

ISSN

0463-6301

motaris



LIETUVIŲ MOTERŲ ŽURNALAS

1978

6



lapkritis
gruodis

T U R I N Y S

Alfred Dzilums	Miškų užuovėja	2
A. Pakalniškis	Žemaitė moteris	4
Z. Tenisonaitė	Pietų Afrikos poezija	5
* * *	Fragmentai iš P. Afrikos poezijos	7
A. Tyruolis	Jaunimo rašytoja J. Narūnė	10
P. Gaučys	Dabartinė rusų moterų būklė	13
B. M.	Ir vedybom reikalingas pašaukimas	16
• Knygos	P. Naujokaitis — Alės Rūtos “Laiškas Jaunystei”	17
• Moterys Pasaulyje	R. K. Vidžiūnienė — Viešnia iš Šiaurės Rytų	18
	N. K. — V. Lozoraitienės visuomeniškos veiklos raida	19
• Lietuvoje		21
• Sveikata	J. Prunskis — Biochemija apie vitaminus	22
	A. Vaisiūnienė — Badavimas	22
	A. Michelevičienė — Poinsettia	22
• Madų ir grožio pasaulis	Veda I. Kairienė	24
• Šeimininkų kampelis	Veda L. Murauskienė	26
• 1977 ir 1978 metų turinys		29

ILIUSTRACIJOS

J. Kulakauskas	Madona	1
Michelangelo	Pasaulio sutvėrimas	2
E. Urbaitytė	Veiksmo tarpe	6
E. Urbaitytė	Autoportretas	7
E. Gimbutienė	Jūros kriauklių kompozicija	9
V. Vizgirda	Portretas (E. Gimbutienė)	14
D. Kuolienė	Kompozicija	15
D. Mataitienė	Tautinių rūbų eskizai	21

“MOTERIS” LIETUVIŲ MOTERŲ ŽURNALAS 1978 m. Nr. 6 (126)

NORA KULPAVIČIENĖ — redaktorė

S. GIRDAUSKIENĖ — lituanistė, Z. DIDŽBALIENĖ — korektorė

I. KAIRIENĖ — skyriaus vedėja, L. MURAUSKIENĖ — skyriaus vedėja

BRONĖ PABEDINSKIENĖ — administratorė, A. KUOLIENĖ — ekspeditorė

LEIDŽIA KANADOS LIETUVIŲ KATALIKŲ MOTERŲ DRAUGIJA

Redakcijos ir administracijos adresas: 1011 College St., Toronto, Ont. M6H 1A8, Canada

Spaudė “Tėviškės Žiburių” spaustuvė, 2185 Stavebank Rd., Mississauga, Ont. L5C 1T3.

Prenumerata metams \$7.00, garbės prenumerata — \$10.00.

Viršelis — aukštaitiškas audinys.

Jei nėra kitaip susitarta, gautąją medžiagą, kaip straipsnius, nuotraukas ir kt. redakcija negrąžina ir taiso bei tvarko savo nuožiūra.

“MOTERIS” Lithuanian Women's Magazine. 1978. No. 6 (126)

Printed by “Lights of Homeland” in Mississauga, Ont.

Gražių
Šv. Kalėdų
ir 1979 metų!



“MOTERS” ŽURNALO
LEIDĖJOS, REDAKCIJA IR
ADMINISTRACIJA

MIŠKŲ UŽUOVĖJOJE

ALFRĒDS DZILUMS



POPIEŽIUS JONAS PAULIUS I (1912-1978) IR
BŪSIMASIS JONAS PAULIUS II

* *
* *

MICHELANGELO

PASAULIO SUTVĖRIMAS



Atvažiavo Kalėdos. Ir per šias dienas teko atsiminti praeitį. Kiek tik atmintim skverbčiau į vaikystę, daug gaisrios šviesos negalėjau išžiūrėti. Iki Pirmojo pasaulinio karo, kai tėvas ir pamotė sunkiai dirbo statydami naują gyvenamą plytinį namą, mūsų švenčių eglaitė buvo šykštoka ir tamso-ka. Per karą ji visai užgeso. Nesumirgėjo ir sugrįžus karo pabėgėliais, nes tuoj mirė tėvas. Vėliau, kai pats auginau vaikus, ant pliko smėlėto lauko reikėjo statyti ir kurti "Vakarus". Kūčių vakaro tamsoje dar iškraudavau iš vežimo statybinių medžiagą — rąstus ar akmenis.

Vermlande šių rūpesčių nebuvo. Bet čia nebuvo ir mūsų tėvynė. Sunkūs karo pergyvenimai buvo nuslopinę mūsų švenčių džiaugsmo jausmą. Tik su mažąja Kristina galėjome sugrįžti į vaikystės tikėjimą. Jos pasaulyje dar tebegyveno tas išgarsintasis Kalėdų senelis su balta barzda ir dovanų maišu ant nugaros.

Bet ar senelis pajėgs atbristi per gilų sniegą į tolimą Ežero atkalnę? Per visą prieškalėdinę savaitę mūsų vienišoje miško gyvenvietėje dvejonės keisdavosi su viltimis . . .

Draugai ir giminės nebuvo pamiršę mergytės. Paštas atnešė į Vermlandą švenčių siuntinėlius iš Stokholmo, Vokietijos, Anglijos, net iš tolimos Amerikos. Gudriai pagalvoję, juos paslėpėme maiše ant trobos aukšto. Iki Kūčių vakaro maišas prisikrovė pilnas. Kai Kristina skaitė "Baltą knygą", nunešiau maišą iki vidur ežero ir pastačiau greta miško vežėjų pravažiuotų vėžių. O patys prie lango ištiesėme kaklus.

— Sakyk, kas tas ten per vienas, kuris susilenkęs nubrido sniegu?

Kristiną tuoj pagavo smalsumas, ji pametė knygą.

— Kur?

— Nuėjo. Ar tik nebus buvęs Kalėdų senelis? Bene būtų mūsų namus pralenkęs?

Mergaitė įrėmė nosį į sušalusio lango stiklą. Tada susijaudinusi atšoko nuo lango.

— Maišas! Kas tai per maišas?

— Ką sakai? Iš tiesų, ant ledo maišas! Ar tik senelis nebus palikęs?

Mergaitė bematant pro duris, tik plaukai suvilnijo. Dar paspėjau sušukti:

— Paimk rogutes!

Abu stebėjome, kaip vaikas grūmėsi su dideliu maišu. Sunkus nebuvo, bet tokiame bambalui didelį ir nepatogus paimti. Tačiau užritino ant rogučių ir uždususi atvilko prie ežero kranto. Tad jau turėjau eiti talkon.

Su dovanų vežimu ir į mūsų tolimą trobą įvažiavo Kalėdų švenčių džiaugsmas. Eglutė jau buvo dieną nukirsta, parinkta tamsiai žalia su dvilypiais spygliais, gražiausia iš girios sesių. Mirgėjo žvakučių ir mergaitės akys, bet maišo atrišti dar ji nedrįso, kol nebuvo pasakyta sena miela dainelė „Baltos snaigės krinta ant spyglių”...

Po to prasidėjo! Trūko raiščiai, į visas puses skleidėsi mirgantys popieriai, ant kambario grindų išsiritė lėlės, meškiukai, veidrodukai, žaislų indai, šokolado plytelės. Su degančiu smalsumu ir su nesuvaldomu džiaugsmu maišas buvo ištuštintas iki dugno. Mergytė pati, apsvaigusi nuo laimės, sėdėjo tarp ryšulių krūvos, grobstė vieną dovaną po kitos, vėl metė į šalį ir tiesė rankutes prie sekančios, kol atrado beržinę šluotelę...

Tuoju suprato. Vikriai nudrožė ją į kambario kampą.

Tą vakarą ilgai negalėjome užmigti. Daug kalbėjome apie paslaptingąjį Kalėdų senelį.

— Kaip jis taip toli galėjo atbristi per gilų sniegą?

— Ir kur jis vėl nuėjo?

— Tur būt, pas „Pasaulio galo” kaimyną?

— Kaip jis galėjo žinoti, kad prie „Ežero atkalnės” gyvena mažoji Kristina?

— Gal švedų vaikai Lindforse jam bus pasakę.

— Bet kodėl jis neužėjo pas mus į vidų?

— Jis, tur būt, buvo pasivėlinęs, turėjo skubėti pas kitus vaikus.

— Ar jis nešėsi dar kitą maišą ant nugaros?

— Rodos, neturėjo, bet jis juos turi miške kažkur paslėpęs.

— Ir ne visiems vaikams jis tiek daug dovanų atneša. Kai kuriems gal tik beržinę šluotelę.

— Buvo ir Kristinai idėjęs... Iš tiesų, jai nereikėjo...

Ir taip be galo. Klausimai ir atsakymai. Stebukalai ir džiaugsmas. Laiminga vaikystė.

Ir patys tą vakarą nebuvome daug gudresni. Tiesa, kalbėjome, ar gerai moderniais laikais įvesti vaiko fantaziją į pasakų pasaulį, bet greit ir mūsų prisiminimai nuklydo į vaikystę — mano į Jenčius

ir į Purinius, žmonos į Daugpilį ir į Katučius, Varnavos valsčiuje.

Kai Kristina jau buvo užmigusi su lėle ir meškiuku greta jos, mes prie švenčių stalo dar viešėjome vienas kito vaikystę.

Mano pirmieji Kalėdų švenčių atsiminimai? Jie migloti ir neaiškūs, gal nebuvau vyresnis už Kristiną. Dar nėjau į mokyklą, bet Pulkarnės mokykloje buvo ruošiamas eglutės vakaras. Vyresnioji sesuo Alma vaidino scenoje. Mažieji vaikai galėjo irgi atvažiuoti, nes juos Kalėdų senelis neužmiršias. Bet saldinių gausią tik geri vaikai, išdykėliai — beržinę košelę. Tai buvo sunki savaitė. Ant kiekvieno žingsnio reikėjo saugotis neprasikalsti, neprieštarauti pamotei, nes tuomet tekdavo išgirsti įspėjimą — palauk, palauk, Kalėdų senelis jau klausosi...

Ir reikėjo tikėti.

Tą vakarą, tur būt, buvo šaltas ir vėjuotas oras, sniego pūga. Buvau įvyniotas į didelę vilnonę skarą su visa galva. Nieko nemačiau, tik girdėjau arklio prunkštimą ir rogių ienelių barškėjimą. Už Kalnavaičių Pulkarnės kelias įvingiavo į mišką. Ten ošė medžių viršūnės, bet dvaro laukuose vėl kaukė vėjas. Tėvas baiminosi, ar malūno pakalnė nebus pripustyta pusnių. Tur būt, sniegas buvo gilus, rogės pasikeisdamos svyravo tai į vieną, tai į antrą pusę. Bet aš nedrįsau iškišti galvos iš po skaros, nes man tuoj nušalsianti nosis, o Kalėdų senelis žino, kuris vaikas neklauso...

Neatsimenu, kas tas buvo per teatras, bet po vaidinimo vyresnioji sesuo buvo linksma ir vikri, gal pagirta už gerą vaidinimą. Ir mokinių choro dainos nuskambėjo kaip negirdėtos, atmintyje paliko tik didelė šviesi eglė.

Susirūpinęs laukiau Kalėdų senelio. Visai nekalta nesijaučiau, nors ir stengiausi per švenčių savaitę gyventi dorai. Iš abėcėlės buvau išplėšęs lapą, knygoje gaidžiui buvau raudonai nutepęs uodegą. Tur būt, buvau pametęs pamotės aštrųjį virtuvės peilį, visas namas jaudinosi. Bet nuodėmių našta, tur būt, nebuvo tokia sunki, arba Kalėdų senelis nieko nežinojo, nes ir aš gavau popierinį maišelį su saldainiais ir obuoliais. Bematant per žaidimų laiką dovanas suvalgiau. Sesuo įtempė mane į vaikų būrį, bet aš tuoj išsprukau iš svetimų mergaičių rankų ir pasitraukiau į kampą. Neatsimenu, kaip parvažiavome namo, tur būt, buvau užmigęs įvyniotas į šiltas skaras...

Žmona neatsiminė savo vaikystės Kalėdų šventės Kristinos amžiaus. Bet ji aiškiai atsiminė Kūčių vakaro pamaldas bažnyčioje ir Latvijos Vanagų organizacijos eglutę Daugpilyje.

(Fragmentas iš atsiminimų knygos „Mežu aizvēja”.)

Iš latvių kalbos vertė A. Tenisonas

ŽEMAITĖ MOTERIS

ALEKSANDRAS PAKALNIŠKIS

Pačia bendriausia prasme moteris yra kiekvienas moteriškosios lyties asmuo. Žemaičiuose moters terminas buvo vartojamas siauresne prasme. Juo buvo turima galvoje ištekJusi moteris, maždaug iki 60 metų amžiaus. Senesnės buvo jau senutės. Jaunesnės netekėjusios niekas moterimi nevadino, vadino merga, arba mergaitė, kol dar nesubrendusi, pilnai neišsivysčiusi. Jeigu merga neištekJo, maždaug nuo trisdešimt penkerių metų amžiaus ir ji jau buvo vadinama moterimi.

Tipiška žemaitė moteris buvo ištekJusi, nuo vedybų iki senatvės, ir apie tokią čia kalbėsiau. Ir kalbėsiu apie žemaitę moterį dvidešimtojo amžiaus pirmoje pusėje iki didžiosios nelaimės, sugriovusios per šimtmečius nusistovėjusias mūsų tautos tradicijas ir papročius.

Kalbėsiu apie kaimietę moterį. Miestietė, nors ir žemaitė, buvo daugiau ar mažiau įsiliejusi į tipišką miestietės moters gyvenimą. Mano patirtis, tik Žemaičių kraštu apribota, neleidžia teigti, kad žemaitės kaimietės moters gyvenimas labai jau skyrėsi nuo kitų Lietuvos vietų kaimo moterų gyvenimo. Greičiausiai, kad visos kaimietės Lietuvos moterys, skirtingomis tarmėmis bešnekančios, maždaug vienodus gyvenimo vargus ir rūpesčius turėjo.

Kaimietė moteris buvo arba ūkininkė, arba mažžemė, arba įnamė. Šiame rašinyje kalbėsiu apie ūkininkę, nes ji sudarė daugumą Žemaičių kaime.

Žemaitė moteriai reikėjo būti: žmona, motina, namų grožio puoselėtoja, ūkio šeimininkė, darbininkė, šeimos ir sodybos reprezentante. Pilna ir ideali buvo moteris, kuri visas šias funkcijas pilnai ir gerai atliko.

Gera žmona buvo ištikima vedybinei priesaikai, savo vyrą globojo, švelnino jo charakterį, prašė nevertoti kalboje negražių žodžių. Tokių moterų Žemaičiuose buvo dauguma. Bet buvo ir tokių, kurios laužė vedybinę priesaiką. Tik jų buvo nedaug. Nedaug tebuvo šeimų ūkininkų tarpe, kur vienas ir antras savo keliais ėjo, linksmybių ieškodami, doros nuostatų nesilaikydami. Pakrikusiai gyveno tokie, kiti piktinosi jais, tačiau nesiskyrė, šeimos neišardė. Bendras turtas laikė juos surišęs. Skyrybos pasitaikydavo tik mažžemių tarpe ir tai tik paskutiniais nepriklausomybės metais.

Iš ištikimybės vedybinei priesaikai savaime išplaukė motinystės vargai ir džiaugsmas. Reikėjo gimdyti vaikas po vaiko, beveik kas metai, be jo-



KASDIENINIAI DARBAI

kios gimimų kontrolės. Pagimdytą vaiką reikėjo penėti, reikėjo vargti su juo dienomis ir naktimis, rūpestį pergyventi susirgus ir širdies skausmą mirus. Vaikų mirtingumas pirmaisiais metais po gimimo buvo didelis.

Jei vaikas augo, bėgioti ir jau šnekėti pradėjo, motina išmokė jį persižegnoti ir kalbėti poterius rytmetį ir vakare. Kaimietei prieinamu ir vaikui suprantamu būdu pratino jį į paprasčiausias religines sąvokas, į santykį žmogaus su Dievu. Ir jau labai anksti pradėjo pratinti į darbą, į pareigas, žąsiukus ganyti pristatė, vėliau ir didesnius gyvulius.

Paskui atėjo mokyklos metai, ir motinos rūpestis sumažėjo. Ji buvo tikra, kad mokykla paruoš vaiką gyvenimui geriau negu ji pati.

Žemaitė moteris rūpinosi savo sodybos grožiu. Palangėse buvo gėlių darželiai. Geroji troba visuomet šventadieniškai papuošta. Ir prastoji troba švari, o jos gale kryžius ir rankšluostis. Pas duris prie sienos indelis su švėstu vandeniu persižegnoti tolimesnėn kelionėn išvykstant. Ant sienų šventųjų paveikslai. Gėlių vazonai ant palangių. Šeimininkės iniciatyva ir paliepiamu prieš Sekmines visa šeimyna švarindavo sodybą, šluodavo kiemą, takus smėliu išbarstydavo.

Ir namų ūkio šeimininkė buvo žemaitė moteris. Jos žinioje buvo mėsos ir pieno atsargos, ir ji tvarkė, planavo, kad tų atsargų užtektų visiems metams. Ji nusprendė, ką virti valgyti. Jos išimtina teisė buvo paskirstyti pietums išvirtas mėsos porcijas. Ji pasakė, kur ką sodinti daržuose. Dirvos ir pievos priklausė šeimininkui, o daržai šeimininkei. Ji rūpinosi mažais veršeliais ir ėriukais, juos prižiūrėjo, girdė. Jos žinioje buvo kiaulės, jų šėrimas, penėjimas. Jos žinioje buvo vištų ir kiaušinių ūkis. Ji nusprendė, kiek reikės suverpti, kiek ir ko išausti, kad ūkio gyventojams drabužių užtektų.

Šeimininkui priklausė laukai ir klėtis, arkliai ir kiti gyvuliai, didieji darbai, o šeimininkei — na-

mai su daržais, maisto atsargos ir smulkieji gyvuliai. Kiekvienas savo sritį žinojo ir į antrojo reikalus nesikišo, nebent paprašytas patarti. Taip buvo geroje žemaičių ūkininkų šeimoje. Buvo išimčių, kur moteris įsakinėdavo vyrui, visą ūkį valdyti norėjo, arba kur moteris nė namie teisių neturėjo, vyro užgožta buvo. Tokių šeimų nebuvo daug.

Ne vien prižiūrėti namų ūkį reikėjo moteriai, reikėjo ir dirbti. Daug ir sunkiai dirbti. Ji anksčiau už kitus kėlė ir vėliau gulė. Žiemomis daug verpė, pavasariais audė. Daržus sodino kartu su samdytomis mergėmis, šieną grėbė ir rugius statė. Rudenį kasė bulves ir rovė daržus. O namie visokių darbų: sūrius lieti, sviestą sukti, dešras daryti, namiškius apsiūti.

Į žmones žemaitė moteris ėjo kartu su vyru. Abiejų padėtis visuomenėje buvo lygi, niekatro nebuvo aukštesnė. Namie, prie darbo, šeiminiškė nedaug tesiskyrė nuo kitų darbininkių, bet sekmadienį ar turgaus dieną mieste ji buvo jau ūkininkė, vyro pavardę ir ūkininkės padėtį visuomenėje tinkamai atstovauti turinti. Todėl ir apsirengusi buvo padoriai, kalboje ir elgesyje santūri, visuomet šalia savo vyro, nes be jos jis tik pusė žmogaus būtų.

Visas žemaitės moters gyvenimas susidėjo iš pareigų ir darbo, iš daugybės rūpesčių, neretai ir širdies skausmo. Pramogų nebuvo jokių. Vienintelė, kaip ir pramoga, ir pati didžiausia — tai sekmadieniais gražioje ir iškilmingoje bažnyčios aplinkoje pabūti. Ir po pamaldų su pažįstamomis susitikti, pasišnekėti.

