

1161

1162

1163

613.8

2h-28

8r

162

2010

2010

613.8

ՄԱՆԶ ՏՂԱՅՈՑ

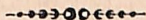
ԵՒ

ԵՐԻՏԱՍԱՐԴԱՑ

Հգաւսուքեան վրայ

(ԳԻՋՈՒԹԻՒՆ)

ԽՈՍԲ՝ ԱՌ. ԵՆՈՂՍ, ԵՒ ԱՌ. ԴԱՍԻԱՐԱԿՍ



ԹԱՐԳՄ. ԳԵՐՄԱՆԵՐԷՆԷ

Ս. Գ. Նապիկյան



Կ. ՊՈԼԻՍ

ՏՊԱԳՐՈՒԹԻՒՆ Ե. ՄԱՏԹԷՈՍԵԱՆ

1899

85-95891 / 16856-88

33/90-4.4.

Գրեցիս իւր պարունակութեան կարեւորութեամբը, այս խնդրոյ վրայ գրուած ուրիշ ընդարձակագոյն հասորներէ աւելի օգտակար ըլլալու համար պատասուած է :

Ձայս քարգմանելով նպատակս եղած է միմիայն, ինչպէս կ'երեւի մինչեւ ցարդ հրատարակած գործերես, հանրութեան օգտակար ըլլալ : Բայց մասամբ՝ երկմտելով հեղինակին մտածման ուղղութեան, մեր հմտագոյն բժիշկներէն՝ Ազն. Տօբ. Թիրեաթեանի ներկայացունելով քարգմանութիւնս, աւոր գնահատելի կարծիքն ալ առնել հարկ համարած էի :

Ազն. Տօբեօրը այս առթիւ գրած նամակին մէջ կ'ըսէ. « բերկրառիք է տեսնել նմանօրինակ աշխատութեանց յանախելը ժամանակէ մը ի վեր. զի ինչպէս ուրիշ առթիւ ալ «ըսած եմ, սոյն ազգ երկոց իրական պէտք կայ «նայ գրականութեան մէջ :

«Այս աշխատութիւնը իւր նախորդներէն կը «տարբերի ինչ ինչ կէտերու մէջ : Փոխանակ նկատարարականին, որ այս կարգի աշխատութեանց մէջ «ամենէն փափուկ եւ ամենէն վստահալից մասն «է, հեղինակը, ո' ոք եւ է, լոկ խրատականն ընտրել է իրեն ուղղութիւն. եւ այս ո'չ յանախորհուրդս : Ձի ինքն իսկ համոզեալ կը քուլի քէ մի' «գուցէ հոլանելով այն տողը, այն վստահաւոր տողը «որ բնութեան եւ երեւակայութեան մէջ ձգուած «է իբր պատուար, գործն գլխովին վրիպի այն

معارف عمومیہ نظارت جلیہ سنک رخصتنامہ سیلہ طبع اولتمشدر

«նպասակին յոր հասանել կոչուած էր : — Միայն «քէ չեմ կրնար մասնակցիլ այն բացարձակ վստահութան զոր հեղինակն յօժարակամ կը դնէ խրատուց ազդեցութեան վրայ : Խոսովանելով հանդերձ խրատուց փրկարար զօրութիւնը ճիշդ ի դէպ «ժամու եւ հասակի մասկարարութիւն, անմարք «է ինձ հաւատալ, բազմադիմի փորձերն առաջի «ունենալով, քէ խրատուք եւ միմիայն խրատուք «ամենայն առապար հարբուած լինի :

«Առսնին եւ հրապարակային կենաց եւ դաստիարակութեան մեջ մեծ բարեօրոշութեանց պէտք «կայ որ սակայն իմաստասիրուած անգամ չէ :

«Այս մասին մանրամասնօրէն խօսիլը այլու՞ «պատեհութեան եւ աշխատութեան վերապահելով «դառնանք մեր հեղինակին :

«Այս գործոյն մեջ խրատականին հետ քաջալեւ- «րականն ալ մեծ ու գլխաւոր տեղ մը բռնած է «որ ինձ յոյժ գովելի երեւցաւ : Զի սովաւ ո՛չ սա- «կաւ լիտալ սրտեր կը կազդուրին եւ ի կեանս եւ «ի յոյս կը վերածնին ի դեղ եւ ի դարման փու- «քալով : Սոսկալի պատկերներով անաբեկելը քէեւ «իւր օգուտն ունի սակայն բազում անգամ ալ դէպի «յուսահատութիւն կ'առաջնորդէ . իսկ խրատել, «քաջալերել, յուսադրելը զերծ է յայս բերութենէ :»

Ահա, Ազն. Տօքթօրին այս վկայութեան վրայ աներկմիտ կերպով հրատարակութեան կը յանձնեմ զայս, հաստատ հաւատով քէ հասարակութեան օգտակար գործ մ'ալ ներկայացունելու բաղձը կ'ունենամ :

Շ. Կ. ՆԱԶԻԿԵԱՆ

Մ Ո Ւ Տ Ք

Զգաստութեան դէմ գործուած պատանեկան յանցանքները ծանր հիւանդութեան մը պատճառներուն գլխաւորներէն են :

Մեր ակնարկած հիւանդութեան տեղի չտրուելուն համար գործադրուելիք ամենէն ազդեցիկ միջոցն է պարզ ու մէկին խրատը . իսկ հիւանդութիւնը բուժելու կարեւորագոյն միջոցներն են՝ մարմինը պատշաճապէս դարմանել եւ զգածումը բարոյապէս բարձրացունել :

Ուստի, ի որտէ կը փափաքիմ որ այս գրքոյկը գտնուուի այն տան մէջ ուր մանչ մը կը մեծնայ :

Երկրի մարդոց մեծագոյն մասը կը մեծնան առանց յարմար ժամանակին պէտք եղած խրատը լսած կամ կարդացած ըլլալու, եւ այդ պատճառաւ շատեր մեծապէս կը վնասուին :

Ով որ մանչ զաւակ մը կը մեծցունէ, թող սովորեցունէ անոր զգուշանալ այդ աղէտքէն :

Միայնակեաց մայր մը որ չի կրնար հեռատեսել իւր որդոյն սպառնացող վտանգը, թող առնէ կարգայ այս գրքոյկը վատահ ըլլալով որ չպիտի վիրաւորուի իւր փափկազգայութիւնը :

Այն երիտասարդը որ ուշ մնացած է այս բացառայտ գրքոյկս կարդալու, թող գիտնայ թէ ճշմարիտ չեն այն ամէն բաներ զորս կարդացած է ան-

պիտան գիրքերու մէջ . թող գիտնայ թէ իւր վիճակն անբուժելի չէ :

Այդ երկտասարդը , հոգ չէ , թող այսօրուր նէ սկսի կատարել իւր պարտաւորութիւնը . թող քաջալերուի , թող յուսայ իւր բժշկուելուն : — —

Ես չեմ՝ յայտներ քեզ իմ անունս , ո՛վ ընթերցող : Այս նիւթիս վրայ գրուած շատ գիրքեր սոսկալի հիւանդութեանց սխալ ու չարազանցուած նկարագրութիւններով լի են եւ նստատակ ո՞նին ընթերցողին երեւակայութիւնը յուզել եւ ներկայ կամ սպառնացող (? !) հիւանդութեանց բուժման համար « մասնաւորապէս սպարաստուած » դեղերու գործածութիւնը յանձնարարել :

Այդ տեսակ գիրքերու հեղինակները իրենց օգտին համար գրած են զանոնք եւ ոչ թէ ընթերցողին օգտին համար :

Ես չեմ՝ յայտներ իմ անունս . դուն վերջէն կը հասկնաս պատճառը :

Պերլին

Մ Ա Ս Ն Ա .

ԲԱՅԱՅԱՅՏՈՒԹԻՒՆ ԵՒ ԽՐԱՏ

Գ Լ ՈՒ Խ Ա .

Մանչ սղուն՝ դեպի պատանեկութիւն զարգացումը

Մանկական տարիքի վերջերը աստիճանաբար տեղի կ'ունենան այնպիսի փոփոխումներ որ տղուն մէջ կ'արթնցունեն սեռերու ճանաչողութիւնը , այսինքն թէ՛ արու եւ էգ ըստած բան մը կայ :

Այդ ժամանակաշրջանը մարդուս ամբողջ էակին զարգացման համար նշանակութիւն ունեցող շրջաններէն մին է . այսինքն ով որ անտազնասօղ անցունէ իւր կեանքին այդ շրջանը , թող խնդայ իւր բաղդին . բայց այդ բարեբաղդութիւնը չունեցողն ալ , ապա , այդ շրջանը անցունելէ ետքը կրկնակ դարմաններու եւ ուժաւորման պէտք ունի հանգիստ ու առանց ցաւի ապրիլ կարենալու համար :

Բազմամեայ փորձառութեամբս ու պաշտօնակիցներուս ինչպէս նաեւ վարժապետաց եւ եկեղեցականաց հետ ունեցած խորհրդակցութեամբս համոզուած եմ որ իւրաքանչիւր հօր , իւրաքանչիւր այրի-մօր եւ իւրաքանչիւր խնամատարի —

որու յանձնուած է մանչ տղու մը դաստիարակութիւնը — ստիպողական պարտականութիւնն է դերհասակնալի կերպով, պարկեշտութեամբ եւ սիրալիր շեշտով լուսաբանել որդին կամ որդեգիրը:

