučené z knihy, tím více jsou na něm znatelný rozpaky a tím více jest vystaven vtipu a výsměchu těch, kteří jsou v saloně doma a chovají se s vybraným vkusem, aniž by na to mysli.

Vrozený takt musí nám stále našeptávati, co a jak máme mluvit v rozmanitých chvílích života, vrozený takt nás musí vésti, abychom svým chováním, svým vystupováním, svým výsměšným úsměvem neuráželi těch, kteří jsou na příklad našimi hosty anebo u nichž bychom my návštěvou dleli. Vrozený takt musí nám říci, že jest nedůstojno člověka, příliš se ponížovati, ale že jest přímo absurdnost chtít se vyvyšovati nad ostatní, chtít vésti slovo a pozornost jen a jen ke své osobě obracet. Obzvláště ženám sluší se za hovoru vystříhati všem banálností a nevášeti do salonu všední hovory nechutné a mrzuté, týkající se našich domácích trampot a svízeli; těch má každý doma dosti a vejde-li jednou za čas do salonu, chce se nad všednost a malichernost povznést.

Duchaplnou coseurkou dovede býti Francouzka, která se těší vrozenému taktu a vrozené grácii více než všechny její družky evropské, byť náležely národu kterémukoliv. Proto jak v modě, tak také co se týče dobrého tonu, jsou Francouzi až na naši dobu našimi mistry a učiteli. Proto vybrala jsem pro svůj článek, jednající o savoir-vivre (umění žít), pravidla, která ve svou knihu „Le savoir-vivre dans la société moderne“ pojala vychovatelka ženy francouzské – Baronne Staffe.

Kdybych chtěla promluvit jen poněkud zevrubněji o tom, jak jest slušno se chovati za všech okolností života, bylo by mi napsati celou knihu. Poněvadž vyměřené místo mně tak učiniti nedovoluje, obmezím se pouze na případy v obcování s lidmi, které má znáti každý.

O návštěvách. Za naší doby návštěvy počínají mizeti. Nestačí na ně v rodinách měšťanských čas. Všichni jsme příliš sami sebou a svými domácnostmi zaměstnáni a neradi se vyrušujeme z pravidelného pořádku k vůli návštěvám. K vůli návštěvám bylo druhdy nutno zařídití salon, který nesloužil k ničemu jinému, leda ku přijímání návštěv. Takový salon představuje v Praze výlohu od čtyř set až do tisíce korun. Kdo se z návštěv vymanil, salonu již nezařizuje a myslí, že jeho přátelé mohou jej navštívit v pokoji takovém, jaký právě má k dispozici.

Návštěvy vůbec dělí se na ceremonielní, konvenční, kondolenční, návštěvy při přibytí do jistého místa a při odcestování, návštěvy o novém roce, návštěvy intimní atd. Návštěvy ceremonielní jsou ty, které dobrý ton ukládá důstojníkům téhož pluku, soudcům téhož soudu, úředníkům toho kterého ministerstva atd. atd. Jsou obligátní o novém roce a při příchodu a odchodu. Návštěvy ceremonielní mohou se časem státi konvenčními a také intimními, ale pokud jsou obřadné, nesmějí trvati déle než čtvrt hodiny. Avšak velmi neslušné by bylo, kdyby někdo chtěl sotva se posadě ihned odcházeti; neslušnosti by se také dopustil, kdo by při první návštěvě se chtěl na celou hodinu rozpovídati.

Návštěvy ceremonielní jest nutno do týdne opětovati. Kdyby představený nebo jeho žena překročila tuto lhůtu, smí o nich podřízený souditi, že neznají slušnosti. Rozumí se, že nemoc anebo jiná událost může zabrániti vykonati povinnou návštěvu, ale pak jest nutno omluviti se.

Návštěvy konvenční jsou ty, kterými se udržují přátelské styky mezi známými milými osobami. Takové vykonáme jedenkrát ve dvou až třech měsících v den, v který ta která dáma návštěvy přijímá. Také tyto návštěvy mají býti přesně opětovány.

Byl-li kdo pozván k obědu nebo k domácí zábavě, vykoná v týdnu návštěvu u hostitele, který jí však, jak se samo sebou rozumí, neoplácí.

