

2. Կերակրէն վերջը պէտք չէ մէկէն բաղնիք երթալ ու լուացուիլ. ինչուան իրեք չորս ժամ պէտք է ըսպասել, որ կերակուրը մարսուի. անկէ առաջ թէ որ մէկը բաղնիք երթայ՝ ջուր մտնէ, մէկէն անմարսողութիւն կ'ունենայ :

Է. Պէտք չէ առանց հարկաւորութեան սովորութիւն ընել որոշած ատեն մը արիւն, կամ մաքրողական ու փսխեցուցիչ դեղեր առնելու. վասն զի թէ որ մէկը մէյ մը սովորութիւն ընէ, թողուլը փնասակար կ'ըլլայ. անկէ զատ աս փնասն ալ ունի որ դեղերը քիչ օգուտ կ'ընեն՝ սովորական ըլլալուն պատճառաւ, որով հարկաւոր եղած ատենն ալ օգուտ մը չեն ըներ :

Ը. Սմանք ծուռ ու փնասակար կարծիք մը ունին թէ ամէն հիւանդութիւններու դեղ է շատ քրտնիլը : Իայց չափազանց քրտնիլը աւելի կը փնասէ քան թէ օգուտ կ'ընէ :

Թ. Պէտք չէ ամենեւին առանց բժշկին հարցընելու խարան՝ մը գոցել, կամ խարանադեղ՝ մը և կամ հին վերք մը չբանեցընելով չորցընել. վասն զի շատ փնասակաւ է :

Ժ. Յանկարծական մեծ ուրախութիւնէ մը, և կամ գէշ լուրէ մը կրնայ մարդ ինչուան յանկարծ մեռնիլ. աս բանս գիտնալով, պէտք է այսպիսի բաները վարպետութեամբ ու կամաց կամաց իմացընել. բայց մասնաւոր կերպով դիտելու բան է որ կերակրէն ետքը ըլլայ. նոյնպէս դիտելու է որ աւելի զգուշութեամբ իմաց տրուին այսպիսի լուրերը հիւանդաց որ նոր առողջացեր են, և անոնց որ ջղաց տկարութիւն ունին :

ԺԱ. Պէտք չէ ուրիշը վախցընել, մանաւանդ տղաքը, որոնց կազմուածքը տկար ըլլալով՝ մէկէն կ'այլայլին : Սոսն զի վախէն շատ տեսակ հիւանդութիւններ առաջ կուգան, ինչպէս ջերմ, ջղացաւութիւն, գող, վերնո-

տութիւն՝ և այնպիսի մարդիկ բոլոր իրենց կեանքին մէջ ապուշ՝ կը մնան :

ՕԳՏԱԿԱՐ ԳԻՒՑ

Սրբին Դէպանի առողջարար յատկութիւններուն վրայ :

ՍՐՈՒՐԸ այնչափ առողջարար յատկութիւններ ունի որ հին ատենէ 'ի վեր ճանչցուած է, և տաք կամ գաղջ և կամ պաղ ջրով լուացուիլը ամէն տեղ խիստ հարկաւոր ու օգտակար դեղսեպուած է, մանաւանդ արեւելք : Եւրոպային մէջ աս տարիներս ջրով բժշկութիւն ընելը նորելուք սովորութիւններուն մէկն եղած է, որ ջրաբուժութիւն՝ ալ կ'ըսուի. և զարմանալին ան է որ շատ բժիշկներ ամէն տեսակ արտաքին հիւանդութեց դեղ կըսեպեն պաղ ջրով լուացուիլը, շատ մարդիկ ալ համարձակ կը գործածեն աս ամենադիւրին դեղը : Ի՞նչքա աս բանիս ստուգութեանը երաշխաւոր չըլլալով, հոս միայն ջրով վերք բժշկելու հնարքին վրայ խօսինք, որ շատ հաւանական է թէ օգտակար բան ըլլայ :

Հասարակ ժողովրդեան մէջ կարծիք մը կայ թէ որ և իցէ վերքի կամ կտրուածքի կամ այրուքի ամենեւին ջուր պիտի չգրպչի. անոր համար գրեթէ կաւ չմնար՝ եղ չմնար որ վերքերու վրայ չգնեն, և հիւանդին ոչ վերքը կը լուան, ոչ ձեռուրները և ոչ երեսը, թէպէտ և աղտոտ ըլլայ : Իսկայնախապաշարմունք մըն է որ հիւանդին նոր նեղութիւն չտալու մտքով ունեցած նեղութիւնը կ'աւելցընէ ու կ'երկընցընէ :

