ՄԱՐԴԸ ԵՒ ԻՒՐ ՑԵՂԸ

613.8
Ա-28

ԲՐՕՖ. Ֆ. ԱԼ. ՊՐԷԽՏ

Բ. ՏՊԱԳՐՈՒԹԻՒՆ

Կ. ՊՕԼԻՍ
ՏՊԱԳՐՈՒԹԻՒՆ Ե. ՄԱՏՓԷՕՍԵԱՆ

1903

ԲՐՕՖ. Ֆ. ԱԼՊՐԷԽՈՖ
15 NOV 2011
613.8
Ա-28
530
3-ԱԿ

ԾԱՌԳԸ

ԵՒ

ԻՒՐ ՑԵՂԸ

ԲԱՐԵԿԵՆԴԱՆՈՒԹԵԱՆ ՀՐԱՏԱՆԳՆԵՐ

ԹԱՐԳՄԱՆԵՑ ԳԵՐՄԱՆԵՐԷՆԷ

Մ. Կ. ՆԱԶԻԿԵԱՆ

127
Ր. ՏՊԱԳՐՈՒԹԻՒՆ
Հ.Ս.Խ.Հ. ՀԱՅԿԱԿԱՆ ԳՐԱԴԱՐԱՆ
C.C.C.P.A Публичная Библиотека
7/XI 1922
ՄՈՍԿՎԱ, Мясницкая
Ա. ՄՏԱՄՅԱՆՑԻ ԱՆՎԱՆ
ՏՊԱԳՐՈՒԹԻՒՆ

1903

1 FEB 2013 16358

ՏՊԱՐԱՆ, ՎԻՄԱԳՐԱՏՈՒՆ, ԿԱԶՄԱՏՈՒՆ ԵՒ ԹՂԹԱՎԱՃԱՌԱՆՈՑ
Ց. ՄԱՏԹԷՈՍԵԱՆ
Թիւ 27, Ֆինճանճըլար եօզուշու, Կ. Պոլիս

معارف نظارت جليله‌سى و مطبوعات ادارهٔ عليه‌سنك رخصتيله طبع
اولنمشدر فى ٧ ايلول ١٣١٨

Սիրելի ընթերցող

Զեմ կարծեր որ պէտք չունենաս այս գիրքը կարդալու։ Սեռային կեանքի որ դասակարգին որ պատկանիս, պատանի՝ երիտասարդ՝ կանամբի, մանկամարդ՝ նոր հարս Թէ աբամբի, 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 զղջաս կարդացած ըլլալուդ համար։

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

Գերմանացի Բժիշկ Բլոֆ. Ալպրէխտի 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 փնտռուած գիրք մ'է հոն, ուր հարիւրաւորներ կան իւր տեսակէն։

Այո, փնտռուելու արժանի գիրք մ'է ասիկա . . . ։

1895 ԹԱՐԳՄԱՆԻՉԸ

ՄԱՐԴԸ
ԵՒ
ԻՒՐ ՑԵՂԸ

ԳԼՈՒԽ 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; — Անոր պատճառը ժամանակիս զեղծումն է. բարոյական զգացման տրուած նուա՛զ յարգանքը, մանաւանդ այն հոլանի հրապարակութիւնը, որուն ենթարկուած է ամէն գաղանիք որ, ճշմարիտն ըսելով, ծածուկ մնալ պէտք էր;

Նրբամիտ ընթերցողը գուցէ ըսէ թէ ես ալ այս գրութեամբս մերկացուցած ըլլամ այդ գաղտնիքը 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, իր նախապատրաստական յարգը վերընծայեցուցնել իրեն։

§ 2. Ամուսնութեան առաջին և վսեմ նպատակը մարդկային ցեղին չարունակաբար 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 կոչտ հեշտանքը, որ կատարելապէս հակառակ է բնութեան։ Սեռային վայելքի մէջ ալ կայ, արդարև, մեղրանոյշ ու հեշտ զգայութիւն մը, մարմնոյ բարձրագոյն դրգռութեան հետ միացած. բայց այդ ալ՝ պէ՛տք էր այդպէս եղած ըլլար, որպէս զի կարելի ըլլար փոքր աչխարհին, այսինքն մարդուս մէջ արթնցուցնել արտադրիչ այն ոյժը՝ զոր մենք մեծ աչխարհին՝ իմա՛ բնութեան մէջ ամէն գարնան տեսնելով կը սքանչանանք. անհրաժեշտական և մարմնաւոր նոր ոյժերու, նոր կերպարանքներու արտադրութեան այդ ամենակարողութիւնը։

§ 3. Սակայն և այնպէս, միտքն ալ մարմնոյն

նպատակին ծառայեցուցնելու, զայն այդ նպատակին գործակից ընելու համար խանդավառութեան (Ekstase) պէտք կայ։

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

Ո՞վ չէ ունեցած իր 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 ինքնայուն 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 չարունակ, և չարունակ զգալ այդ հաճոյքը, փոխանակ, գուցէ, այն սրտակսկիծ յուշածութեան թէ անմեղ կոյս մը գլխէ հանած է, թէ մոլորեալ մ'ալ ինքն աւելցուցած է, և գործակցած է այդ չարեաց արդիւնքին, զոր չի կրնար անտես ընել, չի կրնար հաչուի չ'առնել։

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

Իսկ բոլորովին տարբեր բան է այնչափ գե-

ղեցիկ ու զօրաւոր կերպով մեր մէջ դրուած դրդ-
ման գոհացումը, որու կը պարտաւորեցուննեն զմեզ
բնութիւնը, բանաւորութիւնը 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 ընտրա-
նօք ու չափաւորութեամբ վարուիլ գիտնանք։ Սակէ
աւելի մեծ կարեւորութիւն ունեցող ինչ բան կայ։

Ցայտնի է նաև թէ այս բարձրագոյն խան-
դավառութիւնը զոր սերնդագործութեան դրդումը
յառաջ կը բերէ մարդուս մէջ, մեր ցեղին յարա-
ճունութեան համար է միայն. թէ՝ այդ դրդումը
իւր բարձրագոյն աստիճանին կը հասնի, երբ կա-
նոնաւոր կերպով գոհացուցուի, և թէ՝ հզօրա-
լով անբնական հեշտանքի կը դառնայ և մարմինը
կը տկարացունէ։ Ուստի մարդուս համար կանոն
մը սահմանելու է, որով պէտք եղածէն աւելի
չգոհացունէ այդ դրդումը, պահպանէ մարմինը,
և այդ զգացման ու գործին յատկացեալ նպատա-
կին հասնի։

§ 5. Շատ ծիծաղական են բարոյախօս հե-
դնակաց խիստ քարոզներն այս խնդրոյն վրայ,
երբ բացարձակապէս կ'առաջադրեն թէ սեռային
դրդումը ա՛յն աստեն միայն պէտք է գոհացունել,
երբ արգասաւորութիւն մը կարելի ըլլայ։ Սէրն
ևս յիմարամտութիւն է խստապահանջութիւնն
անոնց, որք մոլութիւն ըսելու չափ յառաջ կ'եր-
թան, երբ կնոջ յղի մնալէն առքը մարդ գոհա-
ցունել ուզած ըլլայ այդ բնական դրդումը։

Բնութեան մեծ ատելածին որ ամէն բան ի-
մաստութեամբ կարգադրած է, այնչափ գրգռիչ,
կրնամ ըսել նաև այնչափ ստիպողական պիտի չը-
նէր այդ դրդումը, եթէ ազգը նոյնօրինակ ժուժ-
կալութիւնն ուզած ըլլար։ Գարնան մէջ դիտեցէ՛ք
ծաղկապատ ծառերը, տեսէ՛ք թէ բնութիւնը որ-
չա՛փ հարուստ է. որչա՛փ հարիւրաւոր ծաղիկներ
կ'իյնան, կը կորսուին առանց պտղաւորելու։ Գի-
շերային սաստիկ ցուրտ մը ամբողջ տարեկան
պտուղները, պտղաքաղ մը չ'ոչնչացուներ. փո-
թորիկ մը հազարաւոր պտուղներ անօգուտ կեր-
պով չի թօթափեր, և այդ ծառերը իրենց բեռնա-
րուն տակ չպիտի ընկճուէին եթէ մայր-բնու-
թիւնը գիրենք չհոգալով, չթօթափէր իրենց վնա-
սակար աւելորդ մասը։—Ջանի որ բնութեան
ամէն բանին մէջ Արարչին իմաստութիւնը կայ,
ինչո՞ւ համար մարդս յանցաւոր գաւառեր սերն-
դագործութեան նպատակը կատարուած ըլլալէն
ետքն ալ (այսինքն կինը յղի մնալէն ետքը) սի-
րոյ հնչուածիւնը վայելելուն համար։

§ 6. Այս մասին մխիթարական մ'է գիտնալ
—և արդէն փորձառուները լաւ գիտեն— թէ
սեռային դրդման ամէն մէկ գոհացում իրապէս
արգասաւորութիւն յառաջ չի բերեր. թէ՝ ամիս-
ներէ ետքն ալ չատ դժուար է վճռել թէ իրօք
արգասաւորում տեղի ունեցած է։

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

և երբ այդ կերպով կտրտուածը — այսինքն կոր-
ծած սերմը — ապարդիւն չի կրնար նկատուիլ,
ուստի մարդուս մէջ այնչափ բնականօրէն և այն-
չափ անզսպելի կերպով դրուած դրդման մը գո-
հացումն ալ յանցանք մը չի կրնար նկատուիլ,
գէթ այն պարագային մէջ երբ այդու որևիցէ
հիմնական վնաս մը յառաջ չգայ։

§ 7. Շատ հեռուները պէտք չէ երթալ հա-
մոզուելու համար թէ այդու կարեւոր վնաս մը
յառաջ չի գար։ Ամուսնացեալը խղճի մտօք թող
ըսեն թէ արգասաւորութիւն տեղի ունենալէ
ետքը, կատարեալապէս ետ կը կենաւ սեռային
վայելքէն։ Ես կ'ըսեմ թէ հաստատական պատաս-
խան մը տուող չպիտի գտնուի։

Ուրեմն, ինչո՞ւ համար անդէպ բարոյականու-
թեամբ հաստատել ուզուի այն, որ հին ժամանա-
կաց մէջ իսկ չկար. այն՝ որ հակառակ է բնու-
թեան, և որ մարդատեացի մը, սիրոյ թշնամիի
մը գլխուն մէջ միայն կրնայ դոյութիւն ունենալ։

§ 8. Բայց սեռային դրդման գոհացումը
մինչև ո՞ր աստիճան վնասակար կրնայ ըլլալ այն
պարագաներուն մէջ որ կինը յղի մնացած է, և
կամ թէ՝ չէ. գիտնալու կարեւոր կէտը ա՛յս է,
զոր իւր յատուկ գլխուն մէջ մանրամասնօրէն պիտի
քննենք իւր ամէն վնասակար հետեւանքներովը։
Ա՛ս այժմ սա ըսենք թէ մարդ պէտք չէ անսասա-
ռարուբերանք մը ունենայ, կրծող որդ մը դնէ իւր
ներսիդին, երբ սեռային հաճոյքը վայելել կ'ու-
զէ. միայն թէ պէտք է սանձ դնել իւր կրքին,
որպէս զի չափազանցութեան վնաս մը յառաջ չգայ։

§ 9. Այս առիթով վրայ պիտի գրենք յա-
ջորդ գլուխներուն մէջ։ Այժմ, գրքիս նպատա-
կին համեմատ, ծննդապօրհնաբանաց մէկ համառօտ
նկարագրութիւնն ընենք, որ օգտակար պիտի ըլ-
լայ մեր գրելիքներուն։

ԳԼՈՒԽ Բ.

ՄԱՐԴԿԱՅԻՆ ՄԱՐՄՆՈՅՆ ԱՅՆ ՄԱՍԵՐԸ ՈՐ ՍԵՐՆԴԱԳՈՐԾՈՒԹԵԱՆ ԿԸ ԾԱՌԱՅԵՆ

§ 10. Մարդկային մարմնոյն առբողջ յօրին-
ուածոբութիւնը այնպիսի իմն իմաստութեամբ կար-
գադրուած է որ աչխարհս անոր մէջ կը տեսնուի,
մանրանկարի մը պէս։ Շատ երկար կ'ըլլայ այս
երկուքին զուգահեռն ընել հոս, ցուցնելու հա-
մար թէ ինչ որ կայ երկրագնդիս մէջ՝ գետ,
քար, հող, մարմնոյ մէջ ալ կան վտխատարձա-
քար երակ, ոսկոր, միս։ Նոյնպէս՝ արտադրու-
թեան, այսինքն վերանորոգութեան ամէն գաղտ-
նիքները, ինչ որ անոնց ծագումը, կազմութիւնը,
հասունութիւնը կը ներկայացունէ։ Մարդուս
խելքը չի հասնիր ադոր. բնութեան խորախոր-
հուրդ մէկ գաղտնիքն է այդ մեզ համար։

§ 11. Նոյնպէս նաեւ մարդուս մէջ իւր
նմանը յառաջ բերելու գործը (կարողութիւնը) խոր-
հրդաւորհուրդ գաղտնիք մ'է մեզ համար։ Ի սկզբանէ

անդ երբ մարդ սկսաւ ինքնիրմով զբաղիլ, այս այնչա՛փ խոր, անքննելի երեւոյթ գաղանիքը լուծել մտադրեց. և բժիշկներն ու բնախոյզները ջանացին աղոր համար խելքի մօտ ենթադրութիւններ ընել և հնարաւորութիւններէն իրականութիւն յառաջ բերել։

§ 12. Այդ գանազան կարծիքներուն վրայ համառօտ տեսութիւն մը ընելէ առաջ պէտք է մարդուս սերնդագործութեան ծառայող մասին և դիրքին վրայ խօսիլ։

Շատ մեծ խմաստութեամբ է որ բնութիւնը մարմնոյն կեդրոնը հաստատած է ծննդագործարանները, և այնպիսի դիրք մը տուած է անոնց որ մարդուս կեանքին ուրիշ գործողութիւնները չեն խանգարուիր։ Մարդ ամէն աշխատութեան կրնայ ենթարկել իր անձը առանց այդ մասին ամենափոքր վնաս մը պատճառելու։ Նոյնպէս մարդկային մեքենան չենոզին խմաստութիւնը երբ սեռին համար ալ աննշան ձեւ մը ընտրած է, այնպէս որ մարդ այդ մասերուն հետ գործ չունենայ, գրեթէ տեղ չեն գրաւեր և ո՛չ իսկ անհանգստութիւն կը պատճառեն։ Ծննդագործարանք կը փոխեն իրենց վիճակը միայն ա՛յն նպատակին և գործողութեան պատճառաւ, որուն համար ստեղծուած են երկու սեռերը։

Ճշմարիտ է թէ ամուսնութեան գլխաւոր նպատակը մարդուս բազմանալն է, բայց ապացուցանելու համար թէ մարդ իր տեսակը յառաջ բերելու համար չէ որ կ'ապրի միայն, այլ թէ կրնայ առանց անոր ալ հանգիստ կեանք վարել, բաւական է մէջ բերել այդ ծննդագործարանաց, առանց մարմնոյն վնասելու, չգացման կարելիութիւնը։

Միթէ չատ անգամ չենք տեսներ որ ծննդագործարանք իրենց վրայ յատուկ եկած դիպուածական վնասներու, և կամ մարդուս իր անձնական մեղկ ու ցոփ չափազանցութեանց հետեւանքով ինքնին կը չքանան և մարմինը, առանց վնասուելու, կրնայ չարունակել իր պաշտօնները, և թէ՝ հոգւոյն գործողութիւնները յաճախ աւելի ազդեցիկ կ'ըլլան իր մէջ, թէ՝ մարմինը հոգ չի ըներ այդ կորուստին համար։ Եւ դեռ աւելին կայ. ո՞վ չի գիտեր թէ վիրաբուժական գործողութեամբ ամորձիքները հանուելէ ետքը, մարմինը վրայ կը դնէ թէ՛ զօրութեամբ և թէ գիրութեամբ։ Իրա՞ւ է որ առաջ՝ սերնդագործութեան յատկացուած հիւթը (սերմը) այժմ ամբողջ մարմնոյն զօրացման կը ծառայէ։ Կիրքին լուռ թիւնն է որ առողջ կը պահէ մարմինը։

Ես չեմ ըսեր թէ բնական զգացում կոչել կարելի է այդ, և թէ՝ այդպէս մտածող մարդը կատարեալ է. միայն տեսած եմ թէ մարդուս այդ կարողութեան զեղծումէն յաճախ զզուանք մը կը ծագի անոր դէմ. և այս տեղ ապացուցանել կ'ուզեմ թէ մարդկային ցեղին բազմանալուն չպիտի այնչափ մեծ ոճիր մը չէ որչափ ցուցնել կ'ուզուի։

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

Երիկ մարդուն գործարանական կազմուած քը կնոջ պէս փոխոխական երեւոյթներ չունենար. սերնդագործական դրդումը գոհացունելու առեն միայն պահ մը պէտք ունի անոր, իսկ քանի՛ չքնաղ է իգական սեռին ծննդագործարանաց կազմուած քին իմաստուն չէնքը: Այդ կազմուած քը, որ ապագայ մարդը 40 շաբաթ իւր մէջ կրելու, պահպանելու, կերպարանաւորելու և մնուցանելու սուրբ ու վեհ պաշտօնին նախատեսմանուած է: Այդ կազմուած քը՝ որ նոր ծննդիւքին բաւականաչափ տեղ տալու համար, առանց ցաւի և անզգալի կերպով կ'ընդլայնի և որոշեալ ժամանակի մը համար պահպանելէն ետքը սքանչելի ոյժով մը ի լոյս կը ծնանի զայն: Եւ այդ նորածինին 40 շաբաթ գոնուած վայրը չատ հանդիստ և չատ հաճելի է իրեն: Կարելի՞ է գտնել մարմնոյն մէջ ուրիշ որ և իցէ տեղ մը, ուր կարելի ըլլար ի գլուխ հանել այս գործը. և եթէ ըլլար իսկ, քանի՛ տձեւ ու անհաճոյ պիտի ըլլար բնութեան կատարելագործեալ արարածը, կինը:

§ **13**. Եւ քանի՛ խնամեալ կերպով կը մնայ նորածինը այդ կայանին մէջ, ուր մայրը կը մնուցանէ, կը խնամէ և կը պահպանէ զանի: Նախ՝ ջրային հիւթով մը կը չրջապատուի. այդ հիւթը կը պահպանէ զինքն ամէն ընդհարումներէ որոնց կրնայ ենթարկուիլ մօրն փորը, և կը թողու որ երեխան ազատութեամբ չարժի անդ, ինչ որ անկարելի էր՝ արգանդը չրջապատող անչրպականներուն յառաջ բերած նեղութենէն. և այս վիճակին մէջ ան՝ մանուկը, առանց ճնշուելու կրնայ մեծնալ:

երեխան դեռ չնչելու պէտք չունի. բնութիւնը այդ պարագային օգուտ քաղելով վիճակայարմար հեղանիւթի մը մէջ կը պարփակէ զանի, որ կը նիրհէ հոն, ինչպէս ձուկը՝ ջուրին մէջ:

§ **14**. Այս երկու մաշկեր կը չրջապատեն զանի, իբրեւ թէ հաւկիթի մը մէջ պարփակուած, և տեղ կու տան անոր որպէս զի չարժումներ ընէ ու մեծնայ: Վերջապէս արգանդին չրջապատն իսկ կը պաշտպանէ զանի այն ամէն դէպքերէն որ էգ մարմնոյն վրայ յառաջ եկած փոփոխութեանց առեն կրնային վտանգաւոր ըլլալ իրեն: Այս տեղ երբ նկատողութեան առնունք թէ փորոտիքը, որովայնի մկաններն և մաշկերն ալ ուրիշ միջնորմ մը կը կազմեն սաղմին չուրջը, այն առեն կ'ըմբռնենք թէ այս ամէնը ինչպէ՞ս լաւ կը պաշտպանեն զանի արտաքին ուժգնութենանց դէմ, բաւական է միայն որ ասոնք մարմնոյն ամբողջ չղայնդրութիւնը խանգարելու չափ ղօրաւոր չ'ըլլան:

Եւ մարմնոյն մէջ այդ փոքր սաղմին բնակարանը այնպիսի զանազան կերպերով ամրացած է, որ մինչեւ ծննդեան պահուն չարունակաբար մեծցող սաղմին իւր ընթերակացներովն ունեցած ծանրութիւնը և նոյն իսկ չարժումները չեն կարող խախտել զայն:

§ **15**. Ո՛րչափ իմաստութիւն կը պարունակէ Արարչին ստեղծած այս յօրինուածութիւնը, նո՛յնչափ իմաստութեան սքանչելիք մ'է նաեւ տղայրերքը. իմա՛ սաղմին ցայն վայր օթեւանած պատըսպարանէն անչատումը: Այս պարագային մէջ ալ չի վնասուիր մարմնոյն մնացորդ մասը: Այդ պատըս-

պարանին մկնանեարդերը զգացուած պէտքինն և կա-
րելութեան սահմանին մէջ այնչափ ուժգնութեամբ
լայնալէ և ձգտուելէ ետքը վերջապէս կը կծկուին
ու կ'ամփոփուին, և մրեւնոյն ուղղութեան ըն-
թացող այս նեարդերուն այժը այնպիսի իմն կը ճնշէ
փոքրիկ խոռոչաբնակը, որ ինքնաբերաբար դուրս
կ'ելնէ իր 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 կլորու-
թիւնն է, որ դիւրութեամբ կրնայ բանալ արգան-
դաբերանը։ Նոյնպէս, բնութիւնը՝ ուղեղը չրջա-
պատող այդ գոգաւոր և ամուր ոսկորներուն մէջ
այնչափ զօրութիւն դնելովն հանդերձ դեռ կատա-
րելապէս չէ յօդաւորած զանոնք, որպէս զի մի'
գուցէ դիմադրութիւնը սաստիկ եղած առեն խախ-
տին իրենց տեղերէն. և ճնշումը, որ ընդհանրա-
պէս ամէն կլոր առարկաներու վրայ կը կորնչուէնէ
իր այժը, հոս եւս վնաս չի պատճառեր։

§ **17**. Եւ որովհետեւ ծնունդը իր յարակից
պարագաններուն հետ մարմնական ցաւերով կը կա-
տարուի, ասոր համար ալ բնութիւնը այնչափ մեծ
զգրգիռ և այնչափ հեչտահաճոյ ղգայութիւն մը
դրած է սերնդագործութեան ՃՇՄԱՐԻՏ գործո-
ղութեան եւ սեռային զբաղման գոհացումին մէջ,
որ բարեբաղդ մայրը անմիջապէս կը մոռնայ իր
զգացած ցաւերը, եւ նոր յղութեան մ'առեն ամե-
նեւին չի յիշեր այն ցաւագին ժամերը, այլ ընդ-

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

§ **18**. Ցայտնի չէ թէ երկու սեռէն ո՞րն
աւելի մեծ զբաղութիւն եւ հեռեւապէս աւելի
մեծ հաճոյք կը զգայ սերնդագործութեան գործո-
ղոհացումին մէջ. միայն կը կարծուի թէ կինն է
որ կը զգայ առաւել հաճոյք եւ հետեւաբար ցա-
ւուն չատը լինքն է որ կը կրէ։

ԱՐՈՒ ԵՒ ԷԳ ԾՆՆԴԱԳՈՐԾԱՐԱՆԱՑ ԿԱՆՈՆԱՒՈՐ ՇԷՆՔԸ

§ **19**. Արու եւ էգ ծննդագործարանաց հա-
մառօտ մէկ նկարագրութիւնն ընել հոս օգտակար
կը համարիմ, վասն զի երբեմն ս'չ միայն էրիկ-
մարդուն, այլ եւ կնոջ ծննդագործարանաց մէջ
կարելի է պատահին այնպիսի ախտաւորութիւններ
որք անպտուղ կ'ընեն ամուսնութիւնը։ Այդ ախտա-
ւորութեանց չատերը վիրաբուժական թեթեւ գոր-
ծողութեամբ մը կրնան կանոնաւորուիլ, այնպէս
որ սերնդագործելու անկարող կարծուած անձ մը
դիւրաւ կրնայ երջանիկ ամուսնութեան մը յար-
մարութիւն ունենալ։

Ս.Ե.Հ.Ի. ՀԱՆՐԱՅԻՆ ԳՐԱԴԱՐԱՆ
Публичная Библиотека
1922

Արու ծննդագործարանք

Ծննդագործարանք արուները մասին կը պատ-
կանին ամորձիքները, ամորձիկը պարկի մը մէջ
զետեղուած։ Այդ պարկին մէջ տրուած ամորձի-
քներն են սերնդագործութեան կարեւորագոյն
գործարանները։ Ասոնք ամենափոքր սերմնարան-
ներէ կը բաղկանան եւ իրենց մէջ կը պատրաս-
տուի արական սերմը։ — Ամորձիքը սպունգի

նմանող երկու մարմիններէ եւ միզանցքէ մը կը բաղկանայ : Ցայտոակրին մօտ գտնուող սպինդային մասիններուն մէջ է միզանցքը , որ փայլափուչին հետ միանալով , մէզին արտաքսելու պաշտօն ունի :