Návštěvy kondolenční dlužno vykonati v různé době; tyto se řídí dle stupně přátelství. Čím bližší nám byl ten, kdo smrtí byl ve smutek uvržen, tím dříve ho navštívíme. Obvykle však jest dlužno takovou návštěvu vykonati v šesti týdnech. Dlužno jest obléci se k takové návštěvě velmi jednoduše, tedy bez křiklavých barev i ozdob. Nezačneme mluvit napřed o mrtvém, ale vyslechneme s účastí, co se nám řekne. Osoba, která přijímá, zdrží se výbuchu hoře, jak jen možno.



Návštěvy intimní nepodléhají žádným pravidlům. Odcestuje-li někdo na nějaký čas, jest nutno, aby u svých přátel vykonal návštěvu a to proto, aby jej tito marně v bytu nehledali. Nebyl-li náhodou ten, komu návštěva platila, doma, zanechá se mu visitka s přehnutým rohem a napíše se na ni tužkou p. p. c. (pour prendre congé – abych se s vámi rozloučila).

Podobná návštěva se vykoná také při příchodu a zároveň se řekne den, ve který se obyčejně přijímá s poznámkou, aby se nezapomnělo. Ve velikých městech stačí zanechat i v obou případech visitku u domovníka. Když přibudeme do cizího města nebo místa, vykonáme návštěvu u těch lidí nebo v těch rodinách, se kterými se chceme seznámiti. Nebyl-li nikdo doma, zanecháme tam visitku s přehnutým růžkem a napíšeme na ni: p. f. c. (pour faire connaissance = chci se seznámiti). Nebyla-li nám návštěva oplacena, jest to známkou, že se s námi ta která rodina nechce intimněji seznámiti; leč to nás nesmí urazit, poněvadž sympathie musí vzniknouti sama sebou a nedá si poroučeti. Je na bledni, že se nesmíme nikomu vnučovati.

Podobnou návštěvu jest však nutno po přibytí do nového místa vykonati u starosty obce, u předních úředníků atd., kteří jí neoplácejí.

Úloha přednostky domácnosti. Každá přednostka domácnosti ustanoví si jeden den v týdnu anebo ve čtrnácti dnech a také až za měsíc, kdy své přátele a známé u sebe vítá. Návštěvy obřadné vykonávají se od 11-1 hodiny odpůldne a konvenční ode 3 do 6 také odpůldne. Tento způsob vítání návštěv jest velmi pohodlný a praktický pro toho, kdo hosty u sebe vítá i pro návštěvníky samé. První nebývá návštěvami rušen každou chvílí, když má jiné zaměstnání a druzí jsou jisti, že nejdou nadarmo. Nic není tak mrzuté, jako když někdo z daleka přišel a jest nucen s nepořízenou odejít.

Paní domu jest pečlivě oblečena v domácí toaletě, leč její oděv nesmí býti příliš nádherný, aby nezastiňovala těch, které k ní přijdou. Ve Francii sedí dámy v polokruhu u krbu. U nás sedí přednostka na pohovce a její návštěva kolem ní a to tak, aby starší dámy nebo paní zaujaly místo nejlepší, kdežto lidé mladí, dívky i mládenci vezmou za vděk židlí. Posledně jmenovaní vůbec ve společnosti na pohovku nepatří; kdyby se však přece stalo, že by je byla paní domu na nejlepší místo posadila, jsou povinni opustiti je ihned, když by váženější a starší host vstoupil. V některých domech se návštěvník ohlašuje, v jiných sluha otevře dveře a ani nepromluví. Návštěvník složí poklonu přednostce, která zůstane seděti, vstoupil-li muž a vstávši, popojde dva kroky vstříc, byla-li to dáma. Ovšem, povstane také, vstoupila-li nějaká osobnost starší, slavný učenec anebo umělec. Tak prý královna Viktoria a její snacha vévodkyně z Connauthu i její dcery povstaly a šly v ústřety lordu Wolsleyovi, když se přišel královně pochlubiti po egyptském vítězství. Má-li přednostka dospělé dcery, nemusí vstávati, aby doprovodila své hosty až ke schodům, tuto úlohu převzou mladé dívky; nezůstal-li však již nikdo v saloně, rozumí se samo sebou, že paní domu se zvedne a posledního hosta sama doprovodí. Někdy bývá přednostka v rozpacích, má-li podati hostům občerstvení čili ne. Ve městech za návštěv ceremonielních se toho nikdy nečiní. Zákusky a čaj podávají se při five o'clock tea (čaj o páté hodině), leč může se podati také něco jiného: káva, čokoláda, víno, pivo atd.

