

## MUISTOJA.

(Jatkoa ensimmäiseltä sivulta)

taa säännön) vihamielinen ja tuo mieli esiintyy koulunuorisossa.

Mutta toisin täällä. Lapsia, joita on yhdeksän perheessä, niistä seitsemän jo aikuista, ovat käyneet korkeakoulut, vaan ovat innokkaita, kuten äiti ja isäkin, köyhälistöliikkeen esitaistelijoita; ovat tietoisia sosialisteja. Tytöt ja pojat, ollen amerikalais-syntyisiä, eivät halveksu vierasmaalaisia, vaan antautuvat keskusteluun avomielisellä, ystävällisellä, toverillisella lämmöllä aikamme suurista yhteiskunnallisista kysymyksistä.

Ja kun ilta, puhetilaisuuteen kokoontumisaika lähestyy, saa auto ja hevoset täydet kuormat, kun koululle lähdetään, johon tilaisuus on ilmoitettu.

Mutta mikä näky päästyä perille?

Paikkakunnalla ei kuin kymmenen suomalaista perhettä ja tuosta kymmenestä perheestä saa yksi koulun luokkasali täytenä. Kaikki ikälvokat ovat edustettuna kuulijakunnassani ja myöskin kaikki, eivät ainoastaan kuuntele, mutta ollen koko olemuksellaan mukana, tahtovat painaa kuulemansa omaksi opikseen, luokkansa, työväenluokan, vapautusoppina, taisteluohteena, unohtumattomana muistonsa.

Ja kun muistelen kuinka kymmen-, kolmitoistavuotiaatkin tytöt ja poikaset tuon noin kaksi ja puoli tuntia kestävän esityksen silmällä kirkaavana, vakavana, kuten heidän vanhemmat siskonsa ja veikonsa, äitinsä ja isänsäkin seurasivat puhettani ja kun kuulin heidän nuorilta huuliltaan vakuutuksia elämänsä pyhittämystä sen liikkeen hyväksi, joka takaa kaikille elämän iloa ja onnea, takaa työläiselle tulokset työstään, niin kun muistelen tuota, karkottautuu synkät, katkerat, ikävät muistot, joita myöskin tahtoo esille nousta nähtyä paikkakuntia, joissa nuorison mieli myrkytetään myöskin kotona työväenliikettä vastaan, joille tiedon lähteenä on vaan joskus laestadiolainen postilla, raamattu ja niistä tietonsa ammentavat uskonnollisfanaattiset vanhemmat.

Sillä taantumuksen ja edistykseen välisessä kamppailussa tulee varmasti voittajana suoriutumaan nuo voimakkaat muistojeni viritäjät ja voimakkaampia ovat ne, joilla on parhaat aseet. Hood Riverillä, Oregonissa, on osa siitä voimakkaammasta voittavammasta yhteiskuntataistelua käyvästä väestöstä. He omaavat taistelun parhaat aseet omaavat sosialidemokratisen maan ilmentämisen ja sen mukaisen valistuksen, ja heistä, noista voimakkaimmista, ja heidän kanssaan vietetystä 21 p. elok. illasta, 1916, heistä on nämä muistot.

Kuka lienetkään asiamme eteen työskentelevä kiertoilainen, käytyäsi siellä saat varmasti yhtä voimakkaat, suuret ja valoisat muistot. Äläkä omista saamaasi yksin itsellesi, vaan kerro muistosi muillenko. Aina siksi, kunnes olemme saavuttaneet ajan, jolloin jokaisessa tehdasky-

lässä, kaivantoseudussa, suurkaupungissa ja farmarin raatamassa korven kolkassa nuorten ja vanhaan, tyttöjemme ja poikaimme sydämet, päät ja kädet ovat omissa oman luokkamme asi-

alle. Silloin se on oleva, ei muistona, vaan muutamalta paikalta vaan yleisenä tavallisuutena, mutta silloin on myöskin tavallinen parempi kuin tavallisuudesta poikkeava.

