



Հայկական գիտահետազոտական հանգույց Armenian Research & Academic Repository



Սույն աշխատանքն արտոնագրված է «Ստեղծագործական համայնքներ
ոչ առևտրային իրավասություն 3.0» արտոնագրով

This work is licensed under a **Creative Commons Attribution-NonCommercial
3.0 Unported** (CC BY-NC 3.0) license.

Դու կարող ես.

պատճենել և տարածել նյութը ցանկացած ձևաչափով կամ կրիչով
ձևափոխել կամ օգտագործել առկա նյութը ստեղծելու համար նորը

You are free to:

Share — copy and redistribute the material in any medium or format

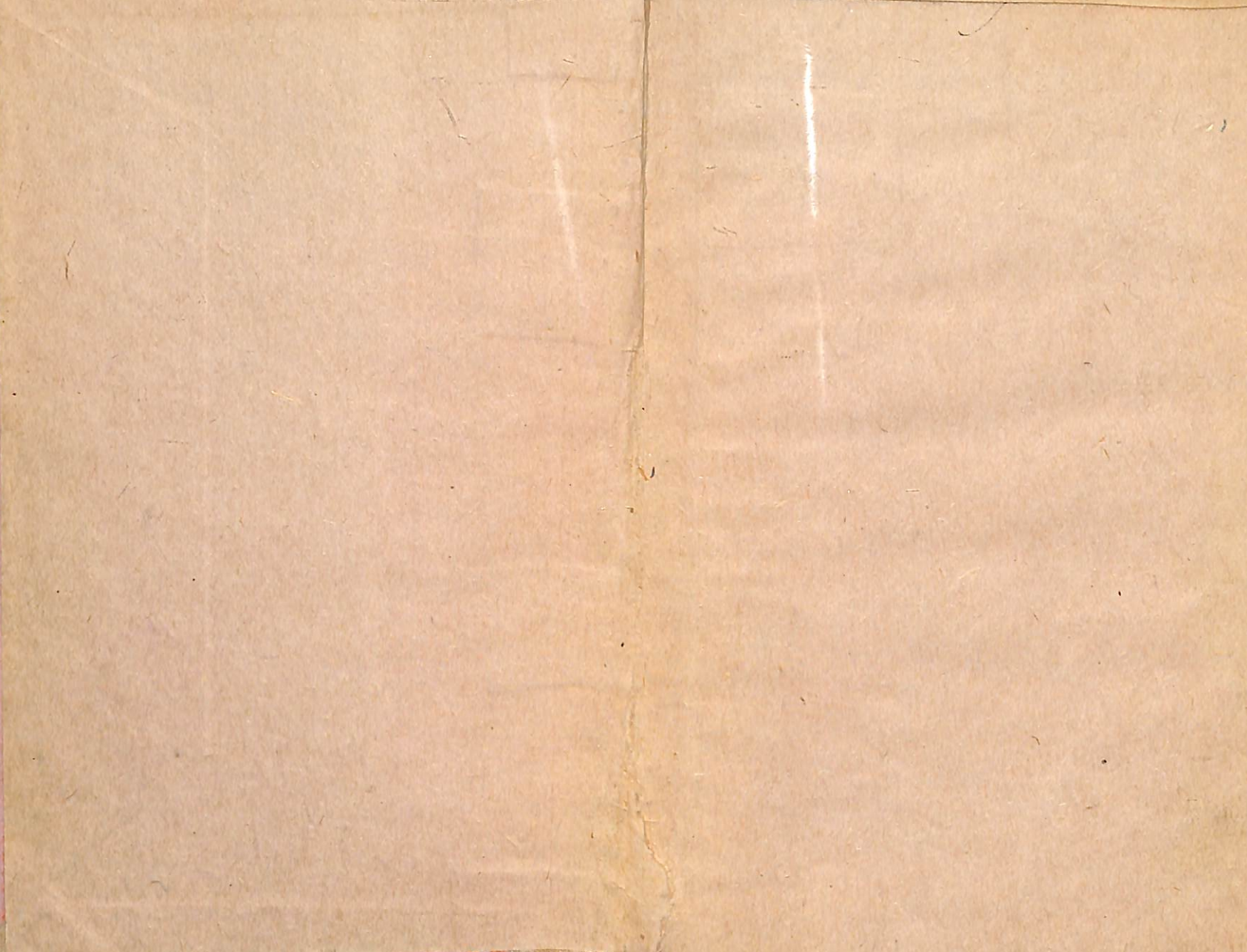
Adapt — remix, transform, and build upon the material

1/14/73

613.8

W-28

1903



ՄԱՐԴԸ ԵՒ ԻՒՐ ՑԵՂԸ

613.8

Ա-28

ԲՐՅՈՒՆ Գ. ԱՆՊԵՆԻՆ

Բ. ՏՊԱԳՐՈՒԹԻՒՆ

Կ. ՊՈԼԻՍ

ՏՊԱԳՐՈՒԹԻՒՆ Ե. ՄԱՏԹԵՈՍԵԱՆ

1903

15 NOV 2011

4-28

530
3-44

ՄԱՐԴԸ

64

Ի Ի Ր Յ Ե Ղ Ը

ԲԱՐԵԿԵՆԴԱՆՈՒԹԵԱՆ ՀՐԱՀԱՆԳՆԵՐ

ՔԱՐԳՄԱՆԵՑ ԳԵՐՄԱՆԵՐԷՆԷ
Մ. Կ. ՆԱԶԻԿԵԱՆ

127



1903

ՍԲԶ
ՅԱ-Բ

ՏՊԱՐԱՆ, ՎԻՄԱԳՐԱՏՈՒՆ, ԿԱԶՄԱՏՈՒՆ ԵՒ ԹՂԹԱՎԱՃԱՌԱՆՈՑ

Յ. ՄԱՏԹԷՈՍԵԱՆ

Թիւ 27, Ֆինանսերի եօզուշու, Կ. Պոլիս

Սիրելի ընթերցող

Ձեմ կարծեր որ պէտք չունենաս այս գիրքը կարդալու։ Սեռային կեանքի որ դասակարգին որ պատկանիս, պատանի՝ երիտասարդ՝ կանամբի, մանկամարդ՝ նոր հարս Թէ արամբի, անշուշտ եմ որ մասնաւորապէս քու վիճակիդ յարմար խորհուրդ մը պիտի քաղես այս գրքէս, և տարակոյս չունիմ որ զայս կարդալուդ համար անցուցած ժամանակիդ արժէքին բազմապատիկը պիտի շահիս։ չպիտի զղչաս կարդացած ըլլալուդ համար։

Հաստատապէս կը յուսամ նաև որ այս գիրքը ծայրի ի ծայր կարդալէդ ետքը, դուն ալ ինծի պէս, շինիչ գիրքերու կարգը պիտի դասես և զայս, և ինքնաբերաբար պիտի յանձնարարես քու ծանօթներուդ։

Գերմանացի Բժիշկ Բրոֆ. Ալպրէխդի այս գործը դեռ անցեալ տարի իւր 29րդ. տպագրութեան հասած էր. և երբ ըսեմ Թէ Գերմանիոյ մէջ՝ այս տեսակ գիրքերու տպագրութեան ամէն մէկ անգամու արտադրութիւնը 6—10,000 օրինակ է, հաստատ ապացոյց մը ցուցուցած չեմ ըլլար Թէ այս որչափ փնտուռած գիրք մ'է հոն, ուր հարիւրաւորներ կան իւր տեսակէն։

Այո, փնտուռելու արժանի գիրք մ'է ասիկա . . .

1895

ԹԱՐԳՄԱՆԻԶԸ



معارف نظارت جلیه سی و مطبوعات اداره علیه سنک رخصتیه طبع

اولمشر در فی ۷ ایلول ۱۳۱۸



ՄԱՐԴԸ

ԵՒ

Ի Ի Ր Յ Ե Ղ Ը

Գ Լ Ո Ւ Խ Ա.

ԱՄՈՒՍՆՈՒԹԵԱՆ ԵՒ ԻՒՐ ՀԱՃՈՑՔՆԵՐՈՒՆ ՎՐԱՑ
ԸՆԴՀԱՆՈՒՐ ՏԵՍՈՒԹԻՒՆ

§ 1. Այս գրքոյկիս նիւթը սերնդագործութիւնն է. հետեւապէս պիտի գրեմ զուգաւորութեան վրայ, բայց կարելի եղածին չափ քիչ պիտի գործածեմ այս բառը. (և միայն այս բառն է որ գայթակղութիւն պատճառէ գուցէ ընթերցողին)։

Իսկ թէ ինչո՞ւ համար այս բառը իւր արժանաւոր յարգովը չի գործածուիր և խորթ կու գայ ականջի։ — Աղոր պատճառը ժամանակիս զեղծումն է. բարոյական զգացման տրուած նուա՛զ յարգանքը, մանաւանդ այն հոլանի հրապարակութիւնը, որուն ենթարկուած է ամէն գաղտնիք որ, ճշմարիտն ըսելով, ծածուկ մնալ պէտք էր։

Նրբամիտ ընթերցողը գուցէ ըսէ թէ ես ալ այս գրութեամբս մերկացուցած ըլլամ այդ գաղափարները և, հետեւապէս, գործած ըլլամ այն սխալը զոր կը վերագրեմ այլոց :

Բայց, ո՛չ . իմ նպատակս է միայն, բառնալ այդ զեղծումը, խօսքի և գործի մէջ վերահաստատել բարոյական զգացումը . ի բաց վանելով անկէ գայթակղական մասը, լուրջ խորհրդածութեան առարկայ ընել այս խնդիրը, և այս մասին ցայժմուս թերի ըմբռնումներուն և հետեւապէս սխալ վարմունքներու ընթացքը խափանելով, իւր նախապատկան յարգը վերընծայեցունել իրեն :

§ 2. Ամուսնութեան առաջին և վսեմ նպատակը մարդկային ցեղին շարունակաբար աճումն է : Ամուսնութիւնը ներքին կապ մ'է, մարդ էակին յատուկ, այսինքն՝ տարբեր սեռէ երկու անձանց միջև սեռային կապ մը :

Մեր ցուցած այս սահմանէն դուրս է սեռային այն կոշտ հեշտանքը, որ կատարելապէս հակառակ է բնութեան : Սեռային վայելքի մէջ ալ կայ, արդարեւ, մեղրանոյշ ու հեշտ զգայութիւն մը, մարմնոյ բարձրագոյն գրգռութեան հետ միացած . բայց այդ ալ՝ պէ՛տք էր այդպէս եղած ըլլար, որպէս զի կարելի ըլլար փոքր աշխարհին, այսինքն՝ մարդուս մէջ արթնցունել արտադրիչ այն ոյժը՝ զոր մենք մեծ աշխարհին՝ իմա՝ բնութեան մէջ ամէն գարնան տեսնելով կը սքանչանանք . անխիթական և մարմնաւոր նոր ոյժերու, նոր կերպարանքներու արտադրութեան այդ ամենակարողութիւնը :

§ 3. Սակայն և այնպէս, միտքն ալ մարմնոյն

նպատակին ծառայեցունելու, զայն այդ նպատակին գործակից ընելու համար խանդավառութեան (Ekstase) պէտք կայ :

Միւս կողմանէ, նոյն այդ մտաւորական անխիթ տարրը խանդավառութեան մէջ մարմնականին հետ միանալով կրնայ հեշտանքի վայելքէն աւելի բարձր, աւելի վսեմ հաճոյքներ պատճառել :

Ո՞վ չէ՞ ունեցած իւր կեանքին մէջ, մէկ կամ աւելի անգամներ, այն բարձր զգացումը զոր մարդ կը զգայ բարիք ընելով, այնպիսի գործ մը կատարելով, որուն գիտակցութիւնը աւելի երջանիկ ըրած է զինքն, քան թէ երբ Հեշտանքին բազկացը մէջ գտնուած ըլլար : Իսկ երբ ըսենք նաև թէ առաջին պարագային մէջ զգացուած զգացումը մնայուն է, տեւական է, իսկ միւսն զգլխիչ բայց անցողական, ո՞վ հաճոյալից պիտի չգտնէր, պիտի չփափաքէր բարի գործ մը ըրած ըլլալուն զուարթ ու հաճոյական յուշն ունենալ շարունակ, և շարունակ զգալ այդ հաճոյքը, փոխանակ, գուցէ, այն սրտակսկիծ յուշածութեան թէ անմեղ կոյս մը զլխէ հանած է, թէ մոլորեալ մ'ալ ինքն աւելցուցած է, և գործակցած է այդ չարեաց արդիւնքին, զոր չի կրնար անտես ընել, չի կրնար հաշուի չ'առնել :

§ 4. Յայտնի է թէ մեր խօսքը այդ գործին անկարգ ու անկանոն կիրառութեան վրայ է . տարփանքին վրայ՝ որ գոհացումէ ուրիշ նպատակ չ'ունի, և զմեզ անասուններէն վեր չբարձրացունելէ զատ, չատ անգամ ալ անոնցմէ ստորին կ'ընէ :

Իսկ բոլորովին տարբեր բան է այնչափ գե-

ղեցիկ ու զօրաւոր կերպով մեր մէջ դրուած դրդման գոհացումը, որու կը պարտաւորեցունեն զմեզ բնութիւնը, բանավարութիւնը և պարագաները : — Կարող ըլլալ կեանք տալու այնպիսի էակաց որք մեզի պէս կարենան վայելել երջանկութիւնը և ճաշակել կեանքի այն հաճոյքները, որք տրուած են մեզ այնչափ առատութեամբ վայելել, եթէ ընտրանք ու չափաւորութեամբ վարուիլ գիտնանք : Ասկէ աւելի մեծ կարեւորութիւն ունեցող ի՞նչ բան կայ : Յայտնի է նաեւ թէ այս բարձրագոյն խանդավառութիւնը զոր սերնդագործութեան դրդումը յառաջ կը բերէ մարդու մէջ, մեր ցեղին յարաճունութեան համար է միայն . թէ՛ այդ դրդումը իւր բարձրագոյն աստիճանին կը հասնի, երբ կանոնաւոր կերպով գոհացուցուի, և թէ՛ եղծուելով անբնական հեշտանքի կը դառնայ և մարմինը կը տկարացունէ : Ուստի մարդու համար կանոն մը սահմանելու է, որով պէտք եղածէն աւելի չգոհացունէ այդ դրդումը, պահպանէ մարմինը, և այդ զգացման ու գործին յատկացեալ նպատակին հասնի :

§ 5. Շատ ծիծաղական են բարոյախօս հեղինակաց խիստ քարոզներն այս խնդրոյն վրայ, երբ բացարձակապէս կ'առաջադրեն թէ սեռային դրդումը ա՛յն ատեն միայն պէտք է գոհացունել, երբ արգասաւորութիւն մը կարելի ըլլայ : Աւելի եւս յիմարամտութիւն է խտտապահանջութիւնն անոնց, որք մոլութիւն ըսելու չափ յառաջ կ'երթան, երբ կ'ընեն յղի մնալէն ետքը մարդ գոհացունել ուղած ըլլայ այդ բնական դրդումը :

Բնութեան մեծ ստեղծիչը որ ամէն բան իմաստութեամբ կարգադրած է, այնչափ գրգռիչ, կրնամ ըսել նաեւ այնչափ ստիպողական պիտի չընէր այդ դրդումը, եթէ ադոր նոյնօրինակ ժուժկալութիւնն ուղած ըլլար : Գարնան մէջ դիտեցէ՛ք ծաղկապատ ծառերը, տեսէ՛ք թէ բնութիւնը որչափ հարուստ է . որչափ հարեւրաւոր ծաղիկներ կ'իյնան, կը կորսուին առանց պտղաւորելու : Գիշերային սաստիկ ցուրտ մը ամբողջ տարեկան պտուղները, պտղաքաղ մը չ'ընչացունեն . փոթորիկ մը հաղարաւոր պտուղներ անօգուտ կերպով չի՛ թօթափեր, և այդ ծառերը իրենց բուռնութեան տակ չ'պիտի ընկճուէին եթէ մայր-բնութիւնը զիրենք չհոգալով, չթօթափէր իրենց վնասակար աւելորդ մասը : — Քանի որ բնութեան ամէն բանին մէջ Արարչին իմաստութիւնը կայ, ինչո՞ւ համար մարդս յանցաւոր դատուեր սերնդագործութեան նպատակը կատարուած ըլլալէն ետքն ալ (այսինքն կ'ընեն յղի մնալէն ետքը) սիրոյ հեշտութիւնը վայելելուն համար :

§ 6. Այս մասին միևիպարական մ'է գիտնալ — և արդէն փորձառուները լաւ գիտեն — թէ սեռային դրդման ամէն մէկ գոհացում իրապէս արգասաւորութիւն յառաջ չի բերեր . թէ՛ ամիսներէ ետքն ալ շատ դժուար է վճռել թէ իրօք արգասաւորում տեղի ունեցած է :

Ամենուս գիտցածն է թէ ամուսնութեանց շատերը մէկ քանի տարիներ անպտուղ կը մնան . արդ, երբ այդ տարիներու մէջ տեղի ունեցած սեռային դրդման գոհացումը յանցանք մը չէ,

և երբ այդ կերպով կորսուածը — այսինքն կորսուած սերմը — ապարդիւն չի կրնար նկատուիլ, ուստի մարդուս մէջ այնչափ բնականօրէն և այնչափ անզսպելի կերպով դրուած դրդման մը գոհեթ այն պարագային մէջ երբ այդու որեւիցէ հիմնական վնաս մը յառաջ չգայ :

§ 7. Շատ հեռուները պէտք չէ երթալ համոզուելու համար թէ այդու կարեւոր վնաս մը յառաջ չի գար : Ամուսնացեալք խղճի մտօք թող ըսեն թէ արգասաւորութիւն տեղի ունենալէ ետքը, կատարելապէս ետ կը կենան սեռային վայելքէն : Ես կ'ըսեմ թէ հաստատական պատասխան մը տուող չպիտի գտնուի :

Ուրեմն, ինչո՞ւ համար անդէպ բարոյականութեամբ հաստատել ուզուի այն, որ հին ժամանակաց մէջ իսկ չկար . այն՝ որ հակառակ է բնութեան, և որ մարդատեացի մը, սիրոյ թշնամիի մը գլխուն մէջ միայն կրնայ դոյութիւն ունենալ :

§ 8. Բայց սեռային դրդման գոնացումը մինչև ո՞ր աստիճան վնասակար կրնայ ըլլալ այն պարագաներուն մէջ որ կինը յղի մնացած է, և կամ թէ՛ չէ . գիտնալու կարեւոր կէտը այն է, զոր իւր յատուկ գլխուն մէջ մանրամասնօրէն պիտի քննենք իւր ամէն վնասակար հետեւանքներովը : Աս այժմ սա ըսենք թէ մարդ պէտք չէ անստոյգ տարուբերանք մը ունենայ, կրծող որդ մը դնէ իւր ներսիդին, երբ սեռային հաճոյքը վայելել կ'ուզէ . միայն թէ պէտք է սանձ դնել իւր կրքին, որպէս զի չափազանցութեան վնաս մը յառաջ չգայ :

§ 9. Այս ամենուն վրայ պիտի գրենք յաջորդ գլուխներուն մէջ : Այժմ, գրքիս նպատակին համեմատ, ծննդագործարանաց մէկ համառօտ նկարագրութիւնն ընենք, որ օգտակար պիտի ըլլայ մեր գրելիքներուն :

Գ Լ Ո Ւ Խ Բ.

ՄԱՐԴԿԱՅԻՆ ՄԱՐՄՆՈՅՆ ԱՅՆ ՄԱՍԵՐԸ ՈՐ
ՍԵՐՆԻԱԳՈՐԾՈՒԹԵԱՆ ԿԸ ԵԱՌԱՅԵՆ

§ 10. Մարդկային մարմնոյն ամբողջ յօրինուածութիւնը այնպիսի իմն իմաստութեամբ կարգադրուած է որ աշխարհս անոր մէջ կը տեսնուի, մանրանկարի մը պէս : Շատ երկար կ'ըլլայ այս երկութիւնը զուգակշիռն ընել հոս, ցուցունելու համար թէ ինչ որ կայ երկրագնդիս մէջ՝ գետ, քար, հող, մարմնոյ մէջ ալ կան փոխադարձաբար երակ, ոսկոր, միս : Նոյնպէս՝ արտադրութեան, այսինքն վերանորոգութեան ամէն գաղտնիքները, ինչ որ անոնց ծագումը, կազմութիւնը, հասունութիւնը կը ներկայացունէ : Մարդուս խելքը չի համար ադոր . բնութեան խորախորհուրդ մէկ գաղտնիքն է այդ մեղ համար :

§ 11. Նոյնպէս նաեւ մարդուս մէջ իւր նմանը յառաջ բերելու գործը (կարողութիւնը) խորախորհուրդ գաղտնիք մ'է մեղ համար ի սկզբանէ

անդ երբ մարդ սկսաւ ինքնիրմով զբաղիլ, այս
այնչափ խոր, անքննելի երեւցող գաղտնիքը լու-
ծել մտադրեց. և բժիշկներն ու բնախոյզները ջա-
նացին ադոր համար խելքի մօտ ենթադրութիւն-
ներ ընել և հնարաւորութիւններէն իրականու-
թիւն յառաջ բերել:

§ 12. Այդ զանազան կարծիքներուն վրայ
համառօտ տեսութիւն մը ընելէ առաջ պէտք է
մարդու սերնդագործութեան ծառայող մասին
և զիրքին վրայ խօսիլ:

Շատ մեծ իմաստութեամբ է որ բնութիւնը
մարմնոյն կեդրոնը հաստատած է ծննդագործա-
րանները, և այնպիսի զիրք մը տուած է անոնց
որ մարդու կեանքին ուրիշ գործողութիւնները
չեն խանգարուիր: Մարդ ամէն աշխատութեան
կրնայ ենթարկել իւր անձը առանց այդ մասին
ամենափոքր վնաս մը պատճառելու: Նոյնպէս
մարդկային մեքենան շինողին իմաստութիւնը եր-
կու սեռին համար ալ աննշան ձեւ մը ընտրած է,
այնպէս որ մարդ այդ մասերուն հետ գործ չունեցած
ատեն, գրեթէ տեղ չեն գրաւեր և ո՛չ իսկ ան-
հանգստութիւն կը պատճառեն: Ծննդագործարանք
կը փոխեն իրենց վիճակը միայն այն նպատակին
և գործողութեան պատճառաւ, որուն համար
սահմանուած են երկու սեռերը:

Ճշմարիտ է թէ ամուսնութեան գլխաւոր
նպատակը մարդու բաղմանալն է, բայց ապացու-
ցանելու համար թէ մարդ իւր տեսակը յառաջ բե-
րելու համար չէ որ կ'ապրի միայն, այլ թէ կրնայ
առանց անոր ալ հանգիստ կեանք վարել, բաւա-

կան է մէջ բերել այդ ծննդագործարանաց, առանց
մարմնոյն վնասելու, չքացման կարելիութիւնը:

Միթէ շատ անգամ չենք տեսներ որ ծննդա-
գործարանք իրենց վրայ յառաջ եկած դիպուածա-
կան վնասներու, և կամ մարդու իւր անձնական
մեղկ ու ցոփ չափազանցութեանց հետեւանքով
ինքնին կը չքանան և մարմինը, առանց վնասուե-
լու, կրնայ շարունակել իւր պաշտօնները, և թէ՛
հոգւոյն գործողութիւնները յաճախ աւելի ազդե-
ցիկ կ'ըլլան իւր մէջ, թէ՛ մարմինը հոգ չի ընէր
այդ կորուստին համար: Եւ դեռ աւելին կայ. ո՞վ
չի գիտեր թէ վիրաբուժական գործողութեամբ
ամորթիքները հանուելէ ետքը, մարմինը վրայ կը
դնէ թէ՛ զօրութեամբ և թէ՛ գիրութեամբ: Իրաւ
է որ առաջ՝ սերնդագործութեան յատկացուած
հիւթը (սերմը) այժմ ամբողջ մարմնոյն զօրացման
կը ծառայէ: Կիրքին լուծութիւնն է որ առողջ կը
պահէ մարմինը:

Ես չեմ ըսեր թէ բնական զգացում կոչել կա-
րելի է այդ, և թէ՛ այդպէս մտածող մարդը կա-
տարեալ է. միայն տեսած եմ թէ մարդու այդ
կարողութեան զեղծումէն յաճախ զգուանք մը կը
ծագի անոր դէմ. և այս տեղ ապացուցանել կ'ու-
զեմ թէ մարդկային ցեղին բազմամալուն չաշխա-
տիլը այնչափ մեծ ոճիր մը չէ որչափ ցուցունել
կ'ուզուի:

Յաճախ կը պատահի որ կանայք իրենց առա-
ջին տղաբերքէն առաջ կամ ետքը ամուլ կը մնան,
սակայն մարմինը առողջ ու անվնաս կը մնայ,
և հոգին՝ յօժար ու զուարթ:

Երիկ մարդուն դործարանական կազմուածքը
կնոջ պէս փոփոխական երեւոյթներ չունենար .
սերնդագործական դրդումը գոհացունելու ատեն
միայն պահ մը պէտք ունի անոր իսկ քանի՜ չքնաղ է
իգական սեռին ծննդագործարանաց կազմուածքին
խմաստուն շէնքը : Այդ կազմուածքը , որ ապա-
գայ մարդը 40 չաքաթ իւր մէջ կրելու , պահպա-
նելու , կերպարանաւորելու և սնուցանելու սուրբ
ու վսեմ պաշտօնին նախասահմանուած է : Այդ
կազմուածքը՝ որ նոր ծնելիքին բաւականաչափ
տեղ տալու համար , առանց ցաւի և անզգալի
կերպով կ'ընդլայնի և որոշեալ ժամանակի մը հա-
մար պահպանելէն ետքը սքանչելի ոյժով մը ի լոյս
կը ծնանի զայն : Եւ այդ նորածինին 40 չաքաթ
գտնուած վայրը շատ հանգիստ և շատ հաճելի է
իրեն : Կարելի՞ է գտնել մարմնոյն մէջ ուրիշ որեւ
իցէ տեղ մը , ուր կարելի ըլլար ի գլուխ հանել
այս գործը . և եթէ ըլլար իսկ , քանի՜ տճեւ ու
անհաճոյ պիտի ըլլար ընտելեան կատարելագործ-
եալ արարածը , կինը :

§ 13. Եւ քանի՜ խնամեալ կերպով կը մնայ
նորածինը այդ կայանին մէջ , ուր մայրը կը սնու-
ցանէ , կը խնամէ և կը պահպանէ զանի : Նախ՝
ջրային հիւթով մը կը շրջապատուի . այդ հիւթը
կը պահպանէ զինքն ամէն ընդհարումներէ որոնց
կրնայ ենթարկուիլ մօրն փորը , և կը թողու որ
երախան ազատութեամբ շարժի անդ , ինչ որ ան-
կարելի էր՝ արդանդը շրջապատող անջրպետներուն
յառաջ բերած նեղութենէն . և այս վիճակին մէջ
անա , մանուկը , առանց ճնշուելու կրնայ մեծնալ :

Երախան դեռ չնշուլու պէտք չունի . ընտելանը
այդ պարագայէն օգուտ քաղելով վիճակայարմար
հեղանիւթի մը մէջ կը պարփակէ զանի , որ կը
նիրհէ հոն , ինչպէս ձուկը՝ ջուրին մէջ :

§ 14. Ապա երկու մաշկեր կը շրջապատեն
զանի , իրեւ թէ հաւկիթի մը մէջ պարփակուած ,
և տեղ կու տան անոր որպէս զի շարժումներ ընէ
ու մեծնայ : Վերջապէս արգանդին շրջապատն իսկ
կը պաշտպանէ զանի այն ամէն դէպքերէն որ էգ
մարմնոյն վրայ յառաջ եկած փոփոխութեանց ատեն
կրնային վտանգաւոր ըլլալ իրեն : Այս տեղ երբ
նկատողութեան առնունք թէ փորոտիքը , որո-
վայնի մկանները և մաշկերն ալ ուրիշ միջնորմ
մը կը կազմեն սաղմին շուրջը , այն ատեն կ'ըմ-
բռնենք թէ այս ամէնը ինչպէ՞ս լաւ կը պաշտպա-
նեն զանի արտաքին ուժգնութեանց դէմ , բաւա-
կան է միայն որ ասոնք մարմնոյն ամբողջ ջղային
դրութիւնը խանգարելու չափ զօրաւոր չ'ըլլան :

Եւ մարմնոյն մէջ այդ փոքր սաղմին բնակա-
րանը այնպիսի զանազան կերպերով ամրացած է ,
որ մինչեւ ծննդեան պահուն շարունակաբար մեծ-
ցող սաղմին իւր ընթերակացներովն ունեցած ծան-
րութիւնը և նոյն իսկ շարժումները չեն կարող
խախտել զայն :

§ 15. Որչափ իմաստութիւն կը պարունակէ
Արարչին ստեղծած այս յօրինուածութիւնը , նոյն-
չափ իմաստութեան սքանչելիք մ'է նաեւ տղա-
բերքը . իմա՜ սաղմին ցայն վայր օթեւանած պատըս-
պարանէն անջատումը : Այս պարագային մէջ ալ չի
վնասուիր մարմնոյն մնացորդ մասը : Այդ պատըս-

պարանին մկնանեարդերը զգացուած պէտքին և կարելիութեան սահմանին մէջ այնչափ ուժգնութեամբ լայննալէ և ձգտուելէ ետքը վերստին կը կծկուին ու կ'ամփոփուին, և միեւնոյն ուղղութեան ընթացող այս նեարդերուն ոյժը այնպիսի իմն կը ճնշէ փոքրիկ խողոպանակը, որ ինքնարեարար դուրս կ'ելնէ իւր առջեւ բացուող միակ ելքէն:

§ 16. Սքանչելի իմաստութեան գործ է նաև որ նորածինը (ինչպէս սովորաբար տեղի կ'ունենան աղաբերութեանց ամենամեծագոյն մասին մէջ) գլխու կողմէն դուրս կ'ելնէ: Գլուխը մանկան մարմնոյն վրայ գտնուած ամենէն յարմար կտրութիւնն է, որ դիւրութեամբ կրնայ բանալ արգանդաբերանը: Նոյնպէս, բնութիւնը՝ ուղեղը շրջապատող այդ գոգաւոր և ամուր ոսկորներուն մէջ այնչափ զօրութիւն զնելովն հանդերձ դեռ կատարելապէս չէ յօդաւորած զանոնք, որպէս զի մի' գուցէ դիմադրութիւնը սաստիկ եղած ատեն խաւտին իրենց տեղերէն. և ճնշումը, որ ընդհանրապէս ամէն կտր առարկաներու վրայ կը կորսնցունէ իւր ոյժը, հոս եւս փասս չի պատճառեր:

§ 17. Եւ որովհետեւ ծնունդը իւր յարակից պարագաներուն հետ մարմնական ցաւերով կը կատարուի, ասոր համար ալ բնութիւնը այնչափ մեծ գրգռու և այնչափ հեշտահաճոյ զգայութիւն մը դրած է սերնդագործութեան ՃՇՄԱՐԻՏ գործողութեան եւ սեռային դրդման գոհացումին մէջ, որ բարեբաղդ մայրը անմիջապէս կը մոռնայ իւր զգացած ցաւերը, եւ նոր յղութեան մ'ատեն ամենեւին չի յիշեր այն ցաւազին ժամերը, այլ ընդ-

հակառակն այդ ցաւերը իւր նմանը ծնած ըլլալուն համար զգացած խինդովը կը քաղցրանան:

§ 18. Յայտնի չէ թէ երկու սեռէն ո՞րն աւելի մեծ գրգռութիւն և հետեւապէս աւելի մեծ հաճոյք կը զգայ սերնդագործութեան զրդման գոհացումին մէջ. միայն կը կարծուի թէ կիներն է որ կը զգայ առաւել հաճոյք եւ հետեւաբար ցաւուն շատը ինքն է որ կը կրէ:

ԱՐՈՒ ԵՒ ԷԳ ԾՆՆԴԱԳՈՐԾԱՐԱՆԱՅ ԿԱՆՈՆԱԻՈՐ ԾԷՆՔԸ

§ 19. Արու եւ էգ ծննդագործարանաց համառօտ մէկ նկարագրութիւնն ընել հոս օգտակար կը համարիմ, վասն զի երբեմն ո՛չ միայն էրիկմարդուն, այլ եւ կնոջ ծննդագործարանաց մէջ կարելի է պատահին այնպիսի տձեւութիւններ որք անպտուղ կ'ընեն ամուսնութիւնը: Այդ տձեւութեանց շատերը վիրաբուժական թեթեւ գործողութեամբ մը կրնան կանոնաւորուիլ, այնպէս որ սերնդագործելու անկարող կարծուած անձ մը դիւրաւ կրնայ երջանիկ ամուսնութեան մը յարմարութիւն ունենալ:

Արու ծննդագործարանի

Ծննդագործարանի արմատային մասին կը պատկանին ամորձիքները, մարմնի զանազան պարկերը, զեանդուած: Այդ պարկին մէջ գտնուած արկուորիքներն են սերնդագործութեան կարեւորագոյն գործարանները: Ասոնք ամենափոքր սերմնարաններէ կը բաղկանան եւ իրենց մէջ կը պատրաստուի արական սերմը: — Արանդամը սպունդի

նմանող երկու մարմիններէ եւ միզանցքէ մը կը բաղկանայ : Յայլուսկրին մօտ գտնուող սպինգային մասններուն մէջ է միզանցքը , որ փայլափուշտին հետ միանալով , մէզն արտաքսելու պաշտօն ունի :

Ծննդագործարանաց ներքին մասին կը պատկանին սերմնապահ փամփշտիկները : Ասոնք շատ փափուկ եւ նրբամորթ են եւ երկուորեքներէն զուրա ելնելով իրենց մէջ եկող սերմը կը պահպանեն . ապա՝ սիրոյ բարձրագոյն արըշուոթեան ատեն , վերոյիշեալ միզանցքէն անցնելով՝ կնոջ իգափողէն՝ արգանդին մէջ ցայտեցունելու համար արգասաւորիչ հեղուկը : Եթէ այս սերմնապահ փամփշտիկները կարծրացած ըլլան , կամ թէ միզանցքին մէջ արգեւք մ'ըլլայ , կամ միզանցքը անբնական բացուածք մ'ունենայ (այսինքն բերանը արանդամին տակի կողմը ըլլայ) այն ատեն զուգաւորութիւնը անպտուղ կը մնայ : Նոյնպէս նեղ թլիփ (վերնամաշկ) մը , որ պսակէն վար չիջնէր , կրնայ արգելք ըլլալ արգասաւորութեան :

