27.

<u>Jakob B. Bjarnason, Síðu</u>

“Vorboðinn”

Blað U.m.f. Vorboðinn
VI. ár. 2. tbl. 19. febrúar 1921

Kvöldskólinn 2 bekk V ár. 1921. 18 Febr.

Fullkomnaðu sem mest sjálfan þig

Nú á tímum þykir það mest um vert að hafa gengið á skóla og hafa lært sem mest af einhverju án tillits til þess hvort maðurinn er að nokkru fullkomnari fyrir það.
Lærdómurinn er nú út af fyrir sig síst að lasta, ef hann gengur í rétta átt, en eg vil vekja athygli ykkar á því bæði þeirra sem mikið og lítið hafið lært að, til þess að auka manngildi ykkar, þer fáið það miklu meira, en að læra eitthvað mest í einhverjum fræðigreinum.
Sjálfsuppeldið og sjálfsmentunin er svo þýðingarmikið starf, og flytur okkur svo mikið áfram til fullkomnunar er vert er að hugsa um það litla stund

Öll sjálfs mentunin og sjálfs uppeldið
á að miða að því „to make the
best of ourselves" (að gjöra hið besta
úr okkur sjálfum) eins og Englend-
ingar segja.
Vil eg þá minnast fyrst á það að stjórna
hugsununum sínum. Það er ekki sama
hvað við venjum okkur við að hugsa
um. Eins og hugsanirnar eru
þannig verða verkin.
Okkur finst nú ef til vill ekki þægilegt
að ráða við hugsanirnar, því margt
komi í hugann sem við ráðum ekki
við, og er það satt; en ef við höfum
vakandi auga á hugsunum okkar,
þá þurfum við aldrei að hugsa lengi
um það, sem ljótt er eða andstyggi-
legt. Við getum tamið okkur að
hugsa fagrar hugsanir.
Eg get vel sett mig inn í hugsanir

Einars Hjörleifssonar sem heldur að
illir andar safnist að þeim manni
sem illt hugsar, og góðir andar að
þeim sem gott hugsar.
Hvað segir ekki Kristur um hugs-
anirnar? Hann telur að við drýgjum
jafn mikla synd, með því að hugsa
verknaðinn eins og gjöra hann.
Hann segir: „Hver sem reiðist bróður
sínum verður sekur fyrir dóminum.
Hver sem hatar bróður sinn er mann-
drápari. Hver sem lítur á konu með
girnd hann hefir þegar drýgt hór
með henni í hjarta sínu."
Við finnum líka að þetta er rétt.
Maður sem drepur annan mann í
augnabliks bræði, án þess að hafa dottið
það í hug fyrri. Hefir sjálfsagt ágætari
sál en annar sem lengi hefir hugsað
um og langað til að drepa mann,

en aldrei fengið tækifæri til þess.
Jeg er viss um að við gjörum okkur
ekki eins vel grein fyrir því eins
og skyldi hvaða áhrif það hefir á okkur
hvað við hugsum.
Við ættum því að hafa eins mikið
gát á hugsununum okkar eins og orðunum
þá vil eg minnast á sjálfstjórn og
sjálfsafneitun.
Enginn maður ~~við~~ hefir orðið
mikill sem ekki þekkir sjálfsaf-
neitun. Við eigum að geta
neitað okkur um hvað sem er, ef
því ónauðsynlega, án þess að á okkur
sjái, án þess að við séum með
fýlu allan daginn. Þó megum
við aldrei við sjálfsafneitunina gleyma
sjálfsvirðingunni.
Sá maður sem ekki getur neitað sér
um neitt, verður viljalaust verkfæri

allra sinna girnda og tilhneiginga, og
það endar með því að þær hafa al-
gjörð yfirráð yfir honum.
Maður sem hefir tamið sér sjálfstjórn
hefir fullkomið vald yfir skapsmun-
um sínum, og lætur hvorki reiði
né aðra skapbresti fara með sig
í gönur. Það er líka oft þannig,
að margar þær móðganir, sem við
reiðumst af, eru ekki þess virði
að láta sér Kylja yfir þeim; það sjáum
við oft eftir nokkra daga, að ~~og~~ eg tala
nú ekki um eftir nokkur ár.
Reiðin hefir líka eins og allar ákafar
geðshræringar slæm áhrif á heilsu
manna, og styttir líf þeirra, og
getur meira að segja bráðdrepið menn
Sjálfsmentunin og sjálfsupp-
eldið nær til allra dygða og er
því yfirgripsmikið efni til að

skrifa um, en eg ætla aðeins að
skrifa fáein orð, og minnast á fátt
eitt af þeim.

