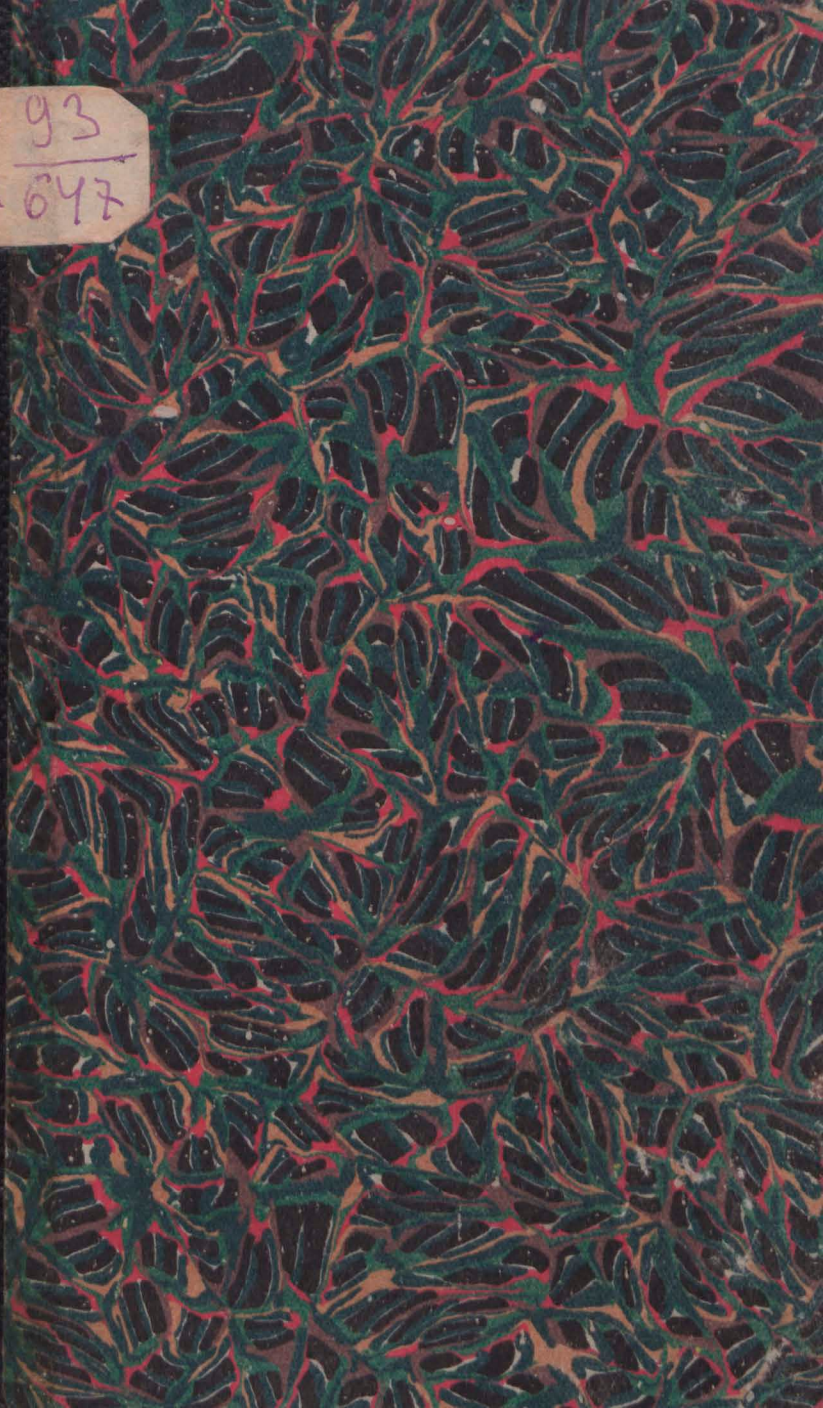


U 93
647



U $\frac{93}{647}$

11747
БИБЛИОТЕКА СВОБОДНАГО ВОСПИТАНІЯ И ОБРАЗОВАНІЯ
и ЗАЩИТЫ ДѢТЕЙ.

Подъ редакціей И. ГОРБУНОВА-ПОСАДОВА.

Выпускъ LXXX.

Е. Шепердъ.

МОЛОДЫМЪ ЛЮДЯМЪ И ОТЦАМЪ ДЛЯ СЫНОВЕЙ.

БЕСѢДЫ О ПОЛОВОЙ ЖИЗНИ ЧЕЛОВѢКА,
НАЧИНАЯ СЪ ОТРОЧЕСТВА,

въ связи съ укрѣпленіемъ и охраненіемъ тѣлесной
и душевной силы и чистоты.

(съ необходимыми общими свѣдѣніями по физиологій).

съ РИСУНКАМИ.

Переводъ съ англійскаго Е. А. Дунаевой.

ЕЖЕМЪСЯЧНЫЙ ЖУРНАЛЬ

„СВОБОДНОЕ ВОСПИТАНІЕ“.

Издатель А. Н. Коншинъ.

Редакторъ И. Горбуновъ-Посадовъ.

(Годъ изданія пятый).

Для родителей, воспитателей и учителей.

Журналъ „Свободное Воспитаніе“ имѣетъ своею цѣлью разработку вопросовъ о свободномъ воспитаніи и образованіи, т.-е. о такомъ воспитаніи и образованіи, которое основано на самодѣтельности, на удовлетвореніи свободныхъ запросовъ дѣтей и юношества и на производительномъ трудѣ, какъ необходимой основѣ жизни.

Въ связи съ основной задачей журнала стоятъ слѣдующія задачи: 1) разработка вопроса о реформѣ личной, семейной и общественной жизни въ смыслѣ измѣненія самыхъ условий воспитанія и 2) содѣйствіе защитѣ дѣтей отъ жестокости и эксплуатаціи.

ПРОГРАММА ЖУРНАЛА:

- 1) Статьи, очерки и корреспонденціи по вопросамъ умственного, нравственного и физическаго воспитанія, образованія и самообразованія.
- 2) Статьи, очерки и рассказы изъ семейной, школьной и общественной жизни съ точки зрѣнія интересовъ воспитанія и образованія.
- 3) Статьи о материнствѣ и воспитаніи ребенка въ первые годы жизни.
- 4) Статьи и очерки по вопросамъ защиты дѣтей отъ жестокости и эксплуатаціи.
- 5) Статьи о свободно-образовательныхъ начинаніяхъ для трудового населенія.
- 6) Статьи и очерки по ручному труду (земледѣльчesk., ремеслен. и т. д.).
- 7) Очерки и статьи по природовѣдѣнію, устройству экскурсій и т. д.
- 8) Очерки по вопросамъ гигиены дѣтства и юношества.
- 9) „Изъ книги и жизни“. Обзоръ журналовъ, книгъ и газетъ по вопросамъ воспитанія и образованія.
- 10) Переписка между родителями, воспитателями, учителями и вообще всеми интересующимися вопросами реформы воспитанія и образованія.
- 11) Вопросы и отвѣты редакціи и читателей. 12) Библиографія.

Подписной годъ считается съ 1-го сентября по 1-е сентября.

ПОДПИСНАЯ ЦѢНА: на 1 годъ съ доставкою и пересылкой 3 руб., на полгода 1 р. 50 к.; безъ доставки въ Москвѣ 2 р. 50 к.; для сельскихъ учителей на 1 годъ—2 руб., на полгода—1 р.

Подписка принимается: въ конторѣ редакціи „Свободнаго Воспитанія“. Дѣвичье поле, Трубецкой пер., д. 8.

Указатель содержанія „Свободнаго Воспитанія“ на 1) 1907—1908 и 2) 1908—1909 г. 3) 1909—1910 4) 1910—1911 высылается бесплатно.

1193
11647
Е. Шепердъ.

МОЛОДЫМЪ ЛЮДЯМЪ

И

ОТЦАМЪ ДЛЯ СЫНОВЕЙ.

БЕСѢДЫ О ПОЛОВОЙ ЖИЗНИ ЧЕЛОВѢКА,

НАЧИНАЯ СЪ ОТРОЧЕСТВА,

ВЪ СВЯЗИ СЪ УКРѢПЛЕНІЕМЪ И ОХРАНЕНІЕМЪ ТѢЛЕС-
НОЙ И ДУШЕВНОЙ СИЛЫ И ЧИСТОТЫ.

(СЪ НЕОБХОДИМЫМИ ОБЩИМИ ССВѢДѢНІЯМИ ПО ФИЗИОЛОГИИ).

СЪ РИСУНКАМИ.

Переводъ съ англійскаго Е. А. Дунаевой.

Изданіе третье, исправленное

МОСКВА.

Типографія Вильде, Малая Кисловка, собственн. изд.

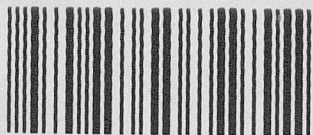
1912.

МОСКОВСКІЙ ПУБЛИЧНЫ

XII-17554

И РИМЯНЦОВСКІЙ МУЗЕ

ИРИЛАУО ИИЗВОНУМ
1-1752
ИРИЛАУО ИИЗВОНУМ



2007097343

Родителямъ.

Самымъ маленькимъ дѣтямъ всѣ родители обыкновенно говорятъ, что все то, что люди видятъ, создано Богомъ. Дѣти понимаютъ это; они знаютъ, что люди могутъ сдѣлать изъ дерева игрушки, мебель и т. д., но не могутъ сдѣлать дерева; могутъ построить дома изъ камней, но не могутъ сдѣлать ни камней, ни скаль. Каждый ребенокъ пойметъ, что порядокъ, по которому движутся планеты, образуются облака и происходятъ другія явленія природы,—устроенъ не человѣкомъ, и также легко и охотно каждый ребенокъ вѣрить, что та сила, которая такъ превышаетъ человѣческій умъ, создала и человѣка, а слѣдовательно и его, ребенка. Ребенокъ вѣрить въ то, что его создалъ Богъ, и когда, становясь старше, онъ спрашиваетъ: „откуда я явился?“ или „гдѣ вы взяли этого ребенка?“—то онъ задаетъ эти вопросы не для того, чтобы ему повторили уже извѣстную ему истину. Родители хорошо знаютъ, что, задавая такіе вопросы, ребенокъ хочетъ узнать что-нибудь о процессѣ рожденія и развитія, и если они отвѣчаютъ ему: „Богъ создаетъ маленькихъ дѣтей“, они повторяютъ давно ему извѣстное и оставляютъ его такъ же мало удовлетвореннымъ, какъ были бы неудовлетворены они сами, получивъ подобный отвѣтъ на вопросъ о происхожденіи того или иного растенія или животнаго.

Ребенокъ рѣдко забываетъ возникшій въ его умѣ вопросъ, и если родители не скажутъ ему того, что его дѣтскій умъ можетъ понять и что вполне удовлетворитъ въ

данный моментъ его любознательность, онъ не перестанетъ искать отвѣта до тѣхъ поръ, пока какой-нибудь неожиданный случай не откроетъ ему глаза. Вопросы, интересующіе ребенка и съ которыми онъ обращается къ взрослымъ, не связаны въ его умѣ ни съ чѣмъ грубымъ или пошлымъ; скажите ему правду, напомнивъ при этомъ, что Богъ—Творецъ всего, что ему приходится наблюдать въ природѣ, и, повѣрьте, умъ его останется свободнымъ отъ всякихъ низкихъ помысловъ.

На дѣтскіе вопросы никогда не слѣдуетъ отвѣчать насмѣшкой, пренебреженіемъ или ложью. Какой именно отвѣтъ слѣдуетъ дать, какія свѣдѣнія надо сообщить первыми и въ какой формѣ сообщить эти свѣдѣнія—это зависитъ отъ вопросовъ, задаваемыхъ ребенкомъ, и отъ его способности пониманія. Пока ребенокъ не выказываетъ любопытства и родители *вполнѣ увѣрены*, что ни одинъ товарищъ не раскрылъ передъ нимъ тайны половой жизни, не надо возбуждать его любознательности; надо устроить такъ, чтобы въ его умѣ накопились факты и опыты, изъ которыхъ онъ могъ бы сдѣлать выводы, когда возникнутъ вопросы. Пусть ребенокъ принимаетъ участіе въ уходѣ за растеніями, пусть онъ самъ собираетъ сѣмена и сѣетъ ихъ; пусть онъ наблюдаетъ жизнь домашнихъ животныхъ и знакомится изъ книгъ и рассказовъ съ жизнью тѣхъ животныхъ, которыхъ ему нельзя показать.

Какъ бы ни казался щекотливымъ вопросъ, предлагаемый ребенкомъ, надо отвѣчать всегда правду. Объяснить ребенку, что яйца формируются въ организмѣ курицы—не особенно затруднительно; гораздо щекотливѣе говорить о томъ, что котята развиваются въ организмѣ кошки-матери, но сказать это тѣмъ не менѣе *необходимо* и, разъ ледъ сломанъ, дальнѣйшее не такъ трудно.

Постарайтесь, прежде всего, побороть вашу собственную щепетильность; не забывайте, что чувство неловкости во время этого разговора существуетъ только въ вашемъ сознаніи, а не въ сознаніи ребенка. Убѣдитесь сами въ томъ, что это чувство, заставляющее васъ испытывать не-

ловкость, привито вамъ ложнымъ воспитаніемъ, и внушайте вашему сыну, что *въ томъ, что создалъ Богъ, не можетъ* быть ничего постыднаго. Вашъ мальчикъ, если умъ его не запятнанъ еще ложнымъ стыдомъ, будетъ слушать васъ, не опуская глазъ, безъ предательской краски на лицѣ.

Мальчикамъ помоложе факты, сообщаемые въ этой книгѣ, лучше передавать устно, объясняя и иллюстрируя ихъ по своему усмотрѣнію. Болѣе взрослые мальчики пусть читаютъ вслухъ, по вашему выбору, тѣ страницы, которыя въ данный моментъ покажутся вамъ подходящими; чтеніе должно сопровождаться объясненіями и разсужденіями, чтобы вызвать свободный обмѣнъ вопросовъ и отвѣтовъ: такое чтеніе на всю жизнь сблизитъ васъ съ вашимъ ребенкомъ. Вообще содержаніе книги надо сообщать постепенно, сообразуясь съ возрастомъ и развитіемъ мальчика. Въ разговорахъ съ дѣтьми какъ по поводу прочитаннаго въ этой книгѣ, такъ и вообще, надо соблюдать слѣдующее: говорить всегда только правду и сообщать только то, что ребенокъ въ данную минуту стремится узнать—не больше; если вопросы слишкомъ преждевременны, надо постараться внушить ребенку, что онъ еще слишкомъ молодъ, чтобы понять все; но вмѣстѣ съ тѣмъ надо убѣдить его, что вы говорите ему все, что онъ можетъ понять, и что онъ поэтому съ тѣми вопросами, которые его интересуютъ, долженъ обращаться только къ вамъ. Ребенокъ, который свободно и довѣрчиво обращается съ вопросами къ своимъ родителямъ и не скрываетъ отъ нихъ своихъ разговоровъ съ товарищами—внѣ опасности.

Очень трудно рѣшиться говорить дѣтямъ объ онанизмѣ, но это необходимо сдѣлать, особенно въ тѣхъ случаяхъ, когда мальчикъ уже усвоилъ себѣ эту привычку: тутъ не помогутъ наказанія, необходимо объяснить весь вредъ этой привычки для здоровья. Многіе думаютъ, что не слѣдуетъ отравлять душу хорошаго, нравственнаго мальчика указаніемъ на существованіе такого порока, но не надо забывать, что въ школѣ и вообще среди другихъ мальчи-

ковъ ему всегда грозитъ встрѣча съ этимъ грустнымъ явленіемъ; поэтому, можетъ-быть, лучше объяснить ему то зло, съ которымъ онъ можетъ встрѣтиться, и вооружить его знаніемъ противъ этого соблазна. Во всякомъ случаѣ, надо зорко слѣдить за мальчиками, какъ бы малы они ни были и, при малѣйшемъ подозрѣніи, не задумываясь, говорить съ ребенкомъ о томъ, что онъ дѣлаетъ: нарисовать ему картину послѣдствій этой привычки и затѣмъ спрашивать его, при случаѣ, спокойно и серьезно—отвыкаетъ ли онъ, что дѣлаетъ, чтобы отвыкнуть, и т. п. Спрашивайте его такъ же просто и свободно, какъ вы спросили бы его—кашлялъ ли онъ ночью или что-нибудь въ этомъ родѣ. Мы были свидѣтелями, какъ при такомъ отношеніи мальчикъ самъ былъ заинтересованъ отвыкнуть какъ можно скорѣе и въ очень короткій срокъ, дѣйстви-тельно, отвыкъ совершенно.

Само собою разумѣется, что надо дѣлать строгое различіе между тѣмъ, что слѣдуетъ сказать мальчику, и тѣмъ, что надо поставить на видъ юношѣ, вступающему въ періодъ половой зрѣлости. Вторая часть этой книги предназначается именно для борьбы съ тѣми искушеніями, которыя могутъ представиться въ юности. Пусть и эту часть книги вашъ сынъ прочтетъ вамъ вслухъ; такимъ образомъ довѣріе къ вамъ не утратится, и вашъ сынъ будетъ въ состояніи сказать: „я могу *все* сказать отцу и матери“.

Если между вами и вашимъ сыномъ уже установилось извѣстное стѣсненіе по поводу этихъ вопросовъ, дайте ему книгу для прочтенія и, если можете, говорите съ нимъ о ней; если нѣтъ—предоставьте книгѣ сдѣлать свое дѣло.

Можетъ случиться, что, при чтеніи, вашъ сынъ укажетъ вамъ на противорѣчіе между тѣмъ, чему вы его учите, и тѣмъ, какъ учатъ другіе люди,—скажите ему тогда, что люди съ каждымъ поколѣніемъ совершенствуются, узнаютъ все больше и больше, становятся способнѣе судить о томъ, что хорошо и что дурно, и что ему

нельзя руководствоваться поступками людей, никогда, можетъ-быть, и не слыжавшихъ того, что узнаетъ онъ.

Тѣ главы этой книги, въ которыхъ говорится о женитьбѣ, объ отцовствѣ, о правахъ женъ и дѣтей, покажутся, можетъ-быть, преждевременными для юношей, но мы не думаемъ этого. Справедливо ли допускать, чтобы молодой челоѣкъ вступалъ въ бракъ съ завязанными глазами? Никто не задумывается говорить юношѣ о смерти, готовить его къ этому важному моменту его существованія,—почему же не указать ему, что и сама жизнь есть не менѣе серьезное и важное явленіе, чѣмъ смерть, являющаяся ея окончаніемъ? Вступая въ бракъ, молодой челоѣкъ дѣлается отвѣтственнымъ за жизнь и за счастье другихъ людей; неужели изъ-за пустой щепетильности и ложнаго стыда можно рисковать здоровьемъ, счастьемъ и душевнымъ покоемъ не только сына, но и будущей его жены и дѣтей?

Распушенность и отсутствіе воздержанія, характеризующія наше общество, заставляютъ мужчинъ смотрѣть на брачную церемонію какъ на полученіе разрѣшенія удовлетворять требованія физической страсти. Причиной и цѣлью брака является не нравственное и умственное общеніе, а исключительно возможность физическаго сожитія. Молчаніе матерей, а еще болѣе отцовъ, то стараніе, съ которымъ они избѣгаютъ говорить съ своими сыновьями о брачной жизни, какъ бы санкціонируютъ унижительный взглядъ на такія отношенія въ челоѣческой жизни, къ которымъ надо относиться серьезно и съ уваженіемъ.

Незнаніе тѣхъ, кто вступаетъ въ бракъ, является главной причиной массы разводовъ, смертности дѣтей, рожденія на свѣтъ идіотовъ, больныхъ и порочныхъ дѣтей. Тактика молчанія никогда не разсѣетъ мрака невѣжества; эту службу можетъ сослужить челоѣчеству только наука: надо научить людей съ дѣтскихъ лѣтъ наблюдать факты, доискиваться причинъ и слѣдствій встрѣчаемыхъ явленій и пользоваться своимъ разумомъ для обобщенія этихъ

наблюдений. Спасти человечество можно, только спасая отдельные личности и эту работу надо начинать *съ дѣтей*. Юноша, съ дѣтства привыкшій разбирать, что хорошо и что дурно, узнавъ, что такое *сѣмя* и какая его роль въ природѣ, будетъ руководствоваться этимъ знаніемъ въ вопросахъ половой нравственности.

Велика будетъ заслуга тѣхъ родителей, которые, отрѣшившись отъ всякихъ предрасудковъ, найдутъ въ себѣ достаточно силы характера, чтобы, указывая своему сыну на тѣ или другіе его недостатки, сказать ему, что, по незнанію законовъ природы, они имѣли несчастіе произвести его на свѣтъ съ этими недостатками; объяснивъ ему законы наслѣдственности, они могутъ убѣдить его бороться съ этими недостатками для того, чтобы, въ свою очередь, не передать ихъ послѣдующему поколѣнію.

Составляя эту книгу, я надѣялась, что она поможетъ многимъ молодымъ людямъ сохранить свое здоровье и что ихъ потомство будетъ болѣе здоровымъ, сильнымъ и энергичнымъ поколѣніемъ. Когда будетъ достигнута эта первая ступень совершенствованія—физическое здоровье, тогда можно надѣяться, что на этой почвѣ физическаго возрожденія разовьется нравственное совершенство, умственное развитіе достигнетъ своей полноты, и идеаль индивидуальнаго и общаго счастья будетъ, наконецъ, найденъ.

Читая эту книгу, не забывайте, что „чистому все чисто“, и помогите вашимъ сыновьямъ „познать самихъ себя“.

Е. Шенердъ.

ЧАСТЬ I.

ГЛАВА I.

Происхожденіе жизни изъ сѣмянъ и яицъ.

Почти всѣ мальчики знаютъ, что всѣ растенія и всѣ животныя,—однимъ словомъ все, что живетъ, — способны производить новыя растенія и новыхъ животныхъ, подобныхъ себѣ.

Есть многое въ мірѣ, что не живетъ: скалы, кристаллы, песокъ, воздухъ, вода; не имѣя жизни, они не могутъ и производить подобныхъ себѣ.

Каждое растеніе имѣетъ сѣмена, которыя развиваются въ немъ и изъ которыхъ впослѣдствіи вырастаютъ или рождаются новыя растенія. Животныя, такъ же, какъ и растенія, производятъ въ своихъ организмахъ сѣмена, изъ которыхъ вырастаютъ или, иначе сказать, рождаются новыя животныя. Въ тѣлѣ каждаго растенія и каждаго животного есть опредѣленное мѣсто, отдѣльный органъ, въ которомъ развиваются эти сѣмена.

Сѣмена растеній должны выпасть изъ содержащаго ихъ растенія и пролежать нѣкоторое время въ теплой и сырой землѣ для того, чтобы изъ нихъ могли родиться новыя растенія.

Сѣмена, изъ которыхъ рождаются животныя, называются яйцами.

Животныя рождаются изъ яицъ двумя различными способами.

Яйца нѣкоторыхъ животныхъ, такъ же какъ и сѣмена растеній, выходятъ изъ организма матери, и изъ нихъ подѣ

вліяніємъ внѣшняго тепла, родятся дѣтеныши; такъ родятся птицы, рыбы, пчелы, пауки и др.

Яйца другихъ животныхъ сохраняются въ организмѣ матери до тѣхъ поръ, пока развивающіеся въ нихъ дѣтеныши не станутъ достаточно велики и сильны, чтобы родиться, т.-е. чтобы жить своею отдѣльной жизнью.

Яйца животныхъ первой категоріи, послѣ того какъ выйдутъ изъ организма матери, должны пробыть нѣкоторое время въ теплѣ для того, чтобы желтокъ и бѣлокъ, находящіеся внутри яйца, могли превратиться въ животное, похожее на своихъ родителей. Маленькое животное остается въ скорлупѣ до тѣхъ поръ, пока не станетъ достаточно большимъ и сильнымъ, чтобы жить; тогда оно разбиваетъ скорлупу и выходитъ на свѣтъ Божій.

Я думаю, нѣтъ ни одного мальчика, который не могъ бы назвать многихъ животныхъ, дѣтеныши которыхъ рождаются живыми, вполне способными дышать, питаться, ходить. Большинство мальчиковъ знаетъ, что котята рождаются изъ организма матери-кошки, жеребята и телята изъ организма матери-кобылы и матери-коровы, но очень немногіе мальчики знаютъ, что котята, жеребята и телята рождаются изъ яицъ или сѣмянъ, развившихся внутри организма взрослого животного.

По способу своего рожденія все, что имѣетъ жизнь, можетъ быть раздѣлено на 3 категоріи:

а) Растенія, которыя рождаются изъ сѣмянъ, выпавшихъ изъ взрослого растенія.

б) Животныя, которыя рождаются изъ яицъ, вышедшихъ изъ организма матери и развившихся уже внѣ организма, въ теплѣ.

в) Животныя, которыя рождаются изъ яицъ, развившихся въ организмѣ матери, и покидаютъ организмъ матери со всѣмъ готовыми къ отдѣльной жизни.

Какія животныя развитѣе?

Растенія ничего не знаютъ и ихъ ничему нельзя научить; у нихъ есть жизнь, но нѣтъ ума, нѣтъ способности пониманія и мышленія.

Животныя знаютъ больше, чѣмъ растенія, у нихъ есть и жизнь и умъ.

Самое неумное животное умѣетъ найти себѣ пищу, любить своихъ дѣтей, заботится о нихъ и, если нужно, борется за нихъ. Это много больше того, что можетъ растеніе. Видя такое различіе, мы говоримъ, что животное выше растенія.

Всѣ животныя отличаются отъ растеній тѣмъ, что имѣютъ умъ и способность пониманія, но нѣкоторыя животныя умнѣе, развитѣе другихъ—знаютъ болѣе.

Есть животныя, которыхъ ничему нельзя научить; эти животныя знаютъ кое-что отъ природы, какъ, на примѣръ, птицы, которыя рождаются съ умѣньемъ строить гнѣзда, или кроты, являющіеся на свѣтъ съ умѣньемъ рыть норы. Такое естественное, прирожденное знаніе называютъ инстинктомъ.

Другихъ животныхъ человѣкъ можетъ научить многому, чего они не знаютъ отъ природы; мы всѣ знаемъ, что слоны научаются многимъ фокусамъ и вмѣстѣ съ собаками показываютъ въ циркѣ забавныя штуки. Собаки, лошади особенно легко научаются многому, чему учатъ ихъ люди, и часто положительно поражаютъ своимъ умомъ. Такая способность пріобрѣтать знанія указываетъ на то, что эти животныя развитѣе первыхъ, выше ихъ по своей организаціи.

Основываясь на томъ, какую степень пониманія обладаютъ живыя существа, ихъ можно раздѣлить на три класса:

1. Растенія, имѣющія жизнь, но не имѣющія ума.

2. Животныя, имѣющія жизнь и природный умъ, инстинктъ.

3. Животныя, имѣющія жизнь, инстинктъ и, кромѣ того, способность научаться новому, пріобрѣтать знанія.

Животныя, одаренныя болѣе богатымъ инстинктомъ и способныя въ высшей мѣрѣ пріобрѣтать знанія, всѣ развиваются внутри организма матери и рождаются живыми.

Ребенокъ.

Всѣ мальчики знаютъ, что взрослые мужчины и женщины были сначала дѣтьми, что ребенокъ есть маленькое человѣ-

ческое существо, которое, если останется живымъ, вырастетъ и со временемъ будетъ похоже на своихъ родителей.

Всѣ мальчики, даже самые маленькіе, знаютъ, что у дѣтей есть матери, такъ же какъ у цыплятъ, телятъ и жеребятъ. Дѣти, которымъ приходится жить въ деревнѣ, часто слышатъ, что насѣдку или кобылу называютъ матерью или маткой, точно такъ же какъ и розовый кустъ можно назвать матерью розы.

Къ чему же принадлежитъ ребенокъ—къ растеніямъ или животнымъ?

„О, къ животнымъ, конечно!“ отвѣтитъ каждый мальчикъ. Совершенно вѣрно. Ребенокъ—животное, а не растеніе.

Почему же мы знаемъ, что ребенокъ животное, а не растеніе?

„Потому, что онъ можетъ ходить“, говоритъ одинъ мальчикъ.

„Потому, что онъ можетъ плакать, смѣяться и говорить“, отвѣчаетъ другой.

„Потому, что онъ можетъ видѣть, слышать и ѣсть“, объясняетъ третій.

Всѣ три мальчика указали на дѣйствительную разницу между животнымъ и растеніемъ, но они не назвали главнаго различія. Подумайте о томъ, что вы читали въ началѣ этой главы. У ребенка есть зубы, чтобы жевать, языкъ, чтобы говорить, ноги, чтобы ходить, руки, чтобы играть или работать, но почему же онъ знаетъ, что ему ѣсть, что говорить, куда идти, что дѣлать руками?

„Дѣти видятъ, что дѣлаютъ другіе“.

„Имъ мать скажетъ, и тогда они узнаютъ“, отвѣчаютъ мальчики.

Это тоже вѣрно. Но что же есть у мальчика, благодаря чему онъ можетъ подражать другимъ, научиться, запоминать?

„У него есть умъ“,—находятъ, наконецъ, мальчики настоящей отвѣтъ.

У ребенка есть умъ, чего нѣтъ у растеній. Ребенокъ больше знаетъ, чѣмъ растенія; поэтому мы говоримъ, что ребенокъ выше растенія.

Растенія, которыя ничего не знаютъ и ничему не могутъ научиться, рождаются изъ сѣмянъ, падающихъ на землю.

Дѣти, у которыхъ есть умъ и которыя могутъ научиться всему доброму, рождаются не такъ, какъ растенія.

Мы уже знаемъ, что все живое родится изъ яицъ или сѣмянъ. Ребенокъ также родится изъ яйца.

Мы знаемъ, что есть два класса животныхъ: одни рождаются изъ яицъ, уже вышедшихъ изъ организма матери, другія до самаго своего рожденія развиваются внутри организма матери.