Այսչափս բաւական է արու ծննդագործարանաց համար . այս կանոնաւոր կազմութեան հակառակ վիճակ մը պէտք է բժշկին ցուցունել , որ կարելի եղած միջոցներով դարմանէ :

Էգ ծննդագործարանք

Յայլուսկրին տակ , ստորին որովայնին ստորահագոյն միջավայրին մէջ , այսինքն երկու սրունքներուն իրարու միացած տեղը գտնուած մեծ շրթերէնքները իրենց մէջ ունին մուտքն դէպ ի ներքին ծննդագործարանները : Կոյս օրիորդաց ուռու-

ցիկ եւ մազերով ծածկուած այս շրթերէնքը իրարու քով սեղմուած են : Այս շրթերէնքներուն վերին միացման մէջ , զուրա ցցուած , փոքր մարմին մը կայ որ կղիթորի կը կոչուի եւ շրջապատուած է փոքր շրթերէնքէն : Կղիթորիին տակ կը գտնուի միզանցքին բերանը եւ ճիշտ ատոր ալ տակը՝ իգամուտքը : Սա գոցուած է շարոյրով (կուսական թաղանթ) որ դաշտանի հոսման համար ծակ մը ունի :

Բայց այս վիճակը կոյսերուն յատուկ է : Առաջին զուգաւորութեան ատեն շարոյրը կը պատռուի եւ այդ ատեն երբեմն արեւն իսկ կը հոսէ : — Անկանոն վիճակներ են՝ շրթերէնքին կցուած ըլլալը , շարոյրին կոճկացումը , կղիթորիին մեծութիւնը (ինչպէս է արուէգներունը) . ասոնք պատճառ կրնան ըլլալ կնոջ ամբողջութեան եւ բժշկական օգնութիւնը պահանջելի կ'ընեն : — Հին ատենները ճշմարիտ կուսութեան ապացոյց կը համարուէր շարոյրին անվթար մնացած ըլլալը , եւ առաջին մերձաւորութենէն ետքն արեւն բիծերը : — Մերձաւորութենէ զատ շարոյրի պատռելուն պատճառ կրնան ըլլալ նաեւ դանդաղ հիւանդութիւններ , ցաւքեղ եւ ուրիշ մեքենական պատճառներ : — Այս ամէնը արտաքին մասը կը կազմեն ծննդագործարանաց : Իսկ ներքին մասին կը պատկանին իգամուտքը , իգափողը , 15-20 հարիւրորդամեթր երկայնութիւն ունեցող անցքը , որ կուսական վիճակի մէջ նեղ , ամուր փոթուածք մ'է եւ զուգաւորութեան ու տղաբերքի ատեն ջրային հիւթերու արտաթորման համար շատ մը լորձնագեղձեր կը պարունակէ իւր

մէջ : Այս ջրային հիւթերը յաճախ հակաբնական
երեւոյթ մը կ'առնուն եւ մաղասահութեան
(ճերմակ դաշտան) վիճակով երեւան կու գան , որ
միանգամայն պատճառ կրնայ նկատուիլ կնոջ ամ-
լութեան *) : Իզափողին մէջ է արգանդաբերանը :
Կնոջ ծննդագործարաններուն կարեւորագոյնն է
այս : Արգանդը՝ զօրաւոր վիճակի մէջ՝ տանձի ձեւ
ունի , բարակ մասը գէպի վար եւ հաստ մասը
դէպի վեր ուղղուած : Յղութեան ատեն արգանդը
կ'ընդարձակի եւ կը բարձրանայ այնչափ որ ար-
գանդի վերին մասը ստամոքսի փորոցին կը հաս-
նի : Անսաղմ արգանդն իւր ներքնոյն մէջ շատ
փոքր տեղ մը կը բռնէ եւ փալլուպեան փող կոչ-
ուած երկու խողովակներու միջոցաւ ձուարանի
հետ հաղորդակցութիւն ունի :

Ձուարանք արգանդին երկու կողմերը կը
գտնուին եւ ունին իրենց մէջ ձուիկներ , որք
այժմուս քեռորին համեմատ արգասաբեր զուգա-
ւորութենէ ետքը նոր էակի մը հունար կը բռնեն
իրենց մէջ , Դաշտանի ատեն ձուիկ մը կ'անջատ-
ուի ձուարանէն , փալլուպեան փողէն անցնելով ,
կամ ասոր եւ կամ արգանդին մէջ կ'արգասաւորի
արական սերմովը . արգանդին մէջ կը կազմուի
սաղմը , մինչեւ ծնելու օրը :

Արգանդը ամրացած է զանազան կապերով :
Կնոջ ներքին ու արտաքին այս ծննդագործարան-
ները բնական եւ կատարելա'պէս լաւ կազմակեր-

*) Դիտելի է թէ այն հիւանդութիւնները որք մաղասահութե-
ան հետեւանք են , յաճախ նշան են ամլութեան :

պուած վիճակի մէջ գտնուած ըլլալու են սերնդա-
գործելու համար :

Եւ ո՛չ այսչափ միայն : Կնոջ կոնքին ոսկերա-
յին շէնքը երբ նեղ կամ պակասաւոր կազմուած
ըլլայ , կամ արգասաւորութիւն տեղի չունենար
եւ կամ տղաբերքն այնչափ դժուար կ'ըլլայ , որ
երբեմն մահ իսկ կը պատահի :

Կարելի է նաեւ որ ձուարանք եւ փալլուպեան
փողերը կարծրանան , ջրգողին , վիրաւորուին ,
արգանդին կապերը թուլնան (անզօրանան) եւ ար-
գանդը վար խնայ :

Ասկէ զատ կան նաեւ գործարանային ուրիշ
անբնական վիճակներ որոնց մէկ մասը կարելի է
բուժել . իսկ մաս մ'ալ կայ որ անբուժելի է եւ
պատճառ կ'ըլլայ ամլութեան :

Էգ ծննդագործարանաց կարեւոր մէկ մասը
կը կազմեն նաեւ ծիծերը : Թէպէտեւ սերնդա-
գործութեան համար անմիջական մասնակցութիւն
չունին ասոնք , բայց նորածնին անդեան կը ծա-
ռայեն , եւ ներքին ու արտաքին ծննդագործարա-
նաց հետ սերտ յարաբերութեան մէջ են : Ծիծերը
կնոջական զարգարանք ալ են : Գեղեցիկ , ուռուցիկ
ծիծերը կնոջական միւս կատարելութեանց յայ-
տարար նշաններ կը համարուին , վասն զի ար-
բունքի չհասած աղջկանց ծիծերը դեռ անկատար
են : — Ծիծերու գրգռութիւնը հեշտական զգացում
մը յառաջ կը բերէ ծննդագործարանաց մէջ , —
Այնչափ ատեն որ կ'ընդ իւր կաթովը սնուցանէ իւր
զաւակը , դաշտանահոսումը կը դադրի , Բայց շատ

անգամ ալ կաթ տալովն հանդերձ դաշտանը կը վերսկսի : Պախճաւանդի (գօրսէ) ճնշմամբ ծիծերը կրնան կորսնցունել իրենց առաձգութիւնը . կրնայ ըլլալ նաեւ որ վերաւորուն, կարծրանան : Ծիծերը շատ գեղձեր ունին իրենց մէջ , որով տեղի կ'ունենայ կաթի բլխումը :

§ 20. Արգասաւորիչ հիւթը, այսինքն սերմը որ սերնդագործութեան համար կարեւորագոյն պէտք մ'է էրիկմարդուն , ո'չ միայն այդ նպատակին համար պէտք է գտնուի մարմնոյ մէջ , այլ ապացուցուած նորագոյն սկզբունքներու եւ փորձերու համաձայն , անո՛ր համար նաեւ որ ազոր պատրաստութենէն ետքը , մարմնոյն մէջ վերադառնալով , անոր զօրացման , մտքին կազդուրման եւ թերեւս հոգւոյն մարմնոյն հետ ունեցած սերտ յարաբերութեանց ծառայէ : Ասկէց է որ կը հետեւի սա իմաստուն պատուէրը թէ՛ մարդ պէտք է որ անօգուտ կերպով ու յիւստիքաւ վատնէ այդ հիւթը :

§ 21. Անօգուտ կ'անուանենք գլխաւորաբար այն չարաբարոյ եղանակը , որով այդ հիւթը բնականէն տարբեր եղանակաւ դուրս կը հանուի մարմնէն , առանց նպատակ ունենալու սերնդագործութիւնը , եւ իւր ըրած կորուստին համար չընդունելով որ եւ իցէ փոխարինութիւն մը այնպէս՝ ինչպէս որ կ'ըլլայ առն եւ կնոջ միջեւ բնական եղանակաւ տեղի ունեցած վայելքի ատենս Վասն զի երբ սեռային յարաբերութիւնը բնական եղանակաւ կատարուի , այր եւ կին իրենց կորուստը կը փոխարինեն երականման ծծող-խողո-

վակներու միջոցաւ , եւ սանկ ըսենք , այդ գործը կը կազդուրէ ու կը կատարելագործէ երկու կողմին մարմինները , մանաւանդ՝ երիտասարդ , ու ժեղ հասակի մէջ : Իսկ ընդհակառակն , անբնական զրգուրթեամբ , այդ հիւթին միակողմանի կորուստը մահաբեր ու ժաթափութիւն մը յառաջ կը բերէ , կը սպառէ կը հիւծէ մարմինը եւ կը բթացունէ հոգին :

Անբնական տոլիփ մը , յօնանականութիւնը կամ գիջութիւնը , որուն սոսկալի հետեւութիւնները նկարագրուած կան Հին Կտակարանին մէջ , գլխաւոր պատճառ է մարմինը տկարացունելու եւ հոգին բթացունելու , այսինքն այդ մոլութեան ենթական Ֆիզիքապէս ու բարոյապէս մահացունելու :

Դժբաղդաբար այդ մոլութիւնը կը գտնուի 10-12-14 տարեկան տղայոց քով , եւ յաճախ՝ որովայնի զրգուրթիւններն (զ. օ. ճճիւները) են ազոր պատճառը : Ասոր համար ծնողաց եւ դաստիարակաց խորհուրդ կու տանք որ լաւ հսկեն իրենց զաւակաց եւ աշակերտաց վրայ : Սեռային դրդման անբնական ուղղութիւնը յաճախ պարզ դարմանով մը մէկ կողմ կ'ըլլայ :

Բայց շատ անգամ այս վիճակին պատճառն է ապականեալ երեւակայութիւնը որ յառաջ կու գայ կա'մ լկտի վէպերու ընթերցմամբ եւ կամ անհրեղի վարմունքովն այն չափահասներուն , որք գայթակղական դէպքեր կը պատմեն տղայոց ու կը թունաւորեն անոնց սիրտերը : Տղայոց սպասուորութեան յատկացուած անձեր , զանոնք հանդարտեցունելու համար , յաճախ այդ անմեղ մանկանց

ծննդագործարաններուն հետ կը խաղան եւ կամ թէ շատ կանուխէն կը սկսին տալ անոնց ոգելից խմելիքներ, յոյժ անդարար ուտելիքներ եւն. եւն.:

Բայց առանց սերմնահոսութեան ալ կրնայ մարդ, հեշտագրվու երեւակայութեամբ, գիշու-թիւն ըրած ըլլալ, եւ այսու մարմնական մոլութեան պատճառած վնասէն աւելի վնասել անձին:

Գեղեցիկ սեռին ալ խորհուրդ կու տամ, կատարելապէս հաւատարիմ մնալ բնութեան եւ չեն-թարկուիլ այն հեշտախախտ անառակութեանց, որք թէ՛ իրենց հոգեկան խաղաղութեան ու զօրութեան, եւ թէ իրենց գեղեցկութեանն ու առողջութեանը կը վնասեն:

§ 22. Յիմարարար վատնուած կ'ըլլայ այդ կենսաբեր հեղուկը երկու սեռին համար ալ, եթէ յաճախ յոգնեցուցիչ ճիգերով, թէպէտ բնական եղանակաւ, շուայլօրէն զուրս հանուի մարմնէն: — Ինչպէս որ պիտի ցուցունք քիչ մը վերջը, սեռային դրդման չափաւոր գոհացումը որչափ որ կը նպաստէ մարմնոյ կատարելագործութեան, այնչափ ալ վնասակար է աղոր չափազանցութիւնը, եւ ասոր հետեւանքները թէպէտ այնչափ շուտ ու սոսկալի կերպով երեւան չեն ելներ, անօգուտ ու ապարդիւն կերպով վատնուած ատենին պէս (յօնանականութեան պէս) բայց կը կարծեցունեն մարդուս կեանքը, — զոր կարելի է երկարել այդ պիտանի կիրքին չափաւոր գործածութեամբ — եւ այնպիսի հիւանդագին ու վատառողջ վիճակ մը կը պատրաստեն մարմնոյն, որուն ան-

կարելի կ'ըլլայ զգալ կեանքի հաճոյքը ա'յնչափ որչափ կրնայ զգալ մարդ երբ իւր ոյժը խնայողութեամբ գործածած ըլլայ: Աւելցունենք նաեւ թէ այդ չափազանցութեամբ ո'չ միայն ընդհանուր, այլ տեղական անդամալուծութիւններ եւ ցաւաղին հիւանդութիւններ կրնան յառաջ գալ մարդուս վրայ: Գաղիացի բժիշկ Տօքթ. Ժիոստօ տը Սէն-Ժէովէ դարմանած է դեռատի այր եւ կին մը, եւ կը պատմէ թէ ասոնք սիրոյ հաճոյքը չափազանց վայելելով ենթարկուած էին ամենալուտանգաւոր հիւանդութեան մը, որ դարչելի թարախ մը դուրս կու տար իրենց ծննդագործարաններէն: Այսպիսի հետեւանքներ երեւան կու գան նաեւ, երկու սեռին մէջ ալ, սեռային դրդման հակաբնական գոհացումամբ: Չափազանցութեան հետեւանք եղող նշաններն են, յաճախ, արգանդին թուլութիւնը, աչքի ցաւեր, աչքերու շուրջը օղակ, գլխու՝ ստամոքսի եւ կուրծքի ցաւեր, անհանգստութիւն, թախծոս՝ մեղամաղձային վիճակ մը, եւ վերջապէս ողնայարին կորացումը, տեսողութեան տկարութիւնը եւլն. եւլն.: Ծնողք եւ դաստիարակք պարտին մեծ ուշադրութիւն ընել երբ իրենց մանչ կամ աղջիկ զաւակաց եւ աշակերտաց վրայ տեսնեն այդօրինակ կասկածելի նշաններ. վասն զի ոչինչ այնչափ ուժաթափ կ'ընէ մարդս քան որչափ՝ յաճախակի կորուստն այդ կենսատու հիւթին, որ մարդկային նոր էակ մը յառաջ բերելու յատկացեալ ըլլալէն զատ, արդէն կազմակերպուած անձի մը կենսական ոյժին վերանորոգման վրայ մեծ ազդեցութիւն ունի:

§ 23. Բայց ինչպէս որ այդ հիւթին չափազանց կորուստը կը մեղկացունէ, կը ջլատէ ու կը տկարացունէ մարմինը, այնպէս ալ փոխադարձաբար չափազանց ժուժկալութիւնը փնասաբեր հետեւանքներ կ'ունենայ ու կը փնասէ մարդուս։ Այո՛, մինչեւ որոշեալ ժամանակ մը նուրբ երակներուն մէջ պատրաստուած այդ կենսատու հիւթը մեծ մասամբ կը ծծուի, արեան հետ կը խառնուի եւ կատարելագործեալ մարդուն ուժաւորման կը ծառայէ։ Սակայն, մարդուս կատարելապէս հասուն վիճակի մէջ գտնուած ատեն, կայ ժամանակ մը յորում սերմին մէկ մասը բացարձակապէս պէտք է դուրս ելնէ այն ճամբէն զոր բնութիւնը գծած է, թէ չէ՝ մարմնոյն աուցութիւն մը, զրգուութեան յանկութիւն մը յառաջ կու գայ, որ այդ ալ առիթ կու տայ գերագրգութեանէ յառաջ եկող հիւանդութեանց։ Ընդունելի չէ ոմանց ըսածը թէ մարդ կրնայ, երբ սերմն առատ է, մաքրողական ու տկարացուցիչ դեղերով նուազեցունել զայն եւ արգելուլ զրգուութիւնը։ Այդ միջոցներուն ազդեցութիւնը հարեւանցի է, մանաւանդ թէ շատ կը տկարացունէ ենթական. արդարեւ սերմը արեան մէջ կը վերադառնայ երբ մարդ ուրիշ տեղերէ՝ մարմնէն դուրս բան հանէ, բայց այդ ալ այնպիսի ուժգին գործողութիւն մ'է որ ամբողջ մարմնոյն վրայ վտանգաւոր ազդեցութիւն մ'ունի, եւ ժամանակէն առաջ կը մաշեցունէ մեքենան *)։

*) Սերմը պատրաստուելով՝ փամփշտիկներու մէջ անդատուելէ ետքը կրնայ վերստին ծծուիլ մարմնէն. — Պատշաճագոյն

§ 24. Ամէն բան իւր նախասանմանեալ տեղը լեցուելու է. այս պատճառաւ է որ մարդուս մէջ որոշեալ ժամանակին սեռային կամ սեռնդագործական դրդման գոհացումը առողջարար պէտք մ'է, եւ այս՝ մարդուս չափահասութենէն ետքը պէտք է կատարուի։

Ընդհանրապէս իբրեւ կանոն կրնայ ընդունուիլ թէ մարդ որչափ կանուխէն սկսի գոհացունել սեռային ցանկութիւնը, այնչափ կանուխէն կը դադրի զայն գոհացունելու կարողութիւնը։ Ընդհակառակն, որչափ ուշ տեղի ունենայ այդ, այնչափ ընդերկար կը վայելէ մարդ սեռնդագործութեան ոյժը։

Անուրանալի է թէ մարդկային կեանքի մէջ կան ժամանակներ յորում տեղի ունեցած պարպումները օգտակար են առողջութեան, եւ ան որ, երբ բնութեան ընթացքը կը պահանջէ զայն իրմէ, բնութեամբ կը զրկէ ինքզինքն ագիւլէ, հակառակ վարուած կ'ըլլայ իւր կոչման։ Այս տեսակ ժուժկալութեան օրինակները հազուադէպ են, մանաւանդ թէ ծեր ամուրիները ձայն չունին այս խնդրոյն մէջ. եւ եթէ այդ ժուժկալութեան օրինակները իրապէս գտնուէին իսկ, այդպիսի անձանց առողջութիւնը սարսուած պիտի գտնենք յաճախ։ Յա-

է ընդունիլ թէ սեռային դրդում կամ զրգուութիւն տեղի չունեցած ատեն, սերմին պատրաստութեան համար պէտք եղած հիւթը, ամբողջ գործարանաւորութիւնը կատարելագործելու համար, մարմնոյն մէջ կը վերադառնայ. Ռուպէմբրի ե ուրիշներ ընդունած են թէ ամորձիքներու մէջ պատրաստուած սերմը վերստին կը ծծուի մարմնէն։ Ախտաբանական ուրիշ երեւոյթներ ալ ոյժ կու տան այս կարծիքին։

Չորդարար պիտի տեսնենք թէ, նոյն իսկ ամուսնացեալ վիճակի մէջ, ժուժկալութեան չափազանցութիւնը վնասակար է առողջութեան :

Հիւսիսային ցուրտ կլիմաներուն մէջ անկարելի է գտնել այնպիսի անձեր որ ամբողջ իրենց կեանքին մէջ ժուժկալ մնացած են : Կարելի է նաեւ գտնուիլ մէկ քանիներ ալ որ առանց վնասուելու կարենան վարել ամենախիստ ամուրիութիւն մը . բաց անուրանալի է թէ չափազանց ժուժկալութիւնը զանազան հիւանդութիւններ կը բերէ իւր հետ : — Որչափ ծեր ամուրիներ կը նեղուին յառաջագեղձերու (քէսթանէճիք) եւ ամորձիքներու կարծրացումէ, կաթուածէ, ոսնացաւութենէ (նիքրիս), թուժքէ (մայասըլ), եւ քանիքանիներ մինչեւ իսկ կը խնդդենաւ երբ մոլեգլին կերպով ինքզինքն զգացունող սեռային զրդումը անկարելի կ'ըլլայ գոհացունել : Ես տեսած եմ յոյժ գեղեցիկ օրիորդներ, որ թոշնած, խամրած են այդ պատճառաւ, որ հիւժախտէ, ծիւրիչ նիհարութենէ, արիւնաթքութենէ, դաշտանի անկանոնութենէ, մաղասահոտութենէ ու քաղցկեղային ախտերէ մեռած են : Ասոր համար է որ, մեղ, մարդկանցս համար երջանիկ ամուսնութիւն մը զրախտ մ'է երկրիս վրայ : Ամենէն շատ երկայնակեանցները այն ամուսնացեալներու մէջ զրտնութեամբ մը ապրած են : Սիրոյ հեշտութիւնք վնասակար չեն ամուսնութեան մէջ . շատ հազուադիւս է որ ամուսնացեալներու միջեւ զաւակ չ'ապրած ըլլալուն համար . միայն թէ չափա-

զանցութենէ զգուշանալու է : Վատառողջ, հիւանդոտ անձինք որ անյարմար են ամուսնութեան, անոնք եւս անյարմար չափի զգան ինքզինքնին այդ վայելքներուն, եւ երբ բնական զրդիւ մ'իսկ ունենան, անտարակոյս ինքզինքնին աւելի առողջ ու հանդիստ պիտի զգան եթէ գիտնան չափաւորութեամբ գոհացունել բնութեան պահանջումը :

* * *

Բունն սէր մը անկարելի է զիւրաւ զսպել . սաստիկ սէրը շատ հազուադէպ է որ անսայ բանալարութեան ձայնին . երբեմն մահ իսկ կը պատճառէ : Երիտասարդ սպային մէկը սիրահարած էր օրիորդի մը . խենդի պէս կը սիրէր զանի : Գիշեր մը ժամադրութիւն կ'ընէին . օրիորդն ուշանալով, երիտասարդը չափազանց կը յուզուի . բազկերակը կը սկսի արագապէս զարնել . արեան տաքութիւնը չափազանց կը բարձրանայ . աչքերը կը սկսին փայլիլ եւ շնչառութիւնն ալ մերթ ընդ մերթ կը բռնուի . . . եւ անա վերջապէս կը հասնի սիրունին, երիտասարդը անոր վրայ կը ցատքէ, կը զրկէ զանի ամենաբուն ուժգնութեամբ, ցաւազին հառաչ մը կ'արձակէ ու . . . կ'անշնչանայ : Հանրածանօթ է նաեւ պատահայն այն երիտասարդին որ Օր. Կառլսինի համար բուն սիրով կը տոչորուէր, բայց օրիորդէն չսիրուելուն համար օրին մէկը անոր ոտքն իյնալով հոգին աւանդեց :

Անասուններ կան, ինչպէս՝ շունը, որոնց

խածուածքը թունաւոր է, կ'ըսեն, եթէ իրենց մերձաւորութեան մէջ խանդարուին: Եւ 70 տարեկան ծեր մը դարմանած եմ, որ մերձաւորութեան մէջ խանդարուած ըլլալուն պատճառաւ ծննդագործարանի յոյժ ցաւագլին հիւանդութեամբ մը կը տառապէր: Արիւնը ցամքած ծեր մը եթէ այդչափ դառնապէս հիւանդանայ, հապա ինչեք չըլլար արիւնով եւ հիւթով զեղուն երիտաւարդն այդ պարագային մէջ: — Արհամարհուած սէրը ո՛չ միայն լոկ մէկ քանի ընտանիքներու, այլ երկիրներու, ժողովուրդներու երջանկութիւնը կը խանդարէ:

* * *

Պէրլինցի Գոսպար անուն ըփչկին ծանօթագրութեանց նայելով, ամուսնացեալ եւ ամուրի անձանց մէջ տեղի ունեցած մահերու թիւը սապէս է.

30 էն 35 տարեկան հասակի մէջ մեռնողներուն 27%⁰ը ամուրի եւ 18%⁰ը ամուսնացեալ են: — 100 ամուրիներէն միայն 41 անձ կը հասնին մինչեւ 40 տարեկան հասակի. իսկ ամուսնացեալներէն՝ 78: Տարիքոտ անձանց մէջ այս տարբերութիւնը աւելի յայտնապէս կ'երեւի. 60 տարեկան անձանց մէջ 22 ամուրիի դէմ 48 ամուսնացեալ կան. 70 տարեկաններուն 11ը ամուրի եւ 27ը ամուսնացեալ են. իսկ 80 ամեայ չորս արանց մէջ, միջին հաշուով, մէկը միայն ամուրի է: — Կատարեալ հանդիսան ու կանոնաւոր կենցաղաւարութիւնը, զոր ամուսնութիւնը

իւր հետ կը բերէ, որչափ որ մեծ ազդեցութիւն ունին ամուսնացեալ անձանց մահացութեան թիւին վրայ, այսու ամենայնիւ առողջութեան պահպանման համար դնահատելի պատճառ մ'է նաեւ սեռային գործունէութեան այն կանոնաւորութիւնը զոր կ'ընծայէ ամուսնութիւնը:

§ 25. Այժմ, անգամ մ'եւս յիշենք որ թէ՛ արական եւ թէ՛ իգական սեռերն իրենց համար որոշեալ ժամանակին մէջ արտաքսելու են իրենց ներքին յորդութիւնը: Գեղեցիկ սեռը արական սեռէն աւելի կը վեատուի խիստ ժուկալութեան հետեւանքներէն, վասն զի իգական սեռը մարդկային ցեղին ամսան համար առաւել եւս պէաք ունի իւր պահպանութեան. անամուսին մնալու յոռի հետեւանքները սաստկապէս կ'երեւին իւր վրայ:

Ինչպէս որ աղջկան մը կանխահա պրգոնութիւնը իւր ամլութեան պատճառ կ'ըլլայ եւ մահասահմանութեան կ'ենթարկէ զանի, եւ այս ալ այնպիսի հիւանդութիւն մ'է որ ժամանակ անցնելով հիմնապէս կը խանդարէ աղջկան առողջութիւնը, այնպէս ալ երբ աղջիկ մը չափահաս ըլլայ եւ ամուսնանալու ժամանակն անցունէ ու չկատարէ բնութեան պահանջումը, նոյն չարեաց կ'ենթարկուի:

Բնութեան դատը շատ պարզ է այս պարագայիս մէջ: Սերնդագործական հիւթը եւք մը կը փնտռէ դուրս ելնելու եւ չի գտներ: Դրդումը նո-

րանոր գրգռութիւններ յառաջ կը բերէ . մարմինը չի կրնար գոհանալ . հոգին կը բորբոքի , երեւակայութիւնը կը զրգոյի , երակներուն վրայ եղած ճնշումը այնչափ ուժգին կ'ըլլայ որ վերջապէս , գէթ Երիկամարդուն քով , հեղուկը յորդմամբ կը պարպուի :

Բայց ընութեան այս գործողութիւնը իւր մէջ այնպիսի ուժգնութիւն մ'ունի , որչափ չէ՝ զուգաւորութեան ատեն . այն երակային անօթները ուրիշ կը պարպուի հեղուկը , չեն կրնար պէտք եղածին պէս վերադառնալ կծկուիլ , եւ հետեւապէս երբ այդ վիճակը շատ անգամ կրկնուի , յառաջ կու գայ այնպիսի թուլութիւն մը որ սերմնահոսումներ կը պատճառէ , եւ այսպէս՝ մարմնոյն լաւագոյն հիւթերը կը վառնուին :

Գիշերային սերմնութեանները շատ կը վնասեն մարմնոյ , մանաւանդ երբ յաճախակի տեղի ունենան , այն է՝ 1-2 անգամ : Իսկ երբ այդ հոսումները հազուադէպ են , մարմինը կը թեթեւցունեն , եւ Հուֆէլանտի ու ալոյց կարծեաց համեմատ , հիւանդութիւն իսկ չեն համարուիր : Այս մեծանուն բժիշկը իգական սեռին ամսական դաշտանին կը նմանցունէ այս հոսումը եւ կ'ըսէ թէ այդ մարդուն երբեմնակի սերմնութեանները զիւրաւար կ'ընէ ժուժկալութիւնը : Սերմնութեանները սովորաբար հեշտագրգիռ երազէ մը ետքը տեղի կ'ունենայ : Իսկ երբ այդ հոսումները յաճախ վերակրկնուին ու զիջութեան կարգ անցնին , այն ատեն հիւանդութիւն կ'ըլլան ու կը նիհարցունեն մարմինը : Ասոր բուժմանը համար բժշկի մը խոր-

հուրդ հարցնելու է , վասն զի երբ այդ հիւանդագին վիճակը անխնամ թողուի , այդ սխալ ուղղութեան կը հետեւին նաեւ մարմնոյ լաւագոյն հիւթերը , եւ այսու՝ ո՛չ միայն սերնդագործական կարողութիւնը կը կորսուի , այլ մարմինը կ'ընկճի ու կը ծիրի : — Այսպէս նաեւ ժամանակէն առաջ վերակսող կամ յորդառատ եւ ուժգին դաշտանն ալ անչափ վնասներ կը պատճառէ կնոջ , ամուլ կ'ընէ եւ վերջապէս գէպի գերեզման կ'առաջնորդէ :

Այս պարագային մէջ ճարտար բժշկի մը դարմաններով կազդուրուիլ ջանալու է :

Հուֆէլանտ գիշերային սերմնութեան յաճախակի կրկնութեանց ատեն , որ ինչպէս րոնք հիւանդութիւն մ'է , սա հետեւեալ գեղադիրը կը անօրինէ .

Rec. Elixir acid. Halleri 15,0
Tinct. Chinae compos. 45,0

օրը երեք անգամ 50 կաթիլ առնելու է ասկէ ջուրով կամ օրեւիցէ տունկի մը հոյզով :

Ասկէ զատ , պաղ ջուրով լուալու է մէջքն ու ծննդագործարանները , եւ փոքր ինչ քափուրի ոգի քսելու է վրան :

Գ Լ Ո Ւ Խ Գ.