<u>Iðnin</u> er eitt af því sem við þurfum
að temja okkur.

Benjamín Franklín segir: Iðjuleysið
gjörir alla hluti erfiða, en iðnin
alla auðvelda. Sá sem seint fer á
fætur verður að brokka allan daginn,
og getur varla verið búinn með störf
sín að kvöldi, ~~fyrir því~~ þrátt fyrir það. Iðnin ferðast
svo hátt, að fátæklingurinn sem hann fljótt
Franklín mátti treysta um tala, hann
hóf sig frá því að vera fátækur og
umkomulaus drengur með iðni
sinni og dugnaði – til að verða heim-
spekingur, mikils metinn þingmaður
sem hefði tiltrú, ást og virðingu landa
sinna og alls mannkynsins. Hvílíkur
lærdómur fyrir okkur litlum.

<u>Áreiðanlegheit</u>. Ef eg tek upp úrið
mitt til þess að vita hvað tíma
líður, verður mér það að litlu gagni
nema eg viti að það gangi rétt.
Ef það stansar stundum einn eða
tvo klukkutíma og byrjar svo að
ganga aftur, eða það flýtir sér einn til
tvo tíma á dag, þá get eg ekkert reitt
mig á það. Úr sem ekkert er hægt
að reiða sig á, er að litlu gagni sem
úr, jafnvel þó það sé í gullkassa.
Svipað er það með mann sem ekki
er áreiðanlegur, það er aldrei hægt að
treysta honum fremur en úri sem
gengur villaust.

Maður spurði einu sinni heyrnar-
lausan og mállausan ~~mann~~ dreng, hvað
væri sannleikur. Hann svaraði með
því að taka krít og draga beina línu
milli tveggja punkta. Þá spurði

hann eftir. Hvað er lygi. Drengurinn þurkaði burtu beinu línuna og dró milli hinna sömu punkta línu sem var öll í krókum. Líkingin var ágæt, hjá mállausa drengnum, og er gott að muna það. Þegar Ágústus sigraði Antoní og Kleópötru var hertekinn – sem þræll – og fluttur til Róm – prestur einn um 60 ára að aldri. Þegar Öldungaráðinu var skýrt frá því að þessi maður hefði aldrei tekið þátt í neinum svikum og því væri trúað að hann aldrei hefði sagt ósatt, þá gaf það honum ekki einungis frelsi, heldur gjörði hann að æðsta presti, og síðar var honum reist myndastytta. Þó var þessi prestur Egypti og óvinur Rómverja, en dygðir hans ruddu burtu öllum hindrununum.

Ráðvendin er skyld áreiðanlegheitunum og ein af bragðalegu dygðunum.

Hjá Egyptum var það lögð endur fyrir löngu, að hver maður skyldi árlega skýra frá, því á hvern hann lifði yfir árið, og ef hann fórðist undan eða gaf ekki fullnægjandi skýrslu lá við því dauða hegning. Sólon flutti þessi lög til Aþenu. Þau mundu þykja nokkuð ströng þessi lög hér, en þó mundu þau koma hart niður við stærri borgirnar.

Ráðvendni í víðustu merkingu snertir allt heiðarlegheit, og þess vegna ber okkur að taka hana líka til yfirvegunar.

Sjálfsfórn er ein af þeim dygðum sem eru allra nauðsynlegastar, og sem gjöra sambúðið við menn

svo misjafnt. Það er sú dygðin sem allir hljóta að dást að og er allra hugðnæmust. Mér dettur í hug Sveinn Pálsson læknir sem Grímur Th. kvaðar um sem reið Jökulsá í jökulhlaupi og jakaburði til þess að bjarga konu úr barnsnauð. Það er aðdáanlegt að skáldið finnur til þess, enda lætur bóndann segja: „Þeim er Hjörði fóstrið skóp fel eg ykkur báða", þegar læknir leggur út á ófæra ána.

Það er alheimslögmál að engin gæði fást án einhverrar fórnar. Viljir þú verða góður verkmaður þarftu að leggja á þig andlega og líkamlega áreynslu, þú verður að fórna einhverju af þægindum þínum, og svo er jafnan ef þú vilt koma einhverju í verk.

