

## Children's upbringing (a basis for a healthy and successful life)

Отхранване на децата (основа за здрав и благополучен живот)

**Dimka B. Nestorova, PhD**

University of Food Technologies, Plovdiv, BULGARIA

Center of physical education and sport

Received on 26 November, 2022.

Accepted on 10 December, 2022.

Published on 30 December, 2022.

### Abstract:

Good health and success result from a number of factors, one of which is personal behaviour. Indisputably it is a projection of the value system upbrought in the rising generation in educational institutions and in family environment. The goal of this report is to popularize the vision for upbringing children (bodily and spiritually) during the period of Bulgarian Enlightenment, with view of providing continuity and establishment of national traditions in education. In order to achieve this goal, a part of the Bulgarian heritage in the period of Renaissance has been studied. Bibliographic and analytical and synthetic methods have been used. This material corresponds to STRATEGIC FRAMEWORK FOR THE DEVELOPMENT OF EDUCATION, TRAINING AND LEARNING IN THE REPUBLIC OF BULGARIA (2021 - 2030) – ‘Priority field 2 – Competences and Talents’; Goal 2.2. – Upbringing values: preservation and establishment of Bulgarian National Identity and Popularization of the Bulgarian Language, Traditions and Cultures’.

**Keywords:** Children's upbringing, Bulgarian enlightenment

**Вместо увод:** „Кое е най-свято за човека? – Вярата и народността.“ (Шапкарев, К., 1868, стр. 45) „Историята на всеки народ е неговият нравствен живот. Народ без история е мъртъв нравствено и прилича на човек, който след неговата смърт не оставя нищо на света! Както е присъщо на всеки човек и му е мило и драго да слуша за свои деди и прадеди и най-вече, ако техните дела са били славни, той се старее да следва техния пример и даже да ги надмине с делата си, така и в общ цял народ желае и обича да знае предходните дела на своите праотци, старее се да се покаже по-достоеен от тях и да заслужи тяхната слава“ Кратко разсъждение върху тъмните и лъжовни начала, на които е основана стара повестност всех европейскихъ народовъ.“ (Раковски, Г. 1860, стр. 12). „Болгарский род има своето начало от Яфета сина Ноева, той се е преселил от Болга река покрай Дунав, по тия места, в които сега живеят. Той е имал 17 крале и 32 царе, архиепископи, епископи и други още приключения, които са станали в техните времена.“ (Теодорович, Т., 1850, с. 45 – 46)

### Въведение

Доброто здраве и благополучие са резултат от много фактори, един от които е личностното поведение. Безспорно то е проекция на ценностната система, възпитавана у

подрастащите в образователните институции и семейната среда. С промяна в ЗПУО (2015) се въведе компетентностният подход в училище, чрез който се сменя фокусът в обучението от преподаване на знания към овладяване на ключови компетентности и развитие на способности за решаване на проблеми. „Утвърдена е и се прилага Стратегия за възпитателната работа в образователните институции /2019 – 2030/ (НПР на България 2030, стр. 23). Нейната цел е формирането на личностни качества, ценности, нагласи и мотиви, които да подпомогнат пълноценното развитие на детето/ученика като личност и член на обществото. На страница 2 от Стратегическа рамка за развитие на образованието, обучението и ученето в Република България (2021 - 2030) „възпитанието“ е дефинирано като «процес на формиране на отношения - ценности, нагласи, мотиви, насочени към развитие на личността като индивидуалност и член на обществото». Обучението е насочено във възпитаване в европейски ценности, ценностно-ориентирано поведение, постигане на ключови компетентности, критично мислене и т.н.

Целта на доклада е да се популяризира визията за отхранването (телесно и душевно) и формиране на ценности у децата по времето на Българското просвещение с оглед осигуряване на приемственост за утвърждаване на националните традиции в образованието. За постигането на целта е проучена част от българското книжовно наследство от периода на Възраждането. Използвани са библиографски и аналитико-синтетични методи. Настоящият материал е в съответствие със Стратегическата рамка за развитие на образованието, обучението и ученето в Република България (2021 - 2030) Приоритетна област 2. Компетентности и таланти; Цел 2.2. Възпитание в ценности: ... съхраняване и утвърждаване на Българската национална идентичност и популяризиране на българския език, традиции и култура.

## Изложение

Под „отхранение или отхранване“ в миналото се е разбирало отглеждане на децата душевно и телесно, т.е. нравствено и естествено до 12 – 14 годишна възраст. Някои автори използват синоними – възпитание и изхранване. В книгите „Игиономия, сиреч правила за да си вардим здравето“ (1846), Кратко здравословие или уроци как да си вардим здравето“ (1865) д-р А. Сарантиев и Сава Доброплодни посвещават цели глави на темата, защото здравият и благополучен живот зависи от отхранването на децата, а то от: 1. Здравето на родителите, 2. Времето на зачеването, 3. Времето, когато расте в утробата детето, 4. Детинската възраст, 5. Момчешката възраст.

### 1. Заради здравето и основанието на живота на родителите

Всеки знае, че здравето на родителите и доброто съпружество, твърде много влияят върху нашето здраве и следва осъзнато да го предадем на ония, които ще получат живот от нас. Децата са образ и подобие на родителите и те могат да предадат на поколението разни болести, като артиритиката, камъкът в мехурът, джигерният верем и кръвотеченията, които зависят от първообразното състояние на тялото. „Много умни целители като придириха добре, намериха, че когато родителите са изцедили детеродните си сили, или защото са били невъздържани, или от малафранцата (френгата)<sup>1</sup> (сифилис, бел. моя), предават на децата една склонност към храчливо състояние, щото да се преобръщат на мъртва кожа (слуз, бел. моя). Тая е причината, поради която тая болест става на много деца в първата година, а някога и веднага като се родят.“ (Сарантиев, А., 1846, стр. 176)

<sup>1</sup> Малафранца - сифилис

При избора на подходяща невеста, мъжете да избират жени със стабилна нервна система. „Всеки мъж длъжен е когато си избира жена, да предпочита оная, на която неврическата система не се възбужда лесно. Без това вардене, не ще може да получи най-първото намерение с оженването, което е да роди деца здрави и силни. (Сарантиев, А. 1846, стр. 180) Нужно е тези, които са натоварени да отхранват младите момичета, да залагат да ги вардят от голямата доброчувствителност, която е достойна за оплакване. В умереният климат трябва да се женат мъжете, когато достигнат до 24 година, а жените, когато достигнат до 18 година.