Мы знаемъ и то, что животныя болѣе умныя, болѣе способныя научиться чему - нибудь развиваются въ организмѣ матери и рождаются уже совсѣмъ способными жить.

Ребенокъ—животное съ высшей организаціей, и онъ тоже развивается въ организмѣ матери до тѣхъ поръ, пока не будетъ готовымъ къ жизни отдѣльно и тогда только родится, но, и отдѣлившись отъ матери, ребенокъ дольше всѣхъ животныхъ остается беззащитнымъ и требуетъ большихъ заботъ матери.

Зная все то, что мы уже прочли, мы легко поймемъ, что природа должна особенно заботливо оберегать ребенка не только при его рожденіи, но и во время его развитія до рожденія.

ГЛАВА II.

Сѣмя и яйцо.

Процессъ развитія человѣческихъ существъ и способъ, которымъ они рождаются на свѣтъ, представляютъ собой одно изъ самыхъ чудесныхъ приспособленій природы. Благодаря этому приспособленію, для жизни сохраняется множество существъ, способныхъ стать разумными, достойными личностями.

Подумайте объ этомъ серьезно, и вы сами увидите, что это такъ.

Громадное количество сѣмянъ бросаютъ въ землю и какое множество ихъ погибаетъ! Тысячи сѣмянъ не вырастаютъ: они пропадаютъ отъ холода, отъ засухи, отъ дождя, случается, что животныя или птицы выкапываютъ сѣмена и съѣдаютъ ихъ. Часто весь посѣвъ пропадаетъ, и земледѣлецъ не собираетъ ничего изъ того, что посѣялъ.

Такая же судьба часто постигаетъ и яйца, которыя кладутъ животныя и изъ которыхъ должны развиваться молодыя существа. Яйца также погибаютъ сотнями, и изъ множества яицъ не рождается ничего. Яйца куръ, другихъ птицъ, рыбъ пропадаютъ отъ холода или отъ жары; иногда ихъ съѣдаютъ животныя.

Животнымъ высшихъ классовъ природа не даетъ погибнуть такимъ родомъ и главнымъ образомъ заботится о нихъ въ періодъ ихъ развитія до рожденія, когда они малы, слабы и беспомощны. Благодаря тому, что высшія животныя развиваются внутри организма матери, ничто не можетъ повредить имъ, пока жива мать. Ихъ не могутъ погубить ни холодъ, ни жара, ни буря, не можетъ повредить имъ никакой

хищный звѣрь. Они заботливо укрыты, въ теплѣ и безопасности, внутри организма своей матери, до тѣхъ поръ, пока они не вырастутъ достаточно, чтобы жить своей отдѣльной жизнью.

Точно такъ же и ребенокъ, вашъ будущій братъ или сестра, то высшее животное, которое со временемъ будетъ взрослымъ мужчиной или женщиной, защищено природой отъ опасности, пока оно мало, слабо и только еще готовится родиться. Чтобы сохранить маленькую, слабую жизнь ребенка, природа помѣщаетъ его внутри организма матери. Благодаря этому чудесному приспособленію природы, мать и ребенокъ — эти два существа, которыя должны любить другъ друга больше всего на свѣтѣ, неразрывно связаны между собой въ продолженіе всего того времени, когда маленькому существу нужна полнѣйшая безопасность.

Я и ц о.

Всѣ мальчики видали, конечно, множество сѣмянъ; видали сѣмена яблоковъ, апельсиновъ, вишенъ, и всѣ, конечно, знаютъ, что сѣмена бываютъ различныхъ цвѣтомъ, формъ и величинъ, начиная съ крошечнаго горчичнаго зерна до большого сѣмени каштана или кокоса.

Но внутреннее строеніе сѣмени, вѣроятно, не такъ хорошо извѣстно мальчикамъ. Едва ли многіе мальчики разсматривали строеніе сѣмени и, можетъ-быть, думаютъ, что внутри сѣмени ничего нѣтъ, кромѣ однороднаго, твердаго, бѣлаго вещества.

Возьмите нѣсколько бобовъ, зеренъ ржи или другихъ какихъ-либо сѣмянъ (сѣмена большого размѣра удобнѣе для глаза) и мочите ихъ въ водѣ три или четыре дня, т.-е. до тѣхъ поръ, пока они станутъ мягкими, тогда разрѣжьте сѣмя ножомъ, и вы увидите, что въ немъ съ одного конца находится маленькій бѣлый комочекъ, непохожій на все остальное содержимое сѣмени (рис. I).

Если оставить сѣмя въ водѣ еще на нѣсколько дней, то этотъ бѣлый комочекъ увеличится и изъ него поднимутся

кверху одинъ или два бѣлые листика и стебелекъ. Крошечные свернутые листики и стебелекъ съ самаго начала заключались въ этомъ бѣломъ комочкѣ, но они были такъ малы, что ихъ можно было разглядѣть только въ микроскопъ; подѣ влияніемъ же теплоты и сырости листики увеличились и развернулись.

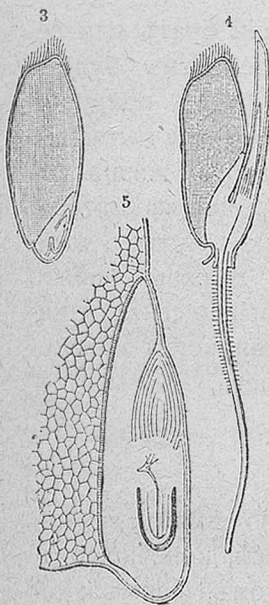


Рис. I. Строеіе сѣмени. 3—пшеничное зерно, разрѣзанное вдоль. (Увеличено въ 4 раза); 4 то же зерно, начавшее прорастать; 5—зародышъ съ частью бѣлка, разрѣзанный вдоль (Увеличенный въ 80 разъ).

Изъ этого-то малютки — изъ крошечнаго стебелька и едва замѣтныхъ листиковъ—вырастетъ большое растение: виноградная лоза, низкій густой кустарникъ или громадное дерево, смотря по тому, какое растение дало это сѣмя.

Этотъ маленькій комочекъ, содержащій въ себѣ стебелекъ и листья, называется, пока онъ еще не началъ развиваться, *зародышемъ*. Зародышъ и есть малютка растенія; остальное содержимое сѣмени называется бѣлкомъ, а то, что покрываетъ сѣмя,—его оболочкой.

Яйца бываютъ также различныхъ величинъ, цвѣтовъ и формъ. Особенно разнообразна величина яицъ: начиная съ крошечнаго яйца насѣкомаго, едва видимаго глазу, величина яицъ доходитъ до громадныхъ размѣровъ страусоваго яйца, которое равняется 24 куринымъ яйцамъ и вѣситъ три фунта.

Яйца животныхъ соотвѣтствуютъ сѣменамъ растеній; они похожи между собой тѣмъ, что какъ изъ тѣхъ, такъ и изъ другихъ появляется новая жизнь, и тѣмъ еще, что нѣкоторыя внутреннія части ихъ одинаковы.

Всѣ, конечно, видали, что находится внутри яйца. Всѣ яйца построены по одному и тому же плану и состоятъ изъ одинаковыхъ частей, такъ что изображеніе одного яйца даетъ понятіе о строеніи всѣхъ остальныхъ (рис. II). Посмотримъ куриное яйцо.

Оно содержитъ въ себѣ зародышъ, изъ котораго развивается цыпленокъ; въ этомъ зародышѣ еще нѣтъ формы цыпленка, какъ мы это видѣли въ зародышѣ растенія, въ которомъ уже находятся и стебелекъ и листья. Зародышъ яйца является той точкой (а), гдѣ начинаются измѣненія, вслѣдствіе которыхъ яйцо превращается въ маленькое животное, подобное своимъ родителямъ. Какъ сѣмя, такъ и яйцо содержитъ въ себѣ бѣлокъ, но въ яйцѣ есть еще желтокъ, чего нѣтъ въ сѣмени. И желтокъ и бѣлокъ идутъ какъ

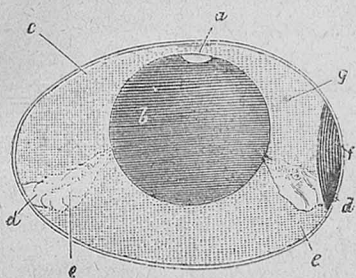


Рис. II. Куриное яйцо въ разрѣзѣ.
a—зародышевое пятнышко; *b*—желтокъ; *c*, *d*, *g*—бѣлокъ, *e*—скорлупа; *f*—пустое пространство, наполненное воздухомъ.

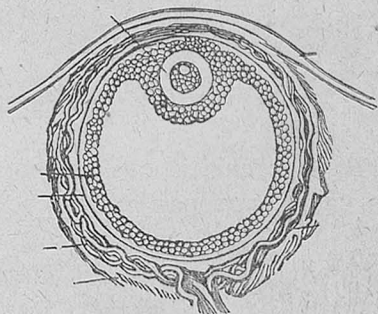


Рис. III. Человѣческое яйцо сильно увеличенное.

материалъ для образованія молодого животного. Какъ яйцо, такъ и сѣмя заключены въ оболочку или скорлупу.

О человѣческомъ яйцѣ, изъ котораго родится ребенокъ, мальчики, вѣроятно, ничего не слыхали.

Яйца человѣческихъ существъ чрезвычайно малы, такъ малы, что ихъ едва можно различить простымъ глазомъ (рис. III). Рассмотрѣть человѣческое яйцо можно только съ помощью сильнаго увеличительнаго стекла. Подъ микроскопомъ можно увидать, что человѣческое яйцо построено по тому же плану, какъ и яйца животныхъ: оно имѣетъ тонкую прозрачную оболочку, содержащую желтокъ и зародышъ; форма его круглая, какъ форма мячика.

Трудно представить себѣ, до чего мало человѣческое яйцо, Молодымъ людямъ.

и, несмотря на это, каждый человекъ развился изъ такого микроскопическаго яйца.

Человѣческое яйцо очень нѣжно и легко могло бы погибнуть; поэтому природа и позаботилась помѣстить его до рожденія въ такія условія, которыя дали бы ему возможность безпрепятственно и безопасно развиваться и готовиться къ жизни. Для того, чтобы защитить его тонкую оболочку отъ грубыхъ прикосновеній, избавить его отъ вреднаго дѣйствія холода или жары, нельзя придумать ничего лучше и цѣлесообразнѣе того, что сдѣлала природа, помѣстивъ его внутри организма матери.

Яичникъ растеній.

Въ растеніяхъ сѣмена помѣщаются въ *плодникъ*, въ той его части, которая называется завязью; эту часть растенія

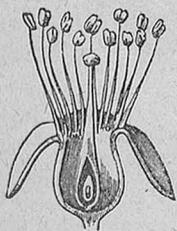


Рис. IV. Разрѣзъ цвѣтка. Лепестки оборваны. Въ середкѣ виденъ плодникъ цвѣтка, окруженный тычинками. Видна нижняя часть плодника или завязь въ разрѣзѣ, и внутри видно сѣмечко; къверху завязь переходитъ въ узкій длинный столбикъ, оканчивающійся наверху утолщеніемъ — рыльцемъ.

можно бы назвать яичникомъ, потому что въ ней заключаются зародыши сѣмянъ, или яицъ. Сѣмена розы развиваются въ завязи, которая, когда созрѣетъ, образуетъ плодъ ярко-краснаго цвѣта. Эта завязь — яичникъ розы. Когда листки розоваго цвѣтка или лепестки, какъ ихъ называютъ, опадутъ, остается ярко-красный плодникъ-яичникъ, наполненный сѣменами. Сѣмена, созрѣвъ вполнѣ, разрываютъ плодъ и падаютъ на землю (рис. IV).

Сѣменные завязи, такъ же, какъ и сѣмена, очень разнообразны по формѣ и величинѣ; онѣ подробно описаны въ учебникахъ ботаники, и интересующіеся этимъ предметомъ могутъ прочесть въ этихъ учебникахъ все, что имъ хочется знать о сѣменахъ, плодникѣ, завязи и другихъ органахъ растеній.

Яичникъ животныхъ.

Яичникъ животныхъ—это тотъ органъ, въ которомъ развиваются яйца животныхъ.

Мы укажемъ здѣсь нѣсколько примѣровъ для того, чтобы выяснитъ сходство между плодниками растений и яичниками животныхъ (рис. V).

Молодые зайчаты до рожденія развиваются въ организмъ матери-зайчихи. Рисунокъ V показываетъ яичникъ зайчихи, наполненный яйцами: когда яйцо достаточно созрѣетъ, оно отдѣляется

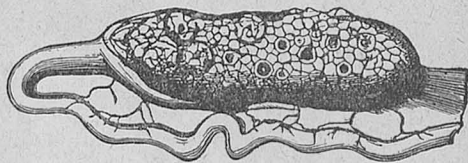


Рис V. Яичникъ зайчихи съ яйцами разной величины.

отъ яичника и чрезъ предназначенную для этого трубку переходитъ въ другой органъ,—въ матку.

Рисунокъ VI изображаетъ яичникъ курицы; весь органъ скрытъ подъ множествомъ яицъ, развивающихся на его поверхности, а не внутри его, какъ это мы видѣли у растений.

Органъ, изображенный на рисункѣ VII, называется маткой. Это матка зайчихи. Этотъ органъ можно сравнить съ гнѣздомъ, корзиной или колыбелью, въ которой маленькіе зайчата лежатъ, развиваясь и готовясь родиться.

Растеніямъ не нужна матка, потому что земля, согрѣвая и укрывая сѣмена, замѣняетъ имъ этотъ органъ.

Животнымъ, дѣтеныши которыхъ развиваются внѣ организма матери, матку замѣняетъ гнѣздо, сдѣланное изъ

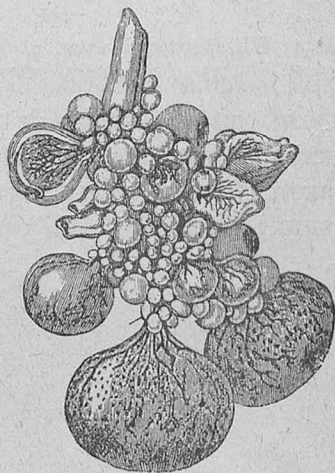


Рис. VI. Яичникъ курицы.

пуха и перьевъ, рыбамъ и лягушкамъ—лучи солнца, падающіе на положенную въ воду икру.

Такія животныя не нуждаются, какъ мы видимъ, въ спеціальному органу для развитія своихъ яицъ; но высшія животныя, яйца которыхъ развиваются внутри ихъ организма,

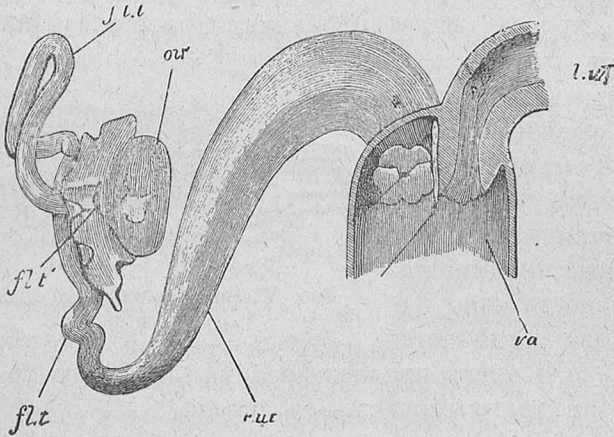


Рис VII. Матка зайчихи. *a.*—влагалище; *r.ut.*—правая сторона матки; *l.ut.*—часть лѣвой части матки; *ov*—яичники; *fl.t.*—фаллопиева труба.

должны имѣть отдѣльный органъ, въ которомъ молодыя существа могли бы развиваться безопасно. Такимъ органомъ является матка, и мы находимъ ее у всѣхъ высшихъ животныхъ.

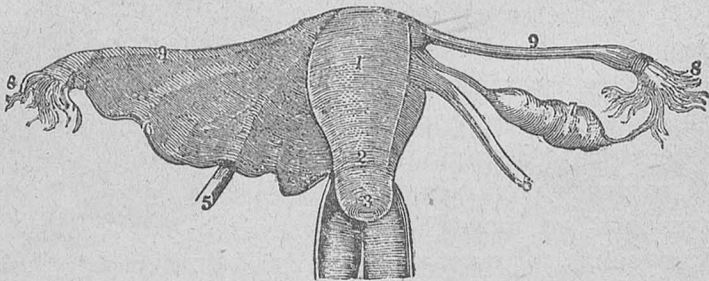


Рис VIII. Матка и ея придатки. 1—верхняя часть матки называется тѣломъ матки; 2—шейка; 3—маленькое отверстіе—входъ въ матку—называется рыльцемъ. Шейка входитъ въ узкій проходъ, называемый влагалищемъ. Этотъ проходъ имѣетъ наружное отверстіе; 7—яичникъ; 8—пальцевидное окончаніе; 9—фаллопиевы трубы.

Такая удивительная заботливость о каждой твари и о томъ, чтобы развитіе и рожденіе всѣхъ существъ происходило безъ помѣхи, невольно заставляетъ насъ преклоняться передъ тайнами природы.

Рисунокъ VIII изображаетъ матку женщины. Матка — мускульный органъ, помѣщающійся въ нижней части живота между мочевымъ пузыремъ и прямой кишкой. Форма ея похожа на грушу, обращенную широкимъ концомъ вверхъ.

Яйцеводы, или фаллопиевы трубы.

Яйцеводы—маленькія трубки, открывающіяся въ матку и оканчивающіяся у яичниковъ пальцевидными отростками; эти отростки охватываютъ яйцо, выходящее изъ яичника, и провождаютъ его въ матку. Отверстіе яйцевода соотвѣтствуетъ размѣру яйца. Яичники находятся по обѣ стороны матки и завернуты въ широкія связки. Яйца, созрѣвъ, отдѣляются отъ яичника, попадаютъ въ фаллопиевы трубы и по нимъ проходятъ въ матку.

Высшая предусмотрительность и заботливость природы выражается въ устройствѣ человѣческихъ яичниковъ и матки. Въ организмѣ женщины матка помѣщается среди мягкихъ внутренностей, хорошо защищенная отъ внѣшнихъ опасностей, и въ ней, скрытое отъ всѣхъ, растетъ и развивается человѣческое яйцо и, по какимъ-то еще неизвѣстнымъ законамъ, превращается въ мальчика или дѣвочку.

ГЛАВА III.

Роль отца въ жизни растений.

До сихъ поръ мы говорили только о матеряхъ растений, животныхъ и дѣтей и ничего не сказали объ ихъ отцахъ.

Всѣ знаютъ, конечно, что у дѣтей есть не только мать, но и отецъ, но не всѣ мальчики знаютъ, что не только каждое животное, но и каждое растеніе имѣетъ отца.

То участіе, которое принимаетъ отецъ въ появленіи и развитіи новой жизни, чрезвычайно важно и одинаково важно для всего, что живетъ: для растений, животныхъ и человѣка.

Многое, касающееся этого предмета, не доступно пониманію маленькихъ мальчиковъ; какъ бы мы ни старались объяснить имъ все, они не могутъ понять этого, пока не станутъ нѣсколько старше. Не только въ этомъ вопросѣ, но и во многихъ другихъ случаяхъ мальчики увидятъ, что не все еще доступно ихъ пониманію: въ физикѣ и ботаникѣ, напримѣръ, небольшимъ мальчикамъ придется многое принимать на вѣру и ждать подробныхъ объясненій до болѣе старшаго возраста.

То же, что мальчики могутъ понять, мы постараемся объяснить имъ.

Начнемъ съ растений.

Сѣмена—эти дѣти растений или, лучше сказать, колыбельки, въ которыхъ лежатъ настоящія дѣти растений — маленькіе зародыши. Кустъ, дерево или вѣтку нельзя назвать, собственно, матерью или отцомъ растенія: есть отдѣльная часть растенія, которая является дѣйствительно матерью будущаго растенія, и другая, которую мы должны признать отцомъ растенія. Эти-то части растений мы и рассмотримъ

теперь. Тѣ части растенія, которыя мы называемъ отцомъ и матерью заключающагося въ сѣмени зародыша, находятся въ цвѣткѣ растенія. Самый цвѣтокъ можетъ быть названъ домомъ, въ которомъ живутъ отецъ и мать. Отцомъ и матерью будущаго растенія мы называемъ тѣ тоненькія, коричневыя и желтыя палочки, которыя находятся въ серединѣ цвѣтка.

У нѣкоторыхъ растеній отцы находятся въ одномъ цвѣткѣ а матери въ другомъ, хотя оба цвѣтка на одномъ растеніи; у другихъ—цвѣтки, содержащіе отцовъ, находятся въ одномъ растеніи, а цвѣтки, содержащіе матерей—на другомъ. У нѣкоторыхъ растеній отцы и матери находятся въ одномъ и томъ же цвѣткѣ.

Тѣ растенія, у которыхъ отцы и матери находятся въ одномъ и томъ же цвѣткѣ, болѣе другихъ напоминаютъ намъ человѣческія семьи, гдѣ отецъ, мать и дѣти живутъ всѣ вмѣстѣ, въ одномъ домѣ; объ этихъ растеніяхъ мы только и будемъ говорить, а о другихъ растеніяхъ вы узнаете, когда будете учиться ботаникѣ.

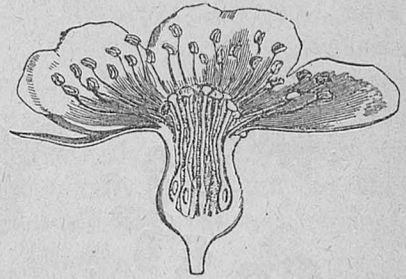


Рис. IX. Цвѣтокъ шиповника.

На рисункѣ IX мы видимъ цвѣтокъ въ разрѣзѣ съ отцомъ и матерью, которые живутъ въ немъ. На этомъ рисункѣ мы можемъ рассмотретьъ плодникъ, или яичникъ, въ которомъ развиваются сѣмена, или дѣти. Этотъ плодникъ и будетъ матерью растенія, а тоненькія палочки съ утолщеніями наверху, которыя его окружаютъ, тычинки, или отцы.

У различныхъ видовъ растеній расположеніе частей цвѣтка бываетъ различное; плодники и тычинки не всегда такой формы, какъ тѣ, которые изображены на рисункѣ IV; у нѣкоторыхъ меньше, у другихъ больше тѣхъ палочекъ, которыя мы назвали отцами и матерями; лепестки чрезвычайно различны по формѣ и цвѣту, но почти у всѣхъ растеній, какъ бы ни было различно ихъ строеніе, есть отецъ и мать,

тычинки и одинъ или нѣсколько плодниковъ съ зародышемъ сѣмянъ.

Въ середкѣ завязи плодика видно сѣмечко—дитя растенія.

Разсмотримъ теперь, какъ устроена тычинка. Тычинка состоитъ изъ тонкой нити и пыльника. Въ пыльникѣ заключается мелкая пыльца; когда пыльникъ созрѣетъ, она лопается, и пыльца высыпается изъ него.

Въ яичникѣ, какъ вы уже знаете, заключаются задатки сѣмянъ, или сѣменные яички. Для того, чтобы сѣменные яички могли вырасти въ новое, молодое растеніе, надо, чтобы въ нихъ образовался зародышъ съ листочками и стебелькомъ, а это можетъ произойти только тогда, когда сѣмя составлено

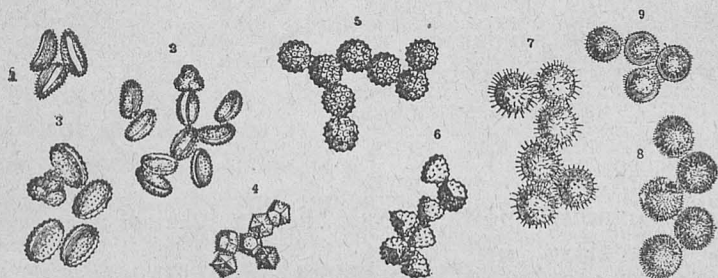


Рис. X. Пыльца различныхъ цвѣтовъ подъ микроскопомъ; 1 — водяной лиліи, 3— лопуха, 4—одуванчика, 8—мальвы, 9—колокольчика.

изъ матеріала, доставленнаго какъ отцомъ, такъ и матерью растенія.

Пыльца съ тычинокъ, попадая на мелкое рыльце плодика, проходитъ по узкому столбику внутрь завязи, оплодотворяетъ сѣмя, образовавшееся въ ней, и дѣлаетъ его способнымъ развиваться въ новое растеніе.

Вы чрезвычайно удивились бы, увидавъ зерна пыльцы подъ микроскопомъ; трудно повѣрить, взглянувъ на рисунокъ X, что онъ изображаетъ именно зерна пыльцы подъ микроскопомъ. Различные виды растеній имѣютъ пыльцу различной формы. Зернышки пыльцы наполнены жидкостью,

въ которой плаваеъ безчисленное множество неизмѣримо маленькихъ зернышекъ или клѣточекъ.

Если разорвать цвѣтокъ вскорѣ послѣ того, какъ онъ раскроетъ свои лепестки, и разсмотрѣть его плодникъ, то мы найдемъ въ немъ только крошечные зачатки сѣмянъ, или сѣменныхъ яичекъ; въ пыльникахъ тычинокъ въ это время еще нѣтъ пыльцы. По мѣрѣ того, какъ развивается цвѣтокъ, увеличиваются и сѣмена; но до тѣхъ поръ, пока въ пыльникахъ не разовьется пыльца и не попадетъ на нихъ, они не созрѣютъ, не будутъ способны дать ростокъ и произвести новое растеніе.

Итакъ, новыя растенія получаютъ изъ соединенія двухъ жизненныхъ силъ: отца и матери. Мать даетъ жизнь сѣменнымъ яичкамъ, отецъ—пыльцѣ. Для того, чтобы получалось зрѣлое сѣмя, способное произвести новое растеніе, необходимо, чтобы эти два элемента соединились; необходимо, чтобы пыльца оплодотворила сѣменные яички, т.-е. чтобы она изъ пыльника перешла въ плодникъ, содержащій въ себѣ сѣменные яички: *только тогда можетъ проявиться новая жизнь, создавшаяся изъ этого соединенія.*

Пыльца представляетъ собой сѣмя какъ бы одной части растенія—тычинки, сѣменное яичко—сѣмя другой части растенія—плодника. Эти два сѣмени отдѣльныхъ частей растенія, соединившись, становятся сѣменемъ всего растенія, и это сѣмя, попадая въ благоприятныя условія, даетъ новое растеніе.

У нѣкоторыхъ растеній, какъ мы говорили, пыльца вырабатывается въ однихъ цвѣткахъ, а сѣменные яички въ другихъ. Въ такихъ случаяхъ пчелы и другія насѣкомыя переносятъ пыльцу на своихъ крыльяхъ съ одного цвѣтка на другой.

Мы теперь знаемъ, что въ каждомъ растеніи есть спеціальныи органъ — плодникъ, въ которомъ развиваются сѣмена; мы знаемъ, что для того, чтобы это сѣмя стало способнымъ дать жизнь новому растенію, надо, чтобы оно соединилось съ сѣменемъ другой части растенія—съ пыльцой. Плодникъ мы назвали матерью растенія, а тычинки — отцомъ.

П л о д ъ .

Всѣ растенія способны производить сѣмена или плоды. Плодъ — это то же сѣмя, или, вѣрнѣе, плодъ заключаетъ въ себѣ сѣмя или много сѣмянъ. Въ обыденномъ разговорѣ мы дѣлаемъ разницу между тѣмъ, что называемъ плодомъ, и тѣмъ, что называемъ сѣменемъ. Говоря о плодахъ, мы подразумеваемъ тѣ сѣмена, которыя окружены вкуснымъ, сочнымъ, съѣдобнымъ мясомъ, какъ, на примѣръ, яблоки, вишни, сливы, орѣхи; сѣменами мы называемъ тѣ, которыя просто заключены въ оболочку, какъ, на примѣръ, пшеница, рожь, ячмень. Въ дѣйствительности и то и другое — плодъ.

Чтобы понять это, мы должны знать роль бѣлка, окружающаго зародышъ (рис. I). Когда, подъ вліяніемъ тепла и сырости, листочки и стебелекъ зародыша начинаютъ расти и раскрываться, имъ, какъ и подрастающимъ мальчикамъ, надо чѣмъ-нибудь питаться, чтобъ имѣть возможность развиться вполне. Бѣлокъ, окружающій зародышъ, является этой необходимой пищей, которой зародышъ и питается.

Листочки и стебелекъ зародыша всасываютъ и поглощаютъ мягкія, сыроватая частички бѣлка, и къ тому времени, когда употребятъ весь находящійся въ зернѣ бѣлокъ, обыкновенно развиваются достаточно, чтобы покинуть свою оболочку; прорвавъ оболочку, маленькое растеніе высовываетъ свою листовую головку изъ - подъ земли и укрѣпляется ножками или корешками въ почву. Поглотивъ весь бѣлокъ зерна и показавшись изъ-подъ земли, листья растенія начинаютъ питаться воздухомъ и солнечнымъ свѣтомъ, а корешки, оставшись подъ землей, вбираютъ въ себя воду и другіе элементы питанія изъ земли. Въ такихъ плодахъ, какъ яблоки, орѣхи и т. п., зародышъ, выходя изъ своей оболочки, часто недовольно зрѣлъ, чтобы питаться водой, воздухомъ и почвой, и поэтому нѣкоторое время еще питается мясистыми частями плода. Къ тому времени, когда онъ поглотитъ мясо плода, зародышъ уже становится способенъ существовать отдѣльно.

Сѣмена или плоды содержать такъ много питательныхъ веществъ, что могутъ не только питать зародышъ, но и поддерживать человѣческую жизнь: хлѣбъ, сдѣланный изъ зеренъ растений, составляетъ главную пищу человѣка.