Ծննդագործարանայ ներքին մասին կը պատկանին սերմնապահ փամփշտիկները : Սոնք չատ փափուկ եւ նրբամորթ են եւ երկուորիքներէն դուրս եղնելով իրենց մէջ եկող սերմը կը պահպանեն . ապա՝ սիրոյ բարձրագոյն արբշռութեան առեն , վերոյիշեալ միզանցքէն անցնելով՝ կնոջ իգափողէն՝ արգանդին մէջ ցայտեցունելու համար արդասաւորիչ հեղուկը : Եթէ այս սերմնապահ փամփշտիկները կարծրացած ըլլան , կամ թէ միզանցքին մէջ արգելք մ'ըլլայ , կամ միզանցքը անբնական բացուածք մ'ունենայ (այսինքն բերանը արանդամին տակի կողմը ըլլայ) այն առեն զուգաւորութիւնը անպտուղ կը մնայ : Նոյնպէս նեղ թլիփ (վերնամաշկ) մը , որ պահկէն վար չիջնար , կրնայ արգելք ըլլալ արդասաւորութեան :

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

Էգ ծննդագործարանը

Ցայտոակրին տակ , տորին որովայնին տորնադոյն միջավայրին մէջ , այսինքն երկու սրունքներուն իրարու միացած տեղը գտնուած մեծ չորթունքները իրենց մէջ ունին մուտքն դէպ ի ներքին ծննդագործարանները : Կոյս օրիորդայ ուռուցիկ եւ մազերով ծածկուած այս չրթունքը իրարու քով սեղմուած են : Այս չրթունքներուն վերին միացման մէջ , դուրս ցցուած , փոքր մարմին մը կայ որ կղլիթորի կը կոչուի եւ չրջապատուած է փոքր չրթունքէն : Կղլիթորիին տակ կը գտնուի միզանցքին բերանը եւ ճիշտ ատոր ալ տակը՝ իգամուտքը : Սա գոցուած է չարույրով (կուսական թաղանթ) որ գաշտանի հոսման համար ծակ մը ունի :

Բայց այս վիճակը կոյսերուն յատուկ է : Սոյն զուգաւորութեան առեն չարույրը կը պատռի եւ այդ առեն երբեմն արիւն իսկ կը հոսէ : — Սոյն կանոն վիճակներ են՝ չրթունքին կցուած ըլլալը , չարույրին կոճկացումը , կղլիթորիին մեծութիւնը (ինչպէս է արուէգներուն) . սոնք պատճառ կրնան ըլլալ կնոջ ամլութեան եւ բժշկական օգնութիւնը պահանջելի կ'ընեն : — Հին առեններուն ճշմարիտ կուսութեան ապացոյց կը համարուէր չարույրին անվնաս մնացած ըլլալը , եւ առաջին մերձաւորութենէն ետքն արիւն բիծերը : — Մերձաւորութենէ զատ չարույրի պատռելուն պատճառ կրնան ըլլալ նաեւ զանազան հիւանդութիւններ , ցատքել եւ ուրիշ մեքենական պատճառներ : — Այս ամէնը արտաքին մասը կը կազմեն ծննդագործարանայ : Իսկ ներքին մասին կը պատկանին իգամուտքը , իգափողը , 15-20 հարիւրորդամեթր երկայնութիւն ունեցող անցքը , որ կուսական վիճակի մէջ նեղ , ամուր փոքուածք մ'է եւ զուգաւորութեան ու ծաղկերքի առեն ջրային հիւթերու արտաթորման համար չատ մը լորձնագեղձեր կը պարունակէ իր

մէջ : Այս ջրային հիւթերը յաճախ հակաբնական երեւոյթ մը կ'առնուն եւ մաղասահոսութեան (ճերմակ դաչտան) վիճակով երեւան կու գան, որ միանգամայն պատճառ կրնայ նկատուիլ կնոջ ամլութեան *) : Իգափողին մէջ է արգանդապաբերանը : Կնոջ ծննդագործարաններուն կարեւորագոյնն է այս : Արգանդը՝ զօրաւոր վիճակի մէջ՝ տանձի ձեւ ունի, բարակ մասը դէպ ի վար եւ հաստ մասը դէպ ի վեր ուղղուած : Ծղսութեան տաեն արգանդը կ'ընդարձակի եւ կը բարձրանայ այնչափ որ արգանդի վերին մասը տասմոքի փորոգին կը հասնի : Անոնցմէ արգանդն իր ներքնոյն մէջ չատ փոքր տեղ մը կը բռնէ եւ փալլոպեան փող կոչուած երկու խողովակներու միջոցաւ ձուարանի հետ հաղորդակցութիւն ունի :

Ձուարանք արգանդին երկու կողմերը կը գտնուին եւ ունին իրենց մէջ ձուիկներ, որք այժմուս թեորիին համեմատ արգասաւոր զուգաւորութենէ ետքը նոր էակի մը հունտը կը բռնեն իրենց մէջ : Դաշտանի տաեն ձուիկ մը կ'անջատուի ձուարանէն, փալլոպեան փողէն անցնելով, կամ տաոր եւ կամ արգանդին մէջ կ'արգասաւորի արական սերմովը. արգանդին մէջ կը կազմուի տաղմը, մինչեւ ծնելու օրը :

Արգանդը ամրացած է զանազան կապերով : Կնոջ ներքին ու արտաքին այս ծննդագործարանները բնական եւ կատարեալ պէս լաւ կազմակեր-

*) Դիտելի է ըէ այն հիւանդութիւնները որք մաղասահոսութեան հետեւանք են, յաճախ նշան են ամլութեան :

պուած վիճակի մէջ գտնուած ըլլալու են սերնդագործելու համար :

Եւ ո'չ այսչափ միայն : Կնոջ կոնքին ոսկերային չէնքը երբ նեղ կամ պակասաւոր կազմուած ըլլայ, կա'մ արգասաւորութիւն տեղի չունենար եւ կամ տղաբերքն այնչափ դժուար կ'ըլլայ, որ երբեմն մահ իսկ կը պատահի :

Կարելի է նաեւ որ ձուարանք եւ փալլոպեան փողերը կարծրանան, չբզողին, վիրաւորուին, արգանդին կապերը թուլնան (անզօրանան) եւ արգանդը 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 սերնդագործութեան համար անմիջական մասնակցութիւն չունին տաոնք, բայց նորածինին սննդեան կը ծառայեն, եւ ներքին ու արտաքին ծննդագործարաններով հետ սերտ յարաբերութեան մէջ են : Ծիծերը կնոջական զարդարանք ալ են : Դեղեցիկ, ուռուցիկ ծիծերը կնոջական միւս կատարելութեանց յայտարար նշաններ կը համարուին, վասն զի արբունքի չհասած աղջկանց ծիծերը դեռ անկատար են : — Ծիծերու գրգռութիւնը հաչտական զգացում մը յառաջ կը բերէ ծննդագործարանաց մէջ : — Այնչափ տաեն որ կինը իր կաթովը սնուցանէ իր զաւակը, դաշտանահոսումը կը դադրի : Բայց չատ

անգամ ալ կաթ տալուն հանդերձ դաչտանը կը վերսկսի։ Պահանջանդի (գօրսէ) ճնշմամբ ծիծերը կրնան կորնցնել իրենց առաձգութիւնը. կրնայ ըլլալ նաեւ որ վիրաւորուին, կարծրանան։ Ծիծերը չաս գեղձեր ունին իրենց մէջ, որով տեղի կ'ունենայ կաթի բղխումը։

§ **20**. Սրպատաւորիչ 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 ազդու պատրաստութենէն առքը, մարմնոյն մէջ վերադառնալով, անոր զօրացման, մաքին կազդուրման եւ թերեւս հոգւոյն՝ մարմնոյն հետ ունեցած սերտ յարաբերութենէն ծառայէ։ Սակէց է որ կը հետեւի սա իմաստուն պատուէրը թէ՝ մարդ պէտք չէ որ անօգուտ կերպով ու յիմարաբար վատնէ այդ հիւթը։

§ **21**. Անօգուտ կ'անուանենք գլխաւորաբար այն չարաբարոյ եղանակը, որով այդ հիւթը քանականէն 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 քանական եղանակաւ տեղի ունեցած վայելքի առնուվան զի երբ սեռային յարաբերութիւնը քանական եղանակաւ կատարուի, այր եւ կին իրենց կորուսը կը փոխարինեն երակներուն ծծոց-խողո-

վակներու միջոցաւ, եւ սանկ ըսենք, այդ գործը կը կազդուրէ ու կը կատարելագործէ երկու կողմին մարմինները, մանաւանդ՝ երիտասարդ, ուժեղ հասակի մէջ։ Իսկ ընդհակառակն, անբնական գրգռութեամբ, այդ հիւթին միակողմանի կորուստը մահաբեր ուժաթափութիւն մը յառաջ կը բերէ, կը սպառէ կը հիւծէ մարմինը եւ կը բթացնէ հոգին։

Անբնական առիւծ մը, յօնահականութիւնը կամ դիլօութիւնը, որուն սոսկալի հետեւութիւնները նկարագրուած կան Հին կտակարանին մէջ, գլխաւոր պատճառ է մարմինը ակարացնելու եւ հոգին բթացնելու, այսինքն այդ մոլութեան նիւթական ֆիզիքապէս ու բարոյապէս մահացնելու։

Դժբաղդաբար այդ մոլութիւնը կը գտնուի 10-12-14 տարեկան աղայոց քով, եւ յաճախ՝ ոմանց գրգռութիւններն (զ. օ. ճճլիները) են պատճառը։ Ասոր համար ծնողաց եւ դաստիարակաց խորհուրդ կու տանք որ լաւ հսկեն իրենց զաւակաց եւ աչակերտաց վրայ։ Սեռային գրգռման անբնական ուղղութիւնը յաճախ պարզ զարմանով մը մէկ կողմ կ'ըլլայ։

Բայց չատ անգամ այս վիճակին պատճառն է ապականեալ երեւակայութիւնը որ յառաջ կու գայ կա՛մ լկաի վէպերու ընթերցմամբ եւ կամ աննպատակ վարմունքովին այն չափահասներուն, որք գայթակղական դէպքեր կը պատմեն աղայոց ու կը թունաւորեն անոնց սիրտերը։ Տղայոց սպասաւորութեան յատկացուած անձեր, պանդուխք հանդարտեցունելու համար, յաճախ այդ անմեղ մանկանց

ծննդագործարաններուն հետ կը խաղան եւ կամ թէ չատ կանուխէն կը սկսին տալ անոնց ոգեկից խմիչքներ, յոյժ անեղարար ուտելիքներ եւն. եւն.։

Բայց առանց սերմնահոսութեան ալ կրնայ մարդ, հեշտագրկիւ երեւակայութեամբ, պիջուժիւն ըրած ըլլալ, եւ այսու մարմնական մոլութեան պատճառած վնասէն աւելի վնասակ անձին։

Գեղեցիկ սեռին ալ խորհուրդ կու տամ, կատարելապէս հաւատարիմ մնալ բնութեան եւ չենթարկուիլ այն հեշտախտիկ անառակութեանց, որք թէ՛ իրենց հոգեկան խաղաղութեան ու զօրութեան, եւ թէ իրենց գեղեցկութեանն ու առողջութեանը կը վնասեն։

§ **22**. Ցիմարարար վանուած կ'ըլլայ այդ կենսաբեր հեղուկը երկու սեռին համար ալ, եթէ յաճախ յորնեցուցիչ ճիգերով, թէպէտ բնական եղանակաւ, չռայլօրէն դուրս հանուի մարմնէն։ — Ինչպէս որ պիտի ցուցունենք քիչ մը վերջը, սեռային դրգման չափաւոր գոհացումը որչափ որ կը նպաստէ մարմնոյ կատարելագործութեան, այնչափ ալ վնասակար է ազգ չափազանցութիւնը, եւ ասոր հետեւանքները թէպէտ այնչափ չուտ ու սոսկալի կերպով երեւան չեն գներ, անօգուտ ու ապարդիւն կերպով վանուած սաեւնին պէս (յօնանականութեան պէս) բայց կը կարճեցունեն մարդուս կեանքը, — զոր կարելի է երկարել այդ պիտանի կիրքին չափաւոր գործածութեամբ — եւ այնպիսի հիւանդագին ու վատառողջ վիճակ մը կը պատրաստեն մարմնոյն, որուն անկարելի 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 ցաւագին հիւանդութիւններ կրնան յառաջ գալ մարդուս վրայ։ Գաղիացի բժիշկ Տօքթ. Ժիռօտօ որ Սէն Ժէռվէ դարմանած է գեռատի այր եւ կին մը, եւ կը պատմէ թէ ասոնք սերոյ հաճոյքը չափազանց վայելելով ենթարկուած էին ամենավատնգաւոր հիւանդութեան մը, որ գարշելի թարախ մը դուրս կու տար իրենց ծննդագործարաններէն։ Այսպիսի հետեւանքներ երեւան կու գան նաեւ, երկու սեռին մէջ ալ, սեռային դրգման հակաբնական գոհացումեմբ։ Չափազանցութեան հետեւանք եղող նշաններն են, յաճախ, արգանդին թուլութիւնը, աչքի ցաւեր, աչքերու չուրջը օղակ, գլխու՝ ատամոքսի եւ կուրծքի ցաւեր, անհանգստութիւն, թախծոտ՝ մելամաղձային վիճակ մը, եւ վերջապէս ողնայարին կորացումը, տեսողութեան տկարութիւնը եւն. եւն.։ Ծնողք եւ դաստիարակք պարտին մեծ ուշադրութիւն ընել երբ իրենց մանչ կամ աղջիկ զաւակաց եւ աշակերտաց վրայ տեսնեն այդօրինակ կասկածելի նշաններ. վասն զի ոչինչ այնչափ ուժասպառ կ'ընէ մարդս քան որչափ՝ յաճախակի կորուստն այդ կենսատու հեղեղին, 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 վնասաբեր հետեւանքներ կ'ունենայ ու կը վնասէ 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 հասունն վիճակի մէջ գտնուած ատեն, կայ ժամանակ մը յորում սերմին մէկ մասը բացարձակապէս պէտք է դուրս հանէ այն ճամբէն զոր բնութիւնը գծած է, թէ չէ՝ մարմնոյն առկայութիւն մը, գրգռութեան յանկութիւն մը յառաջ կու գայ, որ այդ ալ առիթ կու տայ վերագրգռութենէ յառաջ եկող հիւանդութեանց։ Ընդունելի չէ ոմանց ըսածը թէ մարդ կրնայ, երբ սերմն առատ է, մաքրողական ու տկարացուցիչ դեղերով նուազեցունել զայն եւ արգելուլ գրգռութիւնը։ Այդ միջոցներուն ազդեցութիւնը հարեւանցի է, մանաւանդ թէ չատ կը տկարացունէ ներքինն. արդարեւ սերմը արեան մէջ կը վերադառնայ երբ մարդ ուրիշ տեղէ՝ 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 անջատուելէ ետքը կրնայ վերստին ծծուիլ մարմնէն. — Պատշաճագոյն

§ **24**. Ամէն բան իւր նախասահմանեալ տեղը լեցուելու է. այս պատճառաւ է որ մարդուս մէջ որոշեալ ժամանակին սեռային կամ սերնդագործական զրգռման 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 սերնդագործութեան ոյժը։

Անհրաժեշտ է թէ մարդկային կեանքի մէջ կան ժամանակներ յորում տեղի ունեցած պարապմունքները օգտակար են առողջութեան, եւ ան որ, երբ բնութեան ընթացքը կը պահանջէ զայն իրմէ, բռնութեամբ կը զրկէ ինքզինքն ադկէ, հակառակ վարուած կ'ըլլայ իւր կոչման։ Այս տեսակ ժուժկալութեան օրինակները հազուագիւտ 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։ Ծա-

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

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

Հիւսիսային ցուրտ կլիմաներուն մէջ անկարելի չէ գտնել այնպիսի անձեր որ ամբողջ իրենց կեանքին մէջ ժուժկալ մնացած են : Կարելի է նաեւ գտնուին մէկ քանիներ ալ որ առանց վնասուելու կարենան վարել ամենախիստ ամուրիութիւն մը . բայց անուրանալի է թէ չափազանց ժուժկալութիւնը զանազան հիւանդութիւններ կը բերէ իր հետ : — Որչա՞փ ձեր ամուրիները կը նեղուին յառաջադէմներու (քէսթանէճիք) եւ ամորձիքներու կարծրացումէ, կաթուածէ, ոտնացաւութենէ (ռիւքրիս), թուքէ (մայասըլ), եւ քանի՛ քանիներ մինչեւ իսկ կը խենդենան երբ մոլեգին կերպով իրենց զգայունող սեռային զրգռումը անկարելի կ'ըլլայ դոհացունել : Ես տեսած եմ յոյժ գեղեցիկ օրիորդներ, որ թուչնած, խամրած են այդ պատճառաւ, որ հիւծախտէ, ծիւրիչ նիհարութենէ, արիւնաթքութենէ, դաշտանի անկանոնութենէ, մաղասահոսութենէ ու քաղցկեղային ախտերէ մեռած են : Ասոր համար է որ, մեզ, մարդկանց համար երջանիկ ամուսնութիւն մը դրախտ մ'է երկրիս վրայ : Սմենէն չատ երկայնակեացները այն ամուսնացեալներու մէջ գըտնուած են, որք երջանիկ ու կանոնաւոր ամուսնութեամբ մը ապրած են : Սիրոյ հեչութիւնք չնաստակար չեն ամուսնութեան մէջ . չատ հազուագիւտ է որ ամրոք հիւանդացած ըլլան սէրը վայելած ըլլալնուն համար . միայն թէ չափազանցութենէ զգուշանալու է : Վատառողջ, հիւանդոտ անձինք որ անյարմար են ամուսնութեան, անոնք եւս անյարմար չպիտի զգան ինքզինքին այդ վայելքներուն, եւ երբ բնական զրկիս մ'իսկ ունենան, անտարակոյս ինքզինքին աւելի առողջ ու հանգիստ պիտի զգան եղէ պիտնան չափաւորութեամբ գոհացունել բնութեան պահանջումը :

* * *

Բուռն սէր մը անկարելի է դիւրաւ զսպել . սաստիկ սէրը չատ հազուագիւտ է որ անսոյ բանաւարութեան ձայնին . երբեմն մահ իսկ կը պատճառէ : Երիտասարդ սպային մէկը սիրահարած էր օրիորդի մը . խենդի պէս կը սիրէր զանի : Գիշեր մը ժամադրութիւն կ'ընեն . օրիորդն ուշանալով , երիտասարդը չափազանց կը յուզուի . բազկերակը կը սկսի արագապէս զարնել . արեան տաքութիւնը չափազանց կը բարձրանայ . աչքերը կը սկսին փայլիլ եւ չնչառութիւնն ալ մերթ ընդ մերթ կը բռնուի . . . եւ ահա վերջապէս կը հասնի սիրուհին , երիտասարդը անոր վրայ կը ցատքէ , կը գրկէ զանի ամենաբուռն ուժգնութեամբ , ցաւագին հառաչ մը կ'արձակէ ու . . . կ'անշնչանայ :

Հանրածանօթ է նաեւ պատահարն այն երիտասարդին որ Օր. Կաուսինի համար բուռն սիրով կը տոչորուէր , բայց օրիորդէն չհիրուելուն համար օրին մէկը անոր ոտքն խնդալով հագին աւանդեց :

Անաստուններ կան , ինչպէս՝ չունը , որոնց

խածուածքը թունաւոր է, կ'ըսեն, եթէ իրենց մերձաւորութեան մէջ խանդարուին։ Ես 70 տարեկան ծեր մը դարմանած եմ, որ մերձաւորութեան մէջ խանդարուած ըլլալուն պատճառաւ ծննդապրծարանի յոյժ ցաւագին հիւանդութեամբ մը կը տառապէր։ Սրիւնը ցամքած ծեր մը եթէ այդչափ դառնապէս հիւանդանայ, հապա ինչո՞ր չըլլար արիւնով եւ հիւթով զեղուն երիտասարդին այդ պարագային մէջ։ — Սրհամարհուած սէրը ո՛չ միայն լոկ մէկ քանի ընտանիքներու, այլ երկիրներու, ժողովուրդներու երջանկութիւնը կը խանգարէ։

* * *

Պէրլինցի Գօսպար անուն բժշկին ծանօթագրութեանց նայելով, ամուսնացեալ եւ ամուրի անձանց մէջ տեղի ունեցած մահերու թիւը սա պէս է.

30էն 35 տարեկան հասակի մէջ մեռնողներուն 27%ը ամուրի եւ 18%ը ամուսնացեալ են։ — 100 ամուրիներէն միայն 41 անձ կը հասնին մինչեւ 40 տարեկան հասակի. իսկ ամուսնացեալներէն՝ 78։ Տարիքսա 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 հանգիստն ու կանոնաւոր կենցաղավարութիւնը, զոր ամուսնութիւնը

իր հետ կը բերէ, որչափ որ մեծ ազդեցութիւն ունին ամուսնացեալ անձանց մահացութեան թիւին վրայ, այսու ամենայնիւ առողջութեան պահպանման համար գնահատելի 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։ Գիշերային սեռը արական սեռէն աւելի կը ճնասուի խիստ ժուժկալութեան հետեւանքներէն, վասն զի իգական սեռը մարդկային ցեղին աճման համար առաւել եւս պէտք ունի իր պահպանութեան. անոնցմէն ծնելու յոռի հետեւանքները սաստկապէս կ'երեւին իր վրայ։

Ինչպէս որ աղջկան մը կանխահաս զրգռութիւնը իր ամլութեան պատճառ կ'ըլլայ եւ մանաւանդ ծնութեան կ'ենթարկէ զանի, եւ այս ալ այնպիսի հիւանդութիւն մ'է որ ժամանակ անցնելով հիմնապէս կը խանգարէ աղջկան առողջութիւնը, այնպէս ալ երբ պղջիկ մը չափահաս ըլլայ եւ ամուսնանալու ժամանակն անցուէ ու չկատարէ բնութեան պահանջումը, նոյն չարեաց կ'ենթարկուի։

Բնութեան դասը չատ պարզ է այս պարագային մէջ։ Սերնդագործական հիւթը ելք մը կը փնտռէ դուրս ելնելու եւ չի գտներ։ Դրգռումը նո-

բանոր դրգռութիւններ յառաջ կը բերէ. մարմինը չի կրնար դոհանալ. հոգին կը բորբոքի, երեւակայութիւնը կը դրգռի, երակներուն վրայ եղած ճնշումը այնչափ ուժգին կ'ըլլայ որ վերջապէս, գէթ էրիկմարդուն քով, հեղուկը յորդմամբ կը պարպուի:

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

Գիշերային սերմնաւրթութիւնները չատ կը ձլատեն մարմնոյ, մանաւանդ երբ յաճախակի տեղի ունենան, այն է՝ 1-2 անգամ: Իսկ երբ այդ հոսումները հազուագէպ են, մարմինը կը թեթեւցուն, եւ Հուֆելանտի ու այլոց կարծեաց համեմատ, հիւանդութիւն իսկ չեն համարուիր: Այս ուժգնուն բժիշկը իգական սեռին ամսական գաշտանին կը նմանցունէ այս հոսումը եւ կ'ըսէ թէ այր մարդուն երբեմնակի սերմնաւրթութիւնը գիւրաւար կ'ընէ ժուժկալութիւնը: Սերմնաւրթութիւնը սովորաբար հնչագրկիւ երազէ մը ետքը տեղի կ'ունենայ: Իսկ երբ այդ հոսումները յաճախ վերակրկնուին ու գիշերութեան կարգ անցնին, այն ատեն հիւանդութիւն կ'ըլլան ու կը նիհարցունեն մարմինը: Ասոր բուժումը համար բժշկի մը խոր-

հուրդ հարցնելու է, վասն զի երբ այդ հիւանդագին վիճակը անիրաւամ 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 ծիւրի: — Այսպէս նաեւ ժամանակէն առաջ վերակսող կամ յորդառատ եւ ուժգին գաշտանն ալ անչափ վնասներ կը պատճառէ կնոջ, ամուլ կ'ընէ եւ վերջապէս դեպի գերեզման կ'առաջնորդէ:

Այս պարագային մէջ ճարտար բժշկի մը դարմաններով կազդուրուիլ չանալու է:

Հուֆելանտ գիշերային սերմնաւրթութեան յաճախակի կրկնութեանց առեն, որ ինչպէս րսինք հիւանդութիւն մ'է, սա հետեւեալ դեղապիրը կը նշանակէ.

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

օրը երկու անգամ 50 կաթիլ առնելու է սակէ ջուրով կամ որեւիցէ տունկի մը հոգովը:

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

ԳԼՈՒԽ Գ.

ԹԷ Ի՞ՆՉՊԷՍ ԿԸ ԾՆԻ ՄԱՐԴ. — ՋԱՆԱՉԱՆ ԿԱՐԾԻՔՆԵՐ ԵՒ ԱՍՈՆՑ ՀԱԻԱՆԱԿԱՆ ՀԵՏԵՒՈՒԹԻՒՆՆԵՐԸ

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

§ **27**. Նախ կը կարծուէր թէ արական սեռը միայն սերնդագործական կարողութիւն ունէր իր մէջ, եւ իգական սեռը կրաւորապէս ընդունելով առն սերմը իր մէջ, կը պահպանէր եւ կը հասունցունէր զայն։

Ցետոյ կարծեցին նաեւ թէ կինն ալ առն պէս ստեղծական հիմք մ'ունի իր մէջ, եւ արգանդին մէջ երկու հիմքերուն միացմամբն է որ կը կազմուի սաղմը, եւ հետեւապէս նոր էակի մը գոյութեան մէջ հաւասար բաժին ունին այր եւ կին։

Վերջապէս սերնդագործական հիմք, 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, մանրադիտի միջոցաւ տեսան թէ արական սերմին մէջ չարժուն անասնիկներ կան, եւ կարծեցին թէ ադոնք մարդկային փոքրիկ էակներ են, որք տարիքի կը սպասէին պէտք եղած տեղը հասնելով հոն իրենց փոքրիկ կեանքն ընդունելու եւ ապրելու համար. եւ որովհետեւ այդ անասնիկները չատ բազմաթիւ էին, ուստի պէտք էր որ հազարաւոր փոքրիկ մարդեր ոչնչանային, անոնցմէ մէկն ապրելու բաղդ ունենալէ առաջ։ Թէ՛ այս պատճառաւ եւ թէ այն տեսութեամբ թէ ուրիշ հեղուկներու մէջ ալ այսպիսի չարժուն մարմիններ չատ կան, մարդ մէկզի թողուց այդ ենթադրութիւնը եւ դարձաւ մնաց նախկին անստուգութեան մէջ։

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

§ **30**. Ուրիշներ ալ՝ ընդունելով թէ գեղեցիկ սեռը չատ ձուիկներ ունի իր մէջ, կինը համարեցին մարդուն կազմակերպման պատճառը։ Զուարճալի բառածն էր այդ, որ ձուիկները արգան-

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

§ **31**. Ամէն ժամանակներու բժշկաց, անդամազննիներու եւ բնախոյզներու փորձառութենէն գրեթէ ապահովապէս կ'երեւի թէ՝ մօր մէջ, այսինքն անոր ձուարանին մէջ գտնուած ձուիկներուն մէջ, ի բնէ դրուած է մարդ ըլլալու նախնական նիւթը, այսինքն երբ արդիկը չափահաս ըլլայ ու կատարելագործուի, ձուիկին մէջ մարդ էակին մէկ նոր ձեւը կը կազմուի, ա՛յնպէս՝ ինչպէս որ էր առաջ ինքն իր 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 չարժման մէջ դրուի, ամէն մասերը տակաւ, բնական օրինաց համաձայն, կը կազմուին եւ ադիկ մարդ մը յառաջ կու գայ. եւ այդ լոյծ տարրին ներքին չարժումը յառաջ կու գայ այլ մարդուն մէջ գտնուած սերմին միջոցաւ. առանց առն գործակցութեան բացարձակապէս անկարելի է այդ :

§ **32**. Մարդկային մարմնոյն մէջ տեղի ունեցած այս գործողութիւնն ըմբռնելու համար յարմարագոյն է միտք բերել գարնան ջերմ անձրեւը որ գրեթէ վայրկենաբար տեսակ մը չարժման մէջ կը դնէ հողին տակ գտնուած հունտերը. այդ անձրեւն է որ կ'ուռեցուցնէ զանոնք, որով արմատին երկու կողմերէն դէպի վեր եւ դէպի վար կը մեծ-

նան եւ այնպէս չքեղ ու մեծվայելուչ կ'արգասաւորին : Ապա՛ւայ մարդը դրուած է ձուիկին մէջ որ կրնայ, նպաստաւոր պարագաներու բերմամբ, կատարեալ անհատ մը կազմակերպուիլ. եւ այդ ստեղծիչ զօրութիւնը զետեղուած է, ո՛վ սքանչելիք, այդ ձուիկին մէջ եւ հոն կը նիրհէ յարատեւ, սպասելով այն վայրկեանին յորում գաղտնախորհուրդ ձեռք մը չարժէ զինքն : Այդ ատեն չղթաները կ'անհետանան, կապերը կը քակուին եւ հոն ուր անշշուկ հանդարտութիւն մը, անապատական լռութիւն կը տիրէր, ահա՛, յանկարծ կենդանութիւն կ'երեւի : Այդ դիւթական ձեռքը որ ընդարմացած միսին, կարծր նիւթին կեանք կու տայ, արուին սերմն է : Սերմին մէջ կայ այն զօրաւոր յատկութիւնը՝ չարժումը յորում կը գտնուի ինքն իսկ եւ զոր մանրադէտով կարելի է դիւրաւ տեսնել. չարժում մը որ այդ սերմին միջոցաւ կը հաղորդուի ուրիշ չատ մը գործարանական հիւսուածներու : Այսպէս, ահա, կը ծագի նաեւ կենսատու չարժումը թմրած ձուիկին մէջ : Սակայն ձուիկն ու սերմը չեն այն չինուածոյ նիւթն ուրկէ նոր էակ մը կը կազմուի. ձուիկը նիւթ է միայն, չինուելիքան քար. իսկ սերմը ընդհակառակն, ստեղծիչ ոգի, որ անձեւ նիւթէն գործարանաւոր կատարեալ էակ մը յառաջ կը բերէ : Սա իր ստեղծական զօրութիւնն ի գործ դնելէն ետքը ինքզինքը կը չքանայ, ճիշդ այն եղանակաւ, ինչպէս՝ անգործածելի դարձած ամէն գործարանաւոր մարմին : Ինչպէս որ ջիղն, երբ կորնցուցնէ իր զգայնութիւնը եւ չկրնայ չարժում յառաջ բերել անկարող ըլլայ

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

§ 33. Մարդ էակը կազմելու յատկացեալ — բայց ո՛չ նախապէս զայն իւր մէջ պարունակող — ձուիկին մէջ այդ չարժումը 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 սրսի տեղին վրայ արեան կաթիլ մը, ուրկէ տակաւ կը կազմուի սիրտը։

§ 34. Արեան այս փոքրիկ կէտէն, որուն մէջ քիչ ժամանակէն ղգալի 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 չարժում մ'ունի արդէն, և այդ չարժմամբ է որ երակային դրութիւնը պզտիկ մարդուն մէջ տակաւ կը կազմուի ու կը զարգանայ։ Այդ վայրկեանէն սկսեալ ամբողջ մարմինը կը սկսի աճիլ, թերեւս հաճելի ըլլար ադոր 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 չարժումը. արդէն կեանք ունի ան. բայց երբ այնչափ զօրանայ որ իւր բնակարանին արտաքին պատերը չարժել կարենայ, այն ատեն ղգալի կ'ըլլան ադոնք։

Սաղմին ոսկորները չխըրեղանման են, կեդրոնական ճառագայթներու պէս աւիշն կոչմ կը տարածուին։ Այս աւիշը նախ մածուածանման, ապա՝ կռճկանման ըլլալով, վերջապէս ոսկոր կ'ըլլայ։ Սաղմին բազուկներն ու սրունքները ճիւղերու պէս կ'աճին և այդ աստիճանական կերպարանաւորումէն է որ կը ծագին զանազան առեւրթիւնք, այսինքն այս կամ այն անդամին պակասութիւնը, որ կը տեսնուին նորածիններուն վրայ երբեմն։

Հոս չեմ ուզեր խօսիլ այն արտաքին պատճառներուն այսինքն ճնշման, բախման կամ անկման ներգործութեանց վրայ, որք նոյնպէս կրնան վնասել սաղմին. այլ կը կարծեմ և ապահով իսկ եմ թէ ինչպէս որ մենք յանկարծական վախով մը ցնցում մը կ'ունենանք մեր որևէրցէ մէկ անդամին վրայ, որ կատարեալապէս ղգայազրկ կ'երեւի մեզ, և ինչպէս որ յանկարծական սաստնում մը մահու դալուկը կը պատճառէ մեզ, այնպէս ալ հոգեկան սաստիկ յուզում մը, ցնցում մը նոյն աղդեցութիւնն ունի թէ՛ մօրը մարմնոյն և թէ սաղմին վրայ. և անոնք որ երախայրն վրայ տեսնուած ծննդական կերպ կերպ նշանները 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 աննդական հիւթը *) :

*) Հաւկիթը նմանութիւն մ'է որ արուեստին անտեղեակներուն շատ կ'յարմարի անասնոյ բարձրագոյն կարգին ծագումն ու զարգացումն գաղափարելու համար։ Թող ներուի ինձ այս առթիւ ներկայացնել գիտական նորագոյն փորձերուն արդիւնքը։ Հաւկիթը նման է կնոջ ձուիկին, բայց մեծաւորութենէ եաքի՝ արգասաւոր ձուիկին։ Հաւերուն մէջ, մեծաւորութեամբ, սերմը կը տարածուի և միեւնոյն ժամանակ բազում հաւկիթներ կ'արգասաւորէ։ Հաւուն ածած ձուին մէջ արական սերմին ներգործութիւնը եղած է արդէն երբ մանրադիտով քննուի այդ ձուն, դեղնուցին մէջ յատկապէս ձեւաւորուած մաս մը կայ որ ձուածիլ կը կոչուի։ Հաւկիթին մէջ այդ փոքրիկ մասն է միայն ձու. դեղնուցը և սպիտակուցը վառեակ-սաղմին անունդին յատկացուած են. այսինքն մօրը (հաւուն) արգանդին 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 մնուցանէ շարունակ իւր արիւնովը, ինչպէս է մարդկային սաղմինը։ Ասոր համար վառեակ-սաղմը միանգամ ընդմիշտ կ'ընդունի իւր մօրմէն՝ պէտք եղած պաշարը, որպէս զի

ԳԼՈՒԽ Դ.

ԹԷ ՄԱՐԴ ԵՐԲ ԿՐՆԱՑ ԴՈՀԱՑՈՒՆԵԼ ՍԵՐՆԴԱԶՈՐՄՈՒԹԵԱՆ ԴՐԴՈՒՄԸ՝ ԱՌԱՆՑ ՎՆԱՍԵԼՈՒ ԱՆՋԻՆ

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

Հիմդիր է թէ այս հիւթը երբ կ'առատանայ այնչափ որ դուրս հանել պէտք ըլլայ, կամ, սանկ ըսենք երկու սեռերն ալ երբ իրաւունք կ'ունենան սեռային յարաբերութեան հաճոյքը վայելելուն։

§ 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-

մնանի մինչև իւր կատարեալ զարգացումը։ Հաւկիթին շուրջը գտնուած կարծր կեղեւը անոր համար տրուած է իրեն, որպէս զի իւր զարգացման ատեն մայրական արգանդի խոպոպումը վայելէ։ Ասոր համար է նաև որ հաւկիթը այնչափ մեծ, իսկ կնոջ ձուիկը 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 պահի 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 անհատներ ընտրել, որք հոգ չէ թէ տեսական գեղեցկութիւն մը չունենան, բայց պէտք է որ տեսական առողջութեան տէր ըլլան : Չափահաս օրիորդ մը որ ամուսնանալ կը փափաքի և առողջ ու զօրաւոր զաւակներ ունենալ կ'ուզէ, թող ընտրէ միջահասակ, զօրաւոր, թիկնեղ ու ջղապինդ երիտասարդ մը : Երկայնահասակ, վոխտ երիկմարդերը տակաւ են սերնդագործութեան մէջ և չատ հազուադէպ է որ իրենց զաւակները մուտքի 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 նուանդուն՝ կրակոտ աչքեր, կարմիր շրթունք, ոգեւոր ու արտայայտիչ դիմագիծեր, գոգաձեւ կուրծք, ոչ-կարճ և ոչ-երկայն պարանոց, ամուր և լայն ուսեր, կորովի բազուկ, բաւեձեւ փոր մը, որ նշան է զօրաւոր մարսողութեան և հետեւապէս՝ լաւ սերնդագործութեան : Չափազանց հաստ սրունքները չատ նշան են ոչ-զօրաւոր սերնդագործութեան. մանաւանդ՝ հաստաբազուկ ու չատ մարմնեղ անձինք սերնդագործելու կարողութեան մէջ քիչ մը ետ կը մնան : Անոնք որ իրենց երիտասարդութեան մէջ Աստղիկի ու Բագոսի տաճարներուն մէջ չուայտութիւններ ըրած են, չատ հազուադէպ է որ լաւ ու գործածելի ամուսիններ ըլլան :

Աղնիւ կեցուածք, յաղթ ու անբունազբօսիկ քալուածք, և մարմնոյ չարժմանց մէջ նոյն իսկ դժուարին աչխատութեանց — դիւրաթեքութիւն ճչմարիտ ապացոյցներ են գործարանային առողջութեան : Շարժունակին յամր ու ծանր, և ձայներնին տակաւ այրերը վատառողջ կ'ըլլան, և տակաւ են նաեւ իրենց նկարագրին, ազդուութեան ու սեռային կարողութեան մէջ : Չափազանց նիհարութիւնը դժուարամարսութեան նշան է. բայց չափէն աւելի պնդակազմ և ուժեղ այրերն ալ հազուադէպ է որ կատարելապէս առողջ ու զօրաւոր ըլլան, մանաւանդ երբ մարսաոտ (պաղարիւն) են : Արիւնային խառնուածք ունեցող այրերը չատ կրակոտ կ'ըլլան սիրոյ մէջ. ասոնք իրենց դէմքի կարմիր գոյնովը, իրենց դիւրա-

չարժութեամբը, մտացի և չնորհալի քնաւորութեամբը նշանաւոր են Թէեւ, բայց Քեքեւամիտ, յեղյեղուկ ու հաճոյասէր կ'ըլլան։

Ջղային, տժգոյն ու տկարաբնոյթ այրերը — որք չատ դիւրագրգիռ — լաւ էրիկ չեն կրնար ըլլալ. հակայ ու ըմբշկական երեւոյթ մ'ունին, բայց գեղեցիկ սեռին համար չունին այնչափ չատ հակում։ Մաղձային խառնուածքի տէր անձինք, որ յայտնի են իրենց Թխադոյն մազուն ու մորթովը, նախանձոտ, յամառ, փառասէր ու տուիոտ 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 տիրեղասէր են։ Երիտասարդը Թող ընարէ այնպիսի օրիորդ մը իրեն ամուսին՝ որ իւր գլխուն բունուածքին վրայ աղնուութեան ու պարկեշտութեան հով մը ունենայ. մանաւանդ երբ այդ գլխուն մազերը խիտ, երկայն, փափուկ և չագանակագոյն են։ Այդպիսի կիներ քաղցրաբարոյ ըլլալով հանդերձ կամքի հաստատութիւն ալ ունին։ Գեղեցիկ խարտեաշներն ալ սակայն պէտք չէ մէկդի Թողուլ, վասնզի դիւրաբարոյութիւնը, հլութիւնն ու անձնուիրութիւնը իրենց գլխաւոր յատկութիւններն են։ —

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

Խարտիչահերք մեծ մասամբ ծաւի են, իսկ Թխահերք գորշ կամ սեւ աչուի։ Աչքը հայելին է հոգւոյն. ուստի եռանդուն, մտացի և փափկութիւն ու պարկեշտութիւն արտայայտող աչքեր վինաւելու է։ Աչքերու չուրջը կապոյտ շրջանակներ ունեցող կին մը կամ օրիորդ մը կիրքի, ներքին Թախծութեան տէր և չուայտութեան միտեալ կ'ըլլայ, եթէ այդ կապոյտ շրջանակները ապաքինեալ հիւանդութեան մը մնացորդ հետեւանքը չեն։ Կին մը պէտք է որ վարդագոյն փոքրիկ բերան մ'ունենայ. գունաթափ չուրթներ, գունատ լինդրեր վատառողջութեան յայտարար նշաններ են։

Պեխաւոր կիները չատ հակամէտ են հեչտանքի. չունին ընաւորութեան քաղցրութիւն, որ զարդն է կին արարածին։

ԶուաՀեւ դէմք մը, ոչ-ցցուկրուտ և խուռչաւոր, գլխաւոր պայմանն է իգական սեռի գեղեցկութեան։ Դուրս ցցուած ծնօտ մը՝ հակառակ է գեղեցկութեան, ինչպէս նաեւ՝ չատ պիրկ դիմագիծերը։ Շատ երկայն վիզ մը, — մանաւանդ երբ վտիտ ու խորդուբորդ ըլլայ — սիրուն կլորիկութիւն մը չկազմէլէ զատ, խռչափողին դիրքը կը պարզէ յայտնապէս, աչքի աղէկ չերեւիր։ Նոյնպէս՝ ընդունելի չէ երբ յուզման առեն պարանոցի միաններն ու երակներն ուռին. այդ ալ նշան է կնոջ

կատարի 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 տաքերքին։ Տափակ ուներս ինչած 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 առեն. բայց պէտք չէ որ այդ ալ չատ խոշոր ըլլայ, վասն զի նախ՝ խոշորութիւնը հակառակ է գեղեցկութեան, երկրորդ՝ այդպիսին դժուար կը տաքերբէ։ Իսկ եթէ չատ 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 առենին, 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 բարեվայելչութեան ու չնորհքի հետ միանան, և միւս կողմանէ քաղցր բնաւորութիւն և եռանդուն աշխատութիւն մը ալն. կազմին կնոջ նկարագիրը, այդպիսին գեղեցիկ և ընդունելի ամուսին մը կրնայ ըլլալ։

Երկու սեռին համար ալ չափահասութեան առաջին նշանները, ինչպէս ըսինք, կը ցուցնեն թէ այդպիսիք նոր կը սկսին ունենալ իրենց նմանն յառաջ բերելու կարողութիւնը։

Արական սերմին գոյութիւնը, նոյն իսկ աղոր պատահական կորուստը, ապացոյց չէ թէ այդ հիւթն առատ ու զեղուն է և դուրս նետելու պէտք ունի, Հիւանդութեամբ ալ կարելի է դուրս կ'ելնէ և գրգռութիւնն ալ կրնայ ժամանակէն առաջ գոյացունել զայդ։

Օրիորդի մը արբունքի սկզբնաւորութիւնը պէտք չէ սեռային դրդումը գոհացունելու պէտքի մը նշանը համարել՝ եթէ գրգռութիւն իսկ ըլլայ, վասն զի վերոյիշեալ պատճառով ալ կրնայ ըլլալ այդ։ Սրբունքի 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։ Արբունքի երեւոյին իսկ չատ կը տարբերի։ Աղջկանց ոմանց վրայ 12րդ տարիքին մէջ երեւան կուգայ այդ, մինչդեռ ուրիշներ 17 և 18 տարիքներուն մէջ ի գո՛ւր կը սպասեն անոր երեւման։ Մանչերն ալ ևս կանուխ կը ցգան արբունքի նշանները։

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

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

§ **40**. Աղջկան սեռին համար չատ դժուար է որոշել այս ժամանակը, որովհետև երիտասարդ մը նախ ուրիշ այնպիսի հոգեր ունի զորս չունի օրիորդը, այսինքն իւր կիրճն ու զաւակները անուցանելու հոգը. վասն զի երիտասարդը իւր գործին ու աշխատանքին համար — ի՛նչ դիրքի մէջ որ գտնուի — այժմ, կատարելագործութեան և կրթութեան պէտք ունի և բնականաբար չի կրնար առնուազն 20 տարեկան բլլալէն առաջ ամուսնանալ, եթէ չուզեր վրիպիլ իւր նպատակէն և վնասել իւր առողջութեան։

§ **41**. Սակայն այս ամէն պարագաներու մէջ բացառութիւններ կը գտնուին. գեղջկական ժողովուրդները կրնան ընդհակառակ յետաձգել սեռային դրդման գոհացումը, վասն զի իրենց անհանգուստ աշխատութիւնը ժամանակ չի թողուր այդ քանին վրայ մտածելու, և երեւակայութեամբ կամ ինքնահնար գրգռութիւններով կանխահաս հասունութիւն մը գոյացունելու։ Նոյնպէս չունին այն հրապուրիչ արգելքարդիները որով քաղաքակնակ երկու սեռերը, մանաւանդ մեծ քաղաքներունը, գիրար փոխադարձաբար յանկուցանել կը ջանան։ Այն թեթև գրգռումը որ քաղաքակից համար գրեթէ անհանգուստ է, գեղացին գիւրաբաւ անտես կ'ընէ, և կատարեալ չափահասութեան չափաւոր գրգռումն է միայն որ վերջապէս կը մղէ զանի ձեռք բերել սեռային դրգռման օրինաւոր ու պիտանի գոհացումը։

§ **42**. Եթէ հարսնցու աղջկանց վիճակը քիչ մը մօտէն քննենք, պիտի տեսնենք որ տան 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 — անո՛ր համար չուզուիր ամուսնացունել, որովհետև 18 կամ 20 տարեկան չէ դեռ։ Աղջկան իրաւունքներուն վրայ գարշելի բռնաւարութիւն 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 վայրկեան մը։ Իսկ միւս կողմանէ, չատ անմօրէն 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. մանաւանդ ջղային տկարութիւնը՝ որուն են թարկուած կը տեսնեմ, յաճախ, դեռատի օրիորդները, և ասոր ալ ներգործութիւնը միայն յղութեան վրայ չէ, վասն զի կինը անգամ մը յղի ծնալէն 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 վախցո՛ւիր որ սեռային նորատուտ յարաբերութիւն մը, հաճոյքի վայելում մը ակնկալուած հետեւանքն ունենալու տեղ հակառակ արդիւնք մը յառաջ բերէ, այսինքն գերագրգռութիւնը։ Եւ ասիկա կրակին վրայ իւղ լեցունելու չի նմանի՞ր։ Ջղային կանանց հետ չատ յարաբերութիւն ունեցո՛ղ բժիշկը գիտէ թէ այդպիսի սխալ մը հետեւանքը որչա՛փ ծանր կ'ըլլայ։ Ջղային կանայք, որոնց մեծագոյն մասը չափազանց տկար են, խղճի մտօք քնելու տալու են ինքզինքնին, հասկնալու համար թէ նոր գրգռութիւն մը իրենց համար առողջարա՞ր թէ անյարմար կ'ըլլայ. իրենց արդէն գրգռուն վիճակը կը մեղմացո՞ւնէ, թէ՝ ընդհակառակն՝ աւելի կը սաստկացունէ։ Մեր ժամանակին մէջ, յորում մտաւորական զարգացման տէր ու հեչտախոհ երեւակայութեամբ օժտուած աղջիկն չատ միօրինակ ամուսնութեան մը մէջ մնալով պարտի, սեռային վերահաս գործունէութիւնն այնչափ չատ կ'երթայ, որ կ'արթնցունէ նիրհող չատ հիւանդութիւնները, և որոնց մէջ դիւրաւ կը կորսուի առողջութեան ու տոկալու կարողութեան վերջին մնացորդը։ Ուստի, ծնողք իրենց ջղային ու դիւրագրգիռ աղջկանց ամուսնութեան առեն զգուշութիւն ընելու են որ իրենց զաւակին կատարելապէս չարմար կերպով չարժին։ 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 ո՛չ մէկ կերպով որոշեալ տարբերք մը կրնայ հիմ բռնուիլ. մարմնոյ խառնուածքները այս խնդրոյն մէջ չատ կը տարբերին իրարմէ։

Օրիորդներ կան որ 16 տարեկան հասակնուն մէջ կը սկսին հետաքրքիլ բնական դրդումը գոհացնելու, մինչդեռ ուրիշներ ալ կան որ 20 տարեկան հասակի մէջ իսկ միտումէ չեն զգար ադոր համար։ Այսպէս է նաև երիտասարդայ համար։ Ճանչցած եմ երիտասարդներ 18, 20 տարեկան, որք գեղեցիկ սեռին նկատմամբ չէին զգար որ և իցէ հակում. ընդհակառակն ուրիշներ ալ՝ առանց թելադրութեան, 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։ Մանչուկ կամ աղջկան մը հայրը կամ մայրը չգանալու են բարեկամական մտերմութիւն մը հաստատել իրենց զաւակաց հետ, որպէս զի կարենան ըլլալ, իբրև բարեկամ, գիտնալ անոնց փափաքներն ու միտումները։ Եթէ ծնողք որևիցէ պատճառով չկրնան ընել զայս, թող չգանան 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 ընդհակառակ յապաղումը. և ինչպէս որ

ժամանակէն առաջ հասունցող օրիորդները, երբ չուտ ամուսնանան,—մանաւանդ երբ ամուլ մնան—իրենց ակարութեան պատճառաւ չատ դիւրաւ կ'ենթարկուին բազմատեսակ հիւանդութեանց, այնպէս ալ յարմար ժամանակին չամուսնացողները իրենց խառնուածքին հետեւանքն եղող սաստիկ գրգռութեանց եւ վերջապէս ադկէ յառաջ գալիք անուղղակի անզօրութեան և ասոր բազմազան մահաբեր հետեւանքներուն կ'ենթարկուին։

Երջանիկ է այն որ ամէն բանի մէջ միջին վիճակ մը կը նախընտրէ. վասն զի ինչպէս այդ դրդռման ժամանակէն առաջ գոհացումը, նոյնպէս ալ ադոր ընդերկար յապաղումը հաւասարապէս մեծ աղէտութիւն 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 արուան զօրաւոր եռացումներ, անզսպելի դրդումներ և երազական փորձութեամբ յաճախակի սերմնահոսումներ տեղի չեն ունենար, և ուրիշ հիւանդագին վիճակներ չեն երեւիր։ Մինչև իսկ, եթէ սեռային դրդումը չատ ուժգնապէս երեւան գայ — և պարագաները չի ներեն կանոնաւորապէս գոհացունել զայն — կարելի է զանազան միջոցներով հոգին ու մարմինը ազատ պահել այդ նեղացուցիչ գաղափարէն։ Սա 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 որևիցէ ուշադրութեամբ կը գրաւուին մեր միտքն ու զգածումը. և սեռային խնդրոց վրայ չեն դառնար։ Կանոնաւոր վիճակի մէջ, ամօրձիքները այնչափ քիչ սերմ կ'արտադրեն, որչափ քիչ խորհինք սեռային խնդրոց վրայ։

Սեռային դրդման կանխահաս զարթնումը յառաջ կու գայ, յաճախ, ծննդագործարանաց հիւանդային դրգռութենէն։ Ձճիւներն ալ ադոր պատճառ կրնան ըլլալ։ Ցաճախ ևս խոզաստաւորութիւնն ալ ադոր պատճառ է։ Ստորին որովայնի հիւանդային դրգռութիւնը, ընդածին ախտղանոտութիւնն ու ջղագարութիւնը, ստորին որովայնի երակներուն հակաբնական արիւնաչաւոութիւնը հիմ ու պատճառ են սեռային կանխահաս ու չափազանց դրդման, որուն դէմ, արդարև, չատ բան կարելի է ընել։ Ֆիզիքական լաւ կրթութեան մը հետ, ֆիզիքական զօրացուցիչ վարժութիւն, չատ աննդաւոր կերակուրներէ և ջեռուցիչ խմելիքներէ յեռակացութիւն, գործունէութիւն ու աշխատութիւն, բաց օդոյ մէջ չատ չարժում, ճամբորդութիւն, մարմնական ճիգեր, նիւթական ու մտաւոր հաճոյից չափաւորութիւն, հոգւոյ դոհունակութիւն ու խաղաղութիւն. ատոնցմէ զատ՝ ծովի կամ գետի մէջ լողնալ, ծննդագործարանները պաղ ջուրով լուալ, պաղ ջուր խմելը մեծապէս կ'օգնեն ծննդագործարանաց հիւանդային գրգռութիւնը մեղմացունելու։ Բայց երբ մարդ հետեւի այդ հակառնական մարմաջումին, և հեչտագրգիռ ու երեւակայական պատկերներով, լկտի վէպերով. նկարներու տեսքով զայն աւելի ևս գրգռէ, այն ատեն մարդ իր կրքին գերի կ'ըլլայ և վերջապէս կ'ընկճի այն մոլութենանց տարափին տակ որք չուտով կը յարձակին իր վրայ։

Գ Լ Ո Ւ Խ Ե.

