

F. 2470A 4201

I. 2470.

A. 4207.

1/16

Onanismus,

ehk

# Suguhimu.

Tema põhjused ja kahjulik mõju  
terwisele.

Kirjutanud Dr. S—.

**Tähendus:** Seda raamatut tohivad  
üksnes täisealised lugeda;  
laste eest piab teda kõr-  
wale hoidma.

Trükitud A. Seidelberg'i juures.

2470.

Onanismus,

ehk

# Suguhimu.

Tema põhjused ja kahjulik mõju  
terwisele.

Kirjutanud Dr. S.



**Tähendus:** Seda raamatut tohivad  
üksnes täisealised lugeda;  
laste eest piab teda kõr-  
male hoidma.

Trükitud N. Seidelberg'i juures.

Согласно отношенію Медицинскаго Департамента  
Министерства Внутренних Дѣлъ отъ 19. Августа 1893 г. за  
№ 8155.

Дозволено цензурою. — Юрьевъ, 23 Августа 1893 г.





## Tähendus.

See raamatufene on täisealistele ja nooresjugu kasvatajatele kirjutatud, sest et nooresoo keskelt onanismuse haigust mitmes kohtas leida on. Igale haiguslele piab aegsaste vastu astuma ja teda parandada püütama enne kui ta võimust võtab ja enne-aegu hauda viib. — Terwis on warandus mida igauks kõige kallimaks piab pidama. Sellepärast on ta tarwilik, et inimesed selle kohaseid juhatamissi terwise hoidmiseks ise lugeda võiwad ja nende juhatamissi järele elada püüawad. —

Raamatu väljaandja.

## Esimene peatükk.

### Seeme.

Sugu edasi sigitamine on loomuse riigi esimene ülesanne.

Kõikide arstide ühemõttelise tunnistuse järele on mehe seemne sahwat kallis wedelik, mis oma täieliseks saamiseni pikka aega nõuab. Ta kogub ennast aegamööda organides ja ühineb weikesteks seemne põiekesteks tusepõie ja pärasoolika wahel seiswas koopas kokku. Meid põiekesi hoiab õrn kiudliha kinni, et nad tahtistamata ei katkeks ja seemne sahwat iseennesest kanali mööda wälja ei jookseks.

Seemne sahwat on paks wedelik, tema hullas asub muna ja teised elu teisendid. Tasakaalu järele on ta weest raskem. Ta on walge-hallimahla karm, wänge haigusga, ja tuletab meelde luupuru ehk kastania õiede lõhna. Peale wee

jagude mis sahwti hullkas on, asuwad seal nõnda-  
nimetatud seemne põiekeseb. Need palja filmaga  
nägematad, muna wormi, loomakesed on liig õr-  
nad. Nende suurus on mitmesugune.

Nende loomakese edasi kandmine sünnib juures-  
magamise läbi. Shus kaotawad nad oma elu  
4—6 ehk 12 tunni jooksul, aga ematuppes ela-  
wad nad 7 kuni 10 päewa, kui nad oma õigele  
kohale juuresmagamise läbi saanud ei ole. Täht-  
salt mõjub seemne walmimine inimese organide  
peale suguosade täielikuks saamisel. Õrn, peeni-  
kene heal muutub kõwaks, mehelikuks. Keha läheb  
kangemaks, jõud suuremaks. Waimu wõim tõuseb  
märksalt ja sugutamise iha ärkab.

Need muutused mõjuwad aga siiski wähest  
koguni teisel teel inimese organide peale. Seemne  
sahwti walmimine toob kaasa keha ja waimu jõuu  
kahanemist. Keha läheb raswaseks, muskliste kõ-  
wadus kaob ja heal muudab ennast peenikeseks  
— naesehealeks.

Maesterahwa küpsuse kohta annab kindlat  
tunnistust munakene, mis munasarjast põiekese  
lõhkemise järele emakusse rändab, ühes eneses  
asuja wedelikuga.

Õga kuuse puhastamise ajaks läheb üks nii-  
sugune munakene munasarjast lahti ja rändab  
lapselõjasse, kus ta mehe seemnega kokku puutu-  
des loomulikult idanema hakkab.

Sellkombel on seeme kallis jagu organismu-  
sest; aga nimelt neile, kes teda üleliigselt ära

ei raista, sest et ükski asi inimest rohkem ei kurna, teda närwide poolest nõrgaks ei tee, talle raskeid ja kurnavaid haigusi ei sünnita, kui ülemeelselt seemne sahwiti äraraiskamine. Niisugust liiderlikku inimest ei oota üksi enneaegne surm, waid ka tema järeltulewa sugu näolt paistab weel selle kõlwatu elu tagajärjed, nagu waimlik kui ka ihulik nõrkus ja muud sellesarnased tundemärgid. —

## Teine peatükk.

### Onanismus ja tema põhjused.

Onanismuseks saab nimetud loomu wastaline suguhimu wähenemine, teisel teel, kui ainult abielu läbi. Tema ärkab inimeses liiderliku juttude lugemise läbi, ropu kõnede järelduusel ja kahjuks ka laste juures, kes ilma ülewaatuseta ümber jooksewad.

Onanismus ärkab äritatud mõttekujutuste läbi, mis seemne ära heitmist tahab, kas suguosade ühendamise ehk mõne teise abinõu läbi.

Wäga kahjulikult mõjub terwise peale warane suguosade ühendamine, kui need liikmed weel füüsikalikult täiskaswanud 'pole.

Sellkombel ei ole sõna onanismus mitte üksi käsihooruse tähendaja, waid täies mõttes ka iga suguse wooruseta elu ja porduelusse puutujate mõtete kohta mõistetaw.