Человѣкъ употребляетъ въ пищу также и корни многихъ растений, на примѣръ: свеклу, рѣпу, морковь; листья и стебли многихъ растений также съѣдобны; травоядные животныя исключительно питаются листьями и травой. Тѣмъ не менѣе плодъ или сѣмя растенія является его самой важной частью, такъ какъ оно способно дать жизнь новому растенію, поддерживаетъ собственную жизнь, питая зародышъ своимъ бѣлкомъ, и служить пищей животнымъ и человѣку.

ГЛАВА IV.

Жизнь животных и человѣка.

Мы знаемъ теперь, какой сложный процессъ требуется для того, чтобы растеніе могло дать жизнь другому, новому растенію; размноженіе животныхъ требуетъ еще болѣе сложнаго процесса и еще болѣе сложныхъ органовъ.

Животныя, какъ мы уже видѣли, знаютъ больше, чѣмъ растенія. Растенія не узнаютъ другъ друга, а животныя узнаютъ и другъ друга и людей, съ которыми живутъ; растенія не чувствуютъ любви къ своимъ дѣтямъ, а животныя любятъ своихъ дѣтенышей; растенія не заботятся о своихъ дѣтяхъ и не могутъ кормить ихъ, тогда какъ животныя заботятся о своихъ дѣтяхъ, кормятъ и защищаютъ ихъ.

Какое милое зрѣлище представляютъ ранней весной двѣ птички—отецъ и мать—когда онѣ строятъ въ рощѣ, на деревѣ, хорошенькое маленькое гнѣздо! Никому изъ насъ не сдѣлать такой искусной постройки. Когда гнѣздо построено, мать кладетъ въ него яйца, садится на нихъ и много дней подъ рядъ согрѣваетъ ихъ своимъ тѣломъ. Отецъ, забавляя подругу, прыгаетъ вокругъ, поетъ ей чудесныя пѣсни, подражать которымъ не умѣетъ ни человѣческой голосъ, ни музыкальный инструментъ; успокаиваетъ ее и даже занимаетъ ее мѣсто, пока она летаетъ искать себѣ пищу. Наконецъ, маленькіе птенчики пробиваютъ носикомъ скорлупки и выходятъ изъ яйца. Отецъ радуется вмѣстѣ съ матерью, перестаетъ пѣть пѣсни и принимается за работу: онъ летаетъ взадъ и впередъ и приноситъ дѣтямъ кормъ; разстояніе не пугаетъ его, и онъ иногда улетаетъ очень далеко. Но вотъ птенцы выросли; самецъ, исполняя свои отцовскія обязанно-

сти, учить ихъ летать и гоняться за добычей, а съ приближеніемъ осени знакомить ихъ съ семьями другихъ птицъ, къ которымъ они присоединяются, и вся стая улетаетъ въ теплые края.

Мальчики, разоряющіе птичьи гнѣзда, не обращаютъ вниманія на крайне интересную домашнюю жизнь птицъ, а между тѣмъ дружелюбныя взаимныя отношенія этихъ маленькихъ животныхъ такъ трогательны, что, изучая ихъ, мальчики навѣрное задумались бы о своемъ поведеніи и пожалѣли бы, что были ранѣе такъ жестоки и легкомысленны. Кустъ, съ котораго сорвали цвѣтокъ, не можетъ огорчаться и оплакивать свое дитя, но птицы, когда гнѣздо ихъ разорено и выводокъ уничтоженъ, кидаются на похитителя, пытаются бороться за жизнь своихъ дѣтей и иногда въ теченіе многихъ дней оглашаютъ воздухъ грустными, призывными криками.

Жизнь животныхъ представляетъ вообще много интереснаго, и наблюденіе за ними можетъ дать не одну пріятную минуту. Какая прелесть, напримѣръ, покрытый мягкимъ пушкомъ только-что вылупившійся цыпленокъ! Какую трогательную картину представляетъ насѣдка, при малѣйшей опасности собирающая свой выводокъ подъ крылья! Съ какимъ вниманіемъ и терпѣніемъ скребетъ и клохтаетъ она цѣлый день, отыскивая пищу цыплятамъ и призывая ихъ; какъ заботливо укрываетъ она цыплятъ, когда они дремлютъ подъ ея теплыми крыльями!

Вглядываясь въ жизнь природы, не знаешь, чѣмъ больше восхищаться: изящными формами, красками и семейнымъ устройствомъ цвѣтомъ или умомъ и семейнымъ устройствомъ животныхъ.

Отцы и матери.

На предыдущихъ страницахъ мы называли тычинки и плодникъ растений — отцомъ и матерью; мы называли ихъ такъ для того, чтобы наши молодые читатели получили болѣе ясное представленіе объ ихъ природѣ и объ ихъ значеніи для растенія. Въ книгахъ и въ разговорѣ эти части растеній

не называются отцомъ и матерью, а *мужскими и женскими* органами растеній.

Все, что живеть, имѣеть отцовъ и матерей. Всѣ животныя, такъ же какъ и растенія, представляютъ два типа: мужской и женскій. Представители этихъ двухъ типовъ, т.-е. существо мужского и существо женскаго пола, соединяются въ пары.

Мы уже знаемъ, что у растеній мужскіе и женскіе цвѣты растутъ иногда на одномъ и томъ же растеніи, иногда на различныхъ растеніяхъ.

Мужскія и женскія животныя всегда являются отдѣльными существами, исключая самыхъ низшихъ животныхъ, у которыхъ мужскіе и женскіе органы находятся въ одномъ и томъ же животномъ.

Мальчики, особенно тѣ, которые живутъ въ деревнѣ, знаютъ, что домашнія животныя бываютъ всегда обоихъ типовъ: мужского—самцы и женскаго—самки. Мальчикамъ знакомы, конечно, и различныя названія для обоихъ типовъ одного и того же вида животныхъ: пѣтухи и куры, быки и коровы, бараны и овцы, жеребцы и кобылы.

Мы видѣли, что мужскіе и женскіе органы растеній отличаются другъ отъ друга; мужскіе и женскіе органы животныхъ также различны. Женскіе органы мы уже знаемъ: это—яичникъ, въ которомъ развивается яйцо или сѣмя, и у вышшихъ животныхъ,—матка, содержащая зародышъ до его рожденія. Мужскіе органы, въ которыхъ развивается мужское сѣмя, мы впослѣдствіи опишемъ подробно, а теперь рассмотримъ, что такое мужское сѣмя, которое необходимо должно соединиться съ сѣменемъ матери для того, чтобы могло появиться новое человѣческое существо.

Сѣменная жидкость.

Сѣменная жидкость мужскихъ животныхъ, соотвѣтствующая пыльцѣ растеній, содержитъ такъ называемую *сперму*, или отцовскую часть человѣческой жизни. Сѣменная жидкость вырабатывается въ органахъ, отличающихъ мужчину

отъ женщины. Органы, отличающіе мужчинъ и женщинъ другъ отъ друга, называются половыми, такъ какъ указываютъ на мужской или женскій полъ существа. Сѣменная жидкость не пыль, какъ пыльца растеній, а густоватая жидкость желтовато-бѣлаго цвѣта. Въ только-что раскрывшихся цвѣтахъ пыльникъ, какъ мы знаемъ, не содержитъ еще пыльцы; надо много дней, а у нѣкоторыхъ растеній—недѣль, для того, чтобы пыльца образовалась и созрѣла настолько, чтобы быть способной оплодотворить находящіяся въ плодникѣ сѣменные яички. Точно такъ же надо много лѣтъ для того, чтобы мужское сѣмя, или сѣменная жидкость, образовалось настолько, чтобы обладать всѣми качествами, необходимыми для проявленія ея дѣятельности. Мальчики и юноши не имѣютъ зрѣлой сѣменной жидкости. Мужчина долженъ быть вполне взрослымъ для того, чтобы въ его органахъ могло образоваться *совершенное* сѣмя. Жидкость появляется и раньше, но она не похожа на ту, которая образовывается въ зрѣломъ возрастѣ. Таковую незрѣлую жидкость мы можемъ сравнить съ тѣми незрѣлыми, мягкими сѣменами, которыя можно видѣть въ несозрѣвшихъ яблокахъ, дыняхъ и т. д.; эти мягкія сѣмена останутся несовершенными до тѣхъ поръ, пока не созрѣетъ плодъ: плодъ и сѣмя зрѣютъ вмѣстѣ.

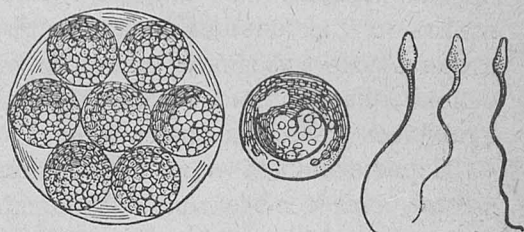


Рис. XI. Сперматозоиды.

Жизнь появляется изъ зародышей, находящихся въ сѣменной жидкости; зародыши эти созрѣваютъ вполне только у взрослою мужчины. Зародыши, или *сперматозоиды*, чрезвычайно малы: 700 сперматозоидовъ, положенныхъ рядомъ, займутъ пространство не болѣе вершка.

Сперма есть мужское сѣмя. Яйцо — сѣмя женщины. Въ отдѣльности ни сперма, ни яйцо не могутъ произвести новой человѣческой жизни. Какъ для появленія новаго растенія, такъ и для появленія новой человѣческой жизни, необходимо,

чтобы мужское и женское сѣмя—сѣмя отца и сѣмя матери—соединились: ихъ жизненные элементы должны соединиться, и только при этомъ условіи можетъ появиться новое живое существо—маленькое дитя.

До тѣхъ поръ, пока сѣменная жидкость мужчины не созрѣла, она не можетъ создать новой человѣческой жизни.

Какимъ образомъ происходитъ соединеніе мужского и женскаго сѣмени—крошечнаго яичка съ микроскопическимъ сперматозоидомъ—и почему послѣ этого соединенія начинаетъ развиваться новое существо—ребенокъ, это вопросы, требующіе такого сложнаго научнаго объясненія и такъ много предварительныхъ знаній, что мы не можемъ и пытаться разъяснить ихъ небольшимъ мальчишкѣ. Мы можемъ только повторить уже сказанное: для того, чтобы могъ развиваться ребенокъ, необходимо, чтобы сперма сѣменной жидкости соединилась съ зародышемъ яйца.

Первою пищей новаго зародившагося человѣческаго существа является желтокъ, находящійся внутри яйца, подобно тому, какъ бѣлокъ сѣмени питаетъ зародышъ растенія.

Природа устроила такъ, что младенецъ, поглотивъ весь желтокъ яйца, питается кровью матери. Мать ѣстъ и пьетъ, и изъ принятой пищи ея организмъ вырабатываетъ питаніе не только для себя, но и для организма младенца. Въ теченіе девяти мѣсяцевъ ребенокъ находится въ организмѣ матери, и все это время мать дышитъ за него, питаетъ его, доставляетъ ему тепло и укрываетъ его отъ опасностей. Жизнь младенца въ этотъ періодъ только часть жизни матери. Только по прошествіи девяти мѣсяцевъ крошечный зародышъ вырастетъ и разовьется настолько, что будетъ способенъ отдѣлиться отъ матери и жить самостоятельной жизнью.

Какъ только младенецъ становится способнымъ существовать внѣ организма матери, онъ выходитъ изъ заключавшей его полости на свѣтъ Божій, точно такъ же какъ достаточно развившееся маленькое растеніе высовывается изъ-подъ земли. Теперь, когда ребенокъ родился, его пищей становится молоко. Молоко образуется въ груди матери; природа позаботилась приготовить ребенку эту пищу, потому что у него

нѣтъ еще зубовъ. Черезъ годъ, когда зубы прорѣжутся, ребенокъ можетъ употреблять твердую пищу и не нуждается болѣе въ молокѣ матери. Съ этого времени дѣло отца доставить ребенку пищу, одежду и все, въ чемъ онъ нуждается, такъ какъ самъ ребенокъ еще малъ, ничего не знаетъ и не можетъ еще ни работать, ни заботиться о себѣ.

Мальчики, конечно, сами замѣчаютъ, что люди становятся отцами и матерями только тогда, когда станутъ большими и взрослыми; если они хорошенько подумаютъ объ этомъ, то увидятъ, что и это, какъ и все то, что дѣлаетъ природа, устроено въ высшей степени предусмотрительно: маленькія дѣти такъ слабы и беспомощны, что сами не могутъ заботиться о себѣ, и если отецъ не позаботится о нихъ — они должны погибнуть. Понятно, что человѣкъ не можетъ имѣть семьи раньше, чѣмъ станетъ взрослымъ и способнымъ работать; кромѣ того, прежде чѣмъ имѣть семью, онъ долженъ успѣть получить образованіе, чтобы, въ свою очередь, знать, чему и какъ учить своихъ дѣтей. На все это нужно много времени, и природа позаботилась устроить такъ, что человѣкъ становится взрослымъ и способнымъ имѣть дѣтей только къ тому времени, когда онъ научился работать и думать.

Дѣти всѣмъ обязаны своимъ родителямъ — не только тѣмъ, что они имѣютъ, но и своимъ существованіемъ. Еще въ глубокой древности Моисей далъ евреямъ заповѣдь: „Чти отца твоего и мать твою“; въ настоящее же время, когда дѣти сознательно будутъ относиться къ тому, что родители дали имъ жизнь и заботились о нихъ во время ихъ слабаго и беспомощнаго дѣтства, они навѣрно постараются любовью и уваженіемъ вознаградить тѣхъ, кто такъ много для нихъ сдѣлалъ.

Мы старались дать любознательнымъ молодымъ читателямъ, желающимъ знать правду, полезныя и понятныя свѣдѣнія и рассказали имъ простые, неприкрашенные факты. Мы, конечно, не можемъ отвѣчать на всѣ вопросы, которые возникнутъ въ умѣ ихъ при чтеніи этой книги; если бы мы даже попытались дать подробныя объясненія, наши молодые читатели не могли бы понять всего въ тѣхъ вопросахъ, ко-

торыхъ мы касаемся. Это не должно казаться имъ обиднымъ; вѣдь то же самое происходитъ и въ другихъ областяхъ знанія: мальчики извѣстнаго возраста не могутъ вполне понять механизмъ паровой машины или совершенно ясно представить себѣ таинственный процессъ химическихъ соединений. Такія сложныя явленія они изучаютъ тогда, когда уже достаточно взрослые и умственно развиты, чтобы понять ихъ. Точно такъ же и относительно вопросовъ, касающихся законовъ рожденія человѣка, мальчики должны пока удовлетвориться тѣмъ, что доступно ихъ пониманію.

ГЛАВА V.

Приготовленіе къ дѣятельному жизненному пути.

Человѣку необходимо знаніе не только нравственныхъ, но и физическихъ законовъ, такъ какъ неумѣнье заботиться о своемъ здоровьи можетъ принести много огорченій и себѣ и близкимъ. Сообразуя свое поведеніе съ требованіями законовъ гигіены, или науки о здоровьи, мы можемъ избѣжать многихъ заболѣваній и отстраниться отъ всего того, что вредно для организма. Здоровый человѣкъ всегда можетъ быть полезенъ окружающимъ, тогда какъ человѣкъ болѣзненный и слабый требуетъ постоянно множество услугъ отъ другихъ людей.

Очень многіе люди подвергаются физическимъ страданіямъ по незнанію законовъ гигіены. Узнать эти законы въ наше время очень легко: есть множество хорошихъ книгъ, въ которыхъ можно найти все, что нужно знать о человѣческомъ организмѣ и о тѣхъ законахъ, которыми управляется его дѣятельность, и мальчикамъ стоитъ только захотѣть, чтобы познакомиться со всѣмъ этимъ.

Для того, чтобы стать впослѣдствіи сильными, здоровыми, правильно-развитыми мужчинами, свободными отъ физическихъ страданій и отъ слабости тѣла и духа, мальчики должны изучить физическіе законы и разумно принаравливаться къ нимъ.

Навѣрное, каждый мальчикъ часто думаетъ о томъ времени, когда онъ будетъ взрослымъ мужчиной. Онъ доволенъ своей настоящей жизнью, но не хотѣлъ бы остаться мальчикомъ навсегда. Надежда на то, что придетъ время, когда онъ будетъ взрослымъ мужчиной, помогаетъ мальчику

добросовѣстно исполнять различныя, не особенно пріятныя обязанности; мальчикъ знаетъ, напримѣръ, что взрослому мужчинѣ необходимо умѣть писать и считать, и старательно пріучаетъ свои неловкіе пальцы держать перо и терпѣливо преодолевать всякія трудности ариѳметики.

Рисуя въ своемъ воображеніи, какимъ онъ будетъ, когда вырастетъ, мальчикъ, конечно, видитъ себя здоровымъ и сильнымъ мужчиной. Ни одинъ мальчикъ не вздумаетъ мечтать о томъ, что вырастетъ блѣднымъ, худымъ, нервнымъ, со впалой грудью и слабыми мускулами; со словомъ мужчина у всякаго связано представленіе о силѣ, спокойствіи и мужествѣ, которыя въ свою очередь вызываютъ представленіе о здоровьѣ. О какомъ бы занятіи ни мечталъ мальчикъ въ будущемъ—желаетъ ли онъ быть земледѣльцемъ, купцомъ, адвокатомъ или докторомъ—онъ прежде всего долженъ быть здоровымъ. Всякое занятіе требуетъ много силъ, всякая дѣятельность требуетъ затраты энергіи, особенно такая дѣятельность, которая имѣетъ цѣлью благо другихъ людей. Всякая такая дѣятельность несетъ съ собою большое нравственное удовлетвореніе, но на пути своемъ усѣяна многими огорченіями и разочарованіями, и надо много силъ, чтобы перенести ихъ. Пусть же мальчикъ въ тѣ года, когда еще у него нѣтъ ни заботъ ни огорченій, накопитъ столько здоровья, чтобы вступить въ жизнь съ полнымъ запасомъ физическихъ и нравственныхъ силъ.

Мужиной достойнымъ хотѣлъ бы я быть,
И вотъ какъ поэтому буду я жить:
День цѣлый усердно я буду работать;
Табакъ и вино я не буду и знать.
Отъ мыслей дурныхъ и отъ пошлыхъ рѣчей
Я тотчасъ уйду и прямусь горячѣй
За трудъ или книгу. Съ веселымъ лицомъ,
Съ характеромъ ровнымъ—я буду борцомъ
За всѣхъ обездоленныхъ, бѣдныхъ людей,
За всѣхъ беззащитныхъ, несчастныхъ дѣтей.

ГЛАВА VI.

Опасная привычка.

По причинамъ, гораздо болѣе важнымъ, чѣмъ удовлетвореніе одной только любознательности, мы въ послѣдующихъ главахъ намѣрены разсказать мальчикамъ о строеніи чело-вѣческаго организма и о дѣятельности его органовъ. Эти свѣдѣнія необходимы для того, чтобы стали болѣе понятными тѣ законы гігіены, которымъ необходимо слѣдовать для того, чтобы быть здоровымъ.

Нравственные законы, которымъ надо слѣдовать въ жизни, извѣстны всѣмъ мальчикамъ. Всѣ знаютъ, что не надо клясться, лгать, воровать, обманывать, лѣниться; знаютъ, что вообще надо избѣгать тѣхъ дурныхъ поступковъ, которые называются пороками. Становясь старше, каждый мальчикъ самъ убѣдится, что эгоистичные и нечестные поступки въ концѣ-концовъ вредятъ тому, кто ихъ дѣлаетъ; при нѣкоторой наблюдательности каждый мальчикъ придетъ къ тому убѣжденію, что торжество порока только кажущееся, что изъ дурныхъ поступковъ никогда ни для кого не выходитъ ничего хорошаго и что они всегда ведутъ къ стыду, страданію и горю.

Подобно законамъ нравственнымъ, существуютъ и законы и правила для различныхъ отправленій органовъ чело-вѣческаго тѣла. Эти законы называются физическими. Несоблюденіе физическихъ законовъ ведетъ за собой страданіе и болѣзни; если бы люди всегда исполняли эти законы, всѣ органы чело-вѣческаго тѣла работали бы гармонично, болѣзни, сокращающія жизнь, появлялись бы только вслѣдствіе

несчастныхъ случайностей, и люди чаще доживали бы до глубокой старости.

Конечно, не всѣ законы сохраненія здоровья могутъ быть понятны мальчикамъ, но большинство этихъ законовъ вполне ясно для всякаго, и слѣдовать имъ не представляетъ особеннаго труда.

Въ этой главѣ мы коснемся только одного правила гигиены, нарушеніе котораго очень вредно отзывается на здоровьи мальчиковъ и часто разстраиваетъ его на всю жизнь. Правило это заключается въ томъ, что никогда не слѣдуетъ трогать руками своихъ половыхъ органовъ. Нѣкоторые мальчики имѣютъ эту чрезвычайно вредную привычку. Иногда эта привычка бываетъ вызвана тѣмъ, что органы содержатся нечистоплотно и вслѣдствіе этого появляется зудъ; иногда привычкѣ научаютъ дурные товарищи: мальчики сперва дѣлаютъ это изъ любопытства, а затѣмъ привыкаютъ и находятъ удовольствіе въ томъ ощущеніи щекотки, которое вызывается прикосновеніемъ. Если никто не скажетъ, какъ сильно они этимъ вредятъ своему здоровью, участь ихъ будетъ очень печальна.

Вслѣдствіе постоянного раздраженія органы становятся болѣзненно-чувствительны, а иногда даже распухаютъ. Мальчики, которые продолжительное время предаются этой привычкѣ, становятся слабыми, неспособными ходить въ школу; они скоро устаютъ и не могутъ ни бѣгать, ни играть. Появляются головныя боли, лицо получаетъ землистый оттѣнокъ, глаза окружены темными кругами, губы и уши теряютъ свой свѣжій розовый цвѣтъ, и мальчикъ становится болѣе похожимъ на трупъ, чѣмъ на живого человѣка. Выраженіе и цвѣтъ лица, походка,—все обличаетъ его; видъ у него угрюмый и глуповатый, онъ золъ, раздражителенъ и скоро утомляется отъ умственныхъ занятій. У такого мальчика никогда не созрѣваетъ жизненное сѣмя. Подумайте сами, развѣ могла бы развиваться пыльца въ пыльникѣ, если бы кто-нибудь трогалъ и мялъ цвѣтокъ? Только тѣ цвѣты приносятъ плоды и сѣмена, которые развиваются вполне спокойно. Половые

органы также нуждаются въ спокойствіи для того, чтобы вырасти и развиваться вполнѣ.

Дѣти, которыя предаются этой пагубной привычкѣ, часто умирають, какъ помятые цвѣты. Бываетъ иногда, что мальчики довольно долго не замѣчаютъ никакихъ болѣзненныхъ явленій; иногда проходитъ годъ и болѣе безъ всякихъ видимыхъ измѣненій въ общемъ здоровьи, но это не значитъ, что для нихъ все прошло безнаказанно. Дѣло въ томъ, что у слабыхъ мальчиковъ вредное вліяніе обнаруживается быстрѣе же, организмъ здоровыхъ мальчиковъ сопротивляется дольше, но въ концѣ-концовъ неизбѣжно пострадаетъ и онъ.

Здѣсь не мѣсто говорить о другихъ печальныхъ послѣдствіяхъ этой привычки; объ этомъ мы будемъ говорить съ вами, когда вы будете старше. Теперь же я могу только повторить вамъ, что надо не только избѣгать самому этой привычки, но и предупреждать товарищей о ея вредѣ, если узнаете, что они предаются ей.

Старайтесь слѣдовать тому доброму совѣту, который я вамъ даю. Если бы, увидавъ васъ играющими на краю пропасти, я предупредила васъ о грозящей вамъ опасности, неужели вы не были бы благодарны мнѣ? Если бы, замѣтивъ, что вы плывете на маленькой лодкѣ по большой рѣкѣ, не подозрѣвая, что передъ вами страшный водоворотъ, я сказала бы вамъ о его близости и научила бы васъ держаться подальше отъ опаснаго теченія, развѣ вы не сочли бы меня за вашего друга? На этихъ страницахъ я предупреждаю васъ о не меньшихъ опасностяхъ и стараюсь научить васъ, какъ избѣжать ихъ.

Не забывайте слѣдующаго правила: не имѣйте никогда тайнъ отъ вашихъ родителей, не дѣлайте и не говорите ничего, что вамъ было бы стыдно повторить при нихъ; не слушайте никогда грубыхъ разсказовъ, которые нѣкоторые мальчики любятъ разсказывать потихоньку отъ другихъ.

Старайтесь узнать, какъ надо жить, чтобы быть здоровымъ и не помѣшать правильному развитію организма. Здоровье даетъ и силу и ловкость, а сильный, ловкій, самостоятельный мальчикъ не потеряется нигдѣ; его открытыя ма-

неры, свободная походка, прямой взглядъ, непринужденная веселость и откровенность—располагають къ нему всѣхъ.

Здоровому мальчику легче быть добрымъ и полезнымъ: ему не нужно ничьихъ услугъ, онъ самъ можетъ все сдѣлать и не только за себя, но и за другихъ. Забавляйтесь здоровыми играми съ братьями, сестрами и товарищами и не забывайте золотого правила: „поступайте съ другими такъ, какъ бы вы хотѣли, чтобы поступали съ вами“.

Старайтесь также, чтобы ваше умственное развитіе шло наравнѣ съ физическимъ. Поэтому, когда приходитъ время учиться, учитесь серьезно и внимательно. Работайте охотно и учитесь съ такимъ же увлеченіемъ, съ какимъ вы играете.

Все играть и не работать
Можно скоро глупымъ стать;
Все работать — не играть
Можно силы потерять.

Такъ работайте усердно и играйте веселѣй,
Чтобы время проходило плодотворнѣй и живѣй.

ГЛАВА VII.

Клѣтки и ихъ размноженіе.

Наука о человѣческомъ тѣлѣ состоитъ изъ анатоміи, физиологіи и гігіены.

Анатомія описываетъ устройство человѣческаго тѣла, отдѣльныхъ частей его и органовъ.

Физиологія изучаетъ дѣятельность органовъ.

Гигіена занимается законами сохраненія здоровья.

Человѣческое тѣло все состоитъ изъ клѣтокъ, которыя образуютъ ткани, и при своемъ колебаніи и движеніи развиваютъ силу.

Для того, чтобы сознательно относиться къ жизни своего организма, намъ необходимо рассмотреть строеніе клѣтокъ и тканей, ихъ различныя комбинаціи, усвоеніе организмомъ предметовъ питанія и проявленіе дѣйствующей въ организмѣ силы.

К л ѣ т к и .

Всѣ органы человѣческаго тѣла — мускулы, жиръ, кости, ногти, зубы, мозгъ, легкія, печень, почки и кожа состоятъ изъ клѣтокъ; клѣтки же образуютъ кровеносные сосуды и входятъ въ составъ крови. Клѣтки чрезвычайно малы, и ихъ можно видѣть только подъ микроскопомъ. Насколько малы эти клѣтки — трудно себѣ представить: 200 легочныхъ клѣтокъ, или ячеекъ, положенныхъ рядомъ, занимаютъ пространство не болѣе вершка длиной; предполагаютъ, что въ мозгу 900.000,000 нервныхъ клѣтокъ, а въ легкихъ, по меньшей мѣрѣ, 600.000,000 легочныхъ ячеекъ; полное количество кро-

вяныхъ шариковъ принимается въ 65.750,000,000,000. Кромѣ того, въ организмѣ есть еще билліоны и триллионы другихъ клѣтокъ, которыя идутъ на строеніе мускуловъ, печени, костей и т. д. Человѣческому уму трудно представить себѣ эти громадныя числа; если можно сравнить съ чѣмъ-нибудь количество клѣтокъ, находящихся въ человѣческомъ организмѣ, то только съ тѣми безчисленными песчинками, которыя покрываютъ морской берегъ, или съ міриадами звѣздъ, которыхъ нельзя пересчитать.

Клѣтка, входящая въ составъ организма, меньше песчинки: песчинку мы видимъ простымъ глазомъ, а для того, чтобы увидеть клѣтку, мы должны вооружиться микроскопомъ,— приборомъ, специально приспособленнымъ для того, чтобы съ помощью увеличительныхъ стеколъ разсматривать невидимые простому глазу предметы. При очень сильномъ увеличеніи можно не только разсмотрѣть, но и сосчитать отдѣльныя клѣтки. Видъ громаднаго количества клѣтокъ въ полѣ зрѣнія подъ микроскопомъ заставляетъ удивляться природѣ, создавшей такой сложный организмъ изъ такихъ неизмѣримо маленькихъ клѣтокъ.

При помощи микроскопа мы не только можемъ различить каждую отдѣльную клѣтку, но можемъ даже увидеть, что она состоитъ изъ трехъ частей. Въ самой срединѣ клѣточки находится *ядро* — маленькій свѣтлый пузырекъ, болѣе твердый, чѣмъ остальная клѣточка. Ядро окружено тонкой, безцвѣтной *оболочкой*; внѣшнюю часть клѣточки составляетъ *протоплазма*, мягкое вещество, состоящее преимущественно изъ бѣлковъ, воды и солей. Протоплазма питаетъ ядро, какъ желтокъ питаетъ зародышъ яйца.

Клѣточки бываютъ различной формы: круглыя, какъ капли, длинныя и узкія, шестигранныя, овальныя; у нѣкоторыхъ клѣтокъ два-три и больше отростковъ, такъ что онѣ похожи на звѣздочки; нѣкоторыя клѣтки тонки и плоски и лежатъ другъ на другѣ, какъ черепицы на крышѣ.

Пищеварительный аппаратъ, состоящій изъ пищевода, желудка и кишекъ, также весь построенъ изъ клѣтокъ; печень

и поджелудочная железа, составляющія какъ бы придатокъ желудка, тоже состоятъ изъ клѣтокъ.

Артеріи, тѣ трубки, которыя берутъ начало въ сердцѣ и, раздѣляясь и подраздѣляясь, какъ вѣтви дерева, проникаютъ весь организмъ, разнося по немъ кровь, снабженную кислородомъ въ легкихъ, также состоятъ изъ клѣтокъ. Таково же строеніе *венъ*, другихъ трубокъ, собирающихъ кровь, уже отдавшую свой кислородъ тканямъ, и несущихъ эту кровь по направленію къ сердцу. Концы артерій переходятъ въ тончайшіе волосные сосуды, которые соединяются съ венозными волосными сосудами, а эти послѣдніе уже переходятъ въ крупные венозные стволы.