ՔԷ ԻՆՉՊԷՍ ԿԸ ԾՆԻ ՄԱՐԴ. — ԶԱՆԱԶԱՆ ԿԱՐԾԻՔՆԵՐ
ԵՒ ԱՍՈՆՑ ՀԱԻԱՆԱԿԱՆ ՀԵՏԵՒՈՒԹԻՒՆՆԵՐԸ

§ 26. Շատ վիճաբանութիւններ եղած են եւ կ'ըլլան զեռ մարդուս կազմուելու եւ ծնելու եղանակին վրայ : Բժիշկներ , անդամաղնիններ ու բնախոյզներ զբաղած են այդ խնդրով . մօտէն քննած են զայն եւ իրենց հետազօտութեանց վրայ յենլով , կամ իրենց երեւակայութեամբը մոլորուն՝ ենթադրութեանց , իմա՝ հաւանականութեանց վրայ հիմնուած կարծիքներ յայտնած են , որոնց մեծ մասն իրարու հակառակող , մէկզմէկ հերքող , խնդիրն աւելի եւս կնճռոտած են :

§ 27. Նախ կը կարծուէր թէ արական սեռը միայն սերնդագործական կարողութիւն ունէր իւր մէջ , եւ իզակսն սեռը կրաւորապէս ընդունելով առն պտուղն իւր մէջ , կը պահպանէր եւ կը հասունցունէր զայն :

Յետոյ կարծեցին նաեւ թէ կինն ալ առն պէս ստեղծական հիւթ մ'ունի իւր մէջ , եւ արգանդին մէջ երկու հիւթերուն միացմամբն է որ կը կազմուի սաղմը , եւ հետեւապէս նոր էակի մը գոյութեան մէջ հաւասար բաժին ունին այր եւ կին :

Վերջապէս սերնդագործական հիւթ , կազմակերպելու կարողութիւն եւայլն բառեր էին որք կը գործածուէին իբր թէ գիտակցութեամբ խօսած

ըլլալու համար այդ խնդրոյն վրայ , եւ չըսելու համար թէ բան չեն գիտեր :

§ 28. Ապա , մանրագէտի միջոցաւ տեսան թէ արական սերմին մէջ շարժուն անասնիկներ կան , եւ կարծեցին թէ ադոնք մարդկային փոքրիկ էակներ են , որք տոթիթի կը սպասէին պէտք եղած տեղը հասնելով հոն իրենց փոքրիկ կեանքն ընդունելու եւ ապրելու համար . եւ որովհետեւ այդ անասնիկները շատ բազմաթիւ էին , ուստի պէտք էր որ հաղարաւոր փոքրիկ մարդեր ոչնչանային , անոնցմէ մէկն ապրելու բաղղ ունենալէ առաջ : Թէ՛ այս պատճառաւ եւ թէ՛ այն տեսութեամբ թէ ուրիշ հեղուկներու մէջ ալ այսպիսի շարժուն մարմիններ շատ կան , մարդ մէկդի թողուց այդ ենթադրութիւնը եւ դարձեալ մնաց նախկին անստուգութեան մէջ :

§ 29. Ծննդագործութեան ուրիշ քօտի մ'ալ կար , ըստ որում կը կարծուէր թէ մարդկային ցեղը միշտ մանր սերմնիկներով՝ մէկը միւսին մէջ պարփակուած ըլլար : Բայց որպիսի անհնարին փոքրութեանց մէջ , աշխարհիս սկիզբէն ի վեր , միլիոններով կորսուած ըլլալու էին այդ սերմնիկները , եթէ ընդունինք թէ ամբողջ մարդկային ցեղը մէկ մարդէ յառաջ եկած է . հիւլէի մը միլիոններորդ մասին միլիոններորդ մասն միջոց մ'եղած ըլլալու էր , որուն մէջ մարդու մը սերմը դրուած ըլլար :

§ 30. Ուրիշներ ալ՝ ընդունելով թէ գեղեցիկ սեռը շատ ձուիկներ ունի իւր մէջ , կինը համարեցին մարդուն կազմակերպման պատճառը : Ձուարան ըսուածն էր այդ , որ ձուիկները արդան-

գին մէջ կը տանի եւ ուր մարդ կազմուելիք սաղմն իւր ամենափոքր մասերովը պատրաստ կայ : Այս մասին զանազան կարծիքներ եւ հերձուածներ կային, զոր հոս ցուցունել աւելորդ կը սեպենք :

§ 31. Ամէն ժամանակներու բժշկաց , ան-
զամազնիններու եւ բնախոյզներու փորձառութե-
նէն գրեթէ ապահովապէս կ'երեւի թէ՛ մօր մէջ ,
այսինքն անոր ձուարանին մէջ գտնուած ձուիկ-
ներուն մէջ , ի բնէ դրուած է մարդ ըլլալու նախ-
նական նիւթը , այսինքն երբ աղջիկը չափահաս
ըլլայ ու կատարելագործուի , ձուիկին մէջ մարդ
էակին մէկ նոր ձեւը կը կազմուի , ա'յնպէս՝ ինչ-
պէս որ էր առաջ ինքն իւր մօր մէջ :

Բայց այս այնպէս հասկնալու չէ որպէս թէ
մարդկային մարմնոյն ամէն մասերը փոքր ձեւով
ի վաղուց ձուիկին մէջ պատրաստ կը գտնուին .
այլ՝ լոյծ տարր մը կայ որ երբ շարժման մէջ դրուի,
ամէն մասերը տակաւ , բնական օրինաց համա-
ձայն , կը կազմուին եւ ադկէ մարդ մը յառաջ կու
գայ . եւ այդ լոյծ տարրին ներքին շարժումը յառաջ
կու գայ այս մարդուն մէջ գտնուած սերմին միջո-
ցաւ . առանց առն գործակցութեան բացարձակա-
պէս անկարելի է այդ :

§ 32. Մարդկային մարմնոյն մէջ սեղի ու-
նեցած այս գործողութիւնն ըմբռնելու համար յար-
մարագոյն է միտք բերել գարնան ջերմ անձրեւը
որ գրեթէ վայրկենաբար տեսակ մը շարժման մէջ
կը դնէ հողին տակ գտնուած հունտերը . այդ անձ-
րեւն է որ կ'ուռեցունէ զանոնք , որով արմատին
երկու կողմերէն զէպի վեր եւ զէպի վար կը մեծ-

նան եւ այնպէս շքեղ ու մեծ վայելուչ կ'արգասա-
ւորին : Ապա այս մարդը դրուած է ձուիկին մէջ
որ կրնայ , նպատակաւոր պարագաներու բերմամբ ,
կատարեալ անհոս մը կազմակերպուիլ . եւ այդ
ստեղծիչ գորութիւնը զետեղուած է , ո'վ սքանչե-
լիք , այդ ձուիկին մէջ եւ հոն կը ներհէ յարատեւ,
սպասելով այն վայրկեանին յորում գաղտնախոր-
հուրդ ձեռք մը շարժէ զինքն : Այդ ատեն շղթա-
ները կ'անհետանան , կապերը կը քակուին եւ հոն
ուր անշուշտ հանդարտութիւն մը , անապատական
լուծութիւն կը տիրէ , ահա՛ , յանկարծ կենդանու-
թիւն կ'երեւի : Այդ դիւթական ձեռքը որ ընդար-
մացած միայն , կարծր նիւթին կեանք կու տայ ,
արուին սերմն է : Սերմին մէջ կայ այն գորաւոր
յատկութիւնը՝ շարժումը յորում կը գտնուի ինքն
իսկ եւ զոր մանրադէտով կարելի է դիւրաւ տես-
նել . շարժում մը որ այդ սերմին միջոցաւ կը հա-
ղորդուի ուրիշ յատ մը գործարանական հիւսկէն .
ներու : Այսպէս , ահա , կը ծագի նաեւ կենսատու
շարժումը թմրած ձուիկին մէջ : Սակայն ձուիկն
ու սերմը չեն այն շինուածոյ նիւթն ուրկէ նոր էակ
մը կը կազմուի . ձուիկը նիւթ է միայն , շինութեան
քար . իսկ սերմը , ընդհակառակն , ստեղծիչ ոգի,
որ անձեւ նիւթէն գործարանաւոր կատարեալ էակ
մը յառաջ կը բերէ : Սա իւր ստեղծական գորու-
թիւնն ի գործ դնելէն ետքը ինք կը չքանայ ,
ճիշդ այն եղանակաւ , ինչպէս՝ անգործածի
դարձած ամէն գործարանաւոր մարմին : Ինչպէս
որ ջիղն , երբ կորսնցունէ իւր զգայնութիւնը եւ
չկրնայ շարժում յառաջ բերել անկարող ըլլայ

գործելու, ճարպին մէջ կ'անհետանայ, այդպէս ալ սերմը միեւնոյն եղանակաւ կը չքանայ երբ կնոջ ձուկին մէջ կատարէ իւր պաշտօնը :

§ 33. Մարդ էակը կազմելու յատկացեալ — բայց ոչ նախապէս զայն իւր մէջ պարունակող — ձուկին մէջ այդ շարժումը սկսելուն պէս սաղմը կը սկսի արձակել իւր փոքրիկ արմատները արգանդին մէջ և այդ տեղէն կ'ընդունի իրեն պէտք եղած սնունդը, որով նախ և առաջ կը կազմուի ուղեղը և ապա մարմնոյն միւս մասերը : Սաղմը որ ի սկզբան լողացող փոքրիկ ձուկի մը երեւոյթն ունէր, այժմ կը սկսի գոյացունել սրտի տեղին վրայ արեան կաթիլ մը, ուրկէ տակաւ կը կազմուի սիրտը :

§ 34. Արեան այս փոքրիկ կէտէն, որուն մէջ քիչ ժամանակէն զգալի կ'ըլլայ երակի զարկը, հետզհետէ կը կազմուին երակները. նախ՝ կարմիր գիծերու պէս և ապա կանոնաւոր խողովակներ : Սաղմին կեանքը գոյութիւն կ'ունենայ այն ատեն երբ երակազարկն սկսի. վասն զի այդ անզգալի զարկերէն է որ կը կազմուին երակները փոքրիկ և դեռ լոյծ մարմնոյն մէջ, Արեան առաջին կէտը շարժում մ'ունի արդէն, և այդ շարժումը է որ երակային դրութիւնը պզտիկ մարդուն մէջ տակաւ կը կազմուի ու կը զարգանայ : Այդ վայրկեանէն սկսեալ ամբողջ մարմինը կը սկսի աճիլ, թերեւս հաճելի ըլլար աղոր մէկ մանրամասն նկարագրութիւնն ընել հոս, բայց անյարմար կը համարիմ զայն :

Սխալ է այն կարծիքը թէ սաղմը այն ատեն

կը սկսի ապրիլ երբ մայրը կը զգայ անոր շարժումը. արդէն կեանք ունի ան. բայց երբ այնչափ զօրանայ որ իւր բնակարանին արտաքին պատերը շարժել կարենայ, այն ատեն զգալի կ'ըլլան աղոնք :

Սաղմին ոսկորները չիւրեղանման են, կեղրոնախոյս ճառագայթներու պէս ամէն կողմ կը տարածուին : Այս ամէնը նախ մածուածանման, ապա՝ կռճկանման ըլլալով, վերապէս ոսկոր կ'ըլլայ : Սաղմին բազուկներն ու սրունքները ճիւղերու պէս կ'աճին և այդ աստիճանական կերպարանաւորումէն է որ կը ծագին զանազան տճեւութիւնք, այսինքն այս կամ այն անդամին պակասութիւնը, որ կը տեսնուին նորածիններուն վրայ երբեմն :

Հոս չեմ ուզիր խօսիլ այն արտաքին պատճառներուն այսինքն ճնշման, բախման կամ անկման ներգործութեանց վրայ, որք նոյնպէս կրնան մնասել սաղմին. այլ կը կարծեմ և ապահով իսկ եմ թէ ինչպէս որ մենք յանկարծական վախով մը ցնցում մը կ'ունենանք մեր որեւրցէ մէկ անդամին վրայ, որ կատարելապէս զգայաղիկ կ'երեւի մեզ, և ինչպէս որ յանկարծական սասանում մը մահու դալուկը կը պատճառէ մեզ, այնպէս ալ հոգեկան սաստիկ յուզում մը, ցնցում մը նոյն ազդեցութիւնն ունի թէ՛ մօրը մարմնոյն և թէ՛ սաղմին վրայ. և անոնք որ երախային վրայ տեսնուած ծննդական կերպ կերպ նշաններուն պատճառը մօրը կրած այդ յուզումները չէ կ'ըսեն, հակառակն հաստատելու ուրիշ հիմնաւոր պատճառ մը չ'ունին : — Այս մասին աւելի երկար գրելն անյարմար է գրքիս նպատակին :

§ 35. Առանց անդամազննական բացատրութեանց մէջ մտնելու և այս մասին ցուցուած զանազան կարծիքներով ընթերցողին միտքը խճողելու, բաւական է, մարդկային մարմնոյն կազմաւորումը գաղափարելու համար, գիտնալ թէ նորածինը հաւկիթին մէջէն ելած վառեակին կը նմանի, սա՛ տարբերութեամբ միայն որ հաւկիթը իւր սաղմին կազմաւորման համար պէտք եղած հիւթն իւր մէջ ունի, իսկ մարդկային սաղմը զինքն յղացող արգանդէն կ'ընդունի իրեն պէտք եղած սննդական հիւթը *):

*) Հաւկիթը նմանութիւն մ'է որ արուեստին անտեղեկներուն շատ կ'յարմարի անասնոյ բարձրագոյն կարգին ծագումն ու զարգացումն գաղափարելու համար: Թող ներուի ինձ այս առթիւ ներկայացունել գիտական նորագոյն փորձերուն արդիւնքը: Հաւկիթը նման է կնոջ ձուկին, բայց մերձաւորութենէ ետքի՝ արգասաւոր ձուկին: Հաւերուն մէջ, մերձաւորութեամբ, սերմը կը տարածուի և միեւնոյն ժամանակ բազում հաւկիթներ կ'արգասաւորէ: Հաւուն ամած ձուին մէջ արական սերմին ներգործութիւնը եղած է արդէն երբ մանրադէտով քննուի այդ ձուն, ղեղնուցին մէջ յատկապէս ձեւաւորուած մաս մը կայ որ ձուածիլ կը կոչուի: Հաւկիթին մէջ այդ փորրիկ մասն է միայն ձու: ղեղնուցը և սպիտակուցը վառեակ-սաղմին սնունդին յատկացուած են: այսինքն մօրը (հաւուն) արդանդին մէջ, ձուին վրայ, սերմին ներգործութիւնն սկսած և առժամանակեայ կերպով ընդհատուած է, բայց չէ անհետացած: Եւ երբ իրեն յարմար վիճակի մը մէջ գտնուի, այսինքն իրեն համար պէտք եղած ջերմութեան մէջ դրուի, այն ատեն անմիջապէս կը սկսի այդ ընդհատուած ներգործութիւնը դարձեալ շարունակուիլ: Բայց այդ ատեն այդ ձուն մայր մը չունի որ զայն մինչև ծնելու վայրկեանը սնուցանէ շարունակ իւր արիւնովը, ինչպէս է մարդկային սաղմինը: Ասոր համար վառեակ-սաղմը միանգամ ընդ միշտ կ'ընդունի իւր մօրմէն՝ պէտք եղած պաշարը, որպէս զի

Գ Լ Ո Ւ Խ Գ.

ԹԷ ՄԱՐԴ Ե՞ՐՐ ԿՐԱՅ ԳՈՂԱՅՈՒՆԵՆ ԵՆԵՐՆԻԳՈՐԾՈՒԹԵԱՆ,
ԴՐԴՈՒՄԸ՝ ԱՌԱՆՑ ՎՆԱՍԵԼՈՒ ԱՆՁԻՆ

§ 36. Արդէն ըսած ենք թէ մեր առողջութեան ինչպէս նաեւ մարդկանց բազմաճառուն համար պէտք եղած հիւթին պահպանումն այնչափ կարեւոր է, որչափ՝ անոր արտահանումը, երբ այդ հիւթն առատ ըլլայ:

Խնդիր է թէ այս հիւթը ե՞րբ կ'առատանայ այնչափ որ դուրս հանել պէտք ըլլայ, կամ, սանկ ըսենք երկու սեւերն ալ ե՞րբ իրաւունք կ'ունենան սեռային յարաբերութեան հաճոյքը վայելելու:

§ 37. Այս կէտիս վրայ կարծիքները բաւական տարբեր են: Ոմանք ըսած են թէ այրը 30 տարեկան ըլլալէն ետքը պարտի ամուսնանալ. ուրիշներ ալ, որոնց մէջ կը գտնուին նոր հեղինակներ, կ'ըսեն թէ գեղեցիկ սեռը 18-20, իսկ արական սեռը 20-24 տարեկան հասակի մէջ պարտին ամուսնանալ:

Իսկ ես կ'ըսեմ՝ թէ այս բանիս միակ կանոնը մարմնոյն զօրութեան և մարդուս կենցաղավարու-

մանի մինչև իւր կատարեալ զարգացումը: Հաւկիթին շուրջը գտնուած կարծի կեղեւը անոր համար տրուած է իրեն, որպէս զի իւր զարգացման ատեն մայրական արգանդի խաղաղութիւնը վայելէ: Ասոր համար է նաեւ որ հաւկիթը այնչափ մեծ, իսկ կնոջ ձուկը այնչափ փոքր է:

թեան եղանակին մէջ կը կայանայ : — Մարդ իւր ցեղն աճեցունելու խնդրոյն վրայ խորհելէ առաջ պէտք է որ ինքզինքը կատարելագործէ :

Երիտասարդը — ինչպէս նաեւ օրիորդը — կատարելագործեալ չի համարուիր երբ նոր մարդու մը կազմութեան համար պէտք եղած փոփոխութիւնները երեւին իւր վրայ . երբ չափահասութեան ամէն յայտնի նշաններն երեւան գան իւր վրայ . — այդ վիճակը ապացոյց մ'է լոկ թէ մարմինը նոր սկսած է կատարելագործուիլ և դեռ կը պակսի իրեն . իւր նմանն յառաջ բերելու կարողութիւնը :

Մարդս, իբրեւ տեսակարար, այսինքն իւր ցեղն աճեցունելու գործին մէջ, միւս ամէն կենդանի արարածոց պէս անասնական է : Միայն թէ մարդ պարտի ամուսնութիւնը երջանիկ ընելու համար այնպիսի անհասունք ընտրել, որք հոգ չէ թէ տեւական գեղեցկութիւն մը չունենան, բայց պէտք է որ տեւական առողջութեան տէր ըլլան : Չափահաս օրիորդ մը որ ամուսնանալ կը փափաքի և առողջ ու զօրաւոր զաւակներ ունենալ կ'ուզէ, թոյ ընտրէ միջահասակ, զօրաւոր, թիկնեղ ու ջղապինդ երիտասարդ մը : Երկայնահասակ, վտիտ էրիկմարդերը տկար են սերնդագործութեան մէջ և շատ հազուադէպ է որ իրենց զաւակները մտացի ու բարեկազմ ըլլան : Խիտ և թուխ մազերն ու ծնօտամօրուսը, թանձր յօնքերը, երկայն ու լաւ ճեղքուած կոպերը, կլոր լեցուն ծնօտն ու այտերը ապացոյց են զօրաւոր ու բարեկազմ զաւակներ ծնուցանելու կարողութեան : Օրիորդք ամուս-

նոյ ընտրութեան ատեն դիտելու են նաեւ որ երիտասարդն ունենայ եռանդուն՝ կրակոտ աչքեր, կարմիր չրթունք, ոգեւոր ու արտայայտիչ դիմագիծեր, գոգաձեւ կուրծք, ոչ-կարճ և ոչ-երկայն պարանոց, ամուր և լայն ուսեր, կորովի բազուկ, բարեձեւ փոր մը, որ նշան է զօրաւոր մարսողութեան և հետեւապէս՝ լաւ սերնդագործութեան : Չափազանց հաստ սրունքները յաճախ նշան են ոչ-զօրաւոր սերնդագործութեան . մանաւանդ՝ հաստաբազուկ ու շատ մարմնեղ անձինք սերնդագործելու կարողութեան մէջ քիչ մը ետ կը մնան : Անոնք որ իրենց երիտասարդութեան մէջ Աստղիկի ու Բագոսի տաճարներուն մէջ շուայտութիւններ ըրած են, շատ հազուադէպ է որ լաւ ու գործածելի ամուսիններ ըլլան :

Ազնիւ կեցուածք, յաղթ ու անբռնազբօսիկ քալուածք, և մարմնոյ չարժանաց մէջ նոյն իսկ դժուարին աշխատութեանց — դիւրաթեքութիւն ճշմարիտ ապացոյցներ են գործարանային առողջութեան : Ծարժումիին յամբ ու ծանր, և ձայներնին տկար այրերը վատառողջ կ'ըլլան, և տկար են նաեւ իրենց նկարագրին, ազդուութեան ու սեռային կարողութեան մէջ : Չափազանց նիւարութիւնը դժուարամարսութեան նշան է . բայց չափէն աւելի պնդակազմ և ուժեղ այրերն ալ հազուադէպ է որ կատարելապէս առողջ ու զօրաւոր ըլլան, մանաւանդ երբ մաղաաստ (պաղարիւն) են : Արիւնային խառնուածք ունեցող այրերը շատ կրակոտ կ'ըլլան սիրոյ մէջ . ասոնք իրենց դէմքի կարմիր գոյնովը, իրենց դիւրա-

շարժութեամբը, մտացի և շնորհալի բնաւորութեամբը նշանաւոր են թէեւ, բայց թեթեւամիտ, յեղյեղուկ ու հաճոյասէր կ'ըլլան:

Ջղային, տոգոյն ու տկարանոյթ այրերը — որք շատ դիւրազգած են ու ջղագրգիւ — լաւ էրիկ չեն կրնար ըլլալ. հակայ ու ըմբռնական երեւոյթ մ'ունին, բայց գեղեցիկ սեռին համար չունին այնչափ շատ հակում: Մաղձային խառնուածքի տէր անձինք, որ յայտնի են իրենց թխաբոյն մագովն ու մորթովը, նախանձոտ, յամառ, փառասէր ու տուփոտ կ'ըլլան:

Առողջ զաւակ ունենալու յարմարագոյն տարիքը արանց համար 20էն մինչեւ 30 տարեկան հասակն է:

Լաւ էրիկ մ'ըլլալու համար պէտք եղած յատկութիւնները ինչպէս նաեւ անյարմար վիճակները յայտնելէ ետքը, անցնինք գեղեցիկ սեռին:

Մեծ գլուխ կիները տիրելատէր են: Երիտասարդը թող ընտրէ այնպիսի օրիորդ մը իրեն ամուսին՝ որ իւր գլխուն բռնուածքին վրայ աղնութեան ու պարկեշտութեան հով մը ունենայ. մանաւանդ երբ այդ գլխուն մազերը խիտ, երկայն, փափուկ և շագանակագոյն են: Սյդպիսի կիներ քաղցրաբարոյ ըլլալով հանդերձ կամքի հաստատութիւն ալ ունին: Գեղեցիկ խարտեաշներն ալ սակայն պէտք չէ մէկդի թողուլ, վամանդի դիւրաբարոյութիւնը, հլութիւնն ու անձնուիրութիւնը իրենց գլխաւոր յատկութիւններն են: —

Թուխ ու սեւ մազեր ունեցող կիները մտացի, կրակոտ ու եռանդուն կ'ըլլան. իսկ ընդհակառակն թխամորթ վայրագ և աւելի հակամետ են իշխողութեան: Շիկահերք գեղեցիկ զաւակներ ծնանելու անյարմար են:

Խարտիշահերք մեծ մասամբ ծաւի են, իսկ թխահերք գորշ կամ սեւ աչուի: Աչքը հայելին է հոգւոյն. ուստի եռանդուն, մտացի և փափկութիւն ու պարկեշտութիւն արտայայտող աչքեր փնտռելու է: Աչքերու շուրջը կապոյտ շրջանակներ ունեցող կին մը կամ օրիորդ մը կիրքի, ներքին թախծութեան տէր և շուայտութեան միտեալ կ'ըլլայ, եթէ այդ կապոյտ շրջանակները ապաքինեալ հիւանդութեան մը մնացորդ հետեւանքը չեն: Կին մը պէտք է որ վարդագոյն փոքրիկ բերան մ'ունենայ. գունաթափ շուրթներ, գունատ լինդերը վատառողջութեան յայտարար նշաններ են:

Պեխաւոր կիները շատ հակամէտ են հեշտանքի. չունին բնաւորութեան քաղցրութիւն, որ զարդն է կին արարածին:

Ձուածեւ դէմք մը, ոչ-ցցոսկրուտ և խոռոչաւոր, գլխաւոր պայմանն է իգական սեռի գեղեցկութեան: Դուրս ցցուած ծնօտ մը՝ հակառակ է գեղեցկութեան, ինչպէս նաեւ՝ շատ պիտի դիմագիծերը: Շատ երկայն վիզ մը, — մանաւանդ երբ վտիտ ու խորդուբորդ ըլլայ — սիրուն կլորիկութիւն մը չկազմելէ զատ, խռչափողին դիրքը կը պարզէ յայտնապէս, աչքի աղէկ չերեւիր: Նոյնպէս՝ ընդունելի չէ երբ յուզման ատեն պարանոցի մկաններն ու երակներն ուռին. այդ ալ նշան է կնոջ

կատալի բարկացող մ'ըլլալուն : Կնոջ նեղ կուրծքը , ցցուած ուսերն ու ազդրերը նշան են թէ այդպիսին գեղեցիկ զաւակ չի ծնիր և թէ հակամիտութիւն ունի դժնդակ հիւանդութեան և չի կրնար դիմանալ տղաբերքի : Տափակ ու ներս ինկած փոր մը նշան է յոռի մարսողութեան , և՛ սերնդագործութեան նուազ կարողութեան : Ընդհակառակն , լայն ազդրերով , զօրաւոր սրունքներով , լեցուն ծիծերով , հաստ բազուկներով , նուրբ ու կլորիկ կին մը ընտրելու է մարդ ամուսնանալու ատեն . բայց պէտք չէ որ այդ ալ շատ խոշոր ըլլայ , վասն զի նախ՝ խոշորութիւնը հակառակ է գեղեցկութեան , երկրորդ՝ այդպիսին դժուար կը տղաբերէ : Իսկ եթէ շատ փոքրամարմին ըլլայ , պակասաւոր տղայ կը ծնի յաճախ : Միջին հասակը լաւագոյնն է :

Օրիորդաց համար ամուսնանալու յարմարագոյն տարիքն է 18 էն մինչև 30 : Կիները կարող են զաւակ ծնանիլ մինչև 40 և երբեմն ալ մինչև 50 տարեկան եղած ատեննին , երբ , սովորապէս , դաշտանը կը դադրի :

Վերոյիշեալներէն զատ կնոջական գեղեցկութեան կը պատկանին նաև փոքր , սիրուն , ձեւաւոր ոտքերը : Այսպէս՝ երբ մարմնոյ սիրուն լեցունութիւն մը ունեցող անդամները , գեղեցիկ դէմքի մը և բարեվայելութեան ու շնորհքի հետ միանան , և միւս կողմանէ քաղցր բնաւորութիւն և եռանդուն աշխատութիւն մը ևլն . կազմեն կնոջ նկարագիրը , այդպիսին գեղեցիկ և ընդունելի ամուսին մը կրնայ ըլլալ :

Երկու սեռին համար ալ չափահասութեան առաջին նշանները , ինչպէս ըսինք , կը ցուցնեն թէ այդպիսիքնոր կը սկսին ունենալ իրենց նման յառաջ բերելու կարողութիւնը :

Արական սեռմին գոյութիւնը , նոյն իսկ աղորպատահական կորուստը , ապացոյց չէ թէ այդ հիւթն առատ ու զեղուն է և դուրս ելնելու պէտք ունի : Հիւանդութեամբ ալ կարելի է դուրս կ'ելնէ և գրգռութիւնն ալ կրնայ ժամանակէն առաջ գոյացունել զայդ :

Օրիորդի մը արրունքի սկզբնաւորութիւնը պէտք չէ սեռային դրդումը գոհացունելու պէտքի մը նշանը համարել՝ եթէ գրգռութիւն իսկ ըլլայ , վասն զի վերոյիշեալ պատճառով ալ կրնայ ըլլալ այդ : Արրունքի երեւումը նշան մ'է թէ բնութիւնն ՍԿՍԱԾ է աղջկան սերնդագործելու կարողութիւնը կատարելագործել :

§ 38. Կը խոստովանիմ որ եթէ երկրագնդիս ամբողջ բնակիչները միեւնոյն կանոնի մը համաձայն ապրէին , թերեւս , առանց բացառութեան , կարելի ըլլար ընդունիլ որեւիցէ որոշ տարիք մը սեռային դրդումը գոհացունելու համար : Բայց որովհետեւ կենցաղավարութեան եղանակները կը տարբերին իրարմէ , ուստի պէտք կ'ըլլայ նկատողութեան առնուլ զանոնք : Դաստիարակութեան տարբեր եղանակներն ալ այս մասին մեծ ազդեցութիւն ունին :

Նոյն իսկ մարդուս ստեղծման մէջ բնութեան ընթացքն այնչափ տարբեր է , որ այժմ գրեթէ անկարելի է ըսել թէ այս կամ այն տարիքն է չա-

փահասութեան տարիքը : Արքունքի երեւումն իսկ չատ կը տարբերի : Աղջկանց ուսանց վրայ 12րդ տարիքին մէջ երեւան կուգայ այդ , մինչդեռ ուրիշներ 17 և 18 տարիքներուն մէջ ի զո՛ւր կը սպասեն անոր երեւման : Մանչերն աւելի կանուխ կը գգան արքունքի նշանները :

§ 39. Հոս , առանց մտնելու բարոյական և անբարոյական պատճառներու մէջ , պատշաճ կը համարիմ պարզապէս ըսել թէ աղջիկ մը իւր արքունքէն , այսինքն դաշտանի սկսելէն երկու տարի ետքը կարող է ամուսնանալ և ծննդագործել առանց վնասելու իւր անձին և իւր զաւակին : Բայց չմոռնամ ըսել թէ ասիկա առողջ աղջկանց համար է . օրիորդներ կան որք իրենց տղայ հասակին մէջ անընական հոսումներ կ'ունենան . այդպիսիք սովորապէս ժամանակէն առաջ կը դաշտանաւորին , վասն զի բնութիւնը այդ ճամբով ուրիշ անբնական վիճակներ հեռացունել կ'ուզէ : Այդպիսիք տարիներ ընդերկար վատառողջ կը մնան և սովորապէս սեռային հասունութեան համար պէտք եղած ուրիշ բաներն ալ կը պակսին իրենց , զ. օ. ծիծերու բարգաւաճումը , և այլն :

Ամէն կերպով կատարեալագործուած օրիորդը միայն — պէտք է աւելցունել նաև մարմնական չափաւոր լեցունութիւն մը և մասնաւորապէս՝ կուրծքերու բարգաւաճումը — կրնայ իւր դաշտանի սկզբնաւորութենէն երկու տարի ետքը ամուսնական հաճոյից վայելքին իրաւունք ունենալ և կատարել այն պարտաւորութիւնները , զորս ամուսնութիւնը իւր հետ կը բերէ :

§ 40. Արական սեռին համար չատ դժուար է որոշել այս ժամանակը , որովհետև երիտասարդ մը նախ ուրիշ այնպիսի հոգեր ունի զորս չունի օրիորդը , այսինքն իւր կրնն ու զաւակները սնուցանելու հոգը . վասն զի երիտասարդը իւր գործին ու աշխատանքին համար — ի՛նչ դէրքի մէջ որ գտնուի — ոյժի , կատարեալագործութեան և կըրթութեան պէտք ունի և բնականաբար չի կրնար առնուազն 20 տարեկան ըլլալէն առաջ ամուսնանալ , եթէ չուզեր վրիպիլ իւր նպատակէն և վնասել իւր առողջութեան :

§ 41. Սակայն այս ամէն պարագաներու մէջ բացառութիւններ կը գտնուին . գեղջկական ժողովուրդները կրնան ընդերկար յետաձգել սեռային դրդման գոհացումը , վասն զի իրենց անհատնում աշխատութիւնը ժամանակ չի թողուր այդ բանին վրայ մտածելու , և երեւակայութեամբ կամ ինքնահնար գրգռութիւններով կանխահաս հասունութիւն մը գոյացունելու : Նոյնպէս չունին այն հրապուրիչ արդուզարդերը որով քաղաքաբնակ երկու սեռերը , մասնաւորապէս քաղաքներունը , զիրար փոխադարձաբար յանկուցանել կը ջանան : Այն թեթեւ դրդումը որ քաղաքաբնակաց համար գրեթէ անհանդուրժելի է , գեղացին դիւրաւ անտես կ'ընէ , և կատարեալ չափահասութեան չափաւոր դրդումն է միայն որ վերջապէս կը մղէ զանի ձեռք բերել սեռային դրդման օրինաւոր ու պիտանի գոհացումը :

§ 42. Եթէ հարսնցու աղջկանց վիճակը քիչ մը մօտէն քննենք , պիտի տեսնենք որ տասն և

վեց տարեկան օրիորդ մը — որ իւր մէջ արդէն հասունցած կը զգայ տանտիկին ու մայր ըլլալու համար պէտք եղած ամէն յատկութիւններն և կը գտնուի այնպիսի երիտասարդաց մէջ որք կը վառեն, կը բորբոքեն իւր երեւակայութիւնը — անոր համար չուզուիր ամուսնացունել, որովհետեւ 18 կամ 20 տարեկան չէ դեռ։ Աղջկան իրաւունքներուն վրայ գարշելի բռնաբարում մ'է այդ. օրիորդն իւր պահանջումները եթէ ապօրէն ճամբով գործադրէ, այնչափ պատժապարտ չ'ըլլար, որչափ անոնք՝ որ մեղադրելի եղանակաւ կը ջախջախեն անոր իրաւունքները։

Այսպիսի պարագայի մը մէջ աղջկան տէրը պէտք է որ պարկեշտ ու յարմար երիտասարդի մը հետ ամուսնացունէ զանի, առանց սպասելու վայելուն փեսացուի մը։ Իսկ միւս կողմանէ, շատ անմտօրէն վարուած կ'ըլլայ այն աղջիկն ալ որ բացարձակապէս ամուսնանալ կ'ուզէ, և որո՛ւ հետ որ ըլլայ յանձն կ'առնու ամուսնանալ, առանց յարգելու ուղիղ առարկութիւններն այն անձին որ իւր վրայ որեւիցէ իրաւունք մ'ունի։

§ 43. Ամուսնութիւնը ուշացունող ուրիշ պատճառ մ'ալ մարմնոյն վատառողջութիւնն է. մասնաւորապէս ջղային տկարութիւնը՝ որուն ենթարկուած կը տեսնեմ, յաճախ, դեռատի օրիորդները, և ասոր ալ ներգործութիւնը միայն յղութեան վրայ չէ, վասն զի կինը անգամ մը յղի մնալէն ետքը հետեւանքը միշտ առողջարար կ'ըլլայ մարմնոյն համար, որովհետեւ ես այնպէս կը հաւատամ թէ յարմար տարիքին մէջ տեղի ունե-

ցած յղութիւնն ու տղաբերքը կը նպաստեն մարմնոյն կատարելագործուելուն։ Միայն թէ չի վախցուիր որ սեռային նորամուտ յարաբերութիւն մը, հաճոյքի վայելում մը ակնկալուած հետեւանքն ունենալու տեղ հակառակ արդիւնք մը յառաջ բերէ, այսինքն գերագրգռութիւնը։ Եւ ասիկա կրակին վրայ իւղ լեցունելու չի նմանի՝ Զղային կանանց հետ շատ յարաբերութիւն ունեցող բժիշկը գիտէ թէ այդպիսի սխալի մը հետեւանքը որչա՛փ ծանր կ'ըլլայ։ Զղային կանայք, որոնց մեծագոյն մասը չափազանց տկար են, խղճի մտօք քննել տալու են ինքզինքնին, հասկնալու համար թէ նոր գրգռութիւն մը իրենց համար առողջարար թէ անյարմար կ'ըլլայ։ Իրենց արդէն գրգռուն վիճակը կը մեղմացունէ, թէ՛ ընդհակառակն՝ աւելի կը սաստկացունէ։ Մեր ժամանակին մէջ, յորում մտաւորական զարգացման տէր ու հեշտախափ կերեւակայութեամբ օժտուած աղջիկն յաճախ միօրինակ ամուսնութեան մը մէջ մտնել պարտի, սեռային վերահաս գործունէութիւնն այնչափ յառաջ կ'երթայ, որ կ'արթնցունէ նիւրսող յամառ հիւանդութիւնները, և որոնց մէջ դիւրաւ կը կորսուի առողջութեան ու տոկալու կարողութեան վերջին մնացորդը։ Ուստի, ծնողք իրենց ջղային ու դիւրագրգիռ աղջկանց ամուսնութեան ատեն զգուշութիւն ընելու են որ իրենց զաւկին կատարելապէս յարմար կերպով շարժին։ Եթէ այդ աղջիկներն իրենց խելքին հաւնելով գործ տեսնեն, միշտ կը զղջան։

§ 44. Այս պարագային մէջ արտաքին ու

ներքին վիճակներն ու հանգամանքները այնչափ տարբեր են, որ և ոչ մէկ կերպով որոշեալ տարիք մը կրնայ հիմ բռնուել. մարմնոյ խառնուածքները այս խնդրոյն մէջ շատ կը տարբերին իրարմէ։

Օրիորդներ կան որ 16 տարեկան հասակնուն մէջ կը սկսին հետամտիլ բնական դրդումը գոհացունելու, մինչդեռ ուրիշներ ալ կան որ 20 տարեկան հասակի մէջ իսկ միտում չեն զգար ադոր համար։ Այսպէս է նաեւ երիտասարդաց համար։ Ճանչցած եմ երիտասարդներ 18, 20 տարեկան, որք գեղեցիկ սեռին նկատմամբ չէին զգար որ և իցէ հակում. ընդհակառակն ուրիշներ ալ՝ առանց թեւադրութեան, իրենց 16րդ տարեկան հասակին մէջ այդ դրդումն այնպիսի զօրեղապէս կը զգային որ անկարելի եղած էր զսպել։