Լաւագոյն է որ դուք, հայրե՛ր, ուսուցիչնե՛ր, դուք անձամբ խօսիք տղուն . ձենէ զատ ո՛չ ոք կրնայ ընել զայդ այնչափ լաւ եւ այնչափ պարկեշտօրէն : Տղան ձենէ զատ ուրիշի ըսածին ահանջ չի կախեր, ուրիշ եւ ո՛չ մէկուն ըսածը այնչափ զգալի ներգործութիւն չըներ անոր վրայ : — Եւ ի՞նչ պիտի ըսէք տղուն :

Ահաւաստիկ, ըսեմ ձեզ թէ ի՛նչ կ'ընեմ ես : Կ'ընտրեմ այն ժամը երբ տղան զուարթօրէն կը գրօնու կամ հանդարտ նստած է . (բայց ոչ թէ խողէն յոգնած, կամ թէ տան կամ վարժարանի մէջ անհաճոյ դէպքի մը պատճառաւ տխրաբեկ ըլլալուն) եւ նախ՝ կը խօսիմ՝ մարմնական այն փոփոխութեանց մասին որ տեղի ունեցած են, կամ տեղի պիտի ունենան իւր մարմնոյն վրայ : Ապա կը խրատեմ որ պէտք չեղած ատեն ձեռք չի դպցունէ փափուկ գործարանին . կը խրատեմ՝ թէ իւր ընկերներուն մէջ կան այնպիսիներ որ ունին այդչար ունակութիւնը եւ թէ՛ այդ ունակութիւն շատ վտանգաւոր է, եւ կը տկարացունէ, կը հիւժէ մարդու մարմինը : Կը յայտնեմ նաեւ իրեն թէ կան չար ընկերներ, սրիկաներ որ անմեղներուն ալ վարժեցունել կ'ուզեն իրենց այդ չար ունակութիւնը . եւ ազդուապէս կը զգուշացնեմ զիրենք այդ բանէն : Ասկէց ետքը կը խրատեմ մաքուր եւ զգաստ պահել մարմինը : Վերջապէս կը պահանջեմ

որ այս մասին լրած ու տեսած ամէն բաներուն վրայ տեղեկութիւն տայ ինձ, (ծնողք եւ դաստիարակք պարտին կատարելապէս վստահելի ընել ինքզինքնին, վասն զի անկարելի է ամէն վտանգաւոր սարագաները առաջուց ցուցունել զատ զատ) վստահացունելով զինքն թէ ես պատրաստ եմ բացայայտել իրեն մութ երեւցած ամէն բան . եւ ահա, այսպէս տղան միշտ ուղղակի ինձ կը դիմէ եւ ոչ՝ ուրիշներուն :

Արդէն, առաջին բաւերէ ետքը տղան լուրջ եւ ուշադիր վիճակ մը կ'առնէ : Խօսակցութենէս ետքը քառօրդ ժամ մը եւս քովէս չեմ հեռացուներ զինքը : —

Ստիպողաբար կը յանձնարարեմ որ այս խրատը կարելի եղածին չափ դերհասակնալի եւ բացայայտ ըլլայ :

Թէ այս եւ թէ յաջորդ գլուխներուն մէջ բառ առ բառ չեմ կրնար գրել ինչ որ պէտք է ըսել տղուն . բայց սովորաբար տղուն հետ չըջարեութեամբ խօսիլն ալ պատշաճ չէ . այս մասին որչափ յառաջ երթալու պէտքը հարկ է ճշտել եւ չափել պարագային համեմատ :

Գործնական փորձառութեանս առաջին տարիներուն մէջ յաճախ կը վախնայի յստակ ու բացայայտ բացատրութենէ . կը վախնայի որ մի՛ գուցէ տղուն լսելիքը պղծեմ . բայց վերջ ի վերջոյ զղջացի այդ աստիճան փափկանկատութեանս համար, վասն զի տղան ուշադրութեամբ մտիկ կ'ընէր ինձ, բայց ըսածս կատարելապէս չէր հասկընար . եւ տարիներ ետքը համոզուեցայ թէ ըստ

բաւականին լուսարանած չէի զինքը , թէ՛ ուզած էի զգուշացունել զինքը բայց չէի կրցած :

Կը կրկնեմ թէ հօր մը , մօր մը կամ դաստիարակի մը բերնէն լսուած խրատն ու բացայայտութիւնը ամենէն աւելի ազդեցիկ կ'ըլլան : Եթէ բացարձակապէս անկարելի ըլլայ համակերպիլ ըսածիս , այն ատեն պէտք է որ տանը բժշկին բերնով ըսել տրուին այս մասին որ եւ իցէ խրատ եւ բացատրութիւն . (ես արհեստիս գործնական շրջանին մէջ շատ անգամներ այնպիսիներու տեղը բռնած եմ , որոնք չեն կրցած յաղթել իրենց ամօթղած երկչոտութեան) :

* * *

Տղան քանի մեծնայ , այնչափ յառաջ երթալ պէտք է խրատի մէջ :

Ես այնպէս կը կարծեմ թէ պէտք է այսպիսի պարագաներու մեծագոյն մասին մէջ , նախ գործարանաւորութեան զարգացման վրայ ընդհանուր ծանօթութիւն մը տալ , այսինքն՝ սապէս թէ « երբ ծաղիկները բացուին որձայ եւ իգայ կոչուած արու եւ էգ գործարաններ կը բուսնին իրենց մէջ . բայց ատոնք անմիջապէս չեն հպիր իրարու , այլ՝ բաւական ժամանակ ետքը , այսինքն երբոր հասունանան :

Գործարանաւոր էակի մը դիրքը որչափ բարձր ըլլայ բնութեան դասակարգերուն մէջ , այնչափ երկարատեւ է հասունութեան հասնելու ժամանակամիջոցը :

Քու անձիդ վրայ յերեւան եկած՝ , տղայու-

թենէ է պատանեկութիւն մտնելու փոփոխակերպութիւնն ալ ծաղկի մը բացուելուն կը նմանի : Այդ ծաղիկը հոգածու պահպանութեան պէտքունի զօրաւոր կերպով աճելու համար :

Ասոր կը հետեւին վերոյիշեալ խրատները , եւ իբրեւ վերջին խօսք , պէտք է աւելցունել :

« Արդ , սիրելի զաւակս , աւելի պարզ ըսեմ : Դուն քու մէջդ հակամտութիւն մը կը զգաս աղջկանց հետ տեսնուելու . այո՛ , աղնուացուցիչ եւ երջանկաբեր յարաբերութիւն մ'է՛ այդ որ տեսական կ'ըլլայ եթէ խօսքս մտիկ ընես : Պիտի գայ՝ որ մը որ դուն ալ աղնիւ ու զգաստ ամուսին մը պիտի ունենաս , բայց ատոր համար դուն ալ ինքզինքդ զգաստ ու աղնիւ պահելու ես . զգաստ՝ մարմնովդ , զգաստ ու աղնիւ՝ մտածումներովդ : Մի զիջանիր իսկ ձեռքին հպիլ այնպիսի մի աղջկան զոր դուն քեզի իբրեւ քոյր չես նկատեր . գիտցած եզիր որ այնպիսի անկեալ , թշուառ աղջիկներ կան որ ամենուն ալ ձեռք կու տան , որ ամենուն ալ կը փպտին եւ ամենուն ալ կարծես հոգի կու տան զանոնք իրենց ճանկերուն մէջ անցունելու համար : Աստուծոյ սիրուն համար , հեռու կեցիր այդպիսի աղջիկներէն , մի՛ հետեւիր անոնց : Եթէ անոնք քեզ նային , դուն երես դարձուր անոնց . եթէ քեզի հետ խօսիլ ուզեն , խօսու դէմքով արհամարհէ զանոնք եւ հեռացիր :

« Իսկ երբ զգաստ ու սարկեշտ աղջիկ մը անկեղծիկ համակրութիւն մը թելադրէ քեզի , անկեալ սուրբ է քեզի համար . դուն ալ հանդէպ անոր՝

ունեցած վարմունքիդ մէջ զգաստ եղիր . մաքուր պահէ երեւակայութիւնդ երբ զայն մտածես : »

* * *

Մանաւանդ զխրատգրիւ եւ տաքարիւն բնութեան տէր եղողներուն հետ խօսուած ատեն , մարդուս՝ իւր անձը զսպելու , իւր անձին տէր ըլլալու առաքինութեան մասնաւոր կոչում՝ մ'ընել անհրաժեշտ կը համարիմ եւ ասոր համար ալ կ'ըսեմ .

« Երբ զօրաւոր դրդում մը գրգռէ զքեզ , եւ ուղէ այնպիսի ճամբու մը մէջ դնել զքեզ ուր պէտք չէ ոտք կոխել , այն ատեն մտածէ թէ անասունն է միայն որ կուրաբար կը հետեւի իւր բնազդման եւ դրդման . իսկ մարդս ինքզինքին տէրն է եւ ունի ինքզինքը զսպելու կարողութիւնը : »

« Եւ երբ դուն ինքզինքդ զսպես քու սպառազայ ազնուագոյն նպատակիդ հասնելու համար , պէտք ունեցած այժդ կատարելագործած կ'ըլլաս : »

* * *

Սա չմտնամ ըսել թէ այս գլխուն մէջ , տըրուելիք խրատին նիւթը եւ ձեւը միայն ցոյց տուած եմ . իսկ այդ խրատին տրուելու եղանակը ամէն անգամ պէտք է խօսողին եւ խրատուողին տնձնայայտուկ բնութեան համաձայն տեղի ունենայ . մերթ այս եւ մերթ այն պարագայն մէջ բերելով եւ այդ ալ մերթ սրտազին եւ հանդարտ կամ մերթ դիտմամբ խիստ խօսելով :

* * *

Ե՞րբ . տղուն ո՞ր տարիքին մէջ պէտք է ծանօթացունել այդ բանը իրեն :

Իմ կարծիքս այն է որ տղան 12 կամ 13 տարեկան ըլլալէն անմիջապէս ետքը , այսինքն արբունքի հասնելէ առաջ պէտք է ծանօթանայ այդ բանին :

Թէպէտ տղուն այդ տարիքը այդ ծանօթութեան համար շատ կանխահաս է ըսողներ ալ կան , սակայն ես իմ փորձառութեանս յենլով խորհուրդ չեմ տար այդ ժամանակն անցունել . եւ այս՝ երկու պատճառի համար :

Նախ՝ թէ ինչպէս յայտնի է , մարդ արբունքի կը հասնի ո՛չ թէ մէկէն ի մէկ , այլ՝ աստիճանաբար . հետեւապէս կարելի չէ որոշ ժամանակ մը հաստատել ատոր համար . եւ երկար սպասելն ալ ուշ մնալու վտանգն ունի . ուստի լաւ է որ կանուխէն տրուի այդ ծանօթութիւնը , քան թէ՛ ուշ :

Երկրորդ՝ թէ երբ պէտք եղած ծանօթութիւնը առաջուց տրուի տղուն , ապա իւր վրայ տեսած փոփոխութիւնները փոխանակ զրգովիչ հետաքրքրութիւն մը յառաջ բերելու , ինքզինքին զգաստ ու շաղբութիւն մը կը թելադրեն , որով , անտարակոյս , տղուն երեւակայութիւնն ալ հանդարտ կը մնայ :

* * *

Բայց ով որ այդ ծանօթութիւնը խրատի եղանակով իւր որդւոյն արբունքի հասնելէն առաջ անոր տալու համար ամօթ կը զգայ , այդպիսին թող ընտրէ յարմար ժամանակ այն ատենը երբ

անոր վրայ տեսնէ արբունքի հասած ըլլալու նշանները : Այդ ատեն երբ մարմնոյն զարգացումը նոր շրջանի մը մէջ մտնելով նոր զգացումներ եւ նոր գաղափարներ մուտ կը գտնեն անոր մէջ , բացայայտութեան պէտքը անհրաժեշտ է : Եթէ այդ բացայայտութիւնը չի տրուի , սա մեծ վտանգը յառաջ կուգայ որ զաւակիզ ուրիշ տեղերէ կը քաղէ այդ ծանօթութիւնները , եւ ատոնք ալ պիղծ աղբիւրներէ զիւրաւ կ'առնըունին :

Եւ այս ինչո՞ւ համար — Որովհետեւ զաւակիզ չի համարձակիր քեզի բան հարցունելու , եւ դուն ալ ամօթ կը զգաս պէտք եղածը զաւակիզ ըսելու :



Գ Լ Ո Ի Խ Բ .

Պատանեկութիւն

Իւրաքանչիւր ոք պարտի ամէն բանէ առաջ լաւագոյն , բարձրագոյն խոհալի մը հետապնդիլ :

Բայց առն եւ կնոջ յարաբերութեանց մէջ ի՞նչէ բարձրագոյն բանը :

Սրտի այսինքն հոգւոյ , զգածման այնպիսի զարգացում մ'է այդ , որով անմաքուր գաղափար երբէք չի ծագիր մարդուս մէջ :

Այդ նպատակին հասնիլ կարելի՞ է :

Այո՛ , անկարելի չէ այդ երբ հայր ու մայր լաւ կատարեն իրենց պարտականութիւնը :

Մայր մը իւր կարծածէն շատ եւ շատ աւելի

բարիք կրնայ ընել իւր որդւոյն եւ չի կրնար : Պատճա՞ռ : — Վասն զի մէկ կողմէն հնաւանդ ամօթղածութիւնը , եւ միւս կողմէն իւր անգիտութիւնը կ'արգիլեն զինքն այդ բարիքն ընելու : Մօր մը պարտաւորութիւնն է գլտնալ իւր որդւոյն սպառնացող վտանգները :

Եթէ ճանչնայ այդ վտանգները , պիտի գտնէ գանոնք հեռացունելու միջոցը , եւ այս՝ շատ անգամ բնազդուով :

Ուղիղ դաստիարակութիւնը սա՛ հետեւանքը կ'ունենայ որ՝

ա, սպտանին կը խորչի անպարկեշտ կնոջ մը հետ որ եւ իցէ յարաբերութիւն ունենալէ .

բ, եւ իւր սիրտը ջերմագինս կը բարախէ այնպիսի աղջկան մը համար միայն , զոր չպիտի յամենայ իւր ամուսինն ընելու :

Այս երկու հանգամանքները բաւական են տղուն :

Ատոնք թէպէտ կատարեալ ապահովութիւն չեն ամէն մոլորութեան դէմ , բայց կ'ազնուացունեն տղուն նկարագիրը , մաքուր կը պահեն անոր երեւակայութիւնը , որոնցմով տղան այնպէս մը կը զարգանայ որ կնոջ մը քով գտնուած ատեն , մօր կամ քրոջ քով գտնուածի պէս կը վարուի , եւ ատոնք ալ անոր տղայ հասակէն մաքուր կնոջականութեան գաղափարականը կը մարմնացունեն :



Գ Լ Ո Ւ Խ Գ.

Պատանիները լուսաբանելու խորհուրդին դեմ առարկուքիւններ : — Այդ առարկուքեանց հետեւումը :

Հոգածու ծնողքներ պիտի առարկեն ինձ թէ « միթէ աղէ՞կ բան մ'ըրած կ'ըլլամ երբ որդիս լուսաբանեմ . ատով ես թեւադրած չե՞մ ըլլար իւր մէջ այնպիսի գաղափարներ եւ զգացումներ որոնք թերեւս օրերով եւ տարիներով անձանօթ մնային իրեն : Ես իրմէ բարձած չպիտի՞ ըլլամ այն անմեղուկ միամտութիւնը որ աւելի օգտակար է իրեն : »

Ատոր կը պատասխանեմ թէ անկարելի է որ որդիդ անտեղեակ մնայ այն դէպքերուն որ մարդու ծննդեան կը վերաբերին : Այն սիրուն աւանդավէպը թէ ժամկոչ խխալարը փոքրիկ եղբայր մը բերած է , չատ կանուխէն կը սկսի տարակուսելի ըլլալ եւ թերեւս քու անձնական յիշողութիւնդ ալ կը վկայէ քեզ ատոր այդպէս ըլլալուն :

Մանաւանդ (եւ այս վճռական պատճառն է) կարող ես որդւոյդ ականջը հեռու պահել անպարկեշտ բառերէ : Քու որդիդ լու կրթուած է , լու . բայց դրացիիդ տղան ալ այնպէ՞ս է , ինչպէս նաեւ այն օտար տղան որու կը հանդիպի որդիդ դպրոցին մէջ , զբօսավայրին մէջ , ծովու բաղնիքի մէջ եւ ուրիշ տեղեր :

Միեւնոյն ճամբէն անցնող անկիրթ մէկը անպարկեշտ բառ մը կ'ըսէ զոր որդիդ կը լսէ . այդ

բառը կը բաւէ զակիդ փափուկ անգիտութիւնը բիրտ գիտութեան փոխելու :

Գորովագութ հայրեր , շրջահայեաց մայրեր եւ խոհական դաստիարակներ ամէնքն ալ հաստատած են իմ փորձառութիւնս , թէ՛ կու գայ ժամանակ մը որ այլ եւս կարելի չէ տղուն միամիտ անգիտութիւնը պահպանել :

Սակայն երբ դո՛ւն չի լուսաբանես որդիդ , ի՞նչ կ'ըլլայ հետեւանքը : Գլխէ հանուած թեթեւբարոյ մանչ մը կը պատմէ անոր իւր նոր սորված բաները :

Կամ թէ գրքի մը մէջ գտնուած որ եւ լցէ բառ կ'արթնցունէ տղուն միտքը :

Եւ դուն կը կարծե՞ս թէ կարենաս հսկողութեանդ ենթարկել ինչ որ տղադ կը կարգայ : — Ո՛չ , ատրկա չես կրնար ընել : Եւ եթէ՛ որդիդ ձեռք առնէ Աստուածաշունչը եւ կարգայ այն հաստուածները , որոնց վրայէն ուսուցիչն իսկ սովորաբար հարեւանցի կերպով կ'անցնի . — Եւ այդպիսի տեղեր չատ կան անոր մէջ . —

Եւ երբ որդիդ այդ եղանակով լուսաբանուի առանց քու մասնակցութեանդ , գիտե՞ս ինչ կ'ըլլայ իւր հոգեկան վիճակը : — Կէս մը երկչոտ , կէս մը ցանկացող կ'ըլլայ :

Եւ չգիտնալով ներելի եղած բանին սահմանը չի համարձակիր քեզի բան հարցունելու . Եթէ խելքը գլուխը տղայ է , ի սկզբան գրեթէ չի զբաղիր այդ հարցական նիւթերով . դարձեալ դպրոցը , իւր ընկերները , իւր նախասիրած զբաղումները առաջուան պէս կը հետաքրքրեն զինքը . միայն թէ ատկէց ետքը լսած ամէն երկդիմի բառերուն

աւելի՛ ուշադրութեամբ ահանջ կը դնէ, ամենապարզ դիտողութիւն մ'իսկ սխալ կը հասկնայ եւ իրեն անձանօթ մնացած բաներուն կը վերագրէ :

Եւ ահա՛, այդ վայրկեանէն միտքը կը կորսընցունէ իւր կուսութիւնը, եւ կամ վերջապէս — եւ այս՝ յուսեցոյնն է դժբաղդաբար որ կը սպասահի յաճախ — անխնամ մեծցած տղայ մը գիջութեան յարելով, բրօքականտա մը կ'ընէ զայն . քու զաւկիդ ալ կը վարժեցունէ ձեռքով խաղալը : Եւ քու որդիդ ալ այնպէս, անոր պէս կ'ընէ առանց գիտնալու թէ գէշ բան մ'է ըրածը :