Въ жизни человѣческаго организма большое значеніе имѣетъ сила. Силу нельзя видѣть, ея нельзя ни сосчитать, ни измѣрить, можно только описать ея проявленія, то, что она дѣлаетъ въ организмѣ. Человѣкъ не можетъ сдѣлать ни малѣйшаго движенія, не затративъ силы: для того, чтобы поднять ногу при ходьбѣ, нужно также затратить силу, какъ и для того, чтобы опустить ее.

Очень часто вмѣсто слова—сила—употребляютъ: энергія, жизненность, духъ. Человѣкъ затрачиваетъ силу всегда, чтобы онъ ни дѣлалъ: вбиваетъ ли онъ гвоздь, пишетъ ли, читаетъ ли вслухъ, смѣется ли или стонетъ—онъ каждый разъ затрачиваетъ силу. Когда сила истрачена—наступаетъ смерть: организмъ постепенно распадается и уничтожается, потому что сила, или жизнь, покинула его. Живая сила, дѣйствующая въ человѣческомъ организмѣ, проявляется различнымъ образомъ: при ея помощи переваривается и входитъ въ кровь пища; она поддерживаетъ окисленіе крови, заставляя легкія сокращаться, и регулируетъ работу сердца. Во всѣхъ этихъ движеніяхъ нашего сознательнаго участія не требуется—этими произвольными функціями наше мышленіе управляетъ безсознательно: спимъ ли мы или бодрствуемъ, работаемъ или отдыхаемъ—ихъ дѣйствіе непрерывно.

Матерія, изъ которой строится человѣческой организмъ, получается извнѣ: пища, вода и воздухъ доставляютъ эту матерію; соединительныя ткани, кости, печень, сердце—все это

создалось изъ поглощенной организмомъ внѣшней матеріи; все это существовало уже въ иныхъ формахъ. Живая сила организма своей таинственной работой измѣняетъ полученную извнѣ матерію и употребляетъ ее на поддержаніе жизненнаго процесса.

Клѣтки—это тѣ маленькія лабораторіи, въ которыхъ сила производитъ свои главныя дѣйствія. До сихъ поръ человѣку не удалось еще проникнуть въ тайны этихъ процессовъ; человѣкъ знаетъ, *что* дѣлается въ клѣткахъ, но не знаетъ, *какъ* это дѣлается; человѣкъ не можетъ создать такихъ клѣтокъ и не можетъ произвести того, что въ нихъ производится.

Жизнь цѣлаго организма складывается изъ жизни отдѣльныхъ клѣтокъ, входящихъ въ его составъ. Жизнедѣятельность каждой клѣтки заключается въ томъ, что она одновременно, при помощи окружающей ее протоплазмы, поглощаетъ извнѣ нужную ей матерію и удаляетъ изъ себя ненужные болѣе элементы. Мы постараемся пояснить этотъ процессъ слѣдующимъ примѣромъ: стаканъ, наполненный молокомъ, крѣпко завязываютъ пузыремъ и опускаютъ въ банку съ водой; скоро вода, находящаяся въ банкѣ, окрашивается въ молочный цвѣтъ, а молоко въ стаканѣ становится водянистымъ, такъ что для наблюдателя ясно, что вода и молоко просачиваются одновременно черезъ пузырь; газы просачиваются черезъ ткани такимъ же путемъ. То же самое происходитъ и въ организмѣ.

Мы говорили выше, что каждая клѣтка окружена сѣтью волосныхъ сосудовъ, или капилляровъ; промежутки этой сѣти заполнены матеріей, образовавшейся изъ пищи, воды и воздуха. Клѣтки, посредствомъ волосныхъ сосудовъ капиллярной сѣти поглощаютъ изъ этой матеріи тѣ элементы, которые имъ нужны; онѣ выбираютъ тѣ частички, которыя имъ необходимы, и изъ этого поглощеннаго ими матеріала какимъ-то непостижимымъ образомъ *создаютъ новое вещество*: мертвую матерію превращаютъ въ жизненное, способное развиваться вещество.

Размноженіе клѣтокъ.

Человѣческое тѣло растеть и увеличивается благодаря размноженію и развитію клѣтокъ. Жизнь клѣтки проявляется въ томъ, что *ядро* ея раздѣляется на двѣ части, образуя такимъ образомъ два ядра; эти два ядра удаляются другъ отъ друга и помѣщаются на двухъ противоположныхъ краяхъ протоплазмы, а сама протоплазма начинаетъ суживаться по срединѣ и наконецъ дѣлится пополамъ, такъ что въ каждой ея части остается по одному ядру. Въмѣсто одной клѣтки являются такимъ образомъ двѣ; эти двѣ дѣлятся тѣмъ же способомъ и даютъ четыре клѣтки, изъ которыхъ образуются восемь, изъ восьми—шестнадцать и т. д.

Человѣческой организмъ въ яйцѣ матери образуется такимъ же путемъ: зародышъ яйца и сперма мужского сѣмени, соединившись, образуютъ клѣтку; въ этой клѣткѣ тотчасъ же начинается дѣленіе или процессъ размноженія, благодаря которому увеличивается число клѣтокъ, и этимъ обуславливается ростъ зародыша. Послѣ рожденія человѣческаго существа клѣточки продолжаютъ размножаться и развиваться въ его организмѣ, вслѣдствіе чего увеличиваются органы и ткани. Клѣточки, при жизни организма, постоянно образуются вновь, выполняютъ свою работу и умираютъ. Милліоны клѣточекъ умираютъ или уничтожаются ежедневно; нѣкоторыя клѣточки живутъ дни, другія—недѣли и даже мѣсяцы, но, рано или поздно, каждая клѣточка оканчиваетъ свое существованіе, уносится изъ организма и замѣняется другими.

Вся верхняя поверхность кожи покрыта слабо-соединенными слоями клѣтокъ: это уже отжившія клѣточки. Трение о бѣлье и объ одежду, мытье ежедневно удаляютъ съ нашего тѣла громадное количество такихъ отжившихъ клѣточекъ. Слизистая оболочка рта покрыта слоемъ клѣтокъ, и тысячи старыхъ, отжившихъ клѣтокъ этой полости уносятся вмѣстѣ съ пищей и питьемъ и выбрасываются, пройдя черезъ пищеварительный каналъ, какъ ненужныя болѣе организму. Исче-

заюція клітки замѣняются другими, лежащими въ нижнихъ слояхъ.

Благодаря тому, что мы ежедневно ѣдимъ, пьемъ и дышимъ, мы непрерывно доставляемъ нашему организму матеріаль, необходимый для образованія этихъ новыхъ клітокъ. Въ каждомъ органѣ можно одновременно найти кліточки на различныхъ степеняхъ роста: совсѣмъ взрослыя, отжившія, готовыя къ уничтоженію, полуразвитыя и совсѣмъ молодыя, новыя. Работою раздѣленія, или размноженія, заняты только молодыя новыя кліточки, и онѣ, повидимому, не сохраняютъ этой способности въ теченіе всего періода своего существованія. Итакъ, первое проявленіе дѣятельности клітокъ заключается въ ихъ распаденіи на новыя клітки; затѣмъ работа размноженія прекращается, и дѣйствующая въ кліткахъ сила вся уходитъ на ихъ ростъ и на выработку новаго вещества. По мѣрѣ роста кліточки занимаютъ все больше мѣста, а затѣмъ ихъ сталкиваютъ новыя клітки, размножающіяся за ними, и эти, въ свою очередь, размножаются, а достигши полной зрѣлости, употребляютъ всю свою энергію на созданіе новой химически-жизненной матеріи.

ГЛАВА VIII.

Железы слюнные и слезныя.

Среди органовъ человѣческаго тѣла очень важную роль играютъ железы. Дѣятельность железъ такъ разнообразна, работа ихъ такъ необходима организму, что мы не задумаемся начать наше изученіе человѣческаго организма съ описанія именно этихъ органовъ.

Железъ въ организмѣ очень много: слюнные и слезныя железы, печень, почки и др.

Во всѣхъ железахъ можно замѣтить двѣ части: собственно тѣло железы, вырабатывающее выдѣленіе, и выводной протокъ, или каналъ.

Клѣтки каждой железы вырабатываютъ жидкость, свойственную одной только этой железн. Одна железа выдѣляетъ горькую жидкость, другая—сладкую, третья—соленую. Всѣ эти, разнообразные по свойствамъ, жидкости вырабатываются изъ крови.

Железы состоятъ изъ клѣтокъ, находящихся на всевозможныхъ степеняхъ развитія. Молодыя клѣтки, занятыя размноженіемъ, находятся ближе къ оболочкѣ железы; затѣмъ идутъ полувзрослыя клѣтки и, наконецъ, самыя старыя и зрѣлыя, которыя окружаютъ каналъ. Жизнь этихъ послѣднихъ клѣтокъ кончена, дѣло ихъ сдѣлано; стѣнки такихъ клѣтокъ лопаются, и разрушенныя клѣтки, вмѣстѣ съ вылившеюся изъ нихъ массой, которую называютъ *выдѣленіемъ*, падаютъ въ каналъ и исчезаютъ навсегда. Нѣкоторыя клѣтки разрушаются не вполне: онѣ изливаютъ только время отъ времени свое содержимое, которое потомъ замѣняется новымъ. Мѣсто разрушенныхъ клѣтокъ занимаютъ другія,

созрѣвшія, клѣтки, которыя въ свое время подвергаются такому же разрушенію.

Слюнные железы.

Съ каждой стороны полости рта находятся три главныхъ и множество мельчайшихъ слюнныхъ железъ.

Слюна—бесцвѣтная жидкость, которая выдѣляется железами въ полость рта и смачиваетъ пищу во время жеванія.

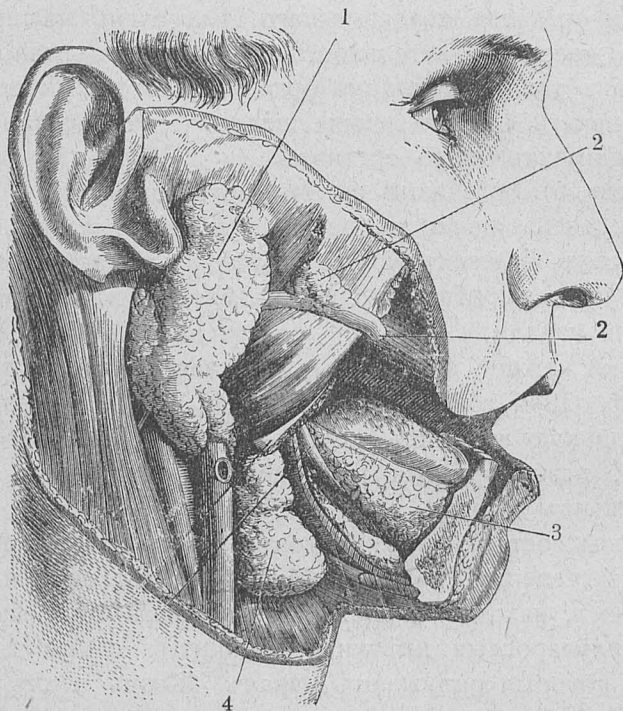


Рис. XII. Слюнные железы чловѣка: 1)—околоушная железа, 2) — ея выводная трубка, 3)—подъязычная, 4)—подчелюстная.

Дѣятельность слюнныхъ железъ заключается въ томъ, что онѣ выбираютъ изъ крови (продуктъ нашей пищи) извѣстныя частицы и, съ помощью протоплазмы клѣточекъ, перерабатываютъ ихъ въ новую жидкость—слюну. Въ слюнѣ есть

составныя части, которыхъ нѣтъ въ другихъ выдѣленіяхъ, но которыя необходимы при процессѣ пищеваенія.

Усиліе, которое мы дѣлаемъ при жеваніи, способствуетъ распаденію клѣтокъ и выдѣленію жидкости. Во время ѣды разрушаются сотни клѣтокъ и выдѣленіе ихъ наполняетъ каналы, которые начинаются тончайшими развѣтвленіями, соединяются затѣмъ въ болѣе и болѣе широкія вѣтви и образуютъ, наконецъ, одинъ широкій каналъ, черезъ который слюна выдѣляется въ полость рта (рис. X).

Воображеніе, мысль, имѣетъ громадное вліяніе на дѣятельность железъ. Клѣтки часто распадаются и выдѣляютъ жидкость подъ вліяніемъ мысли. Самымъ обыкновеннымъ примѣромъ такого вліянія мысли на дѣятельность железъ можетъ служить то явленіе, которое принято называть „слюнки текутъ“ и которое вызывается мыслью о вкусной пищѣ. Желаніе или мысль, рождаясь въ мозгу, передается нервному волокну, начинающемуся въ мозгу и завѣдующему дѣятельностью соотвѣтствующихъ железъ. Нервные волокна служатъ для передачи мысли; мысль передается такъ же, какъ передаются свѣтъ, звукъ, электричество. Въ томъ случаѣ, о которомъ мы упомянули, нервная сила, возбужденная мыслью, дѣйствуетъ на зрѣлыя клѣтки слюнныхъ железъ, результатомъ чего является выдѣленіе слюны въ полость рта.

Такое выдѣленіе слюны происходитъ совершенно независимо отъ того, думаетъ ли человѣкъ о немъ или нѣтъ; и даже тогда, когда человѣкъ не имѣетъ и понятія о выдѣленіи слюнныхъ железъ. Всѣ мысли человѣка сосредоточены на желаемомъ лакомомъ блюдѣ; онъ мечтаетъ о томъ, какъ оно вкусно, воображаетъ, какъ бы добыть его, и результатомъ этихъ мыслей является возбужденіе дѣятельности железъ и усиленное распаденіе ихъ клѣтокъ, а слѣдовательно и усиленное выдѣленіе жидкости. Такая усиленная работа ослабляетъ энергію железы, и рядомъ такихъ злоупотребленій она можетъ быть доведена до полного уничтоженія, или атрофіи. Каждый разъ послѣ того, какъ происходитъ такое усиленное и ненужное выдѣленіе, организму приходится затрачивать энергію на работу возстановленія. Чтобы избавить

организмъ отъ излишней работы, отъ бесполезной траты энергіи, надо остановить процессы выдѣленія, а это можно сдѣлать только, давъ мысли другое направленіе. Какъ только мысль обратится на другой предметъ, какъ только будетъ забыта соблазнительная пища, такъ сейчасъ же успокоятся и железы.

Атрофія слюнныхъ железъ—явленіе чрезвычайно рѣдкое, но именно этимъ путемъ, злоупотребляя ихъ дѣятельностью, *сотни людей уничтожали другія железы своего организма.*

Дѣятельность *всѣхъ железъ* подчиняется, какъ и слюнныхъ, слѣдующимъ двумъ законамъ:

1. Мысль имѣетъ большое вліяніе на выдѣленіе железъ.
2. Ненужныя, а потому дурныя мысли, вызывающія излишнее выдѣленіе железъ, могутъ ослабить дѣятельность этихъ железъ и даже атрофировать ихъ.

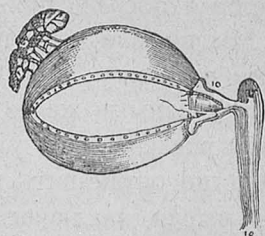
Въ Индіи, для открытія воровства, часто пользуются слѣдующимъ приемомъ: всѣмъ, кого могутъ подозрѣвать въ извѣстной кражѣ, судья предлагаетъ взять въ ротъ на нѣсколько минутъ небольшое количество риса, заявляя при этомъ, что воромъ признаютъ того, у кого по прошествіи этого времени рисъ окажется сухимъ. При мысли, что боги высушиваютъ рисъ во рту виновнаго, суевѣрный страхъ овладѣваетъ умомъ вора, и это чувство страха такъ сильно дѣйствуетъ на нервы железъ, что на время парализуетъ дѣятельность этихъ послѣднихъ и прекращаетъ выдѣленіе слюны. Счастливое настроеніе, спокойствіе духа имѣютъ хорошее вліяніе на дѣятельность слюнныхъ железъ и вызываютъ здоровое, достаточное выдѣленіе слюны.

Итакъ, мы видимъ, что дурныя, бесполезныя мысли и желанья имѣютъ вредное вліяніе на дѣятельность железъ, тогда какъ хорошія мысли благотворно дѣйствуютъ на железы и вообще поддерживаютъ здоровое состояніе всего организма.

Слезныя железы.

Слезныя железы, какъ это видно изъ ихъ названія, выдѣляютъ слезы; по своему строенію слезныя железы совершенно

сходны съ тѣми, которыя выдѣляютъ слюну. Слезныя железы находятся надъ наружнымъ угломъ каждаго глаза. На рисункѣ XIII слезная железа изображена на лѣвой сторонѣ, въ верхнемъ углу глазного яблока. Тоненькіе выводные каналы наполняются жидкостью, которая, изливаясь въ глазъ, увлажняетъ его. Въ противоположномъ углу глаза находится носовой каналъ, черезъ который излишняя жидкость попадаетъ въ носъ. Выдѣленіе слезныхъ железъ отличается отъ другихъ выдѣленій своимъ соленымъ вкусомъ. Слезная жидкость, или слезы, вырабатываются постоянно, хотя очень медленно. Слезы каплями выходятъ изъ каналовъ, которыхъ бываетъ отъ 6 до 12-ти. Эти капли постоянно увлажняютъ глазное яблоко, какъ масло увлажняетъ движущіяся части машины. Слезы очень важное и полезное выдѣленіе, такъ какъ глазное яблоко постоянно движется во всѣхъ направленіяхъ и вслѣдствіе этого очень нуждается въ такой жидкости, увлажняющей его поверхность. Подъ вліяніемъ сильнаго душевнаго волненія слезныя железы выдѣляютъ болѣе обильное количество жидкости, или слезъ. Душевное волненіе — горе — усиливаетъ дѣятельность железъ: слезы текутъ быстро одна за другой, вытекаютъ изъ канала и наполняютъ глазъ такъ быстро, что носовой каналъ не успѣваетъ уносить излишекъ; слезы, естественно, выливаются изъ глазъ и текутъ по лицу. Такое явленіе мы называемъ плачемъ. При очень сильномъ плачѣ энергія клѣтокъ напрягается въ высшей степени для того, чтобы выработать достаточное количество слезъ. Если плачь очень продолжителенъ, то весь матеріалъ истрачивается, распадаются даже самыя молодыя клѣтки, въ каналахъ нѣтъ болѣе жидкости — и слезы не текутъ. Положеніе становится критическимъ; мысль, рожденная въ мозгу, требуетъ слезъ, а железы не могутъ болѣе доставлять ихъ: результатомъ являются краснота, боль, а иногда и воспаленіе глазъ.



XIII. Глазное яблоко; слѣва кверху слезная железа, справа носовой каналъ.

Извѣстны случаи, когда сильный и продолжительный плачь атрофировалъ не только слезныя железы, но и самое зрѣніе.

Душевное волненіе, вызванное какимъ-нибудь счастливымъ событіемъ, также бываетъ иногда настолько велико, что вызываетъ усиленное выдѣленіе слезъ; но такое волненіе обыкновенно бываетъ непродолжительно и рѣдко имѣетъ вредныя послѣдствія.

Мы видѣли, что чувство горя или отчаянія, сознаваемое нами въ мозгу, вызываетъ такое усиленное распаденіе клѣтокъ слезныхъ железъ, которое можетъ окончиться атрофіей этихъ железъ. Мы уже говорили о томъ, что единственное средство остановить выдѣленіе, вызванное вліяніемъ извѣстной мысли, заключается въ томъ, что надо перемѣнить направленіе мысли, *надо думать о чемъ-нибудь другомъ*. Страданіе къ самому себѣ, размышленіе о своемъ огорченіи никогда не остановятъ потока слезъ; также мало поможетъ и разсужденіе о томъ, что не слѣдуетъ предаваться горю, такъ какъ такое разсужденіе все-таки возвращаетъ мысль къ причинѣ, вызвавшей слезы. Даже прямое усиліе сдержатъ слезы рѣдко достигаетъ цѣли; есть только одинъ способъ: надо дать мысли новое направленіе. Надо обратиться къ дѣйствительности, взяться за работу, заняться чѣмъ-нибудь, что способно поглотить все вниманіе. Даже капризный ребенокъ перестаетъ плакать, если постараются обратить его вниманіе на какой-нибудь интересный предметъ. *Надо развить въ себѣ способность самообладанія*. Упражненіе силы воли не имѣетъ, конечно, прямого воздѣйствія на дѣятельность слезныхъ железъ; умѣнье владѣть своими мыслями важно тѣмъ, что даетъ возможность въ каждую данную минуту заставить себя думать о томъ, о чемъ считаешь нужнымъ думать, и такимъ образомъ получится и возможность остановить работу железы, вызванную господствовавшей до тѣхъ поръ въ мозгу мыслью.

Большіе мальчики часто зовутъ младшаго брата „плаксою“ за то, что онъ много и часто плачетъ. Онъ еще пока такъ неловокъ, этотъ маленькій братъ, что ежеминутно падаетъ

и ушибается, и каждое паденіе, ушибъ или порѣзъ, вызывая ощущеніе боли, заставляютъ его пролить слезы. Мать успокаиваетъ его и говоритъ: „Не плачь, это пустяки; папа не заплакалъ бы отъ этого; твой старшій братъ никогда не плачетъ, когда ушибается: плачутъ только маленькія дѣти, а ты не маленькій. Будь же мужчиною“. Въ головѣ ребенка незамѣтно и бессознательно для него самого складывается понятіе о болѣе высокомъ идеалѣ поведенія. Онъ невольно сравниваетъ свой дѣтскій крикъ съ мужественнымъ самообладаніемъ мужчины, переносящаго страданія, опасности, горе. Онъ хочетъ быть такимъ же, какъ мужчины, и при первой попыткѣ удержаться отъ крика замѣчаетъ, что боль отъ этого не усиливается; скоро онъ начнетъ удерживаться и отъ слезъ, съ каждой новой попыткой пріобрѣтаетъ новое сознаніе мужества, и наконецъ наступаетъ время, когда никто уже не можетъ назвать его „плаксою“. Съ этихъ поръ слезныя железы мальчика рѣдко работаютъ усиленно, и, по мѣрѣ того, какъ онъ становится взрослымъ, слезы текутъ у него только во время сильнаго огорченія или же появляются какъ проявленіе счастья.

На отправленіе дѣятельности всѣхъ другихъ железъ, находящихся въ человѣческомъ организмѣ, мысль вліяетъ точно такъ же, какъ на слюнныя и слезныя железы.

Правильное направленіе мысли есть самое дѣйствительное средство для возстановленія разстроенной дѣятельности железъ.

ГЛАВА IX.

Печень. Молочныя и желудочныя железы.

Печень построена нѣсколько иначе, чѣмъ вышеописанныя железы. Печеночныя клѣтки, многоугольной формы, состоятъ изъ зернистой протоплазмы и одного или нѣсколькихъ ядеръ. Оболочки у печеночныхъ клѣтокъ нѣтъ, но цѣлые островки печеночныхъ клѣтокъ и кровеносныхъ сосудовъ разграничены между собой соединительною тканью; такіе отдѣльные островки называются *печеночными дольками* (рис. XIV).

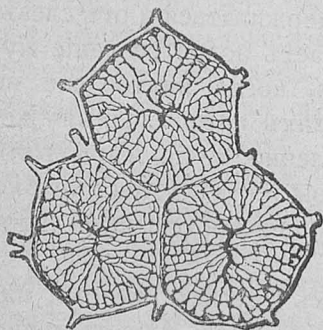


Рис. XIV. Три дольки печени.

Печень заключена въ оболочку, такъ называемую *печеночную капсулу*, состоящую изъ соединительной ткани и эластическихъ волоконъ. Эта оболочка проникаетъ внутрь печени, но не вполне отдѣляетъ дольки печени

другъ отъ друга. Печень *выдѣляетъ очень горькую жидкость, называемую *желчью*. Въ крови нѣтъ ничего такого горькаго, какъ желчь, и тѣмъ не менѣе желчь, такъ же какъ и сахаръ, вырабатывается печенью изъ крови. Сахаръ, вырабатываемый печенью, не таковъ, какъ тотъ, который мы употребляемъ въ пищу.

Желчь собирается въ желчномъ пузырьѣ, гдѣ и сохраняется до надобности.

Разстройства печени часто вызываются недостаткомъ разумнаго самообладанія, бездѣятельной жизнью и употребленіемъ излишней пищи. Излишняя пища заставляетъ железу работать сверхъ силъ, вслѣдствіе чего страдаетъ не одна печень, а весь организмъ. Обычная пища современнаго обще-

ства особенно склонна отягчать печень; всѣ пищевые продукты изъ бѣлой муки, напимѣръ: хлѣбъ, пирожки, пудинги и т. п. доставляютъ печени гораздо болѣе крахмалу, чѣмъ эта железа способна превратить въ сахаръ. Жиры, сахаръ, варенье еще увеличиваютъ эту работу печени. Крупно-размолотая пшеница или ячмень, сырые или вареные спѣлые плоды и овощи дадутъ достаточно матеріала для выработки сахара, но не обременяютъ печени.

У людей, которые ѣдятъ слишкомъ мало, вслѣдствіе того, что имъ некогда удѣлится достаточно времени на обѣдъ и которые вдобавокъ испытываютъ безпокойство во время ѣды, торопясь скорѣе итти на службу или приняться за занятія — процессы пищеваренія затруднены, а это въ свою очередь можетъ повлечь за собою разстройство дѣятельности печени. Чтобы не доводить организмъ до такого серьезнаго разстройства, надо научиться правильно оцѣнивать все, что можетъ губельно отразиться на дѣятельности нашихъ органовъ.

Тотъ, кто ѣсть слишкомъ много и обременяетъ печень излишней работой, долженъ прежде всего убѣдить себя въ томъ, что надо „ѣсть, чтобы жить“, а не „жить, чтобы ѣсть“, какъ онъ дѣлалъ до сихъ поръ.

Слишкомъ усердный работникъ, который изъ-за заботъ о завтрашнемъ днѣ не хочетъ удѣлится достаточно времени на

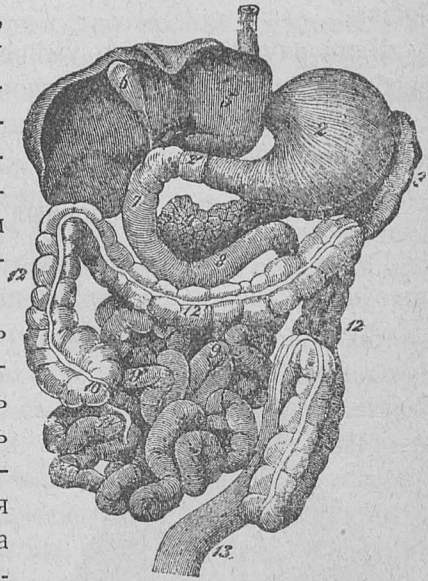


Рис. XV. Органы пищеваренія: 1—пищеводъ; 2—желудокъ; 3—селезенка; 4—поджелудочная железа; 5—печень; 6—желчный пузырь; 7—двѣнадцатиперстная кишка; 8—9 тонкія кишки; 10—слѣпая кишка; 11—ея отростокъ; 12—толстая кишка; 13—прямая кишка.

свой объѣдъ, долженъ понять, что поступаетъ неблагоразумно и вредить своему здоровью.

Люди часто умирають отъ болѣзней печени, вызванныхъ первоначально неумѣренностью въ пищѣ и бездѣятельной жизнью.

Надо научиться быть умѣреннымъ во всѣхъ своихъ потребностяхъ и сдерживать свои желанія.

„Тотъ, кто умѣетъ управлять своими мыслями, выше того, кто завоевываетъ города“.

Молочныя железы.

Груды или молочныя железы женщины выдѣляютъ молоко, похожее на молоко ослицы или коровы. Молоко выдѣляется въ грудяхъ женщины только тогда, когда ей нужно кормить новое существо, поддерживать новую жизнь. Къ тому времени, когда у ребенка прорѣжутся зубы и весь организмъ его приспособится къ принятію другой пищи — выдѣленіе молока въ грудяхъ матери обычно прекращается.

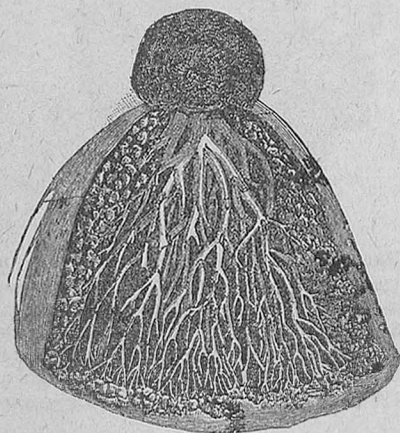


Рис. XVI. Строеніе молочной железы.

Молоко вырабатывается изъ крови, доставляемой кровеносными сосудами капиллярной сѣти, окружающей клѣтки молочной железы. Тотъ же самый матеріалъ,

слѣдовательно, изъ котораго вырабатываются соль слезъ, сахаръ и желчь печени, служитъ и для выработки молока.

Строеніе молочныхъ железъ очень похоже на строеніе железъ слюнныхъ (рис. XVI). Давленіе губъ младенца является той внѣшней силой, которая заставляетъ распадаться клѣточки железы; выдѣленіе наполняетъ выводные протоки и, выходя наружу, попадаетъ въ ротикъ ребенка.

Вліяніе мысли особенно сильно отражается на выдѣленіи

молочныхъ железъ. Выдѣленіе молока лучше всего происходитъ при спокойномъ состояніи духа; у женщинъ, обладающихъ ровнымъ характеромъ, выдѣленіе молока всегда обильно, и молоко это хорошо усваивается ребенкомъ. Безпокойный характеръ уменьшаетъ количество молока и дѣлаетъ молоко жидкимъ и синеватымъ, а припадки гнѣва придаютъ молоку возбуждающее свойство. Горе или страхъ также измѣняютъ свойство молока и дѣлаютъ его вреднымъ для ребенка. Сильное огорченіе, испытываемое кормящей женщиной, часто такъ уменьшаетъ количество ея молока, что приходится прикармливать ребенка какой-нибудь другой пищей.