§ 45. Այս առթիւ ֆիզիքական խրատ մը տալ կ'ուզեմ։ Մանչու կամ աղջկան մը հայրը կամ մայրը ջանալու են բարեկամական մտերմութիւն մը հաստատել իրենց զաւակաց հետ, որպէս զի կարելի ըլլայ, իբրեւ բարեկամ, գիտնալ անոնց փափաքներն ու միտումները։ Եթէ ծնողք որեւիցէ պատճառով չկրնան ընել զայս, թող ջանան իրենց զաւակին մէկ բարեկամին կամ բարեկամուհւոյն միջոցաւ, պատշաճութեան սահմանին մէջ, տեղեկանալ անոնց զգացումներն, որպէս զի իրենց զաւակաց համար պէտք եղածը կամ պէտք չեղածը գիտնալով գործեն։

§ 46. Այս բնական գործին կանուխէն սկսիլը որչափ վնասակար, այնչափ ալ վնասաբեր կրնայ ըլլալ անոր ընդերկար յապաղումը. և ինչպէս որ

ժամանակէն առաջ հասունցող օրիորդները, երբ շուտ ամուսնանան, — մանաւանդ երբ ամուլ մնան — իրենց տկարութեան պատճառաւ շատ դժուար կ'ենթարկուին բազմատեսակ հիւանդութեանց, այնպէս ալ յարմար ժամանակին չամուսնացողները իրենց խառնուածքին հետեւանքն եղող սաստիկ գրգռութեանց եւ վերջապէս ադէ յառաջ գալիք անուղղակի անշօթութեան և ասոր բազմազան մահաբեր հետեւանքներուն կ'ենթարկուին։

Երջանիկ է այն որ ամէն բանի մէջ միջին վիճակ մը կը նախընտրէ. վասն զի ինչպէս այդ դրդման ժամանակէն առաջ գոհացումը, նոյնպէս ալ ադոր ընդերկար յապաղումը հաւասարապէս մեծ ազդեցութիւն ունի մնացորդ գործարանաց բարգաւաճման վրայ։

§ 47. Բայց ասոր համար ալ չափազանց մտահոգ ըլլալու չէ, եթէ պէտք ըլլայ իսկ քիչ մը երկար սպասել։ Գիտնալու է թէ այդ յապաղումը վնասակար չէ առողջութեան այնչափ ատեն որ արեան զօրաւոր եռացումներ, անզսպելի դրդումներ և երազական փորձութեամբ յաճախակի սերմնահոսումներ տեղի չեն ունենար, և ուրիշ հիւանդային վիճակներ չեն երեւիր։ Մինչև իսկ, եթէ սեռային դրդումը շատ ուժգնապէս երեւան գայ — և պարագաները չի ներեն կանոնաւորապէս գոհացունել զայն — կարելի է զանազան միջոցներով հոգին ու մարմինը ազատ պահել այդ նեղացուցիչ զաղափարէն։ Առ այս օգտակար կրնան ըլլալ գլխաւորապէս սովորական զբաղմանց փոփոխութիւնը, նոյնպէս նաեւ բնակութեան տեղափոխ-

ութիւնը : Նոր նոր առարկաները կը զբաղեցունեն հոգին ու մարմինն այնչափ որ մտազբաղութեամբ կամ որ եւ իցէ ուշադրութեամբ կը գրաւունին մեր միտքն ու զգածումը , և սեռային խնդրոց վրայ չեն դառնար : Կանոնաւոր վիճակի մէջ , ամորձիքները այնչափ քիչ սերմ կ'արտադրեն , որչափ քիչ խորհինք սեռային խնդրոց վրայ :

Սեռային դրդման կանխահաս զարթնումը յառաջ կու գայ , յաճախ , ծննդագործարանաց հիւանդային գրգռութենէն : Ծնիններն ալ աղոր պատճառ կրնան ըլլալ : Յաճախ եւս խողատաւորութիւնն ալ աղոր պատճառ է : Ստորին որովայնի հիւանդային գրգռութիւնը , ընդածին ակոնդանոտութիւնն ու ջլագարութիւնը , ստորին որովայնի երակներուն հակաքնական արիւնշատութիւնը հիմ ու պատճառ են սեռային կանխահաս ու չափազանց դրդման , որուն դէմ , արդարեւ , շատ բան կարելի է ընել : Ֆիզիքական լաւ կրթութեան մը հետ , ֆիզիքական զօրացուցիչ վարժութիւն , շատ անդաւոր կերակուրներէ և ջեռուցիչ խմելիքներէ յետակացութիւն , գործունէութիւն ու աշխատութիւն , բաց օդոյ մէջ շատ շարժում , ճամբորդութիւն , մարմնական ճիգեր , նիւթական ու մտաւոր հաճոյից չափաւորութիւն , հոգեւոյ դոնուսակութիւն ու խաղաղութիւն . ասոնցմէ զատ՝ ծովի կամ գետի մէջ լողնալ , ծննդագործարանները պաղ ջուրով լուալ , պաղ ջուր խմելը մեծապէս կ'օգնեն ծննդագործարանաց հիւանդաբան գրգռութիւնը մեղմացունելու : Բայց երբ մարդ հետեւի այդ հակաքնական մարմաշուովին , և հեշտագրգիւ ու երեւ-

ակայական պատկերներով , լիտի վէպերով , նկարներու տեսքով զայն աւելի եւս գրգռէ , այն ատեն մարդ իւր կըքին գերի կ'ըլլայ և վերջապէս կ'ընկճի այն մոլութեանց տարափին տակ որք շուտով կը յարձակին իւր վրայ :

Գ Լ Ո Ւ Խ Ե .

ՔԵ ՄԱՐԳ ՈՐԶԱՓ ԿՐՆԱՅ ԳՈՇԱՅՈՒՆԵԼ ՍԵՌԱՅԻՆ ԳՐԴՈՒՄԸ .

ՔԵ ԵՐՐ ԼԱՒԱԳՈՅՆ Ե ԿԱՏԱՐԵԼ , ԵՒ ՔԵ՝ ԽՆԶ ԿԵՐՊՈՎ

ԿԱՏԱՐԵԼՈՒ Ե ԱՅԴ ԳՈՐԾԸ .

§ 48. Ինչպէս որ մարդ իւր առողջութիւնը պահպանելու և ամբողջ գործարանաւորութիւնն անվնաս , անվթար պահելու համար պարտի իւր մարմնական և նոյն իսկ մտաւորական աշխատութեանց մէջ չափ մը դնել , այնպէս ալ մեր խնդրոյ նիւթը կազմող սեռային յարաբերութեանց գործին մէջ պէտք է պահել այդ չափը , և այս՝ անհրաժեշտ պէտք մ'է , վասն զի վերոյիշեալ աշխատութիւններէն աւելի սերտ առնչութիւն ունի ընդհանուր առողջութեան հետ :

Ընդհանրապէս կարելի է ըսել թէ այս գործողութիւնն անվնաս է մարմնոյն համար , երբ կատարեալ առողջութեամբ գործադրուի , երբ գործողութենէն ետքը յոգնութիւն ու անհանգստութիւն չզգացուի :

§ 49. Սա հին առածը թէ Omne animal post coitum triste, ճշմարիտն ըսելով, մարդկան չի յարմարիր. վասն զի երբ այդ դրդման գոհացումը կատարեալ ոյժով, հաճելի առարկայի մը հետ և առ այդ պահանջելի հանգստութեամբ տեղի ունենայ, վայելել չուզուելիք հաճոյք մը չէ. մանաւանդ թէ այդու կը զուարթանայ միտքն եւ կը փարատի տխրութիւնը:

Եւ ինչ պէտք կար որ բնութիւնը մարդուս բարձրագոյն երջանկութեան պատկանող մէկ դրդման գոհացումէն ետքն անհաճոյ զգացում մը դրած ըլլար. ինչո՞ւ համար իւր նմանը գոյացունելու աշխատութեան միացուցած ըլլար տխրութիւն մը, որ հաճոյից վայելքը դառնացունելէ զատ օգուտ մը պիտի չունենար:

Բայց սա՛ ալ ճշմարիտ է թէ երբ մարդ ինքզինքը չափազանց հեշտութեան կու տայ, մարմնոյ ու հոգւոյ վրայ կը հրաւիրէ այն անհաճոյ ներգործութիւնները զորս ամէն տեսակ չափազանցութիւն իւր հետ կը բերէ: Այս փնասակար ներգործութիւններն են, գլխաւորապէս, ջղաթուլութիւն ու սաստիկ գրգռութիւն, որք հետեւանք են ուտելու, խմելու, աշխատելու ինչպէս նաեւ մարմնական շարժման, զուարճութեան և մասնաւորապէս զգայական հաճոյից չափազանցութեան:

§ 50. Իբրեւ բժիշկ, բազմամեայ փորձառութեամբս ու հիւանդներէս շատերուն խոստովանութեամբը համոզուած եմ սա տարբերութեան գոյութեանը թէ մարդ կայ որ կարող է ամէն օր գոհացունել այդ դրդումը, այսինքն Ձէ ժամը մի

անգամ, առանց թեթեւ փնաս մ'իսկ պատճառելու իւր առողջութեան, մինչդեռ, ընդհակառակն, մարդ ալ կայ որ շարժումն մէջ մէկ գոհացումն իսկ անհանգստութիւններ կը պատճառէ իրեն, սակայն թէ՛ մին և թէ՛ միւսն, ըստ երեւոյթին, առողջ անձեր են: Այս վիճակներուն պատճառը սա է թէ այդ տարբեր անձանց սերմնարաններու պաշարները տարբեր ուղղութիւններ ունին, և այդ է, ահա՛, որ կրնայ որոշել թէ սեռային դրդումը յաճախ թէ քիչ անգամ կարելի է գոհացունել: Գլխու, այսինքն մտաւորական աշխատութեամբ զբաղողը սովորաբար իւր սերմին մեծ քանակութիւնը դէպի գլուխն կը քաշէ, և այս պատճառաւ քիչ անգամ կը թեւադրուի սերնդագործութեան դրդումը գոհացունելու: Մոռնալու չէ սակայն թէ մեր խօսքը առողջ անձանց համար է միայն:

§ 51. Այժմ մէկ քանի կանոններ տալ կ'ուզեմ, հասկցունելու համար թէ ո՞րն է օգտակար չափաւորութիւնը:

Ա. Սեռային հաճոյից փափաքը շարժող ամէն գրգռութիւն սեռային դրդումը գոհացունելու թեւադրութիւն համարելու չէ: Եթէ այդ գրգռութիւնը արտաքին առարկայէ մը յառաջ եկած է, ապացոյց է այդ մեր զիւրազգայութեան, զոր ունինք Գիւղեցիկին համար: Ինտութեան տուրքն է այդ որուն համար երախտագէտ ըլլալով հանդերձ պէտք չէ որ չարաչար գործածենք զայն, որպէս զի այդ հաճոյքը վայելելու համար ունեցած մեր ընդունակութիւնը չտկարանայ:

Մանաւանդ թէ կարեւորութիւն չտալով թե-

Թեև ու անցողական գրգռութեանց, դիտմամբ պէտք է զսպել զայն. վասն զի երբ սերնդագործ հիւթը արեան մէջ վերադառնայ, հոգւոյ ու մարմնոյ վերակենդանութիւն մը յառաջ կը բերէ, և այդ ալ առողջութեան վրայ զօրացուցիչ ազդեցութիւն մը ունի: Շատերն հաստատած են ինձ իմ փորձառութիւնս թէ այսպիսի հեշտախտիկ զգացումները զսպուելէ ետքը մարդ աւելի զուարթ կը զգայ ինքզինքն ու բարոյական գոհունակութիւն մը կ'ունենայ ամէն անգամ, մտածելով թէ յաղթանակ մը տարած է իւր անձին, իւր կրքին վրայ:

Բ. Հաստատամիտ զգուշութեամբ ջանալու է չկրկնել սեռային գործողութիւնը երկու կամ աւելի անգամներ իրարու ետեւէ: Երբ մարդ կը սիրէ իւր առողջութիւնը, պէտք է լաւ միտ դնէ և հետեւի մեր այս ըստծին: Ադէկ յառաջ եկած վեհաները կրկնակի են. նախ՝ թէ աղոր անմիջական մէկ կրկնութիւնը առաջին անգամու գործողութենէն վեց անգամ աւելի կը տկարացունէ. երկրորդ՝ բնութիւնը ժամանակ չի գտներ կորուստին տեղը լեցունելու. մանաւանդ թէ երակներն ալ չափ կը թուլնան: Այդպիսի ձիգերէ ետքը ո՛չ միայն տկարութիւն յառաջ կու գայ, այլ շարունակ տեսակ մը մաղասահիւթ կը թորէ միզանքէն:

Գ. Սեռային այս գործողութիւնը պէտք չէ անհանգիստ դիրքերու մէջ կատարել, վասն զի մարմինը չափ կը յոգնի և կը նեղուի անյարմար դիրքերու մէջ: Այս յարձակողական գործողութեան մէջ աղոր յատկացեալ մասէն զատ մարմնոյ միւս ամէն մասերը հանդարտ մնալու են: —

Կինը կրնայ նաև կրօնական բարեպաշտութիւն խառնել ամուսնական խնդիրներու մէջ: Միւս կողմանէ՝ աւելի հեռուն գացած հաճոյակատարութիւնները, կնոջ համար գրգռութիւններ և չարիքներ, և առն համար ալ զղուանք կը պատճառեն:

Դ. Մարդ իւր սիրա՛ծ անձին հետ կատարելու է սեռային այդ գործողութիւնը: Այս և ուրիշ յիշածնիս գլխաւոր պայմաններ են զգալու համար այնչափ լաւ, որչափ որ է այն հաճոյքը զոր բնութիւնը շնորհած է մարդուն:

§ 52. Այս վերջին դիտողութիւնը մանաւանդ այնպիսի խնդրոյ մը կ'առաջնորդէ մեզ որ արժանի է գեղեցիկ սեռին նկատառման: Ո՛ւր էր թէ կանայք ջանային միշտ իրենց լծակցաց սիրունին մնալ. ո՛ւր էր թէ ամուսնանալէ ետքն ալ ձեռքէ չթողուին իրենց ամուսնոց հաճոյ ըլլալու այն փափաքը զոր ունէին մինչդեռ օրիորդ էին. ո՛ւր էր թէ կանայք իրենց հրապոյրներն այնչափ խնայութեամբ գործածէին, որպէս կ'ընեն իրենց սիրահարին հետ: — Կանայք իրենց ֆիզիքական գանձէն միշտ բան մը վերապահելու են, որպէս զի կարենան միշտ նոր, միշտ թարմ երեւիլ իրենց լծակցաց: Այս եղանակաւ՝ մինչև վերջը կը շղթայեն զանոնք:

§ 53. Սեռային դրդման գոհացումը բոլոր խոհութեան՝ հեշտանքի գործ ընելու չէ. հաճոյքն աւելցունելու նպատակաւ, գրգռութեան նոր եղանակներ վնտուելու չէ. գոհացման ամենապարզ եղանակը լաւագոյնն է միշտ, վասն զի այդ է որ համաձայն է բնութեան: Այս պարզ ճամբուն վրայ

անբնական գրգռութիւն մը տեղի չունենար, մարդուս ոյժը անկորուստ կը մնայ, կամ լաւ է ըսել, կ'աւելնայ :

Մարդուս կեանքին մէջ տարիներ կան, որ այդ ատենի դրդման գոհացումը կը զօրացունէ զինքն, առողջութիւն կուտայ և կը գեղեցկացունէ : Այդ տարիներու մէջ, մարմնէն հանուած սերմը, պէ՛տք է որ ելնէ, տեղ բանալու համար ուրիշին որ կը պատրաստուի մարմնոյն մէջ :

Մարդ իւր անձին վրայ իսկ փորձով կրնայ տեսնել թէ սերնդագործութեան առաւել հակամիտութիւն մը կ'ունենայ երբ մարմինը կատարելազգործուած և առողջութիւնը կատարելա է, երբ տաժանելի աշխատանք և մտաւորական յոգնեցուցիչ զբաղումներ չունի :

§ 54. Այժմ, այս գործին չափաւորութեան խնդրոյն մէջ, կէտ մը մեր դէմ կ'ելնէ, որուն համար գուցէ խստապահանջ անձինք խժըժեն մեր ըսելիքները: — Սա՛ թէ՛ երբ կ'ընէ յոյ մնայ, պէ՛տք է կատարելապէս ետ կենալ սեռային դրդումը գոհացունելէ :

Կրօնաւորաց մեծագոյն մասը կուսակից են այդ ժուժկալութեան, բայց բժիշկն ո՛չ թէ հոգեկան, այլ մարմնական տեսակէտով կը դիտէ խնդիրը : Շատ բարի և դիւրին է կարենալ ըսել ինքզինքին. «դու ըրիր այս բարոյական զոհաբերութիւնը» : Բայց երբ մարմինն այդու ծիւրի, այլ եւս պիտի չկրնայ բարոյապէս գործել, վասն զի ինքը վնասած կ'ըլլայ թէ՛ իւր անձին և թէ՛ անոր՝ զոր խնամել պարտի :

Այս գրքիս § 6 յօդուածին մէջ այս մասին անձուկ գաղափար մը տուած եմ արդէն: Կորսուած սերմը հաշուի չառնուելիք, վասն զի մերթ տարիներ կ'անցնին առանց սակայն կրնը յղի մնալու. ուրեմն այդ ամէնը կորսուած նկատելու է : Զի կրնար ըսուիլ նաեւ թէ այդ կրնայ անկարելի ընել յաջորդ յղութիւն մը, վասն զի տղուն կամ ապագայ մարդուն կեանքը գոյութիւն չունի առն կամ կնոջ սերմին մէջ, որ կը կորսուի ամէն մէկ գործողութեան :

§ 55. Սեռային դրդումը գոհացունելու համար կանանց զգացած գրգռութիւնը շատ ստիպողական կ'ըլլայ այն ատեն երբ իրենց արգանդին մէջ կը սկսի սաղմին կազմութիւնն ու սննդառութիւնը : Ես ընդհանուր առմամբ կը խօսիմ հոս. մասնաւոր պարագաները բացառութիւն են : Բնութիւնն ինչո՞ւ համար դրած ըլլար հոն դրդում մը, եթէ ուղած չըլլար զայն գոհացունել : Բնախօսական պէտք մ'է այդ :

§ 56. Երբ առն սերմն առատանայ, կամ բնութիւնը կը պարպէ զայն հոսմամբ — որ այդ ալ զուգաւորութենէ աւելի կը տկարացունէ մարմինը — կամ թէ սերմը արեան մէջ կը վերադառնայ և ուրիշ ճամբով դուրս կ'ելնէ, և այդու ամբողջ գործարանաւորութիւնը աւելի կամ նուազ ցաւալի վիճակի մը կ'ենթարկուի, Շատ երկար կ'ըլլայ հոս մանրամասն թուել մարմնոյն անհանգստութեան այն զանազան վիճակները, որք կրնան յառաջ գալ աղկէ :

Ուրեմն, մարդ թող մնայ այն ճամբուն մէջ զոր բնութիւնը կը ցուցունէ մեզ՝ գրգռութեամբ: Այդու

ուղիղ ճամբէն ընթացած կ'ըլլայ մարդ։ Միայն թէ կարելի եղածին չափ ձեռքէ ձգելու չէ չափաւորութիւնը, որ ամուսնացելոց համար պարտաւորութիւն մ'է։ Բան գործ ընելու չէ այդ։

§ 57. Ասկէ զատ՝ էրեկամարդուն համար բաւական դժուար է երբ կնոջը տղաքերքէն ետքը ընդերկար ժուժկալելու պարտաւորի։ Մանաւանդ թէ երկու, կամ լաւ եւս, երեք ամիս պէտք է տեւէ այդ ժուժկալութիւնը։

Ըսողներ գտնուին թերեւս թէ քանի որ այդ ժուժկալութիւնն երեք ամիս կրնայ տեւել, կարելի է նաեւ տարի մ'ալ տեւէ։ — Ես հոս կարեկիւթեան կամ կարողութեան վրայ չէ որ կը խօսիմ, այլ հետեւանքի վրայ։ Չարիք մը որ 3 ամիս կը մնայ մարդուս վրայ, այնչափ դժուար չէ հեռացուանիլ, քան որչափ՝ երբ տարի մը մնացած ըլլայ։

Մինչդեռ կինը իւր լծակցին սիրոյ պտուղը կը կրէ իւր մէջ, այլը այդ ատենէն թող ըսկսի ետ կենալ տակաւ իւր սովորութենէն, և հետեւապէս՝ երեք ամսոյ շարունակ ժուժկալութիւնն այնչափ դժուար չ'ըլլար իրեն։

§ 58. Կարեւոր պարագան կաթնատուութեան ատենն է։ Սեռային զրդման չափաւոր գոհացումը ո'չ կաթնատուին և ո'չ կաթնկերին կը վնասէ։ Միայն թէ կաթնատու մայրը գործողութենէն անմիջապէս ետքը կաթ տալու չէ զաւկին և սպասելու է որ արեան յուզումը հանդարտի։

§ 59. Սեռային այս գործողութեան կատարումը օրուան ո՞ր պահուն մէջ պատշաճագոյն ըլլալուն համար զանազան կարծիքներ կան։ Ար-

դարեւ, պարագայից հանգամանքն ու կնոջ դաշդանի օրերը նկատողութեան առնուելու են։ Այս մասին քանի մը ընդհանուր կանոններ կան, որք կ'որոշեն թէ այդ գործողութիւնը օրուան ո՞ր պահուն կատարել պէտք է։ Մանաւանդ թէ այդ գործըն ըստ ինքեան աշխատութիւն մ'է, որ չի յարմարիր թէ՛ առն և թէ՛ կնոջ ցորեկուան լուրջ գործերուն և զբաղմանցը, վասն զի գործին կարգը կը խանգարէ և աւելի դժկամութիւն կը պատճառէ քան թէ գոհունակութիւն։

Այդ հաճոյքն իւր կատարեալ վիճակին մէջ պահելու համար պէտք է որ մարդ զուարթ ըլլայ և ուրիշ որեւիցէ բանով զբաղած չ'ըլլայ։

Այդ հաճոյքը պէտք չէ նաեւ հապճեպով վայելել։ այդ ատեն անամնոց կրքին վայրկենական յագեցման կարգը կ'անցնի։ Վերջապէս այդ գործը կը յարմարի օրուան այն պահուն երբ արեւը երկրիս միւս կիսագունդը կը լուսաւորէ։ Այս մասին ալ բացառութիւններ կրնան գտնուիլ։

§ 60. Ընդունելէ ետքը թէ այդ գործին յարմարագոյն ժամանակն այն է, երբ մարդ անկողնոյ մէջ կը գտնուի, խնդիր է թէ այդ ժամանակին, այսինքն գիշերուան ո՞ր մասին մէջ պատշաճագոյն է այդ. ննջելէ՞ առաջ, կէս գիշերին թէ առաւօտուն։ — Անշուշտ՝ ո'չ այն ժամուն երբ մարդ շատ յոգնած է։ Աշխատութեան, շարժման, այսինքն վաստակի համար եղած յոգնութիւնները հանգստեան առաջին վայրկեանները իրենք կը գրաւեն։ Լեցուն ստամոքսը շատ կը նեղուի մարմնոյն զօրաւոր յոգնութենէն, հետեւապէս ուշ մնա-

ցած ճոխ ընթրիքէ մը ետքը, հանգստեան առաջին ժամը յարմար չէ այդ գործին: Իսկ արբեցութենէ ետքը՝ ամենէն անյարմար ժամանակն է. վասն զի թողաւք թէ յաճախ շատ վնասարեւր հետեւանքներ կ'ունենայ, այլ մանաւանդ այդ գործին յատկացեալ գործիքներուն կատարեալ անգորութիւն կը պատճառէ:

Պէտք չէ նաեւ հոգեկան զօրաւոր ցնցումներէ ետքը, մանաւանդ բարկութենէ կամ զայրուցքէ ետքը սեռային հաճոյից վայելման ձեռնարկել. յանկարծական շատ մահեր պատահած են աղկէ: Նոյն իսկ բնութիւնն ինք կ'արգելէ զայդ, վասն զի զգածման յուզումներէ, դժկամակութենէ, վիշտէ և անձկութենէ ետքը սեռային ցանկութիւնը կը չիջանի գրեթէ. այդ գործին պատկանող գործարաններուն պէտք եղած առաձգական գորութիւնը կը նուազի և եթէ գրգռիչ դեղերով բռնադատել ուղուի, շատ սուղի կը նստի մարմնոյն: Հագուածքէս չեն այն դէպքերը թէ սեռային յարաբերութեան ուժգին յուզումները արբեցութեան ատեն կամ ետքը մահուան պատճառ եղած ըլլան:

Սրբեցութեան ատեն մարմինը չափազանց գրգռութեան մէջ է. և այդ՝ ուժգին յուզման պատճառաւ՝ աւելի կը սաստկանայ. մեղկութիւնն ու թուլութիւնը որ արբեցութեան ատեն տակաւ երեւան կ'երևնին, այս պարագային մէջ՝ աւելի սաստկութեամբ կը յայտնուին և վերջապէս այնպիսի ջգատութիւն մը կը հետեւի, որ մեքենան անշարժութեան կը մատնէ, և այդ ալ, յաճախ, նոյն իսկ մահն ինքն է:

§ 61. Բայց երբ մարդ չափաւոր և կանուխ ընթրած է, օրուան աշխատութեանց մէջ չափազանց յոգնած չէ, ցորեկը բարկացած կամ ուրիշ յուզումներ կրած չէ և երբ այդ և կին այդ հաճոյքին վայելումը կը փափաքին, այդ ատեն, արդարեւ, դէշերուան առաջին պահն ընտրելի է:

§ 62. Ասոնցմէ վերջը կու գան ամոններուն բնաւորութիւնը, մարմնական որպիսութիւնը, իրենց վիճակը և կենցաղավարութիւնը:

Գլխաւոր կանոններ են՝ ամէն բանի մէջ բնականին հետեւիլ և անոր հակառակ չգործել. չգործածել որեւիցէ գրգռիչ դեղ: Բնական հրապոյրները լաւագոյնն են: Այս գեղեցիկ հաճոյքը մէկ կամ միւսին համար անհրաժեշտ պէտք մ'ընելու չափ չստորնացունի. ամենախիստ մաքրութեան հոգ տանիլ: Մարդ իւր ցեղին վերանորոգութիւնը առաջին նպատակ ըմբռնելով՝ այդու թելադրուի, որով գործողութենէ ետքը ակնթարթիւն չզգացուիր:

§ 63. Մարդ սկզբունք ընելու է իրեն այդ վայելքը չկրկնել յաճախ իրարու ետեւէ. պէտք չէ ամէն թեթեւ գրգռութիւն իրրեւ բնական գրգռում համարիլ. մանաւանդ հաճոյից վայելումէն ետքը ուշադրութիւն ընել մարմնոյն որպիսութեան և երբ փոքր ինչ ծանրութիւն զգացուի, երբ յոգնութիւն, թուլութիւն, գլխու պտոյտ, ջղաձգտում, աչքի ցաւ յառաջ գայ, համոզուելու է թէ այդ վայելքն օգտակար չէ եղած իւր մարմնոյն, և պէտք է մտադրել այդ վայելեանէն իսկ, ամէն թեթեւ գրգռի իրրեւ գրգռում չհամարիլ և զայն գոհացունելու ետեւէ չըլլալ:

Մանաւանդ թէ ամէն անգամու յաջողուած ժողովուրդները զգալապէս կը զօրացունէ մարմինը . և նոյն իսկ հոգին , սա՛ համոզմամբ թէ յաղթած է մարմնոյն , բարերար ազդեցութիւն մը պիտի ներգործէ անոր վրայ : Բայց զժառանգաբար շատ հազուադէպ են սեռային ցանկութեանց վրայ տարուած յաղթանակները . և այն քիչերը , որք իրապէս յաղթանակած են , ինչ զոհողութիւններու պէտք ունեցած են . զոհողութիւններ որք աւելի՛ մնասած են գործարանաւորութեան , քան այն համալսանցութիւններն՝ որոնց յաղթած են : Երկարամեայ հիւանդութիւններ , դեռ երիտասարդ հասակի մէջ ծերութեան վերահաս նշաններ , կարեւորագոյն զգայարանաց կորուստ , սեւամաղձոտութիւն եւ զառանցութիւն , յաճախ , անսանձ՝ երկարատեւ և մոլեգին հեշտամոլութեան հետեւանքներն են : Ասոր համար ամէն մարդ թող ժամանակին սովորի յաղթել իւր կիրքին , վասն զի երբ անգամ մը անոր սանձը ձեռքէ ձգուի , անկարելի կ'ըլլայ զայն վերստին ձեռք անցունել , որով գուցէ այդ կիրքն ալ , անխնայաբար , իւր կատաղի ընթացքին հետ կ'առնէ կը քաշէ կը տանի ինչոյդ :

Գ Լ Ո Ւ Խ Զ .

ԱՌՆ ԵՒ ԿՆՈՋ՝ ՍԵՌԱՅԻՆ ԴՐԴՈՒՄԸ ԳՈՀԱՅՈՒՆԵԼՈՒ ԱՏԵՆ ՈՒՆԵՆԱԼԻՔ ԸՆԹԱՏՔԻ ՄԱՍԻՆ ՄԵԿ ՔԱՆԻ ԿԱՆՈՆԵՐ

§ 64. Արդարեւ , յաճախ և շատ խօսելով այն բանին վրայ որ ամուսնական անկողնոյն գաղտնիքը մնալ պէտք էր , վերաւորած պիտի ըլլայինք այն ամօթղածութիւնը որ մեր օրերուն մէջ գրեթէ մէկ կողմ՝ ձգուած է :

Բայց հետեւեալ յօդուածներուն մէջ մեր ըսեւիքին գլխաւոր տեսակէտը պիտի ըլլայ զուգաւորութեան էական նպատակը , այսինքն այդ գործողութիւնը արդիւնաբեր ընելու նպատաւոր պայմանները ցուցունել : Բացարձակապէս կ'ըսեմ թէ՛ իմ նպատակս հեշտանքը բարձրացունելու եղանակը ցուցունել չէ :

§ 65. Նախ սա ըսեմ թէ զուգաւորութիւնն արգասաբեր ըլլալու համար՝ երկու կողմն ալ հաւասարապէս առ այդ հակամէտ ըլլալու են . թէ մէկ կողմին տհաճութիւնն ու չկամութիւնը արգելք է նպատակին , և թէ՛ ամուրք աղէկ կ'ընեն երբ իրենցմէ մին առ այդ հաճութիւն չունեցած ատեն չմիանան :

Հապճեպով՝ շատ դիւրաւ կը վրիպի սերմնառութեան գործը : Պէտք է որ ջլային այն գրգռութիւնը որ ամբողջ մարմնոյն վրայ կը տարածուի , սերմնառութեան յատուկ գործարանին ալ տայ պէտք եղած առաձգական զօրութիւնը , Մանա-

ւանդ թէ կնոջ մարմնոյն շարժումները յաճախ կը վրիպեցունեն նպատակը: Կինը պարտի լաւ դիրքի մէջ պառկիլ և աւելի կրաւորական վիճակի մէջ պահել ինքզինքը:

Հոտմայեցի բանասկեղծ Լուկրետիոս կը խրատէ կնոջ որ ներգործական վարմունքի մէջ չգլուխըդնէ, և կ'ըսէ շատ իրաւամբ, թէ այդ կերպով առն ոյժը կը սահի կ'երթայ և սերմն անօգուտ տեղը կը կորսուի: Միայն անառակ կիներն են որ յղի մնալէ զգուշանալնուն համար այդպիսի հակաբնական վարմանց մէջ կը գտնուին հեշտանքն աւելցունելու նպատակով:

Արդարեւ, սերմնառութեան գործը վայրկենի մը գործ է: Արուեստը չէ որ այդ վայրկենական գործն ի գլուխ կը հանէ, այլ՝ բնութեան ընթացքն է այդ: Մերձաւորութիւնը կամ առայդ տարուած ճիգերը չեն որ զայդ յառաջ կը բերեն, ինչպէս հաստատել կ'ուզեն զանազան հեղինակներ. վասն զի եթէ այդպէս ըլլար ինչպէս կարելի էր արգասաբերութիւն հետեւիլ երբ արտաքին արգելքներ կանոնաւոր մերձաւորութիւն մը անկարելի կ'ընեն, ինչպէս կը պատահի երբեմն: Կան շատ դէպքեր, ուր թոյլ մերձաւորութիւն մը, սանկ ըսենք, երբ երկու կողմերը հազիւ իրարու հպած են, արգասաւորութիւն յառաջ բերած է, և այդ վասն զի բնութիւնը ամէն անցքերը պէտք եղածին պէս ընդլայնած և ֆիզիքական բարձր յուղում մը միայն իւր սահմանեալ տեղը զրկած է սերմը:

§ 66. Հիմա դառնանք այն միջոցներուն որք կը նպաստեն գոյացունելու այս գրգռութիւնը

երբ երկուքն մէկուն տկարութիւնն արգելք կ'ըլլայ արգասաւորութեան:

Գործարանային պակասութեանց և հիւանդութեանց դարմանը ուղղակի բժշկին կը վերաբերի:

Գիկամակութիւնն ու չափազանց անզգայութիւնը ամուք իրարու հետ ունեցած վարմունքով չքացունել պարտին, և այդ՝ ինչպէս: — Մէկուն՝ միւսին հանդէպ ունեցած չափազանց հաճոյակատարութեամբ, անզգայութիւն յառաջ բերող պատճառները փնտռելով և զանոնք բառնալով. չափազանց մաքրութեամբ և մաքրասիրութեամբ: Գիւտանաց մէջ դադարներ դնելով, նոր և ազդեցիկ գրգռութեամբ, կենցաղավարութեան փոփոխմամբ, նախասիրական ուտելիքներու և խմելիքներու կերառութեամբ ու գործածութեամբ. հոտոտելեաց ջիւղերուն վրայ նոր ներգործութեամբ մը՝ վասն զի այս շատ կը նպաստէ այն գրգռութեան գոր կը պահանջէ արգասաւորումը: Իսկ ներքին միջոցներուն գալով, անձնական սննդառութեան սահմանն անցնելուն պէս, այլեւ օգուտ չեն ընելու Բժշկաց կողմէն յանձնարարուած դեղերուն ալ մէկ մասը կատարելապէս անազդեցիկ, իսկ մէկ մասն ալ այնչափ գրգռիչ են, որոնց պատճառած գրգռութիւնը վերստին մեղկութիւն և տկարութիւն կը բերեն մարդուս վրայ:

§ 68. Ամլութեան մէկ ուրիշ պատճառն ալ, յաճախ, ամուսնի միտքն պաղարիւն բնաւորութիւնը և միւսին շուտով գրգռուիլն է: Այս պարագայի մէջ աւելի կրակոտն ինքն իրմէն մտադրելու

է չափ մը դնել իւր եռանդին, և ասիկա ալ աւելի էրիկմարդուն կը պատկանի, վասն զի սովորապէս ան է նախադարձակը: Արդարեւ, այս պարագային մէջ կ'ընր ակնածութեամբ և փափկանկատութեամբ վարուելու է. վասն զի կ'ընր ամէն ատեն, լծակցական մտերմագոյն յարաբերութեանց մէջ իսկ, ձեռքէ ձգելու չէ ամօթդածութիւնը:

§ 69. Այս առթիւ պարտ կը համարիմ յիշեցունել որ հաճոյքի վայելումէն յետոյ գեղեցիկ սեռին համար տեսակ մը հանգիստ պէտք է, թէպէտեւ չեմ ընդունիր որ լծակցական յարաբերութենէ ետքը ելնել չափաւոր շարժման մէջ գտնուիլն ալ վնասակար ըլլայ: Միայն թէ զգուշանալու է որովայնի ուժգին շարժումներէ, պարելէ, ցատքելէ և ձի հեծնելէ. բայց կնոջ իւր սովորական գործերը վնաս չեն տար, վասն զի մայր-բնութեան խնամքները շատ մեծ են սաղմին համար, այնպէս որ նոյն իսկ բաւական ուժգին բախումներն ու շարժումներն ալ շատ քիչ անգամ կը վնասեն սաղմին. թէպէտեւ ես ա'յն կարծիքէն եմ թէ շատ ձախողանք, որոնց ենթարկուած են մանուկները, հետեւանք են արտաքին ճնշման կամ բախման, որ մորթերէն ու մաշկերէն և ամէն տեսակ պահպանումներէն անցնելով կ'երթայ կը վնասէ սաղմին առանց վնասելու սակայն իւր մօր:

§ 70. Իսկ այրը կատարելապէս առողջ վիճակի մէջ լծակցական հաճոյքի վայելումէն ետքը, պէտք չունի հանգստանալու: Եւ եթէ այդ վայելքին համար երեկոյեան պահն ընտրած է, բնականաբար մարմնոյն կաղզուրման համար միայն

պէտք է որ քնանայ: Իսկ առաւօտուն կատարուած վայելքէն ետքը կրնայ գործի երթալ, բայց մարմնոյն գրգռութիւնը հանդարտեցունելէ ետքը: Սակայն խորհուրդ կու տամ չքնանալ վերստին, վասն զի այդ ետքի քունը աւելի մեղկացուցիչ է քան թէ՛ կաղզուրիչ:

Գ Լ Ո Ւ Խ Է.

