

ԱՌՈՂՋԱՊԱՀԱԿԱՆ

Անուսնութիւն եւ ամուրի կեանք:—Առողջ սովորութիւն-
ների դաստիարակութիւնը:—Բժեկի օրագիրը:—Կնոջ ու-
ղեղը:—Բժեկական քրոնիկոն:—Այլ եւ այլք:
Յայտարարութիւններ:

ԱՄՈՒՍՆՈՒԹԻՒՆ ԵՒ ԱՄՈՒՐԻ ԿԵԱՆՔ

(ԴՐ Ա. ԴՐԵԿ'Ի)

VIII

Ամուրի կեանքի օխուր հիշեցումներ

Այստեղ մենք պէտք է խօսենք անափրոգի-
զիայի (որդե՞ծնութեան անընդունակութեան) մա-
սին, որը մարդկային բնութեան սովորական ընթաց-
քից մի խոտորումն է: Անափրոգիզիա կոչուած է
պտղաբերող գործարանների լետաշրջման և բարոյա-
կան անտարբերութեան այնպիսի դրութիւնը, որ
մարդ զգում է դէպի սիրոյ բաւականութիւնները:
Անափրոգիզիան չըսկէտք է խառնել անգորութեան
հետ. առաջինը նշանակում է ցանկութիւնների բա-
ցակայութիւն, ինչպէս որ ցոյց է տալիս և ինքը
անունը. այն ինչ անգորութեան մէջ կան ցանկու-
թիւններ, բայց նրանց բաւականութիւն տալու հը-
նարաւորութիւն չըկայ:

Որոշում են անափրոգիզիայի երկու տեսակները
—բնական և պատահական: Բնական անափրոգի-
զիան կախած է աւշային տեմպերամենտից, ամեն
ինչի վերաբերմամբ սառնարիւն ու անտարբեր բնա-
ւորութիւնից: Անափրոգիզիայի այդ տեսակը խիստ
հազաւոր է և պատահում է միայն թարշամած
աւշային կանանց մէջ, որոնց ըթացած զգացմունք-
ները անընդունակ են սիրոյ:

Անափրոգիզիայի միւս տեսակը, որն աւելի յա-
ճախ է պատահում, կախած է շատ պատճառներից,
զանազան ազդեցութիւններից, որոնք ներգործում են
մարդու մարմնի և մտքի վրայ, իսկ երբեմն էլ միա-
ժամանակ թէ՛ մէկի և թէ՛ միւսի վրայ: Այդ պատ-
ճառների թուում ամենասովորականները ամփոփուում

են գործարանների այլ և այլ հիւանդութիւնների
մէջ, նրանց շատ դործադրութեան կամ աւելորդ
ժուժկալութեան մէջ, օնանիզմի, ոգելից խմիչքների
ի չարն գործադրութեան, անքուն գիշերների, նըս-
տակեաց պարապմունքների, տխրութեան, երկիւղի,
յուսահատութեան մէջ և այլն:

Չէ կարելի ասել, որ այդ տեսակ անափրոգի-
զիան անբուժելի է, մանաւանդ եթէ հիւանդը ջա-
հել է. նա կըզտնէ բնական դեղ ճնշելով մեր այդ
թուած պատճառները և այնպիսի պահեցողութեամբ,
որը յարմարեցրած պէտք է լինի անափրոգիտի մար-
մնակազմութեանը:

Այստեղ էլ մենք պէտք է նկատենք, որ ան-
տարբերութիւնը դէպի զգայական դարձութիւնները,
որը տղամարդկանց մօտ խիստ հազաւոր է լինում,
աւելի յաճախ պատահում է կանանց մօտ, նախ
նրա համար, որ մեծ մասամբ կնոջը յատուկ աւշա-
յին տեմպերամենտը պատճառ է լինում որ նա աւել-
ի պակաս խանդոտ ու հրճուող լինի և մէկ էլ պրո-
ղաբերող գործարանների կազմածքի պատճառով:

Այդպիսով կանայք, սակաւ բացառութիւննե-
րով, բնութիւնից աւելի հանդարտ են և աւելի քիչ
են հակած դէպի սիրոյ բաւականութիւնները:

Մենք ասացինք, որ կնոջ այդ անտարբերու-
թեան ֆիզիքական պատճառը կայանում է աւշային
տեմպերամենտի մէջ. իսկ եթէ մենք սկսենք որո-
նել բարոյական պատճառը, ապա մենք դա կըզըտ-
նենք նրա բնաւորութեան չափազանց ըմբռնողու-
թեան և նրա կեանքի եղանակին վերաբերեալ զա-
նազան հանգամանքների մէջ. կինը քնքոյշ և քը-
մահաճոյ էակ է. ամենափոքրիկ տհաճութիւն, ա-
մենաչնչին անախորժութիւն բաւական են նրա հո-
գեկան շարժումներն ընդհատելու համար:

Անափրոգիտուհիք պատահում են սպիտակահեր,
դուռատ և թույլ կանանց մէջ. նրանք ունենում են
նաղ ձայն, յոգնած աչքեր, տնկեանք հայեացք,
շարժածքների մէջ ծուլութիւն և այլն: Երեսուն և
հինգ տարւայ մօտ այդ կանայք սովորաբար խիստ
զերանում են:

Վերջացնելով անափրոգիզիայի մասին, մենք

անցնում ենք անգորութեան մասին:

Անգորութեան երկու տեսակները լինում են. ժամանակաւոր և ընդհանուր:

Անգորութիւնը կոչւում է ընդհանուր, երբ սեռական յարաբերութեան հնարաւորութիւն չէ լինում պտղաբերող գործարանների մէջ եղած որևէ պակասաւորութեան կամ անկանոնութեան պատճառով, նրանց անբուժելի խանգարման պատճառով և այլն:

Նա կոչւում է ժամանակաւոր, երբ գործարանների կազմաւածքը կանոնաւոր է և այդ տանջանքը շարունակող պատճառները հիշտութեամբ կարելի է հեռացնել: Ժամանակաւոր անգորութիւնը կոչւում է ուղղակի, երբ կախւած է լինում տեմպերամենտի սառնութիւնից, թուլութիւնից և այլն. ինչպէս օրինակ այն մարդկանց մօտ, որոնք վաղաժամ սպառել են իրանց ուժերը: Նա կոչւում է կողմնակի, երբ գոյութիւն է ունենում ուժեղ տեմպերամենտի և գործարանների կանոնաւոր կազմութեան ժամանակ: Անգորութեան այդ տեսակը սովորաբար կախւած է լինում կենսական ուժերի կենդրոնացումից կենդանական օրգանիզմի որևէ կէտում ի վնաս միւսներէ: Այսպէս, արեան զէպի ուղեղը կամ զէպի որևէ ուրիշ տեղ հոսումից առաջ է դալիս անգորութիւն:

Ժամանակաւոր անգորութեան բազմաթիւ պատճառների թուումն են, գործարանների թուլութիւնը, վաղաժամ ուժասպառութեան կամ վնասական ժուժկալութեան պատճառով, օգելից խմիչքների չար գործադրութիւնը, գրգռիչ առարկաների շարունակ գործադրութիւնը, ուժասպառութիւնը երկարատեւ հիւանդութիւններից, ջլախտութիւններից, բնամտիկմը, ոտնացաւը, մարմնի առանձին մասերի անդամալուծութիւնը, ուղեղի մի քանի հիւանդութիւնները, նստակեաց մտաւոր աշխատանքը, խորին մտածողութիւնը, հոգեկան խիստ տանջանքները, ինչպէս են. ամօթը, երկիւղը, զգուսնքը, չափից զօրեղ կիրքը և այլն:

Թէև մենք այլևս չենք ապրում այն նախապաշարած ժամանակներում, երբ «Թուլիչներն» ու «կախարդները» հարսանեաց արարողութեան ժամանակ կատարում էին իրանց դարձելի կախարհութիւնները, բայց այնուամենայնիւ կարելի է ենթադրել, որ քիչ չեն լինում այնպիսի բարի և պարզ շինականներ, որոնք իրանց «վնասւած» են համարում պառակտւած չար խօսքերից: Խեղճերը, չընայած ի-

րանց ցանկութեանը, մնում են անգոր: Այդ «կախարդների» ամբողջ ոյժը կայանում է նրա մէջ, որ տպաւորութիւնն էր դործում պարզամիտ մարդու երևակայութեան վրայ և կախարհութեան երկիւղներն են ներշնչում նրան: Բարեբախտաբար, ներկայումս զարգացումը յետ է մղել այդ շարժատանների մինչև հստակութեան ամենաարհամարած դասի մէջ:

Բազմաթիւ օրինակներն ապացուցանում են, որ սեռական գործողութիւնը այնքան կախումն ունի երևակայութիւնից, այն աստիճան սերտ կապւած է նրա հետ, որ ամեն մի փորձ մեծացնում է նոյն իսկ տանջանքը. չափազանց զօրեղ զրգիւղը, չափից աւելի յարգող սէրը նայնպէս պատճառ են դառնում ժամանակաւոր անգորութեան:

Խորին ծերութեանը բնականաբար ուղեկցող անգորութեան դէմ միջոց չըկայ: Ամեն հասակ իրն ունի, ինչպէս որ տարւայ ամեն մի եղանակ ունի իր ծաղիկները: Ծերուկն արդէն չըպէտք է մտածի տոհմի շարունակութեան մասին:

Բարոյական ազդեցութիւններից առաջացած անգորութիւնը դուրս բարոյական էլ միջամտութիւն է պահանջում. նա վերջանում է, հէնց որ հեռացւում է այդ ազդեցութիւնը:

Այն անգորութիւնը, որը կախւած է լինում նեարդային գործունէութեան ուղեղի մէջ կենդրոնացումից, զգացմունքների խիստ զրգուումից, աւելորդ խանդոտութիւնից և այլն, համապատասխանում է սովորութիւնների անյապաղ և բոլորովին փոփոխութիւնը, ինչպէս՝ հանդիստը մտաւոր աշխատութիւնից, մարմնական վարժութիւնները, զբօսանքները, ճանապարհորդութիւնները, գիւղում ապրելը և գիւղական աշխատանքները. բայց իրանից հիւանդ պարտաւոր է միառժամանակ հեռանալ ուրիշ առարկայից, դուրս վաճառել այն մտքերը և առարկաները, որոնք օժանդակում են ուղեղի խիստ զրգուումանը, գործ ածել թեթեւ կերակուր և հանդարտանող խմիչքներ:

Առաւելապէս պէտք է ուշադրութիւն դարձնել այն անգորութեան վրայ, որը կախւած է լինում գործարանների թուլութիւնից, ինչպէս ամենասովորական, ամենայաճախ պատահող տեսակը, որը հարւածում է սովորաբար հասունացած հասակում ամուսնացած մարդկանց:

ՆՇՏՍՐ

Բ Ժ Շ Կ Ի Օ Ր Ա Գ Ի Ր Ը

Կ Ն Ո Ջ Ո Ւ Ղ Ե Ղ Ը

(Բրիւլանդերից)

Եթէ համեմատելու լինենք տղամարդու ուղեղի հետ, կնոջ ուղեղը աւելի քիչ է զարգացած ճակատի մասում, աւելի շատ դէպի գաղաթը: Առհասարակ կնոջ ճակատը և քունքը աւելի ցածր են քան թէ տղամարդինը, մինչև անդամ ցածր ճակատը աւելի զեղեցիկ է համարուում կնոջ համար, իսկ ամենքին չափունի է որ լայն կողորած և ճակատը տղամարդու զարդն է կազմում:

Հին յոյներն առհասարակ իրանց ստեղծած կանանց արձաններին տալիս էին ցածր ճակատներ, մինչդեռ սրա հակապատկերը ներկայացնում էին տղամարդկանց մարմնի նկարագրութիւնները, օր. Պրակտետի Զևսը (Արամազդը) ունի ահագին ճակատ, իբրև նշան նրա մշտաւոր զերպանցութեան:

Յայտնի պրոֆէսոր Գուշկէ այսպէս է համառօտում իր հետազոտութիւնների շարք՝ «Տղամարդկանց հակումների բնաւորութիւնը բնորոշւում է ճակատի ոսկորի շէնքով, իսկ կնոջը—գանգի զագաթի մասերով և կինը, որի կազմածքը երեխայի կազմածքի շարունակութիւնն է, երեխայ է մնացել և իր ուղեղի կողմից, թէև այս վերջինի մօտ պատահում են աւելի շատ բացառութիւններ, քան թէ երեխայի մօտ, թէև գագաթի ու ճակատի ոսկորների մէջ եղած զանազանութիւնը նոյն չափով չէ որոշւած»: Ուրեմն այս գիտնական եզրակացութիւնը համաձայն է այն կարծիքի հետ, որը ղեկավարում էր մարդկանց երկար հազարամեակների ընթացքում՝ թէ կինը ըստեղծւած է աւելի սրտի և զգացմունքի կեանքի համար, քան թէ մտաւոր կեանքի և մտաւոր գործունէութեան համար:

Յայտնի է որ տրամաբանութիւնը և դրական դատողութիւնը կնոջ ուղեղի ամենաթույլ մասն է հաշւում, և որ կանայք ստույգ գիտութեան բաժնում՝ իբրև բացառութիւն են երևան եկել: Ամենօրեայ փորձից գիտենք, որ կնոջը դժարութիւնով կարելի է համոզել խելքով (բանականութիւնով), երբ այն հետևանքը, որին ցանկալի է հասնել, հակառակ է նրա զգացմունքների. ասում են որ կինը միշտ վերադառնում է այն կէտին, որից ըսկըսում է, և որ նա նայում է ամեն բանի վրայ աւելի սուբիէկտիւ *) քան թէ օբիէկտիւ **) տեսակէտից: Ահա ինչու—այսպէս են դատում կանանց հակառակորդները. կինը մնում է հպատակւած դրութեան մէջ՝ ինչ որ վերաբերում է քաղաքական և սոցիալական սանդուղքին, և

անօգուտ ու անխելք կրկնէր մարտնչել բնութեան այս օրէնքի դէմ: Հարևանցի կերպով եթէ նայելու լինենք այս դատողութեան վրայ—կարծես թէ ճիշտ են այս խօսքերը, և պէտք է խոտովանել, որ այս դատողութիւնը ունի քիչ թէ շատ համոզիչ ոյժ: Բայց նա ունի և շատ թույլ կողմեր, և արդարութիւնը պահանջում է որ նրան պէտք է գործադրել միայն իբրև բացատրութիւն, և ոչ թէ իբրև սեռերի աշխեան դրութեան արդարացում: Նախ միայն այն փաստը, թէ կնոջ բնութիւնն աւելի թույլ է (ֆիզիքապէս և մտաւորապէս), չէ կարող արդարացնել նրա հպատակութիւնը: Միթէ մենք վաղուց չենք դատապարտել ստրկութեան հին օրէնքը, որ պնդում էր, թէ ամենաթույլը, միայն նրա համար որ թույլ է, իրաւունքով է հալածւում ուժեղի կողմից: Միթէ մերայս լուսաւոր դարում մենք չենք աշխատում իրականացնել այն միտքը, թէ ամենքը իրաւունք ունեն հաւասար լինելու, որ դա ընդհանուր մարդկութեան իրաւունքն է, առանց պանազանութիւն դնելու մորթու գոյնի, դրութեան կամ սեռի մէջ:

Եւ միթէ անտեղի չէր լինիլ թույլատրել այս վերջին կշռադատութիւնը, երբ առանձին մարդկանց մտաւոր ընդունակութիւնների զանազանութիւնը չաճախ աւելի մեծ է լինում, քան թէ տղամարդու և կնոջ մէջ: Բացի սրանցից չըպէտք է մոռանալ, որ վերը յիշած բացատրութիւնները ուղեղի զանազան մասերի գործունէութեան մասին դեռ ևս չեն մտցրած բնախօսութեան օրէնքների մէջ, մինչև իսկ շատ հեղինակների կողմից նրանք համարւում են անստույգ: Սակայն նրանք մի կողմից այնքան էապէս ճշմարտանման են երևում, իսկ միւս կողմից այնքան համաձայնւում են պատմութիւնից և առօրեայ կեանքից հետևացող փորձից, որ նրանց պէտք է չատկապէս ի նկատի ունենալ, որպէսզի եզրակացութիւնների սրութիւնը մեղմանայ: Նոյն այս կշռադատութիւնը մենք գտնում ենք այն ազդեցութեան մէջ, որ անում է կուլտուրան և կրթութիւնը ինտելլիքտի գործարանի չափութեան և ընդունակութեան վրայ,—այնպիսի մի ուժեղ ազդեցութիւն, որ առաջանում է հարց, թէ արդեօք կնոջ ուղեղի մի այսպիսի զարմանալի պակասութիւն չըպէտք է համարել իբրև հետեանք և ոչ թէ պատճառ նրա (կնոջ) ստրկացած, ճնշւած դրութեան: Մեզ յայտնի է, որ մարդու ուղեղը շատ հեշտ ըմբռնող գործարան է, որ նա հեշտութեամբ է փոխում իր հաւասարակշռութիւնը, և որ՝ մկանունքների նման՝ նա վարժւելով ստանում է ոյժ և ընդունակութիւն, որ մինչև անգամ նրա ծաւալը մեծանում է, մինչդեռ եթէ թողնելու լինենք նրան առանց որևէ վարժութեան՝ նրա զարգացումը թուլանում է:

ԲԺ. ԱՐՏԱՂԻՍ ԶԽԵՍՆ

(Կըշաբունակի)

*) Անձնական:

**) Չեզոք:

Առողջ սովորութիւնների դաստիարակութիւնը

(Կիւն-քմիւի Պօլիտեխնիկ)

1. Առողջ սովորութիւնների օգուտը: 2. Սնունդ և բուռն: 3. Մաքրամիտութիւն: 4. Ազգամեքր ամբողջութիւն և ֆիզիքական մարդութիւնը: 5. Կարգապահութիւն: Աշխատանք: Խրանայութիւն:

Մի որև իցէ սովորութիւն ձեռք բերելու մէջ վարժելիս, մենք պէտք է հիմնենք մարդու բնագիտական և հոգեբանական յատկութիւնների վրայ, որպէսզի նրանք հաստատահիմն լինին:

Հելմհոլցը ցոյց տուեց, որ մեր ականջի թաղանթի պահասուր կազմակերպութիւնով կարելի է մեկնել, թէ ինչու ոմանք երաժշտական լսելիքից գուրկ լինելով, չեն կարող գամմեր ջոկել: Նոյնպէս կարելի է կարծել, որ անհնար է սովորութիւններ ձեռք բերել, երբ մի յայտնի կազմաւոր մէջ չըկան որոշ բնագիտական և հոգեբանական հիմունքներ: Կարելի է շանը և բազէին որս անելու մէջ վարժել, բայց գիտենք, որ վայրենի դրութեան մէջ ևս նրանք չարձակուում են որսի վրայ և բռնում նրան: Ուրեմն մենք վարժեցնելով, զարգացնում ենք ներքանց մէջ աչն որակութիւնները, որոնք դուրս են ներքանց մէջ բնութիւնից: Եթէ դուք մտադրուէիք աշուպիսի որսորդութիւն սովորեցնել նապաստակին կամ կաթախին, անշուշտ ձեր բոլոր ջանքերը ի դուր կըկորչէին: Մենք կարող ենք սովորեցնել կապիկին կամ արջին զանազան կատակաշարժումներ անել: Բայց չէ որ վայրենի դրութեան մէջ էլ՝ նրանք մեծ հմտութիւն ունին այդ բանում: Մեզ հեշտ է աչին պարելու մէջ վարժել և չետին թաթերի վրայ կանգնել, ըստորում վայրենի դրութեան մէջ էլ նրա համար հեշտ բան է ցատկոտել և ոստոստել լեռներում: Եթէ մենք ուզենայինք նոյնը հորթին սովորեցնել, մեր փորձը այնքան չափով չէր վերջանալ: Թութակները շատ հեշտ կարող են բառեր արտասանել, բայց որքան էլ մենք պիւլիս ջարդենք, աղանիսն երբեք բառ չի արտասանի, ըստորում որոշ ձայներ հանելու համար թութակն ունի հարկաւոր ձայն արտասանելու որակութիւններ, իսկ աղանիսն աչ չունի: Յատկացնել վերջինին աչն որակութիւնները և խել աչն առաջինից՝ մեր ուժից դուրս բան է: Ուրեմն սովորութիւնները կենդանու կազմաւոր էութեան վրայ են հիմնուած և մենք կարող ենք զարգացնել աչ սովորութիւնները աչն ժամանակ միայն, երբ նրա մէջ կա, աչպէս ասած, սրա սկզբնասաղմը: Հակառակ դէպքում մեր ջանքերը ի դուր կըկորչեն:

Աչպէս ուրեմն սովորութիւններ դաստիարակելու խնդիրը ամփոփում է նրանում, որ մարդկանց մէջ պէտք է գտնել աչնպիսի յատկութիւններ, որոնք կան արդէն նրանց մէջ: Եթէ աչ սովորութիւնները վարժութեան են ենթարկուում, շարունակ մի քանի սերունդներ, աչն ժամանակ հետզհետէ կազմում են հաստատուն սովորութիւններ, ըստորում աչս դէպքում ժառանգութիւնն էլ որոշ ազդեցութիւն է գործում: Բիբօն ասում է, թէ նո-

րածին երեխան բոլորովին նոր նիւթերից չէ կազմակերպուած, աչ նրա նախնիքների բոլոր անցեալը նախատում է նրա կազմակերպւելուն: Աչս պատճառով կարելի է կարծել, թէ առողջ սովորութիւններն էլ նոյնպէս, որոշ չափով, անցնում են սերնդից սերունդ, և դրա ազդեցութեանը ենթարկուած են նրանք, ոչ միայն գիտակցաբար, աչ և անգիտակցաբար:

Թէ որ աստիճան մի յայտնի կենդանու ծննդական յատկութիւնների վրայ հիմնուած սովորութիւնները, կարող են ժառանգական լինել, ցոյց են տալիս իմ Բիբօնից վեր առած (հոգեկան որակիւթիւնների ժառանգականութիւնը) հետեւեալ օրինակները: Նայտը ձեռք առաւ ամեն կերպ զոռւշութիւններ, որ առաջին անգամ որսի տարած շան ձագերը չըկարողանան փորձառու շների օրինակին հետեւել: Զընայած աչ զգուշութեանը, նրանցից մէկը, զրգումունքից դողալով, անշարժ հայեացքով կանգնեց կաքաւի առաջ, ինչպէս աչս անում են նրա ծնող շները: Մի սպանիական շուն, որը պատկանում էր որսելու վարժ տեսակին, սկզբից իսկ սկսեց աչնպէս վարել, ինչպէս աչս գործի մէջ մի փորձառուն: Նա խորշում էր սառուցով ծածկւած տեղերից, ուր անհնար էր որս գտնել հոտի բացակայութեան պատճառով: Պատմում են, մի տակսա շան ձագի մասին, որը կատաղեց, երբ առաջին անգամ տեսաւ մի շուշմայ: Սչ տեղ գտնուող Բոլոնիայի շնիկը բոլորովին անտարբեր մնաց:

Բիբօն առաջ է բերում նոյնպէս սովորութիւնների ժառանգականութեան օրինակներ մարդկանց մէջ: Նա խօսում է հալտոնի մի նշմարանքը մի սովորութեան վերաբերմամբ, որ կրկնում էր երեք իրար հետևող սերունդների մէջ: Նրան անհնար է նմանողութիւն համարել, ըստորում աչս բանը կատարում էր խոր քնի մէջ: Մի տրդամարդ, երբ խորը քնած էր լինում, մէջքի վրայ պառկած, կամաց կամաց բարձրացնում էր աչ ձեռքը մինչև ճակատը և յետոյ յանկարծ նրան ցած էր թողնում և նոյն միջոցին դաստակով խիստ խփում էր քթի արմատին: Աչ շարժողութիւնը նա չէր կատարում ամեն գիշեր, աչ երբեմն միայն: Նրա որդին ու թոռն ունէին նոյն սովորութիւնը:

Դարւինն ասում է. «Ո՛րքան մարմնակազմութեան, բազմաթիւ ընդունակութիւնների և սովորութիւնների գուրակցութիւններից պէտք է կախած լինի գրելու ձևը, բայց և աչնպէս որքան յաճախ է նկատուում որդու և հօր ձեռքերի նմանութիւնը, թէպէտ և վերջինս՝ սովորեցրած չլինի առաջինին գիր գրել: Գերմանիայում հոֆակիերը նկատել է գրչի ժառանգական նմանութիւն: Նոյնպէս ասում են, թէ, երբ անգլիացի երեխաները Ֆրանսիայում են գիր սովորում, անգլիական գրի ձևը պահպանելու բացարձակ ձգտումն ունին»:

«Պէտք է կարծել, նկատում է Բիբօ, թէ աչն սովորութիւնները, որոնցից շատերը ներկայանում են ըսկզբում իբրև հոգեկան և ֆիզիքական բնաւորութիւն, տըպաւորել են ջղաչին սիստեմայի վրայ և դառել են նրա մշտական տրամադրութիւնը:

Չատ յաճախ պատահում է լսել, թէ վատ դաստիարակւած ծնողները չեն կարող երեխային լաւ կրթել, թէ

սկիզբը նրանք պէտք է իրանք իրանց վերակրթեն, իսկ այնուհետև միայն դորձ սկսեն։ Այդպիսի աշխարհայեցողութիւնը իմաստից զուրկ է։ Եթէ լաւ դաստիարակութիւն կարողանային տալ, միմիայն լաւ դաստիարակած ծնողները, ուրեմն իրենց կարող էին նրանք առաջ դալ։ Բոլոր մարդիկ անցեալ ժամանակներում վաշտակներ են եղել։ Լուսաւորւած մարդը հետզհետէ միայն կազմակերպւեցաւ։ Քիչ-քիչ ստեղծեցան դաստիարակութեան աւելի լաւ միջոցներ, որոնք գործադրում էին սկզբում գործնականապէս դեռ անհմուտ ծնողներին ձեռքով։ Երեխաներին դաստիարակելու փորձը միանգամից առաջ չ'եկաւ և ի հարկէ երկնքից չ'իջան առաջին հմուտ դաստիարակները։ Նրանք բոլորեքեան անփորձ էին և ստացել էին վատ կրթութիւն։ Բայց, նրանց դէպի երեխաները ունեցած սէրը և հասարակական շահերին անձնատուր լինելը, հարկադրեցին հնարել աւելի լաւ դաստիարակական միջոցներ։ Թող իրանց երեխաները սիրոյ, թէպէտ և վատ կրթւած ծնողները հետեւեն նրանց օրինակին և աշխատեն սլաւաստել իրանց երեխաներին իրանց ունեցածներէն աւելի լաւագոյն սովորութիւններ։ Մենք աներկմիտ ենք, որ նրանք չաջողութիւն կ'ունենան, եթէ միայն նրանց մէջ կայ իրաւի ջերմ ցանկութիւն դէպի իրանց երեխաների բարիքը և հաստատուն կամք իրանց ցանկացած նպատակին հասնելու։ Եթէ սկզբում ծնողները իրանց վատ կրթութեան պատճառով շատ անգամ կատարելապէս իրար հետեւող կարգ պահպանել անգամ չ'իմանան, դա այնուամենայնիւ լաւագոյն միջոցներ գործադրելու արդելք չ'ըլլէ։ Սկիզբը կը պակասէ փորձառութիւն, իսկ յետոյ այդ փորձառութիւնն էլ ձեռք կը բերուի։ «Այլոց ուսուցանելով, մենք ինքներս էլ ենք ուսանում», ասում է առակը։ Իսկ օրինակը մեր ամենալաւ ուսուցիչն է։

Երեխաներին առողջ սովորութիւնների մէջ պէտք է վարժեցնել ծննդեան առաջին իսկ օրից։ Այդպիսի մատաղ հասակից պէտք է երեխային արդէն որոշ ուղղութիւն տալ։ Իսկ եթէ պատահում է մեզ միևնույնը գործադրել աւելի հասակաւոր երեխաների վրայ, այն ժամանակ մեր խնդիրը աւելի դժուար լուծելու խնդիր է դառնում։ Այն ժամանակ մեզ կը հարկաւորուի պատերազմել արդէն ձեռք բերած սովորութիւնների դէմ։ Մենք ոչ միայն պէտք է երեխային սովորեցնենք, այլ և ետ սովորեցնենք—կրկնակի աշխատանք։ Իսկ եթէ մեզանից անկախ հանգամանքներից հարկադրւած լինենք այդ ծանր խնդիրը լուծելու, այն ժամանակ մեզ հարկաւոր կը լինի ի նկատի առնել երեխայի զանազան յատկութիւնները և նրանց օգնութիւնով առաջ գնալ դէպի մեր նպատակը։ Պերին ասում է, թէ՛ ըստ երևույթի ամենահաստատուն սովորութիւնները նրանք են, որոնք համապատասխանում են բնական տեմպերամենտին և արդէն արմատացած հակումներին։ Զգացմունքը ներկայանում է որպէս մի բնական ռադալ, որը սովորութիւնները իրար է կապում։ Ի գուր կը լինի ուսուցանել երեխային և դատողութիւն անել նրա հետ, նրան լաւ սովորութիւններ ներշնչելու համար։ Նրանք հեշտ փուլ կը գան, եթէ որևէ զգացմունք, հա-

կումն, ինքնասիրութիւն կամ երկիւղ չըկապեն այդպիսի շարժումների կամ գործողութիւնների լամբեր երեխային անձնաւորութեան հոգեկան ամենաբաղձալի նեարդի հետ։ Սրանից ահա ինչ գործնական եղբակացութիւն կը ստանանք. պէտք է սկսենք նրանից, որ լաւ իմաստասիրենք երեխային, ձեռք բերենք նրա բնաւորութեան բանալին և իմանանք, թէ ամենից աւելի ինչ է նա սիրում և ինչ է ատում։ Այն սովորութիւնները, որոնց մենք կը ներշնչենք նրան, կը թույլ տանք ձեռք բերելու աւելի շուտ և այնքան աւելի հաստատ կերպով այդ սովորութիւնները կը պատաստւին նրան, որքան աւելի համապատասխան լինին նրա հոգեկան միտումներին։