## **2. Заради времето когато се зачева детето**

Доброто зачеване твърде много спомага на всички живот на детето, или според естеството му спомага, или според нравствеността. В часа на зачатие придава се началото и основанието на животворението на семето на новото малко дете. Примерът, който се използва от Плутарх (за възпитанието) и други са думите на Диоген, който видял едно безумно момче и рекъл му: „баща ти пиан те е посял“. „Децата, които са се заченали в ония час, в който се случва родителите им да са в лошо разположение, или естествено, или **нравствено**, ще се родят такива каквито са се случили родителите им, когато са ги зачевали и ще си прекарат живота като тях“. (Сарантиев, А., 1846, стр. 176 - 177)

## **3. Заради времето, когато е тежка<sup>2</sup> жената или когато расте в утробата детето**

Въз основа на натрупания опит, целителите са установили, че „ако и (дори и, бел. моя) бащата да е най-първата причина на животът на детето, но обработванието на семето става само от майката, т.е. колкото и здрав да е бащата, не може да се получат здрави деца от безсилна и болна майка. „Съществува на бащата се обработва и свършва в сърцето на майката“. Колкото заради средствата, които спомагат за увардението на детето от всяко втечение бедствено, не е възможно да ги изтълкуване, без да са не почудим с мъдростта на Божия промисъл. А) „Жените трябва сами да се пазят и поддържат една диета свършена, защото според живота, който водят „стават децата им или добри или лоши, или естествено (телесно, бел. моя), или нравствено.“ Б) Трябва всеки човек да мисли, че една бременна жена е обиталище на детето, и тъй да се труди, да се грижи добре за нейните потребности. „Всеки мъж е длъжен да последува това правило и да е уверен, че когато варди тия правила, не прави друго нищо, освен че се труди за здравето на своите чада, и когато прави тъй става достоен за най-хубавото име, което е да се назове баща.“ (Сарантиев, 1846, стр. 178 - 180)

## **4. Заради детинската возраст 0 – 2 год.**

Начинът, по който се отхранват децата дорде достигнат до 2 годишна възраст, твърде много влияе върху дълговременния живот. През тази възраст най-първите грижи, които родителите трябва да полагат са за телесното отхранване на чадата.

Храна. На първо място се препоръчва естественото хранене (кърменето). „Естеството е дало на всяка животинка, която може да ражда и мляко за препитание.“ (Плутарх Исократ, 1845, стр. 9) След това майките сами да хранят и да кърмят своите деца понеже с повече любов и прилежание ги хранят, и милват своите деца от дълбочината на сърцето си, „а дойките имат към тях лъжлива и ласкателна любов и само за заплата ги милват.“ (Сарантиев, А. 1846, стр. 181) Храната трябва да е сладка и според свойството на детето, с което естеството го е надарило. Най-първото правило на природата, което спомага за дълговременния живот на детенцето е кърмене до едногодишна възраст.

---

<sup>2</sup> Тежка - бременна

„Сегашните пристъпват този закон, което твърде много вреди на децата.“ (Сарантиев, А., 1846, стр. 182). „Не трябва да им даваме месо, казва пак Хюфеланд, освен след като израстат зъбите, сиреч, подир излиза (края, бел. моя) на първата година.“ (Богоров, И., 1865, стр. 11) Около двете години, едно дете трябва да може да яде наред от всичките ястия, които са сложени за неговите родители; обаче ние забелязваме, че растителните вещества му понасят по-добре, нежели (отколкото, бел. моя) животните (животинските, бел. моя). (Богоров, И., 1865, с. 11)

- „Когато децата ядат месо, това ги раздражнява и ги държи в една непрестанна треска, усилва се обикалянето на кръвта, умножава се горещината и хвърля тялото в разни запаления.“
- „Децата, които са навикнали от младо време да ядат много месо, стават яки, но в нетото време страстни, зли и дебелаци и при това още са обладани от страсти зверски.“
- „Человеците и животните, които живеят от месо, са зли, люти и страстни, а пък една растителна храна докарва мирност и човечество. Една диета от сеитба подканя човека към обич и го прави човеколюбив.“ (Богоров, Ив., 1865, стр 11, Сарантиев, А., 1846, стр. 185)

Месото е полезно за безсилните (болнавите, слабите) деца, за които това е истински лек (цяр), казват д-р Богоров и д-р Сарантиев, които препоръчват месото да не се включва в менюто на децата, докато не израстат съвсем всичките зъбки, т.е. до 2 годишна възраст.

**Хигиена и закалителни процедури.** Чистотата на децата е половината на живота им колкото по-чисто живеят, толкова по-здрави биват. „Само чистота с една диета умна е доволна (достатъчна) да им даде цвят, сила и живост.“ (Сарантиев, А., 1846, стр. 191). „Не зная друго средство толкова полезно за здравето и дълговременния живот, колкото е къпането и банята.“ (Сарантиев, А., 1846, стр. 189) Къпането и обливането с хладка или студена вода (след привикване) подпомага растежа, закалява нервната система и силата на оръдията (органите). Животворителните сили са нужни, колкото яденето и пиенето, след 3 седмици (от 21 ден). Редовно извеждане на бебето навън, на чист въздух и светлина.

**Други.** „Не трябва да даваме на децата боядисани играчки, защото ги хапят, поставят ги в устата, а имат размесени отровни бои, ... остри предмети, игли, да се пазят от добитъци. „Когато децата направят някоя погрешка, не трябва да ги наказваме телесно с бой и безчеловечно, защото биенето никога не е поправило децата, но ги прави по-лоши и по-упорити.“ „На конец казваме, че децата на селяните затова са по-здрави и по-корави, защото майките им ги подояват, всякога са на чист въздух и правят движение, дору<sup>3</sup> благородните се хранят с чуждо мляко, всякога са затворени в стаите, гдето гълтат нечист въздух, нито правят движение.“ (С. Доброплодни, 1865, стр. 71 – 72)

##### **5. Заради момчешката възраст от 2 до 12 - 14 години**

В тази възраст грижите са насочени не само към телесното, но най-вече към душевното отхранване.