Bet pats gyvenimas ūkininkės, ta kasdienybė, įvairi ir įdomi, kaip ir pramoga buvo. Džiaugsmas savo vaikais, gražiais namais, javų pilnais laukais ir gyvuliais, pažįstamais tokiais ir artimais, ir rūpesčiai, kasdien vis kitokie, nuolat besikeičią, darė gyvenimą įdomų. Vargas buvo toks gyvenimas, iš mūsiškės prabangos žiūrint, bet tiems žmonėms, kurie nebuvo matę ir nežinojo, kad galima ir kitaip gyventi, buvo jis normalus, nebuvo vargas.

SEKMADIENIO PASNEKESYS



PIETŲ AFRIKOS

POEZIJA

ZENTA TENISONAITĖ

I

Pietų Afrika — didelių kontrastų kraštas. Iš rytų atplaukia Indijos vandenyno šiltos srovės, o iš vakarų ją skalauja Pietų Ledjūrio vandenys. Pietuose auga vynuogynai. Keletą šimtų mylių į šiaurę kartais miršta tūkstančiai avių ir karvių iš troškulio.

Pietų Afrikos žemės sluogsniai yra labai seni. Uolos ir kalnai atsirado pradedant atšalti žemei. Nuo vulkaninių išsiveržimų likusi magma yra labai turtinga mineralais ir metalais. Pietų Afrika turi pačias didžiausias deimantų ir aukso kasyklas pasauly.

Spėjama, kad žiloje senovėje Pietų Afrikoj ištisus tūkstantmečius gyveno bušmėnai. Labai primityvi žmonių rasė, gelsvos odos ir siauros trikampio veido formos. Grotose ant sienų rasti juodų ir raudonų spalvų piešiniai iš labai senų laikų vaizduoja žmones ir gyvulius. Manoma, kad toliau į šiaurę gyvenančios negrų ir bantų giminės turėjo santykius su bušmėnais ir iš jų kilo nauja rasė, vadinama hotentotais. Jie yra aukštesnio ūgio, bet turi dar tą pačią geltoną spalvą ir trikampio formos veidą.

Hotentotai savo ruožtu susimaišė su kitų tautų žmonėmis ir yra dabartinių Kaap kolonijos spalvotų žmonių protėviai. Bantų žmonės — mišinys negrų ir hamitiškų rasių atsirado Pietų Afrikos istorijoje vėliau. Nors spėjama, kad senovės egiptiečiai jau buvo atidengę Pietų Afriką, bet portugalai buvo pirmieji, kurie XV amžiuje, vadovaujami Bartholomeus Diaz, išlipo žemyno pietuose.

1652-rais metais olandų kolonistų grupė, kuriai vadovavo Jan van Riebeeck, įsikuria pačiame Pietų Afrikos iškyšuly. Vėliau 1688-tais metais prisijungia prancūzų hugenotai, vokiečių ir flamų emigrantai, sudarydami vadinamą būrų tautą. Žodis "būras" nederlandiškai reiškia ūkininką.

1806-tais metais Kaap koloniją užima anglai, ir 1820-tais atvyksta pirmieji anglų kolonistai, kurie tačiau visada sudaro mažumą. Iki 1715-tų metų būrai gyvena aplink Kaapstad dvidešimts penkių mylių spindulio plote. XVIII-tam amžiuje kolonistai pradeda trauktis į šiaurę ir rytus. 1836-tais metais įvyksta Didysis Kraustymasis: didelė gyventojų dalis apleidžia Kaapstad ir įkuria nepriklausomą Natal respubliką, o vėliau Oranje-Vrijstaat ir Transvaal. Kolonistai priešinasi anglams, kurie užima Kaap koloniją, bet po dviejų karų (1881 ir 1899-1902) visos respublikos sujungiamos į Pietų Afrikos Uniją ir yra anglų valdomos. Taip pat dominuoja anglų kalba.

Nuo 1910-tų metų anglų ir olandų kalba pasidaro lygiateisėmis. 1960-tais metais Pietų Afrika tampa respublika. Iš trijų milijonų baltųjų respublikos gyventojų 60% yra olandiškos kilmės. Gi kiti aštuoniolika milijonų gyventojų yra spalvoti.

II

Kaap kolonijoje esą imigrantai iš pradžių kalbėjo olandiškai. Ta kalba ir rašė, bet kai po tam tikro laiko, atvykus prancūzų ir vokiečių imigrantams, jų kalba ėmė keistis. Aštuonioliktame amžiuje kalbamoji būrų kalba jau žymiai skyrėsi nuo olandų rašomosios kalbos. Iš pradžių ta kalba buvo laikoma dialektu ir vadinama "Kaaps-Holands". Dabar ji vadinasi "Afrikaans" ir yra oficiali Pietų Afrikos kalba, turinti savo gramatiką, sintaksę ir žodyną. Aišku, ji dar labai gimininga nederlandų kalbai, bet jau taip nutolusi, kad dialektu jos nebegalima vadinti. Afrikaans kalbos gimimas įdomus tuomi, kad galima gyvai stebėti, kaip greit pasikeičia kalbos, ir, nors olandiški imigrantai ir turėjo ryšius su savo gimtuoju kraštu Europoje, bet po kelių šimtų metų olandų kalba tampa net nebeįsivaizduojama. "Skryf soos jy praat" (rašyk taip kaip kalbi) pradeda plisti kaip naujas patriotinis šūkis.

1872-1873-čiais metais Kaap laikraščiuose Ds. S. J. du Toit ir C. P. Hoogenhout pradeda rašyti ta naująja būrų kalba su kitomis gramatikos taisyklėmis ir sintakse. 1875-tais metais yra išverčiamas Šventas Raštas į afrikaans (būrų) kalbą. Po 1850-tų metų dar tik Oranje-Vrijstaat'e ir Transvaal'y buvo likusi oficiali olandų kalba. Visur kitur jau buvo anglų. Tais pačiais metais pradama rašyti mokyklos vadovėlius, gramatikas ir žodynus. Taip pat atsiranda laikraščiai "Die Patriot" ir "Ons Klyntje" afrikaans'ų kalba.

1914-tais metais afrikaans įsigali mokykloje, bažnyčioje, prekyboje ir administracijoje. Nuo 1925-tų metų ji yra lygiateisė su anglų kalba ir 1950-tais metais paskelbiama oficialia Pietų Afrikos kalba (vietoje olandų kalbos).

III

Pietų Afrikos poetų kūryboje prieš 1900-sius metus atsispindi didelis patriotizmas ir nepasitenkinimas anglais. C. P. Hoogenhout rašo;



E. URBAITYTĖ

VEIKSMO TARPE

"Anglų! Anglų! Viskas anglų! Anglus girdi ir matai,

Mūs mokykloje ir bažnyčioje mūsų kalba žudoma."

Tame laikotarpyje rašoma daug panašių eilėraščių, bet jie yra įdomūs tik istoriniu atžvilgiu, kaip pvz.: šis C. F. L. Leipoldt posmas, kuris sunku pavadinti lyrika:

Ši ryt dar Japie buvo čia

O vakare jo jau nėra!

Veide dar liko šypsena

Su angliško švino kulka.

Po būrų karo XX-to amžiaus pradžioje afrikaans kalba atsiduria beviltiškoje padėtyje. Oficiali kalba yra tik anglų. Būrų ūkiai yra sunaikinti ir sudeginti. Vyrai iššaudyti. Tūkstančiai moterų ir vaikų uždaryti į koncentracijos lagerius. Viskas daroma, kad likusius būrus kaip galima greičiau paversti anglais ir nuslopinti jų tautinį jausmą. Atrodo, kad olandų-afrikiečių kultūrai atėjo galas.

Netikėtai įvyksta permaina. Poeto Eugene Marais poezija, kaip žaibas sujudina visus būrų patriotus. Iš Olandijos ateina piniginė parama ir taip pat atvyksta mokytojai, kurie įkuria privačias olandiškas mokyklas. Pokarinė poezija atgimsta. Poetai J. D. du Toit, Jan Celliers ir C. L. Leipoldt išleidžia eilėraščių rinkinius afrikaans kalba. Tik prozos rašytojai dar laukė dešimtį metų, kol pasirodė su savo kūryba.

Pirmas tikras pokarinis poetas yra Eugene Marais (1871-1936). Jo poezija išsilaisvina iš beprasmių ir nereikalingo žodžių rimavimo, ir kiekviena savaime kilusi eilutė turi gilią mintį. Jan

Celers kūryboj atsispindi gamtos ir tėvynės meilė, ilgesys garbingai savo būrų tautos praeičiai ir piešiamos karo baisybės. J. J. du Toit (Totius 1877-1953) rašė daug baladžių ir jo religinei poezijai daug įtakos turėjo Guido Gezelle. Louis Leipoldt (1880-1947) jau daugiau skiriasi nuo savo laikotarpio poetų. Jo poezija asmeniška, jautri, kalba paprasta, kasdieniška, be rimų ir metro. D. F. Malherbe (1881) yra nuotaikos ir gamtos poetas. Taip pat rašo proza.

XX-tas amžius pažadina Pietų Afrikos būrus iš kaimietiškos idilės. Pramonė, prekyba ir mokslas pagriebia būrą į savo sukuri ir tai atsispindi literatūroje.

Naujamajai kartai priklauso poetai: F. (Toon) Van den Heever (1894-1957); A. D. Keet (1888); J. R. L. van Bruggen (1878-1948); Theo Wassenaar (1892); A. G. Visser (1878-1929).

1926-tais metais Pietų Afrika gauna autonomiją. To laikotarpio poetai: C. M. Van Den Heever (1902-1975) — vienišas poezijos idealistas, kuris ieško harmonijos, kurdamas tobulą ir gražų vaizdą. I. D. Du Plessis (1900) eilėraščiai padeda pagrindus moderniai poezijai.

Po 1930-tų metų iškyla poetai, kurie galutinai išsilaisvina nuo konservatyvios ir tradicinės formos, kaip N. P. Van Wyk Louw (1906), W. E. G. Louw (1913), Uys Krige (1910), Elisabeth Eyberst (1915), kuri laimėjusi keletą poezijos premijų yra pati svarbiausia ir geriausia šių dienų modernios poezijos atstovė. Dirk Opperman (1914) ir Peter Blum (1925).

Panaudota literatūra:

- Dr. W. G. N. Van Der Sleen, Zuid-Afrika, 1952.
 Dr. R. Antonissen, Zuid-Afrikaanse Poezie, Antwerpen, 1950.
 Jozef Deleu, Moderne Zuidafrikaanse Lyriek, Brugge, 1966.
 M. Luitingh, Vorm en Inhoud, 1954.
 Uys Krige, Gedigte, 1968.
 Elisabeth Eybers, Onderdak, Amsterdam, 1969.
 Dr. Abel Coetzee, De Hedendaagse Afrikaanse Letterkunde, Brugge-Utrecht, 1963.
 Verklarende Afrikaanse Wordenboek, Pretoria, 1956.
 Dr. F. E. J. Malherbe, Zuidafrikaanse letterkunde, Pretoria, 1968.

* *
 *

FRAGMENTAI IŠ PIETŲ AFRIKOS POEZIJOS

Jan Francois Elias Celliers (1865-1940)

TAI VISKAS

*Tai gelsva,
 tai melsva,
 tai laukas,
 tai oras*

*ir jaučiu sukuri aukštai vienišame lėkime —
 tai viskas.*

*Tai atėjęs tremtinys
 vandenynas pasakys,
 tai kapas žolėje
 ir krintanti ašara —*

tai viskas.

1906.

C. J. Langenhoven (1873-1932)

PIETŲ AFRIKOS BALSAS

*Per dangaus melsvas žydrynes
 Ir iš jūrų gilumos,
 Per mūsų aukštuosius kalnynus
 Tavo balsas vis bylos.*

*Kai per dykumas nykiąsias
 Jaučių voros nulinguos,
 Skambės balsas mylimasis
 Mūsų Afrikos brangios.*

*Mes tam balsui atsiliepsim,
 Atiduosim ko prašai,
 Mes gyvensim ir mes mirsim
 Pietų Afrikos vaikais.*

E. URBAITYTĖ

AUTOPORTRETAS



Uys Krige (1910)

ŽUVĖDRA

Tarp baltojo namo
ir baltojo namo,
prie baltų debesų
ir pilkųjų kalnų,
aukštai virš jūros
pilkas sidabras,
pilkas sidabras
pilkųjų bangų,
tolybėj toli
plačiam horizonte
pakilk ir skrisk,
pakilk ir skrisk
baltoji žuvėdra
visai
viena . . .

Kam jūra dainuoja?
Kam vėjas dejuoja?
Kam klykia žuvėdra?
Ko rauda širdis
visai
viena?

Jūra dainuoja,
vėjas dejuoja,
žuvėdra klykia
ir rauda širdis
baltajam name
skaisčiąją dieną
pilko sidabro,
pilko sidabro:
kur eiti?
kur eiti
visai
vienam, vienam vienam?

Theo Wassenaar (1892)

JŪROS SONETAS

O visagalis vandenynė,
Apsuptas plotų neribotų,
Slepai tu savo gelmės vylių,
Tik laikas girdi balsą slopų.

O jūra, vis gyva ir nenurimus,
Mėnulis su tavim, siūbuojate kartu,
Tavasis šauksmas audrose dar neužkimęs,
Sudūžta kaip vilnis ant kranto akmenų!

Tu amžinasis judesys – didus – galingas!
Ir plečiasi stipri jėga gyvybės
Mano širdyje. Aš kristalinis stiklas,
Kuriam atsispindi šviesa amžinybės.
Kuriam gyvenimas yra davęs tikslą:
Esu aš ritmas pulso Visatos beribės!

E. M. Van Den Heever (1902-1957)

SUŽEISTA ŠIRDIS

Tyliojoje kovoje palūžusi širdie,
iš baimės drebanti skausme,
ramybės aš nerandu čia.

Mūs laimė užslopinta ir trumpa,
gėrimo taurę, kurios troškome,
atplėšia mums nuo lūpų.

O laiko ritmas panašus,
jaučiu virpėjimą bangų,
jaučiu bangavimą, kurio nesuprantu.

1928.

N. P. Van Wyk Louw (1906)

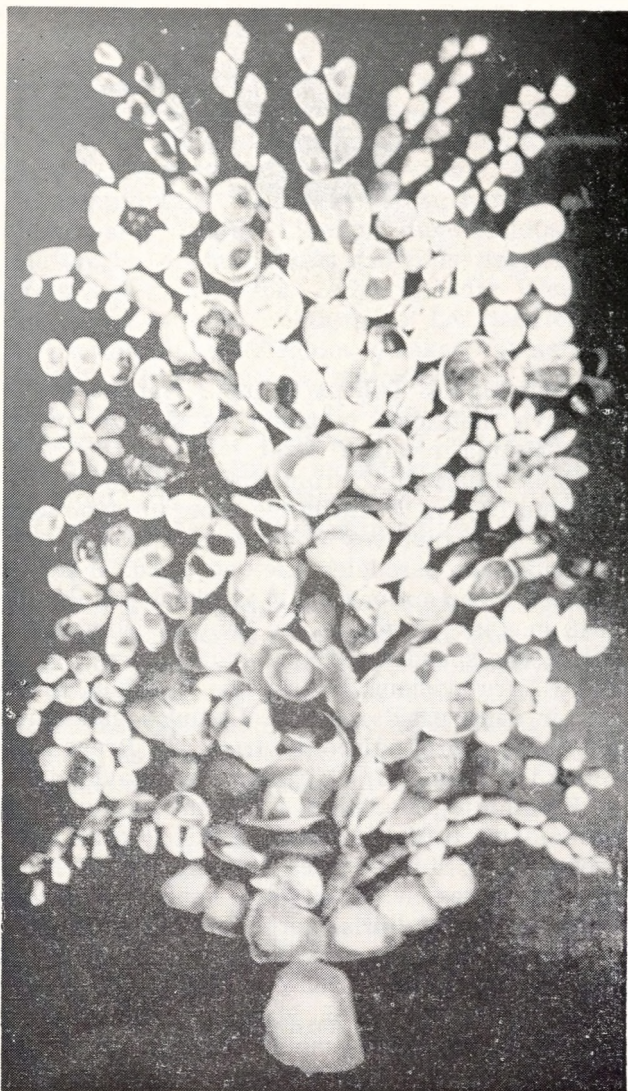
ŽUVĖDRA

DIEVO VEIDAS

Mačiau aš Viešpaties žibėjimą
su vėju lekiančioje šviesoje,
tylios kančios ir džiaugsmo jėgoje
per vaiko nuostabią akis.

Mačiau aš Viešpaties žibėjimą
saulutės spinduliuos ir skaidriame ore,
srovenančiame vandeny ir debesyse,
ir gėlėse, ir vaisiuose mačiau.

Gyvenk
ir mirk,
lakiok,
klajok
tarp džiaugsmo debesų
ir jūros liūdesio bangų,
tarsi akimirksnis,
o gal žvaigždė,
atsiliepia tyla, o mirtis
toli horizonte.



ELENA GIMBUTIENĖ

JŪROS KRIAUKLIŲ KOMPOZICIJA



Elisabeth Eybers (1915)

KARTAIS

*Kartais jis atrodo beveik senas;
tasai apgaulės pulsas,
atsakymas, ar judesys
per greitas, ar per lėtas.
Širdis man susitraukus meldžiasi:
Gailestingasis Viešpatie,
O Dieve – Tu žinai gi tai,
koks jaunas jaunas jis yra.*

Elisabeth Eybers (1915)

MIDAS

*Iš pradžių gerai galvoti, ką turiu daryti,
kad visi daiktai, nereikalingi ir sustingę,
po mano pirštų galais pavirstų metalu. Geltonu.
(Minkštu, neįkainuojamu ir daug.)*

Tegu nutyla viskas.

*Kaip skamba mano vardas vėl?
Tu Midas, karalius Midas ir lobių pilnos
skrynios. (Jinai kitu vardu vadino jį, pirmoji,
kurią po motinos pažįsta kūdikis.)*

Tegu nutyla moterų balsai.

*Kas moteris?
Tai tas, ką laikome tik pramoga trumpa,
sukėlusia aistras (ar šuo atskirs
kamieną vieno medžio nuo kitų
išskyrus naudingumą, arba kvapą
pirmykščio augalo šunies?) . . . tos aimanos,
betiksliai išgalvojimai, aidai,
kvailas maldavimas: Midai, mylėk mane!
(Taip, Midas, tarytum ji dar nežinotų,
kad Midas karalius, vardu karalius Midas.)*

*Nutyla vergė. Taip ir ji išmoko,
kad viskas vyksta pagal pareigas ir planą,
ji žino šitą griežtą pamoką, kada
vienas įstatymas yra Midui, o kitas kitiems.
Dabar ji tyli. Ir kiekvienas ją pamiršta.
Užburta mano ranka viską palietė.
Taip Midas, karalius Midas gali glostyti,
jos kūnas mano šilto kūno padarytas . . .*

DIEVE DIEVE DIEVE DIEVE DIEVE

DIEVE auksą atsiimk!

Iš afrikaans (būrų kalbos) vertė Zenta Tenisonaitė

JAUNIMO RAŠYTOJA J. NARŪNĖ



A. TYRUOLIS

Viena iš pačių produktingųjų mūsų jaunimo rašytojų išeivijoje yra Janina Narūnė-Pakštienė. J. Narūnė, pagal tėvus Markevičiūtė, gimė 1895 m. gegužės 17 d. Panevėžyje. Ten 1911 m. baigė gimnaziją, ir jau 1911-13 m. mokytojavo „Saulės“ įsteigtoje mokykloje Panevėžyje. 1913-17 m., taigi jau Pirmojo pasaulinio karo metu, studijavo agronomijos mokslus Petrapilyje. Tų studijų pradžioje ten buvo Lietuvių studentų draugijos valdyboje. Karui dar tebeinant, 1917 m., Narūnė pateko į Tverę, kur dirbo Lietuvių tremtinių komitete.