Heimurinn væri allt öðruvísi, og miklu verri en hann er nú, ef ekki hefði verið fórnað fjölmargar sjálfsfórnir. Það er vandalaust að tala fagurlega um eitthvert málefni en að fórna sér fyrir það til þess þarf mikið þrek.

Mér dettur í hug stutt en átakanleg saga af stöðvarstjóra við járnbrautastöð í Ameríku. Hann var að setja saman brautarteinana og járnbrautarlestin var að koma, þegar sonur hans þriggja ára datt í djúpa-tjörn rétt hjá honum. Járnbrautarlestin kom brunandi eftir teinunum, og hann gat ekki bjargað barninu sínu, sem var að drukkna rétt hjá honum nema með því að fórna öllum mannslíf-

unnum, sem vóru með lestinni.
Hinn hugprúði og þrekmikli maður gjörði skyldu sína, en barnið hans drukknaði.
Það vóru ekki forða stærri fórnir eða meiri hetjuverk í Þermopylæ-skarðinu.
Ég læt hér staðarnumið því ekki sé að telja upp margt af því sem sjálfsuppeldið á að skapa.

J. J. Líndal.

Skaðlegur og dýr óþarfi

Það væri víst að bera í bakkafullan lækinn að fara að ræða hjer um yfirstandandi dýrtíð og fjárkreppu. Þau málin hafa verið svo ofarlega á dagskrá hjá þjóðinni hin síðustu ár, og eru þegar svo margrædd frá ýmsum hliðum, að naumast er þess að vænta, að nokkru nýju verði viðbætt að svo stöddu.

Kjörorð flestra sem um núverandi ástand, hafa rætt eða ritað, hefir verið, sparnaður. Á ýmislegt hefir verið bent sem spara mætti, En þó oftast þannig að eitthvað annað hefir þurft að koma í staðinn fyrir þá tegund sem sparast skyldi Þó veit eg ekki til að neinn hafi hreift því að spara mætti þá vöruna, sem ~~eg~~ mjer virðist að hægast væri að vera án, þar sem eg fæ ekki betur sjeð, en hún sje flestum eða öllum sínum neytendum til ills en alls engum til ~~gagns~~ gagns. Þessi vara er tóbakið. Þess má strags geta, að sje tóbaks neytt í mjög litlum mæli, er varla líklegt að það geri verulegt mein. En þar sem enginn

getur (í ~~A~~ upphafi) ~~sagt~~ vitað hve vel honum tekst að rata meðal höfða, væri allra hluta vegna ákjósanlegast að tóbakinu væri algerlega afneitað.

Sá siðalegi ósiður að reykja tóbak, hefir farið mjög í vöxt með þjóðinni á síðari árum. Árið ~~18~~ 1816 er t.d. tóbak á landsmann hvern 0,7 kg. En árið 1911 er það orðið 1,1. Árið 1910 fluttust til landsins 29699 kg. af ~~munn~~ neftóbaki ~~fyrir~~ fyrir 86185 kr., ~~34668 kg. af munntóbaki fyrir 27603 kr.~~, 9533 kg af reyktóbaki fyrir 27603 kr. 34668 kg. munntóbaki fyrir 123218 kr. 7233 kg. af vindlum fyrir 69422 kr. og ~~vindlingar~~ 1285 kg. af vindlingum fyrir 13909 kr. Þetta ár er því allskonar tóbak flutt til landsins fyrir 320337 kr. Árið 1911 er varið til tóbakskaupa 34344 kr meira en 1910 eða alls 354681 kr. Á þessum tveimur árum er því flutt til landsins tóbak fyrir 675018 kr.

Meðaltalið er 337509 kr. á ári. Ef gert er ~~ráð~~ ráð fyrir að tóbakseyðslan hafi verið í svipuðu hlutfalli t.d. frá 1900 til ársloka 1920 (og það mun naumast vera of hátt áætlað) þá hafa á þessum 20 árum farið til tóbakskaupa 6750180 kr.

Ég ætla ekki að reyna að gera grein fyrir hve mikið hefði mátt gera til gagns, með miljónum þessum sem fleygt hefir verið fyrir þennan (verri en einskisverða óþarfa, en öllum hlýtur að vera ljóst að það hefði verið mjög mikið.