Rui mitmesugused abinõud niisuguse tiirastuse tarwis pruugitud saamad; sellekohta näeme arstide tõendustest, et väljajoolamise sundimiseks sõrmused, wõtmed ja ukse haugud tarwitud saiwad, mis muidugi suure walu läbi sündis ja sagedasti arsti juurde pidi jookstama, et suguliget näpistusest wabastada. Mõnikord torkawad niisugused onanistid väljajoolamise kanaalisse õlekõrred ehk orgid, et väljajoolus sünniks, mille läbi aga juhtumise teel kusepõiesse puutuda võib ja kust siis mitme waewaja haiguse põhjused sigenewad.

Raesterahwad toimetawad niisugust tiirastuse himu kustutamist nii, et mõni pehme asi ehk sõrm ematuppe saab pistetud ja siis edasi tagasi õerutud. — See on aga suur surma poole.

Rõige rohkem annawad ennast niisuguse patu fisse noored inimesed. Sellepärast hoidku igaüks mõislik inimene oma lapsi niisugustest kõlwatustest inimestest, kaswatus kohtadest ja perekondadest eemalle, kus seesuguseid põlewa armastusega kiimalikkusi romaani saab luetud, kus kõlbmata ülespidamine ja kombeta juhtumised ette tulewad. Niisama ei pia lastele ialgi wainustawaid jooksiid andma, ega tubaka suitsetamist lubama.

Rõik niisugused waimu äritawad olused mõjuwad noorde inimeste närwide peale, ja iseäranis tähtsalt suguosade kohta. Selle läbi saab laps ilma tema enese teadmata waimu poolt nüristatud ja ta hakkab niisuguste kõlbmata pattude



poole püüdma, ehk küll vastu enese tahtmist, mis teda hukatusesse wiib.

## Kolmas peatükk.

### Seemne sahwti ülemäära äraraiustamise järeldused.

#### a) Meesterahwas.

Üleliigne seemne sahwti äraraiustamine, ükskõik millkombel see sündis, toob enesega kõige kardetavamad järeldused. Inimese keha, kes suurel hulgal niiskust ja mahla ära kaotas, sagedaste kordamate krampliku wäitamiste läbi, läheb kord korralt wäsinumaks ja nõrgemaks.

Ärariikutud suguosades ilmuvad sagedaste petlikud wäitused. Kogunist weikene kokkukogunud osa seemne sahwtist ärritab seemne põietesti, nii et need, oma loomuliku kindlust ja jõudu kaotades, kõige weiksema wälispidise äritamise läbi sahwti wälja pritsivad.

Lõbuarmastajad jääwad, teadusemehe Hippokrati tõenduse järele, lahjaks, ehk neil küll wähest hea söögisu on. Tunnewad sagedaste rahutumat olekut oma seljas, nagu sipelgate kihelemist. See teadusemees räägib järgmist: „Niisugune tundmus tõuseb lõbuelu armastajatel ja uuelts abielusse astujate juures, kes palju seemet on ära kaotanud; ilma külma tundmuseta, söögi isu ei kahane, kuid keha kuivab ära. Selles haiguses

põdejad ütlevad, et nad tunnevad nagu roomaf-  
siwad sipelgad peast selgrooni. Kui nad kufewad  
ehk keha tühjendusele lähewad, siis woolab seemne  
wedelik iseenesest. Sugutoimetus naesterahwaga  
on neil figimata. Nad kaotawad seemne woodis  
olles, ilma sellesarnase unenägemiseta; kaotawad  
teda ratsasõidul j. n. e. Ühidelst: nad hinga-  
wad raskelt, on nõrgad, tunnevad pea raske  
olema ja kõrwad kumisewat."

Zels ütleb: „Noored inimesed kes ennast  
lõbu rõemude lustile annawad, kaotawad näo  
loomuliku jume, lähewad kollaseks, uniseks, lai-  
faks, nüri waimuliseks ja mõnikord jääwad lühi-  
keste nägemisega; käiwad küirus ja waewatult;  
nende põlwed wärisewad ja jalad ei taha keha  
kanda.

Praeguse aja arstid tõendawad ka muiitse  
aja ütlejate kinnitusi.

Sanctory, Lopus ja teised tõendawad, et  
lõbuelu õnne maitsemise mitmesuguseid haigusid  
sünnitab, nagu: seedmise nõrgaks jäämine; söö-  
mise rammu kadumine wähendawad keha täiust,  
nõrgendawad nägemise terawust, ja toowad ka  
koguni selle kaotamist ühes. Ühidelst: langetõbi,  
liikmete tuimus, lühikene nägemine, krambid ja  
luuwalu ehk jooksjä on täielikud seemne sahwiti  
ülemäära äraraiskamise järeldused.

Kuulus Hollandi arst Tulpius ütleb, et seemne  
äraraiskamisega selgroo üdi üksnes ära ei wähene,  
waid ka terve inimene ise waimu ning

ihu poolest nõrgaks jääb ja oma elu kõige haledamal kombel lõpetab.

Sellkombel mõjuvad enamjaolt kiimaluse tagajärjed: 1) närvi- ja siseorganite tundmise organide kohta, iseäranis nägemise ja kuulmise peale ja 2) maoapparaatidele, kus kõhu põletik ilmub, kõhu ülesajamine gaaside läbi, lahtine kõht, ummikses olek ja teised mao, põrna ja rahnuude haigused. Kõik need haigused ilmuvad järk järgult.

Sgafordse liiderliku toimetuse järele ilmub aeglik waimu wäsimus, aga sagedate wäljaajamiste juures jääb jäädawalt, et: waimu osawused nõrkenewad, tundmused kahanewad, mõtte mõlgutused kustuwad ja wooruse ained kaowad.

Tiirastuse ori läheb kollaseks ja kahwatuks; sisse wajunud filmade ümber asub sinakas wiir, filmaterad laienewad j. n. e.