Կամ թէ՛ առանց ուրիշ սովրեւու, ինքնին կը գտնէ ձեռքով խաղալու այն վատ գործողութիւնը : Դժբաղդաբար, հոգւոյ՝ զգածման անբժուութիւնը պահպան չի կրնար ըլլալ ատոր դէմ *) :

Կամ թէ՛ անպարկեշտ կնոջ մը հանդիպելով անմիջապէս սեռային յարաբերութեան կը սկսի . բան մը որ շատ կանխահաս ըլլալուն համար

*) Յաջորդ գլուխն սկսելէ առաջ, սա եւս ըսեմ թէ շատ հայրեր առարկած են ինձ թէ « որդիս, զգուշացնելու համար, դեռ պէտք չունի կարծեմ բացայայտ ազդարարութեան . իւր միտքը պղտորած չէ, եւ ինքն պարկեշտ է . իւր այդ պարկեշտութիւնը չի՛ պահպաներ զինքը գիջութենէ : »

Դժբաղդաբար անհիմն է այդ կարծիքը, այդ յոյսը. զգածման եւ զգայութեան անբժուութիւնը, պարկեշտութիւնը օգուտ չունի այդ մասին . Մենք շատ անգամ կը լսենք ազնուական երիտասարդներ եւ չափահաս այրեր — որոնց ըսածին ճամարտութեան վրայ կասկածիլ ներելի չէ — որոնք կսկծալով կ'ըսեն. — « Զէի կարծեր թէ ըրածս գէշ բան էր. պարկեշտութեան բնագոյն որ ուրիշ ամէն յարաբերութիւններու մէջ զօրաւոր էր, առաջնորդ էր ինձ, այս բանին հակառակող թեթեւ ազդեցութիւն մ'իսկ չունեցաւ իմ վրաս : »

իրեն այդ տարիքին մէջ, թոյն է մարմնոյն Բայց ասոնց ամէնքն ալ կարծիք կամ գուշակութիւններ չեն որ կ'ըսեմ, այլ արդիւնք իմ վտրձառութեան զոր ունեցած եմ ամէն դասակարգի անձանց հետ տեսնուելով :

Սակայն երբ ըսածիս պէս, դե՛ռն լուսարանես որդիդ, նա պիտի գիտնայ

Թէ՛ գրգռելու չէ իր ծննդագործարանը .

Թէ՛ անզգոյշ անձեր կան որ այդ գրգռութեան կը մոլորեցունեն զինքը :

Եւ դուն ալ կը խրատես զինքը

Թէ՛ պարտի զգաստ մնալ իւր մարմնովը, իւր երեւակայութեամբը :

Այսպէս, պատճառ պիտի ըլլաս որ որդիդ մաքուր մարմին մը եւ անրիժ հոգի մը ունենայ, որով անիկա ալ արդէն իսկ իրեն համար նուիրական յիշատակդ կրկնապէս պիտի օրհնէ, երբոր տարիներէ ետքը, իւր նուազ երջանիկ ընկերներէն լսէ թէ ժամանակին խրատ տուող բարեկամ մը ունեցած չ'ըլլալնուն համար թշուառ եղած են :

Միլիօնաւոր անձեր տարիքնին առնելէ ետքը մեղադրած են իրենց ծնողքները, իրենց դաստիարակները ըսելով թէ « ինչո՞ւ համար ժամանակին պէտք եղած ծանօթութիւնը չեն տուած մեզ . մենք ալ հիմա ուրիշներուն պէս զօրաւոր, ուրիշներուն պէս երջանիկ պիտի ըլլայինք : »

Քու որդիդ անոնց պէս զքեզ մեղադրելու պատճառ չպիտի ունենայ . այլ պիտի օրհնէ քու յիշատակդ եւ պիտի ըսէ թէ « հայրս, մայրս զգուշացուցած եւ պահպանած են զիս : »

Գ Լ Ո Ւ Խ Գ .

Գիշուքիւն

Մանչ տղայոց ծննդագործարանին՝ շիրմամբ
յառաջ բերուած՝ խողտոււմը հեշտական զգացում-
ներ եւ հեշտախտիկ մտապատկերներ կ'արթնցունէ :

Այդ շիրմամբ խողտոււմը գիշուքիւն կը կոչուի :
Զգացուած այդ հեշտանքը հակամտութիւն
մը կը թելադրէ անգամ մ'եւս կրկնել դայն , եւ
այսպէս՝ գիշուքիւնը կը կրկնուի ամէն օր շարունակ :

Գիշուքիւնը մեծ վնասներ կը պատճառէ մարմ-
նոյն , մարդուս՝ կեանքէն հաճոյք զգալու յօժա-
րութեան , եւ մտքի կարողութեան զարգաց-
մանը *) :

Շատ մեծ ջանքեր եղած են գտնելու համար
ախտանիշեր , որոնցմով կարելի ըլլար ճանչնալ
գիշագործը : Ըստ իս կարելի չէ անվրիպելի ախտա-
նիշեր սահմանել :

Այդպիսի ախտանիշեր քննել գտնելէ աւելի

*) Վնասարեւ ազդեցութեանց մանրամասն նկարագրու-
թիւնը, ըստ իս, մեղադրելի անզոլուութիւն մ'է : Ոչ-բժիշկներու
կողմէ այս նիւթիս վրայ գրուած ժողովրդական գրեթէ ամէն
գիրքեր գէշ հետեւանքները մուծ գոյներով , այսինքն սխալ կը
ներկայացունեն :

Այդ նկարագրութիւններ գիշուքեան հետեւանքին ենթակայ
ըլլալէ աւելի թշուառ կ'ընեն մարդս , մանաւանդ այնպիսին որ
փափկակազմ է կամ զրգոուն երեւակայութեան տէր :

Ես եպերելի կը դատեմ այդ անզոլութիւնը :

կարեւորագոյն է ատոնց կազմութեան պատճա-
ռին , այսինքն գլխաւորապէս գիշուքեան առաջըն-
առնել :

Հայր , մայր , դաստիարակ պէտք է որ արգի-
ւեն , զգուշանան , հսկեն որ գիշուքիւնը գոյու-
թիւն չգտնէ . եւ ասոր համար պէտք է լուսարա-
նեն , խրատեն եւ զգուշացունեն տղան :

Ըսեմ նաեւ թէ՛ նոյն իսկ եթէ կարելի չըլլայ
գիշուքիւնը կատարելապէս արգիւել , եւ եթէ այդ
մասին տրուած ծանօթութիւնք արթնցունեն իսկ
առաջին զգացողութիւնը , սակայն խրատով , գրեթէ
ամէն պարագայի մէջ , կարելի կ'ըլլայ արգիւել
ատոր չափազանցութիւնը . այնպէս որ խրատէ
ետքը այլ եւս մարդ կը դադրի գէթ ինքզինքին
չափազանց վնասելէն . բան մը զոր ես յաճախ
գտած եմ առանց խրատի մնացողներուն վրայ :

Աւելցունեմ նաեւ սա ուրախաւիթ դիտողու-
թիւնը թէ՛ շատ հազուադէպ է որ գիշուքեամբ
այնպիսի վնաս մը յառաջ դայ զոր վերջապէս
կարելի չըլլայ բուժել : Ընդհակառակն՝ կարելի է
որ ամէնքն ալ կամ գրեթէ ամէնքն ալ բժշկուին
երբ այդ չարաբեր ունակութիւնը բոլորովին
դադրեցունելով նշորքեաւք կասարուիս բժշկին
պատուերէնը :

Կամ սխալում , կամ նպատակաւոր խարէու-
թիւն է ըսել հիւանդին թէ կուրուքիւն , խու-
թիւն , խելագարութիւն , սերնդագործելու անկա-
րողութիւն , հիւժախտ կը սպառնան իրեն : Ասոնք
կարելի է որ պատահին , ինչպէս որ արդէն տկա-
րակազմ անձինք ուրիշ զանազան յայտնի կամ

անյայտ պատճառներէ ալ կրնան ենթարկուիլ այդ հիւանդութեանց :

Բայց՝

ա, հազուադէպ է որ միակ , թէպէտ յաճախակի կրկնուած վնասակար պատճառէ մը հիւանդութիւն յառաջ գայ : Ընդհակառակն՝ կարգ մը վնասատու ազդեցութեանց մէկ տեղ դալուիլ է որ ծանր հիւանդութիւններ յառաջ կու գան .

