607

138

ԲՆԱԿԱՆ

ԽՆԱՄԱԾՈՒԹԻՒՆ

ԿԱՄ

ԱՌԱՋՆՈՐԴ ՄԱՐՑ ԱՄԵՆԱՀԱՐԿԱՒՈՐ

ՄԷԿ ՊԱՐՏԱԿԱՆՈՒԹԵԱՆԸ

ԱՇԽԱՏԱՍԻՐԵԱՑ

ԱՐՄԵՆԱԿ Հ. ՃԻԶՄԷՃԵԱՆ

ԿՈՍՏԱՆԴՆՈՒՊՈԼԻՍ

Ի ՏՊԱՐԱՆԻ Յ. ՓԱՓԱԶԵԱՆ

1859

Մայրեր.

Խղճմտանքը երբ կը խօսի ձեզի՝ կը յուսամ՝ որ դուք ալ եւս չիպիտի կենաք անոր քանի մը վայրկեան լսելու. և եթէ իր առաջարկութիւնը առ ձեզ օրինաւոր դատէք՝ 'ի գործ պիտի դնէք զայն. խորհելով որ ամեն մարդ պարտի վերհանձն ըլլալ, և հետևապէս ընել ինչ որ բնութիւնը խղճմտանքին բերնովը իրեն կը խօսի, և կը յայտնէ թէ, այս ընելը քու պարտականութիւնդ է, ով մարդ, և Նրկինք անպարտ չիպիտի թողու քեզ երբ քեզի ինկած պարտականութիւնդ կատարել չ'ես կամիր. և ինչ բանի մէջ արդեօք բնութիւնը կը խօսի մեզ որչափ որ կը խօսի Մարց 'ի մասին իրենց մանկունքը սնուցանելու բնական և բարոյական կերուկուրնելով, և նոյն ժամանակը ինչ բանի մէջ մարդիկ այնչափ կը հակա-

ռակին բնութեան պահանջմանցը որ-
չափ որ մայրերը խուլ եղած անոր
ձայնին, կոյր՝ անոր ցուցցած շաւղին,
հեռի բոլորովին օգտակարէն, գրկած
ամեն չար հեռանք ունեցող միջոց-
ները հոգ չեն տանիր իրենց շնորհուած
տղեկներուն : Ընդհարին յիմարու-
թիւն . . . . . մայրեր, ձեզ կը խո-
սիմ, ոչ ես՝ այլ բնութիւնը. եթէ կ'ու-
զէք, մտադիր եղէք ինձ. քիչ մը, ճշմա-
րիտ կ'ըսեմ ձեզ որ եթէ Աբարիչն
Աշխարհիս զձեզ դատապարտելու
ուրիշ պատճառ չունենայ, գիտցիք
որ ձեր այս մասին մէջ ունեցած վը-
տանգաւոր տգիտութեանցը համար
իրաւունք պիտի ունենայ զձեզ անանց
դատապարտութեան յանձնելու .
ուստի խելքերնիդ գլուխնիդ բերէք,
և գէթ ձեր անձինքը դատապար-
տութենէ փրկելու համար՝ լաւ հո-
գացէք ձեր մանկունքը մտադիր ըլ-
լալով միշտ բնութեան՝ որուն տուած

դասերը այս մասին երբէք չեն սխա-լեր, այլ ընդհակառակն առատօրէն կը վարձատրեն այն մայրերը՝ որոնք իրենց առաջնորդութիւնն ընդունելով՝ հոգ կը տանին իրենց զաւկըներուն :

Յայտնի է, որ մարդս երեք տեսակ գլխաւոր պատրաստականութիւն ունին այսինքն. 1. Խնամածութիւն Բնական :

2. " Բարոյական.

3. " Մտաւորական.