Պերէի այս խորհուրդը աւելի ևս գործադրելի է այն հասակում, երբ ըմբռնողութիւնը դեռ լից է գործում, իսկ զգացմունքները դերադաս տեղ են բռնում։ Ահա մեր առաջին չորս տարեկան երեխայ, որ մեծահոգութեան հակումն է արտայայտում։ Նա սովոր է անդադար մի բան ծամել։ Նրա մարսողութիւնն անկանոն է կատարում։ Նա դեռ նոր է ճաշել, բայց արդէն խնդրում է մի բան տալ իրան ուտելու։ Մայրը ասում է նրան. «Մենք նոր էք ճաշեցինք։ Դու կուշտ ես հիմա։ Լաւն այն է, որ այդ կաշկանդակը աղքատ երեխային տաս։ Նա սոված է, իսկ դու կարող ես համբերել մինչև մեր թէյ խմելու։ Դէ, եկ այդպէս մի լաւ տղայ եղիւ։ Հաղիւ թէ կարելի լինի թույլ տալ, թէ լաւ երեխան այդ բանը չ'անի։ Այդ միջոցը երբեմնապէս կրկնելով և օգուտ քաղելով ամեն մի դէպքից, որ ցոյց տուին նրան իսկապէս կարօտեալ երեխաներ, մօրը վերջ ի վերջոյ կը շարունակ սովորեցնել երեխային մշտապէս մի բան ծամելու սովորութիւնից ձեռք վերառնել։ Սրա հետ իմիասին մայրը կը զարգացնէ նրա մէջ մեծահոգութիւն՝ զոհել իր բաւականութիւնը այլոց բարիքի համար։ Միայն թէ, պէտք է պարտաւորապէս երեխայի խնդրած կաշկանդակը տալ մի որևէ իցէ աղքատ մանկիկի՝ երեխաների ներկայութեամբ, այլ ոչ թէ խաբելով նրանց թաղցնել։ Երեխան վերջ ի վերջոյ կ'իմանայ խաբեալութիւնը և ներկայ միջոցը այլ ևս նրա վրայ ազդեցութիւն չի ունենալ։ Այն ժամանակ մայրը կը զրկուի մի գեղեցիկ միջոցից զարգացնել երեխայի մէջ մեծահոգութեան զգացմունքը, ոչնչացնել նրա ազահութիւնը և բացի այդ ինքը նրան վատ օրինակ կը դառնայ։

Եթէ երեխան կենդանիներ է սիրում, այն ժամանակ վերոյիշեալ միջոցը կարելի է այսպէս ձևափոխել, որ երեխային առաջարկում են կարկանդակը տալ շանը կամ թռչունների առաջը մանրելու։ Կարելի է առաջարկել երեխային նոյնպէս պահել կարկանդակի գինը մի որևէ խաղալիկ, գիրք կամ մի այնպիսի բան գնելու համար, որը երեխան ինքն էր խնդրում առաջ։

Ինքն ըստ ինքեան հասկանալի բան է, որ միևնույն միջոցները կարելի է գործադրել և այն դէպքում, երբ երեխան սովորութիւն է արել անկարգ կերպով քաղցրեղէններ ուտել։

Մեծերի օրինակը նոյնպէս կարող է լաւ միջոց դառնալ երեխայի վատ սովորութիւններ անհետացնելու համար։ Երեխայի երեսը և ձեռքերը կեղտոտ են։ Դաշտակին չէ չաջողում հարկադրել նրան լանալու։ Երեխան կա-

մակորաբար և շարունակ հրաժարում է կատարել աչդ-
պահանջը: Այն ժամանակ մայրը բռնում է նրա ձեռքից
և ասում է. «Գնանք ինձ հետ լազուհի: Իմ ձեռքերս
էլ կեկոտոտ են»: Երեխան յտնում է և լազուհի: Առհասարակ
իրանց երեխաների վատ սովորութիւնները ոչնչաց-
նելու և լազուհիները սովորեցնելու նախանձախնդիր ծը-
նողները շատ միջոցներ կարող են գտնել, որոնց օգնու-
թիւնով նրանց չաջողի աչդ նպատակին հասնել: Հարկա-
ւոր է միայն հաստատական լինել և շարունակ ձգտել
դէպի որոշած նպատակը:

II

Ս Ն Ո Ւ Ն Դ Ե Ի Ք Ո Ւ Ն

Երեխայի կանոնաւոր սնունդը մեծ նշանակու-
թիւն ունեցող բան է: Ըստերը չեն համարում, թէ երե-
խայի մէջ նրա ծնելու օրէն պէտք է դարձանք որոշ
ժամերում կերակուր ընդունելու սովորութիւնը: Բուստն
ասում է ուղղակի, թէ երեխաները իսպառ չըպէտք է սո-
վորութիւններ ունենան: Նրանք կարող են ուտել և քնել
անկանոն կերպով: Նրա կարծիքով կանոնաւոր սովորու-
թիւններ ստեղծելը մարդու համար ստեղծում է նոր պա-
հանջ, նոր հոգս: Այս դէպքում անկարգութիւնը, իբրեւ
թէ ամենաբնական բանն է: Թող նորածին երեխան ուտի
և քնի միայն երբ նա ուզենայ: Այն ժամանակ նրա դաս-
տիարակութիւնը համապատասխան կըլինի բնութեան
պահանջներին:

Ներկայումս շատ ծնողներ և դաստիարակներ նոյն
համոզմունքն ունին: Նրանք աւելորդ և մինչև իսկ վնաս-
ակար են համարում սովորեցնել երեխային կանոնաւորա-
պէս քնել և կերակուր ընդունել, գերադաս համարելով
ղեկավարել երեխայի ցանկութիւնով: Նրանց կարծիքով,
նրա բնագոյնը անսխալ կերպով կըթելագրէ նրան երբ
քնել և երբ ուտել: Բայց աչդպիսի տեսակէտի հետ բաւա-
կանին դժուար է համաձայնել: Մեզ թւում է, թէ աչդ
դէպքում երեխայի կամակորութիւնը բնութեան ցոյցի
տեղ է ընդունում: Երեխան շուտ շուտ է ուտում, ոչ թէ
այն պատճառով, որ նրա կազմաւոր խնայող սննդւելու
կարիք է գգում և իրաւի քաղցած է. այլ զանազան գըր-
դումներից: Երեխան հաճուքով է ծիծը բերանն առնում
ամեն անգամ, երբ նրան ծիծը դէմ են անում, ոչ թէ
այն պատճառով, որ նա քաղցած է, այլ այն պատճառով,
որ անորոշակի նեարդերի գրգռումները նրան բաւականու-
թիւն է պատճառում: Աւելի հասակաւորը տեսնում է, որ
ուրիշները ուտում են, պատահում է քաղցրեղէնների իս-
նութների, ուր քաղցրեղէններ են վաճառում և խնդրո մ
է իրան էլ տալ: Նա սրտնեղութիւնից և կամակորութիւ-
նից է կերակուր պահանջում: Որքան յաճախ մենք գիշա-
ները նրա խնդիրներին, այնքան յաճախ նրա մէջ կարթ-
նանայ ուտելու ցանկութիւնը: Երբեմն տգէտ մայրերի և
դպեղաների ձեռքին երեխան սովորում է ուտել՝ կաւիճ,
կաւ և խստիւ պահանջում է տալ իրան աչդ նիւթերը:

Միթէ կարող ենք մենք բնական համարել, եթէ նա մեր
աչքի առաջ մաշեցաւ աչդպիսի սնունդից և կաղդու-
ւեցաւ միայն, երբ նրան այլևս չըտին վերոյիշեալ նիւ-
թերը ուտելու: Միթէ բոլոր նոյնակերպ դէպքերում մենք
հետևում ենք բնութեան պահանջներին: Առհասարակ զե-
կավարել երեխայի պահանջներով, որը դեռ չէ կարող ու-
րոշել իր սեպհական զգացմունքները, ուղղակի անմիտ
բան է: Մենք գիտենք, որ վաշրենին շատ անգամ կամ
սոված է մնում, կամ չափազանց բռնաւորում է իր ըս-
տամոքսը: Պատահում է նրան այնպէս լքնել իր ստա-
մոքսը, որ նա կարող է միայն քնել և իր ստամոքսի մէջ
գտնւած կերակուրը մարսելով դարձել: Կարող ենք ասել,
թէ խելացի կերպով է զոհացնում իր կարիքները: Իսկ չէ
որ հասակաւոր վաշրենին փոքր երեխայից աւելի խելա-
հաս է: Եթէ ուրեմն առաջինը ընդունակ է աչդ կերպ
սննդւելու կարգը խանգարելու, ինչպէս կարելի է հաւատ
ընծայել երկրորդի պահանջներին: Այստեղ մի աշխարհ
թիւրիմացութիւն կայ:

Սնունդը պէտք է երեխայի կազմաւորման մէջ քաջ-
քաջ ող նիւթերի տեղը բռնէ: Այդ նիւթերի փոխարէն
տալ այնպիսի նիւթեր, որոնք կերակուրի մէջ են գտնուում:
Երբ երեխան քնած է, նիւթերի փոխարինութիւնը դան-
դալ է կատարում: Եթե ուն գրութեան մէջ աւելի արագ
է սպառում պատշաճաւոր նիւթը: Բայց եթէ քուր և
զործունէութիւնը երեխայի մէջ փոփոխաբար կանոնաւոր
են կատարում, որոշ ժամանակամիջոցում նրա մարմնի
մէջ ոչնչանում է մօտաւորապէս այնքան նիւթ, որքան
կարելի է վերանորոգել կերակուրով: Այս պատողութիւնը
ցոյց է տալիս ուղղակի կանոնաւորապէս սննդւելու կար-
ւորութիւնը:

Յայտնի է, որ մարսողութիւնը կատարում է սկիզբը
ստամոքսի մէջ: Այնտեղ կերակուրը ենթարկւում է ստա-
մոքսահիւթի ազդեցութեանը, որը ներգործում է զլիսա-
ւորապէս սպիտակուցի վրայ: Հասակաւոր մարդու ստա-
մոքսի մէջ կերակուրը ընդունելուց չորս-հինգ ժամ յետոյ,
նա տեղափոխւում է ստամոքսից աղիքների մէջ, ուր կա-
տարւում է դեռ չըլրացած մարսողութիւնը և սննդարար
նիւթերի՝ սպիտակուցի, ճարպի և ածխաջրային նիւթերի
ներս ծծելը: Եթէ մենք կերակուրը աւելի շուտ շուտ
ընդունենք, քան թէ ցոյց տաւ ժամանակամիջոցնե-
րում, այն ժամանակ նոր կերակրանիւթերը կըխառնւեն
մարսածների հետ: Այն ժամանակ կերակուրը կարող է
բռնել ստամոքսի մէջ, որը նորէն սկսում է նրան մար-
սել կամ նորի հետ տեղափոխել աղիքների մէջ: Թէ ա-
ռաջին և թէ երկրորդ դէպքում կազմաւոր կորուստ ու-
նի: Երբ կերակուրը բռնում է ստամոքսի մէջ, յետագ-
ւում է նրա տեղափոխութիւնը աղիքների մէջ և արիւնի
մէջ ներս ծծելը: Բացի աչդ ստամոքսը չափազանց լք-
ւում է, նրա պատերը քիչ քիչ կորցնում են իրանց դի-
ւաճառութիւնը: Նա ընդլայնանում է և կերակուրը՝ ստամոք-
սից աղիքների մէջ հրելու նրա ունեցած ընդունակու-
թիւնը նւազում է: Այս պատճառով կերակրանիւթերի
մի մասը մշտապէս մնում է նրա մէջ և գրգռում է
նրան: Վերջի վերջոյ առաջանում է դում (կատարը)

Ստամոքսը այդ դէպքում նույնպէս չօգնում է և հիւանդանոցում, ինչպէս ամեն մի անդամ (օրգան) անդադար աշխատելուց:

Մեզ համար վնասակար է և այն դէպքը, եթէ դեռ նոր ստամոքսի մէջ մտած կերակուրը խառնում է արդէն մարսածի հետ և լքցւում աղիքները: Այդ դէպքում այն սպիտակուցները, որոնք պէտք է ենթարկւէին ստամոքսահիւթի ազդեցութեանը, մտնում են աղիքների մէջ առանց փոփոխութիւն կրելու: Նրանց մի մասը կազմաձքի համար ի զուր են կորչում:

Չատերը կարծում են, որ եթէ երեխային մի կոնֆէտ, մի կտոր սպիտակ հաց, խնձոր և այլն տան, դա ոչինչ նշանակութիւն չունի: Բայց այդպիսի կարծիքը սխալ է: Կերակրի մէջ դրնալով մանր կտորները միևնոյն է կըզրորդեն ստամոքսի յորձիւնաւոր թաղանթը, որից կառաջանան մեր վերև յիշած հետևանքները: Բացի այդ, կոնֆէտի կտորների անդադար դորձածութիւնը պատճառում է թքի և ստամոքսահիւթի անօդուտ կորուստ, այն ինչ նրանց քանակը լաւ մարսողութեան համար մեծ նշանակութիւն ունի: Եթէ մենք նրանց շուշկենք անօդուտ կերպով մանր կտորների վրայ, այն ժամանակ մեծաքանակ կերակուր մարսեցնելու համար նրանք հերիք չեն անի և մեր սնունդը կըվնասուի: Որքան աւելի կերակրի մէջ մենք խնայողութիւն անենք այդ նիւթերի վերաբերմամբ, այնքան կատարեալ կըլինին մեր մարսողութիւնը և սննդառութիւնը:

Անդադար ծամելը վնասակար է ոչ միայն ստամոքսի, այլ և երեխայի ատամների համար: Անհերք է, որ ինտելիգենտ մարդկանց այնքան շատ վնասւած ատամների պատճառը ոչ թէ քաղցրեղէն դորձածելն է, այլ բերանի մէջ մշտապէս կերակրից մնացած մասերն են: Վերջինները լքցւում են ատամների արանքները, նեխւում են և ատամները փտեցնում: Իսկ եթէ երեխան մաքրում է իր ատամները օրական մի կամ երկու անգամ, այդ դէպքում ևս նրանց դժուար է առողջ պահել, ըստորում վրնասակար նիւթերը կազմւում են մի անգամ մաքրելուց մինչև միւս անգամ մաքրելու արանքում:

Այսպէս ուրեմն կանոնաւոր սննդառութեան համար բնագիտական հիմունք կայ:

Վերևը մենք տեսանք նոյնպէս, որ լուսաւորութիւնը տարածւելու հետ ի միասին, մարդս աւելի և աւելի հպատակւում է այդ օրէնքին: Ինչպէս ուրեմն չըզարգացնել երեխայի մէջ կանոնաւորապէս սննդւելու սովորութիւնները ամենամատաղ հասակից: Ինչպէս պէտք է նրան սկըզբում անկանոնութիւն սովորեցնել, իսկ չետոյց ետ սովորեցնել:

Եթէ երեխան սովորել է զրգուել իր անորոշակային ըզգացողութիւնը, այն ժամանակ նրա միտքը կըդառնայ շարունակ դէպի ուտելիքներ: Նա աշխատում է ամեն կերպ նրանց ձեռք բերել: Նա կաշում է մօրը, ծառաներին, որ մի բան տան իրան ուտելու, ինքը գնում է կամ ամեն մի հնարով ձարում է քաղցրեղէններ: Մայրը հարկադրում է նրան կարգաւ կամ զրել, իսկ նա ասում է՝ «Ինձ բուլկի

տուր, ես ուտել եմ ուզում», և զբաղմունքի ժամանակ նա շարունակում է ուտել: Երբ երեխան հասակն առնում է, մայրը սկսում է կշտամբել նրան անդադար ծամելու համար: «Ինչպէս չես ամաչում, ասում է նրան, դու հէնց նոր էր կերար, կրկին ես ուզում: Սպասիր մինչև ճաշ: Ինչ փոքր չես»: Բայց երեխան սովոր է արդէն շարունակ մի բան ունենալ բերանում և նրան դժուար է մշտապէս անորոշակային նեարդերը զրգուելու պահանջին դիմադրել: Նրան դժուար է այլևս ծննդեան օրից նրան պատուաստած այդ սովորութիւնից ձեռք վեր առնել: Նրան ասում են, թէ նա հիմա արդէն մեծ է և պէտք է ուտել այն ժամանակ, երբ հասակաւորներն են սեղան նստում: Այդ բանը լսելով, նա սկսում է ամաչել տարածած մօրը խնդրելու, որ իրան կերակուր տան: Այն ժամանակ սովորութիւնը հարկադրում է նրան՝ հնարել ուրիշ միջոցներ, որոնք կերակրի տեղը կարողանան բռնել:

Կ. Ջ.

ԲԺՇԿԱԿԱՆ ԲՐՈՆԻԿՈՆ

Հանդուցեալ ուսուցչապետ Զախարինը բազանիքի դէմ էր. նա խորհուրդ էր տալիս միայն ջրով սրբել (մարմինը տրորել) ամառն ամեն օր, իսկ ձմեռը շաբաթը մի անգամ: Թէչը և սուրճը տաք չըլսմել, արաղ ամենեւին չըլսմել: Առաջի ժամանակ լաւ կըլինի միայն ջուր և կաթ լսմել: Գինի բոլորովին չըլսմել, իսկ անհրաժեշտ դէպքում մի բաժակի լա՛վիթ կամ մարգօ: Առաջի ժամանակ հանքային ջրեր լսմելը առհասարակ վնաս է: Առաջը պէտք է տանը պատրաստել, սօուսներ չուտել: Առաջի ժամանակ լաւ ծամել և չըլսուել, այլ ուտել հանդարտ և հիմնաւորապէս: Ցիրեկը լաւ է մի երկու անգամ զբոսնել, բայց չըվաղել, որ մարդ չըջոգնի, այլ դանդաղ քաջով և «չիմարի նման» ոչ մի բանի վրայ չըմտածել և չըզրգուել:

Անցիլական բժիշկ Մեկենզին առաջարկել է իր ընկեր Մատիւ-Գէյին մի տարօրինակ գրադ:

Մատիւ-Գէյը ջերմ պաշտպան է Ջենների եղանակով ծաղիկ պատուաստելուն (կտրելուն), իսկ Մեկենզին հակառակ է ծաղիկի պատուաստմանը, և ահա Մեկենզին լսելով, որ Մատիւ-Գէյը մտադիր է քննելու, թէ որ աստիճան ծաղիկի պատուաստ ունեցողները տրամադիր են ծաղկով հիւանդանալու, առաջարկում է սրան հետևեալ փորձը:

Նա՛ Մեկենզին իր կնոջ հետ, թէպէտ երկուսին էլ ծաղիկը չէ պատուաստած, համաձայն են ամառւան միջոցը անցկացնել ծաղկով հիւանդների բուժանոցում, այն դէպքում, եթէ Մատիւ-Գէյն էլ իր կնոջ հետ կանխապէս ծաղկով պատուաստուելուց չետոյց համաձայնեն նոյնպէս այդ բուժանոցում անցկացնել ամառը:

Այժմա Մատիւ-Գէյից սպասւում է վճռական պատասխան:

Ա յ լ եւ ա յ լ ք

Պարիզում ոստիկանապետի կարգադրութիւնով արգելւած է փողոցներում թքել: Այդ կարգադրութեան նպատակն է թութի տարածւելու առաջն առնել:

