

Годъ

ЯКУТСКІЯ

XII.

ЕПАРХІАЛЬНЫЯ ВѢДОМОСТИ.

Выходить два раза
въ мѣсяць 1 и 16
числа. Цѣна за годъ
съ пересылкою
6 руб. 50 коп.

1898 г.

октября 16 дня.

№ 20.

Подписка принима-
ется въ редакціи
Епархіальныхъ Вѣ-
домостей при Якут-
ской духовной семи-
наріи.

Отдѣлъ оффиціальній.

Царская милость — Отъ Якутскаго окружнаго по воинской повинности Присутствія. — О состояніи здоровья Его Преосвященства, Преосвященнѣйшаго Никодима, Епископа Якутскаго и Вилюйскаго.

Царская милость г. Оберъ-Провурору Св. Синода д. т. с. К. П. Побѣдоносцеву.

Во время пребыванія въ первопрестольной Москвѣ на минувшихъ торжествахъ Государь Императоръ, признавая съ высоты Престола выдающуюся многополезную и благоплодную дѣятельность и честное служеніе Церкви и Отечеству г. Оберъ-Прокурора Св. Синода Константина Петровича Побѣдоносцева, Всемилостивѣйше пожаловалъ ему высшій російскій орденъ св. Андрея Первозваннаго, при слѣдующемъ знаменательномъ рескриптѣ:

„Константинъ Петровичъ! Въ сегодняшній день всенароднаго торжества открытія памятника въ Бозѣ почившему Дѣду Моему Императору Александру Николаевичу, Москва, а за нею и вся Россія сливаются со Мною въ чувствѣ благоговѣйной благодарности за Его плодотворные труды на благо дорогой Роди-

ны. Память о достигнутыхъ въ Его царствованіе рѣшительныхъ успѣхахъ по всѣмъ отраслямъ Нашей государственной жизни пребудеть незаблемою на страницахъ русской исторіи, столь обильной патріотическими подвигами ея Вѣнценосныхъ Вождей.

Изъ всѣхъ ближайшихъ сотрудниковъ, стоявшихъ при почившемъ Монархѣ во главѣ отдѣльныхъ отраслей управленія, вы одни по-днесъ занимаете вѣтреный Имъ вамъ отвѣтственный постъ. Мнѣ пріятно по этому поводу мысленно остановиться на свѣше-полувѣковомъ государственномъ поприщѣ въ шемъ.

По окончаніи курса въ Императорскомъ училищѣ правовѣдѣнія, послѣдовательно проходя различныя должности въ Московскихъ департаментахъ Правительствующаго Сената, вы, благодаря вашему свѣтлому уму, нелицемѣрной преданности дѣлу и чрезвычайному трудолюбію, успѣли снискать себѣ почетную извѣстность просвѣщеннаго юриста, счастливо сочетающаго практической опытъ съ обширными теоретическими свѣдѣніями. Такая извѣстность побудила блаженныя памяти Дѣда Моего возложить на васъ важную обязанность преподаванія юридическихъ наукъ Своимъ Августѣйшимъ Сыновьямъ; она же явилась основаніемъ для привлеченія васъ къ работамъ по судебному преобразованію, составляющему одну изъ наиболѣе крупныхъ историческихъ заслугъ царствованія Императора Александра II. Россія помнить, какъ велика и насущна была потребность въ водвореніи, въ замѣнъ прежняго нестроенія, праваго, для всѣхъ равно, скорого и милостиваго суда, Именемъ Верховной Власти гласно творимаго подготовленными къ сему законовѣдами при содѣйствіи представителей общества.

Вскорѣ по введеніи судебныхъ уставовъ въ дѣйствіе, вы были призваны къ присутствованію въ Гражданскомъ Кассационномъ департаментѣ Сената, и вамъ довелось такимъ образомъ участвовать въ многополезныхъ трудахъ нашего высшаго судилища на первыхъ порахъ его существованія.

Назначенные въ 1872 г. членомъ Государственнаго Совѣта

по департаменту гражданскихъ и духовныхъ дѣлъ, а за сямъ съ 1880 года исполняя обязанности оберъ-прокурора Святѣйшаго Синода, вы за отлично-успѣшную дѣятельность въ этой новой для васъ области неоднократно удостоивались Монаршаго одобренія. Незабвенный Мой Родитель, питая къ вамъ сердечное расположеніе и высоко ставя по личному опыту ваше профессорское искусство, привлекъ васъ къ участию въ преподаваніи Мнѣ законовѣдѣнія и тѣмъ далъ Мнѣ возможность еще въ годы юности достойно оцѣнить обширныя познанія ваши въ наукѣ права, горячую любовь вашу къ отечеству и свойственное вамъ откровенное прямодушіе. Я не забуду также участія вашего въ учрежденномъ въ 1891 году подъ Моимъ предсѣдательствомъ Особомъ Комитетѣ для помощи нуждающимся въ мѣстахъ, пострадавшихъ отъ неурожая, и вашего ревностнаго содѣйствія въ этомъ первомъ довѣренномъ Мнѣ покойнымъ Государемъ, важномъ государственномъ дѣлѣ.

По восшествіи же Моёмъ на престолъ, Я съ чувствомъ истинной отрады Лично удостовѣрился въ значительности заслугъ, оказываемыхъ вами глубокочтимой Мною православною Царквю, а равно вашихъ неунынныхъ заботъ о поднятїи нравственнаго и умственнаго уровня духовенства, улучшеніи хозяйственнаго его быта и усилїи религіозно-нравственнаго воздѣйствія его на паству и вашихъ попеченій объ умноженіи школъ и развитіи церковнаго просвѣщенія въ народѣ.

На ряду съ этимъ, Я не могу не упомянуть, что, будучи однимъ изъ лучшихъ современныхъ мастеровъ русскаго слова, вы часы досуга посвящаете научно-литературнымъ занятіямъ и приобрѣли громкое имя вашимъ обширнымъ трудомъ по разработкѣ русскаго гражданскаго права.

Столь отмѣнная, по истинѣ выдающаяся, дѣятельность ваша на пользу Царкви и отечества побуждаетъ Меня нынѣ здѣсь, въ самомъ сердцѣ Россїи, среди святынь московскихъ, вновь обратиться къ вамъ со словами душевной благодарности, веще-

ственнымъ знакомъ коей да послужить препровождаемый у сего ордень св. апостола Андрея Первозваннаго.

Искренно желая, чтобы Божественное Провидѣніе долгіе еще годы дало Миѣ пользоваться вашимъ многоопытнымъ содѣйствіемъ, пребываю къ вамъ навсегда неизмѣнно благосклонный.

На подлинномъ Собственною Его Императорскаго Величества рукою написано:

„И душевно благодарный

НИКОЛАЙ“,

Высокоимлостивыя и исполненныя благодарнаго чувства слова этого рескрипта являютъ собою новый примѣръ того, что доблестное служеніе на пользу Церкви и Отечества всегда и прежде всего находятъ себѣ истинную оцѣнку на высотѣ Престола. Глубокая вѣра и беззаветная преданность Престолу и всѣмъ искони-русскимъ православнымъ заветамъ— вотъ отличительныя черты, характеризующія государственную дѣятельность К. П. Побѣдоносцева. Отсюда— стремленіе его поднять духовно-нравственный уровень народа, обновить въ немъ „душу живу“ развитіемъ дѣла просвѣщенія въ духѣ православной церкви, отсюда старанія его возстановить древле-православные приходы и обители на западной окраинѣ, отсюда наконецъ, желаніе помочь русскому православному человѣку, блуждающему въ лабиринтѣ современныхъ лжеученій, могучимъ и живымъ словомъ правды.

Но, помимо частнаго значенія милостивыхъ словъ Высочайшаго рескрипта въ смыслѣ признанія высокихъ государственныхъ заслугъ К. П. Побѣдоносцева,—эти высокоимлостивыя слова Государя Императора знаменательны и вообще для всѣхъ истинно-русскихъ, православныхъ людей, являясь живымъ свидѣтельствомъ той горячей любви, которую Вѣщеносный, Самодержавный Вождь нашъ питаетъ къ Церкви православной, отечески заботясь о развитіи приходовъ, улучшеніи нравственнаго

и матеріальнаго быта православнаго русскаго духовенства и о развитіи просвѣщенія народнаго въ духѣ православія и церковности. — Такимъ образомъ, слова Высочайшаго рескрипта на имя г. Оберъ-Прокурора Св. Синода К. П. Побѣдоносцева являются въ тоже время ободреніемъ, словомъ милости и нравственной поддержки и для всѣхъ другихъ, кто беззавѣтно отдается служенію той же великой идеѣ.

(Ц. В. М. Ц. В.)

Отъ Якутскаго окружнаго по воинской повинности Присутствія.

о вызовѣ къ исполненію воинской повинности.