## KODIN OSASTO

MILLOIN ALKAA LAPSEN ELÄMÄ.

"Kivulla tulet sinä lapsia synnyttämään", sanoi suuttunut jumala Eevalle.

"Tietämättömyydessä tulet sinä äitityttä kantamaan", sanoi yhteiskunta niille naisille, jotka tulivat Eevan jälkeen.

Onko siis ihme, että tämän kaksinkertaisen kirouksen alaisena sivistyneet kansat ovat hiljalleen rappeuneet. Seurauksena on pikkulasten suuri kuolevaisuus, äitien voimien haaskaus, joka johtuu niin monessa tapauksessa juuri siitä yhteisistä luulosta, että lapsen elämä alkaa vasta sen synnyttyä, jota kohtaan äidillä enemmän kuin muillakaan ei ole mitään velvollisuuksia sitä ennen.

Lapsen elämä alkaa sinä hetkenä, jona se siltetään ja äidin velvollisuudet, samoin kuin isän ja yhteiskunnan velvollisuudet lasta kohtaan alkavat silloin myöskin. Lapsen terveys riippuu siitä minkälaisen huolenpidon se saa sikiintymisestä lähtien.

Tiede on selvittänyt monta varokeinoja lapsen suojelemiseksi ennen sen syntymää ja äidit alkavat jo tajuta niiden tärkeyden ja vaatia sitä.

Eräs lännen maanviljelijän vaimo, hyvinvoiva, terve ja kyvykäs, oli synnyttänyt kaksi lasta. Hän oli oppinut ja järkevä nainen ja hyvin toimekas kaikissa kylän yhteisyyksissä ja kouluasioiden johdossa. Hän tuli kolmannen kerran raskaaksi ja silloin hän huomasi, ettei olekaan enää oikein oma itsensä. Häntä vaivasi alttuinen päänsärky ja pyöritys. Hän meni kaupunkiin lääkäriin puheille. Lääkäri antoi hänelle päänsärkytabletteja, jotka huojensivat hänen vaivansa aina hetkeksi, mutta vaiva uusiutui yhä ankarampaa aina lääkkeen jälkeen.

Kun tämä vaimo meni taas lääkäriin puheille, taputteli lääkäri häntä olalle ja sanoi: "Te olette vaan hermostunut liikaa. Muistattehan että minä autoin teidät hyvin synnytyksissä edellisillä kerroilla. Teidän täytyy lakata huolehtimasta. Jättäkää vaan kaikki huoli minulle."

Vaimo meni takaisin kotiin yhtä huolestuneena kuin oli lähtenytkin, sillä lääkäri ei antanut mitään vakuutta tilastaan. Pian hän sai päänsärkyjen ja pyöritysten lisäksi ankaria kipuja vatsanpohjaansa jonka lääkäri selitti johtuvan huonosta ruuan sulatuksesta. Mutta kun synnytyksen hetki tuli sai hän ankaran suonenvendon ja oketuskohtauksen ja kumpikin sekä äiti että lapsi, kuolivat.

Tarpeellinen hoito raskauden aikana olisi voinut tämän estää.

Eräs toinen nainen, joka myöskin asui maalla, tunsikin samantyyppisiä oireita raskaana ollessaan. Naapurit kyllä vakuuttivat hänelle ettei se mitään ole, se on vaan niitä raskauden ajan "luonnollisia" tunteita. Mutta tämä nainen oli lukenut erään kirjan, joka kertoi niistä asioista ja tiesi että hänen sairautensa ei ollut luonnollista. Ja niin hän meni parhaan lääkärin luo mitä tiesi ja saikin tarvitsemansa neuvot miten itsensä hoitaa ja hän suoritti synnytyksestä onnellisesti ja synnytti terveen lapsen.