Kleehof kirjutab oma kirjatoos „Waimuhaiged,“ et sagedane seemne sahwiti ära raiskamine nõrgendab kõiki terweid ihuliikmeid ja toob enesega kaasa karsitust, laiskust, nõrkust, jõuetust, kõhnust, kohmetust ja tundmuste kahanemist, aga nimelt, meeletuks jäämist, mõistuse kaotust, minekust ja krampisid. Kuid kõige suuremaks nuhtluseks on üleliigse hirmutäitjatel nende oma südametunnistus; see teadmine, et nad iseennast



niisuguse alatu olekusse on wiinud; nad lähe-  
wad inimeste põlgajateks, tige dateks, hoiawad  
seltslifust elust eemalle, otšiwad ükšildust ja  
waewatud alatafa elule ettemiškamistega, lõpe-  
tawad nad enamast oma kašetsemise wäärt elu  
iseenesetapmise läbi.

Tiirastus mõjub kõige rohkem suguosade  
peale ja selleläbi on loomulik, et tema järeldu-  
sed ka sealt ilmuma hakkawad. Suguliige  
jääd nõrgateks ja kaotab oma kõwaks saamise  
wõimu, seeme woolab kõige weiksama ärituse  
järele läbi kanaali wälja. Paljud kannatawad  
seemne wäljawoolu, ja see läheb läbipaistwaks  
wedelateks, kaotab oma loomuliku haisu, ning  
juurestegewa klaasi läbi on näha, et figiduse  
jaotused sahwiti hulgate kaduma on läinud.  
Mõned kaotawad sahwiti kanaali läbi pritsimise,  
teised tunnawad kibedat walu wälja tulemi-  
sel, aga wahest koguni wälja woolamise wõi-  
metust.

Niisugused muutused, suguosade kannata-  
mise läbi, wiivad jõuetumasse olekusse ja su-  
gutamisele kõlbmataks.

Jõuetu olek tuleb sellest, et suguliige oma  
pingule tõusmise wõimu kaotawud on ja ei wõi  
naesterahwa suguosasse saada, ning seal naese  
munakest figitada, aga teine põhjus tuleb otsekohe  
seemne lahjustest, mis ühendamise juures wälja  
saad pritsitud. Üleülbse wõib ütelda, et mida  
wähem figiduse jaotest, seda rassem on sünnita-



mist loota, aga juhtub, et niisugune tõdur isaks saab, siis on järeltulew jugu oma wanemate mooruseta oleku kaju waimuliku nõrkusega ja ihuliku wäetimusega. Nad on sagedaste kõweraate jalgadega, nõrga kehaga, warase mõistusega, wanamehe laadi, poolkustunud filmadega ja enne loomulikku wanaks saamist langewad nad hauda, nii et wanasõna, „kabi ei tuku kännust kauugele,“ tõeks jääb.

Wida termemad ja kõwemad wanemad, seda ilusam ja tugewam on järelsugu.

Dr. Hufeland ütleb: „Ma ei tunne ega tea ühtegi sellesarnast elu lõpetusele wiimise haigust, mis nii hääwitawalt inimese peale mõjub, kui sagedane seemne raiskamine. Ükski asi ei wähenenda niipalju meie elujõudu, kui mahla ära raiskamine, milles kõik loomulik jõud koos seisab, ja kust esimene elusäde tähtsab uue elu sünnitamiseks, ning mis meie enese were kõige kallim palsam on.“

Sellamal mõttel räägib ka Prantsuse arst Dr. Bary: „Ammu on tõeks tehtud, et miski asi nii woorust ja waimujõudu ei wähenenda, ükski olu mehelikku seisuga nii ei kaota, kui ilma piirita lõbu-tundmistes elamine. Niisama kui korralik piiripidamine meie jõudu, närwisid ja muskleid tugewaks teeb, sellamal mõõdul kurwab ja tõmbab maha ka kõige tugewama loomagi suguhimu täitmine. Põder kaotab selle läbi oma sarwed ja karwa; linnud jääwad kur-

waiks ja fulgimad; mees läheb halliks ja rõhutuks, naesterahwad kaotavad oma kauniduse ja ilu, aga taimed lähewad wiljatoomise järele kol-laseks ja kuimawad.

#### b. Naisterahwas.

Kaske on ütelda kumb suuremat sugutamise himu tunneb, kas meesterahwas ehk naesterahwas. Aga see on selge, et naesterahwa üleliigse suguhimu täitmise kui ka käsihooruse tagajärjed sugugi kergemad ei ole; aga selle wastu otsustawad mitmed teadusmehed, et naesterahwas weel rutem järelduste hääwitawa mõju alla langeb ja suuremat waewa kannatada saab, kui meesterahwas.

Nii tuleb, peale nende kannatamiste, mis meesterahwast piinawad suguhimude ajamise järele, naesterahwal weel iseäranis: emaku-haigused, walgete woolus, lapselõoja langemine, munasarja paistetused, emaku kõwaks minemine ja wähhajahaigus emakus, ema tupe wäljamenimine, mis jagedaste willidega ja paijetega kaetud on ja wiimaks emakuhullustus, kus naesterahwal lõik häbi kadunud, mida ta igasugu wõimaliku abinõudega kustutada püiab.

Niisugused naesterahwad kannatawad mitmesuguseid närwi haiguseid, krampsid, walgete ehk emakust paha haiguga mäda ja ila wäljawaolust, mis lapselõoja jäädawalt ära rikub.

Näo priiskus ja õrnus kaob, huuled jää-

wad kahwatuks, hammad lähewad tumedaks ja kõiges kehas ilmub täielik närtsimine ja rammetus, ning niisugune naesterahwas on muutunud elawaks furnukehaks, kelle warajeks kodukohaks haud on.