##### *За телесното отхранване – растеж и онтогенетично развитие*

Правилата за чистотата, къпането, студената вода, въздухът, остават същите и в тази възраст. Диетата се обогатява с месо и треви, но децата се наблюдават да не ядат много наведнъж или често. „Когато децата станат 12 - 14 години пораснуването на тялото става толкова скоро, щото имат нужда от порядъчно поправление, гледа ги тогава човек, че

<sup>3</sup> Дору - докато

ядат безмерно комати хляб, не се насищат и винаги са готови да повторят. Благоразумните родители като пригледат тия феномени, поправляват храната на своите чада и я направляват по съществителна, имащи всичкото попечение да ги пазят от безмерното ядене и най-вече от трудносмилаемите, които може да са сега повече бедствени, нежели (отколкото, бел. моя) в друга някоя епоха за возраста им.“ (изяснение Гранитски в Гигиена, 1851, стр. 42-43) Афоризъм 14 от Хипократ „Деца, които растат, повече имат врожденните тепло род<sup>4</sup> и имат потреба от по-малко пища (храна бел. моя).“ (Пирос, Д., 1854, стр. 525)

Ако се спазват правилата за хигиена, хранене и упражняването (гимнастиката), няма да се налага да се променя диетата с по-леки или силни ястия. Също така „не бива да се оставят децата: да мързелуват; да спят на много меки дюшеци; да се хранят обилно и с храни, които мъчно се смилат; да употребяват храни, които докарват раздражение (възбуда) като шоколад, вино, кафе, пикантни, които са истинска отрова за тях.“ (Сарантиев, А., 1846, стр. 195) Като пример, Сарантиев посочва селските деца, които въпреки че се хранят не съвсем според правилата, израстват здрави, силни и жизнени.

**Двигателната активност** „Ходенето насам нататък е едно твърде полезно нещо за естествения отдиш на децата. Препоръчва изобилие от време за игри каквито си желаят, на чист въздух, по възможност сред природата. Упражнението уякчава, докарва наслаждение на действието и разлива из цялото тяло кръвта“ (Сарантиев, 1846, с. стр. 195) „Храните трябва да се разменят според климатните, годишните времена, възрастите, половете и здравственото състояние на атомите.“ (Орфила, 1851, стр. 41)

„Телесните движения и занимания, с които нищо не добива човек, думат се игра. Но просвещените народи в гимназията предават и гимнастика, която има много движения и игри, но спомага много за човеческото здраве и прави тялото яко, здраво, весело щото да има здрава и весела старина.“ (Доброплодни, С., 1860, стр. 75) „Пребезумно прочее нещо е да пие някой много студена вода и най-вече с приключване на телуупражняването. При все това е най-благоразумно, когато някой си е много загорещен, да се нажабури с малко вода, за да разхлади устата и гърлото си!“ (Орфила, 1851, стр. 48 - 49)

**За сексуалното развитие.** Още едно правило най-полезно да предвидим в тази възраст е ръкоблудие (онанизъм)<sup>5</sup> или по-добре да кажа да забраним ранното развитие, което влече и двата рода (пола бел. моя) един към друг. И защото тая страст е една от причините, които скъсяват живота и го напълват с горчивини, дължен съм да прикажа способ, който трябва да употребим, за да предпазим (увардим). (Сарантиев, А., 1846, стр. 197)

Препоръчват се правилата на Офлайд: да не се хранят с раздразващи ястия, къпане със студена вода, спане на твърда постеля, телесно упражняване всяка вечер, да се уморяват физически, но най-много от всичко трябва да се пази да се отбягват лошите събирания, прочитания и работи, които им наумяват (подсещат) тия неща. „Сакам ..., че не трябва да хортуват пред малките деца заради схождение (секс), преди да стигнат до деветнадесетата година. Не трябва да им казваме една работа, за която нямат още оръдията преди определеното време от естеството.“ (Сарантиев, А., 1846, стр. 200)

Още през 2010 г. Световната здравна организация разработва стандарти<sup>6</sup> за сексуално образование, в които мастурбацията е заложена от ниво 0 – 3 год. възраст,

<sup>4</sup> врожденните тепло род – вродена топлина

<sup>5</sup> Ръкоблудие - мастурбация

<sup>6</sup> [https://www.bzga-whocc.de/fileadmin/user\\_upload/BZgA\\_Standards\\_English.pdf](https://www.bzga-whocc.de/fileadmin/user_upload/BZgA_Standards_English.pdf)

приети от UNESCO и Европейския съюз, следва да се въведат в страните членки, включително и в България. Това се утвърждава с нормативната документация в изпълнение на Държавните образователни стандарти по гражданското, здравното, екологичното и интеркултурното образование. Същите са въведени с новия Закон за предучилищно и училищно образование“ от 2015 г. Именно в Наредба № 13 от 21.09.2016 г., Приложение № 2 към чл.14, ал.2, т.2 са посочени знанията, уменията и отношенията, които децата в детската градина и учениците до първи гимназиален етап на образование, т.е. от 0 - 4 до 16 год. трябва да придобият в областта на компетентност „сексуално образование“.

### За душевното отхранване - формиране на ценностна система

„През тия години (2 – 14 год.) трябва да умножим два ката (два пъти) трудовете и вниманието, които сме длъжни да правим. Защото трябва да гледаме не само тяхното естествено състояние, но и нравственото, което е по-мъчно. Впечатленията и нравите (табиетите), които сме приели и научили през момчешката възраст те тъй си израстват заедно с нас, щото лоши или хубави, не е възможно вече да се затрият (изгубят). Понятията, които възприемаме оттогава насетне, остават чужди и твърде скоро се забравят, без да са вкоренени в душата. През тая епоха (време) можем да поседем в душите им всичките добрини, с които ни е надарила словесността и най-много да вкореним вярата в Бога и безсмъртието на душата. (Сарантиев, А., 1846, стр. 192-193)

Просветени, даскалите – народни будители са полагали грижи преди всичко за душевното отхранване за техните повереници, наясно, че онова щото посеят в душата на детето остава незатрито през всичкия му живот.