Þetta eru þó aðeins hin ~~óbeinu~~ ~~útgjöld~~ beinu útgjöld, hin óbeinu verða naumast tölum talin.

Það munu fáir gerast til þess að andmæla skaðsemi tóbaksins fyrir hina líkamlegu heilsu. Hitt mun ekki eins alment viðurkent, að hún hafi og mjög ill áhrif á andlegan þroska og heilbrigði manna. – En á það hafa þó rannsóknir ýmissa vísindamanna bent.

Margir læknar álíta, að glæpir vitfirring og sjálfsmorð, stafi að miklu leiti frá áfengisnautn og tóbaksnautn. Sjerstaklega er þó tóbakið talið að hafa skaðleg áhrif á viljaþrek og siðferðisþroska (einkum unglinga) og vera því hinn öflugasta brautryðjanda allskonar ófagnaðar í mannfélaginu. Saga tóbaksins (í Evrópu) hefst fyrst eftir að Vesturheimur fanst og viðskifti hófust við hann. Það þótti bráðlega fínt að neyta þessarar nýjuvöru og fjekk hún fljótt mikla útbreiðslu

Já því líkt hvað það er ekki fínt! t.d. að jórtla munntóbakið með ~~Kols~~ svartar varir af tóbakslegi og þurfa svo stöðugt að vera að spýta út úr sjer kolmórauðum gusunum. Eða þá að sjá neftóbaksmennina þegar þeir eru að slaka stórar trúgur af þessum kolsvarta óþverra upp í nasirnar. Þetta er sjálfsagt ekki mjög óglæsilegt, en mjer finnst samt að það hljóti að vekja andstygð allra, ~~andsty~~ sem ekki eru orðnir svo að skap þessum samdauna. Læknum mun yfir leitt koma saman um, að, af allri tóbaksnautn sje reykingar skaðlegastar, en í þeim mun nú mörgum manninum þykja mest „spartið“.

Vindlingar eru stundum alveg sjerstaklega hættulegir, því saman við tóbakið í þeim er stundum blandað ópíum eða kókíni, til þess að gera áhrifin enn meira sljófgandi, og vímukendari, e: þægilegri eins og reykinga menn mundu ~~vilja~~ orða það. Einkennilegur fegurðarsmekkur virðist mjer það, að álíta það fínt að soga að sjer Nikotín eitraða kolsýru og láta hana svo rjúka út um munn og nasir eins og þegar venjulegur taðreykur rýkur út um göt og gættir á ljelegum eldhús kofa

að hafa óskertan rjett. Reykinga maður sem víður kemur þó ekki þennan rjett. Hann telur sjer leyfilegt að eitra loftið fyrir meðbræðrum sínum og valda þeim megnra óþæginda sem ekki geta sætt sig við hið spilt-a reykjar loft. Eg hefi nú þegar farið miklu fleir orðum um þetta efni, en eg ætlaði í fyrstu, og skal því fara fljótt yfir hjer eftir.

Vil eg að eins með fáum orðum benda á hvað eg tel líklegast til umbóta í þessu efni. Lang æskilegast væri auðvitað, að öllum yrði það ljóst hve tóbaksnautnin er ónáttúrleg og afskáraleg, og hættu þessvegna við hana af fúsum vilja. En þess mundi verða langt að bíða. Alt of langt! Þó vil eg engan veginn óska eftir algerðu aðflutningsbanni á tóbaki, að svo stöddu. Það mundi valda óánægju og ófriði. Hið fyrsta sem eg álít að gera þyrfti er að koma á lands einkasölu á tóbaki. Og síðan ætti að úthluta öllu tóbaki eftir seðlum þannig að elstu tóbaksneytendur til þeirra sem eru yfir 60 ára fengju ekki miklum mun minni skamt en þeir hefðu

natað, ef sjálfráðir hefðu verið. Því yngri sem neytendur verða, því minni ætti skömmin að vera, og auðvitað ætti sá skammtur ekkert að aukast þó hlutaðeigendur eldust.