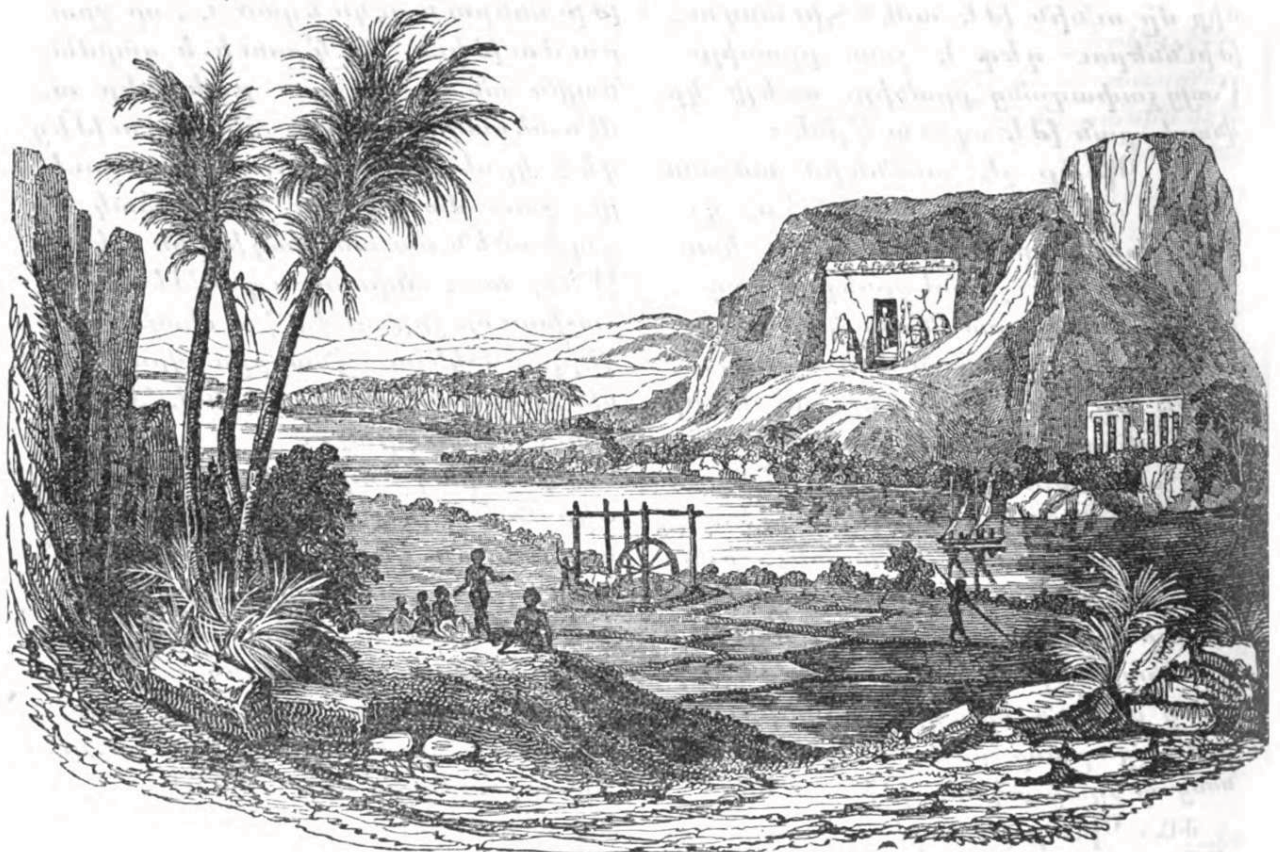
Ի՞նչ յայտնի է որ եթէ կտրուածք մը կամ վերք մը սաստիկ ըլլայ, ու

արիւնը խիստ առատ վազելով չգա-
դրի, պէտք է վիրաբոյժ կանչել: Բայց
հասարակ վերքերու ատեն՝ կամ գէթ
ինչուան որ բժիշկը հասնի, պէտք է
բրդեղէնի կտոր մը պաղ ջրի մէջ
թաթխել ու վերքին վրայ դնել, ու
րով մէկէն կը զովանայ վերքը. և քա-
նի որ ան լաթը տաքնայ՝ նորէն պէտք
է պաղ ջրին մէջ թաթխել ու դնել
վերքին վրայ: Իսկ թէ որ մէկուն ձեռ-
քը կամ մատը կամ ոտքը ճգմուի կամ
ուռի, ջրին մէջ քիչ մը քացախ կամ
աղ ալ կրնայ խառնուիլ, որ ուժը ա-
ւելի ըլլայ: Երբոր մէկուն թեւը կամ

ոտքը կամ ուր և իցէ ոսկորը դիպուա-
ծով մը կտորի կամ խախտի՝ մէկէն
պէտք է վիրաբոյժ կանչել. բայց որ
պէս զի ան միջոցին վերքը կամ ու-
ռեցքը կամ թէ կտրուած տեղը բոր-
բոքումն չպատճառէ, շատ աղէկ կ'ըլ-
լայ պաղ ջրով թրջել ատեն ատեն.
անով տաքութիւն կը զովանայ, ցան
ալ կը մեղմանայ: Եւ մանապէս երբոր
տղոց ձեռուքները, ոտուքները ձմեռ
ատեն կը ճաթըռտին ու ձմեռնակ
կ'ըլլան, գաղջ ջրով թրջելը խիստ ա-
ղէկ է. վասն զի եռքը անով կը դա-
դրի, ու վերքը չզայրանար:

ԲԱՆԱՍԻՐԱԿԱՆ ԳԻՏԵԼԻՔ

ՀԱՆՈՍՈՒԹԻՒՆ



Երկրագործի կոչումը:

Երկրագործի վերի կոչմանը, Ստո-
րին՝ Երկրագործի անունով, ուր
որ հիմա խեղճ Երկրագործներ կը բնա-
կին ողորմելի գեղերու մէջ, այնպիսի

մեծագործ հին շէնքեր կան որ տես-
նողին միտքը կը յափշտակուի, ու ան
մեծագործութեանց վրայ նայելու ա-
տեն ինքզինքը երկու իրեք հազար