Вліяніе мысли на количество и качество выдѣляемаго молочными железами молока особенно ярко подтверждаетъ ту истину, что дурныя мысли могутъ принести смерть, а хорошія сохраняютъ здоровье организма. Душевные волненія— гнѣвъ, страхъ и т. п. такъ измѣняютъ химическій составъ этого выдѣленія, что у ребенка, котораго покармливаютъ такимъ молокомъ, часто появляются различныя кишечныя расстройства, очень опасныя въ младенческомъ возрастѣ. Подобныя наблюденія должны предостерегать отцовъ и матерей и указывать имъ на то, что чувство и разумъ должны быть въ гармоническомъ равновѣсіи, иначе могутъ пострадать совершенно невинныя дѣти.

Желудочныя железы.

Стѣнки желудка покрыты слизистой оболочкой, въ родѣ той, которая выстилаетъ полость рта. Въ этой слизистой оболочкѣ находится множество маленькихъ железъ съ каналами, открывающимися въ желудокъ. Эти железы называются *желудочными* и выдѣляютъ жидкость, называемую *желудочнымъ сокомъ*.

Пищевареніе не можетъ происходить безъ желудочнаго сока; желудочный сокъ—чрезвычайно кислое выдѣленіе, содержащее соляную кислоту и пепсинъ.

Стѣнки желудка состоятъ изъ трехъ оболочекъ: *слизистой, мышечной и серозной*.

Когда желудокъ пустъ, *слизистая* оболочка образуетъ

складки; приспособляясь къ количеству принятой пищи, она можетъ растягиваться и увеличиваться въ объемѣ.

Внѣшняя оболочка желудка—мягкая и совершенно гладкая, называется она *серозной*.

Между слизистой и серозной оболочками находится еще оболочка, состоящая изъ трехъ слоевъ мускуловъ; эта оболочка называется *мышечной*. Мускулы мышечной оболочки расположены въ различныхъ направленіяхъ: одинъ слой мускуловъ лежитъ вдоль желудка, другой поперекъ, третій вкось. Какъ только пища попадетъ въ желудокъ, мышечная оболочка начинаетъ сокращаться и расширяться, какъ резинка; всѣ три слоя мускуловъ сокращаются одновременно и съ такою силой, что заставляютъ сокращаться весь желудокъ. Это сокращеніе всего желудка вызываетъ непрерывное вращательное движеніе содержимаго желудка, заставляютъ зрѣлыя клѣтки желудочныхъ железъ распадаться и выдѣлять жидкость.

Мысль дѣйствуетъ на дѣятельность желудочныхъ железъ такъ же, какъ и на дѣятельность всѣхъ остальныхъ. Внезапное потрясеніе во время ѣды или вскорѣ послѣ принятія пищи уничтожаетъ аппетитъ и вызываетъ иногда рвоту. Дѣти въ ожиданіи интересной прогулки или какого-нибудь развлечения часто не могутъ ѣсть.

Намъ остается упомянуть еще о двухъ железахъ: *панкреатическая* (поджелудочная) железа, выдѣляющая панкреатическій сокъ, также необходимый для пищеваренія, и *селезенка* (см. выше рис. XV), отличающаяся отъ другихъ железъ тѣмъ, что не имѣетъ выводныхъ каналовъ; ея выдѣленіе какъ бы непосредственно переходитъ въ кровь. Роль селезенки въ организмѣ еще не вполне выяснена.

Всѣ железы вліяютъ другъ на друга: болѣе или менѣе сильное страданіе одной железы вызываетъ сочувственное страданіе одной или нѣсколькихъ другихъ железъ. Желудокъ и печень почти всегда находятся въ зависимости другъ отъ друга. Болѣзни селезенки и печени также очень часто бываютъ одновременны и къ нимъ большею частью присоединяется и страданіе желудочныхъ железъ.

ГЛАВА X.

Повтореніе.

Изъ всего прочитаннаго вами до сихъ поръ вы узнали, какія удивительныя измѣненія производитъ въ человѣческомъ организмѣ дѣйствующая въ немъ живая сила: она образуетъ клѣтки, беретъ изъ крови нужный матеріаль, отбрасываетъ ненужный и создаетъ изъ выбраннаго матеріала новыя соединенія. Вы узнали, что сила господствуетъ надъ матеріей, что сила мысли можетъ сдѣлать человѣка больнымъ или сохранить его здоровье. Какимъ образомъ это происходитъ, мы не знаемъ, но факты передъ нами. Вы знаете, что выдѣленіе железъ вызывается дѣйствіемъ внѣшнихъ причинъ, заставляющихъ клѣтки распадаться. Такими внѣшними дѣйствіями является движеніе, или перистальтика, кишекъ, червеобразное движеніе стѣнокъ желудка, давленіе вѣкъ на глазное яблоко и на слезныя железы, давленіе губъ младенца на каналы молочныхъ железъ и т. п.

Чтобы отличить эти внѣшнія причины отъ той внутренней творческой силы, которая создаетъ новыя клѣтки и руководитъ ихъ дѣятельностью, а также отъ той силы, которая проявляется въ дѣйствіи на организмъ добрыхъ и злыхъ мыслей,—мы назовемъ ихъ силами физическими.

Всѣ внѣшнія причины, вызывающія проявленіе этой физической силы, можно назвать однимъ общимъ названіемъ—*деиженіе*. Всякое движеніе способствуетъ распаденію клѣтокъ.

Вліяніе психической жизни — жизни духа—на физическое движеніе проявляется въ дѣятельности почти всѣхъ органовъ.

Сердце сильно подчиняется вліянію мысли; страхъ, напирмѣрь, быстро и сильно дѣйствуетъ на дѣятельность сердца:

пульсъ останавливается, и сердце на минуту какъ бы перестаетъ биться, а затѣмъ начинаетъ биться сильно и неровно, пока не пройдетъ вызванное страхомъ возбужденіе. Сильное безпокойство вызываетъ неправильное сердцебіеніе. Подъ вліяніемъ горя сердце бьется медленно и иногда такое состояніе кончается параличомъ сердца; иногда неосторожно сообщенное больному радостное извѣстіе имѣетъ такое же вліяніе.

Дѣятельность желудочныхъ железъ также часто разстраивается подъ вліяніемъ душевнаго волненія. Внезапное потрясеніе часто вызываетъ поносъ; сильный плачь часто сопровождается обильнымъ выдѣленіемъ мочи.

У нѣкоторыхъ людей сильное душевное волненіе вызываетъ общую слабость; у другихъ, наоборотъ, только усиливаетъ мускульную энергію. Часто при сильномъ испугѣ появляется холодный потъ. Страхъ часто въ одну ночь превращалъ черные волосы въ сѣдые или вызывалъ сумасшествіе. Д-ръ Ричардсонъ рассказываетъ объ одномъ человѣкѣ, первоначальная раздражительность котораго, вслѣдствіе недостаточнаго самообладанія, перешла въ состояніе почти хроническаго озлобленія. Иногда гнѣвъ его бывалъ такъ силенъ, что окружающіе боялись за него болѣе, чѣмъ за себя; при этомъ, когда проходилъ припадокъ гнѣва, — его мучительно терзали часы раскаянія и сожалѣнія. Убѣдившись послѣ глубокаго обморока, закончившаго одинъ изъ его гнѣвныхъ припадковъ, что здоровье его находится въ опасности, онъ употребилъ всю силу своей воли на то, чтобы выработать способность сдерживаться, и достигъ того, что послѣднія 10 лѣтъ своей жизни прожилъ спокойно и пріятно, пользуясь любовью окружающихъ его.

Горячій темпераментъ довольно трудно поддается самообладанію, и молодые люди, которые понимаютъ физическую и нравственную опасность такой распущенности, сумѣютъ сдержаться во-время. Тотъ, кто знаетъ, что работа его не пропадетъ, а принесетъ плоды — работаетъ охотно день и ночь, и трудъ не кажется ему слишкомъ тяжелымъ. Работа скучна и тяжела только тогда, когда впереди не видно ни-

чего радостнаго и ободряющаго, когда нѣтъ надежды на то, что работа приведетъ къ намѣченной цѣли; тогда работа исполняется неохотно, и трудъ кажется такимъ непосильнымъ, что можетъ даже вредно повліять на здоровье.

Юноша, охотно занимающійся наукой, мало-по-малу и незамѣтно увеличиваетъ запасъ своихъ знаній, и его мыслительныя способности развиваются быстрѣе, чѣмъ у юноши, работающаго по принужденію.

Вообще способность самообладанія необходима въ жизни; это одно изъ тѣхъ качествъ, которыя человѣкъ долженъ выработать въ себѣ. Спокойное отношеніе къ тому, что должно случиться, очень часто сдѣлало больше для возвращенія здоровья больнымъ, чѣмъ могли бы сдѣлать всѣ лѣкарства.

Молодые люди должны бы избѣгать азартныхъ игръ, пари и т. п., гдѣ деньги играютъ такую большую роль и гдѣ мы видимъ разгаръ самыхъ дурныхъ страстей во всей ихъ силѣ: страхъ и гнѣвъ, ненависть и зависть, надежда и отчаяніе появляются одно за другимъ, держать бѣдное сердце въ постоянномъ напряженіи и усиливаютъ его дѣятельность настолько, что она становится неестественно-напряженной. Если такія возбужденія повторяются очень часто, то неправильная дѣятельность сердца становится постоянной. Причиной разстройства сердечной дѣятельности можетъ быть и не азартная игра въ карты: винтъ, напимѣръ. Человѣкъ, цѣлый день занятый дѣломъ, каждый вечеръ садится за карточный столъ и играетъ робберъ за робберомъ. Если вопросъ выигрыша не имѣетъ для него большого значенія, то, очевидно, что онъ гонится за тѣмъ нервнымъ возбужденіемъ, которое даетъ ему игра и которое не можетъ остаться безъ послѣдствій для его здоровья.

Въ настоящее время только еще начинаютъ изучать то вліяніе, которое мысль имѣетъ на организмъ; мы еще не знаемъ всей силы этого вліянія, не знаемъ, до какихъ размѣровъ можетъ дойти это воздѣйствіе нашей духовной сущности на матеріальную, нашей мысли на наше тѣло.

Мысли, направленныя на полезное и хорошее, ведутъ къ счастью и здоровью. Счастливая и добрая семья можетъ дать

мальчику всё условія, нужныя для того, чтобы мысль его привыкла работать въ хорошемъ направленіи; но когда онъ вступилъ въ жизнь, только собственныя усилія могутъ спасти его отъ дурныхъ, ви́шнихъ вліяній, которыми грозитъ ему общество при своемъ теперешнемъ состояніи.

Итакъ, сила мысли вліяетъ на тѣло, на отправленія органовъ.

Сила добрыхъ, хорошихъ мыслей поддерживаетъ и укрѣпляетъ органы, вызываетъ нормальныя выдѣленія и увеличиваетъ продолжительность жизни.

Сила дурныхъ, порочныхъ мыслей можетъ нарушить дѣятельность органовъ, отравить выдѣленія и даже сократить жизнь.

Очевидно, что природа требуетъ, чтобы человѣкъ жилъ добрыми, хорошими мыслями. Исполненіе этого требованія или закона природы даетъ жизнь, неисполненіе его—смерть.

Результатомъ добрыхъ мыслей является любовь къ ближнимъ, доброта и ласковость къ окружающимъ, снисходительность и терпѣніе къ слабымъ, прощеніе обидъ, довѣріе къ людямъ, правдивость и честность въ отношеніяхъ съ другими, скромность, воздержаніе и спокойное исполненіе своего долга.

Дурныя мысли вызываютъ ненависть и злобу къ людямъ; грубость, являющаяся результатомъ этихъ мыслей, ведетъ къ ссорамъ и мстительности; лѣность порождаетъ скуку; боязнь отвѣтственности за дурные поступки влечетъ за собой обманъ и ложь. Распушенность мысли отражается на всемъ поведеніи.

Для достиженія того совершенства, которое, очевидно, предназначается человѣку отъ природы, его физическія и умственныя силы должны быть въ возможно полной гармоніи, и поэтому онъ долженъ быть не только физически здоровымъ, но и умъ его долженъ работать въ хорошемъ направленіи.

ГЛАВА XI.

Органическая жизнь.

Слово „органическая“ происходит от слова „органъ“, т.-е. орудіе, при посредствѣ котораго что-нибудь дѣлается. Существа, состоящія изъ наибольшаго количества органовъ, считаются наивысше организованными. Камни, металлы не имѣютъ органовъ, поэтому мы называемъ ихъ неорганическими.

Растенія — существа органическія; ихъ органы — корни, стебли и листья.

Органическимъ мы называемъ все, что имѣетъ органы; остальное — почва, вода, воздухъ и т. д. мы называемъ неорганическимъ.

Сила, или энергія, дѣйствующая въ растеніяхъ, впитываетъ или вбираетъ посредствомъ корней растений нѣкоторыя вещества, находящіяся въ почвѣ. Въ почвѣ въ мельчайшихъ доляхъ находится желѣзо, фосфоръ, кремнеземъ, въ ней есть гніющее дерево, кости животныхъ, зола. Многія изъ этихъ веществъ настолько вредны для человѣческаго организма, что человѣкъ не можетъ употреблять ихъ въ пищу, но растений эти вещества не убиваютъ, а наоборотъ, полезны и нужны имъ. Сила растений утилизируетъ эти вещества въ таинственныхъ лабораторіяхъ растительныхъ клѣтокъ.

Растеніе состоитъ изъ клѣточекъ, подобныхъ клѣточкамъ человѣческаго тѣла; растительныя клѣтки чудеснымъ, неизвѣстнымъ намъ процессомъ измѣняютъ взятыя изъ земли вещества въ совершенно новыя, не похожія на ту землю, изъ которой они взяты. Почва, минералы, кости и соли, находящіяся въ землѣ, служатъ источникомъ тѣхъ питатель-

ныхъ соковъ, которые превращаются въ клѣточкахъ растеній въ стебли, вѣтви, листья, почки, цвѣты и плоды.

Въ сравненіи съ этими простыми элементами, изъ которыхъ, они, въ сущности, состоятъ, растенія являются существами высшими, снабженными органами. Имѣя болѣе опредѣленный видъ, болѣе изящный цвѣтъ и аромат, растенія во всѣхъ отношеніяхъ выше тѣхъ элементовъ, изъ которыхъ состоятъ. Мы говоримъ про растенія, что они выше организованы.

Разсматривая растеніе, напримѣръ, яблоню, мы видимъ, что нѣкоторыя ея части выше организованы, чѣмъ другія: вѣтки болѣе ярко окрашены и болѣе изящны, чѣмъ стволъ; листья нѣжнѣе и ярче вѣтокъ; цвѣты красивѣе и сложнѣе листьевъ; плоды богаче и сложнѣе цвѣтовъ; сѣмя — выше всего. Сѣмя настолько высоко организованная часть растенія, что можетъ создать новое растеніе. Корни, стебель, листья, цвѣты не могутъ создать новаго растенія, только одно сѣмя одарено этой способностью. Растенія могутъ вырасти и изъ отрѣзковъ, но это не есть появленіе новаго растенія, — это только продолженіе уже начавшагося роста.

Человѣческія существа (принадлежать къ существамъ органическимъ) и являются наивысше организованными изъ всего творенія.

Человѣкъ обладаетъ самымъ совершеннымъ устройствомъ органовъ и самой сложной изъ всѣхъ существующихъ организацій.

Человѣку также необходимо желѣзо, фосфоръ и другія вещества, находящіеся въ почвѣ, но онъ не можетъ употреблять ихъ въ чистомъ видѣ и поэтому питается растеніями и овощами, въ которыхъ содержатся эти вещества, но уже въ иномъ видѣ.

Растенія, начиная работу организаціи, измѣняютъ грубыя, ядовитыя вещества, находящіеся въ почвѣ, въ такія соединенія, которыя человѣкъ можетъ употреблять въ пищу безъ вреда для своего организма; въ организмѣ человѣка эта пища превращается въ ещё болѣе высокія соединенія—въ органы человѣческаго тѣла.

Кости и скелетъ человѣка—тверже древеснаго ствола; мускулы сложнѣе листьевъ; мозгъ и нервная система выше сравненія съ какой бы то ни было частью растенія. Точно такъ же, какъ въ растеніи, въ человѣческомъ организмѣ одно только сѣмя способно дать жизнь новому человѣческому существу — ребенку.

Простые элементы, какъ мы видимъ, шагъ за шагомъ перерабатываются въ высшій человѣческой организмъ; вещества, получаемыя нами въ видѣ растительной или животной пищи (которая также есть продуктъ растительнаго царства), перерабатываются, выдѣленіемъ железъ, въ жидкія и твердыя части нашего тѣла.

Растенія поглощаютъ въ себя солнечные лучи и въ видѣ этихъ лучей получаютъ для себя живую силу. Эта сила накапливается при ростѣ во всѣхъ частяхъ растенія и въ тѣхъ пищевыхъ веществахъ, которыя они образуютъ. Человѣкъ воспринимаетъ въ себя извѣстное количество этихъ пищевыхъ веществъ, а дыханіемъ поглощаетъ изъ воздуха кислородъ. Вещества, соединяясь съ кислородомъ воздуха, производятъ горѣніе или теплоту. Такимъ образомъ живая сила солнца, поглощенная растеніями, при помощи горѣнія или окисленія превращается въ живую силу животныхъ.

Животнымъ, а также и человѣку, кромѣ чувства голода, жажды, желанія дышать (этихъ проявленій, свойственныхъ и другимъ организмамъ, стоящимъ по развитію ниже), присуще еще нѣчто высшее: данъ разумъ, благодаря которому они сознаютъ окружающую природу. Глазъ видитъ *цвѣтъ*, производимый свѣтомъ; ухо слышитъ *звукъ*; носъ чувствуетъ *запахъ*; языкъ—*вкусъ*; все существо ощущаетъ теплоту. Животное всѣми своими чувствами реагируетъ на внѣшнія впечатлѣнія.

Сила звуковъ посредствомъ слуховыхъ нервовъ доходитъ до мозга; въ мозгу, смотря по своей природѣ, звукъ вызываетъ впечатлѣніе тихое или громкое, музыкальное или рѣзкое.

Зрительные нервы также вызываютъ въ мозгу представленія; является понятіе о свѣтѣ и теплотѣ, о движеніи, быстрой и неподвижности.

Такимъ образомъ развиваются первоначальныя идеи.

Интересно замѣтить, что каждый органъ воспринимаетъ дѣйствіе только той силы, воспринимать которую онъ приспособленъ. Запахъ ощущается носомъ, но не производитъ никакого дѣйствія на ухо; звукъ слышится ухомъ, но не вызываетъ никакого ощущенія въ глазу; языкъ не видитъ, ухо не ощущаетъ вкуса, и только мозгъ одаренъ способностью получать впечатлѣнія отъ всѣхъ этихъ различныхъ ощущеній и создавать изъ нихъ идеи и представленія удовольствія или страданія. Другими словами, это единственный органъ сознательнаго мышленія.

ГЛАВА XII.

Усвоеніе пищи.

Человѣкъ представляетъ изъ себя маленькій міръ, созданный изъ большого міра; элементы, взятые изъ большого міра, соединяются въ микроскопическое бытіе человѣка.

Химія разложила воду, землю и воздухъ на ихъ простѣйшіе элементы; такихъ элементовъ 64 и изъ нихъ въ составъ человѣческаго тѣла входятъ 15. Изъ газовъ въ составъ человѣческаго тѣла входятъ кислородъ, водородъ, углеродъ и азотъ; изъ минераловъ—железо, фосфоръ, сѣра, магнезія, натръ и известь.

Человѣкъ, для поддержанія жизни, нуждается во всѣхъ этихъ веществахъ, но поглощать ихъ въ чистомъ видѣ не можетъ.

Пищеварительные органы человѣка не только не способны усвоить железо или натръ въ ихъ чистомъ видѣ, но, несомнѣнно, пострадали бы, если бы эти вещества были введены въ такомъ видѣ въ организмъ; тѣмъ не менѣе, железо и натръ необходимы организму.

Для утоленія жажды никто, конечно, не употребляетъ кислородъ или чистый водородъ, но соединеніе этихъ газовъ—вода—составляетъ одинъ изъ самыхъ важныхъ и необходимыхъ элементовъ питанія человѣка.

Азотъ нельзя вдыхать безнаказанно, но въ соединеніи съ кислородомъ, въ видѣ воздуха, онъ необходимъ человѣку.

Минеральные элементы должны превратиться въ корни, плоды и сѣмена растений и только въ такомъ переработанномъ видѣ могутъ быть усвоены человѣческимъ организмомъ.

Польза выдѣленій.

Слюна существуетъ не для того, чтобы расходоваться во время мечтаній о вкусной пищѣ; желчь не исполняетъ своего

назначенія, придавая кожѣ желтоватую окраску или производя рвоту; слезы вырабатываются не для плача, который только разрушаетъ железу.

Ни одна изъ сложныхъ и нѣжныхъ по своему строенію железъ не должна работать болѣе, чѣмъ ей слѣдуетъ.

Слюна—первое выдѣленіе, которое имѣетъ измѣняющее дѣйствіе на пищу. Слюна смѣшивается съ пищей и смачиваетъ ее, приготовляя ее для глотанія. Особенное кислое свойство слюны вліяетъ на крахмалистыя вещества пищи, превращая ихъ въ нѣчто, подобное сахару. Очень большое количество нашей пищи состоитъ изъ крахмала: картофель, рисъ, горохъ, бобы, рожь и пшеница содержатъ крахмалъ въ большомъ количествѣ. Для того, чтобы организмъ могъ воспользоваться этимъ крахмаломъ, его надо сперва превратить въ сахаръ, и это измѣненіе происходитъ подъ вліяніемъ дѣйствія слюны на крахмалъ.

Иногда очень занятые люди торопятся во время ѣды, не пережевываютъ пищи какъ слѣдуетъ и не даютъ ей времени смѣшаться со слюной; то же самое дѣлаютъ мальчики, когда спѣшатъ поѣсть и скорѣе бѣжатъ къ оставленной игрѣ. Плохо пережеванная пища обременяетъ желудокъ, и пищевареніе затрудняется. Тяжесть, производимая плохо пережеванной пищей, только раздражаетъ органы.

Сила, дѣйствующая въ организмѣ, насколько возможно долго, борется съ такимъ неестественнымъ положеніемъ, но, рано или поздно, устаетъ, отказывается работать, и процессъ пищеваренія останавливается. Что же происходитъ тогда? Тогда на помощь организму является то, что мы называемъ болѣзнью. Появляется головная боль, потеря аппетита, повышение температуры, рвота. „Я боленъ“, стонетъ мальчикъ. Какъ возвратитъ ему здоровье? Самая болѣзнь и есть средство для возстановленія здоровья; нервы оповѣщаютъ всѣ силы организма о томъ, что сила пищеварительныхъ органовъ не можетъ работать безъ помощи. Пищеварительный каналъ долженъ быть очищенъ, поэтому всѣ силы организма соединяются въ усиліи вытолкнуть вредную массу. Конечно, пока всѣ силы организма заняты однимъ этимъ процессомъ, дру-

гія функціи не выполняются, и организмъ не можетъ быть здоровымъ. Такое проявленіе дѣйствующей въ организмѣ силы называется возстановленіемъ. Все, что можетъ сдѣлать въ этомъ случаѣ медицина,—это узнать, что именно хочетъ выполнить природа, и помочь ей въ этомъ.

Послѣ того, какъ мы проглотимъ пищу, она, черезъ пищеводъ, находящійся позади рта, попадаетъ въ желудокъ. Червеобразное движеніе, сообщаемое этому органу чередующимися сокращеніями и расширеніями мускульной оболочки, потихоньку двигаетъ содержимое въ ту или другую сторону, смачивая его выдѣленіями желудочныхъ железъ—пепсиномъ и соляной кислотой. Въ желудкѣ пища превращается въ мягкую сѣроватую массу, называемую пищевой кашцей, и передвигается дальше въ двѣнадцатиперстную кишку, гдѣ подвергается дѣйствію желчи и поджелудочнаго сока. Каналь желчнаго пузыря и протокъ поджелудочной железы открываются въ общій протокъ и попадаютъ въ двѣнадцатиперстную кишку (рис. XV).

Для того, чтобы жиры усвоились организмомъ, нужно, чтобы они смѣшались съ водой *); желчь и сокъ панкреатической железы помогаютъ такому смѣшенію (рис. XV).

Процессъ, который происходитъ при этомъ, очень похожъ на то, какъ образуется мыло.

Можетъ-быть, нѣкоторые изъ моихъ читателей видали, какъ дѣлаютъ мыло, и въ такомъ случаѣ легко поймутъ, какъ масло можетъ смѣшаться съ водой. Въ Америкѣ, въ деревняхъ, часто готовятъ мыло слѣдующимъ способомъ: въ боченокъ, наполненный золой, наливаютъ воду и даютъ ей стечь въ отверстіе, сдѣланное на днѣ; темная жидкость,—*щелокъ*, вытекающая изъ этого отверстія,—сильная ядовитая щелочь, которая способна прожечь одежду и можетъ сжечь слизистую оболочку рта и желудка, если случайно проглотить ее. На огонь ставятъ котель съ обрѣзками

*) На каждый фунтъ твердаго вещества въ человѣческомъ тѣлѣ приходится 7 ф. воды; такъ что человѣкъ, вѣсъ котораго равняется 160 ф., имѣетъ только 20 ф. твердаго вещества, остальные 140 ф.—вода.

жира и съ саломъ, оставшимся на костяхъ, и вливають туда щелокъ. Щелокъ, закипѣвъ, соединяется съ жирными веществами и образуетъ *мыло*—безвредное и полезное вещество.

Печень можно сравнить съ боченкомъ, о которомъ мы говорили; желчныя кислоты, играющія роль щелока, черезъ желчный пузырь вытекають изъ печени въ двѣнадцатиперстную кишку, которая представляетъ собой котелъ, употребляемый при производствѣ мыла; въ двѣнадцатиперстной кишкѣ пищевая кашица, содержащая жиры и желчныя кислоты, разогрѣвается подъ вліяніемъ естественной теплоты человеческого тѣла, и жиры соединяются съ кислотами. Результатомъ является мягкое мыло, которое легко соединяется съ водой, или, говоря научно, получается эмульсія, омыленіе, такъ необходимое для усвоенія пищи.

Работа превращенія крахмала въ сахаръ, начатая въ полости рта, продолжается въ кишкахъ при помощи сока панкреатической железы; изъ двѣнадцатиперстной кишки пищевая кашица переходитъ въ тонкія кишки, гдѣ подвергается дѣйствию кишечнаго сока. Этотъ сокъ вырабатывается огромнымъ количествомъ микроскопическихъ железъ, помѣщающихся подъ оболочкой кишекъ, и дѣйствіе его на пищевую кашицу нѣсколько сходно съ дѣйствіемъ слюны, желчи и сока панкреатической железы. Онъ продолжаетъ дѣйствіе указанныхъ соковъ и далѣе перерабатываетъ пищевые продукты. На протяженіи всего пищеварительнаго тракта идетъ всасываніе необходимыхъ для организма веществъ изъ пищевой кашицы. Всего энергичнѣй всасываніе происходитъ въ тонкихъ кишкахъ, слизистая оболочка которыхъ покрыта многочисленными складками съ густо насаженными одна около другой ворсинками. Кишки, такъ же какъ и желудокъ, сокращаются и расширяются, двигая впередъ свое содержимое; такое движеніе кишекъ называется перистальтическимъ. Содержимое кишекъ теряетъ постепенно свой цвѣтъ и консистенцію, становится желтѣе и болѣе плотнымъ. Въ этомъ видѣ переваренная пища называется каломъ; оно выбрасывается изъ организма чрезъ прямую кишку.

ГЛАВА XIII.

Образованіе крови и венозная кровь.

Стѣнки кишекъ устланы слизистой оболочкой, усѣянной множествомъ маленькихъ сосочковъ, называемыхъ *ворсинками*. Эти ворсинки подъ микроскопомъ похожи на волосики, въ родѣ ворса бархата, и придаютъ всей слизистой оболочкѣ мягкій, бархатистый видъ.

Дѣятельность этихъ ворсинокъ совсѣмъ обратна дѣятельности железъ: онѣ вбираютъ въ себя, поглощаютъ вещество, тогда какъ железы выдѣляютъ его изъ себя. Внутри каждой ворсинки находится одинъ или нѣсколько *млечныхъ сосудовъ*; каждая ворсинка покрыта густой сѣтью волосныхъ сосудовъ, или капилляровъ (рис. XVII). Назначеніе ворсинокъ поглощать ту пищевую кашицу, которая готова для всасыванія при входѣ въ двѣнадцатиперстную кишку.

Тончайшіе кровеносные волосные сосуды обладаютъ также способностью поглощать частички пищевой кашицы. Болѣе жидкія и водянистыя части поглощаются, вѣроятно, волосными сосудами, тогда какъ жирныя, маслянистыя части идутъ въ млечные сосуды. Такимъ образомъ пищеваритель-

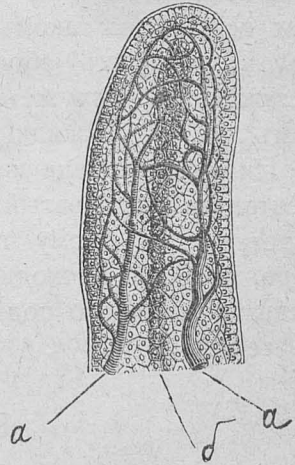


Рис. XVII. Ворсинка, сильно увеличенная; а—кровеносныя жилки, б—млечный ходъ.