բ, եւ մարդկային բնութիւնը հակառակ իւր տկարութեան այնչափ տոկուն է որ երկար ժամանակ , շարունակաբար վնասներու ենթակայ ըլլալէ ետքն իսկ հիւանդագին վիճակի մը չենթարկուիր . իրօք ալ շատ անգամ հիւանդութիւնները կը վանէ իրմէ :

Միւս կողմանէ ճշմարիտ է նաեւ թէ միանգամ եւեթ ներգործող վնասը ծանրագոյն հետեւութիւններ կարենայ ունենալ , եւ թէ բազմանգամ կրկնուած վնասատու ազդեցութեան մը լոկ վերջին ներգործութիւնը վնասէ ենթակային :

Ուստի այսօր իսկ պէտք է խուսափիլ այդ վտանգէն եւ . . . ազատիլ :

* * *

Այս վտանգին ենթակայ հիւանդաց մեծագոյն մասը կը սկսին , զայս կարգալով , ըսել «ես ալ վարակուած եմ գիջութեան մուլութեամբը» :

Գիջութիւնը շատ քիչ անգամ մուլութիւն է . այսինքն այն ատեն եւ այն անձին համար որ տրուած բացայայտ խրատի հակառակ ետ չի կե-

նար գիջագործութենէ , կամ տարիքն առնելէ ետքը վար կը դնէ իւր այդ վատ ունակութիւնը :

Մանչ տղայոց շատերը կամ բնաւ չեն խրատուիր կամ թէ պէտք եղածին չափ չեն խրատուիր . ասկէ զատ իրենց որոշողութիւնը դեռ զարգացած չըլլալուն չենք կրնար անոնց ըրածը մուլութիւն անուանել :

Իսկ եթէ գիջութիւնը սկսած է ծանր յանցանք մ'ըլլալ , (եւ այս՝ խրատուած եւ խելահաս երիտասարդաց վրայ) այն ատեն մարդուս նկարագրին ալ ենթակայ կ'ըլլայ աղետաբեր հակազդեցութեանց , բայց ո՛չ այնչափ աղետաբեր՝ ինչպէս կը ցուցունեն ժողովրդական-բժշկական գիրքերը :

Թէ՛ պաշտօնակիցներուս եւ թէ՛ իմ մասնաւոր փորձառութեանս համաձայն կարելի է որ այդ անձինք վերատին ունենան զգաստ , արգասաբեր կեանք մը եւ հոգեկան զուարթ ու խաղաղ վիճակ մը :



Գ Լ Ո Ւ Խ Ե .

Երիտասարդաց համար մասնաւոր խրատ

Երիտասարդաց շատերը կանխապէս ժամանակին բացայայտ կերպով խրատուած չեն , որպէս զի ետ կենան իրենց մուլութեանէն :

Ժամանակին՝ պէտք եղածին պէս ըսուած չէ իրենց թէ ի՛նչ բանէ զգուշանալու էին :

Այդ երիտասարդները ուրիշի մը միջոցաւ

վարժուած են գիշութեան եւ կամ (որ յաճախ կը պատահի) ինքնին սովորած են անոր, առանց կասկածելու իսկ թէ շատ գէշ բան է ըրածնին :

Այդ չարիքը բաւական ժամանակ տեւելէ ետքը տարուք բարեկամ մը կ'ըսէ իրենց թէ շատ գէշ բան է ըրածնին եւ կամ այս գրքոյկը կարդայէ ետքը կ'իմանան թէ որպիսի վատ ունակութեան մը վարժուած են . եւ կամ այդ չար գործէն յառաջ եկած տկարութեան մը պատճառաւ բժշկի գիմեղով անոր խրատէն կը լուսաբանուին :

Ուրեմն երեք գլխաւոր պարտականութիւններ կը ծագին կատարուելու :

1. Կատարելապէս ետ կենալ գիշագործութենէ եւ ատոր համար ալ պէտք է հաստատամիտ ըլլալ, հաստատ մնալ այդ որոշման վրայ : Կրնայ ըլլալ որ այդ որոշումը ժամանակ մը յարգուելէ ետքը նախկին ունակութիւնը վերստանայ իւր ոյժքը . այդ ատեն տկարութիւնն ալ վերստին յերեւան կ'եղնէ եւ ենթական սրտի խորէն զիղջ մը կը գգայ սապէս . « անկեղծօրէն կամք ըրի , խոստացայ ես ինձ զգաստ մնալ , բայց արդ կը տեսնեմ որ չիջած , կորսուած է ինձ համար ամէն լաւագոյն դրդում , ամէն հաստատ յառաջադրութիւն : »

Ատոր կը յաջորդէ խոր տխրութիւն կամ տարապայման յուսահատութիւն մը . բայց այդ պարագային մէջ ալ կը խրատեմ քեզ , կատարելապէս ետ կենալ այդ յոռեգոյն ունակութենէն , հաստատ որոշում տալ եւ բռնել . եւ երբ մէկ թոյլ վայրկենիդ անգամ մ'իսկ մոլորիս . տարակոյս չի

կայ թէ մեծ սխալ մը գործած կ'ըլլաս , այո' , շատ մեծ սխալ մը . բայց ատոր համար վհատելու պէտք չի կայ . վերստին որոյն հաստատ մտքով՝ չկրկնել այդ վատ գործը . եւ եթէ անգամ մ'ալ մոլորիս , յաջորդ անգամին ապահով եմ թէ պիտի յաջողիս չմոլորիլ :

2. Երկտասարդաց շատերը անմիջապէս ինքզինքնին կը զսպեն եթէ գիրք մը կարդան կամ բարեկամի մը խրատէն իմանան թէ չար ու վտանգաւոր գործ մ'է ըրածնին : Ատոնք այլ եւս բացարձակապէս զգաստ կը մնան . կը հսկեն իրենց ամէն մտածումներու վրայ եւ խելքերնին մտքերնին իրենց պաշտօնին , իրենց գործին կու տան :

Բայց իրենց անցեալը միտք բերելով երբ իրենց ըրածը յիշեն , խոր տխրութիւն մը կը համակէ զիրենք : Իբրեւ կատարեալ պարկեշտ , մաքուր ու զգաստ անձ , կը դողան իրենց ըրածէն : Եւ կ'ըսեն « ո՛վ գիտէ ինչ պիտի ըլլայի եթէ յարմար ժամանակին բացայայտ խրատ մը տրուած ըլլար ինձ . ի՞նչ եմ ես այժմ . անկատար արարած մը . եւ ի՞նչ կրնամ ըլլալ այլ եւս » :

Դարձեալ կը կրկնեմ . դադրեցուր այդ վատ ունակութիւնը եւ իրկուած ես :

Այո' , ճշմարիտ է թէ դուն մարմնով ուժեղ , մտքով աւոյգ չես , մինչդեռ կրնայիր ըլլալ . դուն , այո' , անկատար արարած մ'ես , բայց այդ ոչ թէ 2—3 տարիէ ի վեր , այլ քու առաջին մանկութենէդ ի վեր այդպէս ես : Հզօրագոյն նկարագրով եւ ազնիւ թոքերով օժտուած մարդ մը իսկ չի կրնար իւր մարմնական եւ մտաւորական ամէն

ոյժերը հաւասարապէս զարգացունել : Այդ ոյժերու մէկ մեծ մասը զարգացման ատեն ետ կը մնայ միւսներէն . հետեւապէս կատարեալ մարդ չի կայ , ամէն մարդ անկատար արարած մ'ի :

Արդարեւ , քու անգիտութիւնդ եւ այդ պատճառաւ ինքզինքիդ հասուցած վնասդ արդէն գըտնուած պակասութեանց վրայ նորեր աւելցուցած են եւ հիմա դուն առաջուրնէ աւելի անկարողութիւններ , թերութիւններ ունիս եւ կեանքդ զուրկ է խնդութենէ , մանաւանդ ապրելու ուրախութենէ . բայց դուն միմիայն քո՞ւ անձդ կը մտածես . դուն պարտաւորութիւններ չունի՞ս քու նմաններուդ հանդէպ : Դուն կ'ըսես քեզի համար թէ չարժեր ապրիլ այս կեանքը . բայց միթէ՞ դուն ուրիշին համար ալ չե՞ս ապրիր : Դուն կրնա՞ս ուրանալ թէ ուրիշ սրեւիցէ օգտակար նպատակի մը համար կոչում չունիս : Դուն ալ ապագային երբ չափահաս մարդ մ'ըլլաս եւ քու խրատներովդ փրկես քեզի ծանօթ պատանիները այն չարիքն որու ենթարկուեցար , դուն կը կարծես թէ քի՛չ բան ըրած կ'ըլլաս : Մեծ բան չէ՞ հարիւրաւոր , հազարաւոր անձեր հեռու պահել այն խորագրաց ցաւէն զոր դու կը զգաս :

3. Եղածին համար զգացուած ցաւին կ'ընկերանայ չափազանց անձկութիւն մը , երկիւղ մը ապագային համար . — եւ այդ բնական է երիտասարդութեան համար :

Եւ եթէ այդպիսի մէկու մը ձեռքը գիրք մ'անցնի որուն մէջ գիջութեան հետեւանքը առաւել չափազանցութեամբ նկարագրուած ըլլայ , կը

խոռովի , խելքը գլխէն կ'երթայ եւ կը տարակուսի այլ եւս առողջ ու երջանիկ կեանք մը անցունել կարենալուն : Եթէ աւելի կանուխէն որոշած ըլլայի բողորովին ետ կենալ գիջութենէ , թերեւս կարելի ըլլար , կ'ըսէ : Իսկ այժմ կը կարծէ թէ ամէն ինչ կորսուած է : « Ինչո՞ւ նեղեմ անձս հիմա . այլ եւս ամէն ինչ անօգուտ է . դժբաղդութիւնը արդէն յառաջ գացած է . »

Ու ասանկով՝ արդէն գտնուած չարիքին վրայ նոր անպատեհութիւններ կ'աւելնան եւ մարդ ատով այնպիսի վիճակի մը կը մատնուի որ կրնայ անտարակոյս աւելի յուեգոյն վիճակի մը առաջնորդել , մարմնով ու մտքով կատարելապէս կործանել ենթական :

Արդ , կը խրատեմ քեզ որ այդ անպիտան գրքին պարունակութեան չի հաւատաս : Ճշմարիտ չէ թէ դուն անբուժելի կերպով վնասած ես անձիդ . քեզի չի սպառնար ո՛չ կուրութիւն , ո՛չ յիւմարութիւն , ո՛չ ջղային ծանր հիւանդութիւններ եւ ո՛չ ալ հիւժախտ . այո՛ , ասոնցմէ եւ ո՛չ մին : Դուն սկսէ այսուհետեւ ուղիղ ճամբէն քալել , դադրեցնուր վատ ունակութիւնդ եւ անյողողդ շարունակէ այդպէս եւ դուն ալ պիտի ունենաս փափագած առողջութիւնդ :

Ուրեմն , արիացիր . լլջօրէն մտադրէ բացարձակապէս զգաստ ըլլալ քու գործերուդ , քու խօսքերուդ եւ մտածումներուդ մէջ եւ անյողողդ կերպով կատարէ քու պաշտօնդ եւ քու մերձականերուդ հանդէպ ունեցած պարտաւորութիւններդ . այս բնթացքով շարունակէ եւ պիտի օգտուիս :

Գ Լ Ո Ի Խ Զ.