Не случайно **учителят** на Петър Берон, Ботьо Петков, Георги С. Раковски, Евлоги Георгиев, Васил Левски и др. (фиг. 1) **Райно Попович**, превежда „Езопови басни“, „Христоития или благонравие“.

„И преди няколко години, понеже гледах, че нашите Болгари не любят учението, от което могат да се ползват и просвещават душевно и телесно, от любородие подвизаем, и от други ревнителите побуждаем, помислих ако не инак, а то книги на Болгарски Език да преведат, от които могат нашите съотечници да приемат някое умиление в душите си, и някое услаждение и ревност към учението“. (Р. Попович, Христоития или благонравие, 16)

„Това мое дело, надявам се, че ще е приятно на моите единородни Болгари, защото положих голямо внимание, за да бъде просто, колкото е възможно, като и децата да могат да го разумяват лесно, и на по-старите да е сладостно и сладкоречиво...“ (Р. Попович, Христоития или благонравие, 1837, стр. 11)

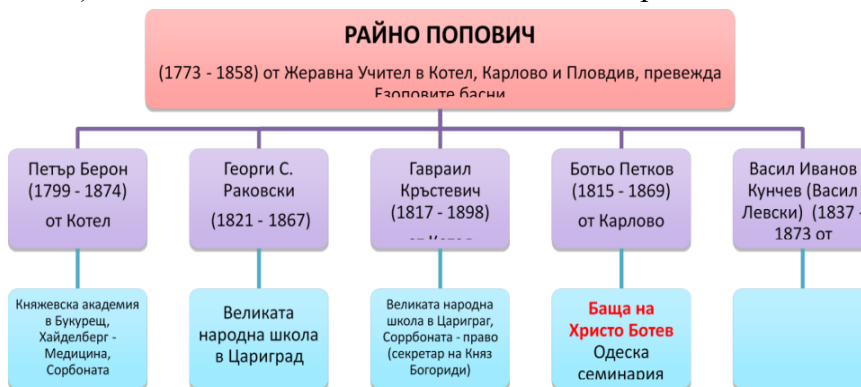


Схема 1: Ученици на Райно Попович

добри училища учениците не се учат само на голо четене, но се обучават на благочиние и

добронравие, да творят добри дела, да развиват душевните си и телесни сили и се научават на всичките полезни в живота знания, за да разбират добрите и полезни работи и да чинат<sup>7</sup> секога. Който приеме от детинството такава поучение и действие, бива добър и почтен човек.“ (Благонравни учения, 1843, стр. 26)

**За какво трябва да се труди най-много всяко общество?**

- За доброто възпитание и наставление на своите деца, за да станат добри граждани, праведни поданици и полезни на всекиго.

- Може ли да бъде добър, който е отхранен зле:

- Не може, защото, който е отхранен зле, той от Бога не се бои, който не се бои от Бога, той не прави добри работи, а който не прави добри работи, той не може да бъде добър. (Теодорович, Т. 1850, стр. 55)

**Какво е възпитание и каква полза има от него?**

- **Когато по-старите учат нас още от млади**, да познаем Бога, света и себе си и ни приказват какво сме длъжни, па гледат да извършваме това и да живеем на света, както прилича, тогава ние ставаме добре възпитани, сиреч отхранени, обикваме мъдростта и всяка добрина, ставаме благородни човеци, истинни Християни, почтени люде и полезни граждани. (Груев, Й., 1857, с. 5-6)

**Какво е учение?**

Основната цел на учението през XIX в. е **грижа за душата** чрез 1) формиране на ценностна система; 2) изграждане на морал и нравственост в процеса на възпитание. „Учението ни научава кое е добро, кое е зло, кое е праведно, кое е неправо, кое трябва да обичаме, а кое да мразим и да отбягваме, Що е Бог и закон Божий, що е човек и закон человеческий, как да почитам родителите си, как да се срамувам от старите, как да се покорявам на Началниците, как да обичаме приятелите си, как да поминуваме с враждебниците си, как да живеем целомъдрено с жените си, как да любим чадата си, как да не оскърбяваме и безчестим слугите си. Да сме целомъдри, праведни, благочестиви, кротки, **благ**, разумни, търпеливи, към добрите работи ревнителни, към всичките добродетели склонени, а най-вече нито в благополучието твърде радостни, нито в злополучието твърде прискръбни, нито в гнева си като побеснели, зверовидни.“ (Р. Попович, в предисловие към „Христоития или благонравие“, 1837, стр. 29)

В тази връзка се издава книжнина за отхранване и попечение (грижа) на душата. Ще споменем само някои от заглавията: 1837 А. Византийски, Христоития или благонравие, прев. Р. Попович; 1844 Т. Х. Галаудет, Психология или душесловие за децата, прев. Б. Петков, К. Фотинов., 1844 автор неизв. Баснословие Синтипипи философа весма любопитное, прев. Христати Георгиев Павлович (преведе от гръцки), 1854 второ издание Йованович, Н.; 1847 Попович, Гаврил ; Разговори за сърдечно и душевно образование, прев. Аверкий Петрович; 1850 Вардалахос, Константин Учения за децата, прев. Антон Никопит (участник във Велчовата завера); 1852 Лъопренс дьо Бомон, Жан-Мари Училище за децата, прев. Анастас Гранитски; 1853 Лъопренс дьо Бомон, Жан-Мари Нравоучение за децата, прев. Сава Илиев Радулов; 1854 Поучителни рѣчи на стары-те философы / Превель А. Петровичъ Гранитскій, 1855 Радованович, Петър Общи знания, всекуму човека нуждни, прев. Стафан П. Колюв; 1858 автор неизв. Книжка за благонравието, превод Христо Ваклидов; 1858, автор неизв. Хранилище души или Пазител на душата, превод Андрей Робовски. Франческо Соаве е превеждан от Сава Радулов, Иван

<sup>7</sup> Чинат - правят

Димитриевиц, Годор Шишков и Петко Славейков, и издаван през: 1843, Благонравни учения о сообнесени образованаго човека, 1844, Первоначална наука за должностите на човека, 1861 Начялно ръководство за длъжностите на човека.