ՍԵՌԱՅԻՆ ԳՐԴՈՒՄԸ ԳՈՂԱՅՈՒՆԵԼՈՒՆ ԱՆՎՆԱՍԱԿԱՐՈՒԹԵԱՆ
ԵՒ ՎՆԱՍԱԿԱՐՈՒԹԵԱՆ ՎՐԱՑ ԴԻՏՈՂՈՒԹԻՒՆՆԵՐ

(Արանց հաւատ)

§ 71. Ինչպէս ըսած ենք ընդհանրապէս, լծակցական հաճոյքին չափաւոր վայելքը միայն օգտակար է մարդու, իսկ չափազանցը՝ վնասակար: Ըսած ենք նաեւ թէ այդ վայելքը, պէտքն զգացուած ատեն միայն առողջարար է, և ադոր անվնասակարութեան ապացոյցն ալ վայելումէն յետոյ զգացուած քաջողջութիւնն է. միայն թէ աւելի օգտակար է մարդու, մօտէն ծանօթութիւն ունենալ այն ամէն պարագաներուն վրայ, որք այդ վայելքին նուազումը կը պահանջեն:

§ 72. Մարդ կատարելապէս առողջ ու զօրաւոր եղած ատենն իսկ աչքի առջև ունենալու է

իւր ապագայ կեանքը, մանաւանդ՝ ամուսնութեան սկիզբները: Լծակցական պարտաւորութեանց յաճախակի գործադրութենէն թէ՛ ինքզինքն և թէ՛ իւր ամուսինը հեռի պահելու է. զանազան նկատումաներով խնայող ըլլալու է սիրոյ զգուսնաց մէջ:

Նախ՝ իւր կնոջ համար — որ իրմէ՛ աւելի կրնայ տոկալ — այս վայելքը չընել այնպիսի անհրաժեշտ պէտք մը զոր մի՛ գուցէ չկարենայ գոհացունել, երբ երիտասարդական տարիներն անցնին: Երկրորդ՝ ունակութիւն չընել այդ վայելքը որ մարմնոյն լաւագոյն հիւթը կ'առնէ կը տանի և տակաւ այնպիսի սպառում մը յառաջ կը բերէ որ ազդեցութիւն ունի ամբողջ գործարանաւորութեան վրայ: Երրորդ՝ վերջապէս, որպէս զի մարդ ժամանակէն առաջ զրկուիլ չպարտաւորի այդ անուշ վայելքէն:

§ 33. Մասնաւորապէս կրակոտ և եռանդուն խառնուածքի տէր եղողներն են որ ժամանակէն առաջ կ'ուժաթափին. մաղասայինք քիչ մ'աւելի կրնան դիմանալ: Գլխաւորապէս իրերայաջորդ և յաճախակի վայելքներէն ետքն է որ ուժաթափութիւնը վրայ կը հասնի:

Ինչպէս որ յաճախակի վայելքը ժամանակէն առաջ ուժաթափ կ'ընէ մարդս և վերջապէս այդ հաճոյքը վայելելու կարողութիւնը կորսնցունել կու տայ մարդուս, չափազանց ժուժկալութիւնն ալ նոյն հետեւանքը կրնայ ունենալ: Ասոր համար, չէի ուզեր որ ամուսնացեալ այրը բոլորովին ժուժկալ մնայ (§ 54) սեռային յարաբերութենէ, երբ կինը յղի իսկ ըլլայ. և ասոր համար խորհուրդ տուած էի (§ 57) աստիճանաբար նուազեցունել

այդ յարաբերութիւնները մինչդեռ սաղմը կը սկսի կազմակերպուիլ, որպէս զի կնոջ տղաբերքէն ետքը 2—3 ամսուան անհրաժեշտ ժուժկալութիւնն զգալապէս անհաճոյ ու վնասակար չըլլայ իրեն:

Ենթադրելով թէ այրը սովորապէս շաբաթն երկու անգամ կը վայելէ լծակցական հաճոյքը, կնոջ յղի մնալը յայտնուելուն պէս առաջին երեք ամիսներուն մէջ շաբաթը մէկ անգամ, յաջորդ 3 ամիսներուն մէջ երկու շաբաթը մէկ անգամ, և մնացեալ 3 ամիսներուն մէջ ալ միայն մէկ անգամի վերածելու է այդ: Այս եղանակով կնոջ տղաբերքին յաջորդ 2 և ի հարկին երեք ամիսներուն մէջ, առանց նեղուելու, կարելի է ժուժկալ մնալ և չենթարկուիլ այն չարեաց որք կը հետեւին կատարեալ ժուժկալութենէն:

§ 34. Այս ժուժկալութիւնը հեշտիւ անցունելու համար մարդ իւր կերառութեան մէջ չափաւորութիւն դնելով, աշխատութիւնն ալ փոքր ինչ աւելցունելու է:

Աշխատութեան չափն աւելցունելը մանաւանդ շատ կը նուազեցունէ սեռային դրդումը: Մտաւորական աշխատութեամբ զբաղողներն այդպէս են: Բայց մարմինը յոգնեցունող ուրիշ աշխատութիւններ ալ կ'արգիլեն այդ վայելքին միտութիւնը, և մարդուս սիրած ուրիշ զբաղումները որչափ սեղմիւ գրաւեն զմեզ, այնչափ նուազ պէտք կ'ունենանք սեռային դրդման:

Ուտելիքը և մանաւանդ խմելիքը քիչ գործածելու է, վասն զի այդ միջոց մ'է որ կրնայ նպաստել ժուժկալութեան:

§ 35. Իսկ վատառողջ այրերը մանաւանդ չափ զգուշ մնալու են ամուսնութեան թէ՛ սկիզբը և թէ՛ շարունակութեան մէջ, որպէս զի մի՛ գուցէ այնքան անուշ վայելք մը իրենց կորստեան պատճառ ըլլայ: Վատառողջ ըսելով կ'ուզեմ հասկըցունել այնպիսիներն որք իրենց երիտասարդութեան տարիներուն մէջ հիւանդութեանց պատճառաւ տկարացած են, կամ թէ տկար մարմնով աշխարհ եկած են, կա՛մ ուսանողական կեանքի ճիգերու և կա՛մ պատանեկութեան մէջ տաժանելի աշխատութեանց ենթարկուած են. վերջապէս՝ երբ այս պատճառներուն մէկովը վնասուած է իրենց առողջութիւնը:

Կրնայ ըլլալ նաեւ որ երիտասարդական յիմար շուայտութիւններով խանգարած ըլլան իրենց առողջութիւնը, և այդ ատեն դիւրաւ պիտի տեսնեն իրենց անձին վրայ թէ այդ վայելքէն ետքը պիտի չունենան քաջողութիւն, գոհունակութիւն, երբ այդ վայելքը բան գործ ընեն իրենց. այդ պարագային մէջ պարտին ձեռքէ չթողուլ չափաւորութիւնը և չվերանորոգել վայելքը մինչև որ ընդմիջական երկար դադար մը և զսպուած դրդումներ համոզեն թէ հասած է ժամանակը, յորում առանց վնասուելու կարելի է վերսկսել լծակցական վայելքը:

Ախտաբանները յաճախ կը նեղուին արանդամի յամառ կծկումներով, որ սեռային դրդման գոհացուցմամբ փոխանակ անհետանալու, աւելի եւս կրնայ սաստկանալ: Ադոր priapismus կ'ըսեն, որուն պատճառը ստորին որովայնին հիւանդոտ գրգռութիւնն ու անոր արիւնաշատութիւնը, հիւ-

անդին ջղադրգուութիւնն ու որդերն են: Ասոր դարմանն է արանդամը պալ ջուրով լուալ, իւզով չփել և բժշկին տնօրինած չափովն ու հրահանգովը քափուր գործածել: Սեռային դրդման այսպիսի հակաբնական երեւոյթներուն կարգէն են նաեւ արանդամին ցաւագին ուռեցքը, միզանքէն մաղասահոսութիւն և վայելքէ ետք զգացուած սաստիկ գրգռութիւնը:

Սեռային յարաբերութեան չափազանցութիւնը արգելք է նաեւ արգասաւորութեան. ամուսնութեանց շատին անդաւակ մնալն ադոր հետեւանքն է:

§ 36. Հիւանդկախութիւնը և ֆրոնիֆ հիւանդութիւնը պատճառ չեն լծակցական յարաբերութենէ կատարելապէս հեռի մնալու. միայն թէ այդպիսի անձինք լաւ կ'ընեն խորհուրդ հարցունել այն բժշկին որ կը ճանչնայ հիւանդին բնութիւնը և կրնայ որոշել թէ ինչ եղանակաւ և ի՛նչ չափով ներելի է իրենց վայելել այդ հաճոյքը: Եթէ ընտանեկան բժիշկը վստահելի անձ մը չըլլայ և կամ թէ զանազան պատճառներ կասկածելի ընեն անոր խորհրդագահութիւնը, հիւանդը իւր վիճակը մանրամասնօրէն բացատրելով օտար բժշկի մը, սա՛ եւս կրնայ տալ իրեն պէտք եղած դարմանն ու խորհուրդը:

§ 37. Ես չեմ կրնար ընդունիլ թէ այնպիսի հիւանդութիւններ կան որք հեռ կը բերեն սեռային հաճոյքի մասնաւոր միտում մը. այլ սա՛ ճշմարիտ է թէ այդ հիւանդութեանց մէջ գրգռութիւններն այդ մասերուն վրայ այնպիսի իմն կը ներգործեն որ այդու հիւանդագին դրդում մը յառաջ կու գայ,

վասն զի եթէ սերնդագործութեան դրդման համար հիւանդաւորին միտում մը եղած չըլլար այդ, անշուշտ պիտի անհետանար գոհացումամբ :

Եթէ այդ վայելքին համար պէտք եղած անդամներուն մէջ կիզուութեան մը գրգռութիւնը սեռային դրդում անուանել ուղէինք, անիրաւութիւն բրած պիտի ըլլայինք :

§ 78. Սակայն արտոնողներն ու թուրքի (մայաւը) ենթակաները ճշմարիտ դրդում մը ունեցած ատեննին լծակցական յարաբերութենէն չեն վնասուիր, երբ զգուշութեամբ վարուին, չափաւորութեամբ գործեն. այդ ատեն աւելի լաւ կը զգան ինքզինքնին : Այս երկու հիւանդութիւնները, այսինքն արտոնողութիւն ու թուրք մինչեւ ցարդ մեծ մասամբ սխալ ըմբռնուելով, ըստ այնմ հակառակ կերպով կը դարմանուէին : Եւ կրնամ հաստատել թէ արտոնողները կը բժշկուին կատարելապէս, եթէ ամուսնանան. բայց հոս տեղը չէ աւելի երկար գրել այս մասին :

§ 79. Փայլափուշտին մէջ քար ունեցող հիւանդաց գրգռութիւնը կրնայ ծննդագործարանաց վրայ աւելի ազդեցիկ ըլլալ, և կարելի է ընդունիլ թէ մի՞ գուցէ սեռային յարաբերութեան մեծ միտումը հիւանդութեան հետեւանք եղած ըլլայ : Եթէ իրապէս այդպէս իսկ ըլլայ, դարձեալ չեմ կարծեր որ այդ գրգռման գոհացումը վնասակար ըլլայ. այդպիսի ընդհանուր ջղացնցում մը աւելի օգուտ կրնայ ունենալ քան թէ վնաս, երբ, չմոռնալք ըսել դարձեալ, գործին մէջ չափազանցութիւն չըլլայ :

§ 80. Եւ այնպէս գտած եմ որ զանազան տեսակ հիւանդաւորներուն սեռային դրդումն ընդհանրապէս մարդու սովորական դրդումէն նուազ է, և ոչ թէ աւելի : Այսու ամենայնիւ, ամբողջ մարմինն անվնաս պահելու համար մասնաւոր ուշադրութիւն ընելու է չափաւորութեան :

§ 81. Այս պարագային մէջ ընդհանրապէս մեծ արժէք ունին հետեւեալ կանոնները :

Ամէն հիւանդ կամ հիւանդկախ անձ ջանալու է, որչափ որ կրնայ, զսպել այդ դրդումը գոհացունելու միտումը և հաճոյքին վայելումն ալ յետաձգել, որչափ ատեն որ կրնայ անվնաս կերպով ժուժկալել : Բայց երբ չկրնայ աւելի սպասել, այն ատեն թող գործադրէ իւր փափաքը գոհացունելու համար ունեցած իրաւունքը, § 78 ին մէջ ցուցուած պայմաններով : Այդպիսին կրնայ նախապէս գաւաթ մը գինիով զօրացունել անձը, և ետքն ալ մէկ քանի հաւկիթի կակուղ դեղնուցով և ուրիշ թեթեւ ու մննդարար ուտելիքով կազդուրուիլ. բայց զօրաւոր խմելիքներէն զգուշանալ պարտի ապա, վասն զի աղոթք առաջուց թէև ոգեւորութիւն մը կու տան, բայց յետոյ շատ սաստիկ գրգռութիւն մը կը պատճառեն մարմնոյն :

Այս փորձէն ետքը մարդ իւր գոնուելիք վիճակէն դուրս կրնայ հետեւցունել թէ՛ այդ փորձն առողջարար եղած է իրեն, թէ՛ մարմինը տկարացած է, թէ՛ գէթ վնաս տուած չէ, կամ թէ կատարելապէս վնասակար եղած է :

Երբ մարդ այդ վայելքէն ետքը նոյն գործին գործակցող գործարանաց մէջ պրկիչ յուզում մը

չգագար, երբ վայրկենական թեթեւ խոնջութենէ մը զատ — որ հիւանդոտ անձանց վրայ գրեթէ միշտ կը զգացուի, բայց պէտք է որ երկար տեւէ — մարմինը կարեւորութիւն ունեցող տկարութեան մը չենթարկուիր, երբ մարդ իւր աշխատութեան և զբաղմանց վերսկսած ատեն (եթէ առաւօտեան պահուն տեղի ունենայ) դժկամակութիւն և թախածութիւն չունենար, և կամ երբ (եթէ երեկոյի պահուն տեղի ունենայ) վաղահաս, լաւ և կազդուրիչ քուն մը վայելելէ ետքը զօրացած արթննայ, այն ատեն կարելի է ապահովապէս ընդունիլ թէ վայելքն առողջաբեր եղած է մարմնոյն, թէ գրգռութիւնը առողջութեան նպաստող կորով մը յառաջ բերած է ամբողջ մարմնոյն մէջ :

§ 82. Վասն զի սա ստոյգ է թէ կատարելապէս առողջ անձանց վրայ, այդ դրդման գոհացումը — երբ մարմնոյ կանոնաւոր պահանջումն եղած ըլլայ այդ և կատարուի — գրգռութիւն մը յառաջ կը բերէ, որ օգտակար կ'ըլլայ առողջութեան և կը փարատէ երակներուն աւլցութենէն յառաջ եկած դանդաղութիւնը :

§ 83. Շատ հիւանդներ այս գրգռութեամբ բժշկուած են չարիքէ մը որ առանց այդ գրգռութեան մարմնոյն մէջ պիտի մնար ընդերկար այսպէս են նաեւ անդամոց տեղական ու յօդային ցաւերը, որք առողջ անձի մը հետ սեռային հաճոյքի մէկ քանի վայելքէ ետքը կ'անհետանան :

§ 84. Ասկէ զատ, կան ուրիշ պարագաներ զորս նկատողութեան առնուլ պէտք է. այն թէ՛ առողջ կին մը սեռային յարարերութեան ատեն և

անկէ ետքը, տկար էրիկմարդուն կը հաղորդէ իւր առողջ արտաշնչութենէն մաս մը, առանց վախնալու սակայն թէ էրիկմարդուն ոչ-առողջ արտաշնչութիւնը իւր առողջ մարմնոյն վրայ վնասակար ազդեցութիւն կ'ընէ, վասն զի առողջ և իւր յարատեւ կատարելագործութեան աշխատող մարմինը չթողուր որ իրեն անյարմար մաս մը մտնէ իւր մէջ, այլ կը վանէ զայն. և եթէ մարմնոյ մէջ մտնէ իսկ, ուժով մը զայն առողջ մասի մը կը վերանորոգէ :

§ 85. Բայց երբ ծննդագործարանաց մէջ անհաճոյ պրկումներ յառաջ գան, երբ տեսակ մը խոնջութիւն երեւան գայ, երբ վայելքին ստնդանքը ցաւով զգացուի, երբ երեկոյեան վայելքէն ետքը անքունութիւն, ծանրատաղտուկ նեղութիւն, անհանդարտութիւն, աչքի կամ կուրծքի մէջ ցաւեր զգացուին, երբ առաւօտեան վայելքին խռովեալ քուն մը յաջորդէ, և երբ մարդ արթնցած ատեն ալ դժկամակութիւն ունենայ, իւր սովորական զբաղումներն անախորժ և նոյն իսկ իւր սիրոյ առարկան անհաճոյ երեւին, ամէն ասոնք անվրէպ ապացոյցներ են թէ սեռային դրդման գոհացումը վնասակար եղած է անձին. այդ ատեն պէտք է ձեռք առնուլ ժուժկալութիւնը և չփորձել հաճոյից վայելքին կրկնումը, մինչև որ ժամանակ անցնելէ ետքը փոխուի իւր անձնական ու հոգեկան վիճակը և համոզուի թէ իւր հիւանդութիւնը բարեփոխուած է :

§ 86. Այս գրքիս պարունակութեան սահմանները չեն ներեր մեզ մտնել այն պարագաներ-

ուն մանրամասնութեանց մէջ, որք սեռային դժբա-
ման գոհացումն օգտակար կամ վնասակար կրնան
ընել: Մարմնոյ կազմուածքին վրայ մօտէն ծանօթ-
ութիւն և պարագաներուն գիտակցութիւն ունե-
նալ պէտք է: Ուստի երբ մարդ այդ վայելքին
վնասակարութեան կամ անվնասակարութեան վրայ
տարակոյս ունի, խղճամիտ ու վստահելի բժշկի
մը խորհուրդին դիմել պարտի:

Գ Լ Ո Ւ Խ Ը.

ՍԵՌԱՅԻՆ ԳՐԴՈՒՄԸ ԳՈՀԱՑՈՒՆԵԼՈՒՆ ԱՆՎՆԱՍԱԿԱՐՈՒԹԵԱՆ
ԵՒ ՎՆԱՍԱԿԱՐՈՒԹԵԱՆ ՎՐԱՅ ԴԻՏՈՂՈՒԹԻՒՆՆԵՐ

(Կանանց համար)

§ 83. Նախորդ գլխուն մէջ ցուցուած հիւ-
անդութիւնները գեղեցիկ սեռին ալ կը պատկանին:
Անոնցմէ զատ լոկ կանանց յատուկ զանազան վի-
ճակներ ալ կան որ այս գլխուն նիւթը կը կազմեն:

§ 88. Կին մը որչափ տկար ըլլայ, այնչափ
ժուժկալ ըլլալու է, եթէ կարելի է, սեռային յարա-
բերութեան մէջ: Այս սկզբունքը գլխաւորապէս
այն կանանց կողմանէ յարգուիլ պէտք է, որք
մաղասահութեան (ճերմակ դաշտանի) ենթակայ
եղած են: Հիւանդութիւն մ'է այս որ մեծ մասամբ
հաճոյքի չափազանց վայելքէ յառաջ կու գայ

և այդ վայելքն ինչ տեսակ ներգործութիւն կըր-
նայ ընել այն մարմնոյն վրայ, երբ այդ չափքը
ամուսնութենէ առաջ արդէն գոյութիւն ունեցած
ըլլայ:

Գլխաւորապէս վատառողջ, հիւանդկախ կի-
ներն են որ հարմարագոյութեան կամ առնամոլու-
թեան ենթակայ կ'ըլլան: Հակաքնական, չկշտա-
ցող սեռային դրդում մ'է այդ: Սակայն մարմ-
նեղ ու արիւնշատ կանանց վրայ ալ այդպիսի
վիճակի մը պատճառը սեռային յարաբերութենէն
ընդերկար զրկուած մնալն է և որուն դարմանն
է բնութեան պահանջումը գոհացունել: Հիւանդ-
կախ կիներն ալ որդերու պատճառած գրգռու-
թեան, ջիղերու չափազանց յուզման, ստորին
որովայնի արիւնշատութեան, երեւակայութեան
դրդուման գործարանաց գրգռութեան պատճառաւ
— զոր պակասաւոր կամ անկատար գոհացումը
յառաջ կը բերէ — կ'ենթարկուին ադոր: Ասիկա
յաճախադէպ վիճակ մ'է այն դեռատի այրիներ-
ուն վրայ, որք իրենց սովորական վայելքէն զրկուիլ
կը պարտաւորին. նոյնպէս նաեւ այն մանկամարդ
և հրաբորբք աղջկանց վրայ՝ որք հեշտ կեանք մը
կը վարեն, լկաթ վէպեր չառ կը կարդան, երի-
տասարդաց հետ ազատ յարաբերութիւններ ունին,
բայց յղի մնալէ վախճալով հետի կը կենան սեռ-
ային հաճոյքէ. նաեւ անոնց վրայ՝ որք այս պատ-
ճառին համար կիսկատար կը վայելեն այդ հա-
ճոյքը:

Այս պարագաներուն մէջ, ամուսնութիւնը
ամէն բան կը կանոնաւորէ:

Հարսնամոլութեան կամ առնամոլութեան ընկերներ են նաեւ միզելու ցաւ, թալուկ, ջղադարային կծկումներ, ծննդագործարանաց մէջ այրիչ, մարմաջող կսկիծներ: Յայտնի է թէ այս վիճակին մէջ բժշկին դարմանն անհրաժեշտ է:

Այս վիճակներուն երթակայ եղողները մեծ զգուշութիւն ընելու են իրենց կերառութեան մէջ, ամէն տեսակ համեմունքէ (պահար), մսեղէնէ, սուրճէ, թէյէ և այլն, հեռու մնալու են. պէտք է ժրութեամբ աշխատին, պաղ ջուր խմեն, պաղ ջուրի մէջ լոգնան կամ ծննդագործարաններն անող լուան, միտքերն լուրջ բաներով զբաղեցունեն: Այս պարագային մէջ բժշկին տնօրինածը լուծողական մը և քափուրի*) զգուշաւոր գործածութիւնն է:

Քափուրէն (ուրկէ ես շատ քիչ օգուտ տեսած եմ) աւելի մեծ չափով bromcali կը գործածուի այժմ, իբրեւ ամոքիչ սեռային հիւանդութեանց:

Դեռատի աղջիկները, յաճախ, իրենց արբունքէն առաջ կը նեղուին ճերմակ դաշտանէ և աղոր պատճառն ալ մարմնոյ հիւթերուն պակասաւոր խառնուրդն է, իբրեւ հետեւանք մարմնոյն տկարութեան: Այդպիսի աղջիկներ յետոյ, սովորապէս, կանաչախտի կ'ենթարկուին. ուստի զօրացուցիչ դեղեր գործածելու են, որպէս զի մարմինը կարող ըլլայ ամսական կանոնաւոր հոսումը (դաշտանը)

*) Քափուրը շատ զգուշեմամբ գործածելու է. վասն զի աղոր անզգոյշ գործածութիւնը կրնայ կատարելապէս շիջուցանել սերնդագործական ոյժը:

հրաւիրելու, որ այդ վիճակին մէջ գրեթէ միշտ բացակայ է:

Հոս շատ երկար կ'ըլլայ ցուցունել այն դանդաղ պատճառներն որ յառաջ կը բերեն այդ հիւանդութիւնը: Բաւական է ըսել միայն թէ այդ հիւանդութեան ենթարկուողներն ադէլ բժշկուելէ առաջ սեռային յարաբերութեան մէջ մտնելու չեն: Եւ որովհետեւ աղոր գլխաւոր պատճառը ծննդագործարանաց տկարութիւնն է, և հիւանդութիւնը մեծ մասամբ տեսական է, ուստի կրնան գտնուիլ բաւական միջոցներ զայդ դարմանելու համար, մանաւանդ՝ մանկամարդութեան մէջ:

Միայն թէ հիւանդութիւնը դեռ չբժշկուած երբ մարդ սեռային յարաբերութեան մէջ մտնէ, հիւանդութիւնն աւելի կը սաստկանայ. վասն զի այդ գործին յառաջ բերած գրգռութիւնը, որ առողջներուն ծննդագործարանները կը զօրացունէր, այս վիճակին մէջ տկարութիւն և հիւթերու չափազանց սպառում կը պատճառէ:

§ 89. Տեսակ մը ճերմակ դաշտան կայ, գիտեմ, որ սեռային յարաբերութեամբ կը բժշկուի. միայն թէ այդ ալ այն ատեն կ'ըլլայ երբ մարմինը զօրաւոր, լեցուն և առողջ է. նոյն իսկ այս հիւանդութիւնը իւր հիւթովը շատ կը տարբերի միւս տեսակէն: Ասիկա ալ այն ատեն կը պատահի երբ լծակցական հաճոյքը ժամանակ մը յաճախակի վայելելէ ետքը, յանկարծ կատարելապէս կը զրկուի կինն ադէլէ. մանաւանդ թէ երբ երեւակայութիւնը շատ յուզուած է և գիշութեան կը դըրդուի: Դեռատի աղջկանց քով անմաքրութիւնն

ալ այն պատճառներուն կարգէն է, որք կրնան սեռային հակաքնական դրդումներ և ճերմակ դաշտան յառաջ բերել: Աղտեղի հիւթեր՝ հոն միանալով՝ դժնդակ մարմաններ և խողտուքներ կը պատճառեն. և այդու՝ ոչ միայն սեռային դրդումը ժամանակէն առաջ կ'արթննայ, այլ ճերմակ դաշտան ալ յառաջ կու գայ. գոյնէն ու հոտէն յայտնի է այդ. աւելին ըսելու պէտք չի կայ:

§ 90. Իգական սեռի ներկայացուցիչք խոտորելու չեն վերոյիշեալ ընդհանուր կանոններէն: Պէտք է որ պարտասին. պէտք է որ չափաւորութիւնը ձեռքէ չթողուն: Շատ գեղեցիկ բան է երբ կինը այդ գործին մէջ սանձն ինք ձեռք առնէ և խոհեմութեամբ իւր լծակիցն ալ չափաւորութեան առաջնորդէ:

Կինն իւր դաշտանահոսման ատեն ներկու չէ որ այրն իրեն մերձենայ. շատ տեսակէտներով վնասակար է այդ. նախ՝ թէ այդ ատեն իւր ներքին երակներն ընդարձակուած ըլլալուն համար դիւրաւ կ'ենթարկուի ճերմակ դաշտանի. երկրորդ՝ թէ այդ ժամանակը վնասատու և անպատշաճ է առն և կնոջ մաքրութեան:

Եւ դեռ աւելին կայ. այդ պատճառաւ արգանդային այնպիսի վտանգաւոր արիւնահոսութիւն մը կրնայ պատահիլ որ երբեմն ուժաթափ կ'ընէ կինը և կրնայ մահ պատճառել անոր:

§ 91. Տղաբերքէ ետքը երկու և ի հարկին երեք ամսոյ չափ սեռային յարաբերութենէ հեռի մնալու համար նախապէս ըրած դիտողութիւնս հոս անգամ մ'եւս յիշելու պէտք կը զգամ. և

այդ՝ այն պատճառաւ թէ կնոջ առողջութիւնն այդու կը խանգարուի այդ ժամանակին մէջ: Այդչափ դադար մը պահանջելի է, որպէս զի ընդարձակուած և հետեւապէս տկարացած գործարանները վերստանան այն տոկունութիւնը, որուն պէտք ունի գեղեցիկ սեռը յաջորդ յղութեան մը համար: Նոր տղաբերող կինը լաւ գիտնալու է թէ, եթէ շուտով վերսկսի սեռային յարաբերութեան, զանազան հիւանդութեանց կ'ենթարկուի, որոնց մէջ սովորականն է սաստիկ արիւնահոսութիւնը. ասոր ալ կը յաջորդեն ուրիշ հիւանդութիւններ, որ չափազանց դժբաղդ կ'ընեն կինը:

§ 92. Սեռային յարաբերութեանց մէջ չափաւորութիւն, միշտ մաքրութիւն, այդ գործին հետեւանքներուն մեծ զգուշաւորութիւն, և եթէ ասոնց ալ միացունենք իմաստուն բժշկի մը խորհուրդները, այն ատեն կինը պաշտպանուած կ'ըլլայ այն ամէն դժնդակ հիւանդութեանց դէմ, որոնց կրնան ենթարկուիլ ծննդագործարանք, գերագոյն նպատակի մը յատկացեալ այդ նրբակազմ գործիքները:

Մանաւանդ, սքանչելին ա'յն է որ բնութիւնն իսկ ձեռքէն եկածը կ'ընէ ամէն ինչ կարգաւորութեան մէջ պահելու համար:

Սակայն պէտք է որ մարդս ալ պատշաճ ուշադրութեամբ և մանրակրկիտ հետազոտութեամբ զգուշանայ վնասակար ազդեցութիւններէ, և ամէն կին ջանալու է ագոր. այդու ատարիքն առնելէ ետքն իսկ ծննդագործարանաց առողջութիւնը անխախտ կը մնայ, և այդ՝ շատ զաւակներ ծնելէ

ետքն իսկ . վասն զի բնութիւնը կսկիծ դրած չէ
այն հեշտութեանց մէջ , երբ մարդ անոր դրած
կարգովն ու սահմանած պատուէրներուն համեմատ
վայելէ զանոնք . միայն յանցապարտ չափազանց-
ութեանց կամ դժբաղդ մեղկութեանց հետեւանք-
ներն են որ շատ սուղի կը նստին մեղ : Եթէ ա-
մենափոքր չարիքները սկզբնաւորութեան մէջ ան-
տես առնուին , տակաւ այնչափ կը մեծնան , կը
ստուարանան որ այլ եւս որեւիցէ դարման օգուտ
չընեն :

Գ Լ Ո Ւ Խ Թ .