ԹԷ ՄԱՐԴ ՈՐՉԱՓ ԿՐՆԱՅ ԳՈՀԱՑՈՒՆԵԼ ՍԵՌԱՑԻՆ ԴՐԴՈՒՄԸ. ԹԷ ԵՐԲ ԼԱԻԱԳՈՑՆ Է ԿԱՏԱՐԵԼ, ԵՒ ԹԷ՝ ԻՆՉ ԿԵՐՊՈՎ ԿԱՏԱՐԵԼՈՒ Է ԱՅԴ ԳՈՐԾԸ.

§ 18. Ինչպէս որ մարդ իր առողջութիւնը պահպանելու և ամբողջ գործարանաւորութիւնն անվնաս, անվթար պահելու համար պարտի իր մարմնական և նոյն իսկ մտաւորական աշխատութեանց մէջ չափ մը դնել, այնպէս ալ ժեր խնդրոյ նիւթը կազմող սեռային յարաբերութեանց գործին մէջ պէտք է պահել այդ չափը, և այս՝ անհրաժեշտ պէտք մ'է, վասն զի վերոյիշեալ աչխատութիւններէն աւելի սերտ առընչութիւն 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 դրդուման գոհացումէն եւս 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 կուտայ, մարմնոյ ու հոգւոյ վրայ կը հրաւիրէ այն անհաճոյ ներգործութիւնները զորս ամէն տեսակ չափազանցութիւն իւր հետ կը բերէ։ Այս վնասակար ներգործութիւններն են, գլխաւորապէս, չզսպողութիւն ու սաստիկ զբաղումներ, որք հետեւանք են ուտելու, խմելու, աշխատելու ինչպէս նաև մարմնական չարժման, զուարճութեան և մանաւանդ պէս զգայական հաճոյից չափազանցութեան։

§ **50**. *Իբրև բժիշկ, բազմաթիւ փորձառութեամբս ու հիւանդներէս չատերուն խոստովանութեամբը համոզուած եմ սա տարբերութեան գոյութեանը թէ մարդ կայ որ կարող է ամէն օր գոհացունել այդ դրդումը, այսինքն 24 ժամը մի*

անգամ, առանց թերեւս վնաս մ'իսկ պատճառելու իւր առողջութեան, մինչդեռ, ընդհակառակն, մարդ ալ կայ որ չաբթուան մէջ մէկ գոհացումն իսկ անհանգստութիւններ կը պատճառէ իրեն, սակայն թէ՛ մին և թէ՛ միւսն, բան երեւոյթին, առողջ անձեր են։ Այս վիճակներուն պատճառը սա է թէ այդ տարբեր անձանց սերմնաբաններու պաչարները տարբեր ուղղութիւններ ունին, և այդ է, ան՛, 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 թեւլաղրուի 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 չարժող ամէն դրդռութիւն սեռային դրդումը գոհացունելու թեւլաղրութիւն համարելու չէ։ Եթէ այդ դրդռութիւնը արտաքին առարկայէ մը յառաջ եկած է, ապացոյց է այդ մեր դիւրազգայութեան, զոր ունինք Գուլեցկին համար։ Բնութեան տուրքն է այդ որուն համար երախտագէտ ըլլալով հանդերձ պէտք չէ որ չարաչար գործածենք զայն, որպէս զի այդ հաճոյքը վայելելու համար ունեցած մեր ընդունակութիւնը չկարանայ։

Մանաւանդ թէ կարեւորութիւն չտալով թե-

թեւ 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 հեչտախտիկ զգացումները զսպելէ 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 չանալու 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 ըսածին: Ադկէ յառաջ եկած վնասները կրկնակի են. նախ՝ թէ ադոր անմիջական մէկ կրկնութիւնը առաջին անգամու գործողութենէն վեց անգամ աւելի կը տկարացուցէ. երկրորդ՝ բնութիւնը ժամանակ չի գտներ կորուսածին տեղը լեցնելու. մանաւանդ թէ երակներն ալ չատ կը թուլնան: Այդպիսի ճիգերէ ետքը ո՛չ միայն տկարութիւն յառաջ կու գայ, այլ չարունակ տեսակ մը մաղասահիւթ կը թորէ միզանցքէն:

Գ. Սեռային այս գործողութիւնը պէտք չէ անհանգիստ դիրքերու մէջ կատարել, վասն զի մարմինը չատ կը յոգնի և կը նեղուի անյարմար դիրքերու մէջ: Այս յարձակողական գործողութեան մէջ ադոր յատկացեալ մասէն զատ մարմնոյն 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 զզուանք կը պատճառեն:

Դ. Մարդ իւր սիրած 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 չնորհած է մարդուն:

§ 52. Այս վերջին դիտողութիւնը մանաւանդ այնպիսի խնդրոյ մը կ'առաջնորդէ մեզ որ արժանի է գեղեցիկ սեռին նկատառման: Ո՞ւր էր թէ կանայք չանային միշտ իրենց լծակցաց ախորհիլ ընել. ո՞ւր էր թէ ամուսնանալէ ետքն ալ ձեռքէ չթողուին իրենց ամուսնոյ 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 մի՛չտ նոր, մի՛չտ թարմ երեւիլ իրենց լծակցաց: Այս եղանակաւ՝ մինչև վերջը կը չգթային զանոնք:

§ 53. Սեռային դրգռման գոհացումը բղջախոհութեան՝ հեչտանքի գործ ընելու չէ. հաճոյքն աւելցունելու նպատակաւ, գրգռութեան նոր եղանակներ վնտռելու չէ. գոհացման ամենապարզ եղանակը լաւագոյնն է միշտ, վասն զի այդ է որ համաձայն է բնութեան: Այս պարզ ճամբուն վրայ

անբնական դրգռութիւն մը տեղի չունենար, մարդ-ուս ոյժը անկորուստ կը մնայ, կամ լաւ է ըսել, կ'աւելնայ։

Մարդուս կեանքին մէջ տարիներ կան, որ այդ տեսնի դրսման գոհացումը կը զօրացունէ զինքն, առողջութիւն կու տայ և կը գեղեցկացու-նէ։ Այդ տարիներուս մէջ, մարմինն հանուած սերմը, պէտք է որ ելնէ, տեղ բանալու համար ուրիշին որ կը պատրաստուի մարմնոյն մէջ։

Մարդ իւր անձին վրայ իսկ վորձով կրնայ տեսնել թէ սերնդագործութեան առաւել հակա-միտութիւն մը կ'ունենայ երբ մարմինը կատարե-լագործուած և առողջութիւնը կատարեալ է, երբ տաժանելի աշխատանք և մտաւորական յոգնե-ցուցիչ զբաղումներ չունի։

§ 54. Այժմ, այս գործին չափաւորութեան խնդրոյն մէջ, կէտ մը մեր դէմ կ'ելնէ, որուն համար գուցէ խստապահանջ անձինք խծբծանն մեր ըսելիքները։ — Սա՛ թէ՝ երբ կինը յղի մնայ, պէ՞տք է կատարելապէս եւս կենալ սեռային դրգռումը գոհացունելէ։

Կրօնաւորայ մեծագոյն մասը կուսակից են այդ ժուժկալութեան. բայց բժիշկն ո՛չ թէ հոգե-կան, այլ մարմնական տեսակէտով կը դիտէ խըն-դիրը։ Շատ բարի և դիւրին է կարենալ ըսել ինքզինքին. «դու ըրիր այս բարոյական զոհաբերու-թիւնը»։ Բայց երբ մարմինն այդու ծիւրի, այլ եւս պիտի չկրնայ բարոյապէս գործել, վասն զի ինքը ջնջած կ'ըլլայ թէ՛ իւր անձին և թէ անոր՝ զոր խնամել պարտի։

Այս գրքին § 6 յօդուածին մէջ այս մասին անձուկ գաղափար մը տուած եմ արդէն։ Կորսուած սերմը հաշուի չառնելու իր, վասն զի մերթ տարիներ կ'անցնին առանց սակայն կինը յղի մնալու. ու-րեմն այդ ամէնը կորսուածի նկատելու է։ Չի կրնար ըսուիլ նաև թէ այդ կրնայ անկարելի ընել յաջորդ յղութիւն մը, վասն զի տղուն կամ ապագայ մարդ-ուն կեանքը գոյութիւն չունի առն կամ կնոջ սեր-մին մէջ, որ կը կորսուի ամէն մէկ գործողութեան։

§ 55. Սեռային դրգռումը գոհացունելու հա-մար կանանց զգացած դրգռութիւնը չատ տիպո-ղական կ'ըլլայ այն տեսնի երբ իրենց արգանդին մէջ կը սկսի տղմին կազմութիւնն ու աննպատու-թիւնը։ Ես ընդհանուր առմամբ կը խօսիմ հոս. մասնաւոր պարագաները բացառութիւն են։ Բնու-թիւնն ինչո՞ւ համար դրած ըլլար հոն դրգռում մը, եթէ ուզած չըլլար զայն գոհացունել։ Բնական պէտք մ'է այդ։

§ 56. Երբ առն սերմն առատանայ, կա՛մ բնութիւնը կը պարզէ զայն հոսմամբ — որ այդ ալ զուգաւորութենէ աւելի կը տկարացունէ մարմինը — կա՛մ 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 ատկէ։

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՝ երիկմարդուն համար բաւական դժուար է երբ կնոջը տղաքերքէն եաքը ընդհրկար ժուժկալելու պարտաւորի։ Մանաւանդ թէ երկու, կամ լաւ եւս, երիք 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 կարելիութեան կամ կարողութեան վրայ չէ որ կը խօսիմ, այլ հեռեւանքի վրայ։ Զարիք մը որ 3 ամիս կը մնայ մարդուս վրայ, այնչափ դժուար չէ հեռացուցնելը, քան որչափ՝ երբ տարի մը մնացած ըլլայ։

Մինչդեռ կինը իւր լծակցին սիրոյ պտուղը կը կրէ իւր մէջ, այրը այդ առենէն թող ըսկսի եաքի կենալ տակաւ իւր սովորութենէն, և հետեւապէս՝ երեք ամսոյ չարունակ ժուժկալութիւնն այնչափ դժուար չըլլար իրեն։

§ 58. Կարեւոր պարագան կաթնտուութեան առենն է։ Սեռային ղրկման չափաւոր գոհացումը ո՛չ կաթնտուին և ո՛չ կաթնկերին կը վնասէ։ Միայն թէ կաթնտու մայրը գործողութենէն անմիջապէս եաքը 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 գործը ըստ ինքեան աչխատութիւն 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 չըլլայ։

Այդ հաճոյքը պէտք չէ նաեւ հապճեպով վայելել. այդ առեն անանոյշ կրքին վայրկեանական 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 եաքը 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 չատ յոգնած է։ Աչխատութեան, չարժման, այսինքն վաստակի համար եղած յոգնութիւնները հանգստեան առաջին վայրկեաններէն իրենք կը գրաւեն։ Լեցուն ստամոքսը չատ կը նեղուի մարմնոյն զօրաւոր յոգնութենէն. հետեւապէս ուշ մնա-

ցած ճոխ ընթրիքէ մը ետքը, հանգստեան առաջին ժամը յարմար չէ այդ գործին։ Իսկ արթնցութենէ ետքը՝ ամենէն անյարմար ժամանակն է. վասն զի թողանք թէ չաճախ չատ ձիասարեր հետեւանքներ կ'ունենայ, այլ մանաւանդ այդ գործին յաւակայեալ գործիքներուն կատարեալ անզօրութիւն կը պատճառէ։

Պէտք չէ նաև հոգեկան զօրաւոր ցնցումներէ ետքը, մանաւանդ բարկութենէ կամ զայրոյթէ ետքը սեռային հաճոյից վայելման ձեռնարկել. յանկարծական չատ մահեր պատահած են ադկէ։ Նոյն իսկ բնութիւնն ինքզինքն կ'արգիլէ զայդ, վասն զի զգաստան յուզումներէ, դժկամակութենէ, վիշտէ և անձկութենէ ետքը սեռային ցանկութիւնը կը չիջանի գրեթէ. այդ գործին պատկանող գործառոյթները պէտք եղած առաձգական զօրութիւնը կը նուազի և եթէ գրգռիչ դեղերով բռնադատուի, չատ սուղի կը նստի մարմնոյն։ Հազուագէպ չեն այն դէպքերը թէ սեռային յարաբերութեան ուժգին յուզումները արթնցութեան ատեն կամ ետքը մահուան պատճառ եղած ըլլան։

Արթնցութեան ատեն մարմինը չափազանց գրգռութեան մէջ է. և այդ՝ ուժգին յուզման պատճառաւ՝ աւելի կը սառնայ. մեզկութիւնն ու թուլութիւնը որ արթնցութեան ատեն տակաւրեան կ'ելնեն, այս պարագային մէջ՝ աւելի սառնութեամբ կը յայտնուին և վերջապէս այնպիսի չզաւութիւն մը կը հետեւի, որ մեքենան անչարժութեան կը մատնէ, և այդ ալ, չաճախ, նոյն իսկ մահն ինքն է։

§ 61. Բայց երբ մարդ չափաւոր և կանուխ ընթրած է, օրուան աչխատութենէն մէջ չափազանց յոգնած չէ, ցորեկը բարկացած կամ ուրիչ յուզումներ կրած չէ և երբ այր և կին այդ հաճոյքին վայելումը կը փափաքին, այդ ատեն, արդարև, դիշերուան առաջին պահն ընտրելի է։

§ 62. Առնցմէ վերջը կուգան ամոլներուն քնաւորութիւնը, մարմնական որպիսութիւնը, իրենց վիճակը և կենցաղավարութիւնը։

Դլխաւոր կանոններ են՝ ամէն բանի մէջ ընտկանին հետեւիլ և անոր հակառակ չգործել. չգործածել որեւիցէ գրգռիչ դեղ։ Բնական հրապոյրները լաւագոյնն են։ Այս գեղեցիկ հաճոյքը մէկ կամ միւսին համար անհրաժեչտ պէտք մ'ընելու չափ չատորնացուներ. ամենախիտ մաքրութեան հոգ տանիլ։ Մարդ իւր ցեղին վերանորոգութիւնը առաջին նպատակ ըմբռնելով՝ այդու թելադրուի, որով գործողութենէ ետքը սխրութիւն չզգայուի։

§ 63. Մարդ սկզբունք ընելու է իրեն այդ վայելքը չկրկնել չաճախ իրարու ետեւէ. պէտք չէ ամէն թեթեւ գրգռութիւն իրրեւ բնական դրդռում համարիլ. մանաւանդ հաճոյից վայելումէն ետքը ուչադրութիւն ընել մարմնոյն որպիսութեան և երբ փոքր ինչ ձանրութիւն զգայուի, երբ յոգնութիւն, թուլութիւն, գլխու պտոյտ, ջղաձգուում, աչքի ցաւ չատաչ գայ, համոզուելու է թէ այդ վայելքն օգտակար չէ եղած իւր մարմնոյն, և պէտք է մտադրել այդ վայրկեանէն իսկ, ամէն թեթեւ գրգիռ իրրեւ դրդռում չհամարիլ և զայն գոհացունելու ետեւէ չըլլալ։

Մանաւանդ թէ ամէն անգամու յաջողուած ժուժկալութիւնը զգալապէս կը զօրացունէ մարմինը. և նոյն իսկ հոգին, սա՛ համոզմամբ թէ յաղթած է մարմնոյն, բարերար ազդեցութիւն մը պիտի ներգործէ անոր վրայ: Բայց դժբաղդաբար չատ հազուադէպ են սեռային ցանկութեանց վրայ տարուած յաղթանակները. և այն քիչերը, որք իրապէս յաղթանակած են, ինչ զոհողութիւններու պէտք ունեցած են. զոհողութիւններ որք աւելի՛ վնասած են զործարանաւորութեան, քան այն չափազանցութիւններն՝ որոնց յաղթած են: Երկարամեայ հիւանդութիւններ, դեռ երիտասարդ հասակի մէջ ծերութեան վերահաս նշաններ, կարեւորագոյն զգայարանաց կորուստ, սեռամաղձուտութիւն և զառանցութիւն, յաճախ, անսանձ՝ երկարատև և մոլեգին հեչտամոլութեան հետեւանքներն են: Ասոր համար ամէն մարդ թող ժամանակին սովրի 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 քայէ կը տանի իյնոյը:

ԳԼՈՒԽ Չ.

ԱՒՆ ԵՒ ԿՆՈՋ՝ ՍԵՌԱՑԻՆ ԴՐԴՈՒՄԸ ԳՈՀԱՑՈՒՆԵԼՈՒ ԱՏԵՆ ՈՒՆԵՆԱԼԻՔ ԸՆԹԱՑՔԻ ՄԱՍԻՆ ՄԷԿ ՔԱՆԻ ԿԱՆՈՆՆԵՐ

§ **64**. Սրդարև, յաճախ և չատ խօսելով այն բանին վրայ որ ամուսնական անկողնոյն գաղտնիքը մնալ պէտք էր, վիրաւորած պիտի ըլլայինք այն ամօթազգածութիւնը որ մեր օրերուն մէջ գրեթէ մէկ կողմ ձգուած է:

Բայց հետեւեալ յօդուածներուն մէջ մեր ըսելիքին գլխաւոր տեսակէտը պիտի ըլլայ զգաստաւորութեան էական նպատակը, այսինքն այդ գործողութիւնը արդիւնաբեր ընելու նպաստաւոր պայմանները ցուցնել: Բացարձակապէս կ'ըսեմ թէ՝ իմ նպատակս հեչտանքը բարձրացունելու եղանակը ցուցունել չէ:

§ **65**. Նախ սա ըսեմ թէ զուգաւորութիւնն արդասաբեր ըլլալու համար՝ երկու կողմն ալ հաւասարապէս առ այդ հակամէտ ըլլալու են. թէ մէկ կողմին տճաճութիւնն ու չկամութիւնը արգելք է նպատակին, և թէ՝ ամուլք աղէկ կ'ընեն երբ իրենցմէ մին առ այդ հաճութիւն չունեցած առեն չմիանան:

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

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

Հռոմայեցի բանաստեղծ Լուկրետիոս կը խրատէ կնոջ որ ներգործական վարմունքի մէջ չգըտնուի, և կ'ըսէ չատ 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 հեչտանքն աւելցունելու նպատակով։

Արդարև, սերմնաւորութեան գործը վայրկենի մը գործ է։ Սրուեսաը չէ որ այդ վայրկենական գործն ի գլուխ կը հանէ, այլ՝ բնութեան ընթացքն է այդ։ Մերձաւորութիւնը կամ առ այդ տարուած ճիգերը չեն որ զայդ չառաջ 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 չատ դէպքեր, ուր թոյլ մերձաւորութիւն մը, սանկ ըսենք, երբ երկու կողմերը հաշիւ իրարու հպած են, արգասաւորութիւն չառաջ բերած է, և այդ վասն զի բնութիւնը ամէն անցքերը պէտք եղածին պէս ընդլայնած և ֆիզիքական բարձր յուզումի մը միայն իւր սահմանեալ տեղը ղրկած է սերմը։

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

երբ երկուքէն մէկուն տկարութիւնն արգելք կ'ըլլայ արգասաւորութեան։

Գործարանային պակասութեանց և հիւանդութեանց դարմանը ուղղակի բժշկին կը վերաբերի։

Դժկամակութիւնն ու չափազանց անզգայութիւնը ամոլք իրարու հետ ունեցած վարմունքով չգացունել պարտին, և այդ՝ ինչպէ՞ս։ — Մէկուն՝ միւսին հանդէպ ունեցած չափազանց հաճոյակատարութեամբ. անզգայութիւն յառաջ բերող պատճառները վնասակրով և զանոնք բառնալով. չափազանց մաքրութեամբ և մաքրասիրութեամբ։ Գիւանոց մէջ դադարներ դնելով, նոր և ազդեցիկ գրգռութեամբ, կենցաղավարութեան փոփոխմամբ, նախասիրական ուտելիքներու և խմելիքներու կերառութեամբ ու գործածութեամբ. հոտառելեաց ջիղերուն վրայ նոր ներգործութեամբ մը՝ վասն զի այս չատ կը նպաստէ այն գրգռութեան զոր կը պահանջէ արգասաւորումը։ Իսկ ներքին միջոցներուն գալով, անձնական անհրաժեշտութեան սահմանն անցնելուն պէս, այլեւս օգուտ չեն ըներ։ Բժշկաց կողմէն չանձնարարուած 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, ամոլներէն միոյն պաղարիւն բնաւորութիւնը և միւսին չուտով գրգռուիլն է։ Այս պարագայիս մէջ աւելի կրակոտն ինքն իրմէն մտադրելու

է չափ մը դնել իր եռանդին, և ասիկա ալ ամե-
լի երիկմարդուն կը պատկանի, վասն զի սովորա-
պես ան է նախայարձակը։ Արդարև, այս պարա-
գային մէջ կինը ակնածութեամբ և վախկանկատ-
ութեամբ վարուելու է. վասն զի կինը ամէն առեն,
լծակցական մտերմագոյն յարաբերութեանց մէջ
իսկ, ձեռքէ ձգելու չէ ամօթիածութիւնը։

§ 69. Այս առթիւ պարտ կը համարիմ յի-
շեցունել որ հաճոյքի վայելումէն յետոյ գեղեցիկ
սեռին համար տեսակ մը հանգիստ պէտք է, թէ-
պէտև չեմ ընդունիր որ լծակցական յարաբերու-
թիւնէ եռքը եղնել չափաւոր չարժման մէջ գտնուիլն
ալ վնասակար ըլլայ։ Միայն թէ զգուշանալու է
որովհետև ուժգին չարժումներէ, պարելէ, ցատ-
քելէ և ձի հեծնելէ. բայց կինոջ իւր սովորական
գործերը վնաս չեն տար, վասն զի մայր-բնութեան
խնամքները չատ մեծ են սաղմին համար, այնպէս
որ նոյն իսկ բաւական ուժգին բախումներն ու
չարժումներն ալ չատ քիչ անգամ կը վնասեն սաղ-
մին. թէպէտև ես ա՛յն կարծիքէն եմ թէ չատ
ձախողանք, որոնց հետևանք են մանուկները,
հետևանք են արտաքին ճնշման կամ բախման,
որ մորթերէն ու մաշկերէն և ամէն տեսակ պահ-
պանումներէն անցնելով կ'երթայ կը վնասէ սաղ-
մին առանց վնասելու սակայն իւր մօր։

§ 70. Իսկ այրը կատարելապէս առողջ վի-
ճակի մէջ լծակցական հաճոյքի վայելումէն ետքը,
պէտք չունի հանգստանալու։ Եւ եթէ այդ վայ-
ելքին համար երեկոյեան պահն ընտրած է, բնա-
կանաբար մարմնոյն կազդուրման համար միայն

պէտք է որ քնանայ։ Իսկ առաւօտուն կատար-
ուած 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՝ կազդուրիչ։

ԳԼՈՒԽ Է.