Af því að unglingar byrja venjulega að neyta tóbaks á ununglis af forvitni og misskildum metnaði ætti með ýmsum ráðum, að varna þeim þess að ~~byrja~~ neyta tóbaks, á unglings árunum. Öllum barna kennurum ætti að vera stranglega bannað að hafa tóbak með höndum svo nemendur þeirra verði við varir. Og öllum sem umgangast börn, ætti að vera það ljóst hvílíka ókamingju þeir geta ýtt þeim ~~með~~ leitt með því að gefa þeim slæma fyrirmind í þessu, ekki síður en orðu. Nauðsynlegt væri og að sýna börnum ljóslega fram á það hve heimskuleg tóbaksnautnin er, og hve mikið illt getur af henni leitt. — Og yrði nú einhvertíma horfið að sveipu á fyrirkomulagi, með tóbaksverslun, og bent hefir verið á hjer að framan (landseinka sölu og skömtun) ætti engin yngri en 18—20 ára að fá tóbaksseðil. Eftir það aldurs skeið er vist-fágætt, að byrjað sje að neyta tóbaks. Eg álít það einmitt, eina vonina til þess ~~að takast megi að ger til þess~~ að gera tóbaksplágunni með öllu landrækka, þá að takast megi að hafa áhrif á börn og unglinga þessu viðvíkjandi. Það mun vera að byrja á byrjuninni, og því líklegast til góðs árangurs. „Afleiðingin hverfur þegar orsökin er burt numin“ Eg veit vel að allar takmarkanir á athafnafrelsi manna er jafnan óvinsælar af ýmsum. En þegar þjóðar nauðsin krefur að allt sje sparað sem spara má, get eg varla hugsað mér að margir yrðu svo skammsýnir að þjóta á móti sparnaði í nokkurri þessari grein. Nú er því hér besta tækifæri sem líklegt er að fengist geti, til þess að vinna tvö þörfverki í einu. Að spara fje landsins og draga úr ~~~~ eða jafnvel útrýma hættulegum þjóðarósið. Að sú ustu vil eg geta þess að mjer þykir að M. M. F. Verðandi hafa ódyggilega fylgt merki því er það reysti gegn tóbaksófagnaðinum þá er það stofnaði tóbaksbindindisflokk innan sinna vebanda, og allmargir fjelagsmanna skuldbundu sig til þess að neyta einskis tóbaks. Þótti það þá alkegileg málbár gegn tóbaksbindindi, sem einn fjelagsmanna bar fram. Hann sagðist ekki vilja ganga í tóbaksbindindi vegna þess, að þá gæti hann ekki verið með.“

Það er þó líklega ekki svo komið fyrir einhverjum þeirra, nú, sem þá töldu bindindi hið æskilegasta?

Eg býst ekki við að eg eigi marga skoðanabræður í þessu efni og mun eg láta mig það litlu skifta. Því það er sannfæring mín, að eg fylgi góðu máli í þessu tilfelli. Tóbaksnautnin er, að mínu áliti skaðlegur, óþarflegur, og í flestum tilfellum sóðalegur ósiður, enda í fyrsta ábaður yfir þrælum og skrælingjum í Vesturheimi.

Vilius Benediktsson

Í þessu sambandi dettur mjer, í hug saga eint,
sem eg hefi einhverju sinni lesið. og af því að mjer
þykir sagan þess ~~verð~~ vera að sem flestir heyri hana
set eg aðalatriði hennar hjer. Einhver vitrasti
þjóðhöfðingi Austurlanda (Akbar keysari) efndi
einu sinni til veislu mikillar, og bauð þangað
flestu stórmenni ríkis síns. Þegar hann hafði
veitt gestum sínum, sem best hann kunni, ljet
hann bera þeim reykjarpípur sínum veru
fylltar með þurru hrossataði. Tóku nú gestirnir
ú til að reykja, en keysarinn spurði þá hvernig
þeim líkaði tóbakið, ~~En~~ Þeim kom öllum
saman um að tóbakið væri hið ágætasta.
En það var einmitt tilgangur keysarans að
gera reykingarnar hlægilegar. Það er líklega
fjarstæða að láta sjer koma til hugar að takast
mætti að gabba einhverja hinna íslensku reyk-
inga manna á svipaðan hátt? Það er ekki
einungis að reykinga maðurinn skaði sína
eigin heils. Á hitt ber ekki síður að líta, að
þeim sem einhverra hluta vegna eru neyddir til
vera með þessum lifandi reykháfum, stendur af
þeim bein hætta. Það er sannarleg nauðsyn að anda
að sjer hreinu og heil nænu lofti og til þess ætti allir