ԿԱՆԱՆՑ ՅՂԱՆԱԼՈՒ ԵՒ ԱՐԱՆՑ ՍԵՐԵԿԱԳՈՐԾԵԼՈՒ

ԿԱՐՈՂՈՒԹԵԱՆՑ ՏՅԵՆՈՂՈՒԹԵԱՆ ՎՐԱՑ

§ 93. Աղջկան մը չափահասութեան սկզբը-
նաւորութիւնը դաշտանի երեւումէն երկու տարի
անցնելէ ետքը նշանակած էի , վասն զի ծննդա-
գործելու կարողութիւնը գործնականի մասնելէ ա-
ռաջ ժամանակ մը խաղաղ մնալու է : Բայց այս
ըսել չէ թէ այդ ժամանակէն անմիջապէս ետքը
նոյն գործին սկսելու է : Աղջիկներ կան որ 14 տա-
րեկան հասակնուն մէջ կ'ունենան այդ կարողու-
թիւն . և այդ պարագային մէջ , երբ բնութիւնը
զիրենք այդչափ կանուխ կ'արթնցունէ , միշտ խո-

հետութիւն է ժամանակ մ'եւս սպասել , բայց այդ
ալ առ առաւելն մինչեւ 20 տարեկան հասակը :

§ 94. Հետազօտութեամբ և փորձառու-
թեամբ համոզուած եմ թէ ժամանակին ամուսնա-
ցող և տղաբերող կին մը աւելի կը դեղեցկանայ
և կ'ուժաւորի , թէ՛ առաջին ծննդապահութեան
(լօսուսալըք) մէջ կանոնաւոր վարմունքով անվնաս
մնացող կիներ իւր յաջորդ տղաբերքներով աւելի
կ'աւողջանայ : Կիներ կը ճանչնամ որ 10—12 և
մինչեւ իսկ 20 դաւակ ծնանելէ ետքն իսկ կատա-
րելապէս աւողջ մնացած և տանտիկնութեան տա-
րիքնուն մէջ ալ հրապուրիչ գեղեցկութիւն մ'ու-
նեցած են . այս վիճակը սովորապէս այն կանանց
յատուկ է որ իրենց արբուժքի սկզբնաւորութենէն
2—3 տարի ետք , այսինքն 16, 17, 18 տարիքնուն
մէջ կ'ամուսնանան : Անոնք որ 20 էն ետքի կը
մնան , շատ դժուարաւ մեր ըսած վիճակը կ'ու-
նենան : Ասոնք ծննդապահութեան մէջ ենթակայ
կ'ըլլան յանկարծահաս հիւանդութեանց . ծննդա-
գործարանք ուժգնապէս կ'ընդարձակուին , որով
իրենց նախկին վիճակին մէջ չեն կրնար մտնել և
մարմնոյն միւս մասերուն գիրգ ու աւողջ երեւոյթ
մը չեն տար , վասն զի հիւթերը պէտք եղած չափով
չեն տարածուիր մարմնոյն մէջ , որպէս է՝ դեռատի-
ներուն քով : Այս պարագային մէջ ծիծերը կը
հիւծին , դէմքի գոյնը կը դալկանայ գլխաւորապէս :

§ 95. Մարդ որչափ տարիքն առնէ , պա-
րագաներն այնչափ մտածել կու տան : Մէկ քանի
հեղինակներ ըսած են թէ կնոջ յղանալու կարող-
ութիւնը 20 տարեկանէն սկսելով մինչեւ 40 տա-

րիքը կը տեւէ . բայց այսու կարծելու չէ թէ աղ-
ջիկ մը 25 կամ 30 տարեկան հասակին մէջ ամուս-
նացած ատեն ալ այդ կարողութիւնը կրնայ տե-
ւել մինչեւ 45 կամ 50 տարիքն :

Նոյնպէս՝ կարելի չէ ընդունիլ նաեւ թէ 1½
տարեկան հասակին մէջ առաջին տղաբերքն ունե-
ցող աղջիկ մ'ալ 3½ տարու ըլլալէն ետքը կը կոր-
սընցունէ այդ կարողութիւնը : Ընդհակառակն, ես
կը կարծեմ թէ երբ կատարելապէս առողջ աղջիկ
մը 16 տարեկան եղած ատեն և կամ արքունքի
սկզբնաւորութենէն 2—3 տարի ետքը ամուսնա-
նայ , այդպիսին 40 տարեկան եղած ատենն ալ
կրնայ պահել իւր այդ կարողութիւնը , վասն զի
առաջին տղաբերքներն այնչափ յոգնեցուցած չեն
ըլլար զինքն , եւ ընդհակառակն զօրացուցած և
գեղեցկացուցած ըլլալով մարմինը , նպաստած
կ'ըլլան այդ կարողութիւնն ընդերկար պահելու :

Արդարեւ , այս մասին շատ տարբեր կարծիք-
ներ կան . հեղինակներ կան որ կ'ըսեն թէ աղջիկ
մը 25 տարեկանէն առաջ պէտք չէ ամուսնանայ .
ոմանք ալ 30 տարեկանէն առաջ պէտք չէ կ'ըսեն :
Ուրիշներ ալ կ'ըսեն թէ կին մը 36 տարիքին մէջ
այլ եւս կը դադրի կամ դադրեցունել պարտի
սերնդագործութիւնը : Այդ պարագային մէջ կին
մը որչափ ժամանակ կրնայ ունենալ ինքզինքը
սերնդագործութեան նուիրելու համար : — Բայց
ասոնք երկրորդական բաներ են : Իմ գլխաւոր
նպատակս է համոզել թէ ամուսնութեան ժամա-
նակն անցունելու չէ , վասն զի սա՝ ճշմարիտ է թէ
իգական սեռին առողջութիւնը այդ բանէն կա-

խուս ունի : Միայն է ըսել թէ 16—18 տարեկան
աղջիկ մը շատ կանխահաս է ամուսնութեան , և
թէ այդպիսի դեռատի մայր մը ենթակայ է վտանգ-
ներու : Ծիշդ այդ ժամանակն է որ օրիորդը նուազ
ենթակայ է այն վտանգներուն : Խնական ծնունդ
մը , որ բնութեան սահմանած վայրկենին տեղի
կ'ունենայ — ինչպէս է ծննդոց մեծագոյն մասը —
վտանգաւոր բան մը չէ մանկամարդի մը համար ,
և մարդկային իրաւանց դէմ յարձակում կը հա-
մարիմ այդ գործողութիւնը վտանգաւոր ցուցու-
նել այնչափ՝ որչափ չէ : Արգելել պէտք է այդպիսի
հեղինակներու ձայնը , վասն զի շատ նոր հարսեր
ասոր անոր կողմէ ցուցուած երկիւղներէն այնչափ
կ'ահաբեկին որ այդ վախը իրենց հոգւոյն վրայ
ներգործելով , իրօք վտանգաւոր վիճակներու
կ'ենթարկեն իրենց մարմինը :

§ 96. Երբ մանկամարդ մը իմ ցուցուցած
վիճակիս մէջ կը գտնուի (§ 93) մայր ըլլալու
առիթը թող չի մերժէ , ըսելով թէ յղութեան հե-
տեանք եղած նեղութեանց դէմ դնելու համար
դեռ շատ փոքր է : Վախնալու բան չի կայ : Թող
հեաեւ ընութեան օրէնքին և ապահով թող ըլլայ
թէ թեթեւ ու դիւրին տղաբերքի մը երջանկու-
թիւնն ու մայրական խինդերը պատրաստ կան իրեն
համար : Անկէք ետքն ալ ժուժկալութեան կանո-
նին հնազանդելով , ընդերկար պիտի կրնայ վա-
յելիլ սերնդագործելու կարողութիւնը :

Օրիորդ մը որչափ ուշ ամուսնանայ , այնչափ
քիչ են այդ ասպարէզին մէջ սննդաւրի խինդերը ,
և այնչափ անհաստատ՝ իւր այդ գործը : Ասիկա

այնպիսի գործնական սկզբունք մ'է, որ շատ կիշներ կը հաստատեն ագոր ճշմարտութիւնը :

§ 97. Սակայն էրիկմարդուն համար խնդիրը տարբեր է, վասն զի սիրոյ պտուղը իւր մէջ կրողը, մեղացանողն ինք չէ : Արական ծննդագործարանները, որ սաղմին կազմութեան կը ծառայեն, իգականներուն պէս որեւիցէ ժամանակէ մը ետքը չեն կորսնցունել իրենց ընդլայնման կարողութիւնը :

§ 98. Բնութիւնը գեղեցիկ սեռին տուած չէ էրիկմարդուն ունեցած այն ուղիները, որ մասամբ՝ հիւթերը մարմնոյն մէջ վերադարձունելու, և մասամբ՝ թանձրացեալ հիւթը մարմնէն դուրս հանելու կը ծառայեն : Արական սեռին ծննդական ներքին կազմուածքը պէտք չունի ընդլայնման ճիգերու, ինչպէս է՝ կանանցը, որ թեթեւ կարծրութեամբ մը սաղմը կը նեղէ և ծնունդը կը դժուարացունէ :

§ 99. Էրիկմարդը սերնդագործութեան մէջ վայրկենական աշխատութիւն մ'ընի միայն, և այդ նպատակին հասնելու համար ալ բաւական է որ իւր սերմն առողջ ու լաւ ըլլայ . կնոջ պէս՝ ներքին գործարաններու չափազանց կարծրութիւնը արգելք մը չէ այդ գործին : Ուստի 18, 20 կամ 25, ինչ որ ալ ըլլայ իւր տարիքը, ամուսնանալու համար, տարբերութիւն չընեն իւր վրայ :

§ 100. Ինչպէս որ ըսած եմ արդէն, չափաւորութիւնը թէ առն և թէ կնոջ համար պահանջելի է, և այս գործին մէջ այրը քանի՜ չափաւորութեամբ վարուի, այնչափ ընդերկար կրնայ վայելել այդ կարողութիւնը : Ինչպէս որ տարապաշ-

ման չափազանցութեամբ առ առաւելն մէկ տարուան մէջ մարդ կրնայ սպառել իւր սերնդագործական կարողութիւնը, այդպէս ալ, ընդհակառակն, կրնայ պահել այդ կարողութիւնը մինչև 50, 60 տարեկան հասակին մէջ, և աւելի իսկ՝ եթէ չափաւորութիւնը ձեռքէ թողած չըլլայ :

Ասոր օրինակները շատ հազուագիւտ չեն, և անոնք ալ բացառութիւններ չեն համարուիր, վասն զի սերնդագործելու երկարատեւ կարողութիւնը այդ մարդուն բնութեան մէջ կայ արդէն, և կըրթութեան, կենցաղավարութեան սխալի մը և կամ արկածի մը պատճառաւ է որ այդ ոյժը ժամանակէն առաջ կը կորսուի, եթէ երբէք այրը այդ գործին չափազանցութեամբ տկարացուցած չըլլայ ինքզինքը :

Այս վիճակը յաճախադէպ է այժմ, և այդ իսկ կարելի է հետեւցունել այն յաճախակի բարբառանքներէն որոնցմով կը պարծին նորփեսաներն իրենց ոյժին և ցուցուցած փորձերուն վրայ : Ասոնք չեն մտածեր թէ յամրադեցիկ թոյն մ'է այդ, որով կը փճացունեն իրենց ոյժը . կանայք իրենց օրէնք ընելու են այդ գործին մէջ իշխողութեան սանձն իրենց ձեռքը պահել :

§ 101. Նոյնպէս, աւելորդ չեմ համարիր յաւելուլ թէ սիրոյ առարկային փոփոխութիւնը տկարացուցիչ միջոց ու պատճառ մ'է էրիկմարդուն համար, թէպէտեւ ի սկզբան մեծ գրգռութիւն կը պատճառէ : Նախ թէ երեւակայութիւնը այդու շատ կը գրգռի և իւր չափազանց ուժգնութեամբը տակաւ կը բխանայ, և երկրորդ թէ՝ մարմնոյն ծծած

հիւթերուն տարբերութիւնը միշտ առողջարեւի չէ : Այն ամուսնութիւնները՝ որոնց մէջ այր և կին իրարու հաւատարիմ են , բարոյապէս չինիչ յատկութիւն մ'ունենալէ զատ ֆիզիքական տեսակէտով ալ շատ առողջարար են : Ադոնց մէջ է որ կը գտնուին քաջառողջ զաւակներ , և այր ու կին ընդերկար կը պահեն լծակցական հաճոյքը վայելելու կարողութիւնը :

Գ Լ Ո Ւ Խ Ժ .

ԺՈՒԺԿԱԼՈՒԹԻՒՆԸ ԿԱՐԵԼԻ ԸՆԵԼՈՒ ՀԱՄԱՐ
ՄԵԿ ՔԱՆԻ ԽՈՐՀՈՒՐԴՆԵՐ

§ 102. Ընթերցողացս անհաճոյ եղած չեմ ըլլար , յուսամ , երբ այս գրքիս մէջ երկու խօսք ալ ընեմ ժուժկալութեան համար :

Երիտասարդաց շատերը կը գանգատին ժուժկալութեան ստիպումէն . կը կարծեն թէ հրապուրանքը շատ է , թէ՛ ներկայիս մէջ գեղեցիկ սեռին գործածած զգեստներն ու արդուզարդերը շատ դիւրաւ կը բորբոքեն արիւնը , և անգամ մը արթնցող դրդումն անկարելի կ'ըլլայ զսպել :

Նախ սա ըսեմ թէ իդական սեռին այժմուս նորատեսակ զգեստաւորման եղանակը հիներէն ընդօրինակուած է : Հելլենոսիք ալ այժմու մեր հնարամիտ արուեստագէտ կանանց չափ լաւ գի-

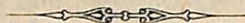
տէին էգ մարմնոյն հրապոյրներն աչքի զարնել տալու գաղտնիքը . սակայն անկարելի է ըսել թէ անոնք գաղափար չունէին զգաստութեան և պարկեշտութեան վրայ : (Մէկ քանի անառակ կանանց վիճակովը և աղաւաղեալ աւանդութիւններով ամբողջին վրայ գաղափար կազմել ուղիւր չափազանցութիւն եղած կ'ըլլայ) :

Գեղեցկին համար զգացուած սէրն իսկ կը կորսուի զգայական հեշտանաց մէջ :

Ժուժկալութեան համար տալիք առաջին խորհուրդս սա է թէ՛ ամէն ոք տեւական վայելքի մը մէջ գաղափարելու է Գեղեցիկը , և մտադրելու է հաստատապէս թէ առողջ մարմին մը , ամենայն կարողութեամբ բան մը գոյացունելու համար սպիտեալ ժուժկալութիւն կը պահանջէ , և թէ՛ շատ դժնդակ ու վնասաբեր է՝ մարմինը վատառողջ վիճակի մը մէջ դնելէ և ունեցած ոյժն ալ յանցապարտ վարմունքով կորսնցունելէ ետքը ստիպուած ըլլալ այդ ժուժկալութեան : Այս գաղափարն իսկ արդէն չափաւորութիւն յառաջ կը բերէ :

Երկրորդ խորհուրդս ալ զբաղումն ու աշխատութիւնն է : Բարեկամներէս մին այդ մոլութեան մէջ ինկած էր բաւական . զանազան ձախորդութիւններ թշուառացուցին զինքն , որով ստիպուեցաւ օրուան մէջ հազիւ մէկ քանի ժամ միայն ննջելով , գրեթէ տարի մը շարունակ աշխատիլ . այդ ամբողջ ժամանակին մէջ անգամ մ'իսկ չդրդուեցաւ սիրոյ հաճոյքը վայելելու : Ինքնօգնութեան գաղափարն ա՛յն աստիճան հաստատ կերպով արմատացած էր

հիւթերուն տարբերութիւնը միշտ առողջաբեր չէ։ Այն ամուսնութիւնները՝ որոնց մէջ այր և կին իրարու հաւատարիմ են, բարոյապէս չինիչ յատկութիւն մ'ունենալէ զատ ֆիզիքական տեսակէտով ալ շատ առողջարար են։ Ադոնց մէջ է որ կը գտնուին քաջառողջ զաւակներ, և այր ու կին ընդերկար կը պահեն լծակցական հաճոյքը վայելելու կարողութիւնը։



Գ Լ Ո Ւ Խ Ժ.

ԺՈՒԺԿԱԼՈՒԹԻՒՆԸ ԿԱՐԵԼԻ ԸՆԵԼՈՒ ՀԱՄԱՐ
ՄԵԿ ՔԱՆԻ ԽՈՐՀՈՒՐԴՆԵՐ

§ 102. Ընթերցողայտ անհաճոյ եղած չեմ ըլլար, յուսամ, երբ այս գրքիս մէջ երկու խօսք ալ ընեմ ժուժկալութեան համար։

Նրիտասարդաց շատերը կը գանգատին ժուժկալութեան ստիպումէն. կը կարծեն թէ հրապուրանքը շատ է, թէ՛ ներկայիս մէջ գեղեցիկ սեռին գործածած զգեստներն ու արդուզարդերը շատ դիւրաւ կը բորբոքեն արիւնը, և անգամ մը արթնցող դրդումն անկարելի կ'ըլլայ զսպել։

Նախ սա ըսեմ թէ իգական սեռին այժմուս նորատեսակ զգեստաւորման եղանակը հիներէն ընդօրինակուած է։ Հելլենուհիք ալ այժմուս մեր հնարամիտ արուեստագէտ կանանց չափ լաւ գի-

տէին էգ մարմնոյն հրապոյրներն աչքի զարնել տալու գաղտնիքը. սակայն անկարելի է ըսել թէ անոնք գաղափար չունէին զգաստութեան և պարկեշտութեան վրայ։ (Մէկ քանի անառակ կանանց վիճակովը և ալաւաղեալ աւանդութիւններով ամբողջին վրայ գաղափար կազմել ուղեւը չափազանցութիւն եղած կ'ըլլայ)։

Գեղեցկին համար զգացուած սէրն իսկ կը կորսուի զգայական հեշտանաց մէջ։

Ժուժկալութեան համար տալիք առաջին խորհուրդս սա է թէ՛ ամէն ոք տեւական վայելքի մը մէջ գաղափարելու է Գեղեցիկը, և մտադրելու է հաստատապէս թէ առողջ մարմին մը, ամենայն կարողութեամբ բան մը գոյացունելու համար սպիտեալ ժուժկալութիւն կը պահանջէ, և թէ՛ շատ դժնդակ ու վնասաբեր է՝ մարմինը վատառողջ վիճակի մը մէջ դնելէ և ունեցած ոյժն ալ յանցապարտ վարմունքով կորսնցունելէ ետքը ստիպուած ըլլալ այդ ժուժկալութեան։ Այս գաղափարն իսկ արդէն չափաւորութիւն յառաջ կը բերէ։

Նրկրորդ խորհուրդս ալ զբաղումն ու աշխատութիւնն է։ Բարեկամներէս մին այդ մոլութեան մէջ ինկած էր բաւական. զանազան ձախորդութիւններ թշուառացուցին զինքն, որով ստիպուեցաւ օրուան մէջ հազիւ մէկ քանի ժամ միայն ննջելով, գրեթէ տարի մը շարունակ աշխատիլ. այդ ամբողջ ժամանակին մէջ անգամ մ'իսկ չդրդուեցաւ սիրոյ հաճոյքը վայելելու։ Ինքնօգնութեան գաղափարն ա'յն աստիճան հաստատ կերպով արմատացած էր

իւր մտքին մէջ որ իւր նպատակին հասնելէ զատ ուրիշ բանի վրայ չէր խորհեր, և ժամանակ անցնելէ ետք իւր դրդումն ալ չափաւորուելով՝ փրկուեցաւ իւր մոլութենէն:

Երրորդ խորհուրդս իգական սեռին կը վերաբերի: Կանայք, ընդհանրապէս, օրինաւորապէս ամուսնացեալ ըլլան, թէ՛ ոչ, — վասն զի հետաւորութեան զոհերը նոյնն են միշտ — այնպէս նկատուելու են թէ իրենց սիրոյն առարկան թանկագին մեքենայ մ'է, որ շատ գործածուած ատեն ո'չ միայն կը բթանայ, այլ կը կորսնցունէ իւր տոկոսութիւնը:

Երբ այդ և կին մտադրեն երկար ու երջանիկ կեանք մը վայելել, շատ դիւրին է իրենց հպատակիլ չափաւորութեան, որ քաջողջութիւն կու տայ իրենց, որ կ'աւելցունէ իրենց խինդերը և խաղաղ ու անքոյթ ապագայ մը կ'ապահովէ:

Արդարեւ, կրթեալ կանանց հետ տեսակցութիւն ունենալը աւելի յարմար է ժուժկալ մնալու համար, քան թէ գեղեցիկ սեռէն հետու ապրիլը. վասն զի այս վերջին պարագային մէջ երեւակայութիւնը կը գրգռի լկտի պատկերներով, և առիթ կ'ընծայեցունէ հակաբնական չուայտութեանց: Մարդ աշխատելու է յոգնելու չափ, այնպէս որ անկողին մտած ատեն անմիջապէս քնանայ: Առաւօտուն արթնցած ատեն անմիջապէս ցատքել ելնելու է անկողինէն առանց ընդերկար մնալու հոն, որպէս զի երեւակայութիւնը չմարմաջի հեշտախտիկ պատկերներով:

Սեռային խիզախ դրդումը հանդարտեցունելու համար լաւ է պաղ ջուրով լուալ ծննդագործարանս

ները: Պէտք է պատուաւոր ընկերութեանց, բարոյական շրջանակներու մէջ մտնել, ուր անպարկեշտ խնդրոց վրայ չի խօսուիր յաճախել այն ժողովներն ուր բարոյաւոր ու կրթեալ կիներ և օրիորդներ միայն մուտք ունին: Պէտք չէ առանձին մնալ, վասն զի առանձնակեցութիւնը հեշտագրգիռ զգացմանց շատ առիթներ կ'ընծայեցունէ երեւակայութեան: Մասնաւորապէս յանձնարարելի է նաև կերպութեան խիստ կանոնաւորութիւն, այսինքն շատ անդաւոր կերակուրներէ և արիւնն ու ջլային դրութիւնը պրզող խմելիքներէ հետու մնալ: Արդէն չորրորդ գլխուն մէջ մէկ քանի միջոցներ ցոյց տուած եմ. եթէ ընթերցողներս հետեւին անոնց, անշուշտ եմ որ զգաստ կը մնան:

Յ Ա Ի Ե Լ Ո Ի Ա Մ

ՍԵՆԱՅԻՆ ԳՐԴՈՒՄ ՅԱՌԱՋ ԲԵՐՈՂ ԿԱՄ ԳՐԴՈՒՄ ԴԵՂԵՐՈՒՆ
ՎՆԱՍԱՎԱՐՈՒԹԵԱՆ ՎՐԱՅ

§ 1. Կարծեմ թէ հոս այնպիսի խնդրոյ մը ձեռք զարկի, որ արժանի է մարդկային ցեղին օգտակար ըլլալ ուղղող անձի մը քննութեան ենթարկուելուն:

Մեր ուշադրութիւնը գրաւող բանը՝ յաճախ մեծ չարիքներու պատճառ եղող այդպիսի դեղեր-

ուն զեղծումը չէ լուր, այլ անոր ուղիղ գործածութիւնն ալ պէտք է որոշել, ցուցունելու համար թէ մինչև որ աստիճան կրնան գործածուիլ, և երբ անհրաժեշտ է ադոնց գործածութիւնը: Նոյն իսկ բարոյական տեսակէտով ալ կարելի է ըսել թէ սեռային դրդումը գրգռող այդ դեղերու գործածութիւնը որ պարագայի մէջ ներելի, և երբ դատապարտելի է: Սակայն այդ կէտը բժշկին չի պատկանիր, վասն զի սա միայն մարմինը և անոր պահպանումը տեսակէտ ունի իրեն, թէպէտ անուրանալի է թէ բարոյական զգացումն ալ մեծ ազդեցութիւն ունի մարմնոյն քաջառողջ կամ տկար ըլլալուն վրայ:

§ 2. Երբ մարմնոյն վատառողջութիւնը ձեռք առնենք, այսինքն մարդուս սերնդագործելու անկարողութիւնը դարմանելով, անոր սեռային կարողութիւնը վերահաստատել ուզենք, արդարեւ դեղերու պէտք ունինք. բայց ադոնք բժշկական դեղերու կը պատկանին և չեն այն դեղերը զորս առողջ անձինք կը գործածեն այն նպատակաւ:

§ 3. Ըսել չեմ ուզեր թէ սիրոյ կամ լաւ եւս հեշտանքի զոհաբերութիւններ ընելու համար դեղեր փնտռող և այդ գործին մէջ իւր դրդումը զօրացունողը բնութեան սահմանէն դուրս չեղներ, չի վնասուիր. ընդհակառակն, այդպիսին կը հակառակի բնութեան, կը բռնադատէ իւր մարմնեղէն մեքենան՝ անոր ընթացքին հապճեպ արագութիւն տալով, և հետեւապէս ժամանակէն առաջ կը մաշեցունէ զայն և աւերմանը պատճառ կ'ըլլայ:

Մարդ չյարգելով այս ճշմարտութիւնը, յաճախ,

գիտնալով կը մեղանչէ. իր հեշտանքի զգացումը կը յաղթէ ամէն բանաւոր պատճառի. և երբ մարդ անգամ մը վարժուի, ապագային մէջ վատոյժ մնալը հոգ չընելով, վայրկեանական հաճոյք մը վայելելու կարելիութենէն օգուտ քաղել, ադկէ յառաջ գալիք վնասը չի տեսներ:

§ 4. Այդպիսի պարագաներու մէջ է, ահա, որ մարդ իրեն առաջարկուած որ և իցէ դեղը կը գործածէ առանց հարցունել փնտռել իսկ ուղելութէ մի՛ գուցէ վնասակար և մինչև իսկ մահաբեր հետեւանքներ ունենայ իւր մարմնոյն վրայ:

Վերջապէս, մէկ խօսքով, սեռային դրդումը զօրացունելու և բարձրացունելու նպատակաւ դեղ գործածելը, ինչ պարագայի մէջ որ ալ ըլլայ, մեծ ու անդարմանելի սխալ մ'է:

Շատեր, իմ ճանչցածներէս, մեռած են այդ տեսակ դեղերու գործածութեամբ:

Բայց ոչ թէ մահացու ըլլալու չափ շատ քանակութեամբ, այլ սեռային դրդումը գրգռելու համար առնուած քիչն անգամ, զանազան պատճառներով, ակնկալուած արդիւնքը չունենար. նախ՝ թէ իւր առթած սաստիկ գրգռութիւնը բնականին պէս հաճոյական զգացում մը յառաջ չբերելէ զատ, ընդհակառակն՝ ապա ջիղերու շատ ցաւազին կծկումներ և հետեւապէս, չափազանց մեղկութիւն և ջլատութիւն կը պատճառեն:

Անկէց ետքը յառաջ կու գայ գործարանին այն յամառ կծկումները, որք տակաւ ցաւազին այրուցքի մը կրնան համնիլ. այդ պարագային մէջ եթէ հեշտասէրը անխոհեմ փութաջանութեամբ վերսկսի իւր

հեշտանքը, սերմի տեղ արիւն կը հոսէ միզանցքէն Աստուած պահէ մարդ այդպիսի ցաւերէ : Ասկէ զատ, նոյն իսկ գործողութիւնը ցաւագին կ'ըլլայ և այդ գերագրգիռ մոլուցքը այնպիսի իմն կը յարձակի մարմնոյն, որ շատ անգամ կատարեալ անկարողութիւն մը կը հետեւի և մարդ կը զրկուի այն հաճոյքէն իսկ որուն առաւելութեանը կը բաղձար :

Վնասակար են նաեւ ամէն ուրիշ զօրաւոր գրգռիչք . իսկ նուազ վնասակար են բնական զօրացուցիչ (բայց ոչ գրգռիչ) դեղերը :

§ 3. Ո՛վ որ բնութեան տուած միջոցներէն չկրնար օգտուիլ, ո՛վ որ անզգայ է բնական զգացումներու, այնպիսին թող չփորձէ ուժգին գրգռիչ դեղեր գործածել . թող վստահ ըլլայ թէ ազոնք քիչ ժամանակէն կատարեալ վատոյժութիւն մը պիտի տան իրեն :

Բայց այս ըսել է թէ այդպիսին չկրնար վերստանալ իւր խինդերը : Ծննդագործարանք իրենց գործին ու արդիւնքին նկատմամբ մարմնոյն ընտրելագոյն մասը կը կազմեն . բայց իրենց դիրքովը, մարմնոյ մնացորդ մասին հետ բաղդատմամբ, շատ իմաստուն և սքանչելի կարգադրութեամբ, երկրորդական կարեւորութիւն ունեցող տեղ մը կը բռնեն և կենսական ոյժին այն ատեն վնասակար կ'ըլլան, երբ իրենց վրայ ուրիշ հիւանդութիւններ երեւան գան—որոնց մանրամասնութեան մոռնելու հարկ չի կայ հոս — և այդ հիւանդութեանց ապականութիւնը կենսական ոյժին հետ առճնշութիւն ունեցող ուրիշ կարեւոր գործարանաց վրայ ներգործէ :

§ 8. Բայց, այսու ամենայնիւ, ըսել չեմ ուզեր թէ ամոլներէն մէկին կամ միւսին թմրած գրգռութիւնը պէտք է գարմանել : Բժշկին ձեռքով տրուած դեղերը, կանոնաւոր չափերով, զարթունի մը յառաջ կը բերեն : Մոռնողն ալ մեծ դեր ունի ազոր մէջ : Մանաւանդ՝ մէկ երկու գաւաթ տաք զինի (դարիճկնիկով խառն), ուժով արգանակ մը շատ լաւ արդիւնքներ ունեցած են իմ հիւանդներուս վրայ :

§ 11. Վերջապէս, եղրակացունելով խօսքս, կ'ըսեմ թէ ամէն ոք լաւ կ'ընէ երբ այդ դրդման գրգռութիւնը բնութեան թողու . թէ՛ առողջ մարդը պէտք չունի այդ զօրացուցիչ դեղերուն, թէ՛ հիւանդն ալ պարտի քննել և դարմանել տալ իւր հիւանդութիւնը :

Վերոյիշեալ անկանոն վիճակներուն համար ըսուածը ընդհանրապէս կարելի է ընդունիլ նաեւ մարմնոյն ուրիշ տկարութեանց համար : Կերառութիւնը, ամբողջ կենցաղավարութիւնը պէտք է որ գլխաւոր մասն կազմեն դարմանման բժշկին տուած դեղերը առանց ազոնց օգուտ չունին : Բժշկին գլխաւոր գործը՝ պարագաներու զանազանութիւնը մասնաւորելն է : Երբ խնդիրը երիտասարդական հասակի մէջ սեռային կարողութեան նուազութիւնն ըլլայ, երկու պարագաներ կան մտածելու . կամ այդ անձը արդէն վատառողջ մէկն է, որուն ամբողջ գործարանները և մասնաւորապէս մկանները զօրաւոր և արտադրիչ ոյժ չունին, կամ թէ՛ ադ անձն ուժեղ է բայց այս գործին մէջ միայն չի կրնար պէտք եղածին չափ տոկալ : — Վատառողջ անձի

մը գրգռիչ դեղ տալ ուղեւը, եթէ ոչ անոր կեանքին, գեթ անոր առողջութեան հետ դաւաճան խաղ մը խաղալ է։ Այս պարագային մէջ ալ բժշկին պարտքն է ամենակատարեալ ժուժկալութիւն պատուիրել։

ԱՌՈՂՋ, ԶՕՐԱԴՈՐ ԵՒ ԲԱՐԵԿԱԶՍ ԶԱՒԱԿՆԵՐ
ՄԵԱՆԵԼՈՒ ԱՐՈՒԵՍՏԸ

Այս արուեստը գաղտնի միջոցներու և դեղերու վրայ հիմնուած է։ ադոր գաղտնիքն է առն և կնոջ կատարեալ յարմարութիւնը. և երկու կողմին ընտրութեան համար պէտք եղածն ալ գրած ենք նախընթաց գլուխներուն մէջ։ Բայց տկարակազմ ամուսնին ալ կրնան առողջութեան բարեկազմ զաւակներ ծնանիլ, երբ կանոնաւոր կեանք վարեն, և սեռային դրդումը գոհացունելու մէջ չափը չանցունեն։ Վատառողջ այր մը և զօրաւոր ու առողջ կին մը շատ առողջ զաւակներ կը ծնանին յաճախ, բայց ասոր հակադարձը միշտ նոյնը չըլլար։ Սակայն, լաւագոյնն ա՛յն է որ այր և կին հոգեւով ու մարմնով առողջ ու զօրաւոր ըլլան։ Ասկէ զատ, պէտք է նաեւ միասիրտ և միահոգի ըլլան, վասն զի բռնազբօսիկ կամ, սանկ ըսենք, պարտաւորիչ միաւորութիւն մը կա՛մ բոլորովին անպտուղ կը մնայ և կամ իւր արգասիքն եղող զաւակները միշտ գեղեցիկ ու զօրաւոր չեն ըլլար։ Ամուք պէտք է որ լծակցական հաճոյքը վայելեն, երբ յոգնած ու պարտասած կամ արբեցած, բանակուած,

բարկացած և յուզուած են։ Հիւանդոտ անձինք պէտք է որ ամուսնանան։ Հիւսիսաւոր, լուսնոտ, կծկունաւոր անձինք յաճախ անկարող կ'ըլլան ծննդագործելու, և վատառողջ՝ թշուառ զաւակաց ծննդեան պատճառ կ'ըլլան, մանաւանդ՝ երբ կինն ըլլայ այդ հիւանդութեանց ենթական։ Ամուք պարտին սեռային հաճոյից վայելումը կարելի եղածին չափ ուշկէկ գործադրել, որպէս զի յաջորդ անգամուն համար արգասաբեր հեղուկէն բաւականաչափ պատրաստուի։ մանաւանդ թէ այդու աւելի հաճոյական և զօրաւորապէս տեղի կ'ունենայ ամէն ինչ։ Պէտք է լաւ սնունդ առնել, գաղջ լոգանք ընել, պայծառ երկնից տակ շրջագայիլ, հաճոյալի առարկաներու հետ զբաղիլ, գձուծ ու նեղացուցիչ կիրքերէ հեռանալ. երգիծանքն ու փոխադարձ պարսաւն ամենեւին տեղի ունենալու չեն։ Ասոնցմէ զատ, կինը պարտի երեւակայական հաճելի պատկերներով զբաղիլ, գեղեցիկ մանչերու և աղջիկներու պատկերներ ու արձանիկներ ունենալ իւր շուրջը, վասն զի երեւակայութիւնը, հաւատացէ՛ք, դիւթական մեծ զօրութիւն մ'ունի այս պարագային մէջ։ Ամուք ամէն բանէ առաջ ջանալու են սեռնագործութեան արարողութիւնը մոլեգնաբար չկատարել, այլ՝ հանարողութիւնը մոլեգնաբար չկատարել, այլ՝ սիրոյ արբույթեան մէջ զիրար յանկուցանելով, — կարելի է այդ գործին համար գաւաթ մը գինիով թեթեւ իմն զօրացունել մարմինը, բայց ուժգին գրգռիչ դեղերը, դարձեալ կ'ըսենք, վնասակար են։