ՍԵՌԱՑԻՆ ԴՐԴՈՒՄԸ ԳՈՀԱՑՈՒՆԵԼՈՒՆ ԱՆՎՆԱՍԱԿԱՐՈՒԹԵԱՆ ԵՒ ՎՆԱՍԱԿԱՐՈՒԹԵԱՆ ՎՐԱՑ ԴԻՏՈՂՈՒԹԻՒՆՆԵՐ

(Առաջ հատ)

§ 71. Ինչպէս ըսած ենք ընդհանրապէս,
լծակցական հաճոյքին չափա՛ւոր վայելքը միայն
օգտակար է մարդուս, իսկ չափազանցը՝ վնասակար։
Ըսած ենք նաև թէ այդ վայելքը, պէտքն զգա-
ուած առեն միայն առողջարար է, և ազդր ան-
վնասակարութեան ապացոյցն ալ վայելումէն յետոյ
զգացուած քաղցողութիւնն է. միայն թէ աւելի
օգտակար է մարդուս, մտէն ծանօթութիւն ու-
նենալ այն ամէն պարագաներուն վրայ, որք այդ
վայելքին նուազումը կը պահանջեն։

§ 72. Մարդ կատարելապէս առողջ ու զօր-
աւոր եղած առենն իսկ աչքի առջև ունենալու է

իւր ապագայ կեանքը, մանաւանդ՝ ամուսնութեան ակիզբները։ Լծակցական պարտաւորութեանց յաճախակի գործադրութենէն թէ՛ ինքզինքն և թէ՛ իւր ամուսինը հեռի պահելու է. զանազան նկատումներով խնայող ըլլալու է սիրոյ զգուանաց մէջ։

Նախ՝ իւր կնոջ համար — որ իրմէ աւելի կրնայ տոկալ — այս վայելքը չընկճել այնպիսի անհրաժեշտ պէտք մը զոր մի՛ գուցէ չկարենայ գոհայուսել, երբ երիտասարդական տարիներն անցնին։ Երկրորդ՝ ունակութիւն չընկճել 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 չզարտաւորի այդ անուշ վայելքէն։

§ 73. Մանաւորապէս կրակոտ և եռանդուն խառնուածքի տէր եղողներն են որ ժամանակէն առաջ կ՛ուժաթափին. մաղասայինք քիչ մ՛աւելի կրնան դիմանալ։ Գլխաւորապէս իրերայաջորդ և յաճախակի վայելքներէն հետքն է որ ուժաթափութիւնը վրայ կը հասնի։

Ինչպէս որ յաճախակի վայելքը ժամանակէն առաջ ուժաթափ կ՛ընէ մարդս և վերջապէս այդ հաճոյքը վայելելու կարողութիւնը կորսնցնել 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 նուազեցնել

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

Ենթադրելով թէ այրը սովորապէս չարաքին երկու անգամ կը վայելէ լծակցական հաճոյքը, կնոջ յղի մնալը յայտնուելուն պէս առաջին երեք ամիսներուն մէջ չարաքը մէկ անգամ, յաջորդ 3 ամիսներուն մէջ երկու չարաքը 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։

§ 74. Այս ժուժկալութիւնը հեշտիւ անցուցանելու համար մարդ իւր կերառութեան մէջ չափաւորութիւն դնելով, աչխատութիւնն ալ փոքր ինչ աւելցուցնելու է։

Աչխատութեան չափն աւելցունելը մանաւանդ չատ կը նուազեցունէ սեռային դրդումը։ Մտաւոր աչխատութեամբ զբաղողներն այդպէս են։ Բայց մարմինը յոգնեցունող ուրիշ աչխատութիւններ ալ կ՛արգիլեն այդ վայելքին միտքը, և մարդուս սիրած ուրիշ զբաղումները որչափ սեղմիւ գրաւեն զմեզ, այնչափ նուազ պէտք կ՛ունենանք սեռային դրդման։

Ուտելիքը և մանաւանդ խմելիքը քիչ դործածելու է, վասն զի այդ միջոց մ՛է որ կրնայ նպաստել ժուժկալութեան։

§ 35. Իսկ վատառողջ այրերը մանաւանդ չատ զգոյշ մնալու են ամուսնութեան թէ՛ սկիզբը և թէ՛ չարունակութեան 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 պատճառ սկարացած են, կամ թէ սկար մարմնով աչխարհ եկած են, կա՛մ ուսանողական կեանքի ճիգերու և կամ պատանեկութեան մէջ տաժանելի աչխատութեանց ենթարկուած են. վերջապէս՝ երբ այս պատճառներուն մէկովը վնասուած է իրենց առողջութիւնը:

Կրնայ ըլլալ նաև որ երիտասարդական յիմար չուայտութիւններով խանգարած ըլլան իրենց առողջութիւնը, և այդ առն դիւրաւ պիտի տեսնեն իրենց անձին վրայ թէ այդ վայելքէն ետքը պիտի չունենան քաջառողջութիւն, 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 վերսկսիլ լծակցական վայելքը:

Ախտաբանողները յաճախ կը նկատեն արանդամի յատուկ կծկումներով, որ սեռային դրդման գոհացուցմամբը վոխանակ անհետանալու, աւելի ևս կրնայ սաստկանալ: Այդոր priapismus կ՛ըսեն, որուն պատճառը ստորին որովայնին հիւանդոտ դրգռութիւնն ու անոր արիւնաչատութիւնը, հիւ-

անդին չղաղրգռութիւնն ու որդերն են: Ասոր դարմանն է արանդամը պաղ ջուրով լուալ, իւղով չփել և բժչկին անօրինած չափովն ու հրահանգովը քաչուր գործածել: Սեռային դրդման այսպիսի հակաբնական երեւոյթներուն կարկէն են նաև արանդամին ցաւագին ուռեցքը, միզանցքէն մալատահոսութիւն և վայելքէ ետք զգացուած սաստիկ դրգռութիւնը:

Սեռային յարաբերութեան չափազանցութիւնը արգիլք է նաև արգասաւորութեան. ամուսնութեանց չատին անղաւակ մնալն ադոր հետեւանքն է:

§ 36. Հիւանդկախութիւնը և frobid հիւանդութիւնը պատճառ չեն լծակցական յարաբերութենէ կատարեալապէս հեռի մնալու. միայն թէ այդպիսի անձինք լաւ կ՛ընեն խորհուրդ հարցունել այն բժչկին որ կը ճանչնայ հիւանդին բնութիւնը և կրնայ որոչել թէ ինչ եղանակաւ և ի՛նչ չափով ներելի է իրենց վայելել այդ հաճոյքը: Եթէ ընտանեկան բժիչկը վատահելի անձ մը չըլլայ և կամ թէ զանազան պատճառներ կասկածելի ընեն անոր խորհրդատուութիւնը, հիւանդը իւր վիճակը ամբաստանօրէն բացատրելով օտար բժչկի մը, սա՛ ևս կրնայ տալ իրեն պէտք եղած դարմանն ու խորհուրդը:

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

վան ալ եթէ սերնդագործութեան դրդման հա-
մար հիւանդասենեակ մը եղած չըլլար այդ,
անշուշտ պիտի անհետանար գոհացուցմամբ:

Եթէ այդ վայելքին համար պէտք եղած ան-
դամներուն մէջ կիզոլութեան մը դրգռութիւնը
սեռային դրդում անուանել ուզէինք, անիրաւու-
թիւն ըրած պիտի ըլլայինք:

§ 78. Սակայն ախոնդանոտներն ու թուք-
քի (մայասըլ) ենթականները ճշմարիտ դրդում մը
ունեցած առնուին լծակցական յարաբերութենէն
չեն վնասուիր, երբ զգուշութեամբ վարուին, չա-
փաւորութեամբ գործեն. այդ առնն աւելի լաւ կը
զգան ինքզինքնին: Այս երկու հիւանդութիւնները,
այսինքն ախոնդանոտութիւն ու թուք մինչև
ցարդ մեծ մասամբ սխալ ըմբռնուելով, ըստ այնմ
հակառակ կերպով կը դարմանուէին: Ես կրնամ
հաստատել թէ ախոնդանոտները կը բժշկուին կա-
տարելապէս, եթէ ժամանանան. բայց հոս տեղը
չէ աւելի երկար դրկել այս մասին:

§ 79. Փայլափուչային մէջ քար ունեցող հի-
անդաց դրգռութիւնը կրնայ ծննդագործարանաց
վրայ աւելի ազդեցիկ ըլլալ, և կարելի է ընդունիլ
թէ մի՛ դուրս սեռային յարաբերութեան մեծ միա-
ումը հիւանդութեան հետեւանք եղած ըլլայ: Եթէ
իրապէս այդպէս իսկ ըլլայ, դարձեալ չեմ կարծեր
որ այդ դրդման գոհացումը վնասակար ըլլայ.
այդպիսի ընդհանուր ջղացնցում մը աւելի օգուտ
կրնայ ունենալ քան թէ վնաս, երբ, չմոռնանք
ըսել դարձեալ, գործին մէջ չափազանցութիւն
չըլլայ:

§ 80. Ես այնպէս գտած եմ որ զանազան
տեսակ հիւծախտաւորներուն սեռային դրդումն
ընդհանրապէս մարդուս սովորական դրդումէն
նուազ է, և ոչ թէ աւելի: Այսու ամենայնիւ,
ամբողջ մարմինն անվնաս պահելու համար մաս-
նաւոր ուշադրութիւն ընելու է չափաւորութեան:

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

Սմբէն հիւանդ կամ հիւանդկախ անձ ջնջելու
է, որչափ որ կրնայ, զսպել այդ դրդումը գոհա-
ցունելու միտումը և հաճոյքին վայելումն ալ յե-
տաձգել, որչափ առնն որ կրնայ անվնաս կերպով
ժուժկալել: Բայց երբ չկրնայ աւելի սպասել, այն
առնն թող գործադրէ իր փափաքը գոհացունե-
լու համար ունեցած իրաւունքը, § 78 ին մէջ
ցուցուած պայմաններով: Այդպիսին կրնայ նա-
խապէս գաւաթ մը գինիով զօրացունել անձը, և
ետքն ալ մէկ քանի հաւկիթի կակուղ դեղնուցով
և ուրիշ թեթեւ ու անդադար ուտելիքով կազ-
դուրուիլ. բայց զօրաւոր խմելիքներէն զգուշանալ
պարտի ապա, վասն զի ադոնք առաջուց թէև
ոգեւորութիւն մը կուտան, բայց յետոյ չատ
սաստիկ դրգռութիւն մը կը պատճառեն մարմնոյն:

Այս փորձէն ետքը մարդ իր գտնուելիք վի-
ճակէն դիւրաւ կրնայ հետեւցունել թէ՝ այդ փորձն
առողջարար եղա՞ծ է իրեն, թէ՝ մարմինը տկարա-
ցա՞ծ է, թէ՝ դեռ վնաս տուած չէ, կամ թէ կա-
տարելապէս վնասակար եղած է:

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

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

§ 82. Վասն զի սա տոյգ է թէ կատարելապէս առողջ անձանց վրայ, այդ գրգռման գոհացումը — երբ մարմնոյ կանոնաւոր պահանջումն եղած ըլլայ այդ և կատարուի — գրգռութիւն մը յառաջ կը բերէ, որ օգտակար կ'ըլլայ առողջութեան և կը փարատէ երակներուն առկայութենէն 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 յարաբերութեան տանն և

անկէ ետքը, տակաւ 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 խանջութիւն երեւան գայ, երբ վայելքին տանգանքը ցաւով զգացուի, երբ երեկոյեան վայելքէն ետքը անքունութիւն, ծանրատատակուկ նեղութիւն, անհանդարտութիւն, աչքի կամ կուրծքի մէջ ցաւեր զգացուին, երբ առաւօտեան վայելքին խառնուած քուն մը յայտորդէ, և երբ մարդ արթնցած տանն ալ դժկամակութիւն ունենայ, իւր սովորական զբաղումներն անախորժ և նոյն իսկ իւր սիրոյ առարկան անհաճոյ երեւին, ամէն առնք անվրէպ ապացոյցներ են թէ սեռային գրգռման գոհացումը վնասակար եղած է անձին. այդ տանն 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 մանել այն պարագաներ-

ուն մանրամասնութեանց մէջ, որք սեռային դերդման գոհացումն օգտակար կամ վնասակար կրնան ընել։ Մարմնոյ կազմուածքին վրայ մօտէն ծանօթութիւն և պարագաներուն գիտակցութիւն ունենալ պէտք է։ Ուստի երբ մարդ այդ վայելքին վնասակարութեան կամ անվնասակարութեան վրայ տարակոյս ունի, խղճմտիա ու վստահելի բժշկի մը խորհուրդին դիմել պարտի։

ԳԼՈՒԽ Ը.

ՍԵՌԱՑԻՆ ԴՐԴՈՒՄԸ ԳՈՀԱՑՈՒՆԵԼՈՒՆ ԱՆՎՆԱՍԱԿԱՐՈՒԹԵԱՆ ԵՒ ՎՆԱՍԱԿԱՐՈՒԹԵԱՆ ՎՐԱՅ ԴԻՏՈՂՈՒԹԻՒՆՆԵՐ

(Կանանց համար)

§ 87. Նախորդ գլխուն մէջ ցուցուած հիւանդութիւնները գեղեցիկ սեռին ալ կը պատկանին։ Անոնցմէ զատ լոկ կանանց յատուկ զանազան վիճակներ ալ կան որ այս գլխուն նիւթը կը կազմեն։

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

և այդ վայելքն ինչ տեսակ ներգործութիւն կը բերնայ ընել այն մարմնոյն վրայ, երբ այդ չարիքը ամուսնութենէ առաջ արդէն գոյութիւն ունեցած ըլլայ։

Գլխաւորապէս վատառողջ, հիւանդկան կիներն են որ հարմնամոլութեան կամ առնամոլութեան ենթակայ կ'ըլլան։ Հակաբնական, չկշտացող սեռային դրդում մ'է այդ։ Սակայն մարմնեղ ու արիւնաչատ կանանց վրայ ալ այդպիսի վիճակի մը պատճառը սեռային յարաբերութենէն ընդհակառակ զրկուած մնալն է և որուն դարմանն է բնութեան պահանջումը գոհացունել։ Հիւանդկան կիներն ալ որդերու պատճառած գրգռութեան, ջիղերու չափազանց յուզման, ստորին որովայնի արիւնաչատութեան, երեւակայութեան գրգռման գործարանաց գրգռութեան պատճառաւ — զոր պակասաւոր կամ անկատար գոհացումը յառաջ կը բերէ — կ'ենթարկուին ադոր։ Սակայն յաճախադէպ վիճակ մ'է այն դեռատի այրիներուն վրայ, որք իրենց սովորական վայելքէն զրկուիլ կը պարտաւորին. նոյնպէս նաև այն մանկամարդ և հրաւորութք աղջկանց վրայ՝ որք հեշտ կեանք մը կը վարեն, լկտի վէպեր շատ կը կարդան, երիտասարդաց հետ աղատ յարաբերութիւններ ունին, բայց յաւիտենական վախնալով հեռի կը կենան սեռային հաճոյքէ. նաև անոնց վրայ՝ որք այս պատճառին համար կիսկատար կը վայելեն այդ հաճոյքը։

Այս պարագաներուն մէջ, ամուսնութիւնը աւելի բան կը կանոնաւորէ։

Հարենամոլութեան կամ առնամոլութեան ընկերներ են նաև միզելու ցաւ, թալուկ, ղղագարային կծկումներ, ծննդագործարանաց մէջ այրիչ, մարմաջող կսկիծներ։ Ցայտնի է թէ այս վիճակին մէջ բժշկին դարմանն անհրաժեշտ է։

Այս վիճակներուն երթակայ եղողները մեծ զգուշութիւն ընելու են իրենց կերառութեան մէջ, ամէն տեսակ հաւհնիներէ (պահար), մսեղէնէ, սուրճէ, թէյէ հայլն, հեռու մնալու են. պէտք է ժրութեամբ աչխատին, պաղ ջուր խմեն, պաղ ջուրի մէջ լոգնան կամ ծննդագործարաններն անով լուան, միտքերնին լուրջ բաներով զբաղեցունեն։ Այս պարագային մէջ բժշկին տնօրինածը լուծողական մը և քափուրի *) զգուշաւոր դործածութիւնն է։

Քափուրէն (ուրիկ ես չատ քիչ օգուտ տեսած եմ) աւելի մեծ չափով bromcali կը գործածուի այժմ, իբրև ամոքիչ սեռային հիւանդութեանց։

Դեռատի աղջիկները, յաճախ, իրենց արբունքէն առաջ կը նեղուին ճերմակ դաչտանէ և ադոր 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 (դաչտանը)

*) Քափուրը շատ զգուշութեամբ գործածելու է. վասն զի ադոր անզգոյշ գործածութիւնը կրնայ կատարելապէս շիջուցանել սերնդագործական ոյժը։

հրաւիրելու, որ այդ վիճակին մէջ գրեթէ միչտ բացակայ է։

Հոս չատ երկար կ'ըլլայ ցուցունել այն պատճառներն որ յառաջ կը բերեն այդ հիւանդութիւնը։ Բաւական է ըսել միայն թէ այդ հիւանդութեան ենթարկուողներն ադրէ բժշկուելէ առաջ սեռային յարաբերութեան մէջ մտնելու չեն։ Եւ որովհետեւ ադոր գլխաւոր պատճառը ծննդագործարանաց տկարութիւնն է, և հիւանդութիւնը մեծ մասամբ տեւական է, ուստի կրնան գանուիլ 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 զօրացուցնէր, այս վիճակին մէջ տկարութիւն և հիւթերու չափազանց սպառում կը պատճառէ։

§ 89. Տեսակ մը ճերմակ դաչտան 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 չատ կը տարբերի միւս տեսակէն։ Ասիկա ալ այն ատեն կը պատահի երբ լծակցական հաճոյքը ժամանակ մը չաճախակի վայելելէ ետքը, յանկարծ կատարեալապէս կը զրկուի կինն ադրէ. մանաւանդ թէ երբ երեւակայութիւնը չատ յուզուած է և գիշերթեան կը զրկուի։ Դեռատի աղջկանց քով անմաքրութիւնն

ալ այն պատճառներուն կարգէն է, որք կրնան սեռային հակաբնական դրգռումներ և ճերմակ դաշտան յառաջ բերել։ Աղտեղի հիւթեր՝ հոն միանալով՝ դժնդակ մարմաջներ և խաղտուքներ կը պատճառեն. և այդու՝ ոչ միայն սեռային դրգռումը 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 խոստորելու չեն վերոյիշեալ ընդհանուր կանոններէն։ Պէտք չէ 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 առեն ներկելու չէ որ այրն իրեն մերձենայ. շատ տեսակէտներով վնասակար է այդ. նախ՝ թէ այդ առեն 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 չուտով 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, մ'իչտ մաքրութիւն, այդ գործին հետեւանքներուն մեծ զգուշաւորութիւն, և եթէ ասոնց ալ միացուենք խմաստուն բժշկի մը խորհուրդները, այն առեն կինը պաշտպանուած կ'ըլլայ այն ամէն դժնդակ հիւանդութեանց դէմ, որոնց կրնան ենթարկուիլ ծննդագործարանք, գերազոյն նպատակի մը յատկացեալ այդ նրբակազմ գործիքները։

Մանաւանդ, աքանչելին 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 հետազօտութեամբ զգուշանայ վնասակար ազդեցութիւններէ, և ամէն կին ջանալու է ադոր. այդու առիթն 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 կարգովը ու սահմանած պատուէրներուն համեմատ վայելէ զանոնք . միայն յանցապարտ չափազանցութեանց կամ դժբաղդ մեղկութեանց հետեւանքներն են որ չատ սուղի կը նստին մեզ : Եթէ ամենափոքր չարիքները սկզբնաւորութեան մէջ անտես առնուին , տակաւ այնչափ կը մեծնան , կը ստուարանան որ այլ եւս որեւիցէ դարման օգուտ չըներ :

ԳԼՈՒԽ Թ.

ԿԱՆԱՆՑ ՑՂԱՆԱԼՈՒ ԵՒ ԱՐԱՆՑ ՍԵՌՆԴԱԳՈՐԾԵԼՈՒ ԿԱՐՈՂՈՒԹԵԱՆՑ ՏԵՒՈՂՈՒԹԵԱՆ ՎՐԱՑ

§ 93. Աղջկան մը չափահասութեան սկզբնաւորութիւնը դաչտանի երեւումէն երկու տարի անցնելէ ետքը նշանակած էի , վասն զի ծննդագործելու կարողութիւնը գործնականի մտնելէ առաջ ժամանակ մը խաղաղ մնալու է : Բայց այս ըսել չէ թէ այդ ժամանակէն անմիջապէս ետքը նոյն գործին սկսելու է : Աղջիկներ կան որ 14 տարեկան հասակնուն մէջ կ'ունենան այդ կարողութիւն . և այդ պարագային մէջ , երբ բնութիւնը զիրենք այդչափ կանուխ կ'արթնցունէ , միչտ խոհեմութիւն է ժամանակ մ'եւս սպասել , բայց այդ ալ առ առաւելն մինչև 20 տարեկան հասակը :

§ 94. Հետազօտութեամբ և փորձառութեամբ հաստատուած եմ թէ ժամանակին ամուսնացող և տղաբերող կինը մը աւելի կը զեղեցկանայ և կ'ուժգնանայ , թէ՝ առաջին ծննդապահութեան (լօհուսալը) մէջ կանոնաւոր վարմունքով անվնաս մնացող կինը իր յաջորդ տղաբերքներով աւելի կ'առողջանայ : Կիներ կը ճանչնամ որ 10—12 և մինչև իսկ 20 զաւակ ծնանելէ ետքն իսկ կատարեալապէս առողջ մնացած և տանտիկնութեան տարիքնուն մէջ ալ հրապուրիչ գեղեցկութիւն մ'ունեցած են . այս վիճակը սովորապէս այն կանանց յատուկ է որ իրենց արբունքի սկզբնաւորութենէն 2—3 տարի ետք , այսինքն 16, 17, 18 տարիքնուն մէջ կ'ամուսնանան : Անոնք որ 20էն ետքի կը մնան , չատ դժուարաւ մեր ըսած վիճակը կ'ունենան : Ատոնք ծննդապահութեան մէջ ենթակայ կ'ըլլան յանկարծահաս հիւանդութեանց . ծննդագործարանք ուժգնապէս կ'ընդարձակուին , որով իրենց նախկին վիճակին մէջ չեն կրնար մտնել և մարմնոյն միւս մասերուն գիրդ ու առողջ երեւոյթ մը չեն տար , վասն զի հիւթերը պէտք եղած չափով չեն տարածուիր մարմնոյն մէջ , որպէս է՝ դեռատիներուն քով : Այս պարագային մէջ ծիծերը կը հիւծին , դէմքի գոյնը կը դալկանայ գլխաւորապէս

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

րիքը կը տեւէ. բայց այսու կարծելու չէ թէ աղջիկ մը 25 կամ 30 տարեկան հասակին մէջ ամուսնացած առեն ալ այդ կարողութիւնը կրնայ տեւել մինչեւ 45 կամ 50 տարիքն։

Նոյնպէս՝ կարելի չէ ընդունիլ նաեւ թէ 14 տարեկան հասակին մէջ առաջին տղաբերքն ունեցող աղջիկ մ'ալ 34 տարու ըլլալէն ետքը կը կորսընցունէ այդ կարողութիւնը։ Ընդհակառակն, ես կը կարծեմ թէ երբ կատարելապէս առոյգ աղջիկ մը 16 տարեկան եղած առեն և կամ արբունքի սկզբնաւորութենէն 2—3 տարի ետքը ամուսնացնայ, այդպիսին 40 տարեկան եղած առենն ալ կրնայ պահել իր 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 չատ տարբեր կարծիքներ 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 այլեւս 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 ժամանակն անցունելու չէ, վասն զի ա՛ճմարիտ է թէ իգական սեռին առողջութիւնը այդ բանէն կա-

խում ունի։ Սխալ է ըսել թէ 16—18 տարեկան աղջիկ մը չատ կանխահաս է ամուսնութեան, և թէ այդպիսի դեռատի մայր մը ենթակայ է վտանգներու։ Ճիշդ այդ ժամանակն է որ օրիորդը նուազ ենթակայ է այն վտանգներուն։ Ինչպէս ծնունդ մը, որ ընութեան սահմանած վայրկենին տեղի կ'ունենայ — ինչպէս է ծննդոց մեծագոյն մասը — վտանգաւոր բան մը չէ մանկամարդի մը համար, և մարդկային իրաւանց դէմ յարձակում կը համարիմ այդ գործողութիւնը վտանգաւոր ցուցընել ա՛յնչափ՝ որչափ չէ։ Արգիլել պէտք է այդպիսի հեղինակներու ձայնը, վասն զի չատ 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 իր ցուցուցած վիճակին մէջ կը գտնուի (§ 93) մայր ըլլալու առիթը թող չի մերժէ, ըսելով թէ յղութեան հետեւանք եղած նեղութեանց դէմ դնելու համար դեռ չատ փոքր է։ Վախնալու բան չի կայ։ Թող հետեւի ընութեան օրէնքին և ապահով թող ըլլայ թէ թեթեւ ու դիւրին աղաբերքի մը երջանկութիւնն ու մայրական խնդութիւնը պատրաստ կան իրեն համար։ Անկէց ետքն ալ ժուժկալութեան կանոնին հնազանդելով, ընդերկար պիտի կրնայ վայելել սերնդագործելու կարողութիւնը։

Օրիորդ մը որչափ ուշ ամուսնանայ, այնչափ քիչ են այդ ասպարէզին մէջ ունենալիք խնդութիւնը, և այնչափ անհատատա՝ իր այդ գործը։ Սխիկա

այնպիսի գործնական սկզբունք մ՛է, որ չատ կիներ կը հատատեն ադոր ճշմարտութիւնը։

§ 97. Սակայն էրիկմարդուն համար խնդիրը տարբեր է, վասն զի սիրոյ պատուղը իւր մէջ կրողը, անուցանողն ինք չէ։ Սրական ծննդագործարանները, որ սաղմին կազմութեան կը ծառայեն, իգականներուն պէտ որեւիցէ ժամանակէ մը եաքը չեն կորնցուներ իրենց ընդլայնման կարողութիւնը։

§ 98. Բնութիւնը գեղեցիկ սեռին տուած չէ էրիկմարդուն ունեցած այն ուղիները, որ մասամբ՝ հիւթերը մարմնոյն մէջ վերադարձնելու, և մասամբ՝ թանձրացեալ հիւթը մարմնէն դուրս հանելու կը ծառայեն։ Սրական 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՛ունի 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 չըներ 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 տարապայ-

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։

Սակայ օրինակները չատ հազուագիւտ չեն, և անոնք ալ բացառութիւններ չեն համարուիր, վասն զի սերնդագործելու երկարատեւ կարողութիւնը այր 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 չափազանցութեամբը տկարացուցած չըլլայ ինքզինքը։

Այս վիճակը չատախտադէպ է այժմ, և այդ իսկ կարելի է հետեւցունել այն չատախակի բարքերուն որոնցմով կը պարծին նորփեսաները իրենց ոյժին և ցուցուցած փորձերուն վրայ։ Սակայն չեն մտածեր թէ չարշաղդեցիկ թոյն մ՛է այդ, որով կը փճացունեն իրենց ոյժը. կանայք իրենց օրէնքը 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 չատ կը գրգռի և իւր չափազանց ուժգնութեամբը տակաւ կը բթանայ, և երկրորդ թէ՝ մարմնոյն ծծած

հիւթերուն տարբերութիւնը միչտ առողջաբեր չէ։

Այն ամուսնութիւնները՝ որոնց մէջ այր և կին իրարու հաւատարիմ են, բարոյապէս չկրնիչ յատկութիւն մ՚ունենալէ զատ ֆիզիքական տեսակէտով ալ չատ առողջարար են։ Ադոնց մէջ է որ կը գտնուին քաջառողջ զաւակներ, և այր ու կին ընդհակառակ կը պահեն լծակցական հաճոյքը վայելելու կարողութիւնը։

ԳԼՈՒԽ Ժ.