Taigi J. Narūnė jau anksti išitraukė į visuomeninę ir organizacinę jaunimo auklėjimo veiklą. Lietuvos nepriklausomybės paskelbimo metais (1918) ji jau dirbo Žemės ūkio ministerijoje, iš pradžių Vilniuje, o po to Kaune, eidama žemės ūkio spaudos referentės ir švietimo skyriaus sekretorės pareigas. Netrukus atsidėjo organizaciniam vaikų auklėjimo darbui, įsteigdama Lietuvos vaiko draugiją ir dirbdama Mergaičių bičiulių sąjungos valdyboje. Jau tada ji ėmėsi ir moterų skyriaus laikraščiuose steigimo ir redagavimo darbo. Tokių skyrių ji įsteigė „Lietuvos“ (1918-28) dienraštyje, o moterų skyrių redagavo „Ryte“, „Lietuvos žiniuose“, „Ūkininko patarėjuje“. Kurį laiką vedė moterų ra-

dijo pusvalandį. Tuo pačiu metu Narūnė bendradarbiavo motinoms ir moterims skirtose spaudoje, pvz. „Motina ir vaikas“ ir kt.

Panašų darbą J. Narūnė dirbo būdama ir tremtyje nuo 1944 m. Vorarlberge ji organizavo moterų sekciją prie Lietuvos Raudonojo kryžiaus, ruošė lietuvių meno parodėles. Lietuvos vardą ir lietuvių liaudies meną propagavo ir išvykusi į Kolumbiją 1948 m. Čia gyvendama jau daugiau išitraukė ir į lietuviškos spaudos darbą. Buvo ištekėjusi už inž. Petro Narutavičiaus, kilusio nuo Kuršėnų, Šiaulių aps. ir daug pasidarbavusio Lietuvos elektrinimo srityje (ši darbą dirbo ir tremtyje Bregenze, o vėliau ir Kolumbijoje). Mirus inž. Narutavičiui 1956 m. Kolumbijoje, Medeline, J. Narūnė po kurio laiko ištekėjo už prof. Kazimiero Pakšto, kuris vėliau profesoriavo Steubenvillės kolegijoje ir mirė 1960 m. (palaidotas šv. Kazimiero kapinėse Čikagoje). Prof. K. Pakštą didžiai gerbdama ir mylėdama, J. Narūnė jo garbei parašė eiles „in memoriam“, pavadintas „Sutemos“ (1963 m.).

Jau nuo 1956 m. J. Narūnė pradėjo aktyviai reikštis vaikų ir jaunimo literatūros srityse. Į šį darbą ji kaip pedagogė ir visuomenininkė jau buvo linkusi seniai. Tais pat 1956 m. ji išspausdino le-



RASYTOJA

JANINA NARŪNĖ

genda apie gintarą, pavadintą "Gintarėle", kuri autorės vardą pagarsino platesniame pasaulyje: šis kūrinys buvo išverstas į ispanų k. (1957 m.), į anglų k. (1961 m.) ir į vokiečių k. (1966 m.).

Po to J. Narūnė išleido kitus eilėraščius ir pasakojimų eilėmis vaikams rinkinius. Tai "Jaunieji daigeliai" (1958, antroji laida 1960 m.), "Gintaro takais" (1962), "Birutės rytas" (1967). Dar buvo išleisti rinkinėliai "Lineliai", "Mūsų žvirblis", "Rūtelės aitvaras" ir kiti. "Linelius" buvo išleidusi švietimo taryba, o "Jaunuosius daigelius" taryba buvo aprobavusi mokykloms. J. Narūnė dar išleido ir kitų leidinių mūsų mažiesiems bei jauniems skaitytojams, pvz. kalėdines pasakas "Snaigių karalaitė", "Miško viešnia". Žinomos ir J. Narūnės atsiminimų knygos "Trys ir viena" (apie rašytojus Balį Sruogą, Juozą Švaistą, Jurgį Savickį ir Gabrielę Petkevičaitę-Bitę), autobiografiniai pasakojimai "Vaikystė" (1975), "Jaunystė" (1978) (tikimasi, kad autorė duos ir šių pasakojimų tęsinį iki paskutiniojo meto).

J. Narūnės vaikų, jaunimo ir suaugusių poezijos žymus patriotinis ir religinis motyvas — tie du svarbiausi ramsčiai, kuriais remiasi lietuvių tautinis gyvenimas. Jos eiliavimas kuklus, paprastas, nepretenzingas, tradicinis, bet nuoširdus ir mielas, dėl to ir tas jos eilutes mažiesiems skaitytojams atmintinai išmokti nėra sunku:

Ar aš ne lietuvė?
Žvelkite į juos:
Rūbai tie yra buvę
Kauno "Marginiuos" ...
Gintaro karoliai
Net iš Palangos,
Taip gražiai geltoni —
Man neatsibos!

(Ar aš ne lietuvė, iš "Jaunieji daigeliai").

Patriotiniuose J. Narūnės eilėraščiuose tebeaidi ta pati gaida, kuria buvo suskambėjusi daugelio mūsų tremties poetų styga graudžiai, gailestingai, nostalgiskai:

Lietuva — tu Smūtkelių šalis,
Tu kampelis dainų ir artojų,
Tavo žemė, krauju apšlakstyta,
Šventą žemę bučiuoju ...

Lietuva — tu kaip motina mano!
Išsiilgusi puolu prie kojų,
Tau vienai aš aukoju!
Visa, kas manyje yra gero
(Lietuva, iš "Gintaro takais").

Kartais J. Narūnės eilėraščiai tėra trumpučiai, bet kondensuoti jausmo proveržiai, kaip šit:

Aušros Vartų Marija!
Globėja Lietuvos —

Vargo ašarom lyja,
Kas kančioj mus užstos? ...

Žvelk į gintaro žemę —
Tiesias rankos Tavešp!
Taip aplinkui sutemę —
Mus į laisvę išvesk! ...

(Aušros Vartai, t.p.)

Prof. K. Pakštui atminti eilių rinkinėlį "Sute mos" autorė pavadino "dienoraštiniais posmais". Nors dienoraštinio įspūdžio čia ne per daugiausia, bet į kai kuriuos posmus J. Narūnė įdėd nemaža tūrio, pvz.:

Tu svajojai taip plačiai, globaliai,
Savo tautą kėlei tarp tautų! ...
Ir išplėsti savo mažai šaliai
Tu ieškojai žydinčių kraštų ...

Troškai, kad tviskėtų DAUSUVA
Palmių šlamančių pavėsyj,
Kur skambėtų ir daina sava,
Ir smūtkeliai būtų pakelėse ...

(Dausuviečiui).

Čia poetės trumpai nusakyta visa profesoriaus gyvenimo svajonė ir jos tragiškas likimas, nepavykus jai realizuoti visos tremties ir išeivijos fone.

Kai kur čia J. Narūnė yra pragyduši ir didžiai nuoširdžiu ir būdingu liaudies poetės balsu:

Kad galėčiau,
Tau atrisčiau
Iš Užpalių
Akmenį baltą,
Kad jis būtų
Tau lengvesnis
Už puošniausią
Marmurą šaltą ...

(Kad galėčiau).

Memuarinę literatūrą J. Narūnė papildė savo literatūrinių ir autobiografinių atsiminimų knygomis, kurios pasirodė ar dar pasirodo paskutiniuoju metu. Lengvu ir gyvu stiliumi autorė turi ką pasakyti, sulaukusi gražaus ir turiningo amžiaus ir dar tebebūdama kūrybiškai veikli ir uoli.

Kaip minėta, visa J. Narūnės veikla sukasi aplink visuomenininkės ir pedagogės polinkius. Ji studijavo žemės ūkio mokslus, bet ne mažiau dirbo ir organizacinį ir spaudos darbą lietuvių moters globos ir auklėjimo srityse. Galop jau tremtyje ji savo pedagoginius polinkius ėmė reikšti kūrybiniu, poetiniu žodžiu. Dalis jos raštų tebėra rankraščiais.

Po tokių visuomeninių darbų ir kūrybinių pastangų miela pažvelgti į savo praeitį, į nueitą kelią. Taip atsirado J. Narūnės atsiminimai, įpinti į beletristinio pasakojimo rėmus.

Autorė, linkusi į kūrybą vaikam, bene mieliau-
siai ir nuoširdžiausiai pasakoja apie savo vaikystės
dienes, iš kurių galima pasisemti impulso ir poeti-
nei kūrybai. Čia jau tikrovė lyg ir paskęsta kūrybi-
niame pasauly, arba atvirkščiai — kūrybinis vaiz-
das toks artimas pergyventai tikrovei, jog, rodos,
abu lyg ir sutampa.

J. Narūnė savo atsiminimus pradeda nuo tų
paskutiniųjų praėjusio amžiaus metų, kai rusiška-
sis carizmas visu savo svoriu tebeslėgė Lietuvą.
Anksti autorė buvo linkusi draugauti su kaimo vai-
kais ir taip priartėti prie liaudies kūrybos šaltinių,
kas atsispindi ir vėlesnėse jos eilėse. Dėl jos užuo-
jautos nelaimingiem, likimo nuskriaustiem skaity-
tojas nejučiom pamato, kad jaunosios veikėjos
poelgiai vietom labai ima panašėti į šviesiamintės
rašytojos Marijos Pečkauskaitės — Šatrijos Raga-
nos aprašytos Viktorės poelgius ir laikyseną. Gero
auklėjimo, nuoširdi klaidų atitaisymo mintis eina
per visą „Vaikystės“ atsiminimų knygą. Juos pa-
įvairina įtarpai apie kokius žymesnius žmones,
nevengiant ir lengvo humoro nuotaikos. Pvz. toks
buvo rašytojas Petras Vaičiūnas, kuriame jau anks-
ti pasireiškė vaidybiniai, dramaturginiai gabumai.

J. Narūnės vaikystės atsiminimai pradunami
nuo Balninkų, prie Vaižganto aprašyto romantiš-
ko Alaušo ežero, kur tada gyveno jos tėvai, ir bai-
giami jaunos moksleivės įstojimu į tada neseniai
Panevėžyje atsidariusią mergaičių gimnaziją, kurią
autorė, kaip minėta, baigė 1911 m. Atsiminimus
pajvairina gyvi, daugiausia iš rytiečių aukštaičių
tarmės imti dialogai.

„Jaunystėje“ J. Narūnė leidžiasi į tuos savo jau-
nystės metus, kurie susiję su jos viduriniuoju
mokslo Panevėžyje, su jos agronominėm studijom
ir visuomenine veikla Petrapilyje, su Pirmojo pa-
saulinio karo ir revoliucijos pergyvenimais, su dar-
bu Vilniuje ir Kaune pačiais pirmaisiais nepriklau-
somybės metais. Čia knygos puslapiais prabėga
daug įvykių, pasirodo daugelio žymių ar mažiau
žymių žmonių veidai. Visa tai apgaubta giedrios,
blaivios nuotaikos, meilės žmonėms, nepaisant jų
idėjinio skirtingumo ar būdo savybių.

„Jaunystėje“ autorė pristato mums daug žino-
mų ano meto kultūrininkų ir veikėjų. Meno ir
realiųjų mokslų atstovai čia eina vieni po kitų. Čia
susitinkam su tokiais meno žmonėmis, kaip Petras
Rimša ar Juozas Zikaras, su tokiais muzikos atsto-
vais, kaip Kipras Petrauskas, Aleksandras Kutkus,
Vincė Jonuškaitė-Zaunienė ir kitais. Artimi jai
buvo būsimieji ar jau buvę medicinos daktarai,
kaip Vladas Kuzma, Vladas Nagevičius, Ona Jab-
lonskytė-Landsbergienė ir kiti. Gyvi jos atsimini-
muose liko tokie visuomenininkai, kaip Martynas
Yčas, Juozas Tūbelis, Sofija Smetonienė, Jackus
Sondeckis ir kiti. Neišdile iš atminties autorei liko
rašytojai Balys Sruoga, Sofija Čiurlionienė, J. Tu-
mas-Vaižgantas, kalbininkas Jonas Jablonskis ir
daug kitų žymių asmenų iš mūsų kultūros istorijos
panteono.



V. VIZGIRDA

PORTRETAS (E. GIMBUTIENĖ)

*
* *

Taip, kiek J. Narūnės poetinė kūryba turi auklė-
jamosios reikšmės mūsų emigraciniam jaunimui,
tiek jos atsiminimų knygos turi istoriškos vertingos
pažintinės reikšmės. Jos praktiniam gyvenimui įsi-
gytos žinios per jos knygas pateko į mūsų jauni-
mo širdis, kad jas paveiktų patriotiniu, doriniu ir
religiniu nusiteikimu ir duotų tvirtos atsparos prieš
mūsų laikų didžiai apgailėtiną jaunimo pasimetimą.

DABARTINĖ RUSŲ MOTERŲ BŪKLĖ

P. GAUČYS

Vienoje tarptautinėje moterų konferencijoje, iškilus klausimui apie rusų moterų teisinę būklę, Anna Šugajeva, sovietinio moterų komiteto vice-pirmininkė, šitaip atsakė: "Mes jau įvykdėme moterų teisių lygybę. Pas mus nebėra moterų diskriminavimo. Sovietų moterų komitetas, didžiausia ir įtakingiausia moterų organizacija krašte, neturi reikalo rūpintis moterų teisėmis ar iš viso moterimis. Sovietų visuomenėje komitetas tesirūpina išplėsti tarptautinį moterų solidarumą pasaulio taisykai išlaikyti".

Panašiai manoma ir Vakaruose, kai kalbama apie išlaisvintą moterų būklę Sovietų valstybėje. Iš daugelio knygų, rašančių apie įvairius moterų būklės aspektus, nepaprastai mažai užsimenama apie dabartinę rusų moterų padėtį, nors jos marguliuoja Markso, Engelso, Lenino ir kitų komunistų vadų pasisakymais. Ypač mėgstama pažymėti, kad 1919 m. Sovietų vyriausybė per dvejus metus moterims padarė daugiau nei Vakarai per visą šimtmečio ketvirtį. Vadinasi, moterys gali save laikyti "išlaisvintomis", ir paprastai Vakarai tokio mis jas laiko. Ir susidurdami su įvairiomis problemomis, norėtų iš Sovietų pavyzdžio pasimokyti.

Deja, Sovietuose oficialūs tvirtinimai ir įstatymai beveik niekad neatitinka tikrovei. Nepaisant visiškos lyčių teisių lygybės, rusų moterys, o ypač jaunosios, turi daug problemų ir nusivylimų. Nors oficialiai Sovietuose nėra "moterų klausimo", gyvenime jis yra visur akivaizdus.

Skatinama sovietinio pavyzdžio socialinės reikšmės ir stoka duomenų apie rusų moterų patyrimus, Stanfordo universiteto (Kalifornijoje) Rusijos reikalų specialistų grupė neseniai ryžosi suorganizuoti konferenciją ir pradėti tyrimus. Į tą konferenciją susirinko apie 200 dalyvių, tačiau nebuvo Sovietų atstovų. Už pakvietimą dalyvauti padėjo Sovietų mokslo akademija, nenurodyma nedalyvavimo priežasčių. Į tą konferenciją atvykusieji mokslininkai buvo įvairių sričių specialistai. Iš jų pranešimų, diskusijų ir pasisakymų per keturias dienas užsitęsusių posėdžių metu susidarė pilnutinis rusės moters paveikslas, ryškiai parodąs jos socialinį profilį. Pasinaudodamas išleista tos konferencijos darbų knyga, išryškinsiu įdomesnius svarstymus.

Rusijos moterys, kaip ir kitose patriarchalinėse visuomenėse, buvo ribojamos tradicinių vaidmenų: žmonų ir motinų. Per dešimt šimtmečių, iki Sovietinės istorijos pradžios, jos nevaidino svarbesnio vaidmens viešam ar socialiniam gyvenime. Moters

socialinis statusas priklausė nuo vyrų padėties: iš pradžių nuo jos tėvo užimamos padėties, o jai ištekėjus — nuo jos vyro. Ir ne vien tik statusas, bet netgi ir socialinė tapatybė buvo išvestinė, nes nebuvo ryškaus įsisąmoninimo, kas moteris buvo už jos ryšių su vyrais. Mat, bendrai beveik visoje Rusijos praeityje "moters" vardas buvo ir tebėra vartojamas "žmonai" pažymėti. Rusų patarlė tvirtina, kad "viščiukas ne paukštis, o moteris ne asmuo".

Vien tik naujausiais laikais moters suvokimas žymiai pakito. XVIII šimtmečio įstatymai, galioję iki 1917 metų, santuoką aptarė panašiai kaip feodalinų laikų sutartis: globa pakaitom už vergišką paklusnumą. Nors ji nebuvo lygiateisių partnerių sutartis, bet visgi tai buvo susitarimas pripažįstas tam tikrą bešališkumą. Prof. J. Grossman duomenimis 1861 m. baudžiavos panaikinimo metu moterų išlaisvinimas patapo Rusijos socialinės sąžinės jaudinančiu klausimu.

XX šimtmečio pradžioje rusės moterys padarė didelę pažangą. Dėl nuo senų laikų išsilaikiusių tradicijų moterų nuosavybės teisių atžvilgiu nedidelis rusių skaičius palyginti anksti gavo balsavimo teisę. 1860 m. buvo suteikta nuosavybės turėjimu paremta privilegija, kuri po 1905 m. revoliucijos buvo panaikinta. Tuo atžvilgiu ir laikiniais kitais (įskaitant ir moterų švietimo plitimą) Rusijos moterų būklė I-jo pasaul. karo išvakarėse atrodė gan gera, palyginus su Vakarų pasaulio moterimis. Tačiau atsižvelgiant į tai, kad rusų visuomenė daug griežčiau susiskirsčiusi, esant daugumai gyventojų socialinių pakopų apačioje ir tik nedaugeliui vidurinėje klasėje, didelė moterų dauguma mažai tegalėjo pasinaudoti pirmenybėmis, kuriomis džiaugėsi aukštesnių sluoksnių moterys. Iš tikrųjų gi mažuomenės laimėjimas daugumenėje kėlė skriaudos jausmą. Rusijos moterų masei siaurų privilegijų laimėjimas buvo stabdis tolimesnei pažangai.

XIX šimt. gale ir XX šimt. pradžioje pagyvėjusi Rusijos pramoninė raida įvairiais būdais palietė įvairių socialinių sluoksnių moteris ir sukėlė skirtingų rūpesčių. Naujų profesinių ir verslo grupių iškilimas sustiprino besivystantį feministinį judėjimą, kuris jau buvo pasiekęs šokių tokių organizacinių formų ir reikalavo politinių teisių. Tuo pačiu metu moterys darbininkės, kurios gaudavo mažesnį atlyginimą, buvo daug plačiau už vyrus įtrauktos į smarkiai besivystančios pramonės darbo jėgą. Tyli ir politinei veiklai neturinti fizinės energijos, ji buvo neorganizuota ir linkusi savo gyvybinius

ūkinius reikalavimus remti spontaniškom riaušėm. Prof. R. Glickman labai vaizdžiai aptarė Rusijos proletarę moterį ir veiksmus, sukludžiusius jos politinę raidą, o prof. A. Meyer pažymėjo, kad marksizmas, kaip teorinė sistema, mažai tegalėjo pagelbėti moterų judėjimui. Nors užjaučias moterų nusiskundimus ir remias lyčių lygybės principą, marksizmas žiūrėjo į moterų spaudą kaip į dar vieną iš daugelio socialinių neteisybių, kurios išnyks kartu su visuomenės klasių struktūra socialistinei santvarkai įsitvirtinus.

Su 1917 m. revoliucija įvyko staigus teisinis ir institucinis pasikeitimas, Rusijos moterims suteiktos lygios teisės beveik per vieną dieną. Įstatymu buvo panaikintas lyčių diskriminavimas. Balsavimo teisė buvo užtikrinta visiems. Šeimos nuostatai buvo pakeisti. Buvo įteisinta civilinė santuoka, ištuoka lengvai gaunama, nebuvo kliūčių daryti abortus. Naujoji santvarka pasisakė norinti moteris išlaisvinti iš "namų vergijos", suteikdama dirbančių motinų vaikų globą ir įvairių lengvatų. Prie komunistų partijos buvo įsteigta "moterų sekcija", kuri turėjo moteris politiškai suaktyvinti ir paskatinti remti naują santvarką.