Ետքի երկուքը մէկդի դնելով առ այժըմ՝ պիտի խօսիմք առաջին մասին վրայ. որոնք ըստ իմ կարծեաց ամենէն հարկաւոր մասն է, ինչպէս որ բնութեան կարգն ալ անանկ կը պահանջէ. այսինքն, նախ կարենալ, երկրորդ կամենալ, երրորդ առնել. և որովհետև մէկը մինչև որ կատարեալ կարողութիւն չունենայ մարմնաւոր (որ է բնական), ոչ կարող է ոչ ալ կը կամի բան մը ընելու, կամ բան մը 'ի գործ դնելու. ապա ուրեմն կարծեմ

սխալած չեմք ըլլար եթէ նախ սկը-սիմք խօսելու հետեւեալ հարցմանս վրայ. “Տղայ մը ծնանելէն վերջը ի՞նչ-պէս նայելու է որ կատարեալ առողջ և դիմացկուն ըլլալով շատ ենթակայ չըլլայ հիւանդութեանց և չը մեռ-նի”: Ահա այս պիտի ըլլայ փոքրիկ տետրակիս նպատակը. որմէ կ՚սպա-սեմ լոկ ընդունելութիւն մը առա-ջարկութեանցս քան թէ շահ:

ԲՆԱԿԱՆ ԽՆԱՄԱԾՈՒԹԻՒՆ

ՏՂԱՅ ՄՆՈՒՑԱՆԵԼ

Առաջին գլուխ:

Նոր ծնած տղու մը համար ա-ռաջին բանը հագուստն է. Ա. պէտք է բոլորովին հրաժարիլ ամէն տեսակ փաթթոցներէն և կապերէն, որոնք կրնան որ և իցէ չափով իր շարժմա-

նը արգելք ըլլալ. Բ. Տղեկը աղէկ մը նախ գաղջ ջրոյ մէջ լուալով թեթեւ լաթեղէնով մը ծածկելու է. անոր վրայէն թուլ շապիկ մը և ֆանէլա մը, և մէկ թեթև ֆիստան մը, մարմնոյն որ և իցէ կողմը բնաւ կապ մ'ունենալու չէ, կամ գօտի և այլն:

Տղայ լուալ:

Տղան ամեն առաւօտ արթննալուն պէս 80⁰–85⁰ ջուրի մէջ բոլոր մարմինն լուալու է (ոչ երբեք կերակուրէն վերջը), ջրոյն ջերմութեան աստիճանը կամաց կամաց իջեցնելու է 70⁰–65⁰ ի:

Աէրակուր տղայոց:

Զարհուրելի վնասներ յառաջ եկած են մարց այս մասին մէջ ունեցած անգիտութենէն, և յիրաւի երբէք չ'եմ պատահած իմ ազգիս մէջ այնպիսի ընտանիք մը՝ որ ազատ ըլ-

ըստ այս սխալումէն. գիւղացիք աւելի աղէկ կը կերակրեն իրենց մանկուն-քը, քան թէ մեր քաղաքականաց-եալ և կրթեալ տիկնայքը. հեռի են անոնք ան խենդ և նոյն ժամանակը վնասակար թխմելիքներէն տղայոց փա-փուկ ստամոքսը անճոռնի կերակուր-ներով, կարկանդակներով, գինե-րով, և քանի մը տղայոց ստամոքսը աւրող նիւթերով. գիտցուի թող, որ ոչ իսկ մէկ մայր մը պիտի համար-ձակի իր ընթացքը շարունակելու, և-թէ գիտնայ թէ ինչ ահռելի հետե-ւանք յառաջ կուգայ իրենց տգի-տութենէն. բարեկամուհիներէս մէ-կը կայ որ երեք գեղեցիկ տղայոց կեն-դանագիրը կը պահէ, և շարունակ կ'ողբայ անոնց մահը. թէ և հիմա ա-ղէկ համոզուած է, որ ինք իր ձեռքո-վը զանոնք մեռցուցեր է՝ զանոնք ան-գիտաբար կերակրելով, և ես շատ անգամ զրուցած եմ իրեն թէ մեծ