ԺՈՒԺԿԱԼՈՒԹԻՒՆԸ ԿԱՐԵԼԻ ԸՆԵԼՈՒ ՀԱՄԱՐ ՄԷԿ ՔԱՆԻ ԽՈՐՀՈՒՐԴՆԵՐ

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

Երիտասարդաց չատերը կը գանգատին ժուժկալութեան սոսկալիքէն. կը կարծեն թէ հրապուրանքը չատ է, թէ՝ ներկայիս մէջ գեղեցիկ սեռին գործածած զգեստներն ու արդուզարդերը չատ դիւրաւ կը բորբոքեն արիւնը, և անգամ մը աթքընցող դրդումն անկարելի կ՚ըլլայ զսպել։

Նախ սա ըսեմ թէ իգական սեռին այժմուս նորատեսակ զգեստաւորման եղանակը հիներէն քնդօրինակուած է։ Հելլենուհիք ալ այժմու մեր հնարաւիտ արուեստագէտ կանանց չափ լաւ գիտէին էգ մարմնոյն հրապոյրներն աչքի զարնել տալու գաղտնիքը. սակայն անկարելի է ըսել թէ անոնք գաղափար չունէին զգաստութեան և պարկեչտութեան վրայ։ (Մէկ քանի անառակ կանանց վիճակովը և ալաւաղեալ աւանդութիւններով ամբողջին վրայ գաղափար կազմել ուզելը չափազանցութիւն եղած կ՚ըլլայ)։

Գեղեցկին համար զգայուած սէրն իսկ կը կորսուի զգայական հեչտանաց մէջ։

Ժուժկալութեան համար տալիք առաջին խորհուրդս սա է թէ՝ ամէն ոք տեսակցութիւն մը մէջ գաղափարելու է Գեղեցիկը, և մտադրելու է հաստատապէս թէ առողջ մարմին մը, աւհնայն կարողութեամբ բան մը գոյացունելու համար սպիտակ ժուժկալութիւն կը պահանջէ, և թէ՝ չատ դժնդակ ու վնասաբեր է՝ մարմինը վատառողջ վիճակի մը մէջ դնելէ և ունեցած ոյժն ալ չանցապարտ վարմունքով կորսնցունելէետքը սոսկալի ըլլալ այդ ժուժկալութեան։ Այս գաղափարն իսկ արդէն չափաւորութիւն չատ կը բերէ։

Երկրորդ խորհուրդս ալ զբաղումն ու աչխատութիւնն է։ Բարեկամներէս մին այդ մոլութեան մէջ ինկած էր բաւական. զանազան ձախորդութիւններ թշուառացուցին զինքն, որով սոսկալեցաւ օրուան մէջ հազիւ մէկ քանի ժամ միայն ննջելով, գրեթէ տարի մը չարունակ աչխատիլ. 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 չկրնալ յատկութիւն մ'ունենալէ զատ ֆիզիքական տեսակէտով ալ չատ առողջարար են։ Ադոնց մէջ է որ կը գտնուին քաջառողջ զաւակներ, և այր ու կին ընդհակառակ կը պահեն լծակցական հաճոյքը վայելելու կարողութիւնը։

ԳԼՈՒԽ Ժ.

ԺՈՒԺԿԱԼՈՒԹԻՒՆԸ ԿԱՐԵԼԻ ԸՆԵԼՈՒ ՀԱՄԱՐ
ՄԷԿ ՔԱՆԻ ԽՈՐՀՈՒՐԴՆԵՐ

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

Երիտասարդաց չատերը կը գանգատին ժուժկալութեան ստիպուելէն. կը կարծեն թէ հրապուրանքը չատ է, թէ՝ ներկայիս մէջ գեղեցիկ սեռին գործածած զգեստներն ու արդուզարդերը չատ դիւրաւ կը բորբոքեն արիւնը, և անգամ մը աթընցող դրդումն անկարելի կ'ըլլայ զսպել։

Նախ սա ըսեմ թէ իգական սեռին այժմուս նորաձեւակ զգեստաւորման եղանակը հինեւքէն քնդօրինակուած է։ Հելլենուհիք ալ այժմու մեր հնարամիտ արուեստագէտ կանանց չափ լաւ գիտէին 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 ուզելը չափազանցութիւն եղած կ'ըլլայ)։

Գեղեցկին համար զգացուած սէրն իսկ կը կորսուի զգայական հեշտանաց մէջ։

Ժուժկալութեան համար տալիք առաջին խորհուրդս սա է թէ՝ ամէն ոք տեսակցի վայելքի մը մէջ գաղափարելու է Գեղեցիկը, և մտադրելու է հաստատապէս թէ առողջ մարմին մը, աւելնայն կարողութեամբ բան մը գոյացունելու համար սպիտակ ժուժկալութիւն կը պահանջէ, և թէ՝ չատ դժնդակ ու վնասաբեր է՝ մարմինը վատառողջ վիճակի մը մէջ դնելէ և ունեցած ոյժն ալ յանցապարտ վարմունքով կորսնցունելէ առքը 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 չարունակ 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 հեչտասիրութեան զոհերը նոյնն են միշտ — այնպէս նկատելու են թէ իրենց սիրոյն առարկան թանկագին մեքենայ մ՚է, որ չատ գործածուած ատեն ո՛չ միայն կը բթանայ, այլ կը կորսնցնէ իւր տոկունութիւնը։

Երբ այր և կին մտադրեն երկար ու երջանիկ կեանք մը վայելել, չատ դիւրին է իրենց հպատակիլ չափաւորութեան, որ քաջողջութիւն կու տայ իրենց, որ կ՚աւելցնէ իրենց խնդերը և խաղաղ ու անքոյթ ապագայ մը կ՚ապահովէ։

Արդարև, կրթեալ կանանց հետ տեսակցութիւն ունենալը աւելի յարմար է ժուժկալ մնալու համար, քան թէ գեղեցիկ սեռէն հեռու ապրիլը։ վասն զի այս վերջին պարագային մէջ երեւակայութիւնը կը գրգռի լկտի պատկերներով, և առիթ կ՚ընծայեցնէ հակառնական չուայտութեանց։ Մարդ աչխատելու 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 չմարմնջի հեչտախտիկ պատկերներով։

Սեռային խիզախ դրդումը հանդարտեցնելու համար լաւ է պաղ ջուրով լուալ ծննդագործարանները։ Պէտք է պատուաւոր ընկերութեանց, բարոյական չրջանակներու մէջ մտնել, ուր անպարկեշտ խնդրոց վրայ չի խօսուիր յաճախել այն ժողովներն ուր բարոյասէր ու կրթեալ կիներ և օրիորդներ միայն մուտք ունին։ Պէտք չէ առանձին մնալ, վասն զի առանձնակեցութիւնը հեչտագրգիռ զգայմանց չատ առիթներ կ՚ընծայեցունէ երեւակայութեան։ Մանաւանդ յանձնարարելի է նաև կերտուութեան խիստ կանոնաւորութիւն, այսինքն չատ աննշանաւոր կերակուրներէ և արիւնն ու ղայլին պրութիւնը պրպտող խմիլիքներէ հեռու մնալ։

Արդէն չորրորդ գլխուն մէջ մէկ քանի միջոցներ ցոյց տուած եմ. եթէ ընթերցողներս հետեւին անոնց, անչուշտ եմ որ զգաստ կը մնան։

ՅԱԽԵԼՈՒԹԻՒՆ

ՍԵՌԱՑԻՆ ԴՐԴՈՒՄ ՅԱՌԱՋ ԲԵՐՈՂ ԿԱՄ ԳՐԳՌԻՋ ԴԵՂԵՐՈՒՆ ՎՆԱՍԱԿԱՐՈՒԹԵԱՆ ՎՐԱՑ

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

Մեր ուչադրութիւնը գրաւող բանը՝ յաճախ մեծ չարիքներու պատճառ եղող այդպիսի դեղերո-

ուն զեղծումը չէ լոկ, այլ անոր ուղիղ գործածութիւնն ալ պէտք է որոշել, ցուցնելու համար թէ մինչև ո՞ր աստիճան կրնան գործածուիլ, և ե՞րբ անհրաժեշտ է ադոնց գործածութիւնը։ Նոյն իսկ բարոյական տեսակէտով ալ կարելի է ըսել թէ սեռային դրդումը գրգռող այդ դեղերու գործածութիւնը ո՞ր 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 անհրաժեշտ է թէ բարոյական զգացումն ալ մեծ ազդեցութիւն ունի մարմնոյն քայքայող կամ տկար ըլլալուն վրայ։

§ 2. Երբ մարմնոյն վատառողջութիւնը ձեռք առնենք, այսինքն մարդուս սերնդագործելու անկարողութիւնը դարմանելով, անոր սեռային կառողջութիւնը 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 հեչտանքի զոհաբերութիւններ ընելու համար դեղեր փնտռող և այդ գործին մէջ իւր դրդումը զօրացունողը բնութեան սահմանէն դուրս չելներ, չի վնասուիր. ընդհակառակն, այդպիսին կը հակառակի բնութեան, կը բռնադատէ իւր մարմնեղէն մեքենան՝ անոր ընթացքին հապճեպ արագութիւն տալով, և հետեւապէս ժամանակէն առաջ կը մաշեցնէ զայն և աւերմանը պատճառ կ'ըլլայ։

Մարդ չյարգելով այս ճշմարտութիւնը, յաճախ,

գիտնալով կը մեղանչէ. իր հեչտանքի զգացումը կը յաղթէ ամէն բանաւոր պատճառի. և երբ մարդ անգամ մը վարժուի, ապագային մէջ վատույժ մնալը հոգ չընելով, վայրկենական հաճոյքը վայելելու կարելիութենէն օգուտ քաղել, աղէկ յառաջ գալիք վնասը չի տեսներ։

§ 4. Այդպիսի պարագաներու մէջ է, ահա, որ մարդ իրեն առաջարկուած որ և իցէ դեղը կը գործածէ առանց հարցունել փնտռել խակ ուզելու թէ 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 չատ 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 չբերել զատ, ընդհակառակն՝ ապա ջիղերու չատ ցաւագին կծկումներ և հետեւապէս, չափազանց մեղկութիւն և չդատութիւն կը պատճառեն։

Անկէց ետքը յառաջ կու գայ գործարանին այն չատ կծկումները, որք տակաւ ցաւագին այրուցքի մը կրնան հասնիլ. այդ պարագային մէջ եթէ հեչտասէրը անխոհեմ փութաջանութեամբ վերսկսի իւր

հեչաեան քը, սերմի տեղ արիւն կը հոսէ միշտ նգքէն։ Աստուած պահէ մարդ այդպիսի ցաւերէ։ Ասկէ զատ, նոյն իսկ գործողութիւնը ցաւագին կ'ըլլայ և այդ գերագրգիռ մոլուցքը այնպիսի իմն կը յարձակի մարմնոյն, որ չատ 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 ատոնք քիչ ժամանակէն կատարեալ վատոյժութիւն մը պիտի տան իրեն։

Բայց այս ըսել չէ թէ այդպիսին չկրնար վերստանալ իր խնդերը։ Մինդագործարանք իրենց գործին ու արդիւնքին նկատմամբ մարմնոյն ընտրելագոյն մասը կը կազմեն. բայց իրենց դիրքովը, մարմնոյ մնացորդ մասին հետ բաղդատմամբ, չատ իմաստուն և աքանչելի կարգադրութեամբ, երկրորդական կարեւորութիւն ունեցող տեղ մը կը բռնեն և կենսական ոյժին այն աստիճ վնասակար կ'ըլլան, երբ իրենց վրայ ուրիշ հիւանդութիւններ երեւան գան—որոնց մանրամասնութեան մանելու հարկ չի կայ հոս — և այդ հիւանդութեանց ապաքինութիւնը կենսական ոյժին հետ առընչութիւն ունեցող ուրիշ կարեւոր գործարանաց վրայ ներգործէ։

§ 8. Բայց, այսու ամենայնիւ, ըսել չեմ ուզեր թէ ամոլնութիւն մէկին կամ միւսին թմրած գրգռութիւնը պէտք չէ դարմանել։ Բժշկին ձեռքով տրուած դեղերը, կանոնաւոր չափերով, զարթնում մը յառաջ կը բերեն։ Մնունդն ալ մեծ դեր ունի ադոր մէջ։ Մանաւանդ՝ մէկ երկու գաւաթ տաք գինի (դարիճնիկով խառն), ուժով արգանակ մը չատ լաւ արդիւնքներ ունեցած են իմ հիւանդներուս վրայ։

§ 11. Վերջապէս, եզրակացունելով խօսքս, կ'ըսեմ թէ ամէն ոք լաւ կ'ընէ երբ այդ գրգռութիւնը բնութեան թողու. թէ՝ առողջ մարդը պէտք չունի այդ զօրացուցիչ դեղերուն, թէ՝ հիւանդն ալ պարտի քննել և դարմանել տալ իր հիւանդութիւնը։

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

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

ԱՌՈՂՋ, ՁՕՐԱՒՈՐ ԵՒ ԲԱՐԵԿԱՋՄ ՁԱՒԱԿՆԵՐ ԾՆԱՆԵԼՈՒ ԱՐՈՒԵՍՏԸ

Այս արուեստը գաղտնի միջոցներու և դեղերու վրայ հիմնուած չէ. ազոր գաղտնիքն է առն և կնոջ կատարեալ յարմարութիւնը. և երկու կողմին ընտրութեան համար պէտք եղածն ալ գրած ենք նախընթաց գլուխներուն մէջ։ Բայց ակարակազմ ամոլներն ալ կրնան առողջ ու բարեկազմ զաւակներ ծնանիլ, երբ կանոնաւոր կեանք վարեն, և սեռային գրգռումը զոհացունելու մէջ չափը չանցունեն։ Վատառողջ այր մը և զօրաւոր ու առողջ կին մը չատ առողջ զաւակներ կը ծնանին յաճախ, բայց ասոր հակադարձը միշտ նոյնը չըլլար։ Սակայն, լաւագոյնն ա՛յն է որ այր և կին հոգւով ու մարմնով առողջ ու զօրաւոր ըլլան։ Ամէն 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 իր արգասիքն եղող զաւակները միշտ գեղեցիկ ու զօրաւոր չեն ըլլար։ Ամոլք պէտք չէ որ լծակցական հաճոյքը վայելեն, երբ յոգնած ու պարտասած կամ արբեցած, բանակռուած,

բարկացած և յուզուած են։ Հիւանդոտ անձինք պէտք չէ որ ամուսնանան։ Հիւծախտաւոր, լուսնոտ, կծկումնաւոր անձինք յաճախ անկարող կ'ըլլան ծննդագործելու, և վատառողջ՝ թշուառ զաւակաց ծննդեան պատճառ կ'ըլլան, մանաւանդ՝ երբ կինն ըլլայ այդ հիւանդութեանց ենթական։ Ամոլք պարտին սեռային հաճոյից վայելումը կարելի եղածին չափ ուշկիկ գործադրել, որպէս զի յաջորդ անգամուն համար արգասաբեր հեղուկին բաւականաչափ պատրաստուի. մանաւանդ թէ այդու աւելի հաճոյական և զօրաւորագէս տեղի կ'ունենայ ամէն բնչ։ Պէտք է լաւ անուշադ առնել, գաղջ լոգանք ընել, պայծառ երկինքի տակ չրջագայիլ, հաճոյալի առարկաներու հետ զբաղիլ, գձուձ ու նեղացուցիչ կիրքերէ հեռանալ. երգիծանքն ու փոխադարձ պարսաւն ամենևին տեղի ունենալու չեն։ Աստղմէ զատ, կինը պարտի երեւակայական հաճելի պատկերներով զբաղիլ, գեղեցիկ մանչերու և աղջիկներու պատկերներ ու արձանիկներ ունենալ իր չուրջը, վասն զի երեւակայութիւնը, հաւատացէ՛ք, դիւթական մեծ զօրութիւն մ'ունի այս պարագային մէջ։ Ամոլք ամէն բանէ առաջ ջանալու են սերնդագործութեան արարողութիւնը մոլեգնաբար չկատարել, այլ՝ հանդարտ ու խաղաղիկ, և՝ սիրոյ արբշռութեան մէջ միրար չանկուցանելով, — կարելի է այդ գործին համար գաւաթ մը գինիով թեթեւ իմն զօրացուցնել մարմինը, բայց ուժգին գրգռիչ դեղերը, դարձեալ կ'ըսենք, վնասակար են։

* * *

Հարսանեաց օրերուն մէջ կատարուած վնասաբեր կերուխումներուն և հանդէսներուն վրայ չենք ուզեր ծանրանալ հոս։ — Գեղակազմ զաւակ ծնանելու գլխաւոր միջոցը յղութեան առեն յարմար վարմունք ունենալն է*)։ Ցղի կինը պարտի զգոյշ կենալ ամէն տեսակ յոգնեցուցիչ աշխատութիւններէ և սաստիկ կիրքերէ, յուզումներէ. զգուշանալու է նաև — թերեւս ծիծաղին բացէ — հաչմանդամ, ահաբեկիչ և զարհուրեցուցիչ անձերէ և տեսարաններէ. ըսել կ'ուզեմ, չսոսկալ**)։

Ցղութեան առեն լծակցական յարաբերութիւնները հազուադէպ ըլլալու են։ Ցղի կիները բաց, մաքուր օդոյ մէջ չարժումներ ընելու են

*) Ցղիները շատ անգամ նեղիչ փսխում մը կ'ունենան, որ մինչև յղութեան կէսը կը տեւէ։ Որչափ նեղիչ ըլլայ այդ, անկարելի է կատարելապէս դադրեցնել, բայց կարելի է չափաւորել։ Ատիկա յառաջ կու գայ տեսակ մը ջղային գրգռութենէ, որ յղիներուն յատուկ է։ Եթէ այդ փսխումները շատ ուժգին ըլլան կը վնասեն Ք՛էն մօրը և Ք՛էն սաղմին, մանաւանդ Ք՛ կրնայ ըլլալ որ վիժման կամ կանխահաս ծնունդի մը պատճառ ըլլան։ Արիւնաշատ կանանց համար ալ օգտակար է բազկէն երակահատութիւն մ'ընել. ուստի, այս տեսակ յաճառ փսխումներու առեն խոհեմութիւն է տան բժշկին խորհուրդ հարցունել, որ Քերեւս եթէր (æther 15 կաթիլ), սառն, ափիոն և կամ ասոնց նման ամոքիչ դեղեր կը տնօրինէ։

**) Դիտութիւնը տուած է այժմ իւր վճիռն այս մասին, այսինքն Ք՛ յղութեան մէջ կինը իւր հոգեկան կեանքին ալ մասնակից կ'ընէ սպրդը և մօր երանգուն երեւակայութիւնը կամ զարհուրանաց զգացումները խորապէս կ'ազդեն կազմակերպուող սաղմին մարմնոյն վրայ։ Առանց մօրն գգածման, այսինքն մինչև որ մայրը չզգածուի, արտաքին առարկաները ազդեցութիւն չունին սաղմին վրայ։

առանց մարմինը յոգնեցունելու. դիւրաւարս ուտելիքներով անանելու են. և աւելի՝ բուսական։ Գործածելու չէ կծու համեմներ և ոգելից ըմպելիք։ Ցղի կինոջ նեղութիւն պատճառող ամէն նեղ զգեստ, forme, կապ մէկդի ձգելու է. թեթեւ, բուրդէ և տաք պահող զգեստ մը բաւական է. վնասակար են ամէն սարսեցուցիչ չարժումները. նոյնպէս նաև՝ ջղային դրութեան վրայ ուժգին ազդեցութիւն ունեցող յուզումները, սուր հոտերը, ցուրտն ու տաքը։ Ծանր բաներ վերցնելէ կամ կրելէ զգուշանալու է։ Այդու՝ չեն պատահիր նաև կանխահաս ծնունդներ (վիժումներ), որք կենցաղավարութեան անկանոնութիւններէ դիւրաւ յառաջ կրնան գալ։

Ահա առողջ և բարեկազմ զաւակներ ծնանելու ամբողջ գաղտնիքը այս է. այդ գաղտնիքն ուրիշ տեղեր վնտռողը չարաչար կը սխալի։

Կանխահաս ծնունդի (վիժման) հակամէտ կիները յիշեալ կանոններուն լաւ ուշադիր ըլլալէ զատ, պարտին նաև երկաթաւոր հանքայնութի մէջ լոգնալ և խմել իսկ այդ ջուրէն, բայց ոչ թէ յղի եղած առեններին։ Ցղութեան առեն չատ պահպանելու է, և որովայնն ու մէջքը չփելու է գլխիի և կամ ուրիշ ոգիներով (spiritus)։

Տղաբերքէն ետքը՝ զաւկին կաթ տալու խընդիրը կայ *)։ Տղաբերքին հետեւող վազուկը և

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

մորթին արտաշնչութիւնը (քրտնիլը) օգտակար են տղաբեր կնոջ։ Տղաբերող կնոջ համար պէտք եղած բանը հանգիստն է. թէ՛ չուտով ոտքի ելնելը և թէ մտաւորական կամ նիւթական պատճառներով յառաջ եկած գրգռութիւնները չատ 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 իր կաթովը սնանի իր զաւակը. բայց այդ ալ չատ երկար տեւելու չէ, այսինքն մինչեւ որ դաշտանահոսութիւն սկսի նորէն։ Մայրը ընդհանրապէս 9 ամիսէն աւելի կաթ տալու չէ զաւկին, թէ չէ՝ չատ կը նեղուի։ Իսկ եթէ այդ միջոցին մէջ դաշտանահոսութիւն սկսի, և կամ նոր յղութիւն տեղի ունենայ, մայրը պարտի անմիջապէս դադրեցնել կաթ տալը։

* * *

Երկու խօսք ալ ծննդապահութեան (լօհուսա-

ցանէ զաւակը, եթէ կ'ուզէ շարունակ առողջ մնալ։ Տղաբերքէն ետքը կաթ տալու անկարող չըլլալու համար ալ, մէկ քանի ամիս առաջ պատրաստուելու է ատոր. այսինքն՝ օդիով լուալու է պըտկունքը։ Տղաբերքէն 12 ժամ ետքը պէտք է որ մանուկը ստինքին դրուի, որպէս զի կաթը չփախի և ուրիշ հիւանդութեանց տեղի չտրուի. եթէ տղաբերի չերմ ըսուածը (բայց այս շփոթելու չէ կաթի չերմ ըսուածին հետ, զոր ամէն տղաբեր կին կ'ունենայ. բնական է այդ.) երեան գայ, որ այդ ալ արգանդի, խցափողին, ձուարանի և ստորին որովայնի գործարաններուն բորբոքումներով կ'ըլլայ, այդ ատեն անպատճառ բժշկի ցուցունելու է։