Prantsuse arst Rosjoo toob 24 a. wanaduse tüdrukü näituseks, kes suguhimu täitmise läbi suri. Esimesel nähtusel, ütleb Rosjoo, näitas ta nagu juba 50 aastane olema, aga mitte kui täies nooruses oleja tüdruk: ta käik oli waewaline ja kaalduw; pale luud olid kõrged, ninaots teraw ja kahwatu-sinikas, kaks suurt sügawat wolti laotasid ennast ninasõormete juurest kabele poole lajali ja piirasid suud ja huulesid, wiimised olid wilbakult, mille järele suu alati lahti seisis. Waewalt kuuldamalt jõudis ta mõned sõnad rääkida, kuid needgi takistatult; ta keha oli ärakuivanud ja jalad paistetunud.

Wäga sagedaste muudab keha oma loomuliku olu, suguhimu ajamise järele, niisama tõmbab ka selgrood küiru.

Inglis haigus, mida lapsed nii sagedaste põewad, on ka üks suguhimu järeldus. Nii on tähelepandud, et lapsed, kes korralikult on hoitud, 12—16 aasta wanadusel järsku oma terawuse, ja õrnuse kaotawad ja küirakaks jääwad, nagu wanainimesed, see on tõendusjeks, et nad nende aastade sees suguhimu haigusesse on jäänud.

Lõpeks tunneb naesterahwas, kes ennast käsi-



hoorusesse on annud, jälestust loomuliku ja fiskaaliku armastuse vastu, mis teda abieluse astumist põlgama sunnib, kus tema korraliku abielu kohuste täitmiste teel ometi kõige paremine terweks saada võiks, ning ennast patu ja õnnetuse tee pealt ärapeasta jõuaks.

### Neljas peatiik.

#### Himuwaigistamise ja juuresmagamise wahenditud.

Rahjulikuks piab igat niisugust wiisi nime-tama, mille läbi loomuliku tombe vastu, himuwaigistamine, wäljaajamise teel, ette saab wõetud mõlema sugu juures.

Esialt on see hädaohtlik, himuwaigistajal, jelleläbi, et see niisugune wäljasundimine ei sünni mitte inimese fiskaaliku nõudmiste järele, waid on ainult ärarikutud ilutsemise wili.

Himuwaigistaja piab iseenele närwi sisteemi, ülesäritama, ta piab petliku kujutusi oma mõtetes looma, kes teda loomuwastalise eesmärgile aitawad. Niisugune wäitamise toimetud mõjub rahjulikult närwide peale, terwise rikkumist ühes tuues.

Roguni teine lugu on abieluliku juuresmagamisel. Siin ei ärata lõbutundmist mitte ettekujutatud ilutsemine, ega wäljaajamine, waid suguliigete loomulik lüstitudmine, mis ka mõõ-



dupietawalt kasulik on, sest et selleläbi organid oma üleliigset mahla küllust ära wõiwad saata.

Sell põhjusel räägib ka teadusmees Sanktory, et määrapietaw juuresmagamine kasulik on, kui ta täie terwise juures ette saab wõdetud, kui selle lõpetusel tüdimust, elkitamist ehk muud wia tundmist ette ei tule.

Sellewastu kaotawad aga ise-himu waigistajad suguliigete wõimu, mille järeldufel nad wanaduses ka kuse kinni pidamise jõuu kaotawad. Ka ühineb senna juurde seemne jahwti woolamisega, wedeliku wäljawoolus neerude kólust, aga ise-äransis filmadest, suust ja ninast, mis arusaadawalt surmaga lõpeb.

Ra lahhtub niisugune himuwaigistaja feltslukust elust eemalle, otsib üksildast elu, jääb kurwameeleliseks, hinge-haigeks ja osalt segameeleliseks, kuna aga parjajalt juuresmagaja sellewastu üksikut elu põlgab ja inimeste feltsis olla armastab.

Himuwaigistaja püiab naisterahwastest eemalle põgeneda; teisiti teewad aga mõistlikud elanikud. Seda tõendab ka see, et leff mees ehk naine, kes abielus elanud, jälle uuesti soowib üksikust põlwest lahkuda ja abielusse astuda. Abielu kasulikum külq paistab ka selleläbi selgesti filma, et korralikud abielu mehed palju wanemaks elawad kui üksikpõlwelased.

Sanktory tõendab, et kui ka meesterahwas naesterahwaga jugu-lõbu ehk wähe kõrgemalle joo-

nele on lastnud minna, kui see korralikult minna võib, siiski saab see väsimuse tundmus vähem olema, kui seda suguliikme pingule tõusmise juures arvata võib, sest et lusti- tundmine suguosade ühinemisel kehaliikju jõudu kõrgendab ja kindlust annab.

Selle vastu maalib isewaigistaja sisemine elu temale selge wärwidega tema kurjatööd ette; ta süidistab iseennast raskest patustamises ja see piinlik tundmine, mis armastatud naesterahwaga iialgi ette ei tule, takistab organisid loomuliku olemisesse minemast ja wiivitab kaotatud olluste kogumist, mille järele aga tühen- damise himud kord korralt sagedamaks lähewad. Onanist ei tunne iialgi oma pattu, ta warjab seda kui sügawat saladust ja seda rohkem piinab teda seesugune kuritöö — mis teda aga iseenele hukkamisele wiib. Sügaw kurwastus ja südametunnistuse noomimine wi- wad teda hauda, sest et ta oma kõlbmata elule ja teole ühtegi wabandust ei leia. Teadmine mõjub järgmiselt: tuleb äratõrjumata waew ja kurbtus, krambid, nõrk meel ja liikmete tuimaks jäämine.

Sellepärast tõendab Dr Salkmann, et melanhoolikud kurwameelelised sellele kõlwatule teele kergesti lähewad. Sest kurwameelsus on üks neist libedatest wiljadest, mis enesega käsihoorust kaasa toob.