հրաշքով անոնք մինչև երեք տարի ապրելու դիմացեր են. խեղճ որդեկորոյս մայր. . . . տակաւին կ՚ողբայ. բայց և այնպէս ես չեմ կարծեր որ իրմէ ուրիշ ծնելիքները պիտի ապրին. ինչու որ ամենադժուար է համոզել մայր մը թէ իր արհեստական ստամոքսը երբէք առաջնորդ չէ և չիկրնար ըլլալ տղեկի մը բնական սնունդին:

Մարդ կաթը, ինչպէս որ յայտնի է, տղեկին նախնական և ամենահարկաւոր կերակուրն ու սնունդն է. բայց եթէ պատահի որ կուրծքը կաթ չունենայ, այն ժամանակը քիչ մը անոյշ կաթ զուտ ջրով խառն կրնայ տըրուիլ տղեկին. բայց սա ալ գիտնալու է որ բաց 'ի մէկ քանի հազիւ հանդիպած բացառութեանց, միշտ մայրք կաթ կրնան տալ, քանի՛ որ տղեկն կը կարօտի անոր:

Խնամածուք ընդհանրապէս շատ շուտ կ՚սկսին կերակուր կամ թէ կա-

թէն 'ի զատ ուրիշ ուտելիք տալ տը-
ղայոց, գրեթէ երրորդ կամ չորրորդ-
ամսոյն մէջ: Ասանկ ընելու չէ. այլ
սպասելու է որ տղեկին ակռաները
բուսնի. (որն որ նշան մ'է թէ բնու-
թիւնն կ'ուզէ որ տղուն ուտելիք
տրուի ծամուելու) ան ատեն հարկ է
որ տղան կաթէն 'ի զատ բան մ'ու-
տել սկսի, բայց հոս մեծ զգուշութիւն
մը պէտք է. երբեք կարծելու չէ որ
տղեկին ստամոքսը կարող է որ և ի-
ցէ ուտելիք մը մարսելու. չէ, այլ տղին
ուտելիքները կրնան ըլլալ՝ արարօթ.
բարակ ալիւր, խաշած բրինձ. խա-
շած բաթաթէս, բարակ շաքար,
խաշած կամ որ և իցէ կերպով ե-
փած խնձոր (ոչ մսով). և ատոնցմէ
'ի զատ կաթ նաեւ, որով եթէ
խառնուին վերոյիշեալ ուտելիքները
աւելի աղէկ կ'ըլլան:

Տղայ մը եթէ այս ընթացքով
սնուցուի շատ հիւանդութեանց դէմ

կրնայ գնել, կամ թէ ըսեմ բնաւ են-թակայ չըլլար հետեւեալ հիւանդու-թեանց, հարբուխ, քօլէրա, հազ, փորի ցաւ, եռք, ռըմադիզմ, ուռեցք, մորթի որ և իցէ հիւանդութիւն, ականջի ցաւ, և այլն և այլն և այլն. որոնք ամեն տարի շատ տղեկներ գերեզման կը տանին :

Անյարմար կերակուրները մեծ ազ-դեցութիւն ունին, նախ տղաքը նեղ-սիրտ, վախկոտ, և գէշ բնութեան տէր ընելու, նաև բթամիտ, հիւանդ ու դանդաղ:

Միսը՝ որնոր մեծ պատճառ է որ-դայոց մարմինը ու միտքը վնասելու, հարկ է չի կերցնել տղեկին մինչև 6—7 տարեկան ըլլայ, և կամ բնաւ եթէ կարելի է. միս ուտող տղեկնե-րը միշտ ենթակայ են շուտ պաղառ-նելու և դժնդակ հիւանդութեանց մատնուելու :

Տղաք մէկ տարեկան եղածին պէս

սովորելու են կանոնաւոր կերակրոյ ժամանակի ունենալու. ոչ թէ ուզած ատեննին, կամ կէս գիշերուան. այլ մէկ անգամ առաւօտուն ելլելէն դէթ մէկ ու կէս ժամ ետքը, ցորեկին, և իրիկուան պառկելէն գոնէ մէկ ու կէս ժամ առաջ։