լըք) վիճակին։ Այդ միջոցին, դրացի կամ բարեկամ կանանց «աչքի լոյսի» այցելութիւնները յետաձգուելու են։ Ծննդապահ կնոջ անունդին համար օգտակար են մսի ջուր, բրինձ, մուրկ, մածուցիկ դեղեր և խաշելիք։ Եթէ փորը չելնէ, վնաս չունի. մէկ երկու օր սաստիկ լուծողական դեղ տալու չէ։ Սալորը ջուրին մէջ եփելէն ետքը այդ ջուրին գործածութիւնը վնաս չի տար։ Կնունքի առթիւ տրուած խնճոյքն ու հանդէսը, յաճախ, մեծ վնասներ կուտան ծննդապահին։ Այս պատճառաւ 6—8 չաբաթէն առաջ կատարելու չէ կնունքը, վասն զի այդ առթիւ ծննդապահ կինը կը ստիպուի ցուցուած առողջապահական կանոններու հակառակ գործել։

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

ԱՌՆ ԱՆԿԱՐՈՂՈՒԹԻՒՆԸ

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

համար ճարտար բժշկի մը դիմելու է։ — Սկսած սերմնաթորթման վրայ արդէն գրած ենք։— Եթէ ստամոքսի խանգարումներ ըլլայ պատճառը, պէտք է ստամոքսը զօրացնող 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 խոհելիքի համար յարմարագոյն է լաւ հին գինին որ կ'օգնէ մարսողութեան։ Լաւ խմորուած զօրաւոր գարեջուրն ալ օգտակար է։ Զօրաւոր քունն ու հանգիստն ալ պէտք է որ համաձայն ըլլան աշխատութեան ու յոգնութեան հետ։ Մաքուր օդոյ վայելքն ալ մոռնալու չէ. ամէնեւին գործածելու չէ ուրիշ որեւիցէ քիմիական կամ գաղտնի բաղադրութեամբ դեղեր։

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

Էրիկմարդուն անկարողութիւնը կարծուածէն աւելի հազուագէպ է։ Անզաւակ ամուսնութեանց մեծագոյն մասին մէջ պատճառը կինն է։ Էրիկմարդուն անկարողութեան պատճառը կա'մ ընդհանուր է, կամ տեղական։ Մարմնական խօթութիւն, վերջին աստիճանի հիւծախտ, ամբողջական

ծիւրութ, ոչնծածուծի կամ ուղեղի հի անդութիւններ և ծերութիւն չատ պատճառ են անկարողութեան։ Այս կարգէն են նաև այն հիւանդագին վիճակները, որք սեռային չափազանց չուայտութիւններէ չատ կ'ըլլան։ Գիշերութեան երկարամեայ սովորութիւնն ալ չատ ազդ պատճառ մ'է անկարողութեան։ Ասկէ զատ, մարդ անկարողութեան կ'ենթակայ նաև ապշութեան և ուրիշ մտաւոր խանգարման աստեն։ Էրիկմարդուն անկարողութեան տեղական պատճառներուն կարգէն են նաև ամորձիքին ուռէցքը, գաղիական ախտի և քաղցկեղանման այուսիները։ Վերջապէս կարգ մը ուրիշ պարագաներ ալ կան որ անկարողութիւն չատ կը բերեն և որոնց պատճառը չատ չատ չէ. տարրալուծութիւնը այս խնդիրը չլուսաբանեցնէ զատ, մեթը կը բաղդ զինք սերմին վիճակին վրայ ալ։ Բայց մանրադէտը կը ցուցնէ թէ այդպիսի պարագաներու մէջ սերմնորդները դանդաղ կամ չնչուած են, կամ թէ սերմը չատ ալքատ է, չրոտ է և չատ անօսրացած է։

ԿՆՈՋ ԱՆԿԱՐՈՂՈՒԹԻՒՆԸ

Ինչպէս քանիցս գրած եմ, կնոջ սեռային անկարողութիւնը կրնայ ըլլալ որ գործարանային տձեւութեան, կրնայ ըլլալ նաև որ պատահական հիւանդութեանց հետեւանք ըլլայ։ Զուարանին, խգափողին ծուռութիւնը, ուռէցքը, կարծրութիւնը, չրգոլութիւնը և կամ արգանդին ամբողջական

չգոյութիւնը, արդարև, այնպիսի թերութիւններ են զոր արուեստը չի կրնար միշտ բուժել կամ կանոնաւորել։ Բայց չատ կարծր չարոյր մը, չըրթունքներու ձեւեւութիւնը, իգափոյին՝ ի ներքուստ կպած ըլլալը կարելի է այժմ արուեստով կանոնաւորել. փայլափուչտի և ուրիշ պատուաստքներն ալ վիրաբուժական դիւրին գործողութեամբ դարմանելով՝ ծննդագործելու կարող վիճակի մէջ դնել կինը։ Սրգանդի, իգափոյի և ներքին ծնընդագործարանաց հինցած բորբոքումներ և ուռէցքները կարելի է բժշկել դարմանելով։ Վերջապէս՝ ուրիշ չատ վիճակներ ալ կան, որք արգելք են սեռային արգասաբեր յարաբերութեան, բայց արուեստին զանազան ճիւղերով կարելի է անոնց առաջքն առնել. միայն թէ՝ իբր անկարեւոր ինչ չհամարելով զանոնք, պէտք է ճարտար բժշկի մը խորհուրդ հարցունել. վասն զի առանց բժշկի դարմանումին յաճախն չար քան զառաջինն կ'ըլլայ։ Այս կարգէն են նաև ջլային տկարութիւնը, պակասաւոր կամ անկանոն դաշտանահոսումը, մաղձահոսութիւնը (ճերմակ դաշտան) և այլն և այլն։

* * *

Բայց բոլորովին տարբեր խնդիր է երբ ամուսներէն մին միւսին դէմ հակակրութիւն ունենայ. բժշկութեան արուեստը չի կրնար բան մ'ընել այդ վիճակին. ենթակայք պէտք է զիրար բժշկեն։ Այս պարագային մէջ կինոջ դատողութիւնը կամ կամքը չատ բան կրնայ ընել, մանաւանդ՝ երբ

նկատողութեան առնուի թէ ամուսնական միութիւնը եղած լինցած գործ մ'է և պէտք է համակերպիլ վիճակին։ Սակայն չատ դիւրին է, երբ այրը չափաւոր ու տեւական վարմունքով բնականէ կինոջ յամառութիւնը, առանց սակայն խիստ ու բիրտ միջոցներու ձեռնարկելու։ Այր մը կինոջ հակառակութեան յաղթելու համար չատ միջոցներ ունի իր տրամադրութեան տակ։ Սակայն խնդիր մ'է որուն վրայ ստուար հատորներ կրնան գրուիլ։ — Ինչ որ է։ Մենք հոս կինոջ չնորհին արժանանալու խնդրոյն ակնարկել կ'ուզենք։ Եւ ինչ բան է այդ։ Անդողդողդ, մշտակաց բան մ'է այդ, թէ՝ յարափոփոխ ցնորք մը։ Որեւիցէ արժանիքի մը վրայ հաստատուած է այդ, թէ չէ՝ դիպուածի անոտի խաղ մը, պատրանք մը։ Գեղեցիկ այրերն են միշտ որ կինոջ սիրտը գերի կը վարեն. խելացինեերն են, այլանդակ 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 ճչմարիտ է. բայց չատ կիներ ալ կատեն էրիկմարդուն գեղեցկութիւնը։ Եթէ ընդունինք թէ տգեղ այրերն ընդհանրապէս անյաջող կ'ելնեն, միւս կողմանէ չենք տեսներ թէ կանայք իրենց ընկերական դիրքը, իրենց պատիւը, իրենց հարստութիւնը ոչինչ համարելով, այնչափ բուռն զգացմամբ կ'երթան անձնատուր կ'ըլլան տգեղ անձերու գըրկաց մէջ... Միւռալօյին, այդ տգեղ մարդուն, ծաղկահատէ ցուցած այդ վագրադէմ—ինչպէս ըսած

է ինքն իրեն համար—մարդուն գրկաց մէջ։ Դուքս կ'օսար անուն ճիւաղային սպասաւորը չէր որ իր արիւնաթաթաւ ձոնին գեղեցիկ կնոջ անձնուէր համակրութիւնը վայելեց վերջապէս։ — Աւազին պարագային մէջ, տարապայման ագեղութեան՝ այնպիսի գերմարդկային բան մ'ընկերացած էր, որուն չէին կրցած դիմադրել կանացի սիրտերը. և այդ՝ այնպիսի լիմն սաստկութեամբ յանկուցած էր զանոնք որ խելքերնին թռուցած են։ Երկրորդ պարագային մէջ՝ լեզուն է, լեզուն՝ որ յանչափ կը հրապուրէ կիները։ Հոս առնական ոյժն է որ կը յանկուցանէ և հոն անազդեցիկ կը մնայ. մէկուն համար մարմնոյ նուրբ կազմն է որ չնորհն կ'արժանացնայ, իսկ միւսին հակակրութիւն կը պատճառէ։ Կանանց ոմանց համար այլանդակ այրերը չատ սոսկում կը պատճառեն, և կիներ ալ կան որ պարզ մարդուն կու տան իրենց ձեռքն ու սիրտը։

Հետացանք մեր նպատակէն։ — Ո՛չ։ Զարհուրանք յաճախադէպ են այն ամուսնութիւնները և այն ամուսնական վիճակները, ուր մէկին գաղափարներ կը դառնացունեն առն զգածումը, երբ մտածէ թէ, «Ինչ կրնամ ընծայել կնոջս, ինչպէս պահանջեմ իրմէ իր անկեղծիկ սէրը, եթէ ինձմէ աւելի գեղեցիկ, աւելի խելացի ու երջանիկ այրեր տեսնէ։» Չէ՞ մի որ չատ անգամ այրը չի խելամիր կնոջ հոգեկան ընութեան, չէ՞ մի որ չատ անգամ այրը անտարբեր կ'ըլլայ անոր նկատմամբ. և քանի՛ յաճախ այդ վիճակն է պատճառը որ այդպիսի ամուսնութիւններ անղաւակ կը մնան։ Նոյն իսկ, վերջապէս, քանի՛ յաճախ, այրն իր

կնոջ անընկճելի հակակրութիւն մը կը ներշնչէ իրեն դէմ։ — Այդ, ամէն էրիկմարդ, որչափ որ ագեղ ալ ըլլայ, կրնայ յաջողիլ ոչ միայն չարիլ իր կինը, այլ կատարեալապէս երջանիկ ընել զանի, երբ ազդեցիկ միջոցներու ձեռնարկէ։ Եթէ կինը մինչև իսկ հակակրութեամբ և միայն պարագաներուն համակերպելով պսակուած ըլլայ, խոհուն ու խելացի և ազնիւ էրիկ մը կը յաջողի վերջապէս սիրաչահիլ իր կինը. և ադոր ալ միակ գաղտնիքը ինքզինքն իր կնոջ յարգել տալու մէջ է. յարգելի ընել իր նկարագիրը, իր առնական գործունէութիւնը, արիութիւնն ու կորովը։

Այս յարգանքը ամէն էրիկմարդ կրնայ վայելել չափաւոր ու անկիրք վարմունքով։ Եթէ կինն սկսի յարգել զայրն, այն ատեն նա արժանիք մը կ'ունենայ անոր առջեւ և այնպիսի լիմն կը յանկուցանէ զանի, որ սէրը չուշանար յաջորդել այդ յարգանքին։ Ասոր համար է, ահա՛, որ դժբաղդ ամուսնութեանց չատին մէջ յանցանքը էրիկմարդունն է, որ չէ կրցած յարգել տալ ինքզինքն իր կնոջ։

Կնոջ իր էրկանը բարեմասնութեանց համար ունեցած յարգանքը, անոր համար ունեցած սիրոյն հիմն է. այդ յարգանքն է որ կ'ապահովէ սէրը. այդ է որ զանազան խութերէն կը պահպանէ զանի, և այդ է որ անհետացած սէրը վերստին երեւան կը հանէ։ Կնոջ իր ամուսնոյն համար ունեցած այդ յարգանքն ուրիշ չատ կարեւոր օգուտներ ալ կրնայ գոյացունել։ Մեր ժամանակին մէջ չատ առատ են ջղային կոչուած

կինները : Կը տեսնենք որ այդ նորելուկ հիւանդութիւնը մեր խելացի , սիրարժան, տաղանդաւոր, կրթեալ կանանց վրայ կը գտնուի յաճախ , և այդ բարեբաստիկ ամուսնութեանց այդ սոսկալի թշնամին , հարնիքէն անմիջապէս ետքն , — եթէ օրիորդը դեռ ջղային եղած չէ — կու գայ մտնել ամուսնական յարկին մէջ : Այդպիսի ջղային կանանց մեծագոյն մասն անպտուղ կը մնան յաճախ . չատ ցաւալի է իրենց վիճակը . աւելի ևս՝ իրենց ամուսնոց վիճակը , իսկ առաւել ևս՝ իրենց բժշկին վիճակը : Այս վերջինը պարտի օգնութեան հասնիլ , պարտի ոգորիլ այնպիսի հիւանդութեանց դէմ որ գոյութիւն չունին , երեւակայական են , որ եթէ մարմնական որեւիցէ հիմնապատճառ մ'ունենան իսկ , սոյնք սովորապէս կապակցութիւն չ'ունին այն խղերային ցաւերուն հետ , որ ամենայն զօրութեամբ իրարու կը յաջորդեն : Այս պարագային մէջ նկարագրի ամրութիւնն ալ չատ օգուտ ունի , կինը պարտի առնանալ , և ասոր համար ալ լծակիցն օգնելու է անոր : Եթէ կինը տկարաբնոյթ ամուսին մ'ունեցած ըլլայ, չի գտներ բարոյական ու ֆիզիքական ոյժ մը , որու կարենար ապաւինիլ իւր խոր թախծութիւնէն և տկարութենէն ազատելու համար : Ընդհակառակն , կինը պիտի չըլլար այնչափ բարձրասրտեան խղճմտաժէտ մը , երբ կարուկ , աղդեցիկ ու կորովի լծակից մ'ունենար . ամուսին մը՝ որ իւր խօսքերուն ու գործին մէջ չափաւոր, և իւր անձին տէրն ըլլար միշտ , որ մինչև մէկ աստիճան համակերպող ըլլար : Ահա , այդ տեսն , կինը իւր առջեւ

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

Իսկ եթէ կնոջ խղերին պատճառը արդարապէս իրական հիւանդութիւններ են , այդ տեսն պէտք է առանց ժամանակ անցունելու բժշկի դիմել : Այդոր համար ժամանակ անցունելը չատ աղետաբեր պակասութիւն մ'է : Այս մասին յաղագս մը դէշ հետեւանքներ կ'ունենայ և կինը ամուլ կը մնայ :

Շատ յաճախադէպ է նաեւ մաղասային (պաղարիւն) կանանց ամլութիւնը : Սաղմնաւորութեան նկատմամբ խառնուածքին ունեցած կարեւորութիւնը ցոյց տուած ենք նախորդ գլուխներուն մէջ : Կրակոտ կնոջ քով սեռային յարաբերութեան տեսն ան ինչ միտքը տալ կը կատարուի ինքնին , այնպէս որ տեսն սերմը կնոջ ներսի դին ամենուրեք բաց դուռ կը գտնէ և անսայթաք անխոտոր կ'երթայ կը հասնի իրեն համար որոշուած տեղին : Ասոր հակառակն է պաղարիւն կինը, անզգայ կինը , որ գաղափար իսկ չունի թէ ինչ է գեղեցիկը , թէ ինչ է լծակցական , սեռային հաճոյից վայելքը : Բայց այդպիսին ալ կրնայ յղանալ երբ ամուսինը կարենայ տակաւ զգացնել անոր , ճանչցունել այդ գործին նպատակը , և ոգեւորել զանի Գեղեցկին ըմբռնման մէջ :

ԳԻՋՈՒԹԻՒՆ ԿԱՄ ՕՆԱՆԱԿԱՆՈՒԹԻՒՆ

Օնանականութիւն կամ գիջութիւն ըսելով կ'իմանանք այն գործողութիւնը, որով մարդուս սերմը հակաբնական եղանակով դուրս կը վտարուի մարմնէն. այն հիւթը՝ որ երկու սեռին քնական մերձաւորութեամբը դուրս ելնել պէտք էր. նոյնպէս՝ այդ բնազդօսիկ 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 չատ անգամ ալ մահ յառաջ կը բերէ։

Երբ ըսենք թէ օնանականութիւնը կամ գիջութիւնը առնական սերմին բուռն վտարումն է, չհակցուի թէ օնանականութիւնը՝ միայն արական սեռին յատուկ ախտ մ'է, ոչ։ Այդ սոսկալի ախտը որ մարդուս մարմնական ու մտաւորական կարողութիւնները կը ջլատէ, իգական սեռին վրայ ալ կը գտնուի չաճախ, միայն թէ՝ գործին եղանակը տարբեր է։ Արական սեռին գիջութիւնն այն է որ որևէիցէ մեքենական գրգռմամբ սուտ հեշտութեան զգացում մը յառաջ կու գայ, և այդու՝ սերմ կը ցայտէ։ Դեռ արբունքի չհասած տղաքներն ու պատանիներն ալ գիջութեամբ, առանց սերմնահոսութեան, սուտ հեշտութեան գրգիռ մը կ'ունենան, որ այդ ալ ամբողջ մարմնոյն ախտաժէտ ցնցմամբը կը յայտնուի։ Մեր օրական փորձառութիւնը կը ցուցունէ թէ երիտասարդք աւելի չաճախ կ'ենթարկուին գիջութիւն ըսուած գարշելի ախտին, առանց իսկ կասկածելու թէ գէշ բան մ'է ըրածնին.

չեն գիտեր թէ որպիսի խոր ու անյատակ անդունդի մը եզերքին վրայ կը գտնուին, վասն զի չատ հազուագէպ է որ ճչմարիտ բարեկամ մը, մարդասէր մը բարեհաճի այդ մասին խրատ մը, յորդոր մը տալ իրենց և ձանձրութիւն յանձն առնէ հասկցունելու 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 հակաբնական գրգռութեան վարժուին, օրուան մէջ մէկ քանի անգամներ կը կրկնեն զայն, չգիտնալով թէ այդ ախտն ամէն օր իրենց մանկամարդութեան վարդէն մէյմէկ թերթիկ կը թառամեցունէ և իրենք հակայաքայլ կը դիմեն իրենց մարմնոյն հիւծման, 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 չեռուցիչ խմելիքներու արդիւնք է.

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

Դ. Նոյնպէս նաեւ՝ երբ մանկամարդ աղջիկներ դրամի համար, տարիքնին առած էրիկմարդոց անձնատուր ըլլան, և կամ ամուսնանան հիւծեալ ու վատառողջ անձանց հետ, որք իրենց երբեմնի չուայտ կենցաղավարութեան պատճառաւ չեն կրնար գոհացունել այդպիսի աղջկանց հեշտագրգռութիւնը։

Գիշերթիւնը կրնայ նաեւ մեծաւոր ըլլալ

Մեծաւոր գիշերութիւն ըսուածն այն է որ մարդուս երեւակայութիւնը իրականութենէ հեռանալով իրեն յարմար մեծափոխար մը կը կազմէ, որուն համար մարդ մեծաւորական մեծ յուզման մէջ կը տարուբերի, կը չոյէ, կը գգուէ զայն և անոր հետ կը մոլորի երեւակայութեամբ. մեծաւորական այս գիշերութեան պատճառը, շատ անգամ, լկտի գիրքերու ընթերցումն է, որով մանկամարդ աղջիկները կը վատնեն իրենց երիտասարդութեան թանկագին ժամանակը, և դեռատի կիներն ալ՝ լոկ չհաղթութեան պատճառաւ իրենց հետ ամուսնացող էրիկներնուն համար ունեցած համակրութեան պակասը կը լրացունեն, ինքզինքնին յանձնելով գերզգայական մեծափոխարի մը, որ կը համապատասխանէ յաճախ իրենց գրգռեալ պահանջմանց։ Այսպէս՝ կը խառնվին իրենց միտքը, կը յուզեն իրենց երեւակայութիւնը և այդու կը խանգարեն իրենց արեան շրջանին կանոնաւորութիւնը, կը տկարացունեն իրենց մարսողութիւնը և հետեւապէս տեղի կու տան այն կարգ մը հիւանդութեանց, որք ո՛չ միայն հոգին կը ցնցեն, այլ ամենաշնաւակար ու 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 աղայոց մեծաւորական կրթութիւնը, լա՛ւ ընտրութիւն ընեն իրենց զաւակաց և աշակերտաց գիրքերուն։

Գիշերութեան սոսկալի հետեւանքներն են, նախ՝ դէմքի գունատութիւն, աչքերու չուրջը կապոյտ շրջանակ, կատարեալ ուժաթափութիւն, սրունքներու և ոտքերու տկարութիւն, և վերջին տասնեակներու մէջ ալ զանազան անդամալուծութիւններ, ստամոքսի յայտնի խանգարումներ և զանազան գործարաններու հիւծում։

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

Իսկ գալով ԿԵՐՍՈՒԹԵԱՆ, այդ ալ, ինչպէս ուրիշ ամէն հիւանդութեանց առեն, նոյնպէս գիշերութեան հետեւանք եղող վիճակի մէջ եւս, կարեւորագոյն մէկ մասը կը կազմէ դարմանին։

Օնանականներուն ու տեղիքը չատ

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

Օնանականներու յարմարագոյն ուտեստ են ցորենեղէնները, հաճարահացը, կամ 2-3 օրուան օթեկ ցորենահացը, և մէկ քանի տեսակ բանջարեղէններ, ինչպէս՝ ատեպլին, չոլգամ, ընդակաղամբ. իսկ, ընդհակառակն, ամենևին արգիլեալ է իրենց ուտել ազատքեղ, կարոս, պրաս, սոխ, սխտոր, մանանեխ, ճակնդեղ, բողկ, թթուակաղամբ (թուրչի), բոճկաւոր ընդեղէնք, կանանչ ոլոռն և լոբիա, թրմնջուկ 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, բադի միս, ինչպէս նաեւ՝ անթեի ձուկ, չորցուցուած միսեր, այսինքն՝ երշիկ, ապուխտ և այլն և այլն, և քացախի կամ աղի մէջ պահուած ուտելիք (պանիր, ձուկ, միս), վասն զի ամէն ինչ որ կծու, թթու է, կ'ապականէ և կը թանձրացունէ արիւնը: Ախորժելիքներէն՝ հիւանդութեան առեն թարմ կաթը, չեփած, նեղելի է խմել, և այդ ալ սա՛ պէս. մինչեւ 10

տարեկան տղայոց համար $^1/_3$ մասը ջուր, մինչեւ 15 տարեկան հիւանդաց համար $^1/_4$ մասը ջուր խառնելով, իսկ ադկէ աւելի տարիքոտներուն համար՝ անարատ կաթ: Այս տեսակ հիւանդներ օրուան մէջ մէկ անգամ միայն եփուած կերակուր ուտելու են, և այդ ալ ցորեկուան ճաշի առեն, 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 չուտեն լաւ կ'ընեն: Հիւանդներն ընդհանրապէս շատ ուտելու չեն. այսինքն այնչա՛փ ուտելու են որ միշտ քիչ մը ախորժակ մնայ դեռ: Եթէ հիւանդն ախորժակ չունեցայ, պէտք չէ բռնի կերցունել, ըսելով յիմարաբար, թէ ախորժակ չունեցած առեն իսկ պէտք է ուտել, կորսուած ոյժերը վերստանալու համար: Ընդհակառակն, լաւ է որ հիւանդն այն չափ առեն չուտէ մինչեւ որ բնականապէս ախորժակը ինքնին բացուի, վասն զի չկարմրեցած ստամոքսին մէջ լեցուած անուշեղն աւելի կը տկարացունէ և անկարող կ'ընէ զայն կերուած կերակուրները մարսելու: Երբ կերակուրը պէտք եղածին պէս չի մարսուի ստամոքսէն, կը նեխի անոր մէջ և նեխած կերակուրին մասացը արեան մէջ կը մտնէ, որով արիւնը կ'աւրուի, չրջանը անկանոն կ'ըլլայ և հիւանդութեան հիւթը, որ կայ արդէն մարմ-

նոյն մէջ, աւելի կը չատնայ։ Շատ բնական է որ այսպիսի պարագաներու մէջ հիւանդութեան ատենը կը բարձրանայ և հիւանդին վիճակն աւելի կը ծանրանայ.