Tačiau dešimtmečiui praėjus paaiškėjo, kad įstatymu užtikrintos lygios teisės moterims negarantuoja lygių vietų visuomenėje ir politiniame gyvenime. Prof. G. Lapidus pastebėjo, kad nepaisant lygių teisių, moterys jomis daug mažiau naudojasi nei vyrai, ypač provincijoje, ir kad mažai moterų tematyti svarbesnėse politinio pobūdžio pareigose. 1920 m. moterys sudarė 10% komunistų partijos narių. Dešimtmečio gale "moterų sekcija" buvo panaikinta. Lengvai duodamos ištuokos tikslu pagerinti moterų būklę, pasirodė žalingos toms, kurios vyrų buvo pamestos ir paliktos su mažamečiais vaikais. Nepaprastai pagausėjo abortų. Ūkiniai sunkumai padarė neįmanomą tinkamą vaikų globos centrų aprūpinimą maistu ir reikalingais reikmenimis, ir moterys nenorėjo naudotis dalinėmis lengvatomis.

Apie 1930 metus ideologiniai išsipareigojimai, vidaus politika, ūkiniai sunkumai ir tarptautinė padėtis Sovietų vadus paskatino imtis greito šalies supramoninimo. Tuo pačiu metu buvo žemės ūkis sukolektyvintas. Ši "antroji revoliucija" iš pagrindų pakeitė ūkinę struktūrą ir turėjo daug gilesnių socialinių padarinių nei ankstybesnės politinės bei įstatyminės permainos. Staigiai iškilus dideliame darbo jėgos pareikalavimui, moterys buvo įtrauktos į naujus uždavinius. Patirti dideli nuostoliai I-jo pas. karo, revoliucijos ir pilietinio karo metu, sugriovė lyčių pusiausvyrą. Smurtu vykdomas ūkių kolektyvizavimas ir milžiniški politiniai valymai irgi sunkiai palietė vyrus.

Kai pramonės augimo reikalavimai ir palyginamas vyrų darbo jėgos trūkumas įtraukė vis daugiau moterų į įmonių darbą, naujai paskelbta moterų teisė į darbą už namų ribų palaipsniui pavirto socialine prievole dirbti. Tuo pačiu metu vis mažė-

jąs gimimų skaičius ir vis didėjęs darbo jėgos bei naujokų kariuomenei pareikalavimas paskatino griežtą šeimos politikos pakeitimą. Abortai buvo suvaržyti, o vėliau patapo beveik neįmanomi. Ištuokos irgi buvo žymiai apsunkintos ir brangiau kainuojančios.

II pasaul. karas dar daugiau moterų įkinkė į darbą ir pareikalavo gyventojų papildymo. Moterys buvo raginamos masiniai stoti į darbus ir gimdyti daugiau vaikų. Vyrams mokami skurdūs atlyginimai, moteris privertė imtis kokio darbo, nes mažai tėra rusų vyrų gaunančių tokias algas, iš kurių jie galėtų išlaikyti šeimas. Kartu su tuo buvo panaudoti įvairūs medžiaginiai bei moraliniai paskatinimai bei graudeniai kovojant su nuolatinėmis gimimų skaičiaus mažėjimu. II-jo pas. karo metu buvo įvesta didelių šeimų apdovanojimo sistema. Dešimties vaikų motinai suteikiamas "motinos didvyrės" vardas, už mažesnių vaikų skaičių duodami kuklesni titulai ir privilegijos. 1940 m. motinoms ir vaikams buvo padidinta socialinė pagalba ir dirbančioms motinoms buvo pradėta teikti veiksmingesnė globa.

Postalininiam laikotarpy buvo sušvelninta socialinė bei šeimos politika. Buvo sugrąžinta teisė daryti abortus, tačiau dėl vartojamų netobulų priemonių moterys rizikavo susilaukti psichinių ir fizinių pasėkų. Nors valstybė neatsisakė turėti daugiau naujagimių, bet leido pardavinėti sunkiau gaunamų ir žemos kokybės prieš pastojimą priemonių, kas tarsi leido moterims pasirinkti gimdyti ar negimdyti. Sovietų socialinė pagalba duosniai apmoka motiniškumo atostogas, nes motinai leidžia su savo naujagimiui pasilikti namie per ištikus metus, garantuodama, kad jos turėtas darbas bus jai sugrąžintas. Šeimos, kurių pajamos yra žemesnės už nustatytą minimumą, gauna mėnesinius primokėjimus už kiekvieną vaiką. Didelės sumos sudėtos į vaikų darželius ir vaikų priežiūros centrus, ir nors jie nėra tinkamai įrengti ir neatitinka dirbančių motinų poreikiams, be to, ne visi reikiamai administruojami, todėl daugelis motinų nemėgsta savo kūdikių ten laikyti.

Nepaisant valstybės pastangų paskatinti gimimus, abortai yra labai dažni. Vidutiniškai kiekviena rusė motina turi vieną ar du vaikus. Gimimai tolydžio mažėja nuo to laiko, kai moterys pradėjo dirbti įmonėse ar raštinėse. Dabartiniu metu visos fiziniai sveikos rusės moterys dirba už savo namų. Gimimai miestuose yra žemiausi ir tai neramina valdžios organus, nes rusų gyventojų prieauglis auga daug lėčiau nei daugelio kitų etninių mažumų, ypač Vidurio Azijoje. Labai dažnai tvirtinama, kad rusų ir kitų Sovietų tautybių šeimos esą ne tai kad nenori, bet tiesiog negali turėti daugiau vaikų dėl nepaprastai aštrios butų krizės, kuri siaučia miestuose. Be abejo, ji yra viena rimtų priežasčių, tačiau vis mažėjęs moterų vaisingumas lydėjo ir kitų modernių visuomenių pramonėjimą ir žmonių bėgimą į miestus, kurie ne visad išgyveno butų krizę, tad čia glūdi dar ir kurios kitos priežastys.

Sovietų sociologinės institucijos ir netgi populiarioji spauda pastaraisiais metais vis didesnę dėmesį telkia į vadinamąją "moterų dvigubą našta". Jos pagrindė glūdi tradicinė pažiūra (būdinga abejoms lytims), kad vaikų auklėjimas ir auginimas, ir šeiminkavimas namie yra išimtinai moterška pareiga. Juk neduodami medaliai "tėvams didvyriams", ir tai yra teisinga, nes vien tik ant moterų pečių kraunama gerbūvio našta. Sociologų studijos rodo, kad rusai vyrai turi daugiau poilsio ir liuoslaikio nei jų žmonos.

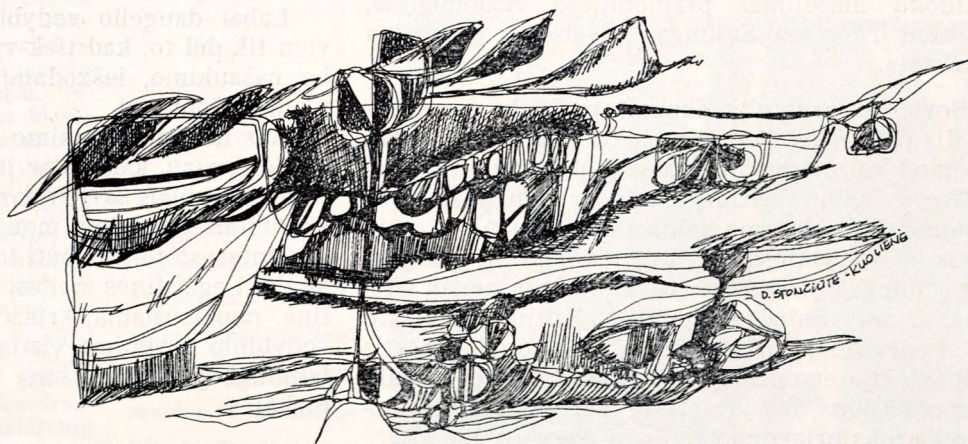
Tradicinės pažiūros ir laikysena sudarė stiprų stabdį įgyvendinant moterų teises tikrovėje. Nors moterys prisiima naujų pareigų visuomenėje ir naują ūkinę atsakomybę, jos nepamiršo senovės. Prof. M. Rosenhan, išnagrinėjusi dabartinius sovietinius vadovėlius, rado, kad vaikai vis dar tebe mokomi priimti įprastinius stereotipus: motina šeiminkauja namie, nors ji visą dieną dirbtų įmonėje, o tėvas eina dirbti. Praktikoje tebevyrauja įsitikinimas, kad vyras išlaiko šeimą, nors moterys Sovietuose sudaro truputį daugiau kaip pusę visos darbo jėgos, ir tai yra atspindys įsitikinimo, kad vyras sugeba daugiau uždirbti. Vidutiniškai imant, žmonos uždarbis tesiekia du trečdalius vyro uždarbio. Anot prof. J. Chapmano, Sovietų Sąjungos praktikuojamas tolygus atlyginimas už tolygų darbą. Mat, dalykas tas, kad moterys vyrauja žemiausiai atlyginamuose darbuose, arba tikriausiai tuose, kurie mažiausiai apmokami. Nūdien 75% Sovietų gydytojų yra moterys, tačiau ten gydytojai gauna žemą atlyginimą. Būdinga, kad visose darbų srityse, įskaitant ir tas, kur jos vyrauja, joms sunku patekti į aukštesnes, vadovaujamąs pozicijas. Daugelis moterų eina svarbias ir išskirtinas pareigas Sovietų ūkyje ir visuomenėje, ir tuo atžvilgiu jos padarė didelę pažangą, bet neteisėtas jų diskriminavimas tebėra kliūtis kopti aukštyn.

Sakoma, kad darbdaviai nenori moterims duoti atsakingų darbų, dėl susidarančių pertraukų darbo tvarkaraščiuose ir dėl aukštos motiniškumo atosto-

gų kainos bei apmokamų išėjimų, leidžiamų sergančio vaiko motinom. Tuo būdu socialinė pagalba atsigręžia prieš jas, pažeisdama moterų karjeros galimybes. Tas pat pasakytina ir apie išėjimą į pensiją sulaukus 55 m., užuot 60 m. Salia to, naminės pareigos mažai laiko ar progų palieka nedarbo meto mokymuisi ar veiklai, įgalinančiai pakilti tarnyboje. Nors moterys turi teisę į lygų švietimą, bet palyginti mažai kas iš jų gauna aukščiausius laipsnius. Sakoma, kad daugelis rusių beveik žemai apmokamus ir mažiau darbo reikalaujančius užsiėmimus dėl prieštaringos atsakomybės jų šeimyniniam gyvenime. Kai krašte jaučiama didelė stoka ne tik pirmo reikalingumo prekių, bet ir plataus vartojimo reikmenų (įskaitant ir šeiminkystės), moterims sunku tvarkytis ir apsiruošti.

Kyla klausimas, kodėl rusė moteris veiksmingiau nepasinaudojo savo politinio balso įtaigoti ūkinio pobūdžio sprendimams? Moterų politinė veikla vis plečiasi, ir daugelis rusių turi politinius darbus. Tačiau čia, kaip ir ūkiniam sektoriuje, veiklos sfera staigiai krinta aukštesnėse pakopose. Jokia moteris nepateko į aukščiausios galios centrą — Politbiurą, nors moterys sudaro ketvirtadalį komunistų partijos narių. Prof. J. Moses savo studijoje apie Sovietų moteris regioninėje politikoje konstatuoja įdomų faktą, kad į aukštesnes pakopas jos patenka dažniausiai "ideologinio", o ne "praktinio" pobūdžio pareigoms, kurios nuveda į pačius aukščiausius postus. Paskyrimų pavyzdžiai rodo, kad jų trumpas ten buvimas tėra tik lyčių lygybės politinis ženklas. Prof. J. Hough atskleidė įdomų sąryšį tarp įvairiuose miestuose vaikų globos gavimo ir moterų politinės veiklos apimtys. Tai rodo, kad rusė moteris savo politiniu aktyvumu gali pasiekti savo tikslų arba, kad noras išrūpinti daugiau tokių patogumų paskatina moteris įsitraukti į politinę veiklą.

Paskutinis Stanfordo konferencijos posėdis buvo skirtas išnagrinėti moters būklei moderninėse komunistinėse ir nekomunistinėse visuomenėse.



D. STONČIŪTĖ -
KUOLIENĖ
KOMPOZICIJA

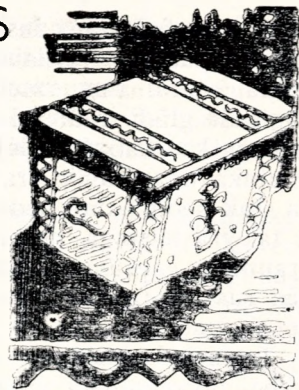
Įdomu, kad didžiausi panašumai kryžiuojasi su politinėm sistemom, tuo tarpu kai didžiausi skirtumai iškyla komunistiniam pasaulyje. Nuostabiausią panašumą matome vienodose supramoninimo pasėkose lyčių vaidmenims, nepaisant politinio konteksto. Skirtumas pastebėtas Kinijoje, kur pramonėjimo lygis dar neparūpina pakankamai darbų visom moterim už namų ribų.

Kalbant apie JAV moterų istorines pozicijas, prof. C. Degler'is pažymėjo, kad tik po II pas. karo daugelis išteklėjusių moterų pradėjo dirbti už namų ribų. Dabartiniu metu moterys sudaro 40% visų krašto darbininkų. Kadangi Amerikos moterų išjungimas į darbo jėgą įvyko be jokio įstatyminio įpareigojimo lyčių lygybės atžvilgiu, tas judėjimas savaime nevedė į lyčių lygybę. Sovietinėje praktikoje revoliucionierių ideologinis išpareigojimas paskatino socialines permainas. Tačiau prof. Deglerio komentarų šviesoje prof. Meyerio tezė apie marksizmo teoretinius apribojimus ir prielaidas turi ypatingą reikšmę. Sovietinė praktika aiškiai rodo, kad formalinė, nors ir įstatymu paskelbta lygybė, dar neužtikrina tos lygybės vykdymo praktikoje. Nei taip pat moterų "išėjimas iš namų" neišsprendžia lyčių lygybės. Jis tik sudaro visą eilę problemų, bendrų visų pramoninių visuomenių moterims, kurios negali būti išspręstos ligi "ideologija" — tradicinių idėjų ir laikysenų lyčių vaidmens atžvilgiu nebus pakeista. Vyro ir moters vaidmuo tradicinėse visuomenėse yra ryškiai tarpusavy susijęs. Vaidmenų pakeitimai vienoje pusėje reikalauja atitinkamo suderinimo kitoje pusėje. Moterys prisiėmė naujas pareigas tik atsižvelgdamos į ūkinį spaudimą ir socialinės būtinybės spaudžiamos.

Visuomenės nemėgsta atmainų, įimtas ir išgainingas konservatiškumas padeda užtikrinti jų glaudumą ir tęstinumą. Visuomenės struktūroje santuoka ir šeima buvo pagrindinės institucijos. Jos teikė ir dabar dar tebetiekia moterims, o taip pat ir vyrams, daug pranašumų. Nuo pramoninės revoliucijos laikų tų institucijų naudingumas moterims pradeda atrodyti menkėjančiu. Vis gausėjančios ištuokos ir faktas, kad dažniausiai jas pradeda moterys, o pastaruoju metu lengvas jaunų merginų santuokų mažėjimas pramoninėse visuomenėse, įskaitant ir Sovietų Sąjungą, akivaizdžiai patvirtina šią išvadą.

Sovietinis pavyzdys daugiopu būdu pamokantis. Jis patvirtina, kad nėra jokio pagrindo išvadai, jog modernizavimo įtampa gali privesti prie santuokos ir šeimos iširimo. Šiaip ar taip, joks kitas visuomenės sudarymo būdas nepasirodė patrauklesnis ir gyvybingesnis. Rusijos moterų patirtis, kad sėmingas prisitaikymas implikuoja ne tik įstatymų ir socialinių institucijų pakeitimą, bet taip pat ir socialinių pažiūrų. Mokslininkai gali ginčytis ar ideologija ena priekyje ar seka iš paskos socialinius pakitimus, bet yra aišku, kad modernioji ekonomika mus priartino prie lyčių lygybės.

IR VEDYBOMS REIKALINGAS PAŠAUKIMAS



Mes, katalikai, priklausome didingai ir nuostabiai sandorai, kurią Kristus Evangelijoje vadina "Dievo Karalystė". Laiminga žmonija, kuri moka džiaugtis gyvenimo dovana ir įvertina neįkainojamą jos vertybę.

Žmonija turi gyventi meilės pagrindu, kaip Išganytojas yra nurodęs, tai yra ta meile, kuri atleidžia ir supranta kitų silpnybes, kuri padeda nelaimių ištiktiems, gal kartais iš mūsų pačių priežasčių.

Dievas prabyla į žmogų jo paties gyvenimo įvykiais, tai yra per asmenis, su kuriais bendraujame, kurie mums pagelbsti, kurie mus puola, plaka ar simpatizuoja. Tai manifestacijos, kurios gali būti didelio pasirinkimo kvietimas, gi tikinčiam asmeniui yra malonės momentai, per kuriuos pasireiškia Dievas jo gyvenime ir Šventoji Dvasia, kuri šildo širdį ir duoda suprasti gyvenimo kelią, kuriuo turėtume eiti.

Už tai visiems yra pašaukimas, gyvenimo būdo pasirinkimas: ar vesti, ar nesivesti. Jei nesivedama, tai dažniausiai dėl dviejų motyvų: ar tai dėl kilnesnio idealo, ar tik iš savanaudiškumo.

Pašauktieji į dvasiškių luomą savu laiku pajunta impulsą, kurį Dievas įdiegė jų širdyje, ir jį seka. Taip lygiai ir tie, kurie yra pašaukti į moterystės luomą. Tai ne tiesa, kad visi turi vesti ir kad vedybos esąs spontaniškas faktas. Reikia pašaukimo.

Labai daugelio vedybinis gyvenimas sugriūva vien tik dėl to, kad tiek vyrai, tiek moterys vedasi be pašaukimo, ieškodami moterystės tik egoistiniam malonumui.

Kas neturi pašaukimo ir yra savimeilis ar savi-meilė, geriau, kad jis ar ji nevestų, nes tik padarytų nelaimingais save ir savo vaikus. Negalima žaisti su rimtais gyvenimo momentais.

Moterystėje turi būti tokia meilė, kuri moka atsisakyti egoistinės meilės, turi būti duosni, optimistinė, nepalaužiama, krikščioniška. Turi būt šventa vedybinio gyvenimo vizija. Tai vienintelis kelias į laimingą gyvenimą, kurį skelbė pats žmonijos Atpirkėjas.

B. M

ALĖS RŪTOS
"LAISKAS JAUNYSTEI"

PR. NAUJOKAITIS

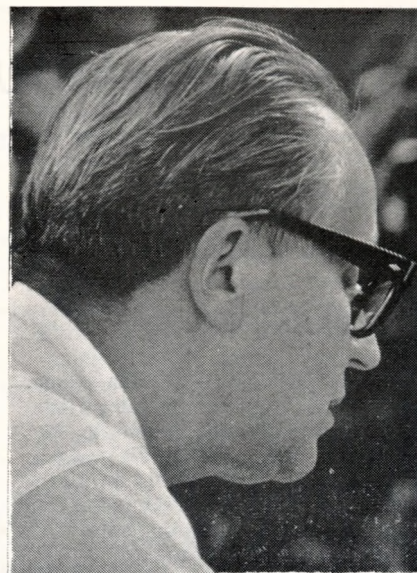
Išėivijos lietuvių iškilioji beletristė ir poetė, daugelio romanų ir apsakymų autorė Alė Rūta 1977 metų pabaigoje išleisdino savo subeletristinių atsiminimų knygą LAISKAS JAUNYSTEI. Atsiminimai subeletristinti tokiu būdu, kad iš jų ištrintos tikrinės pavardės, geografiniai vietovardžiai, tačiau pasiliko tikra, neišgalvota jaunystė, į kurią įsipynė gamtos jausmas ir paprastų žmonių, ypač mergaičių ir moterų meilė, jų gyvenimo polėkiai ir tragika. Tie atsiminimai pavadinti beletristika dar ir dėl to, kad rašoma lyg ilgo laiško forma, rašoma su lyrine šiluma: "Saldus jausmas pirmosios jaunystės prisiminimų ir, kaip iš klevo sulos, šiek tiek maistingų sulčių" (Prologas). O epilogas ta lyrinį ryšį dar lyg pabrėžia: "Prisiminimai? Asmeniniai, be ryšio, vardai ir jausmai? — Gal ir taip! — Bet ar nesu viena iš bendro avilio bičių? Ar tie, įvardinti ir neįvardinti, nėra lekioję nuo žiedo prie žiedo mūsų laisvo krašto skaisčių pavasarį? Ar visi mes nesvajojom pripildyti korus saldžiu, tyru derliumi? — Ir kažkiek rankos buvom iš sodų išvaikyti; ir koriai sutrūko, ir avilys perdžiūvo, įškilo . . . — Ar mūsų valioje buvo savame dūzgime išsilaikyti?" Tremties ir praradimo, nesugrįžtamumo jausmas autorės pasakojimus nudažo dar nostalgine ir elegine spalva.