Հարսանեաց օրերուն մէջ կատարուած վնաս-
արեք կերութեամբնուն և հանդէսներուն վրայ
չենք ուզեր ծանրանալ հոս : — Գեղակազմ զաւակ
ծնանելու գլխաւոր միջոցը յղութեան ատեն յար-
մար վարժունք ունենալն է*) : Յղի կինը պարտի
զգոյ՝ կենալ ամէն տեսակ յոգնեցուցիչ աշխատու-
թիւններէ և սաստիկ կիրքերէ, յուզումներէ .
զգուշանալու է նաև — թերեւս ծիծաղին ըսածիս
— հաշմանդամ, ահաբեկիչ և զարհուրեցուցիչ ան-
ձերէ և տեսարաններէ . ըսել կ'ուզեմ, չսոսկալ**):

Յղութեան ատեն լծակցական յարարերու-
թիւնները հազուադէպ ըլլալու են : Յղի կիները
բաց, մաքուր օդոյ մէջ շարժումներ ընելու են

*) Յղիները շատ անգամ նեղիչ փախում մը կ'ունենան, որ
մինչև յղութեան կէսը կը տեւէ : Որչափ նեղիչ ըլլայ այդ, ան-
կարելի է կատարելապէս դադարեցունել, բայց կարելի է չափա-
ւորել : Ատիկա յառաջ կու գայ տեսակ մը ջղային գրգռումներէ, որ
յղիներուն յատուկ է : Եթէ այդ փախումները շատ ուժգին ըլլան
կը վնասեն Թէ մօրը և Թէ սաղմին, մանաւանդ Թէ՛ կրնայ ըլլալ
որ վիժման կամ կանխահաս ծնունդի մը պատճառ ըլլան : Արիւն-
աշատ կանանց համար ալ օգտակար է բազկէն երակահատումիւն
մ'ընել : ուստի, այս տեսակ յամառ փախումներու ատեն խոհեմ-
ութիւն է տան բժշկին խորհուրդ հարցունել, որ Թերեւս եթեր
(æther 15 կաթիլ), սառն, ափսոն և կամ ասոնց նման ամօրիչ դե-
ղեր կը տնօրինէ :

**) Գիտութիւնը տուած է այժմ իւր վճիռն այս մասին, այս-
ինքն Թէ՛ յղութեան մէջ կինը իւր հոգեկան կեանքին ալ մասնակից
կ'ընէ սաղմը և մօր եռանդուն երեւակայութիւնը կամ զարհուր-
անաց զգացումները խորապէս կ'ազդեն կազմակերպուող սաղմին
մարմնոյ վրայ : Առանց մօրն զգածման, այսինքն մինչև որ մայրը
չզգածուի, արտաքին առարկաները ազդեցութիւն չունին սաղմին
վրայ :

առանց մարմինը յոգնեցունելու . դիւրամարս ու-
տելիքներով անանելու են . և աւելի՛ բուսական :
Գործածելու չէ կծու համեմներ և ոգելից ըմպելիք :
Յղի կնոջ հեղութիւն պատճառող ամէն նեղ
զգեստ, ֆօրսէ, կապ մէկդի ձգելու է . թեթեւ,
բուրդէ և տաք պահող զգեստ մը բաւական է .
վնասակար են ամէն սարսեցուցիչ շարժումները .
նոյնպէս նաև՝ ջղային դրութեան վրայ ուժգին
ազդեցութիւն ունեցող յուզումները, սուր հոտերը,
ցուրտն ու տաքը : Ծանր բաներ վերցունելէ կամ
կրելէ զգուշանալու է : Այդու՝ չեն պատահիր նաև
կանխահաս ծնունդներ (վիժումներ), որք կենցաղ-
աւարութեան անկանոնութիւններէ դիւրաւ յա-
ռաջ կրնան գալ :

Ահա առողջ և բարեկազմ զաւակներ ծնա-
նելու ամբողջ գաղտնիքը այս է . այդ գաղտնիքն
ուրիշ տեղեր փնտռողը չարաչար կը սխալի :

Կանխահաս ծնունդի (վիժման) հակամէտ կին-
երը յիշեալ կանոններուն լաւ ուշադիր ըլլալէ զատ,
պարտին նաև երկաթաւոր հանքաջուրի մէջ լոգ-
նալ և խմել իսկ այդ ջուրէն, բայց ոչ թէ յղի
եղած ատեննին : Յղութեան ատեն շատ պառկե-
լու է, և որովայնն ու մէջքը շփելու է գինիի և
կամ ուրիշ ոգիներով (spiritus) :

Տղաբերքէն ետքը՝ զաւակին կաթ տալու խըն-
դիւրը կայ *) : Տղաբերքին հետեւող վազուկը և

*) Առողջ ու զօրաւոր կինը պէտք է որ իւր ստինքէն անու-

մորթին արտաշնչութիւնը (քրտնիւր) օգտակար են տղաբեր կնոջ : Տղաբերող կնոջ համար պէտք եղած բանը հանգիստն է . թէ՛ չուտով ոտքի ելնելը և թէ՛ մոտաորական կամ նրկական պատճառներով յառաջ եկած գրգռութիւնները շատ կը վնասեն իրեն : Տղաբերը ամէն բանէ առաջ չափազանցութիւններէ զգուշանալու է : Սեռային վայելքը, ինչպէս ըսած ենք նախընթաց գլուխներուն մէջ, պէտք է երկու և կամ ի հարկին երեք ամիս յետաձգել : Մայրը ձեռքէն եկածն ընելու է որ լոկ իւր կաթովը սնանի իւր զաւակը . բայց այդ ալ շատ երկար տեւելու չէ, այսինքն մինչեւ որ դաշտանահոսումն սկսի նորէն : Մայրը ընդհանրապէս ծամիսէն աւելի կաթ տալու չէ զաւակին, թէ չէ՝ շատ կը նեղուի : Իսկ եթէ այդ միջոցին մէջ դաշտանահոսումն ըսկսի, և կամ նոր յուլութիւն տեղի ունենայ, մայրը պարտի անմիջապէս դադարեցունել կաթ տալը :

* * *

Երկու խօսք ալ ծննդապահութեան (լօճուսա-

ցանէ զաւակը, եթէ կ'ուզէ շարունակ առողջ մնալ. Տղաբերքէն ետքը կաթ տալու անկարող չըլլալու համար ալ, մէկ քանի ամիս առաջ պատրաստուելու է աղոր. այսինքն՝ օղիով լուալու է պլոտկունքը : Տղաբերքէն 12 ժամ ետքը պէտք է որ մանուկը ստինքին դուրս, որպէս զի կաթը չփախի և ուրիշ հիւանդութեանց տեղի չտրուի . Եթէ տղաբերի ջերմ ըստածը (բայց այս շփոթելու չէ կաթի ջերմ ըստածին հետ, զոր ամէն տղաբեր կին կ'ունենայ . բնական է այդ) երեւան գայ, որ այդ ալ արգանդի, իգափողին, ձուարանի և ստորին որովայնի գործարաններուն բորբոքումներով կ'ըլլայ, այդ ատեն անպատճառ բժշկի ցուցունելու է :

(ըք) վիճակին : Այդ միջոցին, դրացի կամ բարեկամ կանանց «աչքի լոյսի» այցելութիւնները յետաձգուելու են : Ծննդապահ կնոջ սնունդին համար օգտակար են մսի ջուր, բրինձ, մուրկ, մածուցիկ դեղեր և խմելիք : Եթէ փորը չեղնէ, վնաս չունի մէկ երկու օր սառածիկ լուծողական դեղ տալու չէ : Սալորը ջուրին մէջ եփելէն ետքը այդ ջուրին գործածութիւնը վնաս չի տար : Կնուսքի առթիւ տրուած խնճոյքն ու հանդէսը, յաճախ, մեծ վնասներ կուտան ծննդապահին : Այս պատճառաւ 6—8 շաբաթէն առաջ կատարելու չէ կնուսքը, վասն զի այդ առթիւ ծննդապահ կինը կը ստիպուի ցուցուած առողջապահական կանոններու հակառակ գործել :

Այս պայմաններով՝ երախտն կը բարգաւաճի և մայրն առողջ կը մնայ և կրնայ աւելի եւս առողջ ու գեղեցիկ զաւակներ ծնանիլ .

ԱՌՆ ԱՆԿԱՐՈՂՈՒԹԻՒՆԸ

Սիրոյ յուայտութիւնները, սերմին՝ ժամանակէն առաջ սպառուումը, յոգնեցուցիչ մտաւոր աշխատութիւնները, ոգելից ըմպելիքի չափազանց գործածութիւնը, հիւանդութիւնը, որեւիցէ մէկ կողմին անդամալուծութիւնը յաճախ անկարող կ'ընեն այրը սեռային յարաբերութեան : Բայց այդ վիճակները կրնան բարւոքիլ առաքինի կեանքով, ժուժկալութեամբ, պաղ ջրով լուացմամբ, լոգնալով, տուշով : Ուստի, այս վիճակները դարմանելու

համար ճարտար բժշկի մը դիմելու է։ — Ակամայ սերմերթութեան վրայ արգէն գրած ենք։ — Եթէ ստամոքսի խանգարումներ ըլլայ պատճառը, պէտք է ստամոքսը զօրացունող դառնահամ դեղերով վերահաստատել մարսողութիւնը։ Համեմ, վերմութ և քինքինա կրնան գործածուիլ այս պարագային մէջ։

Երբ մարմինը կանոնաւոր սնունդ առած չըլլալուն համար տկարացած ըլլայ, պէտք է հաւկթախառն կաթ, հաւու և աղաւնիի միս, զօրաւոր մսի ջուր և մինչև իսկ գորտ ու կրեայ ուտել։ Իսկ խմելիքի համար յարմարագոյն է լաւ հին գինին որ կ'օգնէ մարսողութեան։ Լաւ խմորուած զօրաւոր գարեջուրն ալ օգտակար է։ Չափաւոր քունն ու հանգիստն ալ պէտք է որ համաձայն ըլլան աշխատութեան ու յոգնութեան հետ։ Մաքուր օդոյ վայելքն ալ մոռնալու չէ. ամենեւին գործածելու չէ ուրիշ որեւիցէ քիմիական կամ գաղանի բաղադրութեամբ դեղեր։

Սեռային գործարանաց թերութիւնները, հաշմութիւններն ու տձեւութիւնները կանոնաւորելը բժշկին գործն է։ Արուեստը մեծ դիւրութիւններ ունի այժմ, որոնցմով կրնայ ծննդագործարանաց շատ անբնական վիճակներ բնական ու կանոնաւոր վիճակի մը վերածել։

Էրիկմարդուն անկարողութիւնը կարծուածէն աւելի հազուադէպ է։ Անդաւակ ամուսնութեանց մեծագոյն մասին մէջ պատճառը կրնն է։ Էրիկմարդուն անկարողութեան պատճառը կամ ընդհանուր է, կամ տեղական։ Մարմնական խօթութիւն, վերջին աստիճանի հիւժախտ, ամբողջական

ծիւրում, ողնածուծի կամ ուղեղի հիւանդութիւններ և ծերութիւն յաճախ պատճառ են անկարողութեան։ Այս կարգէն են նաեւ այն հիւանդագին վիճակները, որք սեռային չափազանց շուայտութիւններէ յառաջ եկած մեծ սպառումներէ կը ծագին։ Գիշութեան երկարամեայ սովորութիւնն ալ յաճախ աղէպ պատճառ մ'է անկարողութեան։ Ասկէ զատ, մարդ անկարողութեան ենթակայ կ'ըլլայ նաեւ աղմարդ անկարողութեան ենթակայ կ'ըլլայ նաեւ աղջութեան և ուրիշ մտաւոր խանգարման ատեն։ Էրիկմարդուն անկարողութեան տեղական պատճառներուն կարգէն են նաեւ ամորձիքին ուռէցքը, գաղիական փստի և քաղցկեղանման այտումները։ Վերջապէս կարգ մը ուրիշ պարագաներ ալ կան որ անկարողութիւն յառաջ կը բերեն և որոնց պատճառը յայտնի չէ. տարբալուծութիւնը այս խնդիրը չլուսաբանելէ զատ, մութը կը թողու զմեզ սերմին վիճակին վրայ ալ։ Բայց մանրադէտը կը ցուցունէ թէ այդպիսի պարագաներու մէջ սերմնորդները դանդաղ կամ ջնջուած են, կամ թէ սերմը շատ աղքատ է, ջրոտ է և շատ անօսրացած է։

ԿՆՈՋ ԱՆԿԱՐՈՂՈՒԹԻՒՆԸ

Ինչպէս քանիցս գրած եմ, կնոջ սեռային անկարողութիւնը կրնայ ըլլալ որ գործարանային տձեւութեան, կրնայ ըլլալ նաեւ որ պատահական հիւանդութեանց հետեւանք ըլլայ։ Չուարանին, իգափողին ծուրութիւնը, ուռէցքը, կարծրութիւնը, ջրգողութիւնը և կամ արգանդին ամբողջական

չգոյութիւնը, արդարեւ, այնպիսի թերութիւններ են զորս արուեստը չի կրնար միշտ բուժել կամ կանոնաւորել: Բայց շատ կարծր շարոյր մը, շըրթունքներու տձեւութիւնը, իգափողին՝ ի ներքուստ կպած ըլլալը կարելի է այժմ արուեստով կանոնաւորել. փայլափուշտի և ուրիշ պատուածքներն ալ վիրաբուժական զիւրին գործողութեամբ դարմանելով՝ ծննդագործելու կարող վիճակի մէջ դնել կրնը: Արգանքի, իգափողի և ներքին ծնընդագործարանաց հինցած բորբոքումներ և ուռնցքները կարելի է բժշկել դարմանելով: Վերջապէս՝ ուրիշ շատ վիճակներ ալ կան, որք արգելք են սեռային արգասաբեր յարաբերութեան, բայց արուեստին զանազան ճիւղերով կարելի է անոնց առաջին առնել. միայն թէ՛ իւր անկարելորդ ինչ չհամարելով զանոնք, պէտք է ճարտար բժշկի մը խորհուրդ հարցունել. վասն զի առանց բժշկի դարմանումին յետինն չար քան զառաջինն կ'ըլլայ: Այս կարգէն են նաեւ ջլային տկարութիւնը, պակասաւոր կամ անկանոն դաշտանահոսումը, մասնաճոսութիւնը (ճերմակ դաշտան) և այլն և այլն:

* * *

Բայց բոլորովին տարբեր խնդիր է երբ ամուսնէն մին միւսին դէմ հակակրօթիւն ունենայ. բժշկութեան արուեստը չի կրնար բան մ'ընել այդ վիճակին. ենթակայք պէտք է զիրար բժշկեն: Այս պարագային մէջ կնոջ դատողութիւնը կամ կամքը շատ բան կրնայ ընել, մանաւանդ՝ երբ

նկատողութեան աւնընդի թէ ամուսնական միութիւնը եղած լմնցած գործ մ'է և պէտք է համակերպիլ վիճակին: Ասիկա շատ դիւրին է, երբ այրը չափաւոր ու տեւական վարմունքով բեկանէ կնոջ յամառութիւնը, առանց սակայն խիստ ու բիրտ միջոցներու ձեռնարկելու: Այր մը կնոջ հակառակութեան յաղթելու համար շատ միջոցներ ունի իւր տրամադրութեան տակ: Ասիկա խնդիր մ'է որուն վրայ ստուար հատորներ կրնան գրուիլ: — Ինչ որ է: Մենք հոս կնոջ շնորհին արժանանալու խնդրոյն ակնարկել կ'ուզենք: Եւ ինչ բան է այդ: Անյողդողդ, մշտակա՞ց բան մ'է այդ, թէ՛ յարափոփոխ ցնորք մը: Որեւիցէ արժանիքի՞ մը վրայ հաստատուած է այդ, թէ չէ՝ դիպուածի մնտոի խաղ մը, պատրանք մը: Գեղեցիկ այրերն են միշտ որ կնոջ սիրտը գերի կը վարեն. խելացիներն են, այլանդա՞կ անձերն են, թէ չէ՝ հաճոյալի, հուժկու կամ փափկակազմ և կամ ազնուական անձերը: — Առն ամէն մէկ արժանիքը կամ առաւելութիւնը կրնայ դիւթել կինը: Գեղեցիկ այրերը խիզախ յաղթանակներ կ'ընեն, այդ ճշմարիտ է. բայց շատ կրնան ալ կատեն էրեկմարդուն գեղեցկութիւնը: Եթէ ընդունինք թէ տգեղ այրերն ընդհանրապէս անյաջող կ'ենեն, միւս կողմանէ չենք տեսներ թէ կանայք իրենց ընկերական դիրքը, իրենց պատիւը, իրենց համբաւն առ ոչինչ համարելով, այնչա՞փ բուռն զգացմամբ կ'երթան անձնատուր կ'ըլլան տգեղ անձերու գրկաց մէջ... Միւսապոյին, այդ տգեղ մարդուն, ծաղկախտէ ցտուած այդ վագրագէմ—ինչպէս ըսած

է ինքն իրեն համար—մարդուն գրկաց մէջ։ Դուքս
Վլաստոր անուն ճիւղաղային սապատողը չէ՞ր որ իւր
արիւնաթաթաւ գոհին գեղեցիկ կնոջ անձնուէր
համակրութիւնը վայելեց վերջապէս։ — Առաջին
պարագային մէջ, տարապայման տգեղութեան՝
այնպիսի գերմարդկային բան մ'ընկերացած էր,
որուն չէին կրցած գիմադրել կանայի սիրտերը. և
այդ՝ այնպիսի իմն սաստկութեամբ յանկուցած էր
զանոնք որ խելքերնին թռուցած են։ Երկրորդ
պարագային մէջ՝ լեզուն է, լեզուն՝ որ յանշափս
կը հրապուրէ կիները։ Հոս առնական ոյժն է որ կը
յանկուցանէ և հոն անազգեցիկ կը մնայ. մէկուն
համար մարմնոյ նուրբ կազմն է որ շնորհի կ'արժա-
նանայ, իսկ միւսին հակակրութիւն կը պատճառէ։
Կանանց ումանց համար այլանդակ այրերը շատ սոս-
կում կը պատճառեն, և կիներ ալ կան որ պարզ
մարդուն կու տան իրենց ձեռքն ու սիրտը։

Հեռացա՞նք մեր նպատակէն։ — Ո՛չ։ Չափա-
զանց յաճախադէպ են այն ամուսնութիւնները և
այն ամուսնական վիճակներն, ուր մթին գաղա-
փարներ կը դառնացունեն առն զգածումը, երբ
մտածէ թէ, « Ի՞նչ կրնամ ընծայել կնոջս, ի՞նչ-
պէս պահանջեմ իրմէ իւր անկեղծիկ սէրը, եթէ
ինձմէ աւելի գեղեցիկ, աւելի խելացի ու երջանիկ
այրեր տեսնէ։ » Զէ՛ մի որ շատ անգամ այրը չի
խելամոլոր կնոջ հոգեկան բնութեան, չէ՛ մի որ
շատ անգամ այրը անտարբեր կ'ըլլայ անոր նկատ-
մամբ. և քանի՜ յաճախ այդ վիճակն է պատճառը
որ այդպիսի ամուսնութիւններ անդաւակ կը մնան։
Նոյն իսկ, վերջապէս, քանի՜ յաճախ, այրն իւր

կնոջ անընկճելի հակակրութիւն մը կը ներշնչէ իրեն
դէմ։ — Արդ, ամէն էրիկմարդ, որչափ որ տգեղ
ալ ըլլայ, կրնայ յաջողիլ ոչ միայն շահիլ իւր կիները,
այլ կատարեալապէս երջանիկ ընել զանի, երբ ազ-
գեցիկ միջոցներու ձեռնարկէ։ Եթէ կիներ մինչև
իսկ հակակրութեամբ և միայն պարագաներուն
համակերպելով պսակուած ըլլայ, խոհուն ու խել-
ացի և ազնիւ էրիկ մը կը յաջողի վերջապէս սիր-
աշահիլ իւր կիներ. և ադոր ալ միակ գաղտնիքը
ինքզինքն իւր կնոջ յարգել տալու մէջ է. յար-
գելի ընել իւր նկարագիրը, իւր առնական գոր-
ծունէութիւնը, արիութիւնն ու կորովը։

Այս յարգանքը ամէն էրիկմարդ կրնայ վա-
յելել չափաւոր ու անկիրք վարմունքով։ Եթէ
կիներն սկսի յարգել զայրն, այն ատեն նա արժա-
նիք մը կ'ունենայ անոր առջեւ և այնպիսի իմն
կը յանկուցանէ զանի, որ սէրը չուշանար յաջորդել
այդ յարգանքին։ Ասոր համար է, անա՛, որ
դժբաղդ ամուսնութեանց շատին մէջ յանցանքը
էրիկմարդունն է, որ չէ կրցած յարգել տալ ինք-
զինքն իւր կնոջ։

Կնոջ իւր էրկանը բարեմասնութեանց համար
ունեցած յարգանքը, անոր համար ունեցած սիր-
ոյն հիմն է։ այդ յարգանքն է որ կ'ապահովէ
սէրը. ա՛յդ է որ զանազան խռթերէն կը պահ-
պանէ զանի, և այդ է որ անհետացած սէրը
վերստին երեւան կը հանէ։ Կնոջ իւր ամուսնոյն
համար ունեցած այդ յարգանքն ուրիշ շատ կա-
րեւոր օգուտներ ալ կրնայ գոյացունել։ Մեր ժա-
մանակին մէջ շատ առատ են ջգային կոչուած

կինները : Կը տեսնենք որ այդ նորերուկ հիւանդ-
ութիւնը մեր խելացի , սիրարժան , տաղանդաւոր ,
կրթեալ կանանց վրայ կը գտնուի յաճախ , և ա-
մէն բարեբաստիկ ամուսնութեանց այդ սոսկալի
թշնամին , հարմարէն անմիջապէս ետքն , — եթէ
օրիորդը դեռ ջղային եղած չէ — կու գայ մտնել
ամուսնական յարկին մէջ : Այդպիսի ջղային կան-
անց մեծագոյն մասն անպտուղ կը մնան յաճախ .
չառ ցաւալի է իրենց վիճակը . աւելի եւս՝ իրենց
ամուսնոց վիճակը , իսկ առաւել եւս՝ իրենց բժըշ-
կին վիճակը : Այս վերջինը պարտի օգնութեան
հասնիլ , պարտի ոգորիլ այնպիսի հիւանդութեանց
դէմ որ գոյութիւն չունին , երեւակայական են ,
որ եթէ մարմնական որեւիցէ հիմնապատճառ մ'ու-
նենան իսկ , ատոնք սովորապէս կապակցութիւն
չ'ունին այն իսդերային ցաւերուն հետ , որ ամե-
նայն զօրութեամբ իրարու կը յաջորդեն : Այս պա-
րագային մէջ նկարագրի ամրութիւնն ալ շատ
օգուտ ունի . Կինը պարտի առնանալ , և ասոր
համար ալ լծակիցն օգնելու է անոր : Եթէ կինը
տկարարնոյթ ամուսին մ'ունեցած ըլլայ , չի գտներ
բարոյական ու ֆիզիքական ոյժ մը , որու կարե-
նար ապաւինիլ իւր խոր թախծութենէն և տկար-
ութենէն ազատելու համար : Ընդհակառակն ,
կինը պիտի չըլլար այնչափ բարձրաստիճան իսդե-
րածէտ մը , երբ կտրուկ , աղդեցիկ ու կորովի
լծակից մ'ունենար . ամուսին մը՝ որ իւր խօսքե-
րուն ու գործին մէջ չափաւոր , և իւր անձին տէրն
ըլլար միշտ , որ մինչև մէկ աստիճան համակեր-
պող ըլլար : Ահա , այդ ատեն , կինը իւր առջեւ

ունենալով լաւ օրինակը , ինքն ալ պիտի համա-
կերպէր և երեւակայական այդ վիշտերը պիտի
թեթեւնային առանց դեղի գործածութեան :

Իսկ եթէ կնոջ իսդերիին պատճառը արդան-
գային իրական հիւանդութիւններ են , այդ ատեն
պէտք է առանց ժամանակ անցունելու բժշկի
դիմել , Ադոր համար ժամանակ անցունելը շատ
աղետաբեր պակասութիւն մ'է : Այս մասին յա-
պաղում մը դէշ հետեւանքներ կ'ունենայ և կինը
ամուլ կը մնայ :

Շատ յաճախադէպ է նաեւ մաղասային (պաղ-
արիւն) կանանց ամրութիւնը : Սաղմնաութեան
նկատմամբ խառնուածքին ունեցած կարեւորու-
թիւնը ցոյց տուած ենք նախորդ գլուխներուն
մէջ : Կրակոտ կնոջ քով սեռային յարաբերութեան
ատեն ամէն ինչ փափաքուածին պէս կը կատար-
ուի ինքնին , այնպէս որ առն սերմը կնոջ ներսի
դին ամենուրեք բաց դուռ կը գտնէ և անսայթաք
անխոտոր կ'երթայ կը հասնի իրեն համար որոշ-
ուած տեղին : Ասոր հակառակն է պաղարիւն կինը ,
անդգայ կինը , որ գաղափար իսկ չունի թէ ինչ
է գեղեցիկը , թէ ի՞նչ է լծակցական , սեռային
հաճոյից վայելքը : Բայց այդպիսին ալ կրնայ
յղանալ երբ ամուսինը կարենայ տակաւ զգացու-
նել անոր . ճանչցունել այդ գործին նպատակը ,
և ոգեւորել զանի Գեղեցիկին ըմբռնման մէջ :

Օնանականութիւն կամ գիջութիւն ըսելով կ'իմանանք այն գործողութիւնը, որով մարդուս սերմը հակաքնական եղանակով դուրս կը վտարուի մարմնէն. այն հիւթը՝ որ երկու սեռին բնական մերձաւորութեամբը դուրս ելնել պէտք էր. նոյնպէս՝ այդ բռնազբօսիկ արտաքսմամբ մարդուս մարմնական ու մտաւորական ամբողջ կազմուածքին վրայ ուժգին ցնցում մը յառաջ կու գայ, որ այդ ալ ի սկզբան կսկծուն ցաւ մը կը պատճառէ և շատ անգամ ալ մահ յառաջ կը բերէ:

Երբ բռնք թէ օնանականութիւնը կամ գիջութիւնը առնական սերմին բուռն վտարումն է, չհասկցողի թէ օնանականութիւնը՝ միայն արական սեռին յատուկ ակտ մ'է, ո'չ: Այդ սոսկալի ակտը որ մարդուս մարմնական ու մտաւորական կարողութիւնները կը ջլատէ, իգական սեռին վրայ ալ կը գտնուի յաճախ, միայն թէ՝ գործին եղանակը տարբեր է: Սրական սեռին գիջութիւնն այն է որ որեւիցէ մեքենական գրգռմամբ սուտ հեշտութեան զգացում մը յառաջ կու գայ, և այդու՝ սերմ կը ցայտէ: Դեռ արքունքի չհասած տղաքներն ու պատանիներն ալ գիջութեամբ, առանց սերմնահոսութեան, սուտ հեշտութեան գրգռ մը կ'ուռնենան, որ այդ ալ ամբողջ մարմնոյն ակտաժէտ ցնցմամբ կը յայտնուի: Մեր օրական փորձառութիւնը կը ցուցունէ թէ երիտասարդք աւելի յաճախ կ'ենթարկուին գիջութիւն ըսուած գարշելի ակտին, առանց իսկ կասկածելու թէ գէշ բան մ'է ըրածին:

չեն գիտեր թէ որպիսի խոր ու անյատակ անդունդի մը եղերքին վրայ կը գտնուին, վասն զի շատ հազուադէպ է որ ճշմարիտ բարեկամ մը, մարդասէր մը բարեհաճի այդ մասին խրատ մը, յորդոր մը տալ իրենց և ձանձրութիւն յանձն առնէ հասկըցունելու համար անոնց թէ մտային ու մարմնաւոր կործանման վիճակի մը մէջ կը գտնուին: —

Իսկ իգական սեռին մէջ տարբեր է գիջութեան եղանակը. դեռատի աղջիկներն ալ իրենց սեռակիցներէն մոլորելով, երբ հեշտախտութեան այդ հակաքնական գրգռութեան վարժուին, օրուան մէջ մէկ քանի անգամներ կը կրկնեն զայն, չգիտնալով թէ այդ ակտն ամէն օր իրենց մանկամարդութեան վարդէն մէյմէկ թերթիկ կը թառամեցունէ և իրենք հսկայաքայլ կը դիմեն իրենց մարմնոյն հիւժման, իրենց գերեզմանին:

Գիջութեան կը նմանին նաեւ, իրենց պատճառած վնասներուն համար.

Ա. Ժամանակէն առաջ սեռային յարաբերութեան սկսիլը. այսինքն երբ մանչն ու աղջիկը, կամ երկուքէն մին անչափահաս ըլլան.

Բ. Սեռային հաճոյից չափազանց վայելումը. մանաւանդ՝ երբ առ այդ զգացուած գրգռութիւնը արուեստական միջոցի և կամ գրգռիչ դեղերու և ջեռուցիչ խմելիքներու արդիւնք է.

Գ. Երբ երիտասարդք զուգաւորին իրենցմէ տարիքոտ կանանց հետ, — որոնք անամօթաբար երիտասարդներէն ծախու կ'առնեն իրենց ցանկութեան գոհացումը: — Շատ երիտասարդներ այդ գժուձ ծառայութեան պատճառաւ մեծապէս վնասուած են.

Գ. Նոյնպէս նաեւ՝ երբ մանկամարդ աղջիկներ դրամի համար, տարիքին առած էրիկմարդոց անձնատուր ըլլան, և կամ ամուսնանան հիւժեալ ու վատառողջ անձանց հետ, որք իրենց երբեմնի շուայտ կենցաղավարութեան պատճառաւ չեն կրնար գոհացունել այդպիսի աղջկանց հեշտագրգռութիւնը:

Գիշտութիւնը կրնայ նաեւ մտաւոր ըլլալ

Մտաւոր գիշտութիւն ըստածն այն է որ մարդուս երեւակայութիւնը իրականութենէ հեռանալով իրեն յարմար մտատիպար մը կը կազմէ, որուն համար մարդ մտաւորական մեծ յուզման մէջ կը տարուբերի, կը շոյէ, կը գգուէ զայն և անոր հետ կը մոլորի երեւակայութեամբ. մտաւորական այս գիշտութեան պատճառը, շատ անգամ, լկտի գիրքերու ընթերցումն է, որով մանկամարդ աղջիկները կը վատնեն իրենց երիտասարդութեան թանկագին ժամանակը, և դեռատի կիներն ալ՝ լոկ շահագիտութեան պատճառաւ իրենց հետ ամուսնացող էրիկներուն համար ունեցած համակրութեան պակասը կը լրացունեն, ինքզինքնին յանձնելով գերզգայական մտատիպարի մը, որ կը համապատասխանէ յաճախ իրենց գրգռեալ պահանջմանց: Այսպէս՝ կը խռովեն իրենց միտքը, կը յուզեն իրենց երեւակայութիւնը և այդու կը խանգարեն իրենց արեան շրջանին կանոնաւորութիւնը, կը տկարացունեն իրենց մարտողութիւնը և հետեւապէս տեղի կու տան այն կարգ մը հիւ-

անդութեանց, որք ո՛չ միայն հոգին կը ցնցեն, այլ ամենալինասակարու սպառիչ գրգռութիւն մը կը պատճառեն մարմնոյն: — Հոգեկան այս հիւանդագին վիճակը կը բարձրացունէ ծննդագործարանաց գրգռականութիւնը, յոյժ անբարոյական դրդումներ կը թելադրէ և այս եղանակաւ ֆիզիքական անհնարին վայելքներու միտումներ և զգացմանց հիւանդութիւններ յառաջ կը բերէ:

* * *

Ծնողք և դաստիարակք ինչպէս նաեւ ամէն անոնք որոնց հոգածութեան յանձնուած է տղայոց մտաւորական կրթութիւնը, լա՛ւ ընտրութիւն ընեն իրենց զաւակաց և աշակերտաց գիրքերուն: Գիշտութեան սոսկալի հետեւանքներն են, նախ՝ դէմքի գունատութիւն, աչքերու շուրջը կապոյտ շրջանակ, կատարեալ ուժաթափութիւն, սրունքներու և ոտքերու տկարութիւն, և վերջին տարիներու մէջ ալ զանազան անդամալուծութիւններ, ստամոքսի յայտնի խանգարումներ և զանազան գործարաններու հիւժում:

Այս ախտին ենթարկուողներուն գործնական դարմանը պաղ ջուրն է. պաղ ջուր խմել, պաղ ջուրի մէջ լոգնալ, առտու իրիկուն ալ պաղ ջրով լուալ ծննդագործարանները:

Իսկ գալով ԿԵՐՍՌՈՒԹԵԱՆ, այդ ալ, ինչպէս ուրիշ ամէն հիւանդութեանց ատեն, նոյնպէս գիշտութեան հետեւանք եղող վիճակի մէջ եւս, կարեւորագոյն մէկ մասը կը կազմէ դարմանին:

Օրանականներուն ու տեղիքն ու խմելիքը շատ

պարզ ըլլալու է . կծու և համեմոտ (պահարը) , իւղոտ, աղի, թթու և անուշ բաներ ուտելու չեն, և որ գլխաւորն է , կերածնին ու խմածնին պարզ ըլլալու է , վասն զի տաք ուտելիքները կը թուլցունեն ստամոքսը և կատարելապէս կը տկարացունեն մարսողութիւնը : Զօրաւոր համեմոտ կերակուրներն ալ ստամոքսին բնական ջերմութիւնը բարձրացունելով , վայրկեանական ջերմոտ գրգռութիւն մը կու տան անոր :

Օնանականներու յարմարագոյն ուտեստ են ցորենեղէնները , հաճարահացը , կամ 2-3 օրուան օթեկ ցորենահացը , և մէկ քանի տեսակ բանջարեղէններ , ինչպէս՝ ստեպլին , չողգամ , ընդակաղամբ . իսկ , ընդհակառակն , ամենեւին արգելեալ է իրենց ուտել ազատքեղ , կարոս , պրաս , սոխ , սխտոր , մանանիս , ճակնդեղ , բողկ , թթուակաղամբ (թուրչի) , բոճկաւոր ընդեղէնք , կանանչ ոլոռն և լուբիա , թրթնջուկ և չոմին : Պտուղ կրնան ուտել , բայց լաւ հասունցածները , իսկ ապուր և միսի ջուր՝ բնաւ : Մսեղէնի գալով՝ կրնան ուտել կովի , ոչխարի , աքաղաղի , հաւու և ամէն տեսակ երէի միս : Իսկ ներելի չէ ուտել խոզի , հորթու , սագի , բաղի միս , ինչպէս նաեւ՝ անթեփ ձուկ , չորացուած միսեր , այսինքն՝ երչիկ , ապուխտ եայլն եայլն , և քացախի կամ աղի մէջ պահուած ուտելիք (պանիր , ձուկ , միս) , վասն զի ամէն ինչ որ կծու , թթու է , կ'ապականէ և կը թանձրացունէ արիւնը : Խմելիքներէն՝ հիւանդութեան ատեն թարմ կաթը , չեփած , ներելի է խմել , և այդ ալ սա՛ պէս . մինչեւ 10

տարեկան տղայոց համար $\frac{1}{3}$ մասը ջուր , մինչեւ 15 տարեկան հիւանդաց համար $\frac{1}{4}$ մասը ջուր խառնելով , իսկ ադէլ աւելի տարիքոտներուն համար՝ անարատ կաթ : Այս տեսակ հիւանդներ օրուան մէջ մէկ անգամ միայն եփուած կերակուր ուտելու են , և այդ ալ ցորեկուան ճաշի ատեն , և այդ ճաշն ալ , սակայն , պէտք չէ որ 2 տեսակ (եփուած) կերակուրէ աւելի ըլլայ , այսինքն բաւ է մէկ տեսակը մսեղէն և միւսն ալ խմորեղէն , զորս տաք ուտելու չէ : Նախաճաշին և իրիկուան ճաշին համար ալ (այս վերջինը ննջելէ 2 ժամ առաջ ըլլալու է միշտ) հիւանդը կրնայ ճերմակ օթեկ հացիկով մը կաթ ուտել , և եթէ ծանր հիւանդներն այդ ալ չուտին լաւ կ'ընեն : Հիւանդներն ընդհանրապէս չատ ուտելու չեն . այսինքն այնչա՛փ ուտելու են որ միշտ քիչ մը ախորժակ մնայ դեռ : Եթէ հիւանդն ախորժակ չունենայ , պէտք չէ բռնի կերցունել , ըսելով միմարանայ , պէտք չէ բռնի կերցունել , թէ ախորժակ չունեցած ատեն իսկ պէտք է ուտել , կորսուած ոյժերը վերստանալու համար : Ընդհակառակն , լաւ է որ հիւանդն այնչափ ատեն չուտէ մինչեւ որ բնականապէս ախորժակը ինքնին բացուի , վասն զի չկամութեամբ ստամոքսին մէջ լեցուած անուշոն աւելի կը տկարացունէ և անկարող կ'ընէ զայն կերուած կերակուրները մարսելու : Երբ կերակուրը պէտք եղածին պէս չի մարսուի ստամոքսէն , կը նեխի անոր մէջ և չի մարսուի ստամոքսէն , շրջանը անկանոն կ'ըլլայ որով արիւնը կ'աւրուի , շրջանը անկանոն կ'ըլլայ և հիւանդութեան հիւթը , որ կայ արդէն մարմ-

նոյն մէջ , աւելի կը շատնայ : Շատ բնական է որ այսպիսի պարագաներու մէջ հիւանդութեան աստիճանը կը բարձրանայ և հիւանդին վիճակն աւելի կը ծանրանայ .