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

Այս տեսակ հիւանդութեանց առնն խմելիքի համար ալ մեծ ժուժկալութիւն պէտք է. խմելու չէ ո՛չ ոգելից (գարեջուր, գինի, օղի, ռօմ, բռնջ) և ո՛չ ալ չեռուցիչ ըմպելիներ (խահուէ, թէյ, չօքօլա)։

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

ՇՐՋԱՆԿԱՏ ՀՕՐ ՄԸ ԻԻՐ ՆՈՐԱՊՍԱԿ ՈՐԴԻՈՑՆ ՏՈՒԱԾ ԽՐԱՏՆԵՐԸ

Այն դեռատի ու վարդափթիթ աղջիկը զոր այժմ այնչա՛փ սիրով կը գրկափաթեթս, ո՛չ ծնողայդ «անոզոքելի» 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 չնորհակալ եղիր Աստուծոյ որ այդ սիրաժան աղջիկը քու առջեւդ հանեց իբրև ընկեր ու օգնական քու կեանքիդ. վասն զի իւր սեռին հազարաւորներուն մէջէն անոր հանդիպիլդ, զանի գտնելդ ու զիրար 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 վարմունքդ միայն կախում պիտի ունենայ երջանիկ ըլլալդ այդ ամուսնական վիճակիդ

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

մէջ, որ իւր թէ՛ առաջին և թէ վերջին նպատակներուն համար յարգելի է, և մարդկային ընկերութեան համար մեծապէս օգտակար, որ առողջութիւն և զուարթութիւն կու տայ մարդուս, և որով կարող կ՚ըլլաս վայելել ամուսնոյդ սէրը և զաւակացդ օրհնէնքը։ Զանա՛ որ լծակցական վայելքներուդ մէջ ձեռքէ չթողուս չափաւորութիւնը. քեզ սիրող կնոջդ բազկացը մէջ ամուսնական վիճակի հաճոյքները վայելած առենդ՝ որդիական յարգանօք ու երախտագիտութեամբ՝ միշտ միտքդ բեր թէ ամենաբարի Էակը մեր վայելքին համար ստեղծած է ամուսնական հաճոյքները։ Բայց ադոր չարաչար գործածութիւնը, — ինչպէս ամէն զգայական վայելք — կը պատժէ անհաճոյ հետեւանքներով՝ զմեզ մեր անձին պահպանման ուշադիր ընելու համար։ Սիրոյ ամենաբուռն արբշռութեանդ մէջ իսկ մի՛ մոռնար արժանապատուութիւնդ. չըլլայ որ անյագ հեշտասիրութեամբ անասնական բիրտ վիճակին ստորնացուներս ինքզինքդ։

Երիտասարդ կանամբի մը իւր ամուսնութեան առաջին տարիներուն մէջ վայելքի չափազանցութեամբ այնչափ կը տկարանայ որ ամուսնութեան զարունին մէջ իսկ կը դրկուի իւր առնական ոյժէն։ Չափաւոր վայելքը երջանկութիւն մ՚է ամուսնութեան մէջ։ Չափազանց հեշտասէր կանամբին քիչ ժամանակէն հարկատու կ՚ըլլայ դեղագործին, և անկարող՝ իւր պաշտօնին աչխատութեանց։ Չափազանց հեշտանքէն վնասուողը աւելի ուղեղն է, ազնուագոյն ուժերու այդ կեդրոնը։ Ծորհելու և յիշելու կարողութիւնները խեղճ ու կրակ վիճակի

մը մէջ կ՚իյնան այդ մոլութենէն։ Սեռային կազդուրութիւնը բարձրացունելու և դրդումը բազմացունելու նպատակաւ յոյժ անընդարար ուտեստներ և ջեռուցիչ խմելիքներ և կամ դրգռիչ դեղեր գործածելը թունաւորել է առողջութիւնը։ Շատ և շատ հեշտասէրներ այդ վտանգաւոր եղծման զոհերն եղած են։ Եւ քանիօ՜ն ամօթալի է ամուսնութեան զգայական վայելքը — որ միջոց մ՚է նպատակին հասնելու համար — նպատակի վերածել և վայրկենական հաճոյքի մը համար անմօրէն վրայ տալ մարմնական ոյժ, առողջութիւն և կեանք։

Վայելէ՛ չափով, որդեակ իմ, և անվնաս պահէ այն կարողութիւնը զոր Ստեղծիչը քու սեռիդ բարգաւաճման համար պարգեւած է քեզ. որչափ սակաւադէպ ըլլայ լծակցական վայելքը, այնչափ անուշ ու առողջարար կ՚ըլլայ ան։ Ճաչէն անմիջապէս առ, լեցուն ստամոքսով տեղի ունեցած վայելքը կը վնասէ մարսողութեան. այդ առենի զգացուած սեռային դրդումը արուեստակեալ է, բնական չէ, և ադոր գոհացումն ալ, հետեւաբար, վնասակար է առողջութեան։ Երբ լծակցական վայելքէն յետոյ անսովոր ուժաթափութիւն, անմարսողութիւն, պրկիչ գլխուցաւ, գժգոհութիւն և դիւրագրգռութիւն զգայ մարդ իւր վրայ, ըսել է թէ այդ վայելքը զգայականութեամբ տուփացող երեւակայութեան գործ մը եղած է և ո՛չ թէ բնականին ճշմարիտ պահանջումը։ Այդ քանը ամրան մէջ աւելի կը տկարացունէ քան թէ ձմրան մէջ, վասն զի ամրան մէջ մարսողութիւնն

ընդհանրապէս տկար է։ Բնութիւնը կը ցուցունէ թէ սաղմնաւորութեան, այսինքն ամուսնական վայելքին նպատակն իրագործելու յարմարագոյն եղանակը գարունն է։ Նորաբիթիթ, թարմ ու զեղուն կեանքը, որ այդ եղանակին մէջ կը լեցունէ ամբողջ բնութիւնը, ներշնչում կու տայ նաև մարդկային մարմնոյն և ազդր համար է որ մայիսի մէջ յղացուած զաւակները ընդհանրապէս կայտառ ու խելացի կ'ըլլան։ — Նաև՝ մարմնական դժնդակ աչխատութենէ կամ մտաւորական խռնջեցուցիչ զբաղումէ մը եաքը, փոխանակ հանգչելու, լծակցական հաճոյքը վայելելը չափազանց վնասակար յիմարամտութիւն մ'է։ — Երբ կինդ վատառողջ ըլլայ, լծակցական վայելքը կը վնասէ անոր առողջութեան։ Թոքախտի կամ ուրիշ վտանգաւոր, դժնդակ հիւանդութեան մը հակամիտութիւն ունեցող կինն յղութեան վիճակի մէջ դնելը անոր մահը փութացունել և սխեղծ ու թշուառ զաւկի մը ծննդեան պատճառ ըլլալ է։ — Երբ մարդ դժնդակ հիւանդութենէ մը նոր եւած է և դեռ կատարեալ չէ կազդուրուած, չատ վտանգաւոր է դեռ անկատար կերպով զգացուած ոյժերը սեռային յարաբերութեան յոյզերուն գործածել, և այդ՝ չատ անգամ — մանաւանդ ընդհատական ջերմի ատեն — հիւանդութեան յատուկ կրկնութիւններու պատճառ կ'ըլլայ։ — Կնոջ դաչտանահոսման օրերուն մէջ տեղի ունեցած մերձաւորութիւնը — որ ըստ ինքեան անպատչաճ ըլլալովը հանդերձ, անսանձ կիրքի հետեւանք և վայրագութիւն կը համարուի — պատճառ կ'ըլլայ արհնահոսութեան և

ուրիշ կանոյի հիւանդութեանց, որք ուչ կամ կանուխ կը խթանահեն կնոջ առողջութիւնը։

Ցղութեան ատեն, մանաւանդ առաջին ամիսներուն մէջ, կատարուած մոլեգին մերձաւորութիւնը գաղտնի որդեսպանութիւն է և դեռատի, սրիւնաչատ ու գրգռուն կնոջ վիժում կը պատճառէ։ Ցղութեան մէջ մերձաւորութեան ամենավտանգաւորը այն պահունն է յորում կինն իւր դաչտանահոսումը պիտի ունենար եթէ յղի եղած չըլլար։ — Ցղութեան վերջին ամսոց մէջ մերձաւորութիւնը — կնոջ՝ տակաւ ընդլայնուող ատորին 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։ Թխտող էգ անասունները կը դադրին սեռային յարաբերութենէ և արուն էգին մնունդ ճարելով կը զբաղի միայն։ Պէտք է որ բանաւոր էակը նուազ ժուժկալ ըլլայ. մանաւանդ, գիտնալով թէ լծակցական վայելքին նուազութիւնը աւելի կը զօրացունէ սիրոյ և հոգւոյ ոյժերը՝ — իւր ծննդապահութեան (զհնուազդի) մէջ գտնուող կնոջը մտացղը կը յապաղեցունէ անոր կատարեալ կազդուրումը. և այդ հակառակ խակ է այն պարկեչտութեան զոր հին ժամանակաց կրթեալ ժողովուրդները կը յարդէին։

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

հովուով ու մարմնով առողջ ծնող մը, առողջ զաւակաց հայր մ'ըլլաս, և վերջապէս՝ Թոռներէդ չրջապատուիս։ — Ահկէ զատ, պատուէրներուս հետեւելովդ, պիտի չունենաս այն արագահաս ձանձրոյթն ու յափրոթիւնը, որ անվրիպելի հետեւանք են ղգայական չափազանց վայելքին, և այժմուս ամուսնացելոց չատերուն համար, աւա՛ղ, անհնարելի ճշմարտութեան մը կարգն անցուցած ևն այն առածը Թէ «ամուսնութիւնը սիրոյ գերեզմանն է»։ դու պիտի հերքես զայս քու կեանքովդ։ — կանամբիններուն անժուժկալութեան պատճառաւ մէկ տարուան մէջ անթիւ զաւակներ կը կորսուին (վիժմամբ)։ — Նոյնպէս՝ խելացութիւն է որ զատ պահկին, երբ կինդ, հետեւելով ժայրական պարտականութեանց, իր սիրնքէն կը մնուցանէ զաւակը։ Բայց այդ ժուժկալութեանդ մէջ չըլլայ որ դժուես ամուսնական սուրբ հաւատարմութեանդ. չըլլայ որ անառակ կանանց քով վայելել փորձես այն հաճոյքն, ուրկէ զրկուած ես, առժամաբար, լծակցիդ փափուկ վիճակին համար։ Աւելի դառն աղէտ մը պիտի ըլլայ առաքինի կնոջդ համար. աւելի պիտի թունաւորէ արիւնդ, պիտի խանգարէ առողջութիւնդ և ամէն պարագայի մէջ ալ ամօթահարութիւնը և խղճիդ կշտամբանքը քեզ բաժին պիտի ունենաս։ Այդ տեսակ փորձութեանց պիտի կըրնաս յաղթել Աստուծմէ ունեցած վախովդ, մտաւորական ու մարմնական լուրջ զբաղմունքով, կերուխումէ զգուշանալով և խորհելով Թէ այդպիսի չուայտութեանց հետեւանքները վնասակար են առողջութեան, ամուսնական խաղաղութեան,

զաւակաց կրթութեան և մարմնոյ ներքին խաղաղութեան. մի՛ վախնար որ առժամեայ ժուժկալութիւնդ վնասակար կ'ըլլայ առողջութեանդ, հակառակ բժշկաց ոմանց ըսածին — անչուչա ցուիակեաց հեչտասէրները չողոքորթելու համար — Թէ ժուժկալութիւնը վնասակար է։ Բնութիւնը բժիշկներէն աղէկ գիտէ ինչ որ օգտակար կամ վնասակար է առողջութեան. և ո՛չ մէկ ժամանակ առողջապահական կանոնները չեն հակառակիր բարոյականին։ Այսպէս, ահա, որդեակ իմ, վերոյիչեալ ժամանակներուն մէջ ժուժկալ եղիր և անյողդողդ հաւատարմութիւն ունեցիր կնոջդ հանդէպ։ Ինքզինքդ կը խաբես երբ կարծես Թէ ուղտափուչին և եղիճին տակ ծաղիկ կրնաս քաղել։ Դերագրգիռ երեւակայութիւնն ու անառնական այլասերձութեան տենչն է միայն որ խառնակեցիկ, օտար ու վարձկան աղջկան մը յատուցնաց չնորհները կ'ընդունի ամենայն նեղութեամբ և դրամ վատնելով, և այս՝ այն ատեն որ մարդ, առանց պարտաղանցութեան, կրնայ իր անմեղուկ կնոջ քով վայելել այդ հաճոյքը։ Ես պիտի անարգէի զքեզ, որդեակ իմ, երբ դուն այդպէս անիրաւ և անհաւատարիմ եղած ըլլայիր, եթէ՝ Թեթեւամիտ հեչտասէր մը ըլլայիր։ Բայց պիտի անիծէի զքեզ, երբ այնչափ սուղ և այնչափ սիօթալից կերպով ստացած Թոյնովդ խոցոտէիր քու անմեղ կինդ։ Կին մը արդէն բաւական դժբաղդ եղած չըլլա՞ր երբ իր միակ ստացուածքը, այսինքն իր լծակցին սէրը կորուսանէ. և պէ՞տք է որ անոր մեղքն ինքն ալ քաւէ. և պէ՞տք է որ օտար անառակ կանանց պատճառաւ

իր առնանդին անսէր վարմանցն ու անակնածութեանց հատակերպի. հնազանդի։ Թէպէտ վստահ եմ որ դուն ինքզինդ այդչափ սոսկալի անձնասպառութեան չես մատներ, բայց սա՛ հակցունել կ՚ուզեմ քեզ թէ չի կարծես որ ամուսնութեան ամբողջ տեւողութիւնը այս առաջին ամառան պէս անուշ է. ո՛չ, ամէն առեն պիտի չսանանես չոբլդ սիրոյ զարնանածաղիկները, վարդ, մանիշակ ու անմոռուկ. ցուրտ եղանակներն ալ կան. սառնապաղ դիշերները, բազդին մոթ ամպերը պիտի մթագնեն զգայական վայելքին խաղաղ ու պայծառ օրերը. այս օրուան դիւթիչ խօսակցութեանց և զուարճութեանց պիտի յաջորդեն յօրանջաբեր առանձնութիւններ. այն առեն, որդեակ իմ, պէտք է որ սիրաբորբոք վարմանց քաղցր բարեկամութիւն մը յաջորդէ, ինչպէս՝ կիզիչ արեւուն մարը մանելէն ետքը քաղցր լուսնկան իր փայլուն պայծառութեամբ կու գայ անոր տեղը բռնել։ Բարեկամութիւնը, ընտանեկան այդ բաղդաբեր չաստուածը, երկնքի հովուերգական սիրուբառքներու երանութիւնը կրկնապէս պիտի փոխարէ. այն սիրահարական տարիանաց պիտի յաջորդեն մտերմութիւն, ներողամտութիւն, փոխադարձ միսիթարութիւն և քաջալերութիւն. համերաչխ հոգածութիւն զաւակաց կրթութեան և զանոնք ապագային մէյմէկ գործի տեղաւորելու համար խորհրդածութիւն, և ահա՛, ասոնք միջոցներ պիտի ըլլան ձեր ձանձրոյթը փարատելու։ Եւ երբ, որդեակ իմ, երբ դադրիս լծակցիդ խանդավառ սիրահարն ըլլալէ, անոր գորովալից բարեկամն եղիր։

Անոր՝ քեզի համար ունեցած սէրը, իր մայրական տառապանքները, անարարութեան 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 ազգ տեղ գժտութիւն, անմիաբանութիւն, անվստահութիւն, կասկած և փոխադարձ խաբէութիւնը մուտ 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 բարեկամուհիները ունին։ Այդ վիճակին մէջ ամբողջ ընտանիքը կ՚օտարանայ իրարմէ, կ՚ապականի, ծերութեան մէջ աղքատութիւն և կարօտութիւն իրենց բաժին կը մնան և զաւակաց կչտամբանքն աւելի կը դառնացունէ իրենց կեանքը։

Կրնայ ըլլալ նաև որ ամուսնդ երբեմն գժդմնի, մանաւանդ՝ երբ փոփոխական վիճակներու մէջ դանուելով՝ հիւանդագին ջղագրգռութիւն մը չուտով կը դառնացունէ և կը գժդմնեցունէ զինքն։ Դուն ալ, որդեակ իմ, դուն ալ միշտ այնչափ հաճելի չես սիրաբորբոք սիրահարի մը պէս, միշտ հաճոյալիր չես խօսնայրի մը պէս։ Ուստի ներողամտութեամբ և համբերութեամբ վարուէ՛ փոփոխուկ վիճակի մը մէջ գտնուող լծակցիդ քմահաճոյքներուն հետ։

Բեզի դժուար չպիտի ըլլայ տանիլ իր տկար-

ութիւնները և ներել իւր աճապարումներուն երբ անկեղծութեամբ կը սիրես զանի։

Սա ալ ըսեմ թէ մայր ըլլալու օրինակ վիճակն ալ մեծ ձախողանքներ կ'ունենայ երբեմն. ուստի աղոր համար չանա՝ որ փարատես իւր հոգերը, ամոքես իւր ցաւը, ափոխես և քաջալերես զինքն։

Երբ տեսնես որ կինդ պէտք ունի հրահանգներու, համոզէ՝ զանի միշտ իմաստուն պատճառաբանութեամբ։

Ջու 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 բարեկեցութեան համար ունեցած հոգածու չանիցդ արդիւնք է։

Երիկմարդ մը պէտք չէ որ ուզէ այն-քանը որ ուզիլ 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 ուսեստը խնայէ անոր. բայց պէտք չէ նաև տնական անդորրութեան վնասելով, իւր կնոջ նորելքի տենչը և զուարճութեանց միտումը գոհացունելու համար դրամ վատնէ։ Դատողութեամբ և քաղցրաբարոյութեամբ առաջնորդելով անոր, չանա՝ տակաւ հեռացունել զանի այն չիմարամտութիւններէն որոնց միտեալ է փոքր ինչ։

Մի՛ ըլլար չռայլ, մի՛ արբեցող, մի՛ խաղամոլ. գիշերները տունէդ դուրս մի՛ անցուներ. ասոնք այնպիսի սոսկալի մոլութիւններ են, որք կը խանգարեն ամուսնութեան խաղաղութիւնը, կ'աւերեն առողջութիւնը և կը խրամատեն ընտանեկան հանգիստը. կը գայթակղեցունեն զաւակները և կ'ապարտեն 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 չրջանակին 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'ուզէ, պէտք չէ որ իւր սորակարգեալներէն մէկուն ներողամտութեան կարօտի։

Մի՛ բանակռուիր կնոջդ հետ և մի՛ յանդիմաներ զանի տղայոց և սպասաւորաց առջև, որպէս զի մի գուցէ ամօթահարի և վշտանայ։ Այդպիսի վարմունքովդ դու զրկած կ'ըլլաս զինքն այն յարգու պատիւէն, որուն պէտք ունի տնակառավարութեան և զաւակաց կրթութեան գործերը լաւ կատարելու համար։

Անոր թերեւս պակասութիւններն աչքդ սիրոյ և ներողութեան քողովը և մի՛ մոռնար թէ դուն ալ կատարեալ մարդ մը չես։

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

մանրամասն հայելը տայ քեզի, որպէս զի չըլլայ որ քեզ խաբելու ելնէ։

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

Անոգիւտ առաքինութեան օրինակ եղիր իրեն անձամբդ և պիտի տեսնես որ այնպիսի մտադիր զգուշութեամբ պիտի պահպանէ ինքզինքը այն ամէն բաներէն, որք կրնան իրաւացի կասկածի առիթ տալ իր անմեղութեան դէմ։

Երբ զաւկի տէր ըլլաս, քու ամէն ուժովդ հոգ տար անոնց ֆիզիքական ու բարոյական կըրթութեան. բնութիւնը, կրօնքը և մարդկային ընկերութիւնը կը պահանջեն զայն քենէ։ Թող մի՛ տար որ վնասակար նախապաշարումներ, անբարոյական աղախիններ և դրացի աւելորդապաչտ կիներ մուտ գտնեն քու զաւակացդ սենեակին մէջ, որպէս զի չըլլայ թէ դեռաբողբոջ ու փափուկ տունկերդ վնասուին այդ ուժիչ ճճիներէն և կանխահաս կերպով թառչամին։ Սուտական արիութիւնդ 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 իր վրան. բայց չատ դրամ ալ մի՛ տար անոր, որպէս զի անբարոյական միտումներու գոհացուցման դիւրութիւն չունենայ։

Երիտասարդական չուայտութեանց սոսկալի հետեւանքները ճանչցո՛ր և տեղեկացո՛ր քու որդւոյդ, որպէս զի չըլլայ թէ ադոնց անգիտակցութեամբն, անառակ և հեչտասէր մ՛ըլլայ, և մոլորի ու եղծանի։ Սրգելք մի՛ ըլլար իր կանոնաւոր ու պարկեշտ զբօսանքին. եթէ չունի՝ դուն գոյացուր զայն, որպէս զի հայրական տունը բանտ մը չերեւնայ իրեն։ Օգնէ՛, ձեռնտո՛ եղիր իրեն յարմար գործ մը, պաչտօն մը գտնելու համար, որպէս զի իր 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 կինոջդ յանձնէ առունին գործերու կառավարութիւնը և մի՛ թողուր որ ուրիշն ալ քու գործիդ միջամտէ։ Այս կերպով չատ անպատեհութեանց առաջքն

առնուած կ'ըլլայ, և քու ստորակարգեալներուդ յարգը կը վայելես միշտ։

Ասոնք, որդեակ իմ, այնպիսի խրատներ և պատուէրներ են զորս, իրրև քու ճչմարիտ բարեկամդ, պարտաւոր էի տալ քեզ. խելամուտ եղիր ադոնց, հետեւէ՛ ադոնց, ընտանեօք երջանիկ պիտի ըլլաք և Աստուծոյ օրհնութիւնն ալ անպակաս պիտի ըլլայ քու և քու տանդ վրայէն։



ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹԻՒՆ

Գլ. Ա. — Ամուսնութեան և իւր հաճոյքներուն վրայ ընդհանուր տեսութիւն 5

» Բ. — Մարդկային մարմնոյ այն մասերը որ սերնդագործութեան կը ծառայեն 11

Արու և էգ ծնողագործարանաց կանոնաւոր չէնքը 17

— Արու ծնողագործարանք 17

— Էգ ծնողագործարանք 18

» Գ. — Թէ՝ ինչպէս կը ծնի մարդ։ Զանազան կարծիքները և անոնց հաւանական հետեւութիւնները 34

» Դ. — Թէ մարդ երբ կրնայ գոհացունել սերնդագործութեան դրդումը առանց անձին վնասելու 41

» Ե. — Թէ մարդ որչափ կրնայ գոհացունել սեռային դրդումը. թէ երբ լաւագոյն է կատարել և թէ ինչ կերպով կատարելու է այդ գործը . . 55

» Զ. — Առն և կնոջ՝ սեռային դրդումը գոհացունելու ատեն ունենալիք ընթացքի մասին մէկ քանի կանոններ 67

» Է. — Սեռային դրդումը գոհացունելուն անվնասակարութեան և վնասակարութեան վրայ դիտողութիւնները . . (Արանց համար) . . . 71

» Ը. — Սեռային դրդումը գոհացունելուն անվնասակարութեան և վնասակարութեան վրայ դիտողութիւնները . . (Կանանց համար) . . . 80

» Թ. — Կանանց՝ յղանալու և արանց՝ սերնդագործելու կարողութեանց տեւողութեան վրայ . . 86

» Ժ. — Ժուժկալութիւնը կարելի ընելու համար մէկ քանի խորհուրդներ 92

ՅԱՒԵԼՈՒԱԾ. — Սեռային դրդում յառաջ բերող կամ զրգռող դեղերուն վնասակարութեան վրայ 95
— Առողջ, զօրաւոր և բարեկազմ զաւակներ ծնանելու արուեստը 100
— Առն անկարողութիւնը 105
— Կնոջ » 107
— Դիջութիւն կամ Ծնանականութիւն . . . 114
— Շրջանկատ հօր մը իւր նորապսակ որդւոյն տուած խրատները 121

ԹԱՐԳՄԱՆՉԻՆ՝ ՀՐԱՏԱՐԱԿՈՒԱԾ ԳՈՐԾԵՐԸ

	Դր.
ԿԻՆՆ՝ ԻԲՐԵՒ ԱՄՈՒՍԻՆ (Թարգմ. ի Գերմ.)	20
ՈՒՂԵՑՈՑՑ ԿԱՆԱՆՑ ԵՒ ՕՐԻՈՐԴԱՑ (Թարգմ. ի Գերմ.) .	5
ԱՌՈՂՋԱԲԱՆՈՒԹԻՒՆ ԵՐԻՏԱՍԱՐԴՈՒՀԵԱՑ (Թրգ. ի Գերմ.)	6
ՔԵՐԹՈՒԱԾՔ ՆՈՒԻՐԱԿԱՆՔ (Թարգմ. ի Դաղղ.)	—
ԱՐՈՒԵՍՏ ՀԱՐՍՏԱՆԱԼՈՑ (Թարգմ. ի Գերմ.)	2½
ՄԱՅՐԸ (Ֆիզիքական տեսակետով) (Թարգմ. ի Գերմ.) . .	3
ԹԷ Ի՞ՆՉ Է ԻՄԴԵՐԻՆ (Ձղագարութիւն) (Թարգմ. ի Գերմ.)	3
ԹՈՐՀՐԴԱՏՈՒ (Արական սեռին յատուկ) (Թարգմ. ի Գերմ.)	5
ՄԱՆՉ ՏՂԱՑՈՑ ԵՒ ԵՐԻՏԱՍԱՐԴԱՑ ՁԳԱՍՏՈՒԹԵԱՆ ՎՐԱՑ (Թարգմ. ի Գերմ.)	2
ԿԻՆՆ՝ ԻԲՐԵՒ ՕՐԻՈՐԴ (Թարգմ. ի Գերմ.) Փառակազմ	20
Լաթակազմ	15
Թղթակազմ	10



կեդրոնատեղի Պ. ՊԱԼԵՆՑ Գրատունը

Թիւ 20, Զամիամճըլար, Կ. ՊՈԼԻՍ

معارف نظارت جليله‌سى و مطبوعات اداره‌سنك رخصتيله طبع اولنمشدر ف ٧ ايلول ١٣١٨