ный каналъ постепенно опорожняется, и изъ него, главнымъ образомъ, уносятся жидкія части; остальное, вслѣдствіе этого, сгущается и проходитъ дальше (рис. XV).

Железы-брыжейки кишекъ (мезентеріальныя).

Млечные сосуды, выйдя изъ кишекъ, соединяются съ железами, величиной съ горошину, и изливаютъ свое содержимое въ эти железы. Въ этихъ железахъ частицы всосанной пищи подъ вліяніемъ жизненно-химическаго дѣйствія ихъ выдѣлений превращаются частью въ клѣточки. Эти новыя тѣльца, или клѣтки, плаваютъ въ прозрачной жидкости, называемой серозной. Жидкость, находящаяся въ мезентеріальныхъ железахъ, быстро сгущается. Если добыть эту жидкость и дать постоять ей нѣкоторое время, то она свернется, и подъ микроскопомъ можно увидеть въ ней мельчайшія нитеобразныя волокна; въ такомъ видѣ эта жидкость называется *фибриномъ*. Фибринъ образуется только тогда, когда жидкость охлаждается, такъ же какъ желе или смола, которыя въ тепломъ состояніи жидки, а охлаждаясь становятся плотными.

Пищевая кашица называется теперь хиломъ. Цвѣтъ хила желтовато-красноватый. Вполнѣ переработанный хиль направляется по грудному протоку (каналу шириной въ гусиное перо, который проходитъ за позвоночникомъ къ шеѣ) и входитъ въ широкую подключечную вену, которая оканчивается въ сердцѣ.

Венозная кровь.

Венозные волосные сосуды, которые находятся въ пищеварительномъ каналѣ, всасываютъ ту часть хила, которая не входитъ въ млечные сосуды. Мелкія вены соединяются между собой пока не соберутся всѣ въ одинъ широкій каналъ, называемый *воротной веной*. Эта вена входитъ въ печень, гдѣ она опять дѣлится, и подраздѣляется на волосные сосуды. Жирныя части хила, какъ мы знаемъ, направляются въ мезентеріальныя железы, а жидкія, водянистыя части идутъ

въ печень. Желудокъ также обильно снабженъ венами, которыя быстро всасываютъ жидкости, какъ, на примѣръ, супы, алкоголь, молоко.

Вены желудка, селезенки и кишекъ всѣ соединяются и опоражниваются въ воротную вену; этотъ важный протокъ разнести ихъ содержимое по печени. Изъ печени переработанная жидкость выходитъ черезъ *печеночныя вены*, которыя находятся въ центрѣ каждой печеночной дольки. Здѣсь въ жидкости появляется уже довольно большое количество клѣтокъ, и она свертывается на воздухъ очень быстро, образуя фибринъ. Кровь, которая течетъ въ венахъ, — *темнокраснаго цвѣта*.

Венозная кровь входитъ въ сердце черезъ полную вену (рис. XVIII).

Кровь, идущая по венамъ головы и рукъ, входитъ въ сердце черезъ нисходящую полную вену; венозная кровь нижнихъ конечностей, такъ же какъ кровь воротной вены, входитъ черезъ восходящую полную вену.

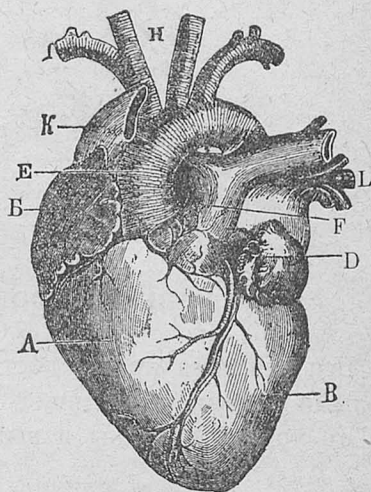


Рис. XVIII. Сердце. Видно начало большихъ жилъ, отходящихъ отъ сердца (Е, F, G, H, K, L). А и В— правый и лѣвый желудочки сердца.

ГЛАВА XIV.

Артеріальная кровь и кровообращеніе.

Вся венозная кровь, доставленная воротной веной и двумя полыми венами (восходящей и нисходящей), входитъ въ сердце съ правой стороны и выходитъ изъ него черезъ легочную артерію.

Легочная артерія дѣлится какъ вѣтви дерева (рис. XIX) и распре- дѣляется по обоимъ лег- кимъ; ея мельчайшія раз- вѣтвленія кончаются въ тончайшей сѣти волос- ныхъ сосудовъ. Всѣ эти артеріи наполнены темно- красной венозной кровью, богатой углекислотой, при- сланной сюда организмомъ для того, чтобы поглотить кислородъ изъ воздуха, вдыхаемаго легкими, и от- дать углекислоту.

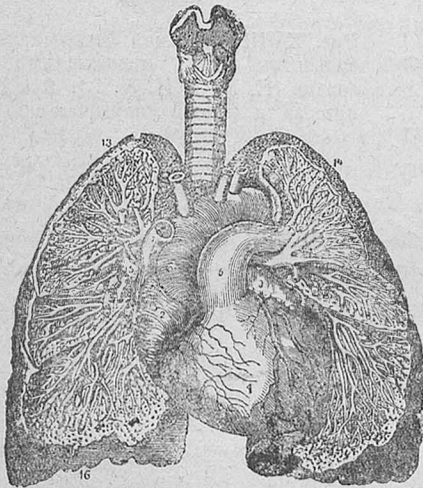


Рис. XIX. Каналы легкихъ. 5—легочная артерія; 7—восходящая полая вена; 6— аорта; 4—сердце; 14—лѣвое легкое; 13— правое легкое.

Въ легкихъ мы видимъ безчисленное количество ячеекъ, или, какъ ихъ на- зываютъ, *альвеолъ*. Всѣ клѣтки нашего организма, о кото- рыхъ мы говорили до сихъ поръ, наполнены жидкостью; эти

же клѣтки наполнены газомъ или воздухомъ. Воздухъ черезъ ротъ и носъ проходитъ въ гортань, а оттуда, по каналу, называемому *трахеей*, попадаетъ въ легкія (рис. XX).

Трахея дѣлится на двѣ вѣтви, по одной на каждое легкое, эти вѣтви называются *бронхами*. Бронхи, въ свою очередь, дѣлятся до тѣхъ поръ, пока развѣтвленія ихъ становятся такъ тонки, что ихъ уже нельзя видѣть простымъ глазомъ. Эти развѣтвленія оканчиваются легочными ячеиками, или альвеолами, которыхъ предполагають до 600,000,000; альвеолы лежатъ среди волосныхъ сосудовъ легочной артеріи, окружающихъ ихъ

наподобіе капиллярной сѣти. Воздухъ, который мы вдыхаемъ, входитъ въ трахею и, попадая въ мельчайшія развѣтвленія бронхъ, соединяется черезъ оболочку клѣточекъ, путемъ просачиванія, съ венозной кровью. На рис. XXI мы видимъ маленькія легочныя ячейки, въ которыхъ происходитъ этотъ удивительный процессъ.

Венозная кровь не годится для жизни организма: она содержитъ ядовитый газъ, называемый углекислотой. Углекислота находится внутри клѣтокъ, за ихъ оболочкой; кислородъ приносится извнѣ, съ тѣмъ воздухомъ, которымъ дышитъ человѣкъ.

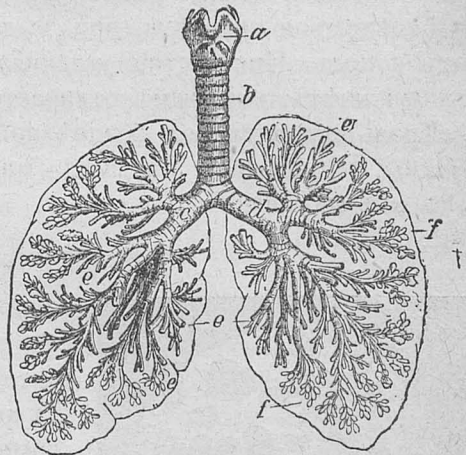


Рис. XX. Дыхательное горло, или трахея и бронхи.

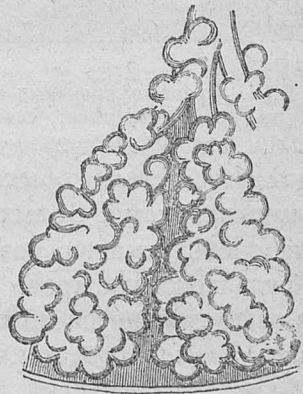


Рис. XXI. Легочныя пузырьки, или альвеолы. Сильно увеличено.

Кислородъ, проникая черезъ оболочку клѣтокъ, занимаетъ мѣсто углекислоты и вытѣсняетъ ее наружу. Углекислота, освобожденная такимъ образомъ изъ клѣтокъ, подымается по бронхамъ и трахеѣ и, при выдыханіи, выходитъ черезъ ротъ и носъ. Присутствіе углекислоты обуславливаетъ тотъ темный цвѣтъ, которымъ отличается венозная кровь.

Кровь состоитъ изъ безцвѣтной, прозрачной жидкости—*плазмы*, въ которой плаваютъ множество клѣточекъ, или, какъ ихъ называютъ, *красныхъ шариковъ*, краснаго цвѣта (рис. XXII).

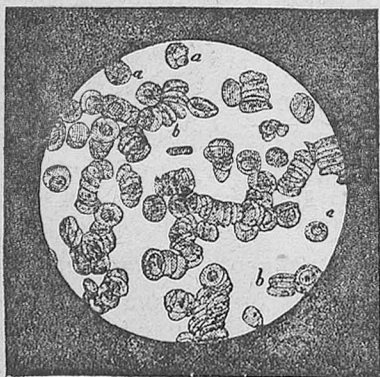


Рис. XXII. Красные кровяные шарики въ крови человека; сильно увеличены.

Количество красныхъ шариковъ въ крови взрослого человека превосходитъ всякое число, доступное воображенію: въ одномъ кубическомъ миллиметрѣ ихъ насчитываютъ около 5 милліоновъ. Красный цвѣтъ красныхъ шариковъ зависитъ отъ присутствія въ нихъ красящаго вещества—*гемоглобина*, въ составъ котораго входитъ довольно большое количество желѣза.

Кромѣ красныхъ шариковъ, кровь содержитъ въ себѣ еще безцвѣтныя тѣльца, обыкновенно называемыя бѣлыми кровяными шариками. Бѣлыхъ шариковъ, сравнительно съ красными, очень немного, поэтому и цвѣтъ крови—красный.

Когда венозная кровь окисляется подѣ влияніемъ кислорода, она становится ярко-краснаго цвѣта и получаетъ названіе *артеріальной*, такъ какъ течетъ теперь по другому виду каналовъ, по такъ называемымъ *артеріямъ*.

Для того, чтобы наша кровь была хорошаго качества и доставляла организму все, что ему нужно, мы должны питаться свѣжей, здоровой пищей и дышать неиспорченнымъ воздухомъ.

Притокъ свѣжаго воздуха необходимъ организму. Безъ

кислорода, доставляемого воздухомъ, силы организма не могутъ работать; поэтому понятно, что проводить долгое время въ небольшой, плохо вентилируемой комнатѣ вредно для здоровья: въ такой комнатѣ приходится вдыхать обратно уже вышедшую изъ организма углекислоту, отравляющую артеріальную кровь; признакомъ такого отравленія является потеря алаго цвѣта крови — она принимаетъ темную окраску, свойственную венозной крови.

К р о в о о б р а щ е н і е .

Сердце есть мускуль, который дѣлится на двѣ главныя части: *правое* и *лѣвое* сердце, изъ которыхъ каждая дѣлится, въ свою очередь, на *предсердіе* и *желудочекъ*. Въ правое предсердіе открываются двѣ большія поля вены, *восходящая* и *нисходящая*, посредствомъ которыхъ вся масса крови, находящейся въ организмѣ, приносится въ сердцѣ. Нисходящая вена приноситъ кровь изъ головы, шеи, а восходящая изъ нижней части туловища и изъ конечностей. Кровь изъ праваго предсердія поступаетъ въ правый желудочекъ; отсюда, силою сокращенія сердечныхъ мускуловъ, она устремляется въ легочную артерію, которая идетъ въ легкое. При сокращеніи праваго желудочка кровь не можетъ больше попасть назадъ въ правое предсердіе, такъ какъ между желудочкомъ и предсердіемъ находится особаго рода клапанъ, который сейчасъ же закрываетъ отверстіе предсердія, какъ только кровь вышла изъ него въ сердце. Затѣмъ кровь поступаетъ въ легкое посредствомъ тончайшихъ кровеносныхъ сосудовъ, а отсюда легочная вена приноситъ кровь въ лѣвое предсердіе, изъ котораго она попадаетъ въ лѣвый желудочекъ; изъ лѣваго желудочка кровь поступаетъ въ большую артерію, *аорту*, которая разноситъ ее по всему тѣлу. Лѣвое предсердіе и аорта также снабжены клапанами, такъ что кровь и здѣсь не можетъ вторгнуться обратно.

Въ движеніи сердца, въ его работѣ, мы можемъ наблюдать два момента: сначала все сердце расширяется, какъ мѣшокъ, и въ него вливается потокъ крови; затѣмъ сердце, на-

полненное кровью, сокращается и прогоняетъ кровь по всѣмъ частямъ тѣла. Оба состоянія, т.-е. какъ расширение, такъ и сокращеніе, происходятъ одновременно въ обѣихъ половинкахъ сердца и попеременно смѣняются другъ друга.

Сокращенія сердца такъ сильны, что заставляютъ этотъ органъ ударяться о грудную клѣтку, и біеніе сердца можно почувствовать въ лѣвой сторонѣ груди около 6-го ребра. Толчки, производимые біеніемъ сердца, гонятъ кровь въ артеріи, нѣкоторыя изъ нихъ проходятъ близко подъ кожей и позволяютъ намъ не только ясно слышать, но и считать удары, производимые біеніемъ сердца. Такія мѣста находятся у кистей рукъ, на вискахъ, на шеѣ, и здѣсь можно наблюдать удары сердца, такъ назыв. пульсъ. Большая артерія, *аорта*, расположенная вдоль позвоночнаго столба, распадается на цѣлый рядъ меньшихъ вѣтвей; эти вѣтви наполняются кровью, проходятъ внутрь различныхъ органовъ и, развѣтвляясь все больше и больше, наконецъ обращаются въ едва замѣтные глазу волосные сосуды (капилляры), которые лежатъ такъ тѣсно другъ возлѣ друга, что уколъ тончайшей иглы не можетъ не задѣтъ котораго-нибудь изъ нихъ и вызываетъ кровь на поверхность кожи. Волосные сосуды мало-по-малу утолщаются и переходятъ въ *вены*, которыя, соединяясь между собой въ болѣе широкіе стволы, несутъ кровь къ сердцу посредствомъ уже упомянутыхъ полыхъ венъ. Кровь, составляющая $\frac{1}{12}$ всего человѣческаго тѣла, проходитъ черезъ сердце въ 2 минуты.

ГЛАВА XV.

Кости и мускулы.

Когда люди хотятъ строить дома, мосты, вагоны или машины, или когда мальчики собираются устраивать крѣпость или дѣлать бумажнаго змѣя, и тѣ и другіе должны прежде всего позаботиться о томъ, чтобы припасти *матеріаль* и найти *орудія*, при помощи которыхъ будетъ производиться работа, т. е. молотки, пилы, топоры и т. п.

Для построения и обновленія нашего тѣла также нуженъ матеріаль, и этотъ необходимый для человѣческаго организма матеріаль въ изобиліи находится въ воздухѣ, водѣ, землѣ и минералахъ; всѣ эти неорганическія вещества поглощаются растеніями и благодаря предварительной работѣ корней и листьевъ растений организуются въ плоды и овощи, которые годятся въ пищу животнымъ и человѣку. Органы человѣческаго тѣла: зубы, железы, пищеварительный каналъ—играютъ роль орудій и превращаютъ матеріаль, добытый изъ пищи, въ оконченное строеніе. Весь переработанный матеріаль превращается въ кровь и разносится и распредѣляется по клѣткамъ, гдѣ живая сила организма производитъ дальнѣйшую работу, измѣняя полученный матеріаль въ тѣ формы, которыя составляютъ человѣческое тѣло.

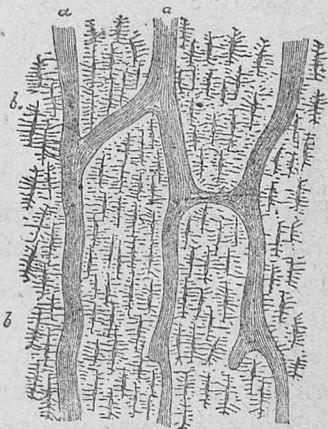


Рис. XXIII. Вертикальный разрѣзъ человѣческой бедренной кости. *a* — медулярные каналы, въ которые открываются капиллярная сѣть; *b* — костяныя клѣтки и ихъ капиллярная сѣть. Промежутокъ — сформировавшаяся кость.

Итакъ, мы видимъ, что органы человѣческаго тѣла устроены такъ, что способны перерабатывать получаемый извнѣ матеріаль, измѣнять добываемыя изъ пищи минеральныя вещества и превращать ихъ въ жидкое состояніе, какъ, напри- мѣръ, желѣзо, которое разносится кровью по клѣткамъ. Для построенія скелета клѣтки, вырабатывающія желатинъ, полу- чаютъ известь и магній; большая электрическая батарея — мозгъ—нуждается въ фосфоръ и получаетъ его также изъ крови. Пищеварительный каналъ представляетъ собой хими- ческую лабораторію, изъ которой матеріаль разносится по- токомъ крови по клѣткамъ для дальнѣйшей, болѣе тонкой переработки.

К о с т и .

Кости составляютъ основаніе всего человѣческаго тѣла; работою построенія костей заняты клѣтки, находящіяся въ организмѣ на различныхъ степеняхъ развитія: есть клѣтки молодыя, полузрѣлыя и зрѣлыя. Маленькіе каналцы, кото- рые прорѣзываютъ кость, поддерживаютъ питаніе клѣтокъ, пропуская кровь и воздухъ; эти каналцы образуютъ цѣлую сѣть въ твердомъ веществѣ кости (рис. XXIII).

Если мы отрѣжемъ конецъ кости, то увидимъ, что ея плот- ность не вездѣ одинакова: на поверхности, гдѣ находится новая кость, она очень плотна, но ближе къ центру, тамъ, гдѣ старыя клѣтки, она губчата и постепенно размягчается. Внутренняя размягченная часть болѣе старая. Въ то время какъ ближе къ поверхности усиленно идетъ ростъ, у центра костное вещество разрушается и разрушенныя части попада- ютъ въ общій токъ и уносятся кровью. Плотное вещество кости снаружи покрыто оболочкой, называемой *надкостни- цей*; надкостница обильно снабжена кровеносными сосудами. Всѣ кости вмѣстѣ называются *скелетомъ* (рис. XXIV). Ске- летъ состоитъ изъ многихъ костей, различныхъ по формѣ и величинѣ; нѣкоторыя соединены между собой связками, въ родѣ петель, другія представляютъ съ одной стороны шаръ,

а съ другой--впадину, къ которой шаръ плотно прилегаетъ, такъ что кости могутъ свободно двигаться во всѣ стороны.

У ребенка большинство костей находится въ мягкомъ состояніи, потому что въ нихъ еще много желатина; такія кости называются *хрящами*. Маленькое дитя потому и не можетъ еще ходить, что кости его ногъ слишкомъ мягки. У ребенка нѣтъ и зубовъ, хотя въ ихъ пазухахъ сидятъ уже маленькіе мягкіе зародыши будущихъ зубовъ. По мѣрѣ того, какъ кости ребенка растутъ и хрящи измѣняются въ настоящую кость, ребенокъ становится сильнѣе, можетъ держать голову прямо, можетъ поднять маленькую тяжесть, начинаетъ ходить, бѣгать и вообще развиваться физически.

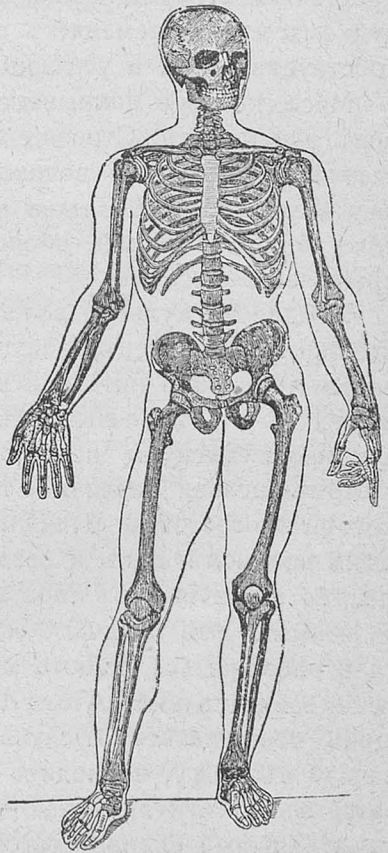


Рис. XXIV. Скелетъ человѣка.

Замѣна хрящей костями называется *окостенѣніемъ*. Полнаго развитія кости достигаютъ не ранѣе 20—25 лѣтняго возраста. Вполнѣ развитая, совершенная кость замѣчательно крѣпка; если ее употребить какъ рычагъ, то она окажется въ 22 раза сильнѣе камня и вдвое сильнѣе дуба. Кость позднѣе всѣхъ другихъ частей человѣческаго тѣла превращается въ землю; при сожженіи уничтожаются только хрящи, минеральныя же части остаются и могутъ быть превращены въ мелкую пыль. Кости, несмотря на свою твердость и выносливость, часто подвергаются болѣзни и въ дѣтствѣ легко задерживаются въ ростѣ. Плохой воздухъ часто является причиной болѣзней костей; кости разрушаются, если не по-

лучаютъ достаточно кислорода. Неправильная діѣта также вредно дѣйствуетъ на кости, какъ и на остальной организмъ: простая питательная пища, которая легко переваривается желудкомъ и не обременяетъ печени излишней работой, способствуетъ также и успѣшному росту и развитію костей.

Мясо, которое покрываетъ скелетъ, состоитъ изъ мускуловъ или мышцъ. Строеніе мышцъ подъ микроскопомъ представляетъ множество волоконъ, расположенныхъ группами, называемыми *мускульными пучками*. Каждый отдѣльный пучокъ покрытъ тонкой оболочкой и такой же оболочкой покрытъ весь мускуль.

Каждое мускульное волокно состоитъ изъ множества тончайшихъ волоконцевъ; каждое отдѣльное волокно оканчивается тоненькой нитью, и всѣ эти нити соединяются и образуютъ то, что мы называемъ *сухожиліями*; при помощи этихъ сухожилій мускулы прикрѣпляются къ костямъ. Простымъ глазомъ нельзя различить тѣхъ волоконцевъ и клѣтокъ, изъ которыхъ состоятъ мускульныя волокна. Клѣтки мускульныхъ волоконъ, какъ и вездѣ, находятся въ различныхъ степеняхъ развитія и въ свое время разрушаются и замѣняются новыми. Всѣ мышцы обладаютъ способностью сокращаться и расширяться. Работа мышцъ, ихъ сокращеніе и расширение зависятъ вполнѣ отъ дѣятельности нервовъ, заставляющихъ сокращаться мускульное вещество. Нервы, берущіе начало въ мозгу, подходятъ къ различнымъ мускуламъ, вѣтвятся въ нихъ и проникаютъ въ пучки мускульныхъ волоконъ. Каждый спинно-мозговой нервъ начинается въ спинномъ мозгу двумя корешками, которые соединяются и образуютъ одинъ нервный стволъ, вѣтвящійся и проходящій въ разныя части человѣческаго тѣла. Опыты показали, что передніе корешки состоятъ изъ волоконъ, вызывающихъ сокращеніе мышцъ; поэтому волокна переднихъ корешковъ называютъ двигательными. Если перерѣзать передній корешокъ нерва, управляющаго движеніемъ извѣстной мышцы, то эта мышца перестанетъ сокращаться.

ГЛАВА XVI.

Мозгъ.

Мозгъ представляетъ собой большую электрическую батарею и его работа сложнѣе работы всѣхъ другихъ органовъ. Цвѣтъ мозга бѣлый, съ голубоватымъ оттѣнкомъ; мозгъ весь перерѣзанъ кровеносными сосудами. Чтобы легче понять работу этого органа, постараемся сравнить его съ обыкновенной электрической батареей. (Въ банку наливаютъ слабый растворъ сѣрной кислоты и опускаютъ въ нее двѣ пластинки: мѣдную и цинковую. Нѣкоторыя вещества, имѣютъ между собой, такъ называемое, *химическое средство*, т.-е. эти вещества, когда ихъ соединяютъ, стремятся другъ къ другу и, соединяясь, развиваютъ могучую силу, называемую электричествомъ.) Какъ и всѣ другія силы, электричество нельзя ни видѣть, ни слышать, ни счесть, ни нарисовать,—его можно только ощущать. Химики нашли средство уловить электричество посредствомъ проволоки. (Электричество любитъ идти по прямымъ линіямъ или по зигзагамъ и входитъ и выходитъ изъ точки; эта особенность представляетъ человѣку много удобствъ при пользованіи электричествомъ, такъ какъ, если бы оно испускало лучи во всѣ стороны, какъ свѣтъ, тепло и звукъ, то его нельзя было бы такъ легко утилизировать и контролировать его проявленія.) Молнія и сопровождающій ее громъ являются обыкновеннымъ проявленіемъ электричества въ природѣ. Проявленіе электрической силы, добываемой при помощи электрической батареи, сопровождается также свѣтомъ, звукомъ, тепломъ. Человѣкъ пользуется электричествомъ въ широкихъ размѣрахъ: при помощи электричества телефонъ передаетъ звукъ на далекое разстояніе, яркій свѣтъ электрическихъ фонарей освѣщаетъ го-

рода, медицина часто пользуется электричествомъ какъ цѣннымъ терапевтическимъ средствомъ; электрическія проволоки служатъ для передачи телеграммъ, передающихъ мысль одного человѣка другому, на какомъ бы далекомъ пространствѣ онъ ни находился. Электричество, проявляющееся въ организмѣ человѣка, мы называемъ *нервной силой*; оно гораздо тоньше и сложнѣе въ своихъ проявленіяхъ, чѣмъ электричество, добываемое человѣкомъ.

Мозгъ, какъ и всѣ органы человѣческаго тѣла, состоитъ изъ клѣтокъ. Мозговія клѣтки построены по тому же плану, по которому построены всѣ клѣтки организма, т. е. состоятъ изъ оболочки, протоплазмы и ядра. По формѣ мозговія клѣтки отличаются отъ тѣхъ клѣтокъ, о которыхъ мы уже говорили: мозговія клѣтки имѣютъ отростки, которыми онѣ соединяются между собой. Совокупность мозговыхъ клѣтокъ,—эта сильная, многоклѣточная электрическая батарея,—соединена со всѣми частями организма посредствомъ нервовъ, играющихъ роль проволокъ.

Мозговія клѣтки сѣраго цвѣта, нервы—бѣлаго. Простому глазу мозговое вещество представляется въ видѣ мягкой сѣрой массы, пронизанной бѣлыми нитями. Сѣрое вещество образуетъ складки, называемыя *извилинами*; эти складки даютъ всей поверхности мозга волнообразный видъ. Нервы, бѣлаго цвѣта, выходятъ изъ извилинъ, идутъ во всѣхъ направленіяхъ и встрѣчаются въ центрѣ мозга (рис. XXVI). Какъ вы знаете, мозгъ дѣлится на головной и спинной, по мѣсту, гдѣ онъ лежитъ.

Весь мозгъ покрытъ тремя *оболочками*, а для защиты отъ внѣшнихъ грубыхъ прикосновеній снабженъ костянымъ покровомъ—*черепомъ*.

Первая оболочка, находящаяся непосредственно подъ костнымъ покровомъ, бѣлая, твердая, какъ тѣ связки, которыя прикрѣпляютъ мускулы къ костямъ; эта оболочка называется *твердой*.

Слѣдующая оболочка состоитъ изъ тонкихъ, нѣжныхъ волоконъ и похожа на паутину, вслѣдствіе чего ее и называютъ *паутинной*.

Третья оболочка вся состоитъ изъ волосныхъ сосудовъ, вень, артерій и нервныхъ волоконъ; она входитъ во всѣ извилины мозгового вещества и приноситъ мозгу кровь, необходимую для его питанія и для отправленія его функціи; эта оболочка, въ противоположность первой, называется *мягкой*.

Нервные волокна соединены въ пучки и распространены по всему тѣлу, какъ вѣтви дерева, съ мельчайшими развѣтвленіями. Вѣтви проходятъ повсюду, во всѣ органы. Множество нервныхъ пучковъ проходитъ вдоль позвоночнаго столба. Въ позвонкахъ имѣется 62 отверстія (въ каждомъ по два), изъ которыхъ выходитъ 31 пара нервныхъ пучковъ, по одному пучку съ каждой стороны; эти нервные пучки развѣтвляются въ ногахъ, рукахъ, желудкѣ, печени и т. д., во всѣхъ железахъ есть нервныя волокна; они примѣшиваются къ волоснымъ сосудамъ мускуловъ и костей и оканчиваются тончайшими нитями.

Бѣлое нервное волокно представляетъ собой путь, по которому передается нервное возбужденіе, нервная сила; пучки такихъ волоконъ, заключенные въ оболочку, образуютъ то, что мы называемъ *нервами*. Въ нѣкоторыхъ мѣстахъ чело-вѣческаго тѣла находятся маленькія группы нервныхъ клѣтокъ и сѣтей; такія отдѣльныя группы называются *нервными узлами*. Нервные узлы—это маленькія батареи, соединенныя между собой и со спиннымъ мозгомъ посредствомъ *тѣхъ же* нервовъ.