Ištisinės fabulos knygoje nėra. Atskirus epizodus jungia savo dalyvavimu įvykiuose tik pati autorė. Savo neadresuotą laišką autorė rašo buvusi draugei Lietuvoje — kukliai mokytojai, sovietų išvežtai į Sibirą. Ant ram epizode pasakojama kaimo merginos Onytės istorija. Ši ištekdėjo už doro lietuvių valdininko, laimingai gyveno, augino būrį vaikučių, bet vyras buvo ištremtas į Sibirą, ir Onytės istorija baigėsi labai tragiškai — abiejų mirtimi. Trečias epizodas vaizduoja žydaitės Liubos, tapusios komuniste, gyvenimo istorijos nuotrupas. Toliau į knygos puslapius ateina klasės draugė Adeliutė, elektromonterio duktė, anksti realų gyvenimą pažinusi. Jos charakterį rašytoja skulptūriškai apibūdina: "Adeliutė. Daili, naivi mergaitė. Vikri šokti, lėta dirbti ir mąstyti. Rodos, ištekdėjus ir kūdikių susilaukus, pasikeitė. Rūpestinga ir gera mama, aštri ir tvirta, gal būt, vis romantiška, bet ir praktiška, ir kieta kaip titnagas . . ." (38 psl.). Toliau mergaičių paveikslų galeriją papildo į vienišumą linkusi Verutė. Jos draugystės ryšiai su autore atskleidžiami mokinių laikymo Juozės namuose,

Privatus mokinių bendrabutis piešiamas ryškiomis spalvomis. Geraširdžių moterėliu, mokinių šeiminkiu, galeriją papildo dar du ryškūs paveikslai — beraštė Viktorija ir skaityti mėgstanti Kastancija. Tarp artimų autorės jaunystės draugių iškyla ir simpatiškoji Aldona: "ji man buvo kelių gimnazijos metų buto bendrininkė, klasės draugė, gretimų parapijų kaimynė; gražiai sugyvenom, viena antros tėviškėse lankėmės, ilgai susirašinėjom; net ir šiame krašte (už jūrų marių) netikėtai susitikom, viename mieste gyvenom . . ." (47 psl.). Toliau ateina "linguojančios eisenos" Bronytė, vėliau išgyvenusi romantiškos meilės sudužimą, pagaliau žiaurią Sibiro tremtį.

Sovietinės okupacijos košmarą vaizduoja epizodas apie jaunos mergaičių gimnazijos mokytojos, nuteistos mirti, išgyvenimus. Tai eilinė inteligentijos auka, kokių buvo šimtai ar gal tūkstančiai pavergtoje tėvynėje ir Sibiro tremtyje. Mergaičių ir moterų paveikslų galeriją pagaliau užbaigia spalvingoji Larisa, rimtoji Olė.

Tie minėtieji mergaičių ir moterų paveikslai, išryškinti pasakojimuose, yra lyg merginos kraičio skrynia, spindinti audinių grožiu. Tačiau tikrasis grožis yra pati to kraičio savininkė, šios knygos autorė. Ji vis dėlto tebėra svarbiausioji knygos veikėja. Jos žvilgsnis aprėpia tuos mieles laisvos Lietuvos kaimo ir miesto žmonių rūpestius, jaunimo veržimąsi į mokslą, kasdieninės buities vargus ir džiaugsmus, mokinių gyvenamus kambarius, šeiminkes, mokslo draugus, mokytojus; taip pat ji skaudžiai išgyvena tautos nelaimes: žmonių trėmimus, kalinimus, kankinimus, karo sunkumus. Daugumas pasakojimų yra lyriškai šilti, nuoširdūs, perpinti gamtos jausmu. Tik skaudieji tautos



Pranas Naujokaitis, pedagogas ir literatas išvaręs lietuvių literatūros baruose gilią vagą. Savo kūrybinį darbą apvainikavo Lietuvių Literatūros Istorijos 4-ais tomais: I-sis nuo Mažvydo iki Maironio, 1973 m., 606 pusl., II-sis nuo 1907 iki 1928 m., 1975 m., 582 pusl., III-sis nuo 1928 iki 1944 m., 1976 m., 542 pusl., IV-sis nuo 1944 iki 1975 m., 1976 m., 579 pusl. "Moters" bendradarbiui Pranui Naujokačiui linkime daug kūrybingų metų!

gyvenimo įvykiai atskleidžiami lakonišku, šiurkštu stiliumi — gal tuo norima pabrėžti ir pačių įvykių žiaurumą.

"Laiškas jaunystei" Alės Rūtos kūrybinėje biografijoje užims reikiamą vietą. Pati autorė pasirūpino ir knygos išleidimu, o jos dukrelė dail. Rasa E. Arbaitė gražiai knygą iliustravo.

Alė Rūta, LAISKAS JAUNYSTEI, beletristika, spaudė Pranciškonų spaustuvė Brooklyne, 1977 m. 132 psl., kaina nepažymėta.

Kinderių kaimo (Panevėžio aps.) vaidintojai 1931 m.

Juozas Kaributas savo knygoje (išleistoje 1977 m.) — Teatrinio vargo keliais, vaizdžiai nupasakoja sceninę veiklą Lietuvoje ir išeivijoje



• MOTERYS PASAULYJE

VIESNIA IŠ ŠIAURĖS RYTŲ —

ELENA URBAITYTĖ PASAKOJA

Rūta Kleva Vidžiūnienė

Vasara Kalifornijoje visada gausi svečiais. Štai trumpam pokalbiui pagavau dailininkę Elena Urbaitytę, kuri čia lankėsi pirmą kartą. Viešnią pakviečiau pasidalinti keliomis mintimis apie savo meną bei atsiekimus ir su gausiu "Moters" skaitytojų būriu.

— Atvažiuoju iš New Yorko, kur gyveniu ir mokytojausi. Kokie yra pačios paskutiniai atsiekimai dailės pasaulyje?

— Pereitais metais kovo mėnesį turėjau individualią parodą Phoenix Galerijoje New Yorke, kuri yra pačiame miesto centre. Taip pat per paskutinius metus dalyvavau septyniose grupinėse parodose: Adelphi Universitete, Garden City; Union Carbide; Baltica lietuvių, latvių ir estų kviestinėje parodoje New Yorke; New Yorko Dailininkų Sąjungos 25 metų sukaktuvinėje parodoje; Baltijos piešinių parodoje ukrainiečių namuose; Moterų Dailininkų Sąjungos kviestinėje parodoje Chicagoje; Phoenix galerijos dailininkų grupinėje parodoje "Art as Process", kuri susilaukė nemažai dėmesio amerikiečių meno pasaulyje. Ši paroda spalio mėnesį bus perkelta į Merrick galeriją, o lapkričio mėnesį aš turėsiu šiais metais antrą savo individualinę parodą toje pačioje galerijoje.

— Kokios buvo pažymėtinos parodos praeityje?

— Praeityje turėjau 3 individualias parodas New Yorke. Iš grupinių parodų įdomesnės buvo Brooklyno Muzėjuje; Hecksher Muzėjuje, kur gavau aukščiausią premiją už tapybą; Paryžiuje, kur paroda vadinosi "Amerikos dailininkai Paryžiuje"; be to, apie 15 universitetų parodose rytinės Amerikos pakrastyje.

— Kokie įvykiai arba patyrimai turėjo įtakos pačios kūryboje?

— Mano meno studijos dalinasi į dvi dalis: Europoje ir Amerikoje. Studijavau dvejus metus Akademieder Bildenden Kuenste, Muenchene. Ten šešias valandas į dieną studijavau pieštuku arba anglimi žmogaus kūną. Taip pat turėjome kompozicijos ir meno istorijos klases. Mokytojai kreipė mūsų dėmesį į konstruktyvinį žmogaus kūno dalių sujungimą. Šią idėją aš pritaikiau savaip tapyboje. Freiburgo Meno Mokykloje, Vokietij

joje, domėjausi Cezanno atsiekimais — tai žiūrėjimą į gamtą per kūbų, prizmių ir cilindrių formas. Tai dar daugiau sudomino mane konstruktyviniu elementu tapyboje. Freiburge Viktoras Vizgirda buvo mano tapybos mokytojas. Jo klasėje mes ugdėme spalvinį pajautimą, studijuodami gamtą per spalvines sensacijas. Po freiburginių studijų gavau stipendiją Paryžiuje. Ten susipažinau muzėjuose su Matisso spalvinių dėmių žaidimais, kuriais labai žavėjausi. New Yorke studijas tęsiau Columbijos Universitete. Ir čia konstruktyvinis kompozicijos elementas buvo labai pabrėžiamas. Amerikos plotų ir miestų dydis darė įtaką, pradėjau dirbti didelėmis spalvinių dėmių konstrukcijomis. Mano tapybos darbai vis darėsi didesni. Columbijos Universitete susidomėjau kolažu ir erdvinėmis skulptūromis.

— Kaip vertini New Yorko dailės gyvenimą ir kokia kryptimi eina menas New Yorke?

— Be jokios abejonės New Yorkas šiuo metu yra meno centras ne tik Amerikoje, bet ir visame pasaulyje. Žiūrėsim, kas bus ateityje. Dabartiniai New Yorko dailės išsivystimai turi daugiaveidį bruožą. Yra daug krypčių, kurios yra lygiai vertinamos. Šiuo metu aktyvios tapybos srovės yra conceptualinis menas, fotografinis realizmas, tapybos ir skulptūros sujungimai, naujasis surealizmas. Yra tendencija neskirti 100% kūrybinės jė

gos avangardo labirintų ieškojimams, bet susipažinti, kas yra atsiektas mene praeityje, ir pergaltoti, kokiame santykyje mes stovime su praeitimi. Labai dar neseniai praeitis buvo nubraukiama, kaip didelė kliūtis originalumui. Taip pat formalinis menas, kuris žaidžia tik spalvinių formų ir linijų estetiniais santykiais, pradeda nusibosti ir yra ieškomos naujos idėjos.

— Ar tavo europietiškos šaknys turėjo reikšmės tavo meno raidoje?

— Mano pasaulėžiūra Europoje buvo idealistinės filosofinės galvosenos įtakoje. Žmogus buvo centras mano vizualinės ekspresijos tikrovėje. Amerikoje aš jčiau, kaip technologijos atsiekimai žmogų pažeidžia ir įvaro jį lyg į kampą. Technologija darosi didesnė ir svarbesnė, kaip žmogus. Aš pradėjau savo tapyboje rodyti tik žmogaus kūno dalis, įjungdama jas į konstruktyvinių plokštumų ir linijų visumą. Pavyzdžiui, savo darbe "Enclosed", kuris yra mano pačios portretas, tai veidas sudėtas iš supjaustytų dalių ir įjungtas į raudonų gamų spalvines plokštumas. Aš norėjau išreikšti šių dienų žmogaus egzistenciją, būtent, technologinę aplinką, lyg kalėjimo atgarsį.

— Ar jauti, kad skiriasi nuo čia gimusių ir brendusių dailininkų darbai ir kuo?

— Dualizmas dviejų priešingų elementų, kaip psichologiniai ir formaliniai tapybos sprendimai, yra charakte



Dailininkė Elena Urbaitytė

V. LOZORAITIENĖS VISUOMENIŠKOS VEIKLOS RAIDĄ

Vincenta Matulaitytė-Lozoraitienė gimė 1894 m. liepos mėn. 19 d. Vilkaviškio apskrityje, Domeikių vienkienyje. Tai buvo didelė, sena, rašytojo V. Pietario "Atsiminimuose" minima būdinga Suvalkijos sodyba, kuri dabar yra nugriauta. Jos tėvai buvo Vincas Matulaitis (buv. Lietuvos valst. kontrolierius) ir Stefanija Mackevičiūtė, kilusi iš Vilniaus. Vincenta augo Petrapilyje, mokėsi Šv. Kotrynos gimnazijoje, kurią baigė 1914 m. Pradėjus I Pasauliniam karui, lankė slaugių kursų ir dirbo karo ligoninėje. Vėliau pradėjusi studijuoti prancūzų kalbą "Alliance Française", darbą ligoninėje nutraukė. 1919 m. ji su motina ir seserimi Gražina grįžo į Vilnių, kur pradėjo dirbti Lietuvos Valstybės Tarnyboje ir centriname lietuvių komitete. Taip pat mokytojavo liet. gimnazijoje ir talkino naujame įsisteigusiame "Meno skyriuje", kur būrėsi į Lietuvą grįžę dailininkai. Tais pačiais metais Vilnių reikėjo apleisti ir persikelti į Kauną. Vincenta pradėjo dirbti Finansų, o vėliau Užsienio reikalų ministerijos agentūroje ELTA, kur prancūzų kalbos žinojimas buvo labai naudingas. Kaune prasidėjo jos visuomeninė veikla. Su seserimi Gražina Matulaityte (smuikininke ir op. soliste) jos priklausė dailininkų klubui "Vilkolakis", kur abi rengdavo ir išpildydavo koncertų programą (Vin-

centa akompanuodavo). Taip pat daug darbotvėsi kultūriniai draugijoje "Kareivių prietelis". Vincentai šios pareigos pareikalavo nemažai energijos ir pastangų, tačiau pakako laiko ir jėgos dar visu atsidavimu dirbti "Moterų Globos Komitete", ypač vaikų prieglaudoj. Tai buvo jos mėgiamiausias užsiėmimas; ji rengė vaikams pasikalbėjimus, mokė juos gimnastikos, muzikos, galop, sugalvojo surengti vaikų teatrą, paruošiant juos vaidinimui. Vaikų pjesė "Musmirė" buvo suvaidinta Valstybės teatre ir susilaukė ne-

veiktieji darbai. Ji ne tik eilę metų buvo Lietuvos Moterų Tarybos pirminkė, bet ir ryškiai pasirodė esanti nuoširdi lietuvių moters reikalų gynėja. Dėka savo atviro, paprasto ir tiesaus būdo, ji sugebėjo gražų lietuvių moterų organizacijų skaičių sujungti Moterų Tarybon, kuri, manau nesuklysiu, pasidarė ponios Lozoraitienės sielos dalelė. Jos reikalams ji buvo tikrai atsidavusi ir dirbo be jokio išskaiciavimo. O kad ji sugebėjo produktingai dirbti, rodo įvykdytas 1937 metais ir gražiai praveistas Lietuvos Moterų jubiliejinis kongresas, puikiai užsirekomendavęs žurnalas "Moteris



Vincenta ir Stasys Lozoraičiai 1923 m.

ringas mano tapybai. Spalviniai kontrastai, priešpastatant raudoną ir mėlyną spalvą. Mano tapyboje geometrinis abstraktus elementas turi tiek pat svarbos, kaip ir objektas, paimtas iš gamtos. Tie du elementai per konstruktyvines spalvines plokštumas išreiškia mano pasaulį.

— Be tapybos, ar pačią domina ir kitos meno sritys?

— Mane domina kolažai, dirbu su įvairiomis medžiagomis: gvašu, tempera, fotografijomis, žurnalų iškarpomis, plastika ir panašiai. Taip pat šiuo metu tęsiu erdvinę skulptūrą, kurios susideda iš aluminijaus, neono ir fluorescento šviesų, bei kolažo junginių. Idėjinės problemos yra tos pačios, kurias minėjau.

— Kaip tapytojos, kokie yra pačios įspūdžiai Kalifornijoje?

— Išsivežu įspūdžius šviesos ir erdvės. Esu labai sužavėta flora, negaliu atsigerėti jūsų vešlia augmenija su pietietiškomis gėlėmis, krūmų ir medžių lapais. Manau nufotografuoti visą eilę šių grožybių labai iš arti ir panaudoti savo tolimesnei tapybai. Ir lietuviai čia kitokio tipo, kaip mes, gal saulėtas kraštas padeda surasti kelią į ramesnį ir natūresnį gyvenimą.

paprasto pasisekimo. Aktoriai buvo 6-8 metų vaikai, savo roles išmokę kaip poterių, nereikėjo nė suflerio.

1923 m. Vincenta ištekojo už jauno diplomato Stasio Lozoraičio. Nors jos gyvenimas ir kiek pasikeitė, nes tarpais teko gyventi užsienyje, bet ji ir toliau dirbo visuomeninį darbą ir palaikė ryšius su Lietuva. V. L. iniciatyva, talkininkaujant pedagogai Marijai Nemeikšaitėi, buvo pradėtas leisti jaunoms motinoms žurnalas "Motina ir Vaikas". Gyvendama Romoje, V. L. baigė Marijos Montessori sistemos pedagoginius kursus.

Nuo 1933 metų gyvenant Lietuvoje, Vincenta Lozoraitienė buvo išrinkta Moterų Tarybos pirmininke. Šiam darbui ji skyrė daug jėgų, laiko ir širdies. Jos iniciatyva buvo pradėtas leisti moterų žurnalas "Moteris ir Pasaulis" ir įkurtas moterų klubas. Šalia šių ir visų kitų visuomeninių rūpesčių, ji aktyviai dalyvavo ir spaudoje. V. L. nuveiktus darbus labai tiksliai apibūdino S. Dagienė žurnale "Moteris ir Pasaulis": "Kas gi sutraukė prie bendro stalo tokį gausų lietuvių moterų skaičių? Gi, išvykstančios į užsienį Vincentos Lozoraitienės, lietuvių moterų organizaciniame gyvenime nu-

ir Pasaulis", gražų kultūrinį moterų bendravimą palaikęs Lietuvos Moterų Klubas, radijo valandėlės Lozoraitienės vedamos ir visa eilė kitų realizuotų darbų ir idėjų. Čia ji parodė, kad lietuvių kultūriniai — visuomeniniai ir pagaliau socialiniai reikalai jai yra plačiai suprantami ir brangūs, tai yra jos minčių pasaulis. . ."

Nuo 1939 metų V. Lozoraitienė su šeima vėl gyvena Romoje. Čia ji daugelį metų aktyviai veikia lietuvių kolonijoje. 1973 m. V. ir S. Lozoraičiai atšventė penkiasdešimties metų vedybinių sukaktį.

Kultūrinį darbą dirbančiai nuo 1919 metų Vincentai Lozoraitienei linkime daug gražių dienų. **N. K.**

Ramūna Ramūnaitė-Macdonald baigė režisuoti filmą apie dail. A. A. Tamošaičius. Filmo darbe talkino: Shelagh MacKenzie ir Ted Heley (iš National Film Board); Jūratė Rutkytė Smith ir kiti. Greitu laiku filmas bus rodomas platesnei visuomenei. Finansinė parama buvo gauta iš Kanados valdžios.



Ses. Gabrielė Mazeliauskaitė (Maze) buvo išrinkta Pensylvanijos Mokslo Akademijos, 1978 iki 1980 metų, pirmininke. Kilusi iš lietuviškos šeimos, S. M. gimė Bridgeporte, kur lankė lietuviškas mokyklas. Anksti įstojo į Nazareto Šv. Šeimos vienuolyną. Studijavo filosofiją ir matematiką. Dirbdama mokyklose pedagoginį darbą reiškėsi ir lietuviškoje veikloje. Įsijungusi į mokslinį darbą ses. G. Mozeliauskaitė pasižymėjo savo nepaprastais gabumais ir buvo pilnai įvertinta, išrinkta Pensylvanijos M. A. pirmininke ir paskelbta Mokslo Moterim. Jos paveikslas buvo išsiuntinėtas aukštesnėm mokyklom su priedašu: Kas sako, kad moteris negali būti mokslininke.