Մայրերու համար Juris

Երեք դիտողութիւն ունիմ ընելիք .

ա. Փոքրիկ մանչերը հակամտութիւն մ'ունին բաղնիքի տաշտին մէջ լոգցած կամ օրօրոցին մէջ հանդարտ պառկած ատեն իրենց փոքրիկ ձեռքով փափուկ դործարաննին շջափելու :

Աչալուրջ աղախին մը չի ներեր ատոր . տղան ձեռքը մէկդի կ'ընէ , բայց առանց հապճէպի , առանց իրար անցնելու . . . սակայն առանց ձանձրանալու :

Երբ մանչուկը քիչ մը մեծնայ , սպասուհին կամ մայրը կ'ըսէ անոր . ո՛չ , ո՛չ սիրունիկս , այդ բանը չ'ըլար : Եւ երբ անիկա այդ արդելքն ըմբռնելու չափ մեծցած ըլլայ , անմիջապէս կը գոչէ թրնի՛ւ , պա՛պա՛ :

Ինչպէս ըսի , կը խնդրեմ , ուշադիր ըլլալու է ատոր առանց աճապարանքի եւ առանց ձանձրանալու :

Անցողակի կերպով ըսեմ նաեւ թէ կը գտնուին չար սպասուհիներ որոնք իրենց խնամքին յանձնուած տղայոց լացը , ճիշդ դադրեցունելու համար դիմամբ կը խտղտեցունեն անոնց փափուկ դործարանները :

Շատ դատապարտելի բան է այդ :

բ. Բարեկեցիկ դասին պատկանող երիտասարդներէ շատեր ըսած են ինձ թէ՛ « մինչդեռ

չատ փոքր էի , զիս երեկոյն անկողին տանող սպասուհին չորս կողմս կը խառնէր :

Այդ պարագային մէջ է , ահա՛ , որ կը շրջուի կանխահաս զգայութիւնը :

գ. Մերթ (բայց դժբաղդարար յաճախ) կը պատահի որ մանչ մը աղախինէն կամ դայեակէն ուրիշ անբարոյականութիւններ ալ կը սովորի :

Սիրելի մայր , ըսէ քու փոքրիկ սրբւոյդ . « սիրելի զաւակս , մի՛ դպիր անոր , եւ թող մի՛ տար որ ուրիշ մէկը դպի անոր , կը լսե՞ս անուշիկս »

Այսպէս ըսէ , բայց առանց յուզուելու . այլ՝ կատարեալ հանդարտութեամբ ու պարզութեամբ : Ըսէ՛ այսպէս երբ ներկայ է աղախինը կամ դայեակը , ոչ թէ հարցուփորձելով , այլ՝ զգուշացունելով :

Զգուշացէ՛ք , սիրելի մայրեր եւ զգուշացուցէ՛ք :



Գ Լ Ո Ի Խ Է.

Երիտասարդաց առողջապահիկ կրթութեան վրայ

Փորձառութիւնը կը սովորեցունէ թէ մարդու համեմատաբար արրունքի ուչ հասնիլը ընդհանրապէս *) զօրաւոր առողջութեան եւ կեանքի եր-

*) Գիտմամբ ընդհանրապէս կ'ըսեմ , վասն զի շատ բացառութիւններ կան ուր կանխադէպ զարգացում մը (բայց ոչ միակողմանի) ամուր եւ տեւական ծարմութեան եւ առուզութեան մը ընկերացած է :

կարատեսութեան կը նպաստէ , եւ տարակոյս չի կայ թէ սեռային հասունութեան կանխահաս երեւումն ալ օգտակար բան մը չէ :

Այն պարագաները որոնք իմ զննութեանցս համաձայն յարմար են այդ կանխահասութիւնն արգիլելու , կ'ուզեմ ամփոփել հոս (մասամբ՝ կրկնելով) :

ա. Կարելի եղածին չափ պէտք է զգուշանալ նպատակաւոր կամ պատահական շարժմամբ , փափուկ գործարանին տեղական գրգռութիւն մը պատճառել :

բ. Բնական վիճակները պէտք չէ ծածկել տղայէն , այլ ամենայն պարզութեամբ եւ տղուն՝ քմբունելու կարողութեան զարգանալուն համեմատութեամբ , յայտնելու է անոր , որով եթէ որ եւ է մէկէ մը անպարկեշտ բաւ մը իսկ լսէ , այդ լսածը ազդեցութիւն չունենար իւր վրայ :

եւ ասով ալ կարելի կ'ըլլայ այդ հասակէն , հանդարտ պահել տղուն երեւակայութիւնը :

գ. Պէտք է շրջահայեցողութեամբ ընտրել կարգալիք գիրքերը , տղուն յարաբերութիւնները եւ միշտ հսկել տնոնց վրայ :

Կարելի եղածին չափ հեռի պահելու է տղան անպարկեշտ եւ երկդիմի գրուածքներէ :

դ. Ուտելիք եւ ըմպելիք պէտք է որ չափաւոր ըլլան եւ ո՛չ գրգռիչ :

Այս խնդրոյն վերաբերեալ գրուածքներէ շատերը մեծ կարեւորութիւն կու տան այդ կէտին : Այդ գրուածքներ ամէն բոյժ ինչպէս կ'ըսեն « բնական » կենցաղավարութենէ կը սպասեն , այսինքն

չգործածել ո՛չ համեմ , ո՛չ թէյ , ո՛չ խահուէ , ո՛չ գարեջուր , ո՛չ գինի եւ ո՛չ միս :

Բացայայտ կերպով սա ըսեմ թէ պէտք չէ հետեւիլ այդ միակողմանի վարդապետութեան , այսինքն ուրիշ դարմանի չդիմելով լոկ կենցաղավարութեան այդ եղանակով գոհանալուն , ինչպէս կ'ընեն շատ ծնողքներ , այդչափը բաւական համարելով : Այդ եղանակը թէպէտ անյարմար չէ , բայց միշտ երկրորդական միջոց մ'է օգնութեան :

ե. Կրթութեան այժմու եղանակին պատճառաւ տղայք օրուան մեծ մասը նստած կ'անցունեն . ուստի ատոր համար պարագոյ ժամերու ատեն պէտք է բացօդեայ տեղերու մէջ մարմնամարզել , լողալ , ձիարշաւել , փոխոխակի կամ կանոնաւորապէս :

Դիտել տալ պէտք կը զգամ թէ մարմնամարդի տեսակներէն մէկ քանին մանաւանդ մագլելը երբեմն տղուն զգայութիւնը կ'արթնցունեն . (ինչպէս նաեւ փոքր տղայոց փայտէ ձիերու վրայ հեծած լսաղալը) . ուստի պէտք չէ չափազանցել մարմնամարզի այդ տեսակները .

ՄԱՍՆ Բ.

Բ Ո Ւ Ժ Ո Ւ Մ

Գ Լ Ո Ւ Խ Ը.

Երիսասարդաց սկարուքեանց բուժումը

Այս մասին մէջ կ'ուզեմ մեր խնդրոյ նիւթ եղած հիւանդութեան կարեւորագոյն վիճակները ցոյց տալ :

ա. Երեւակայութիւնը հակամէտ է շատ արագ ենթակայ ըլլալ զգայական մտապատկերներու :

բ. Գրգռուած գործարանները հակամէտ են իրենց ցայնվայր ունակութիւն եղած գործողութիւնը շարունակելու, եւ սերմնահոտութեան համար զգացուած այդ մեծ հակուժը պատճառ կ'ըլլայ այնպիսի խանգարումներու որոնք յաճախ արգելք կ'ըլլան հիւանդին՝ բնական կերպով ուժաւորուելուն :

գ. Մարտողութեան խանգարումներ յառաջ կու գան :

դ. Ամբողջ ջղային դրութիւնը գերագրգռութեան կ'ենթարկուի : Կամքը չունենար իւր նախկին կորովը : Մկանունք կը կորսնցունեն իրենց առաջուան պնդութիւնը եւ մարմնոյ զանազան

մասերու վրայ անհաճոյ զգայութիւններ յառաջ կու գան : Քունը ամբողջապէս կ'անհետանայ, որով մարմին ու միտք չեն գտներ այլ եւս այն սովորական կազդուրումը զոր քունը կը պարզեւէ :

Զգածումը, այսինքն անհատին հոգեկան կազմութիւնը տխուր մտապատկերներ կը ստեղծէ : Թէեւ մերթ յոյս մը կը ծնի, բայց այդ ալ չուտով տեղի կու տայ անձկալից վախի մը առջեւ : Անցեալին նկատմամբ զգացուած զիղջին եւ ինքնամեղադրանքին վրայ կ'աւելնայ ասպագային համար ալ թախծալից անձկութիւն մը :

ե. Անհատին առանձնայատուկ վիճակին համեմատ, արդէն հիւանդութեան հակամէտ այս կամ այն գործարանին վրայ խանգարումներ յառաջ կու գան :

Բ Ո Ւ Ժ Ո Ւ Մ

ԱՅՍ ԱՄԷՆ ՁԱՐԻՔՆԵՐԸ ԿՐԵԱՆ ԴԱՐՄԱՆՈՒԻԼ :