Kes teab, et ta ise oma terwise ära on ri-

kunud, siis ka need haigused ja õnnetused, mida ta enese ja oma järeltulewa sugu peale enese kõlwatu elu läbi on tõmbanud jääwad nuhtle- waks witsaks.

Nii suur on himuwaigistamise hääwitaja wõim. —

## Viies peatükk.

### Simuwaigistuse vähendamise abinõud.

Iga haiguse parandamine piab saama pik- kamisi, mõistlikult ettewõetud. Ja et niisugust haigust, mis inimese närwide ja musklike sisse on juurdunud, nagu onanisuus, ära parandada, piab kõige esmalt niisugune eluwõtja toimetus, sugu- himu abinõude waral täita, maha jätma, aga selle- järele siis teisi parandawaid wahendid ettewõtta. Niisuguse õnnetuse sisse anda on kerge, aga wälja peasta raske. See häbi-töö ajab oma juured nii sügawalle onanisti südamesse, et sagedaste noo- mised, ahwardused ja niisuguse teu koledate jä- relduste ära seletamised ilma kasuta jääwad. Siiski piab selle kurwa ja raske ülesande wastu ülesastuma.

On palju näitusid, kus niisugused haiged oma elu ja terwise kaotamise kartuse pärast, küllalt omal jõudu leidsid olema, korralikule teele ta- gasi pöörata ja õigel kombel elada.

Selle mõitluse pea takistajaks on mõnikord,



selles haigusel põdeja korratu elu, mida ka ise-  
äransil filmas tuleb pidada.

1.) Sellepärast peab püüdma, et niisugune  
haige, niipalju kui vähe võimalik, oma väsi-  
tamiseks loomulikult tööta, mis tema mõtteid  
eemal hoiab ja närwide ülesäritamist takistab,  
mis igakord selle patustuse eelkäijad on. Töö-  
tamise asemel on ka turnimine väga hea abinõu.

2.) Hommikul varane ülestõusmine ja sel-  
lejärel kohe woodist wäljatulek. Sest kauane  
woodis laisklemine nõrgendab keha. Pehmed sule-  
padjad on närwide erutajad, sellepärast on kõwa-  
ase ja tugev kate kasulikud.

3.) Söögid piavad terved olema, see on:  
piim ja taimetoidud, kuna liha söögid kõrwale jäägu.

4.) Joogiks ei piia mitte tarvitama kohwi,  
shokolaadi, wiina ja õlut mis werd äritawad.

5.) Ka kõlwatute raamatute lugemine, mis  
mõtete lõbutundmist teise seisuse vastu üles wõib  
erutada, jäägu eemalle.

Lugemiseks kõlbulised raamatud on ajalugud,  
reisikirjeldused, looduse-teadus ja teised, mis  
waimu kosutawad.

6.) Piab kombelikus ja haritud seltskonnas  
olema, kes inimeses töö armastust oskawad äratada.  
Sellewastu piab rikutud seltsilastest lahku hoidma.

Üksikult olemine on kahjulik, sest et mõtted  
miskiläbi ei saa lahutatud, kus nad iseene-  
ses täielikku wabadust tundes hakkawad ilutse-  
mise kujutusi ette maalima, mis korratumalle



teole viivad. Ka nõuab niisugune töö täielikku salaja ja üksinda olemist.

7.) On iseäranis ka puhtus nimetada, sest wälja aurunud higi hais äritab närwifid. Veel rohkem saamad närwid erutatud kui läbikäimise juures ühel ehk teisel feltfilasel, meeste ehk naisterahwal, niisugune puhtusetu oleku hais tunda on. Meesterahwas piab oma suguliikme alt ja naesterahwas — ematupe suu häbedus-mokade alt, igapäew puhtaks pesema. Wahest piab niisugust pesemist ka rohkem kui ükskord päewas ettevõtma, iseäranis mõnesuguste wooluste pärast.

8.) Ka abielusse heitmine parandab niisugust haigust, sellepärast ei pia mitte abielusse astumisele liig kitsaid piirifid ette määrama. Peaaegu on küll wõimata ütelda, missugune aasta kõige kohasem on abielusse astumiseks, sest et kõlbatus-märgid iga inimese juures ühel ajal nähtawale ei tule. Kuid tütarlaste mehelemine arwatakse parajaks kaks aastat pärast esimest kuu-puhastust, kui nad hea terwisega on, haiglastel muidugi hiljemalt. Sellega on naisterahwa mehelemine 16 aasta wanadusel wõimalik. Meesterahwa abielusse astumist ei wõi, mõnesuguste elutakistuste pärast, enne 20 aasta wanadust sugugi soowitada.

Liig warane suguhimu tundmine tuleb jagedaste haiglikkuiist sünnitus-organidest. Seal wõiwad mõned haigused asuda, nagu skrohli-tõbi keha alumises jaos, parandatud emaka wiga,

kui ka loomuvastaline wererohkus alumise keha jaos sees.

9.) Wärske õhu sees olemine, iseäranis hommikul vara, enne päikese tõusu, mill õhk kõige puhtam, on jalutamine kasulik. Õhu, õhtul pärast päikese loodet ei wõi mitte puhtaks ja terwisele kasulikult nimetada. Õhk piab kuim ja jaha olema; sellewastu on soe niiske õhk organide nõrgendaja.