* *
*

Rima Briedytė-Sidrienė priklauso gražiajai jaunajai ir lietuviškai susipratusiai kartai. Ji yra baigusi filosofiją Illinois universitete. Lankydamasi mokyklas priklausė skautėm ir reiškėsi visuomeninėje veikloje. Jaunamartei linkime ir toliau reikštis lietuvių bėse baruose!



JAV Valstybės Sekretorius ir ponis Cyrus VANCE, jų rengto priėmimo Valstybės Departamente proga sveikinasi su Lietuvos atstovu ir poniu O. Bačkienė, kuriuos jiems pristato ambasadorius Rockwell, Protokolo šefo pavaduotojas.



Washington 1978 m.

Keramikė **Marija Gaižutienė** (dešinėje) pravedė keramikos kursus Lietuvių Kultūros Balzeko muzėjuje, greta stovi muzėjaus bendradarbė **Rita Striegel**.



Elena Gimbutienė, dipl. agronomė, skautininkė, gyvendama Los Angeles, reiškiasi kaip jūros kriauklių dirbinių menininkė. Šiam kūrybiniam darbui E. G. skiria daug laiko ir dažnai dalyvauja bendrose parodose, taip pat sukuria ir individualią.

Jos kūryba pasižymi įdomia kompozicija, spalvų derinimu ir gražiu apipavidalinimu.

Lietuvių Skautų Sąjunga šiais metais švenčia 60-ties metų jubiliejų 1918-1978!



• LIETUVOJE



Ieva Simonaitytė, įžymioji Mažosios Lietuvos rašytoja, mirė š. m. rugpjūčio mėn. 27 d. I. S. buvo kilusi iš Vagnagų k. Priekulės valsč., Klaipėdos aps.; literatūrinį darbą pradėjo 1919 m. ir pirmąjį romaną „Aukštųjų Simonų likimas“ išleido 1936 m. Daugelis I. S. kūrinių buvo premijuoti ir išversti į kitas kalbas.



Aktorė Gražina Blynaitė-Kernagienė baigusi dramos studiją, Kauno valst. teatre pradėjo dirbti 1937 m. Per keturiasdešimt sceninio darbo metų, G. K. sukūrė daug įdomių vaidmenų, Hejermano, Šilerio, Sruogos, Žemaitės, Vienuolio ir kitų dramaturgų kūriniuose. Nuo 1940 m. jubiliatė dirba Vilniaus dramos teatre.

Sportininkė Lina Kačiušytė, Berlyno pasaulio plaukimo pirmenybėse 200 m. distancijoje laimėjo aukso medalį ir pagerino pasaulio rekordą.

Irena Milkevičiūtė išvyko stažuoti į Milano operą. Talentinga dainininkė yra dainavusi Vilniaus operoje pagrindinius vaidmenis Mm Butterfly, Fauste, Traviatoje ir kitose.

Vilma Bardauskienė nušoko į tolį 7 metrus ir 7 centimetrus ir tapo pasaulio čempijone. Iki šiol šis titulas priklausė R. Vokietijos šuolininkei. Vilma yra pirmoji moteris šuolininkė pasaulyje, kuri peržengė septynių metrų ribą.



Rašytoja Aldona Liobytė-Paškevičienė savo karjerą pradėjo „Vaidilos“ teatre Vilniuje. Dirbdama Akademiniame dramos teatre pradėjo veikalus įscenizuoti ir kurti. Literatūrinį pagrindą A. L. gavo studijuodama literatūrą Kauno ir Vilniaus universitetuose, mokytojaudama ir vėliau dirbdama gražinės literatūros leidykloje. Šalia sukurtų pjesių vaikams „Kupriukas muzikantas“, „Meškos trobelė“, „Kuršiukas“ ir kitų, ji yra paruošusi pasakų rinkinius „Šimto zuikių piemuo“, „Gulbė karaliaus pati“, „Nė velnio nebijau“. Jos rašytos pasakos pavieniai išleistos ir iliustruotos yra „Saulės vaduotojas“, „Ešerinis“ ir kitos. Šalia vaiku literatūros kūrimo A. L. rašo spaudoje literatūros ir teatro klausimais.

D. Mataitienė — lietuviškų liaudies rūbų piešiniai. Dailininkė yra liaudies rūbų specialistė. Jos sukurtais ir pritaikytais rūbais yra rengiami liaudies ansambliai



• SVEIKATA

BIOCHEMIJA APIE VITAMINUS

Vitaminus pažįstu ne tik iš biochemijos vadovėlių studijuodamas, bet ir dirbdamas vaistų industrijoje, kaip chemikas vitaminus turėjau analizuoti, juos nustatyti pagal rūšį ir jų koncentraciją. Žmogaus organizmui be baltymų, riebalų, angliavandenių, vandens ir mineralų dar reikia vitaminų. Vitaminų reikšmė biocheminiuose procesuose galutinai nenustatyta, bet žinoma, kad be jų organizmas susergera. Vitaminų reikšmė paaikškėjo plečiantis jūrininkystei: jūrininkai, maitinami konservuotu maistu, susirgdavo, o jie, grįžę iš ilgų kelionių ir gavę šviežio maisto — vaisių, daržovių, pieno, vėl pasveikdavo. Vitaminų reikšmė suprata tik šio šimtmečio pradžioje, ir tik 1915 metais prieita išvados, kad vitaminų yra ne vienos rūšies, kurie yra labai reikalingi žmogaus biocheminiuose procesuose — metabolizme. Vitaminai turi gana komplikotą cheminę formulę ir yra vadinami pirmosiomis alfabeto raidėmis šalia jų vardų. Vitaminai skirstomi į dvi pagrindines grupes: vandenį tirpstantieji ir riebaluose tirpstantieji. Visi tyrimai apie vitaminus vystomi biochemijos rėmuose, kuo pasinaudoja ir medicina

POINSETTIA — KALĖDŲ ŠVENČIŲ GĖLĖ

Poinsettia yra tradicinė Kalėdų gėlė. Gruodžio mėnesį jos šakų viršūnės pasipuošia raudonais žvaigždės formos lapais. Daug kas galvoja, kad tos raudonos žvaigždutės ir yra poinsettios žiedai. Iš tikrųjų gi jos žiedas yra geltoni pumpuriukai viduryje raudonų lapų. Ši augalą vokiečiai vadina "Weihnachtstern" (Kalėdų žvaigždė), o meksikiečiai — "Augalas žvaigždėtai lapais".

Poinsettios tėvynė yra Centrinė Amerika ir Meksika, iš kur atkeliavo sekanti legenda apie šią gėlę. Pasakojama, kad meksikiečiai per Kalėdų šventes neša įvairias dovanas bažnyčiai ir jas deda prie altoriaus, skirdami šias gėrybes Kūdikėliui Jėzui. Nėviena vargšė mergaitė labai sielojosi neturėdama jokios dovanos gimšiam Išganytojui. Bet tuo metu jai pasirodęs angelas, kuris liepęs priškinti laukinių žolynų puokštę ir ją nunešti į bažnyčią. Mergaitė atnešusi tokią menką dovaną, žmonės labai stebėjosi ir šaipėsi iš tokios dovanos. Tačiau staiga ta žolynų puokštė prie altoriaus pražydo dideliais raudonais

Riebaluose tirpstantieji vitaminai

Vitaminas A. Jo stokojant išsivysta gleivinės plėvelės burnoje, alsaivimo organuose, akyse. Išsivysto nakties aklumas, t. y. sunkus matymas įėjus į tamsesnę vietą. Taipgi šio vitamino stoka atsiliepia į odą, kaulus, dantis, sumažėja atsparumas prieš apkrečiamas ligas. Žmogus pasveiksta, vartojant žuvų aliejų, morkas, žalius lapus — daržoves, t. y. maistą gausiu vitam. A.

Vitaminas D. Jo stokojant gaunasi rachitas, nes jo dėka absorbuojasi kaulų medžiagos: kalcis ir fosforas. Jo stokojant gaunasi kreivos kojos. Jo ypač reikalinga augančiam organizmui. Vitam. D daug padeda saulės šviesa, todėl gydant rachitą nevengti šiek tiek saulės. Vitam. D yra gausu žuvų taukuose, kiaušiniuose, piene tyčia prideda vit. D, mielėse.

Vitaminas K turi įtakos į kraujo sukrečėjimą, t. y. veikia į prothrombin. Jo stokojant pasitaiko didesnių nukraujavimų tiek vidurinių, tiek išorinių. Šio vitamino gausu kiaušinių kepenyse, mažiau kiaušiniuose, žuvų taukuose, daržovėse.

Vitaminas E. Jo stokojant išsivysta sterilumą. Šis vitaminas priklauso alkoholio grupei. Ultravioletiniai spinduliai jį sunaikina. Vitam. E yra gausu daržovių alyvose, kviečių daigų alyva turi daugiausia vit. E, kukurūzų alyva mažiau. Salotos yra gana geras vit. E tiekėjas.

Vandenyje tirpstantieji vitaminai

Vitaminas B1 (thiaminas) yra baltų adatų kristalai ir yra mielių skonio. Temperatūra jį sunaikina, jeigu vitam. randasi ne rugštyse. Jo stokojant išsivysta periferijos nervų uždegimus, muskulų įtempimą, rankose bei kojoje jaučiamas dūrimas bei deginimas, nuovargis, nenoras valgyti. Tai praeina, vartojant thiaminą turintį maistą: žirnius, pupas, ryžių sėlenas. Be to, jo gausu riešutuose, duonoje, pyrage, mėsoje. Riboflavinai — B2. B2 tai bene brangiausias vitam. Man dirbant vaistų industrijoje, jo gramas kainavo apie 65 dol. Užtai jį daugiau vartojama mažose dozėse po oda. Tirpsta vandenyje. Ultraviolet. spinduliams neatsparus, laikyti jį tamsioje vietoje. Jis laikomas augimo faktorium. Jo stokojant gaunasi liežuvio uždegimas, trūkumai lūpose, dermatitai, anemija, nervų degeneracija, atsiliepia į reprodukciją. Spėjama jo stokojant atsiliepia į enzymobiocheminius procesus — metabolismą. B2 gausu augalų grūduose, kepenyse, inkstuose, kviečių daiguose, mielėse. Jų reikia žmogui 2 mg. per dieną.

Niacin stokojant išsivysta pellagra — odos liga. Jo stokojant pažymiai pas žmones yra nevienodi. Pasireiškia odos uždegimais, nervų susirgimais, vidurių cystomis, kepenų išsigimimais, viduriavimais. Šio vitamino gausu kepenyse, inkstuose, širdies raumenyje, grūduose. Jo žmogui reikia 15 mg. per dieną.

Pantothenic acid tai yra geltonos spalvos aliejus. Jo veikimas suaktyvina enzymus, pagyvina nervų impulsus. Stokojant atsilieka augimas, ankstyvas pražilimas. Mūsų laimėi šio vitamino gausu yra mūsų maiste ir jo trūkumo nėra.

Pyridoxinas — vitam. B6 yra bespalviai kristalai. Tirpsta vandenyje ir alkoholyje. Jo stoka išsivysta konvulsijos, praranda muskulai toną, nenormalus augimas, atsiranda egzemos bei išbėrimai. Šlapume atsiranda baltymų, depresija. Šio vitamino randasi, kaip ir kitų vit. B, grūduose, kiaušiniuose, mielėse, augaluose ir mėsoje.

Cobalinas — Vitam. B12. Jo stokojant išsivysto anemija. Todėl jį vartoja piktybinei mažakraujystei ir kitų rūšių anemijai gydyti. Žmonės jį dažniausiai naudoja į muskulų injekcijoms. Šio vitam. nėra augaliniame maiste, bet jo yra daug ragučių ir viščiukų kepenyse, žuvyse, kazeine. Dar yra daugiau vitam., priklausančių vit. B grupei. Bendrai grupei priklausančių vitam. yra gausu kepenyse, grūduose, mielėse ir žaliose daržovėse. Vit. grupės B trūkumas surištas su odos uždeg. augimo sumažėjimu, reprodukc.

Vitaminas C (ascorbic acid). Jo stokojant pradeda klibėti dantys ir jie iškrenta. Ant dantų smegenų ir gomu-

žiedais, pavirsdama į gražią poinsettia.

Į Jungtinės Amerikos valstybes šį augalą atvežė misijonierius Joel Poinsett, kurio vardu ši gėlė ir vadinama. Poinsettia žydi dar ilgai ir po Kalėdų. Kai pamažu raudoni lapeliai pradeda blukti ir kristi, tada yra laikas poinsettia nupjauti (jos šakelės) apie 10 cm. ir taip nelaisčius ją puode išlaikyti normalioje kambario temperatūroje iki pavasario. Reikia atsiminti, kad poinsettios syvai yra nuodingi, todėl nupjovus šakelės nereikia liesti gleivėtų šakelės galų. Kovo mėn. gale reikia gėlę pradėti laistyti, jei ji buvo laikoma kambaryje. Gėlė ims leisti naujas atžalas. Poinsettia mėgsta šilumą ir saulę, todėl ji gerai auga ir lauke šiltuose kraštuose, pavyzdžiui, Floridoje. Be raudonų poinsettios lapų, dar yra baltų ir ružavų. Poinsettia šios gėlės priešai (jei ji auga lauke) yra įvairūs vabzdžiai ir kirmėlių vikšrai, kurie nugriaužia gėlės lapus ir gėlę turi mirti, jei ji nepurškama vabzdžių užmušamais skysčiais ar milteliais.

Aldona S. Michelevičienė

rio atsiranda žaizdos. Tas labai dažnai pasitaikydavo jūrininkams, kurie negaudavo žalio maisto. Ši liga vadinasi scurvy — skorbutas. Ši liga ypač kankino mūsų išvežtuosius Sibire. Ten jie negaudavo nieko žalio iš maisto. Krisdavo jiems dantys bei atsirasdavo burnoje žaizdos, ir jie negalėdavo valgyti, o ypač ši liga kankindavo žiemą. Vasarą Sibire buvo geriau, nes jie rasdavo įvairių uogų bei žolelių, kurios turėdavo daug vitam. C, ir dantys jiems pagerėdavo. Vitam. C yra apelsinuose, citrinose, greitfrutuose bei šviežiuose vaisiuose ir daržovėse.

Vitaminas P. Šio vitam. stoka išsukia kraujo indų susilpnėjimą, kas pasireiškia kraujavimais. Šio vit. randame ten, kur ir vitam. C — citrininius vaisius. Bendrai vitam. randame šviežiuose vaisiuose, daržovėse, mėsosje, uogose, grūduose. Sildymas, virimas, konservavimas žymiai sumažina vitaminų kiekį. Lietuvoje žmonės valgėdavo šviežią maistą ir vitaminų trūkumo beveik neįautė. Amerikoje irgi yra visko. Valgykime daug šviežių vaisių, uogų. Gerkime daug sulčių, pasidarys iš daržovių. Virdami košes, pridėkime sėlenų, kuriose yra gausu vitam. B. Šiaip užsilaikydami, mes savo kūną aprūpinsime visų rūšių vitaminais, kurie labai reikalingi įvairioms biocheminėms kūno funkcijoms. Reikia priminti, kad dabar yra sintetinių vitaminų piliulių, sirupų ar injekcijų formoje, bet perdidelis vitaminų kiekis žmogui kartais būna žalingas.

Dipl. chem. Jonas Prunskis

* * *

BADAVIMAS

Aleksandra Vaisiūnienė

Apsergame ne todėl, kad mus užvaldo kokia tai svetima jėga, bet už mūsų pačių padarytas netikslaus maitinimosi klaidas. Jau nuo pat jaunų dienų organizme kraunasi visokios ligos ir tik senatvėje pradeda išryškėti. Taip išsireiškė Manuel Lazaeta Acharan savo knygoje „La Medicina Natural para alcanse de todos“ (Visiems prieinama natūrali medicina). Šios knygos iki 1958 metų buvo išleista 13 laidų. Santiago de Chiles mieste yra Sanatorija (Poilsio namai), kuriuose mokoma natūralaus gyvenimo praktiški gydymo metodai.

Mūsų sveikata neišsilaiko nei daktarų, nei vaistų pagalba, bet mūsų pačių atsidavimu gamtos dėsniams. Pats svarbiausias ligonio sveikatos šaltinis — tai mūsų pačių stiprios valios parodymas. Natūralūs gamtos įstatymai

prieveda prie sveiko gyvenimo ir natūralios be skausmų mirties. Šiam laimingam gyvenimui išsilaikyti jis duoda šiuos nurodymus:

Visuomet kvėpuoti gryną orą.

Valgyti tik natūralius produktus.

Gerti tik natūralų vandenį ar vaisių sultis (jokio alkoholio).

Palaikyti visur švarą.

Dominuoti gyvenimo silpnynes.

Miegoti tik tiek, kiek yra reikalinga.

Rengtis paprastai, palaidais, nesuapustais rūbais.

Visuomet palaikyti gerą nuotaiką, nes blogas ūpas gamina nuodus.

Badavimą laiko žmogaus gyvybės atsinaujinimu. Badauti tai reiškia susilaikyti tam tikrą laiką nuo maisto panaudojimo. Sulčių ar vandens naudojimas nesutrukdo badavimo. Badavimu mūsų viduriai pailsi nuo kasdieninio virškinimo darbo ir tuom sukaupia energiją, kuri yra atiduodama virškinimo darbui. Badavimo metu organizmas atlieka eliminacijos ir valymo funkcijas. Suaugusiems žmonėms šis badavimo procesas atneša didelės naudos, ypač prie skausmingų ir chroniškų ligų. Pas vaikus badavimas yra vedamas jų pačių instinkto. Jei vaikas nenori valgyti, negalima jo versti valgyti, reikia laukti iki tol, kol jis prašys valgyti. Šiuo atveju vienintelis maistas, kurį jam galima pasiūlyti, tai yra tik žalius natūralius vaisius, kurie yra kaip maistas ir kaip vaistai. Vaikas tuo metu, kai praranda apetitą, neturi virškinimo pajėgumo dėl atsiradusio vidaus karščio (ne temperatūros).

Badavimas yra kitaip vadinamas „Šuns kuracija“, nes sergantis gyvulys nepaima jokio maisto į burną iki tol, kol nejaučia norą valgyti. Noras valgyti nurodo, kad organizmas atėjo į normalų stovį. Žarnose atsiradę maisto liekanų puvėsiai sukelia vidaus karštį, sukeldami nemalonų trukdymų. Badavimo laikas gali būti dienų, savaitės ir kelių savaičių laikas iki tol, kol organizmas apsisvalo ir pradeda jausti alkį. Badavimas gali būti absoliutus tik su vandeniu, ar pusiau badavimas, geriant tik vaisių sultis ir valgant tik žalias daržoves tam tikrą laiką. Suaugusiems badavimas su vaisių sultimis yra tinkamas labai visuomet, ypač kada pajaučiame organizme blogą funkcionavimą.

Badavimas nėra paralizavimas vidurių veikimo, bet tik jėgų sukaupimas aktyvesniam organizmo apsisvalymui su dviem trimis apelsiniais ir keliomis vynuogių kekėmis. Organizmas yra pajėgus atlikti normalias darbo funkcijas. Technškai paėmus, badavimas normalizuoja ir valo kraują, suaktyvindamas naikinimo procesą kenksmingų medžiagų. Per badavimą visas organizmas išsijudina ir švarus kraujas kovoja su kenksmingomis medžiagomis.