Якутское окружное по воинской повинности Присутствіе объявляетъ, что въ текущемъ году дѣйствія его по призыву молодыхъ людей на службу будутъ открыты по Якутскому призывному участку въ г. Якутскѣ 3-го ноября. Къ этому дню въ г. Якутскѣ должны явиться:

- 1) лица, которымъ возрастъ долженъ быть опредѣленъ по наружному виду, по 139 ст. уст. о воинской повинности;
- 2) подлежащіе на основаніи 180 ст. устава о воинской повинности, къ поступленію на службу безъ жребія;
- 3) получившіе отсрочку до предстоящаго призыва, и
- 4) всѣ внесенные въ призывные списки сего года, за исключеніемъ:

- а) лицъ, возведенныхъ послѣ того въ священный санъ православнаго и другихъ христіанскихъ исповѣданій, а также православныхъ исаломщиковъ и б) тѣхъ, обучающихся въ учебныхъ заведеніяхъ, коимъ дана Присутствіемъ отсрочка для окончанія образованія.

Списокъ

лицъ, подлежащихъ къ отнесенію воинской повинности по Якутскому призывному участку въ 1898 году.

Духовнаго сословія.

- 1) Бердениковъ Ник. Алекс. 2) Винокуровъ Лавр. Феокт.

- 3) Винокуровъ Ник. Θεодор. 4) Никифоровъ Влад. Семен.
5) Олимпіевъ Алекс. Ильичъ 6) Поповъ Вас. Вас.
7) Поповъ Клим. Семен. 8) Поповъ Инн. Вас.
9) Поповъ Инн. Семен. 10) Поповъ Вас. Мисаил.
11) Протопоповъ Гавр. Евсеѣв. 12) Шалаевъ Никол. Гаврил.

**Состояніе здоровья Его Преосвященства, Преосвященнѣйшаго
Нинодима, Епископа Якутскаго и Вилюйскаго за время между 23
сентября и 12 октября.**

Замѣтнаго улучшенія въ состояніи здоровья Его Преосвященства за время между 23 сентября и 12 октября, къ общей скорби духовенства и всей якутской паствы, не произошло; болѣзнь Владыки за это время то усиливалась, то ослабѣвала, но въ общемъ приобрѣтала стойкій характеръ. О занятіи дѣлами по управленію епархіей, столь энергично начатому и столь неусыпно веденному до постигшей его болѣзни, пока не можетъ быть рѣчи. Доселѣ болѣзнь не поддавалась лѣченію мѣстныхъ врачей; послѣдніе констатировали 6 октября фактъ улучшенія аппетита и состоянія сна, и въ тоже время указали на необходимость вызвать въ Якутскъ врача-специалиста по нервнымъ болѣзнямъ (во всей Якутской области нѣтъ ни одного), что, по понятнымъ само собою причинамъ, можно считать почти неосуществимымъ. Консультантіи мѣстныхъ врачей въ архіерейскомъ домѣ однако попрежнему продолжаются. Уходъ за больнымъ Преосвященнымъ, ближайше лежитъ на обязанности находящихся при немъ келейниковъ; контролируемыхъ въ дневное время дежурными священниками. Въ ночное время при больномъ Архипастырѣ безотлучно находится городской фельдшеръ.

Паства Якутская, со скорбію принимая неутѣшительныя извѣстія о болѣзни своего искреннѣйше правдиваго и вмѣстѣ любвеобильнѣйшаго Архипастыря и Отца, безъ сомнѣнія усугубить свои усердныя моленія Господу Богу о виспосланіи стра-

дальцу исцѣленія и о возстановленіи его отъ одра болѣзни на многоплодное служеніе св. Церкви.

12 октября 1898г.

Прот. О. Стуковъ.

Отдѣлъ неофициальный.

Извлеченіе изъ отчета.—Гигіеническія правила.

Извлеченіе изъ отчета о состояніи Якутской духовной семинаріи и соединеннаго съ нею училища за 1897/8 учебный годъ.