Петър Хаджи Берович

**Петър Хаджи Берович** споделя в предисловието на „Рибния буквар“, първо издание: „Първо мисълта ми не ще е да спечеля пари от това свято дело, ами да **управя и наставя колкото мога към добродетелите** и учението младите деца, които предават на моите ръце родителите техни. Ще са трудя да съм и отвътре и отвън добър, смирен, кротък, целомъдрен и благочестив, щото моите работи да стават пример за моите ученици: щото ако ги развратя, ще им сторя по-голямо зло от умразният онзи учител, който предаде на Римския военачалник своите ученици.“ (Буквар с различни поучения, първо издание, стр. 3-4).

Най-нужно и най-мъчно от всичките добродетели е **да познае човек себе си**.

На първо място на децата е разяснявано, че същността им не е само видимото, вещественото тяло (естество), но имат и невеществена част, която управлява тялото, която е много по-горна от него и безсмъртна. „Човек има не само тяло, но и душа, която е безсмъртна.“ (Груев, Й., 1857, стр. 4) Думи на д-р Пирос, представител на науката на лечебното изкуство: „Когато Бог сътворил Вселената от нищо, създал и човека по свой образ и подобие, като взел пръст от земята, после му вдъхвал на лицето дихание на живот и станал човек в душа жив и така го украсил със вид и хубост (Мировитие). Като вдъхнал убо Бог на човека душата, подарил я със словесността (разума), то е с тая божествена дарба, която води душата на добродетелите, и я забранява от злобите... (Пирос, 1854, 485) „А лицето е огледало и явление на душата“ (Радованович, 1855, стр. 3)



**Даскал Ботьо Петков** и Константин Фотинов превеждат книгата „**Психология или душесловние за учение на децата**“, Т. Х. Галаудет, 1844, Смирна (1 издание). „Простото и първоначално учение на децата, което е полезно на вярата, това е да ги поучаваме догдето са малки за онова, което е съвсем особено и неприлично им, и много по-горно от него, и което след смъртта на тялото, ще живее вечно. (стр. 4, предисловие) Затова учи детето на истината, която се съдържа в тая книжка и отвръщай на въпросите му съразмерно с разума му. **Помагай му в изяснение на размисленията и изпитанията му: да вкорениш в паметта и да впечатляваш в сърцето му правото. Увери го, че не**

**е само едно животно, но че има и много по-високи чувствавания, че е духовно, нравствено и определено за вечния живот.** И като го поучаваш така, ще да положиш първото основание на учението, заради че съществува Бог, под чиято власт е вечното определение на човека и че има и Богодуховно Писание, от което детето може да се научи каквото трябва да знае, заради волята Божия и заради своите си принадлежности (длъжности, бел. моя), и заради благополучието си.“ (Предисловие на „Психология или душесловие за учение на децата“, 1844, стр. 8)

Възгледите за душата - основа на ценности и благочинно поведение

Душата е едно съществено създание, но невеществено, нечастно, невидимо, вседвижително<sup>8</sup>, непременимо и безсмъртно, понятна на света, труднодостижима обаче на ума на пръстения<sup>9</sup> човек. Душата се нарича от Дыхоуж /дух/. Бог, който сътворил

<sup>8</sup> Вседвижително – движи всичко

<sup>9</sup> Пръстения – сътворен от пръст

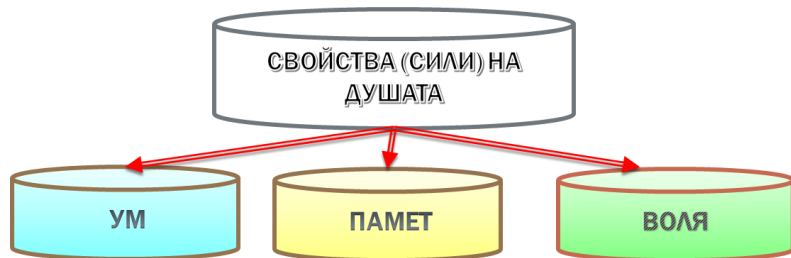
Вселената от нищо, съединил тѣж невеществена душа с вещественото и тленнотворното<sup>10</sup> наше тяло и тѣй с един начин много свръхестествен непознат (неизвестен) и непостижим нам. Душата човеческа е различна от началото на живота, което се намира и в другите животни. Душата е оная, която чувствува в нас, тя се размишлява и разсъждава. Тя разпознава и решава. Тя управлява движенията на нашето тяло във всичките деяния. Тя желае добрите дела и добрините и се радва в тях. Душата се нахожда във всичкото човеческо тяло, като протежаема и неразделаема ради нейната нечастност, средоточието ѝ обаче, то е /е/ жилище на тая невеществена душа, според мненията на мнозина мъдреци, е в общото чувство, то е /е/ в центъра на нашите чувства, находими /намиращи се/ в човеческия мозък.“ (Пирос, Д., 1854, стр. 495)

„В центъра (средоточието) на мозъка, според мнението на мнозината, обитава човеческата душа.“ (Пирос, Д., 1854, стр. 483) Подобно тълкуване откриваме в „Рибния буквар“ на д-р Берон: „В човека главният мозък е най-чуден, защото докато той е здрав, дотогава всичките наши душевни сили са здрави и ние дотогава живеем. Много философи казват, че там стои безсмъртната душа и оттам тя мърда както си иска всичките наши стави... в мозъка се съединяват всичките наши чувства...“ (Берон, П., 1824, стр. 123-124). Главата е обиталище на нашите мисли и чувства, столнина на умните свести, в нея е скрит ония невидим *дух Божий*, затова е главата най-скъпоценен дял.“ (Радованович, П., 1855, стр. 2)