Eräs nuori äiti, joka oli hemmotellen kasvatettu, raskaaksi tultuaan heittäytyi aivan välinpitämättömäksi itsensä hoitamisessa. Lakkasi kaikenlaisesta ruumiillisesta voimistelusta ja istuskeli tai makaill päiväkaudet, lukien romaaneja. Tästä tietysti johtui, että hän tuli raskauden loppukuukausina huonovoiiseksi ja perhelääkäri, jolla ei ollut lupaa antaa hänelle tarvittavia neuvoja, antoi hänelle vaan huojentavia ja nukuttavia lääkkeitä. Synnytyksessä oli vaikea, lapsi

niin heikko, että neljäkymmentä tuntia jälkeen syntymänsä, se kuoli. Äiti on nyt kivuloinen ja heikko.

Vastakohtana edellämainitulle äidille on tämä äiti, joka kertoo seuraavaa:

Olen nyt paremmin voipa kuin koskaan ennen. Ennen naimisiin menoni tein minä työtä konttoorissa ja olin ruumiillisen terveyteni ja hermostoni puolesta koko pahasti pilolla. Mutta kun ymmärsin, että lapseni terveys riippuu minun terveydestäni, niin minä päätin tulla terveeksi ja ensikerran elämäni vietin järjestyksellisesti normaali elämää. Huonon ruuansulatuksen paransin ruokajärjestelmällä, voimistelulla ja juomalla runsaasti puhdasta vettä. Verenkierron paransin liikkumalla ahkerasti ulkoilmassa. Minä nukuinkin ulkona pienessä hökkelissä, jonka rakensimme keittiön katolle. Lapseni on niin terve kuin olla saattaa ja te ette voisi uskoa että minä olen kehittynyt terveeksi äidiksi hermosairaasta konttooritöistä.

Ja eräs toinen äiti raskauden tilassa ollessaan taisteli keuhkotautia vastaan ja voitti sen. Hän oli jo tyttönä ollessaan häntä ja heikko, mutta ei kellaan ollut avistusta siitä että hänessä on keuhkotauti. Mutta raskaaksi tultuaan kehittyi keuhkotauti hänessä nopeaan. Mutta tämä ei saanut häntä lannistumaan eikä epätoivoon vajoamaan. Hän sai miehensä muuttamaan heidän asuntonsa korkealle laitakaupungille ja siellä hän ryhtyi ottamaan ulkoilma-parannusta. Ja vähitellen hänen terveytensä palasi, niin että ei kummassakaan lapsessa eikä äidissä ole merkittävä taudista. Ja tämän muutoksen sai aikaan säännölliset elämäntavat, valkoitu ravintojärjestelmä ja terve, levollinen mielenlaatu.

Mitä olisi siis naisen tehtävä, joka on äidiksi tulemassa?

Ensimmäinen tutkia itsensä ja elämän tapansa, päästäkseen selville, onko kaikki niinkuin olla pitää. Jos joku ruokalaji ei hänelle sovellu, jos se jollain tavalla häntä rasittaa, valkka pa hän kuinka siitä pitäisi, on sitä lakattava nauttimasta. Ruuan sulatuksen häiriöt ovat vaarallisia raskaalle naiselle.

Tulee noudattaa kohtuutta kaikessa sekä työssä että leivissä, mutta ei pidä lyödä laimin kumpakaan, sillä kumpikin on sitä äidille että lapselle tarpeen. Tulee ottaa runsaasti lepoa, vaan ei liian paljon sitä.

Tulee ottaa jokapäiväinen kylpy ja hieroa itsensä kuivaksi karkealla liinalla. Tämä avustaa verenkiertoa. Myös tulee ottaa tarpeellinen määrä liikuntaa ja voimistelua päivittäin. Tulee kävellä ulkoilmassa joka päivä kun se vaan on mahdollista. Nukkuu kaudeksasta lymmeneen tuntiin vuorokaudessa, ja ottaa lepoa makuuasennossa joka illapäivä muutama hetki. Myöskin voi lepuuttaa raajojaan työtä tehdessään, siten että istuu tuoililla astioita pestessään, perunoita kuorissaan, vaatteita silittäessään j.n.e.

Jos naisella on pienoisen kasvipeito hoidettavana, on se mainio työmaa hänelle raskaana ollessaan, sillä siinä hän saa terveellistä liikuntaa ja tointa pari tuntia päivässä.

Jos nainen on hermostunut raskaana ollessaan, niin siihen on syytä ruuansulatuksen häiriö ja huono verenkierto. Hermostuneisuus vuoroostaan vaikuttaa vaarallisesti lapseen.

Jos tahdot terveen lapsen, niin sinun on ryhdyttävä toimeen lapsen terveyden turvaamiseksi kohta sen sikiytymisestä alkaen, pitämällä huolta omasta terveydestäsi. Tämä tulee maksamaan paljon vähemmän, kuin

lääkärien palkaaminen jälestä lapsen syntymän korjaamaan synnynnäisiä vikoja ja parantamaan heikkoa terveyttä. Eikä jälestäpäin korjattu terveys ole koskaan alkuperäisestä täydellisen veroinen.

## Varotushuuto alamaailmasta

(Jatk.)

Olen nähnyt lasten istuvan pitkiä hetkiä lihakset jännityksessä, hermosto äärimmilleen kiihottuksissa, kun heidän eteensä on kuvattu tapaus missä ilmenevät intohimot, rikokset ja murhat. Minun mielestäni naiset, jotka vievät lapsia eläviinkuviin, paitsi sellaisiin missä näytellään kauneutta jossain muodossa. Niiden moraalinen opetus jää kokonaan syrjään ja lapsen mieleen painuu vaan mieltäjännittävä näky paheista ja rikoksista.

Varokaa ensimmäistä viini- tai olutlasi, joka lastenne tielle sattu. Varokaa moottoripyöräilyretkiä maalle jonkun siivon pojan seurassa. Minä en välitä kuka tuo poika on ja kuinka hyvä hän on — minä sanon varokaa tyttäriänne. Varokaa verantokikkua varjossa, sillä aikaa kun sokea pappi ja mamma nukkuvat yläkerrassa.

Minä tiedän. Minä olen kuulut siitä niin paljon, niiltä nuorilta miehiltä, jotka tulevat tänne ja jotka vievät täältä koteihinsa polttavan kirouksen. Varokaa suuteleseuroja.

Varokaa kirkollisia huvitilaisuuksia.

Minä aloin matkani kadotukseen kirkkojuhlasta — ja minä aloin sen papin pojan kanssa. Me esitimme näytöskappaleen siitä varten, että saataisiin kovempuun lattia pappilaan. (Joillakin niistä, jotka sen lattian ostamiseen roponsa uhrasivat, oli itsellään vaan resumatot lattialla.) Minua piti suudella siinä näytöskappaleessa, se oli ensimmäinen suutelo pojalta. Rohkaistuna tästä ensimmäisestä suutelosta, annoin minä ihailijani sen jälkeen minua suudella. Nyt, jos joku mies suutelee minua, saa hän kantaa sen myrkytön mukansa hautaan. Varokaa kirkkokemuja varokaa, sanon minä. Saatana on siellä läsnä.

Varokaa tanssiaisia, te tuimmat

## LASTEN KASVATUS.

(Jatkoa ensimmäiseltä sivulta.)

yksikseen ja herää iloisena ja hyvinvoivana.

Kun sinä menet katselemaan häntä hymyilee hän sinulle herttaisesti ja jollertelee ja puhelee sinulle. Ja kuka tahansa lienetkin, vaikka et yleensä pitäisikään lapsista niin kuitenkin et voi olla hymyilemättä lapselle, joka niin kilttinä sinulle jollerteaa.

Kun on noin herttainen lapsi, niin antaa se äidille tilaisuuden muihin taloustoimiin. Siis on edullisin vallankin työläisäidille antaa lapsen olla mahdollisimman paljon yksin.

Tulen jatkamaan esitelämäni lasten kasvatuksesta, jos Toveritar lainaa tilaa minulle se tehdä. (Kernaasti tila annetaan. — Toim.)

(Jatk.)