Manuel Lazaeta Acharan nupasakoja gydytojo Enrique S. Tanner ligos

atvejį. D-ras Tanner gyveno Deluth, Minnesota, 1877 metais. Septynių Minneapolisio gydytojų buvo paskelbtas kaip nepagydomas ligonis, nors tuo metu turėjo tik 47 metus amžiaus. Sirgo širdies reumatu ir astma. Ši liga labai jį kamavo, dėl to pats ieškojo mirties. Nutarė badauti 10 dienų, nepaimant jokio tiršto maisto į burną. Pagal tuometinius medicinos mokslo apskaičiavimus yra pilnai pakankamas laikas mirčiai. Jis pradėjo badauti be jokio pasirodymo, vildamasis, kad šis badavimas išvaduos jį iš kančių pasaulio. Bet koks buvo nustebimas, kai badavimo metu jo skilvys išsėjos, jis pradėjo jausti didelį skausmų sumažėjimą. Po penkių dienų badavimo jis pajuto didelį palengvėjimą, net pats sugebėjo pakeisti savo gulėjimo padėtį ir užmigti ramiai. Pasibaigus badavimo nustatytam laikui, pasijautė visai gerai, jau galėjo kvėpuoti normaliai. Nuėjo pasitikrinti pas savo gydytoją Moyer. „Ką Jūs padarėte, daktare Tanner?“ paklausė gydytojas Moyer. „Jūsų širdis funkcionuoja visai normaliai“, — „Visai paprastai“, atsakė gydytojas Tanner. „Daviau poilsį mano organizmui“. Šitoks jo badavimas tuo laiku sukėlė revoliuciją medicinos srityje, nes badavimo metodai tuo metu gal buvo tik pripuolami ir atskiri atsitikimai. „Jūs būvute prie mirties durų, o šiandien randu Jus geriausiai stovį“. D-ras Tanneris išgyveno dar iki 90 metų amžiaus.

Molio ir žemės kompresai yra naudingi prie visokių ligų. Paprastai dedama nakčiai, bet prie sunkių ligų dedami dieną ir naktį. Pašalina lokalinį ir vidaus karštį. Iš geltonos ir truputiuką juodos žemės padaroma cemento košelės forma, geriausiai įpilti į kokį susiūtą maišelį ir kompreso formoje uždėti ant vidurių. Jis mano, kad žemė ir molis, prisisiurbę saulės spindulių, turi didelę gydymo galią.

Prie badavimo reikia prieiti pamazū: žinoti, kaip pradėti, ir dar svarbiau žinoti, kaip reikia maitintis **nutraukus** badavimą. Kiekvienas turime savo gydytojus ir galime su jais pasitarti, ar jų priežiūroje prvesti badavimo procesą, jei norime. Antra, šiandieną pasaulyje yra pilna tokių badavimo klinikų, kuriose naudojami šio gydymo metodai, ypač Europoje.

Gydytojas Carlos Casanova Lenti savo knygoje apie badavimą rašo šitaip: Turi didelę praktiką todėl, kad pats išbadavo kelias savaites, tai gali pasakyti, kad gydytojai, kurie ieško patenkinti ligonių, ypač moterų estetinę pusę, tikrai gali pasakyti, kad „badavime“ jos atras tikrą **grožį**. Išoriniai pasikeitimai, ypač odos, yra nustebinami. Tą gali įvertinti, kaip vyrai, taip ir moterys vyresnio amžiaus. Žmogus ne tik **atsinaujina** organizme, bet atjaunėja mažiausiai 10-timi metų ir jokių būdu ne mažiau.



• Madų ir grožio pasaulis

VEDA I. KAIRIENĖ

VYRESNĖMS MOTERIMS

Prieš pusšimtį metų keturiasdešimties metų moteris buvo laikoma sena. Dabar senimo procesas gerokai prailgintas. Moterys šandien ilgiau išsilaiško energingos, jaunos ir, dėka tobulesnės kosmetikos, geriau atrodančios. Tačiau ir dabar susenimas yra reliatyvi sąvoka. Kaikurios ir šandien, būdamos keturiasdešimties atrodo kaip šešiasdešimties ir atvirkščiai. Net ir gydytojams kartais sunku atspėti moters amžių. Susenimas daugeliu atvejų priklauso nuo asmeninio nusiteikimo.

Žinoma, tikro jaunystės šaltinio dar niekas nesurado, bet kiekviena moteris gali pasistengti atrodyti ir jaustis jaunesnė negu ji iš tikrųjų yra. Yra visokių atsijauninimo priemonių — kosmetika, mityba, psichologija, chirurgija ir chemija. Tų priemonių tikslas ne tiek prailginti gyvenimą, bet padaryti jį prasmingesniu ir malonesniu.

Pastebimas susenimas prasideda nevienodai ir net negalima tiksliai nuspėti kada jis prasideda. Senstantis

organizmas nebeatnauja taip greitai sudėvėtų celių. Kiekvienas žmogus sensta individualiai ir kiekvieno celės degeneruojasi skirtingai. Senimo procese senos celės susidėvi ir naujai pagamintos yra silpnesnės negu anksčiau gamintos. Susenimas nesustabdomas. Bet jį galima sulėtinti. Reikia susirūpinti savo kūnu ankstyvuose gyvenimo metuose, reikia išvystyti gerą discipliną, pradedant tinkama mityba, fiziniais pratimais ir pozityvia pažūra į gyvenimą.

Svarbus yra tinkamo svorio palaikymas. Palaikydamos nedidelį svorį, moterys ne tik gražiau atrodo, lieka vikresnės, bet ir išvengia charakteringų senimo ligų: aukšto kraujo spaudimo, diabeto ir arterijų sukalkėjimo. Jei kieno cholesterolio kiekis ir kraujo spaudimas aukštas — toks asmuo biologiškai užsideda sau 10 metų amžiaus. Žinoma, ne visi stori žmonės miršta jauni, ne visi rūkoriai gauna plaučių vėžį, bet, pagal statistiką, storieji turi daug didesnį palinkimą širdies ligoms ir rūkoriai — vėžiui.

Vyresniems žmonėms paprastai užtenka 1.800 kalorijų į dieną. Tačiau reikia valgyti tinkamą maistą — daržoves, vaisius, sūrį, žuvį, liesą mėsą ir labai mažai riebalų. Vyresnės moterys turėtų svertis kasdien ir, pridėjusios

svarą ar du, tuoj pat mažinti maisto kiekį. Kraštutinės dietos ir staigus svorio numetimas nepatartinas, nes jis sudžiovina kūną, suraukšlėja veidą ir nervus sugadina. Svarbu taip pat maiste gauti pakankamą kiekį vitaminų ir mineralų, kurie randami mielėse, apriksuose, svogūnuose, česnaکه, jogurte ir laukinių rožių arbatoj.

Kasdieninė gimnastika ne tik padeda išlaikyti gerą figūrą, bet palaiko ir gerą kraujo apytaką. Todėl ilgį pasivaikščiojimai ir dalyvavimas aktyviajame sporte patiriamas vyresnio amžiaus moterims.

Nuobodulys ir surūgusi nuotaika lygiai greitai susendina žmogų kaip ir prasta mityba ir stoka judėjimo. Optimizmas ir domėjimasis gyvenimu ir įvykiais kiekvieną žmogų palaiko jauną. Kad ir į pensiją išėjusios moterys, neturėtų imti atostogų iš gyvenimo. Tiek daug yra gyvenime įdomių dalykų ir tiek daug galima nuveikti.

Pagal statistinius duomenis ilgiausiai gyvenantys žmonės neturi ypatingo agresivumo ir lenktyniavimo dvasios. Jie turi sveiką realią pažūrą į gyvenimą, su tam tikru kiekiu fatalizmo. Tai nereiškia, kad jie sėdi ir laukia kad kas juos stumtų, bet jie neaikvoja savo energijos agresyvumui. Organizmas reikalingas tam tikro kie-

Megzta palaidinė



kio įtamos, bet ta įtampa turi būti ribojama.

Vyresnės moterys neturėtų siekti jaunesnės išvaizdos, dėvėdamos jaunųjų rūbus. Tikrai nėra liūdnosnio vaizdo kaip paleistom kasom ir virš kelių suknele dėvinti dviejų anūkų močiutė. Reikia rengtis pagal savo amžių. Tik tie rūbai turi būti elegantiški, gerai pasiūti, plaukai turi būti gerai sušukuoti ir spalvos vyresniam veidui pritaikytos.

KOJŲ PRIEŽIŪRA

Kietos grindys vargina kojas. Taip pat bėgiojimas gali sužeisti pėdas.

Kojų nagai turi būti kerpami tiesiai, kad apsaugotų kojų pirštus nuo sužeidimo. Kojos turėtų būti plaunamos du kartus į dieną ir po nuplovimo masažuojamos alkoholiu. Kietą suragėjusią odą reikia nubružinti "pumice" akmenėliu.

Tinkamai pritaikykite batus. Paprastai viena pėda yra šiek tiek didesnė už kitą, tad taikykite batus prie didesnės.

Niekad nedėvėkite aukštom kulnim batų ištisą dieną. Aukštos kulnys pastumia visą kūną į priekį, ir tuo būdu sutrumpinami blauzdų raumenys. Nedėvėkite taip pat siaurų aukštų batų ilgą laiką. Siauri batai kenkia kraujui apytakai.

Keik galima, vaikščiokit basos. Kai sėdite, sukinėkit kojas per riešus ir

judinkite kojų pirštus. Kojų pratimai padeda kraujui apytakai ir raumenims.

RANKŲ PRIEŽIŪRA

Rankos daug pasako apie moters amžių. Veidą galima operuoti ir pajauinti, bet rankų operuoti neįmanoma. Tad rankų priežiūra yra labai svarbi. Vanduo ir įvairios valymo priemonės gadina rankas. Saulė, šaltis, drėgmė, žemė taip pat joms nepadedą. Jos turi būti prižiūrimos ir "lepinašos" kasdien.

Visada dėvėkite gumines, medvilne pamušaluotas pirštines, kai plaunate indus, grindis ar sienas. Dėvėkite medvilnines darbo pirštines sodo ir daržų darbams, dėvėkite šiltas odines ar vilnones pirštines kai lauke šalta.

Kie vieną kartą kai jūsų rankos sušlampa, nudžiovinkite jas ir ištepkit kremu. Plaukite rankas keletą kartų į dieną švelniu muilu, gerai jas nuskaulaukit švariu vandeniu, nudžiovinkit ir patepkit. Nagus patrinkite šepetėliu.

Sykį į savaitę masažuokite pirštus ir delnus riebiu kremu. Pradėkite masažuoti nuo pirštų galų ir baikite plaštaka. Gerai yra ištepti vazelinu, užsidėti medvilnines pirštines ir jas palikti per naktį.

Citrinos sunka nuvalo dėmes ir pabaltina pirštus. Bet po ištepimo sunka, uždėkite gerai kremu, nes citrina džiovina odą. Kartais išvalymui galite



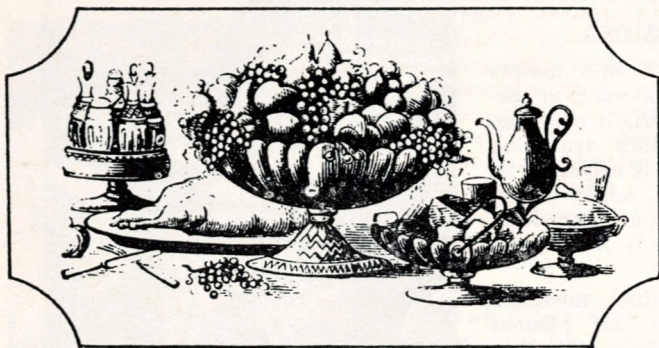
Sportinis megztinis

uždėti ant rankų masę, tą pačią kurią dedate ant veido.

Jei jūsų rankų oda labai sausa, pamtartina sykį į savaitę pašildyti alyvų arba migdolų aliejų ir mirkyti jame rankas pusę valandos. Aliejus yra labai sveika ir nagams. Po tokio pamirkymo nuskaulaukit šiltu vandeniu ir aceto mišiniu.

Madų paradas





• Šeiminių krepelis

Veda L. MURAUSKIENĖ

Džiovintų slyvų tortas

Torto masei:

- 6 kiaušiniai,
- 100 g. cukraus,
- 1 pk. vanilinio cukraus,
- 40 g. džiovintų slyvų,
- 150 g. tarkuotų riešutų,
- 1 št. romo.

Torto pertepimui:

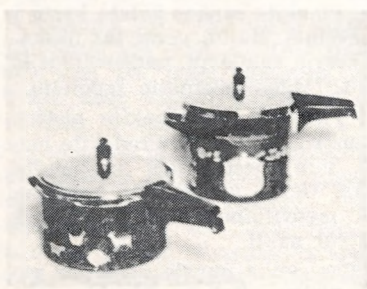
- 2 sv. džiovintų slyvų (be kauliukų),
- 7 št. cukraus,
- 1 pd. vandens (su cinamono lazdele ir 10 gvazdikėlių),
- 30 gr. krakmolo,
- 4 lapai bespalvės želatinos,
- 2 pd. grietinės (plakamos),
- 1 pk. vanilinio cukraus,
- migdolų ir slyvų papuošimui.

Trynius ištrinti su cukrumi ir vanilinu. Išplakti baltymus ir uždėti ant trynių masės, ant viršaus užberti sausinius, riešutus ir užpilti romą. Visą labai lengvai išmaišyti. Torto formą išdėti vaškiniu popierium, supilti masę ir kepti prie vidutinės temperatūros apie 35 min. Iškeptą tortą išimti iš formos ir palaikyti šaldytuve porą dienų.

Kremą ruošti sekančiu būdu. Slyvas perpjauti pusiau, pavirinti 1 pd. vandens su cinamonu, gvazdikėliais ir 5 št. cukraus, supilti šaltame vandenyje atskiestą krakmolą ir lengvai išmaišyti. Slyvų masę atšaldyti ir uždėti ant perpjauto torto pusės. Grietinėlę (1 pd.) išplakti su 2 št. cukraus ir išleista želatina. Išplaktą masę užpilti ant slyvų, uždengti antrąją torto pusę ir padėti į šaldytuvą. Viršų papuošti išplakta grietine (1 pd.) su vaniliniu cukrumi, pabarstyti kapotais — pagruzdintais migdolais ir slyvomis. Viena porcija — 318 kalorijų.

Virtas žagarių tortas

- 3 kiaušiniai,
- 2 tryniai,
- 1 taurelė romo,
- 2 št. rūgščios grietinės,
- ½ sv. miltų,
- druskos, riebalų virimui.



Sirupui: ½ sv. medaus, ½ sv. cukraus, imbiero miltelių ½ št.

Kiaušinius su tryniais ir druska išplakti, supilti romą, grietinę ir po truputį dėti miltus. Išminkyti tešlą, suvolioti volelius ir pjaustyti mažais šmotukais. Išvirti riebaluose, kai paruduos ištraukti ir sudėti į dubenį. Apie 10 minučių pavirinti cukrų su medumi, jei užlašinęs stinga, sudėti imberrą, išmaišyti ir užpilti ant šmotukų. Visą išmaišyti ir šlapiomis rankomis dėti į pašlapintą torto formą, gerai išpausti ir laikyti šaldytuve apie 1 val. Išmums iš formos, papuošti riešutais arba migdolais.

Kimšti karbonadai

- 4 storesni kiaušienos karbonadai (liesi),
- 1 svogūnas,
- 1 raudonas pipiras,



2 št. duonos džiovintų,
1 kiaušinis,
riebalų, druskos, pipirų, paprikos miltelių.

Mėsą nuplauti ir nusausti. Aštriu peiliu įpjauti išilgai, kad išeitų kišenė kurią pripildyti sekančiais paruoštu kimšalu. Raudoną pipirą, svogūną sukapoti ir apie 5 min. troškinti riebaluose. Riebalus nusunkti, daržoves atvėsinti, pridėti pagal skonį prieskonių, džiovintų ir išplaktą kiaušinį. Visą gerai išmaišyti ir prikimsus mėsą persmeigti mediniu pagaliuku. Karštoje keptuvėje greitai apkepti iš abiejų pusių, sumažinti temperatūrą ir vėl kepti kiekvieną pusę apie 5 min. Iškeptą mėsą palaistyti druska ir paprikos milteliais. Servuoti su keptomis bulvėmis ir marinuotomis daržovėmis.

Braškių kremas

- 1 sv. braškių,
- 2 kiaušinio tryniai,
- 100 g. cukraus,
- 3 št. bespalvės želatinos,
- 1 pd. plakamos grietinės,
- ½ št. tarkuotos citrinos žievelės.

Nuvalytas braškes sumalti elektriniu maltuvu. Kiaušinio trynį, cukrų, citrinos žievelę ir šiltą vandenį sudėti į indą ir gerai išplakti elektriniu plaktuvu. Sumaltas braškes šaukštu dėti ir išmaišyti į išplaktą masę. Želatiną ištirpyti labai mažame kiekyje vandens ir šaukšteliu sulašinti į maišomą masę. Padėti į šaldytuvą, kai pradės stingti tada lengvai išmaišyti su išplakta grietine. Braškių kremą supilti į gražų indą arba į individualius deserto indelius, papuošti plakta grietine ir braškėmis. Laikyti šaldytuve apie 30 min. Servuoti su saldžiu vynu arba šampanu.

Daržovių kokteilis

- 1 pjaustytas avokado,
- 2 žali kapoti pipirai,
- 1 pd. agurko riekelių,
- 1 pjaustytas obuolys,
- 2 št. kapotų riešutų.

Visą sumaišyti ir užpilti sekančiu padažu pagamintu (pagal skonį) iš citrinos sunkos, aliejaus, druskos ir cukraus. Uždengus palaikyti šaldytuve apie 20 min. Kalorijų vengėjams tai yra pilna pietų maisto porcija.

Virti cukiniai

Cukinius nuplauti, perpjauti išilgai, sudėti į puodo dugną ir vandens užnilti tik tiek, kad vos apsemtų; įdėti žiupsnelį druskos ir uždengus pavirinti apie 10-15 min. Kai suminkštės nusunkti, patepti lydytu sviestu (ar margarinu) ir pabarstyti kapotais krapų lapeliais. Tinka kaip užkandis su pagruzdinta balta duona arba prie mėsos.

Morkų ir brokolio daržovės

- ¼ pd. vandens,
- 1 št. druskos,
- 2 pd. pjaustytų morkų,
- 2 pd. brokolio galvučių-žiedų,



3 št. aliejaus,
1 št. cider — acto,
½ štl. "basil".

Vandenį užvirinti su druska, sudėti morkas, uždengti ir troškinti apie 5 min., sudėti brakolį ir vėl troškinti apie 5 min. (kol suminkštės). Nusunkti, sumaišyti su aliejumi ir cider-actu, pabarstyti "basil". Tinka kaip užkandis su pakepinta česnako duona arba prie mėsos; galima servuoti ir šalta.

Mažos bulvės su cukraus glazūra

20 mažyčių šviežių bulvių,
½ puoduko cukraus,
½ puoduko ištirpinto sviesto.

Bulvytes nuplauti ir pavirti apie 20 minučių, kol bus minkštos. Nusunkus nulupty odeles. Bulvytėm verdant paruošti glazūrą.

Cukrų sudėti į sunkesnę keptuvę, maždaug 10 inčų diametro. Ant vidutinės kaitros nemaišant palaikyti apie 4 minutes, kol cukrus paruduos ir ištirps. Tada nuimti nuo kaitros ir įmaišyti ištirpintą sviestą. Gražinti keptuvę ant vidutiniai žemos kaitros ir dėti po 5-6 bulvytes iš karto. Su mediniu šaukštu jas pavartyti, kad apliptų glazūra. Išėmus įdėti į karštoje vietoje laikomą servavimo indą. Kartoti tą patį, kol visos bulvytės bus sudėtos. Tinka duoti prie paukštienos ir kiaulienos mėsos.

Kimštas kiaulienos kepsnys

3-4 svarai be kaulo kiaulienos mėsos
1½ puoduko džiovintų slyvų,
1½ puoduko džiovintų aprikosų,
1 puodukas vyno "Port",
sveikų migdolų,
sviesto.

Iš slyvų išimti kauliukus ir jų vietoje įdėti po migdolą. Slyvas ir aprikosus sumaišyti ir sulaistyti vynu, kad sudrėktų.

Mėsą, jeigu nėra susukta, tai susukti ir gerai apvynioti virvute. Centre susukimo padaryti tarpą, naudojant medinio šaukšto kotą, ir į jį sudėti vaisius.

