

pepecseli s koránkeléssel igyekeznek pótolni az elmulasztottakat, azzal álltatva magát, hogy reggel könnyebben megy a tanulás. A reggeli tanulás valóban könnyebb, de könnyebben el is párolog, mert a rákövetkező nap ezernyi új benyomása megzavarja az új anyagnak a régiekhez való kapcsolódását. Legeredményesebb a délutáni tanulás, mert az est követő éjjeli pihenés alatt a megtanult anyag beszüremlik a lélek mélyébe, ott leülepedik, meggyökeresedik és maradandóvá válik.

Nagyon sokszor panaszkodnak a szülők, hogy nem lehet a diákokat este ágyba parancsolni, reggel viszont alig lehet talpraállítani az álomosság miatt. Ezek az éjjeli baglyok alkotják a diáktársadalom legveszedelmesebb elemeit. Sohasem szabad éjjel tanulni, mert az éjfélelőtti alvásból elvett órákat kétszáz annyi reggeli alvással sem lehet pótolni. De meg az éjtszakai munka után nyugodtan pihenni sem lehet. Az is csak látszat, hogy az éjtszakai csendben jobban megy a tanulás, mint napközben. Azért csak látszat, mert a fáradt szervezet jó munkának minősíti a gyenge teljesítményt is.

(Hajós Elemér.)

MUNKA ÉS NYUGALOM.

A rendesen táplálkozó ember munkaképes lesz. Azonban a munkában is rendet és mértéket kell tartani. Aki erején túl dolgozik, beteg lesz.

Legcélszerűbb naponta 8 órát dolgozni, ugyanannyit szórakozni — játszani, olvasni, sétálni, szüleinknek segíteni — és 8 órát aludni.

A munkában az ember elfárad — akár testi, akár szellemi (tanulás) munkát végez — és ilyenkor pihenésre van szüksége. Aki munka után tér nyugalomra, az pihen, aki azonban munka nélkül pihen, az csak henyél. Henyélni a dologkerülők szoktak.

A napi pihenésen kívül azonban heti pihenőre (hétvégi) is szükségünk van. Pihenésre valók a vásár- és ünnepnapok, amikor a tanuló félretéve a mindennapi munkát, templomba megy, sétálgat, kirándul szüleivel vagy jó könyvet olvasgat. A pihenés, nyugalom nem azt jelenti, hogy semmit se csináljunk. Henyélni ilyenkor sem szabad, hanem lelkünk szórakoztatásáról, felüdüléséről kell gondoskodnunk. Ezt szolgálják a játék, a jó könyvek olvasása, szüleinknek való segítés stb.

A LEÉGETT GÓLYA.

Egy tavaszi éjtszakán tűz emésztette meg a gazda egyszerű házat és a tetejében épült gólyafészket. Reggel kétségbeesetten ült a gazda házának romjai előtt. Míg a gazda búsult, odaszállott a gólya és az épen maradt óltetőn új fészket kezdett építeni. Amint megpillantotta a szomorkodót, egy ideig nézte, majd így szólította meg bánatos gazdáját:

— Szánlak jó gazdám, téged is nagy veszteség ért... de engem is. Lássunk a munkához mindketten, míg idő és erő kedveznek.

— Nekem akarsz te tanácsot adni? — mondta a gazda. — Ugyan mi a te veszteséged az enyémhez képest!

— Ne gondold, szegény gazdám, hogy én keveset vesztettem, — szolt a gölya. — Én se becsülöm le a te veszteséged. De tudod-e, hogy a madárnak fészke a mindene, hát az veszteti többet, aki mindenét elvesztette! — Majd így foytatta: De azért ne késlekedjünk, még csak nyár eleje van, ne pazaroljuk el a drága időt panaszkodással, mert akkor csakugyan sohasem lesz új fészünk. Mert a fészkem visszaadja az idő és a szorgalom, míg az elmúlt időt, amelyet nem használtunk fel, többé semmi sem adhatja vissza.

(Amit megtehetsz ma, ne halaszd holnapra.)

AMIT MA MEGTEHETSZ...

Úgy hullanak ki a napok sok ember életéből, mint lyukas zsákból a homokszemek; észrevétlenül peregnek ki s gyakran még hordozójuk is csak az út végén fedezi fel, hogy az élet-kosár üres.

Pedig minden egyes nap Isten ajándéka és Ő az utolsó napon számonkéri tőlünk valamennyit.

Dehát mit tegyünk, hogy az olyan gyorsan futó percek, órák és napok el ne tűnjenek és üresen, értéktelenül a multba ne vesszenek?

Napjainkat a véletlenre nem bízhatjuk, annyi bizonyos; *időbeosztás nélkül* semmire se megyünk. Ez az a háló, amely összefogja és nem engedi a semmibe siklani a perceket. Aki csak úgy vaktában indul neki a napnak, az úgy jár, mint aki határozott terv nélkül, találomra megy vásárolni; egyiknek minden pénze, másiknak minden ideje elfogy a fölöslegesre és éppen arra nem jut belőle, amire leginkább kellene. Egyszer holtfáradtan éri az este, mert egész nap egy percnyi pihenője nem volt, máskor meg arra döbben, hogy haszontalanul elherdálta az időt, maga sem tudja, hogyan. Egyik munkából a másikba kap, hajszolódik, vagy semmit sem csinál, hol unatkozik, hol meg beleszédül a sokféleségbe s az eredmény... semmi nagy kevés.

Egyik reggel elhatározza, hogy ma korán munkához fog, mert annyi minden vár rá. De melyiket válassza a sok közül? Ezt végezze, vagy azt?... Elkezd valamit. De nem, mégsem, a másik fontosabb. Majd hirtelen eszébe jut, hogy sürgősebb egy harmadik. Az idő azonban nem áll meg a huza-vona alatt, hanem feltartóztatlanul fut tovább...

Érdemes ezen elmélkedni, mert hiszen percekből lesznek az órák, órákból a napok és napokból az évek... És érdemes esténként néhány percet arra szánnunk, hogy elkészítsük —