Այս տեսակ հիւանդներուն կերակուրի պատարաստութեան համար պէտք եղած գլխաւոր բանը թարմ կարագն է , և քիչ մ'ալ՝ աղ :

Այս տեսակ հիւանդութեանց ատեն խմելիքի համար ալ մեծ ժուժկալութիւն պէտք է . խմելու չէ ո՛չ ոգելից (գարեջուր , գինի , օղի , ուտ , բօնջ) և ո՛չ ալ ջեռուցիչ ըմպելիներ (խահուէ , թէյ , շօքօլա) :

Ծխախոտն ալ վնասակար ազդեցութիւն ունի ուղեղին , ողնածուծին , թոքերուն և ստամոքսին վրայ : Այս պատճառաւ , ահա՛ , այս հիւանդութեան մէջ ծխախոտի ու քթախոտի գործածութիւնն արգելեալ է խստիւ :



ՇՐՋԱՆԿԱՏ ՀՈՐ ՄԸ

ԻՒՐ ՆՈՐԱՊՍԱԿ ՈՐԴԻՈՅՆ ՏՈՒԱԾ ԽՐԱՏՆԵՐԸ

Այն դեռատի ու վարդափթիթ աղջիկը զոր այժմ այնչա՛փ սիրով կը գրկափաբես , ո՛չ ծնողացդ «անողոքելի» կամքը տեղը տարած ըլլալու և ո՛չ ալ իւր հարստութենէն չլանալով է որ քեզ կին առիր . քու անբռնազբօսիկ ընտրութիւնդ է այդ . նա մարմնական ու հոգեկան այնպիսի թանկագին յատկութիւններ ունի որ դուն պէտք է ինքզինքդ երջանիկ համարիս զանի սիրելուդ և անոր հետ ամուսնանալուդ համար : Փառք տուր , որդեակ իմ , և նախ շնորհակալ եղիր Աստուծոյ որ այդ սիրաժան աղջիկը քու առջեւդ հանեց իբրեւ ընկեր ու օգնական քու կեանքիդ . վասն զի իւր սեռին հաղարաւորներուն մէջէն անոր հանդիպիլդ , զանի գանելդ ու զիբար սիրելնիդ , դիպուածի գործ չէ , զաւակս , ո՛չ , տարակոյս մի՛ ունենար ադոր , այլ առաջնորդութիւնն է Նախախնամութեան , որ կը հարթէ մեր կեանքի ուղին և հաճելի կ'ընէ զայն մեզ , որպէս զի անյողդողդ կատարենք մեր պարտաւորութիւնները և նպաստենք ընդհանուրին լաւութեան : *

Քու վարմունքէդ միայն կախում պիտի ունենայ երջանիկ ըլլալդ այդ ամուսնական վիճակիդ

*) Դժբաղդ ամուսնութեանց մեծագոյն մասին պատճառն էրիկ մարդերն են , և այդ ալ իրենց կամ ֆիզիքական , կամ մտաւորական և կամ բարոյական ոյժին պակասութեան պատճառաւ :

մէջ, որ իւր թէ՛ առաջին և թէ՛ վերջին նպատակ-
ներուն համար յարգելի է, և մարդկային ընկեր-
ութեան համար մեծապէս օգտակար, որ առողջ-
ութիւն և զուարթութիւն կու տայ մարդուս, և
որով կարող կ'ըլլաս վայելել ամուսնոյդ սէրը և
զաւակացդ օրհնէնքը: Ձանա՛ որ լծակցական վայ-
ելքներուդ մէջ ձեռքէ չթողուս չափաւորութիւնը.
քեզ սիրող կնոջդ բազկացը մէջ ամուսնական վի-
ճակի հաճոյքները վայելած ատենդ՝ որդիական
յարգանք ու երախտագիտութեամբ՝ միշտ միտք
բեր թէ ամենաբարի էակը մեր վայելքին համար
ստեղծած է ամուսնական հաճոյքները: Բայց աղոր
չարաչար գործածութիւնը, — ինչպէս ամէն զգայ-
ական վայելք — կը պատժէ անհաճոյ հետեւանք-
ներով՝ զմեզ մեր անձին պահպանման ուշադիր
ընելու համար: Սիրոյ ամենաբուռն արքայութեանդ
մէջ իսկ մի՛ մոռնար արժանապատուութիւնդ. չըլ-
լայ որ անյագ հեշտասիրութեամբ անասնական
բիրտ վիճակին ստորնացունես ինքզինքդ:

Երիտասարդ կանամբի մը իւր ամուսնութեան
առաջին տարիներուն մէջ վայելքի չափազանցու-
թեամբ այնչափ կը տկարանայ որ ամուսնութեան
գարունին մէջ իսկ կը զրկուի իւր առնական ոյժէն:
Չափաւոր վայելքը երջանկութիւն մ'է ամուսնու-
թեան մէջ: Չափազանց հեշտասէր կանամբին քիչ
ժամանակէն հարկատու կ'ըլլայ դեղագործին, և
անկարող՝ իւր պաշտօնին աշխատութեանց: Չա-
փազանց հեշտանքէն վնասողը աւելի ուղեղն է,
ազնուազոյն ուժերու այդ կեդրոնը: Խորհելու և
յիշելու կարողութիւնները խեղճ ու կրակ վիճակի

մը մէջ կ'իյնան այդ մոլութենէն: Սեռային կա-
րողութիւնը բարձրացունելու և դրդումը բազմա-
ցունելու նպատակաւ յոյժ սննդարար ուտեստներ
և ջեռուցիչ խմելիքներ և կամ գրգռիչ դեղեր
գործածելը թունաւորել է առողջութիւնը: Շատ
և շատ հեշտասէրներ այդ վտանգաւոր եղծման
զոհերն եղած են: Եւ քանի՞նք ամօթալի է ամուս-
նութեան զգայական վայելքը — որ միջոց մ'է
նպատակին հասնելու համար — նպատակի վերա-
ծել և վայրկեանական հաճոյքի մը համար անմո-
օրէն վրայ տալ մարմնական ու հոգեկան ոյժ,
առողջութիւն և կեանք:

Վայելէ՛ չափով, որդեակ իմ, և անվնաս
պահէ այն կարողութիւնը զոր Ստեղծիչը քու սե-
ռիդ բարգաւաճման համար պարգեւած է քեզ.
որչափ սակաւադէպ ըլլայ լծակցական վայելքը,
այնչափ անուշ ու առողջարար կ'ըլլայ ան: Չաչէն
անմիջապէս ետք, լեցուն ստամոքսով տեղի ու-
նեցած վայելքը կը վնասէ մարսողութեան. այդ
ատենի զգացուած սեռային դրդումը արուեստակ-
եալ է, բնական չէ, և աղոր գոհացումն ալ, հե-
տեւարար, վնասակար է առողջութեան: Երբ լծակ-
ցական վայելքէն յետոյ անսովոր ուժաթափու-
թիւն, անմարսողութիւն, պրկիչ գլխուցաւ,
գժգմութիւն և դիւրագրգռութիւն զգայ մարդ
իւր վրայ, ըսել է թէ այդ վայելքն զգայականու-
թեամբ տուփացող երեւակայութեան գործ մը եղած
է և ո՛չ թէ բնականին ճշմարիտ պահանջումը: Այդ
բանը ամրան մէջ աւելի կը տկարացունէ քան թէ
ձմրան մէջ, վասն զի ամրան մէջ մարսողութիւնն

ընդհանրապէս տկար է։ Բնութիւնը կը ցուցունէ թէ սաղմնառութեան, այսինքն ամուսնական վայելքին նպատակն իրաւործելու յարմարագոյն եղանակը գարունն է։ Նորաթիթիթ, թարմ ու զեղուն կեանքը, որ այդ եղանակին մէջ կը լեցունէ ամբողջ բնութիւնը, ներշնչում կուտայ նաեւ մարդկային մարմնոյն և աղոր համար է որ մայրիւն մէջ յղացուած զաւակներն ընդհանրապէս կայտառ ու խելացի կ'ըլլան։ — Նաեւ՝ մարմնական դժնդակ աշխատութենէ կամ մտաւորական խռնջեցուցիչ զբաղումէ մը ետքը, փոխանակ հանգչելու, լծակցական հաճոյքը վայելելը չափազանց վնասակար յիմարամտութիւն մ'է։ — Երբ կինդ վատաոողջ ըլլայ, լծակցական վայելքը կը վնասէ անոր առողջութեան։ Թոքախտի կամ ուրիշ վտանգաւոր, դժնդակ հիւանդութեան մը հակամիտութիւն ու նեցող կինն յղութեան վիճակի մէջ դնելը անոր մահը փութացունել և տխրոյժ ու թշուառ դաւկի մը ծննդեան պատճառ ըլլալ է։ — Երբ մարդ դժնդակ հիւանդութենէ մը նոր ելած է և դեռ կատարելապէս չէ կաղդուրուած, շատ վտանգաւոր է դեռ անկատար կերպով զգացուած ոյժերը սեռային յարաբերութեան յոյզերուն գործածել, և այդ՝ շատ անգամ — մանաւանդ ընդհատական քերմի ատեն — հիւանդութեան յաւառ կրկնումներու պատճառ կ'ըլլայ։ — Կնոջ դաշտանահոսման օրերուն մէջ տեղի ունեցած մերձաւորութիւնը — որ ըստ ինքեան անպատշաճ ըլլալովն հանդերձ, անսանձ կիրքի հետեւանք և վայրագութիւն կը համարուի — պատճառ կ'ըլլայ արեւահոսութեան և

ուրիշ կանացի հիւանդութեանց, որք ուշ կամ կանուխ կը խրամատեն կնոջ առողջութիւնը։

Յղութեան ատեն, մանաւանդ առաջին ամիսներուն մէջ, կատարուած մոլեգին մերձաւորութիւնը գաղտնի որդեսպանութիւն է և դեռուտի, արիւնաշատ ու գրգռուն կնոջ վիժում կը պատճառէ։ Յղութեան մէջ մերձաւորութեան ամենավտանգաւորը այն պահունն է յորում կինն իւր դաշտանա-հոսումը նիտի ունենար եթէ յղի եղած չըլլար։ — Յղութեան վերջին ամսոց մէջ մերձաւորութիւնը — կնոջ՝ տակաւ ընդլայնուող ստորին որովայնի վիճակին պատճառաւ — սաղմին զարգացման համար թէ՛ վնասակար և թէ՛ անյարմար է. այդ պատճառին համար է նաեւ որ այդ ժամանակին մէջ տեղի ունեցած մերձաւորութիւնը սերնդագործ հիւթին անօգուտ կերպով սպառումն է։ Թխսող է գ անասունները կը դադրին սեռային յարաբերութենէ և արուն է գին սնունդ ճարելով կը զբաղի միայն։ Պէտք է որ բանաւոր էակը նուազ ժուժկալ ըլլայ. մանաւանդ, գիտնալով թէ լծակցական վայելքին նուազութիւնը աւելի կը զօրացունէ սիրոյ և հոգեոյ ոյժերը — իւր ծննդապահութեան (շոնուսարթ) մէջ գտնուող կնոջը մօտեցողը կը յապաղեցունէ անոր կատարեալ կաղդուրումը. և այդ հակառակ իսկ է այն պարկեշտութեան զոր հին ժամանակաց կրթեալ ժողովուրդները կը յարգէին։

Այս պատուէրներու համաձայն վարուէ՛, որդեակ իմ, և չափաւորէ՛ սեռային դրդումդ, եթէ կ'ուզես որ յարատեւ առողջութեամբդ, աշխոյժ ու կայտառ՝ երկար տարիներ վայելես ամուսնութիւնդ,

հովուով ու մարմնով առողջ ծնող մը, առողջ զաւակաց հայր մ'ըլլաս, և վերջապէս՝ թոռներէդ չըջապատուիս: — Ասկէ զատ, պատուէրներուս հետեւելովդ, պիտի չունենաս այն արագահաս ծանձրոյթն ու յափրութիւնը, որ անվրիպելի հետեւանք են զգայական չափազանց վայելքին, և այժմուս ամուսնացելոց շատերուն համար, աւա՛ղ, անհերքելի ճշմարտութեան մը կարգն անցուցած են այն առածը թէ « ամուսնութիւնը սիրոյ գերեզմանն է »: Դու պիտի հերքես զայս քու կեանքովդ: — Կանամբրիններուն անժուժկալութեան պատճառաւ մէկ տարուան մէջ անթիւ զաւակներ կը կորսուին (վիժամմը): — Նոյնպէս՝ խելացութիւն է որ զատ պառկին, երբ կինդ, հետեւելով մայրական պարտականութեանց, իւր ստինքէն կը սնուցանէ զաւակը: Բայց այդ ժուժկալութեանդ մէջ չըլլայ որ դրժես ամուսնական սուրբ հաւատարմութեանդ: չըլլայ որ անառակ կանանց քով վայելել փորձես այն հաճոյքն, ուրկէ զրկուած ես, առժամաբար, լծակցիդ փափուկ վիճակին համար: Ատիկա դառն աղէտ մը պիտի ըլլայ առաքինի կնոջդ համար. ատիկա պիտի թռնաւորէ արիւնդ, պիտի խանգարէ առողջութիւնդ և ամէն պարագայի մէջ ալ ամօթահարութիւնը և խղճիդ կշտամբանքը քեզ բաժին պիտի ունենաս: Այդ տեսակ փորձութեանց պիտի կրնաս յաղթել Աստուծոյ ունեցած վախովդ, մտաւորական ու մարմնական լուրջ զբաղմունքով, կերութեամբ զգուշանալով և խորհելով թէ այդ պիտի շուայտութեանց հետեւանքները վնասակար են առողջութեան, ամուսնական խաղաղութեան,

զաւակաց կրթութեան և մարմնոյ ներքին խաղաղութեան. մի՛ վախնար որ առժամեայ ժուժկալութիւնդ վնասակար կ'ըլլայ առողջութեանդ, հակառակ բռնկաց ումանց ըսածին—անշուշտ ցոփակեաց հեշտասէրները շողոքորթելու համար — թէ ժուժկալութիւնը վնասակար է: Բնութիւնը բժիշկներէն աղէկ գիտէ ինչ որ օգտակար կամ վնասակար է առողջութեան. և ո՛չ մէկ ժամանակ առողջապահական կանոնները չեն հակառակի բարոյականին: Այսպէս, ահա, որդեակ իմ, վերոյիշեալ ժամանակներուն մէջ ժուժկալ եղիր և անյողդողդ հաւատարմութիւն ունեցիր կնոջդ հանդէպ: Ինքզինքդ կը խաբես երբ կարծես թէ ուղտափուշին և եղիճին տակ ծաղիկ կրնաս քաղել: Գերագրգիւ երեւակայութիւնը ու անասնական այլամերձութեան տենչն է միայն որ խառնակեցիկ, օտար ու վարձկան աղջկան մը յետամնաց շնորհները կ'ընդունի ամենայն նեղութեամբ և դրամ վատնելով, և այս՝ այն ատեն որ մարդ, առանց պարտազանցութեան, կրնայ իւր անմեղուկ կնոջ քով վայելել այդ հաճոյքը: Ես պիտի անարգէի զքեզ, որդեակ իմ, երբ դուն այդպէս անիրաւ և անհաւատարիմ եղած ըլլայիր, եթէ՝ թեթեւամիտ հեշտասէր մը ըլլայիր: Բայց պիտի անիծէի զքեզ, երբ այնչափ սուղ և այնչափ ամօթալից կերպով ստացած թոյնովդ խոցոտէիր քու անմեղ կինդ: Կին մը արդէն բաւական դժբաղդ եղած չըլլա՛ր երբ իւր միակ ստացուածքը, այսինքն իւր լծակցին սէրը կորուսանէ. և պէ՛տք է որ անոր մեղքն ինքն ալ քաւէ. և պէ՛տք է որ օտար անառակ կանանց պատճառաւ

իւր ահռանդն անսէր վարմանցն ու անակնածութեանց համակերպի . հնազանդի : Թէպէտ վստահ եմ որ դուն ինքզինքդ այդչափ սոսկալի անձնամոռացութեան չես մատներ , բայց սա՛ հասկցունել կ'ուզեմ՝ քեզ թէ չի կարծես որ ամուսնութեան ամբողջ տեւողութիւնը այս առաջին ամսուան պէս անուշ է . ո՛չ , ամէն ատեն պիտի չտեսնես չուրջդ սիրոյ զարնանածաղիկները , վարդ , մանիշակ ու անմոռուկ . ցուրտ եղանակներն ալ կան . սառնապաղ դիշերները , բաղդին մութ ամպերը պիտի մթազենեն զգայական վայելքին խաղաղ ու պայծառ օրերը . այս օրուան դիւթիչ խօսակցութեանց եւ զուարճութեանց պիտի յաջորդեն յօրանջաբեր առանձնութիւններ . այն ատեն , որդեակ իմ , պէտք է որ սիրաբորբոք վարմանց քաղցր բարեկամութիւն մը յաջորդէ , ինչպէս՝ կիզիչ արեւուն մարը մտնելէն ետքը քաղցր լուսնիան իւր փայլուն պայծառութեամբ կու գայ անոր տեղը բռնել : Բարեկամութիւնը , ընտանեկան այդ բաղդաբեր չաստուածը , երբեմնի հովուերգական սիրուըտուքներու երանութիւնը կրկնապէս պիտի փոխատրէ . այն սիրահարական տարփանաց պիտի յաջորդեն մտերմութիւն , ներողամտութիւն , փոխադարձ մխիթարութիւն եւ քաջալիրութիւն . համերաշխ հոգածութիւն զաւակաց կրթութեան եւ զանոնք ապագային մէջմէկ գործի տեղաւորելու համար խորհրդածութիւն , եւ ահա՛ , ասոնք միջոցներ պիտի ըլլան ձեր ձանձրոյթը փարատելու : Եւ երբ , որդեակ իմ , երբ դադարիս լծակցիդ խանդավառ սիրահարն ըլլալէ , անոր գորովալից բարեկամն եղիր :

Անոր՝ քեզի համար ունեցած սէրը , իւր մայրական տառապանքները , տնարարութեան համար տարած հոգն ու խնամքը եւ ասոնցմէ անբաժան եղող ամէն նեղութիւններն ու տհաճութիւնները , քու անձիդ գոհունակութիւնը , դատողութիւնդ , պարտաճանաչութիւնդ ու կրօնքը , այս ամէնը կը պահանջեն զայդ քենէ . վասն զի , վա՛յ այն տան , այն ընտանիքին ուրկէ հեռացած է բարեկամութիւնը , եւ ադոր տեղ գտութիւն , անմխարանութիւն , անվստահութիւն , կասկած եւ փոխադարձ խարէնութիւնը մոռտ գտած են : Վա՛յ այն ընտանեկան երանութեան , վա՛յ այն զաւակաց երբ այր եւ կին իրենց զատ զատ սենեակները , իրենց զատ տնարարութիւնը , իրենց մասնաւոր բարեկամներն ու բարեկամուհիներն ունին : Այդ վիճակին մէջ ամբողջ ընտանիքը կ'օտարանայ իրարմէ , կ'ապականի , ծերութեան մէջ աղքատութիւն եւ կարօտութիւն իրենց բաժին կը մնան եւ զաւակաց կշտամբանքն աւելի կը դառնացունէ իրենց կեանքը :

Կրնայ ըլլալ նաեւ որ ամուսինդ երբեմն գժգմնի , մանաւանդ՝ երբ փոփոխական վիճակներու մէջ գտնուելով՝ հիւանդագին ջղաբեկութիւն մը չուտով կը դառնացունէ եւ կը գժգմնեցունէ զինքն : Դուն ալ , որդեակ իմ , դուն ալ միշտ այնչափ հաճելի չես սիրաբորբոք սիրահարի մը պէս , միշտ հաճոյալի չես խօսնայրի մը պէս : Ուստի ներողամտութեամբ եւ համբերութեամբ վարուէ՛ փափուկ վիճակի մը մէջ գտնուող լծակցիդ քմահաճոյքներուն հետ :

Քեզի դժուար չպիտի ըլլայ տանիլ իւր տկար-

ութիւնները և ներել իւր աճապապարումներուն երբ անկեղծութեամբ կը սիրես զանի :

Սա ալ ըսեմ թէ մայր ըլլալու օրհնեալ վիճակն ալ մեծ ձախողանքներ կ'ունենայ երբեմն . ուստի աղոր համար ջանա՛ որ փարատես իւր հոգեքը , ամոքես իւր ցաւը , սփոփես և քաջալերես զինքն :

Երբ տեսնես որ կինդ պէտք ունի հրահանգներուդ , համողէ՛ զանի միշտ իմաստուն պատճառաբանութեամբ :

Քու խորհուրդներդ սրտակից բարեկամի մը խորհուրդները թող ըլլան իրեն միշտ , և ո՛չ թէ՛ դաժան մարդու մը : Մի՛ փոխեր սակայն որոշումդ , եթէ լաւ մտածուած է , և ո՛չ թէ՛ կրքի , այլ՝ ընտանեկան բարեկաւութեան համար ունեցած հոգածու ջանիցդ արդիւնք է :

Երիկմարդ մը պէտք չէ որ ուղէ այն-բանը որ ուղիղ չէ , կամ այն՝ զոր չի կրնար ի գլուխ հանել . այսու ամենայնիւ պէտք է անյողդողդ մնայ և պէտք չէ որ իւր կնոջը գգուանքովը , աղաչանքովը և արցունքներովը միտքը փոխէ և իւր իրաւացի համոզման հակառակ գործէ :

Երիկ մը պէտք չէ որ իւր ամուսնոյն հանդէպ կծծի գտնուի կամ պատշաճ ուտեստը խնայէ անոր . բայց պէտք չէ նաեւ տնական անդորրութեան վնասելով , իւր կնոջ նորեւրի տենչը և զուարճութեանց միտումը գոհացունելու համար դրամ վատնէ : Դատողութեամբ և քաղցրաբարոյութեամբ առաջնորդելով անոր , ջանա՛ տակաւ հեռացունել զանի այն յիմարամտութիւններէն որոնց միտեալ է փոքր ինչ :

Մի՛ ըլլար չռայլ , մի՛ արեցող , մի՛ խաղամու . գիշերները տունէդ դուրս մի՛ անցուներ . ասոնք այնպիսի սոսկալի մոլութիւններ են , որք կը խանգարեն ամուսնութեան խաղաղութիւնը , կ'աւերեն ամողջութիւնը և կը խրամատեն ընտանեկան հասնգիստը . կը գայթակղեցունեն զաւակները և կ'աղարտեն բարի քաղաքացիի համբաւը : Հաւատա՛ խօսքիս , զաւակս , երկրային երանութեանց և ո՛չ մին կը գերազանցէ այն ընտանեկան երջանիկ վիճակը զոր մարդ կը գտնէ սիրազեղ և առաքինի ամուսնոյ մը ընկերակցութեան և բարեկիրթ զաւակաց շրջանակին մէջ : Զգուշացի՛ր այն պակասութիւններէն որոնց ենթակայ եղողն իւր կնոջմէն , իւր զաւակներէն և մինչև իսկ իւր սպասաւորներէն կրնայ յանդիմանուիլ իրաւամբ :

Մարդ երբ իւր տանը մեծը մնալ կ'ուղէ , պէտք չէ որ իւր ստորակարգեալներէն մէկուն ներողամտութեան կարօտի :

Մի՛ բանակուիր կնոջդ հետ և մի՛ յանդիմաներ զանի տղայոց և սպասաւորաց առջև , որպէս զի մի գուցէ ամթահարի և վշտանայ : Այդպիսի վարմունքովդ դու զրկած կ'ըլլաս զինքն այն յարգութեան և զաւակաց կրթութեան գործերը լաւ կատարելու համար :

Անոր թեթեւ պակասութիւններն սքողէ սիրոյ և ներողութեան քողովը և մի՛ մոռնար թէ դուն ալ կատարեալ մարդ մը չես :

Խնայողութեան նեղ սահմաններուն մէջ մի՛ սեղմեր ամուսինդ . մի՛ ստիպեր որ տնական ծախուց

մանրամասն հաշիւը տայ քեզի, որպէս զի չըլլայ որ քեզ խաբելու ելնէ:

Զգուշացի՛ր այն նախանձէն որ անհիմն է և լոկ կասկածի արդիւնք: Երբ դու քու ամուսնոյդ հետ սիրով ու բարեկամութեամբ, յարգանքով ու վստահութեամբ վարուիս, ուրիշին հաճելի ըլլալ չի մտածեր և թեթեւամտութիւններ չի գործեր:

Անստգիւտ առաքինութեան օրինակ եղիր իրեն անձամբդ և պիտի տեսնես որ այնպիսի մտադէր զգուշութեամբ պիտի պահպանէ ինքզինքը այն ամէն բաներէն, որք կրնան իրաւացի կասկածի առիթ տալ իւր անմեղութեան դէմ:

Երբ զաւկի տէր ըլլաս, քու ամէն ուժովդ հոգ տար անոնց ֆիզիքական ու բարոյական կրթութեան. բնութիւնը, կրօնքը և մարդկային ընկերութիւնը կը պահանջեն զայն քենէ: Թող մի՛ տար որ վնասակար նախապաշարումներ, անբարոյական աղախիններ և դրացի աւելորդապաշտ կիներ մուտ գտնեն քու զաւակացդ սենեակին մէջ, որպէս զի չըլլայ թէ դեռաբողբոջ ու փափուկ տունկերդ վնասուին այդ ուտիչ ճճիներէն և կանխահաս կերպով թարշամին: Առնական արիւթիւնդ ձեռքէ մի՛ ձգեր և հայրական խնամքդ մի՛ հեռացուներ անոնց քովէն, մանաւանդ՝ իրենց վտանգաւոր տարիքներուն մէջ:

Քու որդւոյդ հանդէպ կծծի մի՛ ըլլար. թող մէկ քանի դահեկան ունենայ միշտ իւր վրան. բայց չատ դրամ ալ մի՛ տար անոր, որպէս զի անբարոյական միտումներու գոհացուցման դիւրութիւն չունենայ:

Երիտասարդական շուայտութեանց սոսկալի հետեւանքները ճանչցո՛ւր և տեղեկացո՛ւր քու որդւոյդ, որպէս զի չըլլայ թէ ադոնց անգիտակցութեամբն, անառակ և հեշտասէր մ'ըլլայ, և մոլորի ու եղծանի: Արգելք մի՛ ըլլար իւր կանոնաւոր ու պարկեշտ զրօսանքին. եթէ չունի՝ դուն գոյացուր զայն, որպէս զի հայրական տունը բանտ մը չերեւնայ իրեն: Օգնէ՛, ձեռնտո՛ւ եղիր իրեն յարմար գործ մը, պաշտօն մը գտնելու համար, որպէս զի իւր առնական կորովը չվատնէ անառակ կանանց հետ, այլ՝ բարի հայր մը, ուղղամիտ ու հաւատարիմ քաղաքացի մ'ըլլայ: Նոյնպէս՝ հոգածու հսկողութիւն մ'ունեցիր քու չափահաս աղջկանդ վրայ, որպէս զի ժամանակիս մոլորեցուցիչ հրապուրանքին որս չըլլայ:

Անօգուտ մի՛ ըլլար նաեւ սպասաւորացդ հանդէպ. արդէն անոնք բաւական դժբաղդ են, որովհետեւ բաղդը ծառայութեան դատապարտած է զիրենք. քու մերձաւորդ, քու ընկերդ նկատէ զանոնք, և բարեխնամ հայր մ'եղիր անոնց և ոչ թէ՛ վէս հրամայող մը:

Կարելի եղածին չափ քիչ միջամտէ աղախնոյ ընտրութեան: Ամուսնոյդ համար ունեցած յարգանքդ ու պատուոյդ հոգածութիւնը կը պարտաւորեցունեն զքեզ հեռու մնալ այդպիսի միջամտութենէ մը: Կատարեալ վստահութեամբ կնոջդ յանձնէ առտնին գործերու կառավարութիւնը և յանձնէ առտնին գործիւր միջամտէ մի՛ թողուր որ ուրիշն ալ քու գործիւր միջամտէ: Այս կերպով չատ անպատեհութեանց առաջքն

ՅԱԻԵԼՈՒԱԾ . — Սեռային դրդում յառաջ քերող կամ	
զրգուող դեղերուն վնասակարութեան վրայ	95
— Առողջ, զօրաւոր և քարեկազմ զաւակներ	
ծնանելու արուեստը	100
— Առն անկարողութիւնը	105
— Կնոջ »	107
— Գիջութիւն կամ Օնանականութիւն . . .	114
— Շրջանկատ հօր մը իւր նորապսակ որդւոյն	
տուած խրատները	121



ԹԱՐԳՄԱՆՁԻՆ՝ ՀՐԱՏԱՐԱԿՈՒՄԾ ԳՈՐԾԵՐԸ

ԿԻՆՆ՝ ԻՅՐԵՒ ԱՄՈՒՍԻՆ (Թարգմ. և Գեղմ.)	20
ՈՒՂԵՑՈՅՑ ԿԱՆԱՆՑ ԵՒ ՕՐԻՈՐԴԱՅ (Թարգմ. և Գեղմ.)	5
ԱՌՈՂՋԱԲԱՆՈՒԹԻՒՆ ԵՐԻՏԱՍԱՐԴՈՒՀԵԱՅ (Թարգմ. և Գեղմ.)	6
ՔԵՐԹՈՒԱԾՔ ՆՈՒԻՐԱԿԱՆՔ (Թարգմ. և Գաղղ.)	—
ԱՐՈՒԵՍ ՎԱՐՍԱՆԱԼՈՅ (Թարգմ. և Գեղմ.)	2 1/2
ՄԱՅՐԸ (Ֆիզիքական տեսակետով) (Թարգմ. և Գեղմ.)	3
ԹԷ ԻՆՉ Է ԻՄԴԵՐԻՆ (Ջրագարութիւն) (Թարգմ. և Գեղմ.)	3
ԽՈՐՀՐԴԱՏՈՒ (Արական սեռին յատուկ) (Թարգմ. և Գեղմ.)	5
ՄԱՆՉ ՏՂԱՅՈՅ ԵՒ ԵՐԻՏԱՍԱՐԴԱՅ ՋԳԱՍՏՈՒԹԵԱՆ ՎՐԱՅ (Թարգմ. և Գեղմ.)	2
ԿԻՆՆ՝ ԻՅՐԵՒ ՕՐԻՈՐԴ՝ Թարգմ. և Գեղմ.)	Փառակաղմ 20
	Լաթակաղմ 15
	Թղթակաղմ 10



Կեդրոնացեղի Պ. ՊԱԼԵՆՑ ԳՐԱՏՈՒՆՐ

Թիւ 20, Չափաքաղար, Կ. ՊՈԼԻՍ

معارف نظارت جلیلهی و مطبوعات اداره علیه منک رخصتیه طبع
اولمشر فی ۷ ایول ۱۳۱۸

ՀՀ Ազգային գրադարան



NL0273102

2538