Բայց ինչպէ՞ս : Գիտե՞ս :

Ամէն բանէ առաջ դուն քու բժիշկդ ըլլալու չես :

Պէտք չէ նաեւ որեւիցէ գրքի մը պարունակութեան հետեւելով ինքզինքդ դարմանես, ենթադրելով իսկ որ լաւագոյն եղած ըլլայ այդ գիրքը : Ինչպէս ըսած եմ, դարձեալ կը կրկնեմ թէ Ժողովրդային — բժշկական գիրքերու մեծագոյն մասը իմաստակ անձանց կողմէ գրուած են, (որոնց մէջ դժբաղդարար հազուադիւտ են բժշկաց

կողմէ գրուածները) որ ո՛չ նպատակ ունին քեզ խորատելու եւ ոչ կարողութիւն՝ քեզ օգնելու : Անոնք կ'ուզեն ահաբեկելով դքեզ իրենց «ընդհանրական մէկ դեղը» յանձնարարել :

Միթէ կա՞յ այնպիսի ընդհանրական դեղ մը որ վերակենդանացունէ կենսական շիջած ոյժերը :

— Ո՛չ : Եւ ով որ այդ նպատակով բան մը կու տայ քեզի , խարդախութիւն մ'է ըրածը :

Ականջ մի՛ կախեր այնպիսի « գաղտնի միջոց»-ներու կամ կարծեցեալ « փորձուած մեթոտ » ներու զորս գրքի մը կամ լրագրի մը մէջ գովարանուած տեսնես :

Մի՛ վստահիր ինքզինքնին բժիշկ անուանող այնպիսի անձանց որ հիմնական ուսում չեն սուած այլ միայն հարեւանցի ծանօթութիւն մ'ունին արուեստին վրայ :

Թերեւս դուն աւարկես թէ « անիկա որ գաղտնի մեթոտ մը կը յանձնարարէ , տառապսղ մարդ-կութեան օգտին համար կ'ընէ զայն : Անիկա կ'ըսէ թէ հազարաւոր հիւանդներու վրայ փորձելով գոհացուցիչ արդիւնք ունեցած է եւ թէ իւր քով ունեցած վկայագիրները կը հաստատեն ըսածը : »

Բայց ես ալ քեզի կ'ըսեմ թէ՛ մի՛ հաւատար ո՛չ իւր ըսածին եւ ո՛չ իւր վկայագրերուն , որչա՛մ կնիք կամ ստորագրութիւն որ ալ ունենան : Այդ վկայագիրները կամ խարդախուած են , կամ՝ գրածնին չգիտցող անձանց կողմէ ստորագրուած են եւ կամ այնպիսի անձանց կողմէ տրուած են որոնք ինքզինքնին ծանր հիւանդութեան մը ենթակայ կարծած են :

Ասկէ զատ դիտել կու տամ նաեւ թէ նա որ կը գովէ իւր դեղը կամ մեթոտը , չի խօսիր անոնց վնասներուն վրայ : Պատուաւոր եւ ճշմարիտ բժիշկը շարունակ կը հետազօտէ իւր ցուցուցած դեղին արդիւնքը . նա վստահ է իւր ըսածին , ըրածին եւ ընելիքին վրայ : Նա իւր արուեստին սահմաններուն մէջ համարձակ կը շարժի եւ կ'ըսէ « ես այս բանը կրնամ ընել , բայց այդ բանը չեմ կրնար ընել : »

Ճշմարիտ բժիշկէն ճշմարտութիւն կ'ընդունին իսկ ուրիշներէն սուտ խօստումներ , որոնց արդիւնքն է դառն յուսախաբութիւն :

Բժիշկները շատ անգամ կը հանդիպին այնպիսի հիւանդներու որոնց թեթեւ հիւանդութիւնները աւելի այդ գաղտնի միջոցներուն կամ դեղերուն գործածութեամբ սաստկացած են : —

Դարձեալ կը խրատեմ , պէտք է որ բժիշկի դիմես : Բայց ո՞ր բժիշկին : — Անոր՝ որ ժամանակ ունի քեզի համար . որ կը հետաքրքրի քու վիճակիդ :

Այդ ալ քու ծնողքիդ , քու ազգականներուդ բժիշկն է :

Եթէ չես կրնար ընտրել այդպիսի բժիշկ մը , կամ բացարձակապէս անկարելի կ'ըլլայ քեզ բացուիլ անոր , ուրիշ բժիշկի մը դիմէ , անոր՝ զոր դուն կը ճանչնաս , զոր քու ազգականներդ կը յանձնարարեն քեզի , զոր ընդհանրութիւնը իրրեւ ճարտար բժիշկ կը ճանչնայ :

Պէտք է որ վստահութիւն ունենաս բժիշկիդ վրայ եւ վստահութիւն ցուցունես անոր : Ամէն

բան պէտք է յայտնես անոր, ամէն ինչ որ կը նեղէ զքեզ այժմ, եւ այն ամէն բաները որոնցմէ կը վախնաս սպազային համար:

Այն ատեն, ահա՛, անիկա կատարեալապէս ճանչնալով զքեզ, օգտակար կրնայ ըլլալ քեզի:

* * *

Բայց եթէ դուն ինքզինքդ բժշկի մը ցոյց տալու համար տուած խորհուրդիս բացարձակապէս չկարենաս հետեւիլ, յատկապէս կը յանձնարարեմ քեզ, յուեգոյն վիճակէ մը զերծ մնալու համար սա՛ հետեւեալ ընդհանրական խրատները, զորս փորձառութեամբս ճանչցած եմ թէ լուսագոյն են:

1. Չափաւոր եղիր ուտելիքիդ եւ խմելիքիդ մէջ, բայց զգուշացիր միակողմանութենէ. այսինքն լոկ կանաչեղէն լոկ խմորեղէն ուտելէ: Խահուէ, թէյ, գինի եւ դարեջուրի պէս գրգռիչ ըմպելիներու գործածութիւնը եւ քանակը հիւանդին անհատական վիճակին համեմատ կ'որոշուի: Սակայն սա եւս ըսեմ յատկապէս թէ բացարձակ ժուժկալութիւնը միայն բացառիկ սարագաններու համար է:

2. Զգուշացի՛ր չափազանց պաղ կամ տաք բաղանիքէ. (15 աստիճանէ վար պաղ եւ 28 աստիճանէ վեր տաք ջուրերը չափազանց կը համարուին):

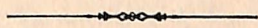
Դժբաղդաբար այս կարեւոր խրատին հակառակ կը վարուին անոնք որ որ եւ իցէ գրքի մը պարունակութեան համեմատ կը դարմանեն ինքզինքնին:

3. Զգաստ եղի՛ր խօսքերուդ եւ գործերուդ մէջ:

4. Հետեւաբար զգաստ պիտի ըլլաս նաեւ երեւակայութեամբդ:

5. Կրցածիդ չափ գործունեայ եղիր քու պաշտօնիդ գործերուն մէջ. բայց ո՛չ թէ ժամանակ մը չափազանց աշխատելէ ետքը շատ օրեր ալ անգործ մնալով, այլ օրական աշխատութեան ժամերդ կանոնաւորապէս որոշելով:

Եւ երբ կեանքիդ վրայ յետագարձ ակնարկ մը ձգելով անցեալդ քննես եւ տխրութեամբ համակիրս, միտք բեր իմ խօսքս թէ՛ մի՛ մտածեր անցեալիդ վրայ, յուսա՛ որ քու առջեւդ ամբողջ կեանք մը ունիս ասրելու. եւ այդ սպազայ կեանքիդ մէջ օգտակար գործունէութիւն մը պիտի ունենաս ուրիշներուն համար:



Գ Լ Ո Ւ Խ Թ.

Չափահաս արանց բուժումը

Յաճախագոյն պատահած նեղութիւնները հետեւեալներն են.

ա. Գործարաններու չափազանց յաճախազէպ գործունէութեան պատճառաւ, գիշերային քունը կը խանգարի:

բ. Մարմնոյ զանազան մասերու վրայ անհաճոյ զգայութիւններ յառաջ կու գան, եւ ատոնց

կ'ընկերանան երկչտ անձկութիւններ որ գործա-
րանային զժնդակ ցաւերու ռահվիրաններն են :

Մասնաւոր պարագաներու մէջ, ենթական
այդ անձկութեանց պատճառաւ ինքզինքն անբու-
ժեկի հիւանդութեան մը տէր կը կարծէ եւ այս
կարծիքին մէջ այնչափ ամուր սեւեռեալ կը մնայ
որ զաւելի, ամուսնոյ, ընտանիք կազմելու, անձնա-
կան աշխատութեան եւ ընկերական պարտաւորու-
թեանց համար ունեցած խիղճերը, եռանդը կը
չիջանին իւր մէջ :

գ. Երբեմնի գերագրգռութեանց գիտակցու-
թիւնը տարակոյսի մէջ կը ձգէ մարդս թէ գոր-
ծարաններն ընդհանրապէս իրենց խիական պաշ-
տօնները կրնա՞ն կատարել դեռ, կամ թէ պիտի
կրնա՞ն կատարել :

Եւ կամ՝ հիւանդին այնպէս կը թուի թէ իւր
բովանդակ մարմինը, գործարանաւորութիւնը այն
աստիճան սարսուած խանգարուած է որ մարմնա-
կան տոկուն զօրութեան մը վերստացումը ան-
կարելի է այլ եւս :