Beel kasulikum on, kui wärske õhu sees olles, mõnda keha-wäsitawat tööd, mis muskleid kosutab, saab tehtud. Sellepärast ütleb ka Hufeland: „Kui kasulik see oleks, kui õpetud inimesed, kes tööjõulised ja sellele kõlblikud, endiste isa-isade järele teeks, kes oma riigiametite ja mõttetarkuse tööde kõrwal, labidas, kang ehk tuur käes oma aias töötasid. See kosutaks waimu ja ihu, mis kirjutus-laua taga nõrgendatud; keha liikumine, wärske õhk ja waimu lahutamine tooks iga aasta jõudu ja nooruse erkust, pikendaks eluiga ja elu-õnne.“

10.) Riided ei wõi mitte liig soojad olla, sest see soojendab keha, mis aga organidele nõrgenduseks on. Iseäranis kitsad, willased jalakatted ei ole soomitawad. Niisama on keha pigistawad riided ja sidemed kahjulikud, sest et selle läbi weri alumise keha osasse kogub, mis suguliikmeid äritab.

11.) Suwisel ajal on ka suplemine kasulik.

12.) Ratsasõitmine ei ole terwisele kohane, sest et sellega organid põrutatud saavad.

---

Unel on tähtjas mõju inimese terwise kohta, sellepärast piab ka onanist seda teravamalt tähele panema.

Magamise aeg on ülesüldse 7—8 tundi.

Waremalt on tarwis magama minna, et seda waremalt hommikul üles ärkada ja värskete õhuse minna; seda rohkem, et tubane õhk öö jooksul rikutud saab ja selle läbi sissehingamiseks kõlbmataks jääb.

Esimese unest ärkamise järele ei või enam woodisse jääda, waid piab kohe üles tõusma, sest et teine uni ikka kerge on ja wäsimust ja unenägusid kaasa toob, mis esimese ärkamise erust ja rõõmsat olekut kaotab.

Magama piab parema külje peal, aga mitte selili, sellepärast et seliti magades, seemne põiekesed, mis tusepõie ja tagumise-kanaali wahelt läbi käiwad, alla kokku saawad litsutud, mille läbi nad äritusele wõiwad kergesti tõusta. Magamise tuba olgu jahed. Täie kõhuga ei ole hea magama minna, sest kui mõned söögijaud heaste ei seedi, tunneb inimene ennast järgmisel päe-



wal nõrga ja wäsinud; ka rohke wee kogumine kusepõiesse toob kahjulikku mõju semne-põietestele.

---

Reisimine on ka neile kasulik, kes endid himu-tõbes nõrgendanud on.

Uued kohad, wärsked õhk ja liikumine kosutab terwist. Reisisist peab nõnda saama peale hakatud, et see wäga raskelt inimese keha peale ei mõjuks, kes paigal istuma on harjunud.

Jala reisimine on kõige kasulikum. Päewal piab reisima, aga öösel paigal olema, sest et keha puhkamist tahab ja ka öösene õhk kahjulik on.

Uga need, kelle haigus raskeks on läinud ja werd kõhivad, ehk kellel were woolusid ette juhtub tulema, piawad wiibimata arsti juurde minema.

---

Isearstimine rohtudega, himuwaigistamise haigust, nõuab terawat ettevaatust.

Kõige esmalt piab hoolega selle eest hoidma, et werelaskmist ette ei tule. Mõnes kohtas, kus niisugune haigus awalikuks on tulnud, on krampliku keha kokkutõmbamise, minestuste ja kõrwade tumamise korral aadert ehk kuppul lastud, aga

see on inetu ja kahjulik toimetus. Paneme tähele, mis asjatundja Loob sellekohta ütleb: „Igasugune vere vähendamine inimese kehast, kus teda ainult määratud armul on, vähendab jõudu ja annab põhjust mitmesuguste haigustele.

Et hinnuwaigistamine peaaegjalikult organide peale mõjub, siis võib ainult selle vastu niisuseid rohtusid soovitada, mis selle haigusesse viijate iha ja ilmumist nõrgendab ja hääwitab. Rõige kohalisemaks arvatakse: Hiina puukoore, weewannid ja raua-wee.

Hiina puukoore tarvitamine sünnib järgmiselt: võetakse üks osa nimetatud rohu pulbrit, keedetakse 12 jao weega ja lastakse seista. Sellejärele antakse haigele iga 2—3 tunni järele üks pool tee-lusika täit sisse.

Kasulik on ka raua-wee pruukimine, mis suuremõõduliselt kosutab.

Nende rohtude pruukimise ajal võib ka piima juua, mis kergelt köhtus seedib.

Niisugusel juhtumisel on ka hea, järgmine pulber: ühewõrra sõehapu magneesia suhkruga segatult, kaks kord päewas, õhtul ja hommikul, teelusika täis sissewõtta.

Rülma wee-wannid on kasulikud õhtul enne magama minemist toimetada, sest esmalt annab see head und ja teiselt on lõunal söödud toidud juba äraseedinud. Wannis olemine kestab, mitte rohkem, kui 15 minutid. Selle järele piab ihu

hoolega jaama ära kuivatud, et ta külmetama ei hakkaks, ja sellel tarwis valmistud flanel särk selga pantud jaama.

Külma wee-wannide asemel võib ka soojawee wannid olla, kui haige külma ei kannata.

Suguliigete pesemise juurde piab veel seda tähendada, et pesemise läbi nende külge puudutamise võib lusti iha nendes ülesäratada ja neid põnewasse olekusse erutada, sellepärast ei pruugi neid rätikuga kuivatada, waid ainult weega kergelt üle kasta.

Kui haige juba liig nõrgaks on jäänud ja suurem õnnetus ähwardab, siis piab kosutawaid wahendikkusid andma: natukene weini leiwaga, mõni tass Hispaania weini muna kollasega; haige piab moodisse minema ja kõhu ümber sooja wiinaga märjaks tehtud willase riide panema.

Ka ei ole mitte kahjulik suguliikmeid weikse kotiku sisse õrnalt siduda ja ülespidi hoides neid kinnitawate ollustega üle suitsetada, näituseks mere-waiguga.