„Най-почтена е част, от колкото части се намират в човека, душата, и много повече е почтена от другата част, сиреч от тялото, защото тялото се подложи на нея като едно оръдие, само за да ѝ помага. Затова е потребно толкова повече да промишляваме за нея, колкото дарованията виждаме в нея, които ѝ помагат, за да си украси тя от само себе си, и в съвършество. Но не трябва пак за тая причина да нерадим съвсем и заради тялото и да не имаме никакво промишление заради него, ами защото е и то наше, трябва да ни се свиди (да ни е мило бел. моя), и длъжни сме да полагаме всеки промисъл и прилежание и за него, и да не отфърляме съвсем външното му украшение.“ (Византийски, А. 1837, стр. 107, Соаве, Ф., 1844, стр. 8)

Душата има 3 изрядни сили (свойства) – ум, поменуване, воля (фиг. 1)

Ум – „длъжни сме да се грижим най – напред, за да обогатим ума с полезни видения (знания), а преди всичко да се научим да судим (съдим) и да размишляваме право.“ (Соаве, Ф., 1844, стр. 10) „Словесността и знанията правят ни да се различаваме от



Фиг. 1 Свойства на душата

безсловесните животни, затова и много голяма срамата е за нас, ако нашето неприлежание и небрежение поискаме да лежим в неучението и да бъдем подобни със скотовете. Затова всеки има длъжност неизбежна да обогатява ума си с науки полезни и да употребява добре словесността и дарованията (дарбите) си, която е приел от всеблагото Бога, защото инак има да даде слово Богу.“ (Соаве, Ф., 1844, стр. 12)

<sup>10</sup> Тленнотворно – събрана дума от тлен (гния) и сътворено, т.е. сътворено от материя, която изгнива

**За умственото развитие:** „Не трябва да се упражняват силите на душата твърде отрано, защото още тялото има нужда от всичките си сили за растенето на оръдията, а това става до 7-та година. *Ако децата се впрегнат да четат по школите до седемгодишна възраст, отнемат най-хубавото нещо от животната сила, която похарчват и развалят с мислите си, неврическата система взема превъзходство над останалите, което става последствие за неизчерпаем кладенец на неврически болести, на страстите (меракът) и меланхолията.* Но при това е истина, че разните характери и живостта на умът докарват в този случай големи прекеждия. ... Защото едно узряване безвременно, всякога е каквото е една болест, или състояние против естеството (противоестествено).“ (Сарантиев, А., 1846, стр. 196) Днес се увеличава дела на децата с хиперактивно поведение, а с последните промени в Закона за училищно и предучилищно образование, задължителното образование започва на 4 годишна възраст.

„Трябва още да се каже, че учението в твърде младите години, докарва освен злополучия и беди, които произхождат от напрегането на ума, докарват и други още бедствия, защото децата се принуждават да седят на едно място много време и от лошавия, разваления въздух, който се разваля от многочисленото събиране на децата в училищата. Уверен съм, че много щяхме да спомогнем на децата, ако бяхме им определили да се учат лятото навън на чист въздух и на отворено място. (Сарантиев, 1846, с. 197) „Можем да дадем едно дете да се учи от малко, когато скоро е порасло и умът му май спи, защото тогава никой друг способ не може да му отвори тая многоцветна сила, освен упражнението на умът.“ (Сарантиев, 1846, с. 197)

**Поминуване (памет, запомняне):** Не е достатъчно да се добиват знания и после да се забравят. За да се запомнят за дълго време, т.е. трайно са потребни две работи. „Първо да се учим внимателно, понеже колкото по-внимателно се упражняваме в ученията, толкова повече пребивават впечатления в нашата памет и второ, да ги повтаряме често, защото иначе бягат от паметта ни и не ни остава друго освен скръб, защото ги всички учехме.“ (Соаве, Ф., 1844, стр. 13)

**Воля:** Волята прави нашите избори и заради това сме длъжни „да я управляваме добре, за да избира тъкмо истинното добро и да изоставя истинното зло.“ А управител на нашата воля трябва да бъде първо добротата и правдата. „Понеже зло дело не трябва да правим никога и за да не попаднем в някое погрешение, преди да изберем и да решим една работа, трябва да я изпитаме: ако е праведна, честна и ако не я знаем, трябва да я научим, и най-после да отложим решението за друго време, ако видим да ни остане зарад нея някое съмнение.“ (Соаве, Ф., 1844, стр. 13 – 14) „Вторият управител на волята ни трябва да бъде разумът, с който преди да решим някоя работа, трябва здраво да изпитаме преди да я захванем, и ще излезне ли от нея някоя чест и полза или безчестие и вреда.“ (Соаве, 1844, стр. 14-15) „А страстите<sup>11</sup> са такива душевни движения, които ни побеждават да любим или на ненавиждаме нещо много силно, и тия страсти е много нужно да знаем как да ги управляваме.“ (Соаве, Ф., 1844, стр. 18)

**Управление на страстите<sup>12</sup>.** Впечатляващо е разделението на стастите освен на добри и зли, но и на истинни и лъжовни. „Добри са, когато ни повеждат на любим истинното добро и да ненавиждаме истинното зло, а зли са тогава когато ни повеждат да любим лъжовното добро, а да ненавиждаме лъжовното зло.“ (Соаве, Ф., 1844, стр. 19)

<sup>11</sup> Страстите днес ги наричаме емоции или чувства

<sup>12</sup> Управление на страстите днес е „емоционална интелигентност“

На първо място е необходимо чинно да се определят съжденията за истинското добро, чин, порядък, за да могат децата ясно да ги различават и да не бъдат подлъгвани в избора. „Доброто е тогава истинно, когато е в съответствие с нашите длъжности, и доволно ще да ни принесе някое добро привременно или вечно. Добро е тогава лъжовно, когато е в разрез с нашите длъжности и ни прелъстява с приобретане<sup>13</sup> или наслаждение привременно, за да ни донесе после истинно зло в настоящия или в бъдещия живот. Това същото отрано разумява се и за злите страсти.“ (Соаве, Ф., 1844, стр. 19)

От **душевните болести невежеството** и **заблуждението** се отнасят до ума, а **злостта** и **безчинните страсти** се отнасят до волята (фиг. 2). Невежеството се изкоренява с внимателното учене, когато научим ония неща, които са нам потребни.