Въ служебномъ положеніи наличныхъ наставниковъ за истекшій учебный годъ перемѣнъ не было. Въ личномъ составѣ служащихъ въ Семинаріи состояли: а) ректоръ семинаріи, магистръ казанской академіи, Протоіерей Θεодоръ Стуковъ, онъ же преподаватель Догматическаго божества. б) Инспекторъ статскій совѣтникъ, кандидатъ казанской академіи Иванъ Тихановскій, онъ же преподаватель Св. Писанія въ III классѣ семинаріи. в) Преподаватель исторіи и географіи статскій совѣтникъ Стефанъ Парышевъ, кандидатъ казанской академіи. г.) Преподаватель Св. Писанія и библейской исторіи кандидатъ московской духовной академіи Антоній Бочковскій. д.) Преподаватель богословскихъ наукъ, логики и психологій—кандидатъ казанской академіи Михайль Дубровскій—коллежскій ассесоръ. е.) Уроки математики и физики въ семинаріи, какъ и въ прошломъ учебномъ году, занималъ преподаватель мѣстнаго реального училища дѣйствительный студентъ московскаго университета Александръ Кирилловъ. ж.) Преподаватель литургики, гомилетики и соединенныхъ съ нею предметовъ, св. исторіи съ катехизисомъ и изясненіемъ богослуженія состоялъ кандидатъ московской академіи Михайль Нечаевъ. з.) Преподаватель греческаго языка—кандидатъ казанской академіи Николай Малышевъ. и.) Преподаватель словесности и русскаго языка—кандидатъ московской академіи Прокопій Явловъ.

скій. і.) Преподаватель медицины и врач при семинарской больницѣ-лѣкарь, исправляющій должность медицинскаго инспектора въ Якутскѣ Виталій Вангородскій. к.) Преподаватель якутскаго языка священникъ Александръ Охлопковъ. л.) Учитель пѣнія и чистописанія-студентъ семинаріи Алексѣй Охлопковъ. м.) Учитель приготовительнаго-класса студентъ семинаріи коллежскій секретарь Иванъ Лагутинскій, н.) Учителя гимнастики, за временнымъ упраздненіемъ этого предмета опред. Св. Синода, отъ 29 января 1897 г. за № 449, не было о.) Духовникъ семинаріи протоіерей Зиновій Винокуровъ. п.) Секретарь правленія семинаріи-преподаватель Михаилъ Дубровскій. р.) Библіотекаръ-преподаватель Михаилъ Нечаевъ. с.) Экономъ семинаріи-учитель приготовительнаго класса Иванъ Лагутинскій. у.) Почетный блюститель-купецъ Иннокентій Поповъ. ф.) Члены Правленія отъ духовенства: протоіерей Андрей Поповъ и священникъ Евтропій Дьяконовъ.

Въ началѣ отчетнаго года всѣхъ воспитанниковъ въ шести классахъ училища и семинаріи значилось 141, а именно: въ III кл. семинаріи 9 воспитанниковъ, въ II кл. 14, въ I кл. 18, въ училищѣ: во II кл. 31, въ I-35 и въ приготовительномъ 34; къ концу года ихъ оставалось 138, такъ какъ въ продолженіе года выбыло 2 воспитанника изъ II класса училища и 2 изъ приготовительнаго. Въ теченіе года принять 1 ученикъ въ приготовительный классъ. Такимъ образомъ по классамъ къ концу отчетнаго года они распредѣлялись такъ:

въ III классѣ семинаріи 9.

во II - - - - - 14.

въ I - - - - - 18.

во II кл. училища - 29.

въ I - - - - - 35.

въ приготовительномъ - 33.

Всего - 138.

Изъ 138 воспитанниковъ 56 были духовнаго сословія и

82 иносословныхъ. Въ общежитіи состояло 65 воспитанниковъ, 73 были приходящими; 45 воспитанниковъ пользовались полнымъ казеннымъ содержаніемъ, 10 воспитанниковъ половиннымъ и 6 стипендіями, изъ которыхъ 5-благотворителей, 1 отъ города.

Изъ всего количества обучавшихся въ истекшемъ году окончилъ курсъ 9 въ семинаріи, изъ коихъ 5 воспитанниковъ съ званіемъ студента и 4 по второму разряду. Двое изъ окончившихъ курсъ выбыли въ Россію для продолженія образованія въ одной изъ духовныхъ академій, остальные все почти намѣрены посвятить себя или пастырству, или церковно учительскому дѣлу. 12 воспитанниковъ окончили курсъ въ училищѣ съ правомъ поступленія въ семинарію, которые все и поступили въ 1-й классъ Якутской семинаріи.

Въ училищѣ и семинаріи курсы двухъ годичные.