Jinaká jest situace na venkově; tam když hosté přijdou, třebas i nenadále, bývají vždy něčím pohoštěni, poněvadž jest dlužno předpokládati, že nikde nic nemohli si k občerstvení opatřiti. –

Povinnosti návštěvníků. Návštěvník odloží v předsíni deštník, svrchník, přezůvky, ale podrží svou hůl i klobouk, který vůbec nedá z ruky a neklade ho na stůl anebo jiný nábytek a vůbec nesmí ukazovati jeho podšívku, to jest nesmí ho držeti převráceně. Dámy vstupují se slunečníkem s boa, i také s rukávníkem do salonu.

Návštěva pozdraví paní domu, zeptavši se po jejím zdraví a potom se ukloní všem ostatním návštěvníkům najednou. Při vstoupení nové návštěvy povstane pouze paní domu a přítomní páni, dámy však zůstanou seděti: kdyby však byla vstoupila ctihodná stařenka, tedy napolo povstanou tyto také.

Bylo by velmi nemístné, kdyby někdo, přišed na návštěvu, ukazoval svůj špatný rozmar, byl mrzut a nevrlý. Jdeme-li navštívit někoho, musíme přinést netoliko pěkný šat a bezvadné rukavice, ale také jasnou, veselou mysl. Jsme-li churaví anebo z nějaké příčiny nevrlí, uděláme vždy lépe, zůstaneme-li doma; o mrzutou návštěvu nikdo nestojí.

Na návštěvu nevodíme malých dětí, protože tyto nedovedou klidně seděti a nad to velmi často salonní nábytek a bibeloty poškozují. Totéž platí o psech. Zvířata patří do boudy a ne do salonu. Když po čtvrt hodině nastala v konverzaci přestávka, tu se návštěva rychle zvedne a bez prodlení odejde. Postávání v pokoji, v předsíni atd. jest velice trapné pro jednu i druhou stranu. Když chceme odejít, nesmíme již o ničem navazovati hovor a zmizíme tak rychle, jak možno.

Vykonává-li dáma návštěvu se svým mužem, jest na této, aby dala znamení k odchodu.

Nemá-li paní domu svůj den k návštěvám vyhrazený, může se státi, že přijdou návštěvníci nenadále; v takovém případě paní i její dcera zanechají ihned vši práce a věnují se cele hostu, který svou návštěvou poctil jejich dům.

Nikdy nemá si nikdo dovoliti přiváděti své přátele k lidem, kteří jich neznají; chce-li býti někdo k někomu námi uveden, jest nutno zeptati se, zdaž by to bylo příjemno a vítáno.

O podávání ruky. U Římanů byla ruka emblemem věrnosti. Proto znamenalo podati někomu ruku, stisknouti mu ji, tolik, jako sblížit a spojit dvě srdce. Dnes podání ruky nemá již žádného významu. Jsou lidé, kteří bezděčně každému na potkání svou ruku vnucují, ať jest to podřízený nebo představený, dáma nebo muž.

A přece jest nutno věděti, co *savoir-vivre* v ohledě podání ruky předpisuje. Nepodávejme ruky nikdy lidem, které vidíme poprvé, výjimku činí přátelé našich přátel, kteří nám byli doporučeni. –

Nikdy muž nepodává ruky dámě, na této jest, aby ruku podala muži, o kterém jest přesvědčena, že jeho charakter jest čistý a proto, že mu svou rukou podává známku důvěry. To platí také pro dívky. Budiž opakováno, že muž mladý a takový, který nedosáhl šedesátého roku, nesmí si dovoliti podati ruky dámě, aby nevzbudil podezření, že jest s tou kterou dámou ve styku intimním. Podřízený nepodává ruky svému představenému, ale čeká, až tento mu ji podá; mladé dámy nepodávají ruky starším.

Přijal-li muž ruku podanou, nesmí ji tisknouti příliš prudce; ruka podávaná se přijme s devotní poklonou na znamení úcty a jemně se stiskne. Jsou lidé, kteří se ruky pouze dotknou a to jest impertinentní. Podání ruky má býti upřímné. Kdo nechce ruky stisknouti, zaříd' to tak, aby mu nemohla býti podána. Kdo se pouze ruky dotýká, prozrazuje falešnou a nedůvěřivou povahu a také nadutost.

Ti, kteří podávají jeden anebo dva prsty, nejsou zdvořilejší; odhalují svou povahu chladnou, indiferentní a egoistickou. Nedostatek taktu prozrazuje také, kdo podanou ruku příliš dlouho ve své svírá, tím často uvádí v rozpaky osobu, která mu ruku podala a stává se nepříjemným. Srdce poví každému pravou míru podání ruky. Samo sebou se rozumí, že podáváme vždy jen ruku pravou.