---



## Kuues peatiit.

### Noorefugu onanismusest, ärahoidmisest ja tundemärkidest.

Onanismust on waidlemata kõige rohkem ühe kui ka teise sugu laste juurest leida ja enamiste noorepõlwe aastades; sellepärast piawad need, kelle peal meie noorefugu kaswatus seisab, waimu kui ihu poolest, kõige hoolsamat tähelepanemist niisuguse õnnetust tooja patu peale heitma ja kõigest jõust teda püüdma ära hääwitada, kui ta ennast ilmutab.

Nagu teada, on suguosad suurel mõõdul närwidest ja were seisukohtadest, nende loomuliku nõudmiste järele ümberpiiratud. Kuid teiselt on see were ja närwide rohkus täsihooruse sünnitaja, sest et see rohkus - enesest - neid suurelt ülesäritab ja äratab ja põhjust annab enneaegsele suguosade põnewusele. Iga sõbraliku tunde were kokkujooks sigitab seda ülesäratamist, ja iga eajärg, kui ka seisus, annawad ennast selle waimustusele painduda.

Warase suguosade üles ärkamise wastu aitab palju, pikkaline, mõistlik kaswatus.

Lapsehoidjad ja kaswatajad kõtistawad lapse suguorganisid, et last magama uinutada. Laps harjub sellega, ja püüab selle järele ise enese ui-

numist kätte saada — ja selle läbi on esimene samm käsihoorusele astutud.

Niisugustel juhtumistel pidid laste kohta hirm ja ähwardused mõjuma, endisel ajal, aga see on weel rohkem kahjulik; sest et laps, kes niisugusel kombel kätistamisele on harjunud, seda salaja edasi püiab teha. Wähe aitab ka mehanikulikud abinõud, nagu: kätte kinni sidumine, sest et nende tarwitamine seda keelab. Ka annavad meie aegsed laste riided, mis moodisid auustavad, oma kitsuse läbi, mis suguorganisid äritavad, põhjust onanismusele. Iseäranis alumised riided.

Ka mõnesugused söögid mis lastele antakse, annavad põhjust onanismusele. Iseäranis niisugused mis raskest seedida on, nagu päränikad, õlu ja wiin. Niisama on liigwarased waimu wäsitawad tööd kahjulikud, mis enesega haiglast olekut ühes toob, ja wiimaks suguosade kohta pöörab.

Piab tähendama, et kaswatus väga hoolega ja mõistlikult piab ette saama wõetud ja kõige suuremaks kohuseks laste kaswatajatele olgu:

1.) Suuremalt jaolt saab väga vähe tähelepanemist laste lugemise peale pantud. Sage-daste tuleb ette, et laps niisuguseid raamatuid loeb, mis koguni temale kõlbulised ei ole ja mis talle niisuguseid saladusi ilmsiks teeb, millest ta selle ajani ühtegi ei teadnud ja mida ainult täie ealised teada wõiwad.

2) Seltskondadesse laste kaasa wõtmine on

kahjulik, sest siin näeb ja kuuleb noorukene wabest seda, mis tema ilmasüita olemusega kokku ei käi ja sellele kahjulikult mõjub.

3.) Seltsklikud olud ja lõbud, tantsud, teatrid j. n. e. mõjuwad lapsele, mitte ainult ihule, waid ka suguosadele, iseäranis.

---

Kuidas võib lapsi niisuguse patu eest hoida ja kuidas juba ilmunud haigust ära parandada?

Ragu öeldud, et ilma tööta ajawiitmine mahti annab enesele mitmesuguseid piltisid ja kujutusi ette luua, mis wiimaks patu teele wiivad. Sellepärast on lastekaswatajate kohus selle järele walwata, et lapsed alati tegewuses oleksid, mitte koguni ilma waimu tööta, waid kõigerohkem siiskalikult toimetuses ehk turnimises. Kes alataja toimetuses, see ei wõi mahti saada meelitawaid kujutusi enesele ette seadida ja teiselt on ta päewasest liikumisest õhtul wäsinud, mille läbi ta kohe magama jääb.

Et laste järele walwada, piab selleks rohkem aega püüdma wõtta, nende hulgas rohkem püüda olla.

Tarwis tähele panna, kui sagedaste käimad lapsed oma asjal päewa jooksul ja kui kauaks nad senna jääwad.

Rõige parem toit on lastele: hommikul leib



ja piim, lõunaks — taime supp ja natukene liha, õhtuks — jälle piim ja leib ja mõned muud puu ehk aia viljad, kuid joogiks olgu üksnes puhas veefi.

Lapsi ei või mitte lubada kaua ülemel istuda, vaid selle asemel õhtul aegaste magama saata, öösel 7—8 tundi magada ja hommikul niipea kui ärkanud, kohe woodist välja tulla.

Seltskondas, kus lapsed hulkas, piavad ka-  
hemõttelised jutud ja naljad kõrwale jääma.

Lastele piab väga ettemaatlikult ja aega mööda seletama hakkama taimede sündimist ja kasvami-  
mist; nende wahest, mis sugused on isast ehk emast  
sugu taimed ja nende tähendusest; sellejärele edasi  
minna lindude, loomade ja inimese siginemisest.  
See on sellepärast tarwilik, et laps näeb sage-  
daste loomade suguhimu täitmist, kuuleb seltsiliste  
rääkimist, aga et ta sellest saladusest aru ei jõua  
saada, hakkab ta ilutsemiste abinõusid tarvitama,  
mis teda kergesti eksi teele saadab.

Märgid, mis aitavad onanismuse awalikuks  
tulemist, on mitmesugused. Kuid kõik nende ühi-  
nemine teeb seda täiesti kindlaks, kuna selle juu-  
res nende üksikult ilmumine loomulik võib olla.