КЛАССЫ	Общее число учениковъ.	Духовныхъ	Иносословныхъ.	Живущихъ въ общежитіи	Приходящихъ.	Полнокоштныхъ	Получившихъ выхъ.	Стипендіатовъ	Шансеровъ и получившихъ неровъ.	Окончившихъ курсъ.
III кл. семинаріи .	9	5	4	5	4	4	„	1 онъ же получившихъ.	„	„ 9
II - -	14	4	10	8	6	5	„	1	3	„
I - -	18	6	12	10	8	8	2	„	„	12 съ правомъ перехода въ семинарію и 3 съ правами окончившихъ курсъ духовнаго училища.
II кл. училища.	29	16	13	14	15	10	2	4	2	
I - -	35	11	24	15	20	9	3	„	3	
приготовов.	33	14	17	13	20	9	3	„	1	
Итого-	138	56	80	65	73	45	10	6	9	

Такимъ образомъ, въ Якутской семинаріи и училищѣ обучалось въ истекшемъ учебномъ году 40% воспитанниковъ духовнаго сословія и 60% иносословныхъ.

Переведено въ слѣдующіе классы 53, а именно: въ III-й

кл. семинаріи 10, во II-й 12, во II кл. училища 13 и въ I-й классъ изъ приготовительнаго 18 человекъ. Остальные частью должны держать переэкзаменовки, частью полный экзамень, а именно: во II классъ семинаріи 3 воспитанникамъ назначены переэкзаменовки и 1 долженъ былъ сдать дополнительный экзамень (по психологіи, котораго не держалъ предъ каникулами, по болѣзни), въ первомъ классъ семинаріи 6 воспитанникамъ назначены переэкзаменовки; во II классъ училища 17 воспитанниковъ должны были сдать или полный экзамень для получения права на поступленіе въ I-й кл. семинаріи, или же сдать переэкзаменовки по предметамъ, по которымъ по истеченіи учебнаго года ими получены были неудовлетворительные баллы. Въ 1 классъ училища даны переэкзаменовки 22 ученикамъ и въ приготовительномъ 15 ученикамъ.

Результатъ произведенныхъ съ 21 по 28 августа преэкзаменовокъ и дополнительныхъ и полныхъ экзаменовъ былъ слѣдующій: переведено въ III кл. семинаріи 4 воспитанника, во II-2 воспит. и въ I-й-7 воспит.; во II кл. училища 20 воспит. и въ I-й-изъ приготовительнаго 10 учениковъ. Изъ кончающихъ курсъ училища по удовлетворительной сдачѣ переэкзаменовокъ по предметамъ, по которымъ были получены неудовлетворительные баллы на весеннихъ испытаніяхъ, получили званіе окончившихъ курсъ духовнаго училища, безъ права на поступленіе въ I кл. семинаріи, 3 человекъ. Такимъ образомъ, составъ учащихся къ началу 189^{8/9} учебнаго года въ количествѣ 112 воспитанниковъ, не считая вновь поступившихъ и оставленныхъ на повторительный курсъ, распредѣлялся по классамъ такъ:

въ III классѣ семинаріи	-	-	-	14.
во II	-	-	-	18.
въ I	-	-	-	19.
во II кл. училища	-	-	-	33.
въ I	-	-	-	28.

Всего - 112 учениковъ.

По произведеннымъ во второй половинѣ августа приемнымъ испытаніямъ Правленіемъ семинаріи вновь принято было: 2 воспит. во II кл. училища; кромѣ того, въ этотъ же классъ училища принято 2 воспитанника, какъ несдавшихъ переэкзаменовокъ въ 189⁷/₈ учебномъ году и уволенныхъ изъ этого класса по малоуспѣшности, съ правомъ поступить въ слѣдующемъ 189⁸/₉ учебномъ году въ тотъ же II классъ училища безъ экзамена; въ I классъ училища вновь принято 22 ученика и кромѣ того, 2 ученика, уволенные по малоуспѣшности въ предыдущемъ учебномъ году съ правомъ поступленія ихъ въ тотъ же I классъ безъ экзамена; въ приготовительный классъ принято 19 учениковъ. А всего 47. На повторительный курсъ оставлено: во II кл. училища 3 ученика, въ I-мъ 1 ученикъ и въ приготовительномъ 5 учениковъ. Такимъ образомъ, по окончаніи переэкзаменовокъ, дополнительныхъ и полныхъ испытаній составъ учащихся оказался таковъ: въ III классѣ семинаріи 14 воспитанниковъ, во II 18 и въ I-19; въ училищѣ: во II кл. 40 воспит. въ I-53 и въ приготовительномъ 24. А всего въ училищѣ и семинаріи 168 человекъ.

Въ теченіе отчетнаго года случаевъ исключенія воспитанниковъ изъ семинаріи не было; изъ всѣхъ же классовъ училища въ теченіе года уволено было 5 человекъ. Изъ нихъ 1 (пригот. кл.) вслѣдствіе неавки къ переэкзаменовкѣ, 2 (одинъ изъ приготов., другой изъ II кл. училища) по болѣзни и 2 (одинъ I кл., другой II кл. училища) по малоуспѣшности.

(Продолженіе будетъ).

ГИГИЕНИЧЕСКІЯ ПРАВИЛА.

Когда мы заболѣваемъ, то приглашаемъ врача, требуемъ отъ него лѣкарствъ, очень сердимся, если они не ского избавляютъ насъ отъ напасти, а также, конечно, бранимся по поводу діеты, предписанной имъ, и по поводу денегъ, которыя идутъ на аптеку. Но намъ рѣдко приходитъ на мысль, что мы сами, цѣликомъ или хотя отчасти, виноваты въ нашемъ заболѣваніи, и какъ возмущилась-бы иная образцовая хозяйка и мать семейства, если-бы сказать ей, что она, неутомимая охра-

нительница, и есть настоящая причина заболѣванія того или другого изъ членовъ семьи! А все-таки это такъ, все-таки твердо выдержанныя разумныя гигиеническія мѣры могли-бы иногда сдѣлать излишнею необходимость тревожнаго и связаннаго съ пожертвованіями ухода за больными.

„Женщины суть первые санитарные чиновники современнаго государства, дѣйствующіе въ предѣлахъ круга семьи“, говоритъ одинъ изъ авторитетовъ въ области гигиены. Онѣ могутъ, должны быть и будутъ ими, едва лишь правильное пониманіе чрезвычайной важности предмета станетъ общимъ достояніемъ нашихъ женщинъ образованнаго сословія, и онѣ, испытавши въ собственномъ домѣ благодѣянія приложенія ученія объ уходѣ за здоровьемъ, передадутъ правила его дальше, низшимъ слоямъ общества.

Ни одной изъ матерей семейства не слѣдуетъ пребывать въ неизвѣстности насчетъ законовъ питанія, свѣжаго, чистаго воздуха въ жилыхъ и рабочихъ комнатахъ и въ спальній, ухода за кожею и органами чувствъ, значенія порядка и чистоты въ домѣ, распредѣленія смѣны работы и отдыха, Она должна познаться съ ними, какъ для собственного блага, такъ и для блага другихъ.

Уходъ за кожей. Большая или меньшая степень восприимчивости тѣла къ болѣзнямъ зависитъ въ огромной степени отъ состоянія кожи; лица, у которыхъ кожа извѣжена, обыкновенно отличается значительною чувствительностію, чѣмъ и объясняется, что всякое измѣненіе погоды, всякій ничтожный сквознякъ вызываютъ у нихъ въ высшей степени непріятное ощущеніе. Для подобныхъ людей, у которыхъ самая легкая простуда вызываетъ насморкъ, ревматизмъ, кашель, зубную боль и пр., ежедневное обмываніе тѣла свѣжею водою составляетъ неоцѣненное средство для укрѣпленія; это нужно дѣлать, безъ снисхожденія къ себѣ, во всякое время года; чѣмъ холоднѣе вода, тѣмъ быстрѣе должно быть обмываніе, а затѣмъ, слѣдуетъ

тщательно вытереться. Однако, слишком холодная вода производить значительное нервное потрясеніе, и поэтому, во всѣхъ случаяхъ, надежнѣе сперва посоветоваться съ врачомъ и установить режимъ по его указаніямъ.

Правильный уходъ за органами дыханія можетъ равнымъ образомъ предотвратить значительное число заболѣваній. Основной приемъ къ охраненію ихъ состоитъ въ заботѣ о возможной чистотѣ воздуха.

Кромѣ того, правильная смѣна движенія и покоя, дѣятельности и сна есть важный факторъ нашего здоровья. Легкое движеніе послѣ обѣда очень полезно. Сонъ тотчасъ же послѣ принятія пищи очень нездоровъ. Никогда не слѣдуетъ ложиться спать въ платьѣ. Лучшее время для сна съ 10 час. вечера до 5 или 6 час. утра. Дѣтямъ не слѣдуетъ спать со старыми людьми;—молодой организмъ нѣженъ и воспріимчивъ; старый же легко можетъ быть тлѣющимъ очагомъ какой-нибудь болѣзни, особенно съ хроническимъ теченіемъ, а поэтому, и незамѣчаемой, пока не выразившись со временемъ, она опредѣлится рѣзкими чертами, какъ напр., чахотка.