Moda podání ruky (*shake-hands*) v Americe jest tato: Podávaná ruka se mírně stiskne, několik vteřin drží v ruce klidně a pak se jí potřese.

Komu a kdy se má ruka políbíti? Políbení ruky jest známkou úcty, zbožňování a lásky. Na našich jevištích často švihák ve francouzských kusech líbá elegantní dámě ruku. Modou líbati dámám ruku bylo v době rokokové, kdy etherické bytosti ženské k tomu zrovna v saloně vybízely. Ale ty doby již minuly. Naše doba již nestaví ženu na piedestal a nečiní z ní modly. Naše doba chce vychovati ženu rovnocennou s mužem, chce vychovati muži společníka, druha a tu se samo sebou rozumí, že druh druhu ruky nelíbá. A není ani komičtější situace, jako když muž mladý i starší, který není zrovna lvem salonu, v kruhu dam jedné po druhé ruku líbá nešvihácky, neelegantně se k nim skláněje. Vidím v tom nejen neeleganci, ale také porci servilnosti a nemotornosti. Neudělal by muž tisíckrát lépe, kdyby podanou mu ruku s poklonou stiskl? A myslím zároveň, že žádné rozumné ženě ani nenapadne, aby podala někomu ruku s úmyslem, aby jí byla políbena. A těm vyparáděným loutkám s prázdnou hlavou a se srdcem ještě prázdnějším se ruka teprve líbati nemusí, třebas tyto toho vyžadovaly. A po mém soudě jest to též nedůstojno muže, často vysokého hodnostáře, učence, umělce, zasloužilého spisovatele, aby na potkání na ulici jako žebrák líbal ruku ledajaké nafoukané, nastrojené loutce, anebo nedospělé žabce.

Sama jsem již také pozorovala, že vážným mužům bývá často trapno, mají-li ruku nabízenou políbíti a že tak činí jen proto, aby se o nich neřeklo, že neznají *bon tonu*. Tací často podávanou ruku přitáhnou sice až ke rtům, ale jí nepolíbí, anebo políbí – svůj palec! Jak je to směšné a zavržitelné!

Pravila jsem, že políbení ruky znamená úctu, znamená lásku a vděčnost.

Tedy komu se má ruka políbíti? Úctu, lásku a vděčnost jest na prvním místě povinen každý své matce a proto matce jest na místě ruku políbíti ať v soukromí či veřejně a to má činiti nejen syn, ale také dcera. Muž políbí ruku také své tchýni a své ženě, když tuto miluje a ctí. Mladí muži a mladé dívky políbí ruku dámě staré a úctyhodné, když jim ji tato podala, protože by se neslušelo, aby mladý muž nebo mladá dívka staré, vážené, úctyhodné dámě rukou potřásali. Jinak zůstává líbání ruky rezervováno milencům a to jen v soukromí; ten, kdo by své zbožňované chtěl líbati ruku veřejně, dal by na jevo, že nemá ani potuchy o taktu.

U nás zahrnul se také zlořád, že tanečník pokaždé, když provedl dámu, tančiv s ní besedu nebo valčík, líbá jí ruku. To jest rovněž nepřístojné. Tanečník, potančiv se svou tanečnicí, uvede tuto na její místo a ukloní se jí, tanečnice poklonu opětuje a věc jest skončena – bez líbání.

O pozdravu. Národové východní, Číňané, Turci a v době napudrovaných vlásenek také Francouzové pozdravovali se obřadně, ukláněli se hluboce, dotýkajíce se skoro až země svými čely. Turci a mohamedáni vůbec pozdravují se takto: kladou ruku na srdce, na rty a na čelo, to znamená: Jsem vám oddán srdcem, ústy i myslí. Francouzi se pozdravují v dobré společnosti jen němou poklonou, očima a úsměvem. U nás se pozdravujeme také slovy. Tak jak se to má s podáváním ruky, takový jest způsob i při pozdravu.

Muži pozdravují své představené a starší, známé muže napřed. Sejmou klobouk a řeknou: „má úcta“, „má poklona“, „služebník“ atd., jak se komu líbí. Ženy pozdravují ženy starší a také své představené, ať ženy, ať muže. Ukloní se a řeknou rovněž „má úcta“ nebo „dobrý den“; dívky mladé starším paním i starším slečnám říkají při pokloně „ruku líbám“. Tento zvyk pozdravu přenesen byl k nám z Německa, není to pozdrav nejvhodnější, ale zvykem se tak ustálil, že by se starší dámy cítily uraženy, kdyby na ně volal žabec „dobrý den“.