Nende hulgast on enamast õiged leitud olema:

- 1.) Lapsed, kes onanismuses on, kaotavad  
näo värskuse ja lähewad kahwatuks. Loomuliku  
kahwatust on neist leida, kes niisuguselt sündinud.
- 2.) Tugewad ja kõwad jääwad lõdwaiks ja  
nõrgaks. Kuid siin piab ka wahet tegema raste-

meeleliste (phlegmatikalised) wahel, kes seda juba sündimisega kaasa toowad.

3.) Kartlik waade ja ka filmad on kohwi ehk punast karwa, ning sisse wajunud. Seesugune märk on tõendusiks, et nende wanemad selles haigusel on olnud ja mis parandatud mõib olla.

4.) Suuled on kahwatud.

5.) Rõik näo liikumine on lödew ja saab nagu sunnitud, näituselks naer, mis ainult naeratusel kombel ilmub j. n. e.

6.) Jhu on wäsinud ja ilma jõuta; selleläbi on laps oma toimetuste juures kehast paindumata ja kange. Niisuguse oleku teine põhjus mõib olla palaw ehk, mis tõhu täis ajab j. n. e. sellepärast piab enne otsustama, kas ei ole ehk see wiinne põhjus niisuguse oleku sünnitaja.

7.) Laps jääb vaikijaks, tasaselks ja häkiliiselks, saab kergeste wihaselks, mis ka sagedaste niisuguse seltskonna wili on, selle hulgas ta wiibib.

8.) Rõige selgem tõendus onanismuse haiguselst on see, kui lapsed sagedasti oma suguosafid kättega puuditawad ehk katsuwad ja teiste asjade najale püiawad lasta, ning keha loomuliku olu wastu ülespiawad.

9.) Onanismuse haigel jääwad märgid pesu külge, aga et sellesarnasel nähtusel mitte ekkida, piab päewas korda paar pesu wahetama ja kui siis ikka pesu küljes märkifid leida on, mis päewa

jootsul seljas olnud, siis on need silmanähtavalt onanismuse jäljed. Kõige niisugune järele uurimine piab ilma lapse aimamata toimetud saama, muidu hakkab laps oma tegu varjama.

10.) Selles haiguses olejad otsivad alati üksildast okefut ja walivad selle tarwis paraja koha, sellepärast piab nende äraolek kahtlust äratama selle patu toimetuse kohta, niisama on tähelepanna kuse kinnipidamise puudus ja magades alla kusemine.

11.) Silmad on sagedaste punased, tursumud ja segased.

12.) Nõrgaks jäänud ja väljameninud muunakott, nõrgaks jäänud eesnahaga mis suguliikme pead katab.

13.) Sagedane suguliigete ümbert higistamine, tütarlastel katki aetud neitsinahk, ehk emaku suu eesnahk, mis enamiste küllalt kõwa on aga kergesti katki käriseb kui puudutatud saab.

Viimaks juukse otsade kahets ehk rohkem arusse kasvamine ehk lõhkemine, mis küll vähem tähele pandavam on ja mis ka päris silmaga näha ei mõi.

Kõiki neid eespool tähendatud märkisi ei mõi mitte otsekohe õigesti onanismuse tunde märgiks nimetada. Nad mõivad üksnes kahtlust äratada lapse kaswatajate seas, kes seda terawamalt järele walwama hakkaks. Kõige tõelikum selgus on siis, kui laps ise seda patustust üles tunnis-



tab. Et aga seda awalbust lapse käest kätte saada, on nooresoo kaswatajate ja juhatajate kohus, ennast wooruslikult laste wastu nii ülespidada, et kõik nende mõtted, soowid ja teud, ükskõik misjughused need oleks, warjatud ja salaja pietud ei saaks, waid lapseliku lahkusjega üles awaldatawad wanema inimesele. Wälja nõudmistest ei wõi siin juttugi olla. Ahwardused ja karistused toowad siin üksnes hirmu ja laps, kes oma armastes mõne kõlbmata teu teinud, ei awalda seda mitte ialgi waljule kaswatajale.

Et lapsi usalduse ja armastusega oma külgi siduda, piab sellepärast nende sifemise loomusega ühendama, see on: rõemustama ennast nende rõemudega, nende kurwastusest osawõtlik olema ja ialgi nende wastu toores ja kalf olla. Minult lapse täielik usaldus oma juhataja wastu, teeb teda selle mõistliku õpetuste ja juhatusete tähelepanejaks, ja üksnes siis wõib lapse waimu (karakteri) muutmise kohta lootust olla, kui need parandamise püüded armulikult ja ühes sellega tõsiste, kindla mõtetega ühendud on.

Parandada püütawa lapsesele on tarwis ette rääkida, nendest lootustest, mida wanemad ja tema armsamad paleused tema peale panewad, nende õnnetusest, kui need lootused täide ei lähe; seletada talle kui hukkatust tooja patt on, temale arusaadawaks teha, et need järelduused kobe kätte ei tule, waid mõne kuu ja ka aastade

järele järsku mõjuma ja kahju tegema hakkavad suurel jõul; ta usulikult temale selgeks teha, et Taevase Sja ees midagi võimalik ei ole varjata ja et Tema õige kohtumõistja on. Kääkida inimese tähtsusest ja õnnest, mida inimene püüdma piab ja sellest kasust mida inimene saab, kui ta oma terwist ja jõudu hoiab, niisama ka kahjust kui ta kõik kaotanud on ja kus ta enam ühtegi rõemu ega tröösti ei leia.

Wiimaks, kui mõistlik eluford eespool tähendatud teel üles jäetud, on tarwis laste ümber häid mooruslikka inimesi pidada, sest et head eeskujulikud kombesid laste waimu hariduse kohta rohkem mõjuwad, kui kõik reeglid ja määrused.