Уходъ за глазами. Нечистый воздухъ обремененъ пылью, раздражаетъ и ослабляетъ глаза. Маленькимъ дѣтямъ не нужно позволять держать игрушки и пр. близко къ глазамъ. Болѣе взрослые дѣти должны укрѣплять глаза ежедневнымъ промываніемъ обыкновенною холодною водою, пребываніемъ на свѣжемъ воздухѣ и когда это возможно, среди зелени; зеленый цвѣтъ вообще выгоденъ для глазъ и въ домашней обстановкѣ. Никогда не слѣдуетъ заниматься шитьемъ, чтеніемъ, письмомъ и т. п., подолгу, не отрываясь отъ работы. Нужно отъ поры до времени прерывать работу, направляя глаза на отдаленные, но не слишкомъ рѣзко освѣщенные предметы. Ежедневныя прогулки необходимы не только по отношенію къ здоровью вообще, но онѣ приносятъ большую пользу глазамъ.

Освѣщеніе никогда не должно быть слишкомъ слабымъ.

Нигдѣ экономія не приноситъ такого вреда, какъ здѣсь. Но свѣтъ не долженъ быть также слишкомъ рѣзкимъ; не нужно допускать при чтеніи и письмѣ, чтобы лучи солнца падали прямо на бумагу. Керосиновая лампа, въ качествѣ рабочей лампы, лучше газовой. Пьедесталь лампы долженъ быть всегда темнымъ. Надобно избѣгать быстрыхъ переходовъ отъ свѣта къ темнотѣ, и не нужно слишкомъ скоро переходить отъ работы при дневномъ свѣтѣ къ работѣ при искусственномъ освѣщеніи. Слишкомъ мелкая печать, при продолжительномъ чтеніи, сильно утомляетъ глаза въ ущербъ ихъ здоровью.

Очень полезно вечеромъ, передъ сномъ, особенно возвратившись изъ многолюднаго собранія, гдѣ освѣщеніе было ярко, и гдѣ въ воздухѣ всегда много пыли, вымыть лицо и промыть глаза не слишкомъ холодною водою. Никогда не нужно покупать очковъ безъ совѣта врача, который, изслѣдовавши глаза, и установить, нужны-ли очки, какіе именно и какой силы.

Уходъ за волосами. Голову не слѣдуетъ держать тепло и окутывать, такъ какъ слишкомъ сильное согрѣваніе кожи головы всегда обуславливаетъ нарушеніе питанія волосяныхъ луковицъ и выпаденіе волосъ. Тугого заплетанія и закручиванія волосъ нужно избѣгать. Голову слѣдуетъ мыть, по крайней мѣрѣ, разъ въ недѣлю. Чтобы избѣжать сильной перхоти, втирають въ кожу головы хорошенько яичный желтокъ и, затѣмъ моютъ, волосы тепловатою водою.

Уходъ за зубами. Чтобы имѣть до старости здоровые зубы, надобно начать заботиться о нихъ уже въ раннемъ дѣтствѣ. Во время сформированія зубовъ на нихъ надобно обращать особое вниманіе. Косозубость, въ большинствѣ случаевъ, происходитъ отъ того, что зубу стремившемуся прорѣзаться, не было своевременно дано достаточно мѣста путемъ удаленія стараго зуба. Для чистки зубовъ рекомендуется двурядная мягкая щетка.

Чистить зубы слѣдуетъ утромъ и вечеромъ. Лучшіе вещества для чистки—черный зубной порошокъ, изъ толченаго угля;

въ большомъ ходу также мѣловой порошокъ, къ которому прибавлено мятной эссенціи. Но къ этому порошку всегда слѣдуетъ относиться внимательно: если мѣлъ не отмученъ, какъ должно и въ немъ есть мельчайшія песчинки, то такой порошокъ годится не для чистки, а для вѣрной порчи зубовъ, производя царапины эмали, отъ которыхъ и можетъ, въ томъ или другомъ случаѣ, начаться крошеніе и гніеніе зубовъ. Поэтому, кто желаетъ пользоваться непременно мѣловымъ порошкомъ, тотъ долженъ дѣлать запасъ его въ аптекѣ или въ солидномъ аптекарскомъ магазинѣ. Вообще же нужно замѣтить, что лучше обращаться съ зубами бережно, чѣмъ оттирать ихъ съ насиліемъ: въ эмали вся сила зуба, и нужно стараться сохранить ее, какъ можно, дольше безъ царапинъ. Отнюдь не слѣдуетъ стремиться отчистить зубы отъ малѣйшаго оттѣнка желтаго цвѣта, добиваясь жемчужной бѣлизны ихъ, разъ поверхность зубовъ чиста; слабая желтизна можетъ быть нормальною особенностью ихъ цвѣта, и стараясь уничтожить ее, разрушаютъ эмаль, а, стало быть, позднеѣ, и самый зубъ. Бѣлый цвѣтъ съ едва замѣтнымъ оттѣнкомъ желтизны обыкновенно характеризуетъ здоровье зубовъ, а блестящій бѣлый, отливающій легкою синевою, — часто лишь признакъ старательной чистки ихъ и вѣроятной порчи отъ излишняго усердія. Если „капля долбитъ камень“, то тѣмъ болѣе способна сдѣлать это съ эмалью жесткая щетка, начиненная достаточнымъ количествомъ минеральнаго порошка. При болѣзняхъ зубовъ и десенъ нужно, однако, обратиться къ зубному врачу, который укажетъ химическія, дезинфекцирующія или же уничтожающія запахъ средства, пригодныя въ данномъ частномъ случаѣ къ сохраненію зубовъ и необходимыя при уходѣ за ними. Верхніе зубы и десна чистятся въ направленіи сверху внизъ, а нижніе, виѣстѣ са деснами, — снизу вверхъ.

Бѣтъ кушанья слишкомъ горячими и слишкомъ холодными нужно остерегаться. Послѣ cadaго обѣда или ужина надобно выполоскать ротъ теплою водою. Для жеванія должны служить

равномѣрно правая и лѣвая половины челюстей.

Уходъ за руками. Вытираніе сухо послѣ мытья составляетъ первую основу ухода за руками. Если этимъ пренебрегаютъ, то руки лѣтомъ очень легко загораютъ, а зимою мерзнутъ. Для сильно загорѣвшихъ на солнцѣ рукъ рекомендуется: растопить 9 зол. воску съ $\frac{1}{2}$ фунта миндальнаго масла. Когда оба вещества совершенно смѣшаются, жидкость выливаютъ въ фарфоровую ступку. Масса очень скоро начинаетъ густѣть; тогда промѣшиваютъ ее въ теченіе $\frac{1}{2}$ часа пестикомъ и прибавляютъ постепенно нѣкоторое количество розовой воды. Этою мазью и натираютъ руки по вечерамъ. Свѣжеознобленные мѣста натираютъ, въ продолженіе значительнаго времени, снѣгомъ, тинктурою арники или оподельдокомъ. Когда же къ лѣченію ознобленнаго мѣста приходится приступить болѣе или менѣе поздно, то помогаетъ слѣдующее средство: смѣшивать равныя части амміака, нефти, опійной тинктуры и белены и натираютъ ознобленные мѣста. Нефть и сама по себѣ, одна, есть весьма дѣйствительное средство. Если же ознобленные мѣста разбаливаются, и начинается нагноеніе, то накладываютъ спускъ или личный желтокъ и перевязываютъ. Сухія жесткія руки натираютъ по вечерамъ глицериномъ. Чтобы избѣгнуть сильнаго потѣнія рукъ, рекомендуютъ чаще мыть ихъ умѣренно холодною водою, къ которой прибавлено немного квасцовъ или буры. При краснотѣ рукъ, если она не зависитъ отъ причинъ болѣе глубокихъ, какова прирожденная ширина капиларовъ кожи, родъ и продолжительность работы и т. п., а обусловливается скорѣе излишнею чувствительностью кожи къ внѣшнимъ вліяніямъ (къ холоду, пыли и пр.), можно иногда достигнуть хорошихъ результатовъ, натирая ихъ почаще растворомъ соли въ лимонной кислотѣ и давая раствору высохнуть на рукахъ; побѣленіе рукъ наступаетъ, однако, не сразу, а лишь со временемъ.

(Продолженіе будетъ).

Редакторъ, Ректоръ. Семинаріи, Протоіерей Θεодоръ Стуновъ.
Печатать дозволяется. Якутскъ. Октября 1 дня, 1898 года
Цензоръ, Преподаватель Семинаріи Стефанъ Парышевъ.

Печатано въ Якутской Областной Типографіи.