Keptuvėje išleisti sviestą ir apkepinti mėsą. Tada įdėti į kepimo indą

ir supilti likusį vyną. Kepti prie 350° F apie 2 valandas. Kepimo metu patikrinti ir, jeigu reikalinga, dar užpilti vynu. Duoti į stalą karštą su virtais ar keptais ryžiais. Taipgi tinka ir šaltam bufetui.

Špinatų žiedas su makaronais

2 šaukštai sviesto,
2 šaukštai miltų,
¼ šaukštelio druskos,
¼ šaukštelio pipirų,
4 kiaušiniai (atskirti),
1 šaukštas tarkuoto svogūno,
2 pakeliai šaldytų kapotų špinatų,
1 pakelis 8 unijų alkūnės formos makaronų,
1 puodukas tarkuoto "cheddar" sūrio,
2 šaukštai sviesto (makaronams).

Išleisti sviestą puode ir įmaišyti miltus pridedant druską ir pipirus. Nuėmus nuo kaitros leisti atvėsti.

Išplakti kiaušinio trynius, kol gausis citrinų spalvos. Įmaišyti į atvėsusį sviestą. Sudėti tarkuotą svogūną. Į šią masę įmaišyti atsileidusius špinatus su esama sunka. Gerai išmaišyti. Kiaušinio baltymus išplakti iki standžios putos ir palengva įmaišyti į špinatus.

Žiedo formą (mould) ištepti riebalais ir sudėti špinatus. Tą formą įstatyti į tinkamą kepimui indą pripilant vandens į jį. Kepti prie 350° F apie 35 minutes, ar kol masė paliesta bus sukepęs.

Makaronus išvirti pagal pakelio instrukcijas (paprastai vandenyje su druska) Išvirus nusunkti, bet neperplauti. Sudėti sviestą ir sūrį. Gerai išmaišyti ir leisti pastovėti kaitroje, kol sūris ištirps.

Tada išimti iš formos špinatus, šonus atlaisvinti su spatula ir išversti ant servavimo indo. Į vidurį žiedo tuštumos sudėti makaronus. Dėl gro-

žio galima užberti paprika. Duoti karštus į stalą su bandelėmis.

Varškės ir raudonų pupelių salotos

1 dežutė raudonų pupelių (red kidney beans),
½ puoduko kapoto svogūno,
½ puoduko smulkiai pjaustytų žaliųjų pipirų,
¼ puoduko alyvų (olives) be kauliukų,
2 puodukai stambesnės varškės su grietine (creamed cottage cheese),
½ šaukštelio druskos,
¼ šaukštelio pipirų,
½ šaukštelio paprikos papuošti.

Pupeles nusausti ir sudėti į salotų indą pridedant svogūnus, pipirus, alyvas ir varškę. Apiberti druska ir pipirais. Visą gerai išmaišyti, bet kad pupelės nesusitrintų. Galime duoti inde apiberiant paprika, arba išdedant atskirai ant salotų lapų. Servuojant kaip užkandą galima duoti su bandelėmis.

Morkų ir riešutų pyragas

7 kiaušiniai,
1 puodukas cukraus ar medaus,
1 šaukštas apelsinų sunkos,
1 šaukštas citrinų sunkos,
½ svaro maltų migdolų,
½ svaro smulkiai sutarkuotų morkų (maždaug apie 3 didelės morkos).

Kiaušinio trynius išplakti, įdedant pamažu cukrų ar medų. Plakti, kol gausis šviesiai geltona spalva. Sudėti apelsinų ir citrinų sunką, morkas ir riešutus — migdolus. Atskirai išplakti kiaušinio baltymus iki standžios putos ir lengvai įmaišyti į paruoštą masę.

Kepti su nuimamais šonais formoje (spring form), patepta riebalais ir pabarsyta miltais Kepti prie 325-350° F apie 40-45 minutes

Iškepus nuimti šonus ir leisti pilnai atvėsti

Salotos papuoštos endivijų lapais ir bananų riekelėmis



• Atsiųsta paminėti

Teatrinio vargo kelias — J. Kaributas; 50-ties metų teatrinio darbo jubiliejinis leidinys; 191 pusl., kaina nepažymėta; iliustruota gausiai nuotraukomis ir įvairiais dokumentais; autoriaus teatriniai atsiminimai pradedant Lietuva ir baigiant Amerika.

The Catholic Church, dissent and nationality in Soviet Lithuania — V. Stanley Vardys; East European Quarterly, Boulder, distributed by Columbia University Press, New York, 1978; 336 pusl., kaina nepažymėta.

Pasaulio Lietuvių Katalikų Žinynas — redaktorius k. Kazimieras Pugevičius; 79 pusl., kaina \$5.00; galima įsigyti: Kunigų Vienybė, 351 Highland Blvd., Brooklyn, N. Y., 11207

Pranas Domšaitis 1880-1965, iliustruotas parodos katalogas, 16 pusl.; išleido University of Hawaii Art Gallery, 1978 m.

Rudenys ir pavasariai arba Užplynių Pultinevičius namie ir svetur — Albinas Baranauskas; nuotykių knyga, III-ji dalis; 389 pusl., kaina \$8.00; dailininkas — V. O. Virkau; Lietuviškosios Knygos Klubas leidinys; gaunama: "Draugas" 4545 West 63rd St., Chicago, Ill., USA 60629 ir pas knygų platintojus.

Lietuviai žiloj senovei — J. Venclova; istoriniai aprašymai; 93 pusl., kaina nepažymėta.

Lietuvių Šeimos Tradicijos — Lithuanian Family Traditions — Stasys Yla; albumas — portfolio; dailininkės — Zita Sodeikienė ir Irena Mitkutė; Amerikos Lietuvių Bibliotekos Leidykla (Lithuanian Library Press, Inc.) 3001 West 59th St., Chicago, Ill., USA 60629; tiražas 1750 egz., 179 pusl., kaina \$20.00. Graži dovana lietuviškų tradicijų ir knygų mylėtojams.

Lietuvių Katalikų Bažnyčios Kronika — LKBK leisti sąjungos valdybos leidinys; 476 pusl., IV tomas

Chronicle of the Catholic Church in Lithuania — published by the Lithuanian Roman Catholic Priests' League of America

And There Was The Moon Throwing Stones At Birds — Danguolė Sadūnas; iliustracijos — Sr. A. Mikaila; poemų leidinys, 97 pusl., kaina nepažymėta.

V-sis PLB Seimas — PLB valdybos leidinys 1978 m. birželio 30 — liepos 4, Toronto, Ont. Canada

Eucharistija — P. Celiešius; Eucharistijos esmė ir prasmė — teologinis svarstymas; išleido V. Europos lietuvių sielovados centras; 59 pusl., kaina nepažymėta.

Išėivės keliu — Marija Aukštaitė; apysaka, 207 pusl., kaina \$5.50; knygoje nupasakojama dviejų keliauninkų išvykos iš Lietuvos ir išgyventi nuotyčiai.

St. Casimir — 520 Anniversary of His Birth 1458 — October 3rd — 1978 — by Rev. Albert J. Contons; published by the Knights of Lithuania, 351 Highland Blvd., Brooklyn, N. Y. 11207, USA.

Melodias de Lituania — L. P. 0010 ir 1011; lietuviškos pramoginės muzikos plokštelės; išleido Urugvajaus Lietuviai, Lietuvių Emigracijos į Ameriką 50-ties metų sukaktuvių progą; adresas: Casilla 2313 — Cerro, Montevideo, Uruguay, S. Am.; plokštelėse įrekiuota lietuvių kompozitorių kūryba, kurią išpildo įvairūs ansambliai ir solistai Lietuvoje. Plokštelės papuoštos dailiais aplankais, kuriuos sukūrė dr. Alfredas Stanevičius.

Blick in die Zeit — Joseph Ehret; Eine Weltpolitische Umschau, Basel 1978; 52 pusl., kaina nepažymėta.

Kova dėl Klaipėdos — Atsiminimai 1927-1939 Dr. jur. Martynas Anyas; spaudai paruošė — Dr. M. G. Slavėnienė; įvadas — Dr. J. Jakštas; išleido — Kultūrai Remti Draugija, Čikaga, 1978; 419 pusl., kaina nepažymėta; vertingas istorinių atsiminimų leidinys, iliustruotas nuotraukomis.

GARBES PRENUMERATOS

Adomaitienė M., La Salle, Que., Ališauskienė K., Markdale, Ont., Alytėnė E., Lyneham, Australia, Augienė V., Providence, R. I., Bajalienė A., Los Angeles, Calif., Baliutavičienė V., Valencia, Venezuela, Bankaitienė A., Fairview Park, Ohio, Beržinienė T., Cicero, Ill., Bigenienė A., Philadelphia, Pa., Cade I., Amherst, Mass., Česnaitytė T., Clearbrook, B. C., Chmieleuskiene E., Lake Worth, Fla., Cipariene I., Rodney, Ont., Čyviene B., Cleveland, Ohio, Dargienė L., Westchester, Ill., Daugvydienė K., Detroit, Mich., Dementavičienė O., Toronto, Ont., Garbauskienė A., Old Bethpage, N. Y., Gimbutienė E., La Crescenta, Calif., Griggs V., Calgary, Alberta, Indreikienė K., Chicago Ill., Janušienė Z., Livonia, Mich., Jasiulevičienė M., Cicero, Ill., Jautokaitė R., Chicago, Ill., Kaliaukevičienė I., Toronto, Ont., Kamarauskienė S., Surfside, Fla., Karalienė J., Cleveland, Ohio, Karnienė A., St. Petersburg, Fla., Kazlauskienė A., Oakville, Ont., Kligienė J., Catonville, Md., Krausienė A., Maribyrnong, Australia, Kriaučiūnienė A., Oak Lawn, Ill., (2 m.), Laucevičienė J., Woodhaven, N. Y., Lukšienė U., Oakville, Conn., Macevičienė M., Chicago, Ill., Mickevičienė M., Vienna, Ont., Mocienė L., Rodney, Ont., Moriarty A., Quincy, Mass., Norkienė V., Orange, Calif., Paulienė B., Allendale, N.J., Pintsch A., W. Milford, N.J., Puter-

ne A., Toronto, Ont., Radzevičienė S., Euclid, Ohio, Rev. Dr. P. Ragažinskas, Central, N.M. (2 m.), Rakauskienė J., Toronto, Ont., Ramonienė J., Oakville, Ont., Rickutė S., Cicero, Ill., Sakienė E., Buffalo, N.Y., Sapkienė V., Edmonton, Alberta, Savickey J., Chicago, Ill., Šilienė A. (2 m.), Mornington, Australia, Sirutienė R., Toronto, Ont., Skeivelienė P., St. Catharines, Ont., Šliažienė A., Chicago, Ill., Sopienė A., Los Angeles, Calif., Stankevičienė V., Melrose Park, Ill., Stasiulienė I., Islington, Ont., Staškuvienė J., Englewood, N.J., Svėgždienė E., Toronto, Ont., Tarvydienė M., Hamilton, Ont., Taučytė S., Waukegan, Ill., Toliušienė O., Chicago, Ill., Valiukonienė E., S. Boston, Mass., Valiūnienė E., New Rochelle, N.Y., Vileniškiene E., Dorchester, Mass., Vilutienė E., Chicago, Ill., Vilutienė E., Santa Monica, Calif., Viskontienė S., Toronto, Ont.

ŽURNALUI AUKOJO:

\$23.35 — Bieliūnienė V., Caracas, Venezuela, Gavorskienė H., Caracas, Venezuela.

\$11.65 — Deveikienė N., Caracas, Venezuela.

\$5.00 — Puterienė A., Toronto, Ont., Rev. Dr. P. Ragažinskas, Central, N.M., Sirutienė R., Toronto, Ont., Skeivelienė P., St. Catharines, Ont., Vileviškiene O., Dorchester, Mass.

\$4.65 — Gutauskienė E., Caracas, Venezuela.

\$4.00 — Alytėnė E., Lyneham, Australia.

\$3.00 — Jurjonienė F., Chicago, Ill., Krausienė A., Maribyrnong, Australia, Stirbienė P., N. Britain, Conn.

\$2.00 — Abromaitienė P., Toronto, Ont., Bujokienė B., Islington, Ont., Jasiulevičienė M., Cicero, Ill., Valienė S., Chicago, Ill.

ŽURNALUI AUKOJO:

\$21.00 — Valienė J., Hebron, Conn.

\$10.00 — Danienė D., Ottawa, Ont., Merkevičienė M., Omaha, Nebr., Sudburio Zuklautojų ir Medžiotųjų Klubas "Geležinis Vilkas", Sudbury, Ont.

\$5.00 — Jančiauskienė A., N. Geelong, Australia, Modestavičienė F., Chicago, Ill.

\$2.00 — Bentnorienė V., Toronto, Ont., Rimkevičienė O., Toronto, Ont., Stankevičienė M., Leederville, Australia, Staškuvienė J., Yonkers, N.Y.

\$1.00 — Balčiūnienė M., Woodhaven, N.Y., Butkienė P., London, Ont., Genčiuvienė A., Chicago, Ill., Gražulienė T., Toronto, Ont., Griškevičienė O., N. Miami Beach, Fla., Janušienė A., Milton, Ont., Jonynienė A., Berlin, Conn., Juknevičienė E., Chicago, Ill., Karasiejienė M., Mississauga, Ont., Katelienė A., Chicago, Ill., Kazlauskienė S., Toronto, Ont., Mikelėnienė V., Peterborough, Ont., Misiūnienė E., Bass Hill, Australia, Ulėnienė M., Pasadena, Calif., Vazalinskienė I., LaSalle, Que., Vasiliauskienė G., Torrens Park, Australia, Žemaitienė G., Hamilton, Ont.

MOTERS TURINYS

1977 metai	Nr. psl.	1978 metai	Nr. psl.
Pr. Alšėnas	Marija Aukštaitė	P. Alšėnas	Alė Rūta
M. Aukštaitė	Eilėraščiai	V. Anyšenė	Daugiakultūrinis teatras
V. Butkienė	Eilėraščiai	A. Dzilums	Kiemsargis Ciepstas
L. Couperus	Psyche	A. Dzilums	Miškų užuovėja
L. Čepienė	Iš vestuvinių papročių	A. Dumbrienė	L. K. visuomeninėje veikloje
	Lietuvoje	P. Gaučys	Amerikietė moteris
P. Gaučys	Moteris šių dienų pasaulyje	P. Gaučys	Apie draugystę
P. Gaučys	Amerikiečių šeima	P. Gaučys	Šeima ir moteris Kinijoje
M. Govere	Eilėraščiai	P. Gaučys	Išlaisvintos moterys
A. Giedrius	Tėvo valia — taryčia	P. Gaučys	Dabartinė rusų moterų būklė
K. Grigaitytė	Eilėraščiai	S. G.	Mes bandėme sekti jos pėdomis
I. Kairienė	Madų ir grožio pasaulis	S. G.	Skaudus likimas
	1, 2, 3, 4, 5, 6	K. Grigaitytė	Eilėraščiai
G. Krivickienė	Raudos — gedulingoji tautosaka	S. Yla	Prisimenu ir aš
	3 4	I. Kairienė	Madų ir grožio pasaulis
M. T. Kuhlmanienė	Apie Jūrą		1, 2, 3, 4, 5, 6
K. Leonaitienė	Iš praeities atsiminimų	A. Karvelytė	Eilėraščiai
I. Malėnas	Mokymo skaityti pagrindai	G. Krivickienė	Kelionės po Europą
J. Mikailaitė	Eilėraščiai	M. Kuhlmanienė	Gailutė
J. Mills	Vasara baigiasi	M. Kulbokienė	M. Piaseckaitė-Šlapelienė
H. Mošinskienė	Raidžių sėjėja	N. Kulpačienė	Mokslo dienos
L. Murauskienė	Šeimininkų kampelis	N. K.	V. Lozoraitienės visuomeninė veikla
J. Narūnė	Eilėraščiai		6 19
J. Narūnė	Už vasaros vartų	V. Lozoraitienė	Prisiminimai
Pr. Naujokaitis	“Šiapus jūros”	I. Malėnas	Skiemenų metodas
Pr. Naujokaitis	Žvilgsnis į vaiku literatūrą	I. Malėnas	M. Pečkauskaitės gimnazijos išteigimas
Pr. Naujokaitis	“Karklu Katinukai”		5 15
Pr. Naujokaitis	Žvilgsnis į vaikų literatūrą	A. Michelevičienė	Poinsettia
Pr. Naujokaitis	“Išmarginta drobė”	B. M.	Ir vedyboms reikalingas pašaukimas
Pr. Naujokaitis	A. Abromaitienės lit. debiutas		6 16
Pr. Naujokaitis	Premijuota knyga jaunimui	L. Murauskienė	Šeimininkų kampelis
Pr. Naujokaitis	P. Orintaitės istorinis romanas	J. Narūnė	Eilėraščiai
P. Orintaitė	Stabino piršlybos	J. Narūnė	Naują klasę bestieigiant
K. Pažeraitė	“Mociūtės dovanėlė”	D. Narutaitė	Mano mokytojai
D. Petrutytė	Vaikų auklėjimas	Pr. Naujokaitis	Putinas sesers atsiminimuose
R. Raslaivičienė	Havajai	Pr. Naujokaitis	“Laiškas Jaunystei”
L. Rėza	Kęstutis ir Mylinė	N. Norkienė	Kristolinis varpelis
D. Sadūnaitė	Nosys	P. Orintaitė	Praeities apžvalgoje
A. Saudargienė	Bazilika Guadalupe	P. Orintaitė	Stefanija Paliulytė-Ladigienė
M. M. Slavėnienė	“Tolimų kraštų mirazai”	A. Pakalniškis	Iš jauno mokytojo dienoraščio
M. M. Slavėnienė	Pranašių Julė	A. Pakalniškis	Žemaitė moteris
B. Šimkienė	Apie įtampą šeimose	J. Prunskis	Biochemija apie vitaminus
A. Tensonas	Dombergo mergelė	Putinas	Eilėraščiai
Z. Tenisonaitė	Sapnų pasaulis	Satrijos Ragana	Kaip būdavo seniau
Z. Tenisonaitė	Eilėraščiai	Satrijos Ragana	Rudens diena
Z. Tenisonaitė	Atostogų dienos	A. Saudargienė	Lietuvos kaimas atsiminimuose
Z. Tenisonaitė	Liškai vertėjai	M. M. Slavėnienė	Moteris J. Jūragio poezijoje
Z. Tenisonaitė	Iš Javos salų mitų	Z. Tenisonaitė	Miniatiūros
Z. Tenisonaitė	Pieter Paul Rubens	Z. Tenisonaitė	Pietų Afrikos poezija
A. Tyruolis	Lietuvaitė L. Rėzos poezijoje	A. Tyruolis	Lietuvaitė A. Jakšto poezijoje
J. Vaičiūnaitė	Eilėraščiai	A. Tyruolis	Jaunimo rašytoja J. Narūnė
J. Vaičiūnaitė	Eilėraščiai	J. Vaičiūnienė	Eilėraščiai
A. Vaisiūnienė	Sveikata	A. Vaisiūnienė	Sveikata
	1, 2, 3, 4, 5, 6	S. Valiukienė	M. Pečkauskaitė žmogus ir auklėtoja
R. K. Vidžiūnienė	Kaip ir mes atleidžiame		5 2
R. K. Vidžiūnienė	Kalėdinis akimirka	R. K. Vidžiūnienė	J. Narūnės atsiminimai
S. Vilkauja	Moteris mūsų karo dainose	R. K. Vidžiūnienė	Viešnia iš Šiaurės Rytų
S. Vilkauja	Motina B. Brazdžionio lyrikoje	Vaz Vi	Ko aš nepamirštu
S. Vilkauja	P. Orintaitė	S. Vilkauja	Kova dėl spaudos uždraudimo
A. Zubienė	Uraganas	S. Vilkauja	Gėlės mūsų poezijoje
	2 13	S. Vilkauja	Žydinčių aguonų laukas
		S. Vilkauja	Šatrijos Raganos literatūrinis palikimas
			5 2

**Prašom sumokėti "MOTERS" prenumeratą
už 1977 ir 1978 metus!**