Мозгъ, со всѣми нервами, проходящими вдоль спинного хребта и развѣтвляющимися повсюду, а также и соединен-

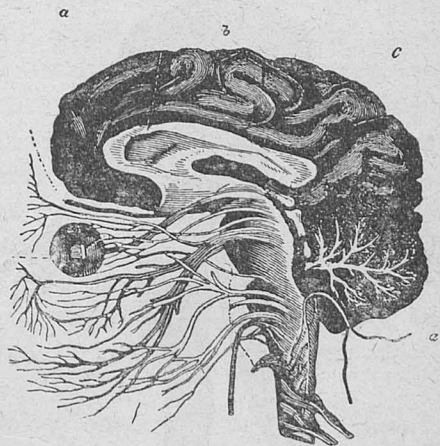


Рис. XXV. Вертикальный разрѣзъ мозга. a, b, c—мозгъ; d—мозжечекъ; 2—глазное яблоко.

ные съ нимъ нервныя узлы, обозначаются общимъ *названіемъ спинно-мозговой нервной системы* (рис. XXVI).

Мозговыя клѣтки, такъ же, какъ и всѣ другія, находятся въ различныхъ степеняхъ развитія: здѣсь также есть молодая, зрѣлая и уже разрушенныя клѣтки. Одинъ нѣмецкій физиологъ высказываетъ предположеніе, что въ человѣческомъ мозгу ежеминутно разрушается и замѣняется новыми 3500 клѣтокъ, такъ что каждыя 60 дней мозгъ челоука совершенно обновляется.

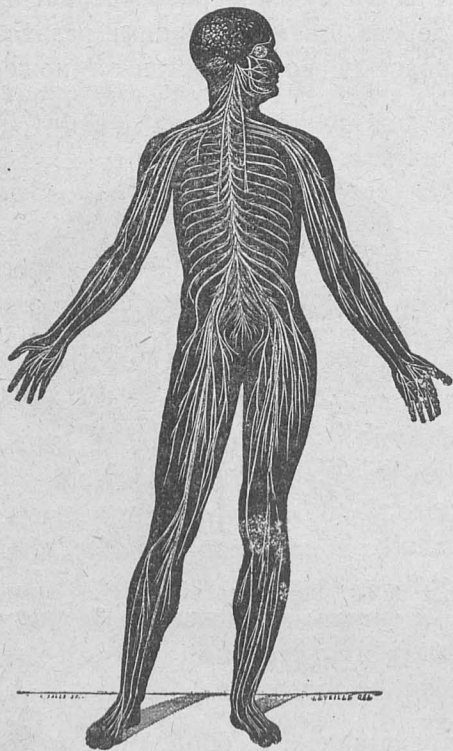


Рис. XXVI. Нервы, отходящіе отъ мозга.

Кромѣ нервовъ спинно-мозговой системы, въ организмъ челоука находятся еще особыя нервы, которые составляютъ *симпатическую нервную систему*; это совершенно отдѣльная электрическая батарея, сообщающаяся однако со спинно-мозговой. Симпатическая система снабжена большимъ количествомъ нервныхъ узловъ, величиной не превышающихъ горошину; нервы этой системы развѣтвляются главнымъ об-

разомъ въ железахъ и другихъ внутреннихъ органахъ и управляютъ произвольными отправлениями — дѣятельностью сердца, легкихъ, желудка и кишекъ.

Здоровое состояніе нервной системы зависитъ отъ общаго благосостоянія организма; если артеріи наполнены кровью, достаточно снабженной матеріаломъ, добытымъ изъ хорошей пищи, и если эта кровь въ достаточной мѣрѣ насыщена кис-

лородомъ, то и нервы здоровы. Недостатокъ въ питаніи и отсутствіе чистаго воздуха вызываютъ нервныя страданія.

Назначеніе нервной системы — поддерживать энергію организма, приводитъ въ исполненіе требованія мозга—желанія и намѣренія—и проявляютъ ощущенія голода, жажды и т. п. Если бы было можно, не затрогивая ни одной артеріи, не поранивъ ни одного мускула или железы, не задѣвъ ни одной кости, отрѣзать отъ позвоночника всѣ нервы, — смерть наступила бы такъ же неизбежно, какъ если бы мы разрѣзали артеріи или повредили какіе-нибудь важные органы. Организмъ, лишенный силы, не можетъ жить, а нервы — проводники силы. Если разрушены, парализованы или больны нервы, управляющіе какимъ-нибудь отдѣльнымъ органомъ или членомъ, то мускулы этого органа или члена страдаютъ, атрофируются, и весь органъ становится безжизненнымъ, бесполезнымъ придаткомъ. Примѣромъ временнаго паралича можетъ служить то ощущеніе, которое мы испытываемъ, когда, напримѣръ, отлежимъ или отсидимъ руку или ногу: рука или нога въ этихъ случаяхъ онѣмѣетъ, сдѣлается безчувственной.

Нервы вызываютъ въ мозгу ощущеніе боли и этимъ заставляютъ насъ измѣнить положеніе или уйти отъ опасности; если бы этого не было, если бы, вызывая ощущеніе боли, нервы не предупреждали насъ о грозящей намъ опасности, мы могли бы сгорѣть въ огнѣ или замерзнуть на холодѣ, не зная, что съ нами происходитъ.

Итакъ, мы теперь знаемъ, что зубы, железы, желудокъ, сердце, легкія — орудія организаціи; ихъ назначеніе измѣнять пищевые продукты и неорганическія вещества въ болѣе высокое соединеніе—кровь. Мы знаемъ, что кровь, этотъ жизненный потокъ, содержитъ добытые изъ пищи элементы, которые, еще разъ подвергшись переработкѣ въ клѣткахъ организма, превращаются въ кости, мускулы, мозгъ; все, что нужно для построенія костей, мускуловъ, мозга—клѣтки получаютъ изъ крови; элементы, необходимые для дѣятельности нервной системы, также получаютъ изъ крови.

Мы убѣдились, что духъ господствуетъ надъ плотью, но

есть такъ называемыя произвольныя функціи организма, надъ которыми власть мысли ограничена: мы не можемъ долго заставить легкія перестать дышать, не можемъ остановить пищевареніе или по своему желанію прекратить дѣятельность сердца.

Спинно-мозговая нервная система — спеціальныи органъ мысли; эта система называется *произвольной*. *Симпатическая, или произвольная*, нервная система управляется той *живой силой*, которая, какъ мы говорили раньше, дѣйствуетъ въ организмѣ.

Живую силу организма иногда называютъ *жизненной силой*. Эта сила дѣйствуетъ въ организмѣ до тѣхъ поръ, пока не наступитъ смерть. Сознательное мышленіе можетъ прекратиться и во время жизни организма, во время безумія, напримѣръ; процессы же органической жизни продолжаются постоянно, регулируемые симпатической нервной системой, подчиняющейся живой силѣ организма.

ГЛАВА XVII.

Передача мысли.

Мысль, рождаясь въ мозгу, вызываетъ къ дѣятельности всю его энергію. Дѣятельная сила нервныхъ клѣтокъ повышается, развивая проявленіе нервнаго электричества; нервная электрическая сила быстро проходитъ по нервамъ и вызываетъ дѣятельность железъ, мускуловъ, костей, смотря по тому, каково содержаніе мысли, вызвавшей эту энергію. Въ органахъ, куда его передали нервныя волокна, электричество возбуждаетъ энергичную работу тѣхъ клѣтокъ, изъ которыхъ состоитъ органъ.

Возьмемъ такой примѣръ: мальчикъ видитъ передъ собой кролика, прыгающаго въ травѣ. Видъ кролика вызываетъ въ головѣ мальчика мысль: „я поймаю этого кролика“. Мысль, вызванная зрительнымъ ощущеніемъ, дѣйствуетъ на мозговые клѣтки, какъ давленіе руки телеграфиста дѣйствуетъ на клавиши телеграфной машины; нервныя волокна, по позвоночнику и по нервнымъ стволамъ, быстрѣе телеграфной проволоки передаютъ ногамъ: „бѣгите, бѣгите, я хочу поймать кролика“. До тѣхъ поръ, пока ноги не получали этого приказанія, ихъ мускулы находились въ спокойномъ состояніи; получивъ же это приказаніе, мускулы быстро сокращаются и становятся короче и толще. Когда мускулы приходятъ въ такое состояніе, то и кости перемѣняютъ свое положеніе. Во время бѣга спина наклонена, колѣно поднимается кверху, нога обращена впередъ. „Бѣги шибче!“ приходитъ распоряженіе мозга; „шибче, шибче!“ продолжаетъ приказывать мозгъ; нервная сила дѣйствуетъ напряженнѣе, сокращеніе происходитъ быстрѣе, перемѣна положенія костей становится

чаще—мальчикъ бѣжитъ за кроликомъ. Быстрое движеніе и то сотрясеніе, которое испытываютъ всѣ части тѣла во время бѣга, вызываютъ разрушеніе сотни мускульныхъ и костяныхъ клѣтокъ. „Вотъ онъ, протяни руки,—говорить мысль,—поймай его“. Кости и мускулы слушаются приказанія, и опять начинается сокращеніе и расширеніе соотвѣтствующихъ мускуловъ. — „Разсмотри его и убѣдись, что это кроликъ“, — приказываетъ мозгъ. „Да, это кроликъ“, отвѣчаетъ глазъ мозгу, отмѣчая цвѣтъ, форму и другія особенности. „Тепло, мягко, покрыто шерстью“, свидѣлствуютъ нервы, находящіеся въ концахъ пальцевъ. „Кричитъ какъ кроликъ“, рѣшило бы ухо, если бы маленькое, испуганное существо позволило себѣ издать какой-нибудь звукъ. Получивъ всѣ эти свѣдѣнія, мозгъ рѣшаетъ, что это дѣйствительно кроликъ, и посылаетъ телеграммы рукамъ и ногамъ, чтобы несли кролика домой. Дома такимъ же образомъ мысль заставляетъ мальчика передвигать ноги, приказываетъ его рукамъ нести кролика изъ комнаты въ комнату, чтобы показать его матери и сестрамъ; его губы, языкъ и голосовые органы получаютъ приказаніе рассказать исторію ловли кролика. Руки мальчика, по приказанію мозга, строятъ помѣщеніе для маленькаго звѣрка. Такимъ образомъ дѣло идетъ съ утра до вечера: внѣшнія впечатлѣнія, при помощи солнечнаго свѣта и атмосферы, дѣйствуютъ на одно или на всѣ чувства; соотвѣтствующими нервами эти впечатлѣнія передаются мозгу и вызываютъ представленія, или мысль. Мысль, вызванная внѣшними впечатлѣніями, принимаетъ различныя формы, выражается въ сужденіяхъ, желаніяхъ, въ проявленіяхъ воли, и весь день члены и органы исполняютъ то, что имъ предписываетъ мысль.

Дѣятельность нервовъ различна: одни несутъ къ центру ощущенія, полученныя на поверхности; другіе передаютъ на поверхность, или, какъ говорятъ, периферію, импульсы,—приказанія, возникшія въ центрѣ. Нервы приспособлены для этихъ двухъ цѣлей: каждый нервный пучокъ состоитъ изъ двухъ видовъ нервныхъ волоконъ; волокна, находящіеся въ задней части нерва, передаютъ ощущеніе мозгу и называютъ

ся *чувствительными* нервами. Давленіе предметовъ на концы пальцевъ, свѣтъ, падающій въ глазъ, звукъ, поражающій ухо, — передаются этими нервами въ мозгъ и тамъ вызываютъ представленія, соответствующія полученному ощущенію. Другіе, передніе нервы, передаютъ приказанія мозга и называются *двигательными* нервами.

Если двигательный нервъ боленъ и дѣятельность его разрушена, то членъ, или органъ, въ который этотъ нервъ проникаетъ, не можетъ исполнять приказаній мозга, хотя чувствительный нервъ продолжаетъ, какъ и прежде, передавать въ мозгъ ощущеніе, вызываемое въ этомъ органѣ внѣшними предметами. Если, наоборотъ, разрушена дѣятельность чувствительнаго нерва, то ощущеніе не передается въ мозгъ, а возможность движенія остается въ прежней силѣ.

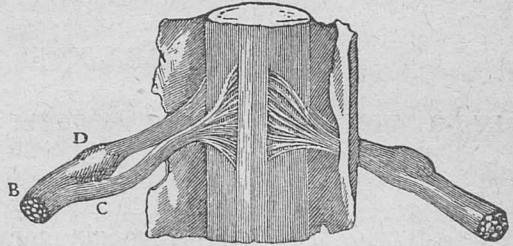


Рис. XXVII. Позвонокъ съ выходящими изъ него нервами. *C*—двигательные нервы; *D*—чувствительные нервы.

ГЛАВА XVIII.

Лимфатическія и другія железы. Животная теплота.

Лимфатическіе сосуды.

Все, что употребляется, все, что служитъ какой нибудь цѣли, въ концѣ-концовъ истрачивается, изнашивается. Мальчики знаютъ это не хуже другихъ: имъ такъ часто приходится замѣчать, какъ появляются дыры на ихъ сапогахъ или на локтяхъ ихъ курточекъ. Всѣ, конечно, видали, какъ отъ частой ходьбы по ковру ослабляются нитки, изъ которыхъ коверъ сотканъ; волокна этихъ нитокъ разрушаются, остатки ихъ щеткою сметають съ ковра, и коверъ понемногу утрачиваетъ свой первоначальный видъ—онъ изнашивается. Вагоны, оси, колеса, разныя машины точно такъ же изнашиваютъ свои отдѣльныя части, которыя приходится замѣнять новыми по мѣрѣ того, какъ онѣ портятся и разрушаются. Испортившійся отъ употребленія матеріалъ постоянно замѣняется новымъ, такъ что большая часть промышленности занимается только возобновленіемъ испорченныхъ предметовъ и ихъ распредѣленіемъ. То же самое происходитъ и въ организмѣ: желудокъ, кишки, железы и легкія постоянно заняты приготовленіемъ того матеріала, который долженъ занять мѣсто изношенныхъ тканей. Чувствительные нервы передають мозгу ощущенія голода, жажды, усталости и этимъ какъ бы сообщаютъ мозгу о томъ, что организму необходимъ новый запасъ матеріала. Мальчикъ, ловившій кролика и строившій ему помѣщеніе, потерялъ послѣ всѣхъ этихъ усилій такъ много клѣтокъ, что недостатокъ въ нихъ долженъ былъ быть

довольно ощутителенъ, и это ощущение выразилось голодомъ и усталостью. Дѣятельность мозга, направленная на то, чтобы посылать его за кроликомъ и тѣмъ самымъ заставившая его потерять массу матеріала, теперь, когда необходимо возстановить истраченный матеріалъ, предписываетъ ему отдыхъ и усиленный приѣмъ пищи.

Кусочки изношенной кожи сапогъ падаютъ на землю, частички ковра сметаются на дворъ, нѣкоторые изношенные предметы попадаютъ въ компостную кучу и употребляются какъ удобрение. Что же происходитъ съ частичками костей и мускуловъ, истраченныхъ при физическомъ движеніи?

Многіе изъ тѣхъ кровеносныхъ сосудовъ, которые образуютъ капиллярную сѣть, обладаютъ способностью поглощать добываемый изъ крови матеріалъ; но есть сосуды, исключительно предназначенные поглощать истраченный матеріалъ, это — *лимфатическіе* сосуды, содержащіе *лимфу*. Лимфатическіе сосуды находятся вездѣ и въ нихъ-то и попадаютъ микроскопическія частички костей, мускуловъ, связокъ, мозговыхъ клѣтокъ, вообще различныя истраченныя частички организма.

Природа чрезвычайно экономна и ничего не выкидываетъ; она, какъ хорошая хозяйка, употребляетъ въ дѣло всякіе остатки и выкидываетъ только то, что уже безусловно ни на что не можетъ быть употреблено. Смерть тканей, ихъ разрушеніе не влечетъ еще за собой ихъ полного уничтоженія и онѣ не сыграли еще всей своей роли въ существованіи организма: наблюденія показываютъ, что организмъ поддерживаетъ свое существованіе не только отжившими тѣлами другихъ организмовъ, но и своими собственными умершими частичками.

Все то, что среди этихъ отжившихъ частичекъ можетъ быть вновь ассимилировано, поглощается лимфатическими сосудами и затѣмъ въ переработанномъ видѣ возвращается въ организмъ.

Часто случается, что у матери, отнимающей отъ груди своего ребенка, еще очень много молока. Куда же дѣнется это молоко, ненужное болѣе ребенку? Лимфатическіе сосуды

быстро всасываютъ обратно вырабатываемое железами молоко, и благодаря этому количество его постепенно уменьшается и наконецъ совсѣмъ пропадаетъ. Слюна, оказавшаяся излишней и не истраченная на смачиваніе пищи, также поглощается лимфатическими сосудами и возвращается опять въ циркуляцію. Во время болѣзни, когда организмъ получаетъ очень мало пищи, а иногда и вовсе лишенъ ея, жизнь поддерживается тѣмъ, что лимфатическіе сосуды всасываютъ обратно жиры организма и доставляютъ ихъ въ кровь; это, между прочимъ, является причиной того, что человекъ худѣетъ во время болѣзни. Лимфатическіе сосуды изъ тончайшихъ развѣтвленій соединяются въ нѣсколько широкихъ стволовъ и направляются къ сердцу, гдѣ ихъ содержимое, вмѣстѣ съ остальною кровью, вливается въ него. Множество мелкихъ лимфатическихъ сосудовъ, соединяясь въ болѣе широкіе стволы, проходитъ черезъ лимфатическія железы; эти железы различной величины, начиная съ размѣра горчичнаго зерна до величины горошины. Клѣтки железъ, въ которыя проникаютъ лимфатическіе сосуды, перерабатываютъ принесенную этими сосудами лимфу въ жидкость болѣе высокаго качества, и въ этой жидкости появляются бѣлыя клѣтки, похожія на бѣлые кровяные шарики. Полагаютъ, что около трети всей артеріальной крови добывается изъ лимфы, изъ того матеріала, который уже существовалъ раньше въ организмѣ въ видѣ костей, мускуловъ, мозга и т. д. Если же въ организмъ попадетъ какой-либо ядъ, то лимфатическіе сосуды захватываютъ его и переносятъ въ лимфатическія железы, разбросанныя во множествѣ въ организмѣ, гдѣ этотъ ядъ (какъ-то: различные микроорганизмы, яды, а также случайно попавшія твердыя вещества) или перерабатывается, разрушается или просто механически задерживается.

Для здоровья организма необходимо, чтобы ненужныя частицы уносились какъ можно скорѣе, потому что, оставаясь въ организмѣ, онѣ тѣснятъ новый, свѣжій матеріалъ и своимъ ненужнымъ присутствіемъ раздражаютъ органы.

Въ живомъ организмѣ въ каждую минуту его жизни происходитъ множество движеній. Ночью это движеніе вызы-

вается дыханіемъ, процессомъ пищеваренія, работой ассимиляціи и циркуляціи; днемъ къ этимъ никогда не прекращающимся процессамъ прибавляется неустанная мозговая дѣятельность.

Вся эта постоянная сложная работа организма вызываетъ распаденіе миллионъ клѣтокъ, которыя послѣ этого должны быть удалены изъ организма.

Не всѣ отжившія частички удаляются изъ организма однимъ и тѣмъ же способомъ: мы знаемъ, что тѣ частички, которыя еще могутъ быть полезны организму, поглощаются и перерабатываются лимфатическими железами. Мы уже говорили ранѣе, что продуктъ сгорания—углекислота, удаляется изъ организма черезъ легкія, путемъ выдыханія. Нѣкоторые предметы, употребляемые въ пищу человѣкомъ, какъ, на примѣръ, сѣмена плодовъ, оболочки зеренъ и т. п. содержатъ въ себѣ очень мало питательныхъ веществъ, но нужны организму, такъ какъ усиливаютъ перистальтическое движеніе кишекъ и вызываютъ обильное выдѣленіе пищеварительныхъ соковъ. Такія вещества не всасываются организмомъ, а уносятся пищеварительнымъ каналомъ и выходятъ черезъ прямую кишку. Отсутствіе такой пищи, которая вызывала бы перистальтику кишекъ, часто производитъ запоръ, и тогда фекальныя массы, задержанныя въ организмѣ, всасываются обратно и отравляютъ кровь, послѣдствіемъ чего бываютъ головныя боли, сыпи, нарывы и другія болѣзненные явленія.

Многія отжившія частицы удаляются посредствомъ предназначенныхъ для этой функціи железъ; эти железы по своему строенію схожи со всѣми тѣми, о которыхъ мы говорили раньше, т. е. такъ же состоятъ изъ клѣтокъ, сосудовъ и каналовъ, но отличаются отъ всѣхъ другихъ тѣмъ, что выдѣленіе ихъ не идетъ на строеніе организма—оно ядовито и должно быть какъ можно скорѣе удалено изъ организма. Разсмотримъ теперь эти железы.

П о ч к и.

Почки представляют собою именно такія железы, какъ тѣ, о которыхъ мы сейчасъ говорили. Почки находятся подъ ребрами и покрыты густымъ слоемъ сала; онѣ желтовато-краснаго цвѣта и строеніе ихъ нѣсколько отличается отъ

строенія другихъ железъ: клѣтки почекъ лежатъ ближе къ поверхности, а канальцы, по которымъ выдѣляется вырабатываемое железой вещество, находятся внутри железы и соединяются въ центрѣ. Клѣтки почекъ питаются, такъ же какъ и другія клѣтки, посредствомъ сѣти волосныхъ сосудовъ и безошибочно берутъ изъ крови то, что имъ нужно извлечь изъ нея. Всѣ элементы, которые еще могутъ служить организму, всасываются лимфатическими сосудами и только

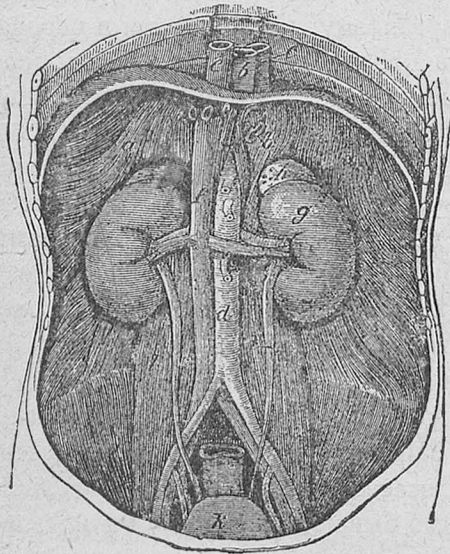


Рис. XXVIII. Почки. *q* — почки; *j* — мочеточники *k* — мочевого пузыря.

совсѣмъ ненужные перерабатываются почками въ мочу; черезъ мочеточники моча изливается въ мочевого пузыря. Когда въ пузырьѣ накапливается достаточное количество мочи, давленіе на чувствительные нервы спинно-мозговой системы указываетъ мозгу на присутствіе яда, и мозгъ черезъ двигательные нервы посылаетъ приказаніе тѣмъ мускуламъ, которые заведуютъ выдѣленіемъ мочи, освободить организмъ отъ этого ядовитаго выдѣленія (см. рис. XXVIII).

Потовыя железы.

Если разсмотрѣть подъ микроскопомъ поверхность кожи, то увидишь, что она не представляется сплошной и гладкой:

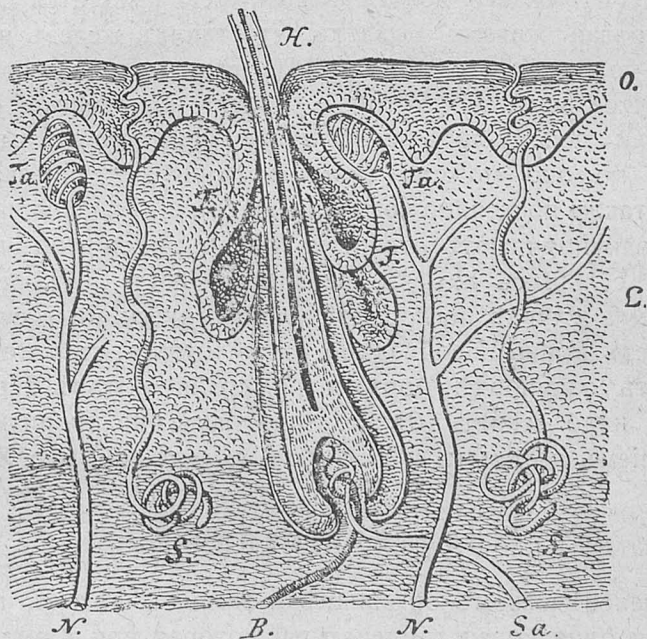


Рис. XXIX. Строеіе кожи. О — кожица. L — собственно кожа. Т — сальные железы. S — потовыя железы. Н — волосъ. Sa — вѣточка артеріи и В — вѣточка вены, служащая для питанія волоса. N — нервы, оканчивающіеся осязательными тѣльцами — Та.

на ней масса мельчайшихъ отверстій. Эти отверстія, или *поры*, являются выводными отверстіями каналовъ потовыхъ железъ, находящихся подъ кожей. Потовыя железы выдѣляютъ жидкость, называемую *потомъ*. Обыкновенно люди не чувствуютъ и не видятъ, какъ изъ ихъ тѣла выдѣляется потъ, такъ какъ онъ по мѣрѣ выдѣленія испаряется; онъ становится замѣтенъ только тогда, когда очень обилень и выдѣляется быстрѣе, чѣмъ воздухъ можетъ поглотить его, напримѣръ, когда бѣгаютъ или во время сильной жары. По Молодымъ людямъ.

средствомъ пота организмъ также освобождается отъ отжившихъ, ненужныхъ и вредныхъ частицъ.

Сальныя железы.

Вокругъ cadaго волоса подъ кожей находится сальная, или жировая железа; бываетъ, что такихъ железъ вокругъ одного волоска находится до 20. Эти железы выдѣляютъ маслянистое вещество, которое дѣлаетъ кожу мягкой и упругой. Если почему-либо маслянистое вещество не выходитъ наружу, то оно можетъ замазать поры. Клѣтки сальныхъ железъ также постоянно возобновляются, и отжившія частички иногда закупориваютъ отверстія. Пory, закупоренныя выдѣленіемъ сальныхъ железъ, не пропускаютъ потъ, который въ такомъ случаѣ поглощается лимфатическими сосудами и отравляетъ кровь. Необходимо часто мыться для того, чтобы помѣшать закупоркѣ поръ и по крайней мѣрѣ 2 раза въ недѣлю надо мѣнять бѣлье, такъ какъ оно пропитывается выдѣленіемъ потовыхъ и сальныхъ железъ (см. рис. XXIX).

Животная теплота.

Въ человѣческомъ организмѣ и зимой и лѣтомъ поддерживается одинаковая температура, которая при нормальномъ состояніи равняется 37°. Тепло, получаемое организмомъ отъ огня и солнечныхъ лучей, не могло бы поддерживать такую высокую температуру. Всякій живой организмъ имѣетъ въ самомъ себѣ силу производить и поддерживать необходимую теплоту. Тепло развивается при соединеніи того, что поступило въ организмъ въ видѣ пищи съ тѣмъ воздухомъ, которымъ мы дышимъ. Человѣческое тѣло можно сравнить съ печью, пищу—съ дровами, а воздухъ—съ той воздушной тягой, безъ которой не можетъ горѣть огонь. Матеріаль для горѣнія доставляется главнымъ образомъ маслянистыми пищевыми продуктами; сахаръ и крахмалъ, заложенные между мускулами, поглощаются по мѣрѣ надобности лимфатическими сосудами и также служатъ матеріаломъ для горѣнія: такое

сгораніе жира, находящагося въ организмѣ, всегда сопровождается тѣмъ, что человекъ худѣетъ.

Химія учитъ насъ, что первоначальные элементы, соединяясь химически, освобождаютъ тепло. Дрова и уголья содержатъ углеродъ и водородъ, а воздухъ—кислородъ и азотъ; соединяясь, эти элементы даютъ тепло. Въ организмѣ пища и жиры, содержащіе углеродъ и водородъ, имѣютъ то же значеніе, какое дрова и уголья играютъ для печки, когда, соединяясь съ воздухомъ, даютъ огонь. Кислородъ воздуха и углеродъ, находящійся въ организмѣ, даютъ химическое соединеніе, которое развиваетъ теплоту.

Когда дрова сгораютъ, остаются пепель и дымъ; въ человеческомъ тѣлѣ соотвѣтствующими остатками являются моча и газъ, называемый углекислотой. Углекислота—сильный ядъ, который выходитъ изъ организма при выдыханіи.

ЧАСТЬ II.

ГЛАВА I.

Половые органы и ихъ выдѣленія.

Во второй части нашей книги мы прежде всего рассмотримъ специально мужскіе органы и ихъ функціи.

Каждый человѣкъ желаетъ достигъ полного развитія силъ и здоровья; для этого необходимо знать не только общія правила гигиены, но и тѣ частные законы, которые касаются функцій половыхъ органовъ.

Мы уже говорили нашимъ читателямъ о томъ, что все, что касается человѣческаго организма и функцій его органовъ, подлежитъ научному изученію. Благодаря научнымъ изслѣдованіямъ и опытамъ, мы имѣемъ правильное понятіе о томъ, что нужно организму для нормальнаго развитія и для полного проявленія всѣхъ его силъ. Каждый человѣкъ долженъ знать строеніе своего организма и умѣть судить о правильности и нормальности физиологическихъ отправленій своего тѣла. Въ физиологическихъ отправленіяхъ организма нѣтъ ничего постыднаго или унижительнаго, и юноша изъ ложнаго стыда не долженъ уклоняться отъ приобрѣтенія научныхъ свѣдѣній, которыя могутъ помочь ему сохранить здоровье организма и воспользоваться всѣми его силами: умственными, нравственными и физическими.

Особенно важно изученіе половой системы и ея функцій, такъ какъ незнаніе законовъ, регулирующихъ эту сторону жизни организма, ведетъ къ самымъ опаснымъ и вреднымъ заблужденіямъ.