Фиг. 2 Душевные болезни

„Заблуждението се изстреблява, когато научим да съдим и да размишляваме всичките работи право, най-вече когато навикнем да не съдим ония работи, които не знаем и докато не ги изпитаме зряло, да не речем нищо за тях. Злостта е убо обикновението (традиция, обичай бел. моя), което имаме в лошите работи и се изстерблява, когато навикнем да правим винаги добри

дела и когато не правим нищо такова, зарад което съвестта можеше да ни изобличава.“ (Соаве, Ф, 1844, стр. 18) „Понеже человек е сътворен за общеживеене, трябва да се старее и да опитва, за да опознае себе си, и да знае от где се раждат разните движения, които го смущават, за да може да ги покори. Ако живеехме сами, нашите пожелания и действия не щяха да ни струват нито добри, нито зли. Но ние трябва да живеем винаги с подобните си, и из това се ражда добродетел, злоба и страсти.“ (Вардалахос, К., 1850, стр. 122)

Зле управляемите страсти някога повреждат по-напред нас самите, а някога повреждат вкуп и нас, и другите (фиг. 3). Изключително подробно са разяснени генезиса и възможностите за тяхното управление до постигане на устойчивост. Ако трябва с няколко думи да обобщим това е възпитание в:

1) различаване на истинно от лъжовно добро и зло; 2) приучване към търпение, въздържание, мярка; 3) усвояване на благочинно поведение.

За съжаление наблюдаваме целенасочено утвърждаване на многото желаня, сребролюбие и др. посредством реклами за хазарт, в които за съжаление участват прославили България световно известни спортисти. „Колкото по- много нужди има някой, толкози по-малко е свободен и



Фиг. 3 Душевные болезни на волята

<sup>13</sup> Приобръщение – да промениш възгледи

благополучен. “ (Сарантиев, А., 1846, стр. 98) Гордостта и суетата се провокират с въвлечане на хората в измамен свят на „успешност“ отъждествяван единствено с материални придобивки. Сексът е представен като първа и физиологична потребност, изучавана чрез пирамидата на потребностите на Маслоу в 8 клас. Нещо повече: душата е на път да се разврати необратимо със сексуалното образование в училище. Гневът и яростта не са своевременно потушавани и регулирани от страна на учители и родители. „Когато яростта не приведе това страшно следствие (има се предвид инсулт), пак причинява често едно възбегание на мишцата (мускули бел. моя), на белия дроб и на черния дроб. Детоводителят трябва да има голямо прилежание, да може да изглади от децата дори и най-малките постъпки на тая страст. Защото, „обичаят (навик бел. моя) на страстта, ако на детинско време прилежно не се победи, то с възрастта, с успех и без съмнение, ще се разгърне. Чрез търпението, постоянството и несмутността си трябва учителят да победи в децата пагубната тая страст, която обикновено е източник на всичките житейски болезни.“ (Ан. Гранитски изяснява в Гигиена, 1851, стр. 57)

Както гневът и яростта, така и всички останали страсти /душевни болести/ подлежат на утвърждаване в навици, цели, стремежи по пътя на изграждане на условните рефлексии в процеса на възпитание. „Душата е здрава, когато знае правилно много работи, когато е винаги деятелна и свободна от глупости и пороци.“ (Льопренс дьо Бомон, 1853, стр. 21) И още „душата трябва да я пазим чиста и нескверна от злоба и порок.“ (Льопренс дьо Бомон, 1853, стр. 26) Всички човеци имат душа и тяло. „Има души и малките деца, но докато не пораснат, не могат да размишляват. ... Душата расте малко по малко тъкмо в мислите и в разсъжденията, за да научава и да знае много добри и полезни работи. На това можем да речем, че расте душата. ... Ние не можем да храним душата, както храним малко дете, когато е гладно, но я учим много работи и това учение е храната ѝ.“ (Галаудет, Т., 1844, стр. 44) „Каквото са за тялото добрите ястия, това са за душата добрите работи; няма добро без чиста душа; всичко друго оставя нас, когато умрем, а само което сме си набавили за нашата душа, то ни изпраща и отвежда в гроба, у живот вечен.“ (Данов, Хр., 1862, стр. 41) „Младостта е една страв<sup>14</sup> и лесно изобразяема, и леко могат да се укоренят поученията в юношеските души като печат в мек восък. Каквото лозарите гуждат у лозето точки, за да не биват чуканите криви, така и добрите учители дават на младите добри и нравствени советования, да растат техните нрави прави.“ (Плутарх Исократ, 1845, стр. 10, 13) „Человеческата душа е разумна, сиреч може с наставление, искусство и размисление да се облагороди и образува.“ (Радованович, К., 1855, стр. 10)

С различни способности и възпитавани с любов, децата са научавали своите длъжности: 1) към Бог, 2. Към себе си; 3) Към другите, включително култура във взаимоотношенията (фиг. 5). Само обработването (lat. Cult – обработвам, култивирам) на силите направят човека да стане колкото може съвършен. Един неучен човек, не е правда да се



<sup>14</sup> Страв – страх, плашливост

Фиг. 5 Детински длъжности

назовава човек: може повече да се нарече като едър добитък, когото, ако и да /въпреки че/ го е естеството подарило с всичките средства, за да стане човек, но с нещението си възблагодарява се да остане при безсловесните добитъци. Човешкото същество състоява се, за да може да се соверши. Всичкото му устройство е, за да може от нищо да стане едно най-голямо нещо.