Ուտելիքները շատ անգամ կը գործածուին տղաքը լուռ պահելու համար, որոնց օրինակները անթիւ ունինք մէջերնիս, քիչ չեն տեսնուիր տղեկներ որոնց ձեռքը տրուած են կարկանդակ, անուշեղէն կամ որ և իցէ ուտելիք մը. այսպիսի տղաք միշտ լալկան և կանչըռտող կ'ըլլան, եթէ մարք մէկ մը համոզուէին թէ ինչ տխուր հետևանք պիտի ունենայ այսպիսի ընթացքները, ալ չեմ կարծեր թէ պիտի շարունակէին։

ԽՄԵԼԻՔ տղայոց։

Եթէ տղայ մը սնուցուի բաժկի

պէս շատ քիչ անգամ պիտի կարօտի րոյ, բայց և այնպէս եթէ պատահի հարկէ որ մաքուր ջուր ըլլայ խմածը. վասն զի տղաք շատ ենթակայ են գէշ ջուրէ վնասուելու:

Բնաւ տաք խմելիք մի՛ տար տըղային:

Օրը չորս անգամ (առանց նկատելու իր ջուր ուզելը որը հազար անգամ) տալու է տղային մէկ ապուրի դրգալով. որոնք պաղ ըլլալու է (ոչ սառուցեալ):

Բո՛ւն տղայոց:

Տղեկը պարտի առանձին, մաքուր և լայնկեկ անկողին մը պառկիլ առանց կապերու ազատ ուզածին պէս շարժելու:

Պառկած սենեկին մէջ բաց պատուհան կամ որ և իցէ հով գալու տեղ ըլլալու չէ:

Սենեակը բարեխառն ըլլալու է:

Ծնողք տղեկներն ընաւ լալուն լը-սելու չեն . վասն զի տղու մը լացին ընաւ չի հաւատացուիր . պառկելու ժամանակը մէկ տարեկան ըլլալէն վերջը որոշեալ ըլլալու է, այնպէս ալ ելլելուն. աղէկ է որ արեւը մայրը մըտ-նելուն պէս պառկի եւ ելլելուն հետ ելլէ :

Արթնութեան տղայոց :

Տղաք միշտ շարժման մէջ ըլլալն կը սիրեն եւ մայրք մեծ անխրատու-թիւն կ՚ընեն իրենց տղայոց, եթէ զա-նոնք արգիլեն խաղալէն, վազելէն. ե-թէ մայր մը չ՚ուզեր որ տղան տանը կահ կարասիքը կոտրէ, թող զա-նոնք վերցնէ մէջ տեղէն :

Տղաք պարտին շարունակ խաղալ կամ չ՚ենէ հիւանդ ըլլալ:

Ծոյլ կամ հանդարտ տղայ մը հիւանդ կը սեպուի :

343

Հիւանդութեան փոխայոց :

Տղաք եթէ բամբիշ այնչ նայուին շատ հաղիւ կը պատահի որ հիւանդանան . իսկ եթէ մանր մունր հիւանդութիւն ալ պատահի նէ , աղէկ է որ բնաւ դեղ չխտան տղուն՝ այլ ուտելիքը թեթեւցնելով անցընեն հիւանդութիւնը :

Բժշկական դեղերն են որ շատ տղաք գերեզման կը խրկեն :

Այս անտարակոյս՝ եթէ կ՚ուզես որ զաւկներդ առողջ բլլան , քեզի առաջնորդ բրէ , որոնց մտաւորական դաստիարակութեանը համար ալ քիչ ժամանակէն Տետրակ մը պիտի հրատարակեմ . իսկ եթէ չէ , իմ բնելիքս քու մուացդ արթնութեանը համար աղօթելէն ուրիշ բան չեկրնար բլալ :

Վ. Ե. Բ. Գ.

[30կ]

ЦЕНА

ԱԼԿ
343

ԳԱԱ Հիմնարար Գիտ. Գրադ.
FL0596229