Ženy nepozdravují mimo otce, strýce, děda a představeného žádného muže napřed.

Jsou-li mužem pozdraveny, ukloní se prostě a jsou-li známější, řeknou „dobrý den“.

Muži pozdravují ženy devotně se uklánějíce a svou poklonu doprovázejí „ruku líbám“, jedná-li se o dámu starší, úctyhodnou anebo řeknou „má úcta“, „má poklona“ dámám mladším nebo dívkám. Závisí to na nich, aby se rozhodli pro slova, která lépe sluší dámám starším, váženým a která dívkám mladým a mladším.

Mužům sluší pozdraviti, vstoupí-li do místnosti veřejné, do elektrického vozu, do železničního coupé, a dámám sluší na tento pozdrav sklonem hlavy odpověděti.

Zná-li muž nějakou ženu, jest slušno, aby ji vždy pozdravil a nejenom tehda, když má na sobě modní oblek; osobnost zůstává osobností také, když pracuje aneb jde na trh koupiti čeho je třeba. Pozdravuje-li muž jen ženu vyšňořenou, dává na jevo, že se klaní šatu, loutce a osobnost že nemá u něho ceny.

O představování. Chceme-li ve společnosti mluvit s osobami nám neznámými, jest nutno, abychom někoho poprosili, kdo by nás představil. Musíme věděti, jak se má představovati. Nesmíme představovati starého pána mladíkovi, dámu muži, osobnost, hodnostáře podřízenému, ale naopak.

Představování jest velmi rychlé, bez dlouhých frází a okolků. Řekne se: Pan dr. M. N., pan stavitel X. Y., gestem se ukáže na prvního i na druhého.

Anebo: „Dovolte, milostivá paní, abych vám představil svého přítele, M. Z.; paní A. X., choť lékařova.“ M. Z. se hluboce ukloní, dívá se na paní A. X.

Není-li nikoho, kdo by nás představil, můžeme tak učiniti sami. To platí také o ženách, které přijdouce ponejprv do domácnosti, anebo někam do úřadu, kde jest jim v nějaké záležitosti jednati, jmenují své jméno, aby úřadující hned věděl, koho má před sebou a nemusel se teprv dlouze dovídati.

Jsme-li však pozváni do rodinného plesu, není možno často, aby se všechny osobnosti představováním seznámily, proto bez obavy můžeme začít konversaci se svým sousedem nebo sousedkou; jest nutno předpokládati, že hostitel pozval k sobě jen lidi bezúhonné.

Pohostinství. „Staročeská byla ctnost, že byl vítán v domě host.“ Naše rozmilé přísloví. Co Čech měl, rád rozdělil, ano chutnalo mu lépe, mohl-li své lepší sousto požit s osobou jemu milou. Chudý dal a zval k málu, bohatý strojil hostiny. –

Časy se mění: Dnes, kdo nemůže na stůl postaviti vybraná jídla, vzácná vína, ať hostů nezve. Kdo nemůže oplatiti, co někde požil, ať pozvání nepřijímá, nechce-li platiti za parazita. Kdo rád u svého stolu hosty mívá, musí býti bohat; jinak znamenají hostiny zkázu anebo jsou-li chudé, vína mizerná, znamenají výsměch anebo ostudu.

Kdo hostí své přátele, musí umět sestaviti vybrané menu ročnímu počasí přiměřené a rozmanité, které připravila výtečná kuchařka anebo kuchař.

K hostinám se zve alespoň týden napřed, buď ústně anebo písemně. Pozvaný jest povinen neprodleně oznámiti, přijal-li pozvání čili nic.

Stala-li se přípoověď a byli jsme nuceni pro naléhavou příčinu v poslední chvíli přece odříci, jest nutno se omluviti dostatečně. K hostinám jest salonní toleta předpisem, jak pro pány, tak pro dámy. Páni: frak, bílou kravatu, bílou vestu, bílé rukavice. Dámy: živůtek mírně vystřižený, sukni s vlečkou. Jsme-li však pozváni k přátelům nebo příbuzným, kteří na obřad nedrží, oblečme šaty nejlepší, které máme k vycházkám.