Ինքզինքին համար այդ վիճակը հոգ չպիտի
ընէր . . . բայց արի տես որ ժամանակէ մը ի վեր
փափաք մը ծնած է իւր մէջ պարկեշտ կնոջ մը
բաղդը տեւականապէս իւր բաղդին հետ միացու-
նելու : « Կրնա՞մ ընել այդ բանը » կը հարցունէ
ինքնիրեն « պէտք չէ՞ որ երիտասարդական յան-
ցանքս քաւեմ կատարելապէս հրաժարելով այդ
մտադրութենէս : Արդէն մարմնոյս վիճակն ալ այդ
հրաժարումը չի՞ պահանջեր ինձմէ : »

Այս խորհրդածութենէ անմիջապէս ետքը

յուսով համակուած կը յարէ, « այն ատեն դեռ
տղայ էի, չէի գիտեր ըրածս . իսկ. այժմ ամուս-
նանալու համար լուրջ փափաք մը զգալս երաշխա-
ւորութիւն չէ՞ որ իրաւունք ունիմ դեռ ձեռքս կնոջ
մը նուիրելու :

Եւ եթէ իրօք թշուառ ըլլայի, որչա՞փ դժբաղդ
պիտի ընէի իմ սիրելի, խեղճ ու ազնիւ կինս : »

դ. Շատ պարագաներու մէջ իրօք ծանր հի-
ւանդութիւն մը կամ որեւիցէ գործարանի մը պաշ-
տօնին մէջ խանգարում յառաջ կու գայ :

Թէ մինչեւ որ աստիճան յառաջացած է այդ
հիւանդութիւն եւ մինչեւ որ աստիճան յուսալի է
ատոր բուժումը : Աստեք խնդիրներ են :

ե. Ուրիշ պարագաներու մէջ մարմինը բարձր-
աստիճան գիւրագրգռականութիւն մը ունենալով
հանդերձ չի հիւանդանար, բայց մարդուն ապրե-
լու ուրախութիւնը կը նուազի : Այդ վիճակը դէմ-
քին վրայ կամ վարմունքին մէջ չերեւիր յայտնա-
պէս : Մարդ ընկերական եւ անձնական պարտա-
ւորութիւնները կը կատարէ թէեւ, բայց իւր ամ-
բողջ վարմունքին մէջ մեքենական բան մը կայ
կարծես : Իւր զգացողութիւնը չունենար նախկին
առուգութիւնը եւ նկարագիրն ալ կը կորսնցունէ
իւր ձեռներեցութիւնը . ապրելու փափաքը մարած
է եւ զգացումները տափակ, ցուրտ կ'երեւին
դիտողին :

* * *

Այս ամէն անփափաքելի վիճակներ կը մեղ-
մանան եւ յաճախ իսկ կրնան բժշկուիլ :

երբ գործարանային խանգարումներ յերեւան գան, սովորաբար կարելի է կատարելագոյն կանոնաւորել զանոնք :

Եւ ամուսնանալը կարելի կամ անկարելի ըլլալը խնդիրն ալ շատ սրբազաներու մէջ հաստատական կերպով կը վճռուի :

Զգածման դատարկութիւնը, զգացողութեան տարիակութիւնը յաճախ կարելի կ'ըլլայ բուժել :

Խ Ն Չ Ը Ն Ե Լ Ո Ի Է

ա. Նախ պէտք է հետեւիլ նախորդ գլխու մէջ գրուածներուն, այսինքն՝ հիւանդը պէտք չէ ինքնիր գլխուն դարմանէ ինքզինքը, այլ պարտի բժշկի մը դիմել, եւ ամէն ինչ անձածուկ յայտնել անոր. զինքը ճշտող մտածումները պարտի յայտնել այդ հմուտ բժշկին :

Որով՝ հիւանդը առարկայապէս իրմէ դուրս հանած կը համարի այն բանը որ զինքն կը խռովէր :

Եւ որով՝ բժիշկն ալ ամբողջապէս եւ կատարելապէս կը տեսնէ, կը քննէ հիւանդին հոգեկան վիճակը եւ մտածումները :

Խեղացի մարդ մը հաւատալու չէ թէ որ եւ իցէ դեղաբանական պատրաստութիւն կրնայ մարդուս երիտասարդութիւն պարգեւել :

բ. Բժիշկը հիւանդութեան վիճակին վրայ կատարեալ ծանօթութիւն ունենալով, անոր համեմատ կը կարգադրէ հիւանդին կերառութիւնը :

մտաւորական աշխատութիւնը եւ զբօսուցիչ զբաղումները :

Հիւանդը երբեմն ինչ ինչ սարագաներու մէջ իւր բնագոյնով կ'ընտրէ իրեն համար լաւագոյն եղածը. բայց շատ անգամ ալ այդ բնագոյնով կը մոլորի սովորութեան անյարմարութեամբ կամ ժողովրդային-բժշկական սխալ վարդապետութեամբ եւ եղանակներով. (այսինքն՝ լոկ բանջարեղէն ուտել. ստէպ մարմինը լուալ պաղ ջրով. ամենեւին չխմել ոգելից ըմպելի եւ կամ թէ՛ ընդհակառակն ոգելից ըմպելի՝ մանաւանդ գարեջուր՝ շատ գործածել). ահա այդ ատեն յամրագլխեցիկ կերպով պէտք է կատարուի փոփոխումը :

գ. Որեւիցէ գործարանի մը վրայ զգացուած ցաւը պէտք է ցաւած տեղին դուրսի կողմէն՝ եւ կամ ներսէն գործածելի այնպիսի դեղով մը դարմանել, որուն բուժիչ ազդեցութիւնը հաստատուած ըլլայ բժշկին ուշադիր եւ մանրաքննին զննութիւններով :

դ. Հիւանդին գաղափարականութիւնը պէտք է արթնցունել եւ եթէ ունի աւելի գրգռել եւ զօրացունել դայն. այսինքն հիւանդը պէտք է իրեն համար հաճելի գաղափարական մը ունենայ որպէս զի անով զրազի :

Մարդս ինքն իրեն համար չապրիր. ուրիշներուն համար պարտի գործել :

Երիտասարդութեան մէջ բաւական է որ նկարագիրը գաղափարական մ'ունենայ. չափահասութեան մէջ այդ գաղափարականը գործունէութեան պէտք ունի :

Ով որ ընտանիքի մէջ կ'ապրի, եթէ ուզէ աշխատութեան անսպառ ասպարէզներ կը գտնէ միշտ նորանոր զբաղումներով :

Ամուրի անձեր ինչպէս նաեւ ընտանիքի հայրեր որոնք բարեկեցիկ են եւ մշակեալ մտքի տէր, իրենց երջանկութիւնը հանրութեան օգտակար զբաղումներու մէջ կը գտնեն միայն :

Բայց փառասիրական ունայնամտութիւնը մասն ունենալու չէ այդ գործին մէջ :

ե. Այն անձը որ կեանքի ժամանակամիջոցին մէջտեղերը հասած է, պարտի ալ եւս համբերատար ըլլալու քաջութիւնն ունենալ հիւանդագին վիճակներու հանդէպ :

Այժմու դաստիարակութեան եղանակը եւ տնտեսական անբաւական վիճակը պատճառներ են որ համեմատաբար շատ քիչ անձեր կը յաջողին չափահասութեան տարիքը թեւակոխել կատարեւապէս մաքուր եւ առողջ մարմնով :

Ամէն ոք սովորելու է իւր բաժնին ինկած ցաւը կրել համբերատարութեամբ. ատով դեռ բաւական բան չահած կ'ըլլայ եւ շատ ու շատ անձեր կան որոնց բաժին ինկած է աւելի ծանրագոյն բեռեր :



Վ Ե Բ Չ Ա Ռ Ա Ն



Արդ, սիրելի ընթերցող, կը բաժնուիմ քենէ եւ երբ այս գրքոյկս անգամ մ'եւս կարդաս ու անոր պարունակութեան վրայ խորհրդածես լրջութեամբ, կարծեմ թէ պիտի ըսես. — « Բարեկամ մը խրատեց զիս : »



Յ Ա Ն Կ

| | |
|---|----|
| Յառաջարան թարգմանչին | 9- |
| Մուտք | Ե |
| ՄԱՍՆ Ա. — Բացասութիւն եւ խրատ | |
| ԳԼՈՒԽ Ա. — Մանչ տղուն՝ դէպ ի պատանեկութիւն զտրգացումը | 7 |
| ԳԼՈՒԽ Բ. — Պատանեկութիւն | 14 |
| ԳԼՈՒԽ Գ. — Պատանիները լուսաբանելու խորհուրդին դէմ առարկութիւններ. — Այդ առարկութեանց հերքումը | 16 |
| ԳԼՈՒԽ Դ. — Գիշութիւն | 20 |
| ԳԼՈՒԽ Ե. — Երիտասարդաց համար մասնաւոր խրատ | 23 |
| ԳԼՈՒԽ Զ. — Մայրերու համար խրատ | 28 |
| ԳԼՈՒԽ Է. — Երիտասարդաց առողջաստանի կրթութեան վրայ | 29 |
| ՄԱՍՆ Բ. — Բուժում | |
| ԳԼՈՒԽ Ը. — Երիտասարդաց տկարութեանց բուժումը | 32 |
| ԳԼՈՒԽ Թ. — Չափահաս արանց բուժումը | 37 |
| Վերջարան | 43 |



The first part of the book is devoted to a general
 introduction to the subject of the history of the
 world. It is divided into three parts: the first
 part is devoted to the history of the world
 from the beginning of time to the present
 day; the second part is devoted to the
 history of the world from the present day
 to the future; and the third part is
 devoted to the history of the world from
 the future to the end of time.

1161-1163

2m

2013

« Ազգային գրադարան



NL0072407

« Ազգային գրադարան



NL0072406

« Ազգային գրադարան



NL0072405

✓