Освен по-горе посочената нравоучителна литература, съдържанието на букварите за употреба в училище е съставено с първата мисъл за наставление в правилни разсъждения и поведение на децата. Разбира се, то е подредено съгласно дидактически правила: от простото към сложното и постепенно усложняване на материала в количествено и качествено отношение. С отсъствие на всякакви празнословие, посредством молитви, „добри съвети“, „умни отговори“ – въпроси и отговори на знаменити древни философи, владетели и пълководци – Талес, Зенон, Диоген, Александър Велики, Филип, Марк Аврелий, Еврипид, Плутарх, Питагор, Сократ, Платон; басни; темсили (представления); различни истории – кратки поучителни случки, вкл. с митологични герои, известни исторически личности, сказки за обществени обичаи и нрави, у децата е формирана система и култура на взаимоотношенията, т.е. възпитавани в:

1. Християнски ценности – Люби Бога! Основа на всяка мъдрост е страх от Бога! Който има страх от Бога и прави добро, той не се бои от никого.
2. Разбиране, че човек е съставен от две същности - безсмъртна душа и тяло, за които трябва да полага грижи. Да украсява свойствата на душата, да отбягва злите страсти душевни и да се грижи за тялото. Ако ви е тялото здраво и безболезнено, а душата ви е болна и немощна, то ще бъдете много нещастни човеци.“ (Радованович, К., 1855, стр. 10) Пази душата си чиста – не лъжи, не кради, не завиждай.
3. Почит и покорство към родители, учители, по-възрастни, по-горни. Почитай родителите си, т.е. баща си и майка си! Почитай старите и разумни хора. Отдавай приличната почит на учителите си.
4. Уважение към приятелите и техния избор. Който се от Бога не бои и от хората не срамува, ти бягай далеч от него.
5. Семейство, брак – основа за благополучен живот на децата.

**Благополучието** в настоящия свят не се състои да има човек много богатство или много чест, но да има мирна и благодарна душа. Когато е доволен от своето си колкото си го има, тогава е благополучен. (Соаве, Ф, 1844, стр. 43) Но за да бъде някой спокоен и да се благодари, което ще рече да е благополучен, трябва да има следущите:

Първо - да бъде добродетелен и праведен в делата си;

Второ - да знае някакво художество<sup>15</sup> ;

Трето - да се пази от душевните и телесните болки;

Четвърто - да е благодарен на добрините, колкото му е Бог дарил (Соаве, Ф., 1861, стр. 39. „Няма благополучие по-голямо от съзнанието за направените добри работи.“ (К. Фотинов, Б. Петков, предговор към „Психология или душесловие за учение на децата, 1844, стр. 3)

### **Заклучение**

В обобщение можем да кажем, че душевното отхранване в училище е било приоритет на Просвещението. Ценностната система и традиции се опират на дълбоко вкоренената вяра на българите за същността на човека и неговият произход. Нравоучението от детинска възраст подтиква чедата към дълбоки размисли, спомага за

---

<sup>15</sup> Художество - занаят

оформяне на непоколебима, устойчива нравственост, родолюбие, емоционална интелигентност (самоовладяване на своите душевни страсти), благочинно поведение и висока култура на взаимоотношенията. Настанало е време не само да си спомним, че имаме български традиции в учението, но да ги проучим издълбоко, популяризираме и възродим безценното наследство, оставено от народните будители. Въпреки, че принадлежността към съответни международни структури не ни позволява да водим самостоятелна политика по отношение на образованието, считам, че бихме могли да споделим с децата мъдростта на Болгарското Просвещение край огнището или в неформална форма на обучение.

### References:

1. Auto. unknown (1843) Noble teachings and educated people, translated and published by Sava Iliev Radulov, Smyrna.
2. Berovicha, P. (1824) Primer with different teachings / Sobrani by Petra h. Beroviča for the Bulgarian schools ; Print with the help of Mr. Antonyova Ioanovicha. Brashov.
3. Byzantine, A. (1855) translated from latin to greek Christoitia or Blanoyarnie, translation from greek into Bulgarian by Rayno Popovich, Typography T. Divichianov, Tsarigrad, 1855 second edition.
4. Galaudet, T. (1844) Psychology or Soul-Speech for the Teaching of Children, translated by K. Fotinov, B. Petkov, Smyrna.
5. Gruev, J. (1857) First Knowledge for Children, Belgrade.
6. Danov, Hr. (1862) Primer or Mutual Teaching Tables, Plovdiv.
7. Dobroplodni, S. (1865) Brief words about the health or Lessons to Ensure Your Health, Bolgrad.
8. Leprince de Beaumont, Jean-Marie (1853) Morals for the Children Radulov, translated by Sava Iliev Radulow, Odessa.
9. National Development Program of Bulgaria 2030.
10. Orfila, M. (1851) Gigiena, Granitski, translated by Anastas Poppetrov, Tsarigrad.
11. Piros, D. (1854) Practical medicine: in 3 pts., translated by Granitsky, Anastas Poppetrov, Constantinople.
12. Plutarch, Isocrates (1845) Two Sentimental Words Plutarha Heronea o Vospitanii dethay and Isokrata Ritora o Eunosti, translated by Ivan Stoyanov, Belgrade.
13. Radovanovic, P. (1855) General Knowledge, All Human Needs, translated by Staffan P. Kolyuv, Government Printing, Belgrade.
14. Rakovsky, G. (1860) A Brief Reflection on the Dark and False Principles on Which an Old Mention of All European People was Founded, Belgrade.
15. Sarantiev, A. (1846) Угюноміа срѣчь Rules to ensure our health, / Sochinena Grecheski and French from the whole of the Archigena Sarantiev. a translated into Българскій-ятъ азъкъ отъ Savva H. Илиевича Dobroplodnago Слівуднина. Изданіе перво. In Tsarigrad.
16. Shapkarev, K. (1868) Bulgarian Buckvar /Mutual teacheri tabliti of Macedoniaskëtъ Baltari, Tsarigrad.
17. Soave, F. (1844) First Science of the Valleys of Man, translated by Dimitrievic, Ivan, Patriarchate of Tsarigrad.
18. Soave, F. (1861) Initial Guide to Human Positions, translated by Petko R. Slaveykov, Vienna.
19. Strategy for institutional work in the educational institution /2019 – 2030/.

20. Strategic Framework for the Development of Education, Training and Learning in the Republic of Bulgaria (2021 - 2030).
21. Khrulyovsky, T. (1850) Primer or Primordial Teaching with Various and Useful Instructions for Human Life, Budin.
22. Vardalahos, K. (1850) Teachings for Children translated by Nikopitus, Anton, Tsarigrad.

Corresponding author:

Dimka B. Nestorova, e-mail: [nestorova\\_uft@abv.bg](mailto:nestorova_uft@abv.bg)  
<http://journal.pesk.eu/content/vol5/iss4-art14.pdf>