Když udeřila určitá hodina, otevře sluha, a není-li ho, tedy také panská obě křídla dveří u salonu a zvolá jasným hlasem: „Milostivá paní, jest připraveno.“ Všichni se na to zvednou a každý pán podá rámě té dámě, kterou má

vésti ke stolu a které má být společníkem. To hostitel všem pánům má povinnost říci.

Pán odtáhne dámě židli a usadiv ji na ni, ukloní se, což dáma opětuje. Pán tento jest po čas stolování jejím rytířem, dbá o to, aby jí nic nescházelo a baví ji tak dobře, jak dovede; dáma ovšem musí se také namáhati, aby udržela konversaci v proudu, ať je jí souseď její sympatický nebo ne. Hostitel podá rámě své dámě nejstarší a jde první do jídelny. Dámám cizím se podávají jídla dříve, než paní domu, ale této přece zase dříve, než jejím mladým příbuzným. Jsou-li pozváni jen muži, jest domácí přednostka uvedena nejváženějším z nich. Rukavičky nutno stáhnouti, když již sedíme, a nenápadně je vložíme do kapsy. Hostitel stará se o látku k zábavě, která musí být příjemná, aby nikoho nerozčilovala.

Některé případy, jež uvádějí někdy do rozpaků. Která paže má se podati dámě? Mnozí muži tvrdí, že pravá a mají za to, že by nebylo dosti uctivé, podati dámě paži levou. Bon ton však předpisuje, že má muž, doprovázející ženu na ulici, na plese nebo ke stolu podati jí paži levou a sice proto, aby měl pravou ruku volnou, kdyby ji potřeboval k nějaké službě dámy, jejíž jest rytířem. –

Pravou rukou jí odstraní možné překážky s cesty, přistaví jí židli, a vůbec jí slouží. Důstojníci, kteří nosí šavli na levé straně, podávají paži pravou, když jsou ozbrojeni; když zbraň odloží, podají rovněž paži levou.

Jde-li muž se ženou do schodů zároveň, jde muž napřed a žena za ním, se schodů naopak, žena jde napřed a muž za ní. Potkají-li se dvě ženy a starší byla by svobodna a mladší provdána, nečeká provdaná na pozdrav svobodné, poněvadž žena vdaná nemá na účtu většího práva než svobodná.

Někteří lidé stávají se nesnesitelní jen proto, že nemají taktu. Jim ani nenapadne, že by čištění zubů, stříhání nehtů, utírání krku, když jest spocen, mlaskání, frkání, zívání, srkání, škytání, ba i kašlání mohlo být pro lidi nervosní zdrojem utrpení, nerci-li, že jest to neestetické a nemělo by se nikdy u přítomnosti druhé osoby anebo dokonce ve společnosti dětí; ani nevědí, že jest nevhodno a neslušno své lidské nedostatky vystavovati na odiv a vzbuzovati jimi u jiných lidí pocity nepříjemné, ba i hnus. Jsou jiní, kteří ve společnosti na své židli všelijak se kroutí, ke svým sousedům zády se obracejí, houpají se, bručí a bzučí anebo na okenní tabule bubnují a takto nervosní lidi mučí. Tyto a podobné věci nejsou slušné ani doma, ale ve společnosti jsou přímo hrozné.

A konečně, aby mi bylo rozuměno, nemá se člověk slušně chovati jen ve společnosti a tenkrát, když cizí lidé naň se dívají, ale vždy, i také tehda, když naň jen oči jeho dítek anebo členů rodiny jsou upřeny. Ze svých domácností máme se snažiti učiniti ráj a proto nejkrásnější úsměv máme uchovati pro své milé a pro ty máme míti nejlepší a nejněžnější slova; doma máme hýřit i grácií, srdcem i citem.

Bohužel vidíme právě opak. Jsou lidé, kteří by s cizími srdce rozdělili, samou laskavostí se rozplývají, úsměv jim s tváře nesejde, jejich řeč teče jako med, ale přijdou-li domů, zapomněli se usmívati, bručí, hubují anebo mrzutě mlčí a neradi někomu nějakou službičku prokáží. Tací lidé nejsou šťastni a své dítky a své nejbližší činí velmi nešťastnými. Tím však nemá též být řečeno, že vůči cizím lidem máme být méně zdvořilí, méně uctiví, než vůči svým. Dobře vychovaný člověk dovede být příjemný i vítaný všude.

Pravá forma savoir vivre jest obsažena ve slovích: „Co nechceš, aby ti jiní činili, nečiň jim.“ A v jiných: „Milujte se vespolek.“ Kdo toto zachová, srovná se se všemi lidmi i se sebou samým.