Мы уже ранѣ говорили о томъ, что любопытство или желаніе испытать своеобразное физическое удовольствіе заставляеть мальчиковъ и юношей намѣренно возбуждать дѣятельность половыхъ органовъ; мы говорили и о томъ, что этотъ тайный порокъ, называемый онанизмомъ, становится привычкой и ведетъ къ чрезвычайно печальнымъ послѣдствіямъ; здѣсь мы упоминаемъ объ этой вредной привычкѣ только для того, чтобъ указать, что для яснаго сознанія вреда этой привычки необходимо уяснить себѣ строеніе и дѣятельность половыхъ органовъ.

Мы постараемся, не вдаваясь въ подробности, дать нужныя свѣдѣнія какъ относительно строенія и функцій половыхъ органовъ, такъ и относительно тѣхъ законовъ, которымъ необходимо должна быть подчинена ихъ дѣятельность.

Мужскіе половые органы слѣдующіе: *половой членъ* (penis) и *половыя железы* — *яички* (testiculi), которыя помѣщаются въ *мошонкѣ*, подвѣшенныя тамъ на *сѣменныхъ канатикахъ*.

Яичекъ въ мошонкѣ два; на задней сторонѣ каждаго изъ нихъ лежитъ узкое плоское тѣло, называемое *придаткомъ*, которое представляетъ собой начало выводного протока (рис. XXX).

Яички состоятъ изъ *доекъ*, раздѣленныхъ между собой перегородками изъ соединительной ткани. Невооруженному глазу дольки представляются мелко-зернистыми: это зависитъ отъ того, что онѣ состоятъ изъ массы спутанныхъ, извилистыхъ *сѣменныхъ трубочекъ*. Каждая долька покрыта

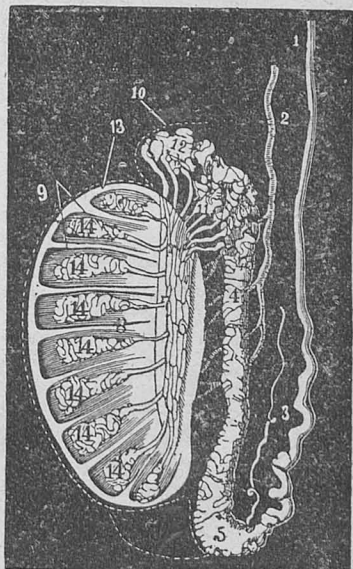


Рис. XXX. Яичко и придатокъ. 1—vas deferens; 2—артерія; 3—vas aberrans; 4, 5, 12—придатокъ; 6—сѣть сѣменныхъ трубочекъ; 8—vasa recta; 11—vasa efferentia; 14—сѣменные дольки.

сѣтью волосныхъ сосудовъ. Все яичко окружено чрезвычайно плотной тканью, имѣющей видъ яичнаго бѣлка; ткань эта называется *бѣлочной оболочкой*.

Сѣменные трубочки выстланы внутри клѣтками эпите-
лія; эти клѣтки образуютъ изъ себя *сѣменные тѣльца*—
сперматозоиды—дѣятельную часть сѣмени.

Придатокъ, представляющій собой, какъ мы уже гово-
рили, выносящій протокъ, состоитъ изъ одной трубки, обра-
зующей множество изгибовъ, соединенныхъ клѣтчаткой въ
одну плотную массу. Въ ту часть придатка, которая назы-
вается *головкой*, изъ яичка впадаетъ *vasa efferentia*; въ той

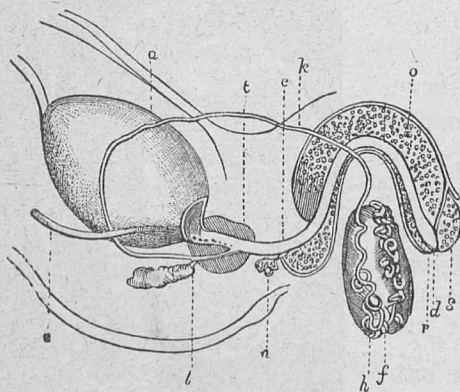


Рис. XXXI. о penis; s—головка; f—яич-
ко; h—придатокъ; a—мочевой пузырь.

части, которая называется *хвостомъ*, придатокъ да-
етъ начало собственному
выносящему протоку, *vas
deferens*. Этотъ выносящій
протокъ на своемъ пути
перекрещивается съ моче-
точникомъ и открывается
маленькимъ устьемъ на
слизистой оболочкѣ моче-
испускательнаго канала
(рис. XXXI).

Кожа, покрывающая
penis, отличается большою
тонкостью и, достигнувъ края головки, образуетъ свободную
складку, такъ называемую *крайнюю плоть*, на которой нѣтъ
ни волосъ, ни потовыхъ железъ, а только сальные железы,
свойственныя кожѣ повсюду. Penis состоитъ изъ особаго вида
ткани, такъ называемой *пещеристой* ткани, очень похожей
на обыкновенную морскую губку. Пещеристыя ткани имѣютъ
способность *больше или меньше* напрягаться—*эрегироваться*, въ
тѣхъ случаяхъ, когда получаютъ изъ кровеносныхъ сосудовъ
большее противъ обыкновеннаго количество крови; такое со-
стояніе напряженія полового члена, вызванное большимъ при-
ливомъ крови къ этому органу, называется *эрекціей*.

Съ наступленіемъ половой зрѣлости увеличивается ростъ

и энергія тканей, способныхъ эрегироваться, и выдѣленіе половыхъ железъ становится обильнѣе и богаче содержаніемъ дѣятельныхъ элементовъ—*сперматозоидовъ*.

Половые органы снабжены въ большомъ количествѣ какъ кровеносными сосудами, такъ и нервами; нервныя волокна лежатъ большею частью во внѣшнихъ частяхъ penis, ближе къ кожѣ, благодаря чему этотъ органъ особенно чувствителенъ къ внѣшнимъ ощущеніямъ; тонкость кожи, покрывающей penis, еще усиливаетъ эту чувствительность. Волокна нервовъ симпатической системы продолжаютъ и въ penis и въ яичкахъ, и при ихъ посредствѣ ощущенія, вызываемыя внѣшнимъ прикосновеніемъ на поверхности penis, передаются въ глубь железы, вызываютъ въ ней усиленную дѣятельность и обуславливаютъ приливъ крови къ эректильнымъ тканямъ.

Посредствомъ нервныхъ волоконъ спинно-мозговой системы нервы половыхъ органовъ соединяются съ мозгомъ, и такимъ образомъ дѣятельность этихъ органовъ, такъ же какъ и всѣхъ другихъ частей организма, подчиняется требованіямъ, возникающимъ въ мозгу.

Въ дѣятельности половыхъ органовъ важное значеніе имѣютъ *сѣменные пузырьки*, которые прилегаютъ ко дну мочевого пузыря; внутренніе края ихъ касаются выносящихъ протоковъ. Въ этихъ пузырькахъ выработанное выдѣленіе яичекъ сохраняется какъ въ резервуарахъ, подобно тому, какъ желчь или моча скопляются въ желчномъ или мочевомъ пузырьѣ. Сѣменные пузырьки очень важные органы, которые воспаляются и страдаютъ при половыхъ излишествахъ.

Предстательная железа (рис. XXXII, 11) окружаетъ шейку мочевого пузыря. Формой и величиной эта железа напоминаетъ каштанъ; она выдѣляетъ жидкость, которая примѣшивается къ жидкости, выработанной яичками.

Мочеиспускательный каналъ мужчины представляетъ длинную узкую трубку, состоящую изъ слизистой оболочки; эта трубка начинается воронкообразнымъ отверстіемъ на днѣ мочевого пузыря и оканчивается наружнымъ отверстіемъ на вершинѣ головки полового члена.

С п е р м а .

Почти всѣ железы, находящіяся въ организмѣ, являются орудіями переработки матеріала, нужнаго для строенія отдѣльныхъ частей организма. Выдѣленіе железъ, имѣющее жидкую форму и необходимое организму для его жизненныхъ функцій, физиологи называютъ *секретомъ*. Продуктомъ

сложной работы половыхъ железъ является жидкое выдѣленіе—секретъ, называемый *спермой*. Сперма, вырабатываемая яичками, есть то, что мы назвали мужской частью человѣческаго сѣмени, т. е. то вещество, которое должно соединиться съ женскимъ яйцомъ для того, чтобы могло зародиться человѣческое существо.

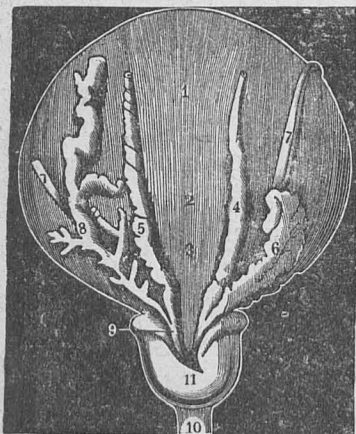
Какъ въ растительномъ царствѣ сѣмя является высшимъ продуктомъ растенія, такъ и въ человѣческомъ организмѣ сѣменная жидкость есть важнѣйшее выдѣленіе: это какъ бы эссенція крови, экстрактъ всѣхъ ея существеннѣйшихъ элементовъ.

Рис. XXXII. 1, 2, 3—мочевой пузырь; 4, 5—vas deferens; 6—сѣменные пузырьки; 7—мочеточникъ; 8—сѣменные пузырьки; 9—выносящій протокъ; 10—мочеиспускательный каналъ; 11—предстательная железа.

Въ первые годы жизни мальчика выдѣленіе, вырабатываемое яичками, едва ли можетъ быть названо секретомъ: оно не можетъ еще исполнять той функціи, для которой предназначено—не можетъ оплодотворить женское яичко, потому что въ это время въ немъ еще отсутствуютъ сперматозоиды.

Въ этотъ ранній возрастъ выдѣленіе половыхъ железъ имѣетъ другое назначеніе. Каждая капля, выработанная клѣтками яичекъ, жадно поглощается лимфатическими сосудами и идетъ на строеніе организма.

Въ эти годы мальчикъ быстро растетъ, его мозгъ и всѣ



члены его тѣла усиленно развиваются, и ему нужно много строительнаго матеріала какъ для увеличенія его роста, такъ и для восстановленія отжившихъ клѣтокъ. Сперма, поглощенная лимфатическими сосудами, подвергается переработкѣ лимфатическихъ железъ, попадаетъ вмѣстѣ съ остальной лимфой въ кровь, обогащаетъ ея содержаніе и вмѣстѣ съ потокомъ крови разносится по всему организму, доставляя тканямъ и органамъ нужный имъ матеріалъ.

Въ дѣтскомъ возрастѣ, какъ мы уже указали, въ спермѣ вовсе нѣтъ сперматозоидовъ, тѣхъ двигающихся тѣлецъ, которыя составляютъ дѣятельную часть сѣмени. Отсутствие сперматозоидовъ лишаетъ сперму производительной силы.

Къ двѣнадцати годамъ хрящи дѣтскаго скелета почти всѣ превращаются въ твердыя кости, но образованіе совершеннаго скелета достигается не ранѣе 25 лѣтъ. Самый быстрый ростъ организма замѣчается обыкновенно отъ 14—до 18 лѣтъ и съ наступленіемъ этого возраста совпадаетъ и періодъ половой зрѣлости. Различныя климатическія условія, свойства темперамента, органическія и наслѣдственныя особенности организма ускоряютъ или отдаляютъ наступленіе этого періода.

Вмѣстѣ съ наступленіемъ половой зрѣлости и съ прекращеніемъ роста замѣчается быстрое развитіе плечъ и объема груди; появляются усы и борода, измѣняется голосъ, дѣтская интонація котораго пропадаетъ и замѣняется на время грубыми и рѣзкими нотами, переходящими затѣмъ въ болѣе глубокой и пріятный тембръ мужского голоса. Умственныя способности юноши, достигшаго половой зрѣлости, быстро развиваются, знаніе усваивается легче, физическая сила увеличивается, возникаютъ новые интересы, пробуждается стремленіе къ дѣятельности. Въ сѣменной жидкости, при наступленіи половой зрѣлости, также происходятъ перемѣны, которыя можно наблюдать только подъ микроскопомъ; только въ это время сперматозоиды, находящіеся въ сѣменной жидкости, являются вполне развитыми.

Сперматозоиды, какъ мы уже говорили, зародыши чловѣческаго сѣмени; одна капля сѣменной жидкости содержитъ

сотни сперматозоидовъ. Въ каждой сѣменной клѣткѣ развивается одинъ сперматозоидъ; когда онъ достигаетъ *полнаго развитія*, оболочка клѣтки разрушается, маленькій зародышъ освобождается и приходитъ въ быстрое движеніе.

Первый рисунокъ (рис. XXXIII) показываетъ клѣтку-мать, второй — сперматозоида въ періодъ его развитія, третій — вполне развитые сперматозоиды.

Сперма, какъ мы видѣли, способствуетъ развитію организма и поддерживаетъ его существованіе, доставляя ему въ его дѣтскомъ возрастѣ необходимый излишекъ матеріала; въ зрѣломъ возрастѣ сперма готова для выполненія своей функціи, т.-е. для *воспроизведенія*.

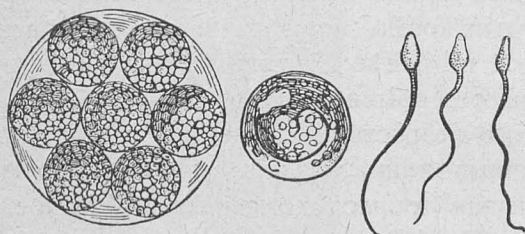


Рис. XXXIII. Сѣменные клѣтки и сперматозоиды.

Сперма взрослого мужчины способна зародить новое существо, новую человеческую жизнь. Для того, чтобы созда-лось это новое чело-вѣческое существо, необходимо, чтобы мужское сѣмя соеди-нилось съ яйцомъ, находящимся въ маткѣ женщины: это до-стигается путемъ соприкосновенія тѣхъ органовъ мужчины и женщины, которые вырабатываютъ сѣменную жидкость и женское яйцо. Такое соприкосновеніе называется половымъ актомъ или совокупленіемъ.

Возрастъ половой зрѣлости, въ виду всѣхъ наступающихъ въ организмѣ перемѣнъ, считается важнымъ моментомъ въ жизни юноши.

Перемѣны въ организмѣ наступаютъ не внезапно, а по-степенно и для полнаго ихъ совершенія необходимо нѣ-сколько лѣтъ.

Мальчики несомнѣнно заранѣе знаютъ, что ихъ ожидаетъ какая-то физическая перемѣна, что въ ихъ организмѣ по-явится что-то новое. Если никто не научить ихъ, какъ от-

Сперма взрослого мужчины способна зародить новое существо, новую чело-вѣческую жизнь. Для того, чтобы созда-лось это новое чело-вѣческое существо, необходимо, чтобы мужское сѣмя соеди-

нестись къ этой перемѣнѣ, они способны, когда она наступитъ, надѣлать много гибельныхъ ошибокъ.

Вопросъ о томъ, будетъ ли выдѣленіе половыхъ железъ сохранено для питанія организма въ теченіе юношескихъ лѣтъ или будетъ истрачено—вопросъ очень важный, и каждый юноша долженъ рѣшить его для себя; каждый долженъ сформировать свое поведеніе и свои поступки съ тѣмъ рѣшеніемъ, которое онъ приметъ; каждый долженъ сознательно рѣшить: желаетъ ли онъ, чтобы секретъ былъ поглощенъ обратно лимфатическими сосудами на пользу всего организма, или же согласенъ безопасно растратить его, дать ему выйти изъ организма, унося за собой и всѣ содержащіяся въ немъ питательныя вещества.

Если юноша вооруженъ знаніемъ, если ему понятна дѣятельность железъ и лимфатическихъ сосудовъ, если онъ уяснитъ себѣ роль секрета, возвращеннаго организму, если онъ знаетъ силу привычекъ, послѣдствія вредныхъ привычекъ и т. д., то мы едва ли ошибемся, утверждая, что онъ будетъ бережно относиться къ выдѣленію своихъ половыхъ органовъ и будетъ сознательно стараться сохранить это выдѣленіе на пользу своему развивающемуся организму.

ГЛАВА II.

Тайный порокъ.

Процессъ обратнаго всасыванія посредствомъ осмоса, благодаря которому клѣтки сосудовъ отдають свои выдѣленія лимфатическимъ сосудамъ, описанъ подробно. Посмотримъ, что заставляетъ содержимое железъ выливаться въ выводной протокъ или, иными словами, не отдавать своего выдѣленія лимфатическимъ сосудамъ, а образовать то, что называется секретомъ.

Причины этого явленія слѣдующія:

Какая-нибудь внѣшняя причина оказывается сильнѣе стремленія лимфатическихъ железъ поглотить эти соки; въ такомъ случаѣ дѣйствіе этой внѣшней причины заставляетъ распадаться оболочки клѣтокъ, и ихъ содержимое изливается въ протокъ.

Или же мысль, появившаяся въ мозгу, по нервнымъ стволамъ достигаетъ клѣтокъ железы и даетъ имъ какъ бы электрической толчокъ, который вызываетъ распаденіе клѣтокъ и выдѣленіе жидкости. Каждая причина можетъ дѣйствовать отдѣльно, но, въ большинствѣ случаевъ, обѣ причины дѣйствуютъ одновременно.

Одной изъ внѣшнихъ причинъ, дѣйствующихъ на железы половыхъ органовъ, вызывая излишнее выдѣленіе, является онанизмъ, и мы постараемся объяснить, какъ это происходитъ.

Всѣмъ, конечно, знакомо то ощущеніе, которое называется щекоткой; это то особенное чувство нервного раздраженія, которое вызывается легкимъ прикосновеніемъ къ тѣлу, поглаживаніемъ. Нервное раздраженіе, испытываемое при

щекоткѣ, вызываетъ неудержимый смѣхъ и родъ спазма, который можетъ быть опаснымъ, если продолжится.

Ощущеніе, вызываемое щекоткой, вначалѣ пріятно, но скоро смѣхъ принимаетъ болѣзненный характеръ, и ощущение щекотки становится мучительнымъ. Извѣстенъ случай, что мальчики въ школѣ ежедневно щекотали одного товарища, несмотря на его просьбы оставить его въ покоѣ. Мальчики не вѣрили, что можно смѣяться и страдать въ одно и то же время и продолжали мучить товарища. Родители не взяли мальчика изъ школы, принимая его жалобы за желаніе избавиться отъ ученья. И только тогда, когда истязаніе товарищей довело его до полного нервнаго расстройства, родители пригласили врача, и онъ, разпросивъ мальчика, увѣрилъ родителей, что просьбы ихъ сына были справедливы. Если въ самомъ началѣ употребить нѣкоторое усиліе воли и удержаться отъ смѣха, можно уничтожить ощущение щекотки; нѣкоторыя дѣти убѣждаются въ этомъ и хвалятся тѣмъ, что не боятся щекотки. Всѣ дѣти должны бы знать, что стоитъ только твердо рѣшиться не смѣяться, и черезъ нѣсколько минутъ тѣло становится совершенно нечувствительнымъ къ попыткамъ вызвать ощущение щекотки.

Ощущеніе, которое испытываютъ, когда дотрогиваются до половыхъ органовъ, подобно ощущенію щекотки. Сначала это ощущение вызываютъ играя, не придавая этому никакого значенія, а затѣмъ, по привычкѣ, не могутъ перестать и доводятъ себя до болѣзненнаго состоянія, до страданія раздражаемыхъ органовъ и даже до полного нервнаго расстройства.

Половой членъ особенно чувствителенъ къ ощущенію щекотки, такъ какъ онъ покрытъ очень тонкой кожей и снабженъ громаднымъ количествомъ чувствительныхъ нервовъ. Особенно чувствительность проявляется во время эрекции. Эрекция можетъ происходить иногда и безъ какой-либо видимой причины, но также быстро и проходитъ безъ вреда для организма.

Бѣда въ томъ, что нѣкоторое возбужденіе этихъ чувствительныхъ нервовъ доставляетъ своеобразное удовольствіе, которое и побуждаетъ возобновлять раздраженіе для того, что-

бы вызвать вновь испытанное ощущение. Скоро побуждение трогать членъ переходитъ въ привычку, и чѣмъ дольше привычка продолжается, тѣмъ труднѣе отстать отъ нея.

Вредъ, наносимый организму этой привычкой, заключается въ томъ, что произвольно вызванное возбужденіе нервной дѣятельности внѣшнихъ органовъ ведетъ за собой уже непроизвольное раздраженіе нервныхъ стволовъ, находящихся въ железахъ и другихъ внутреннихъ частяхъ половыхъ органовъ. Получается сильный приливъ крови и вслѣдствіе этого железа выпускаетъ искусственно-вызванный секретъ. Секретъ, выдѣляемый железами половыхъ органовъ, одно изъ самыхъ богатыхъ по своему содержанію выдѣленийъ организма, и при такой ненужной дѣятельности железъ это выдѣленіе пропадаетъ совершенно безцѣльно, тогда какъ поглощенное обратно лимфатическими сосудами оно доставило бы полезный матеріалъ для питанія организма. Но дѣло не ограничивается бесполезной тратой секрета: послѣ такого сильнаго возбужденія органы обезсилены, нервная дѣятельность истрачена, ткани спадаются и организму приходится опять тратить силы и матеріалъ на непроизводительную работу возстановленія напрасно потраченныхъ силъ.

Въ чемъ же бѣда? Истрачено, выброшено изъ организма нѣкоторое количество сѣмени? Употреблено нѣсколько болѣе силъ и матеріала на возстановленіе потраченнаго?—Послѣдствія такихъ возбужденій несравненно серьезнѣе, чѣмъ можно предполагать съ перваго взгляда.

Нѣкоторые люди, больные этой привычкой, такъ часто предаются своему пагубному для здоровья занятію, что железы совершенно теряютъ способность вырабатывать нормальный секретъ, и изъ органа неудержимо появляется постоянное выдѣленіе (spermatorrhea), вслѣдствіе чего здоровье организма разстраивается до послѣдней степени, нервная система расшатывается, и получается рѣзкій упадокъ не только физическихъ, но и умственныхъ силъ.

Тотъ, кто имѣетъ несчастіе страдать этой привычкой, долженъ какъ можно скорѣе употребить все усиліе своей воли, чтобы сейчасъ же бросить это пагубное занятіе и дать

природѣ возможность приняться за работу возстановленія и вернуть организму его нормальное состояніе. Нельзя, конечно, ожидать, чтобы послѣ долгихъ мѣсяцевъ злоупотребленія организмъ могъ получить ту же стойкость и силу, которыя присущи организму, не подвергшемуся такому болѣзненному возбужденію, но дальнѣйшій упадокъ будетъ предупрежденъ, и здоровье все-таки возстановится. Иногда, когда организмъ обладаетъ очень большими силами, выздоровленіе, какъ только прекратится искусственное возбужденіе, идетъ чрезвычайно быстро, и силы возстановляются въ значительной степени.

Иногда эффекты вреднаго вліянія этого порока выражаются совсѣмъ иначе и не сразу сказываются съ отрицательной стороны: половые органы увеличиваются въ объемѣ гораздо быстрѣе, чѣмъ при нормальныхъ условіяхъ, и сначала кажется, что организмъ вовсе не страдаетъ отъ этого. Новыя клѣтки быстро замѣняютъ старыя послѣ cadaго изверженія сѣмени, и железа какъ будто не ослабѣваетъ при такой усиленной дѣятельности. Но что же происходитъ затѣмъ? Вслѣдствіе того, что половые органы слишкомъ быстро достигаютъ полной зрѣлости, они поглощаютъ несравненно болѣе матеріала, чѣмъ требуется во время медленнаго, нормальнаго развитія. Какъ же развивается остальной организмъ въ это время? Такъ же ли быстро растутъ и увеличиваются другіе органы? Очевидно, что слишкомъ быстрое развитіе одного какого-либо органа привлекаетъ излишекъ крови къ этой части тѣла, что вредно отзывается на другихъ органахъ. Да и помимо этого неизбежное нервное потрясеніе, которое всегда является близкимъ послѣдствіемъ этого порока, такъ ослабляетъ силу и энергію организма, что всякая болѣзнь легко можетъ возникнуть на этой почвѣ.

Мальчикъ, страдающій этимъ порокомъ, можетъ самъ замѣтить въ себѣ перемѣны, если будетъ наблюдать за собой: здоровый цвѣтъ лица замѣняется зеленоватою блѣдностью; свѣтлые веселые глаза становятся мутными и бессмысленными и окружены темными кругами; губы и уши безкровны; руки холодныя и вялыя. Лицо внезапно вспыхиваетъ яркой краской, и такое явленіе сопровождается головою болью; мускулы

слабы, лицо худѣеть и принимаетъ старческой видъ, аппетитъ измѣняется, питаніе крайне понижено. Часто появляется сердцебіеніе; обычная эластичная походка молодыхъ людей измѣняется въ медленную и затруднительную; нерѣдки случаи конвульсій, эпилептическихъ припадковъ, пляски св. Витта. Самыя ужасныя послѣдствія наблюдаются въ мозговой дѣятельности: память и вниманіе мало-по-малу пропадаютъ; мальчикъ забываетъ, куда положилъ книги, игрушки; онъ не можетъ сосредоточиться на урокъ, не слушаетъ, что ему говорятъ, не можетъ учить уроки; онъ становится раздражителемъ, безпокоенъ, все менѣе и менѣе интересуется окружающимъ, мысли его возвращаются къ одному и тому же предмету, и онъ все чаще ищетъ одиночества для того, чтобы имѣть возможность удовлетворить свои порочныя желанія. Что же случится, если онъ будетъ продолжать думать объ одномъ и томъ же и мозгъ его не будетъ работать въ другомъ направленіи? Послѣдствіемъ этого будетъ то, что скоро онъ и ночью, во снѣ, будетъ думать о томъ же и вызывать изверженіе сѣмени; наконецъ органы стануть такъ чувствительны, что изверженіе будетъ происходить при одной только мысли объ этомъ актѣ.

Мальчики, предающіеся этому пороку, часто думаютъ, что никто не знаетъ, что они дѣлаютъ, что родные и знакомые приписываютъ ихъ болѣзнь другимъ причинамъ; но это ошибочное предположеніе: докторъ и другіе опытные люди не обманутся, взглянувъ на нихъ: наружный обликъ выдаетъ ихъ вполне.

Всѣ описанные симптомы не появляются непременно вмѣстѣ. Случается, что мальчики, одаренные сильнымъ, здоровымъ организмомъ, выдерживаютъ очень долго, не испытывая никакихъ болѣзненныхъ явленій, иногда доживаютъ до взрослыхъ лѣтъ, не замѣчая ничего дурного. Тѣмъ не менѣе расплата всегда обязательно наступаетъ, и природа жестоко мститъ за каждое нарушеніе ея законовъ. Чѣмъ важнѣе функція какого-либо органа, тѣмъ сильнѣе отражаются на здоровьѣ организма уклоненія въ его отправленіяхъ. Надѣливъ человѣческой организмъ производительной способностью,

природа предназначила эту функцію половымъ органамъ для продленія вида, и для исполненія этой важной и сложной функціи фізіологическія отправленія этихъ органовъ должны быть въ предѣлахъ строго гигиеническихъ. Всякое извращеніе или уклоненіе отъ нормальной дѣятельности, подобное вышеупомянутому пороку, особенно въ такомъ возрастѣ, когда идетъ усиленный ростъ, формируется организмъ и складывается будущій взрослый человѣкъ, легко можетъ повести къ полной атрофіи органовъ; поэтому каждая погрѣшность въ этомъ періодѣ болѣе чувствительна, чѣмъ когда-либо. Заранѣе нельзя себѣ даже представить тѣхъ пагубныхъ послѣдствій, которыя шагъ за шагомъ навлекаетъ на себя организмъ этимъ порокомъ. И такой роковой исходъ тѣмъ печальнѣе, что человѣкъ добровольно ведетъ себя къ нему ради удовлетворенія неестественной, болѣзненной потребности, вмѣсто того, чтобы бороться съ этой потребностью ради здоровья всего организма. Ради удовлетворенія болѣзненной склонности одной только половой сферы, весь организмъ, созданный природой крѣпкимъ и цвѣтущимъ, постепенно гибнетъ и превращается въ хирѣющее и увядающее существо.

ГЛАВА III.

Возмужалость.

Съ полнымъ наступленіемъ половой зрѣлости кончается юношескій періодъ жизни и наступаетъ зрѣлый возрастъ мужчины.

Кости вполне отвердѣли, ростъ прекратился, грудь развита, голосъ установился, выросли борода и усы. Дѣтство и юношество пережиты. Мужчина, удержавшійся въ юности отъ пагубныхъ заблужденій, теперь полонъ силы и энергіи. Въ семейномъ кругу онъ своимъ присутствіемъ вызываетъ жизнерадостное настроеніе, является представителемъ стремленія къ дѣятельности и труду. Если его мать и сестры въ теченіе тѣхъ лѣтъ, когда его мальчишескія выходки и шумное веселье грозили повернуть весь домъ вверхъ дномъ, не выгоняли его отъ себя въ общество дурныхъ товарищей, онъ не имѣетъ за собой горькаго опыта и не посѣялъ зла среди другихъ. Успокоенный возрастомъ и полный новыхъ силъ, онъ является надежной опорой тѣмъ, кто еще недавно давалъ ему совѣты и считалъ его за ребенка.

Хотя развитіе обыкновенно считается оконченнымъ къ 25 годамъ, но и въ теченіе послѣдующихъ затѣмъ лѣтъ организмъ не перестаетъ нуждаться въ питаніи, такъ какъ траты его увеличиваются вслѣдствіе болѣе энергичной жизненной дѣятельности и болѣе напряженной работы ума. Мужчина, сохранившій всѣ свои силы въ юности и не тратящій въ зрѣломъ возрастѣ сѣменную жидкость, обладаетъ болѣе свѣтлымъ умомъ, можетъ вынести болѣе напряженія при умственной работѣ или физическомъ трудѣ и не такъ скоро чувствуетъ приближеніе старости. Всему этому богатству силъ способствуетъ обратное поглощеніе спермы.

Ничто такъ не способствуетъ благосостоянію организма, какъ постоянная смѣна умственного труда физическимъ; при

этомъ, конечно, организмъ долженъ имѣть достаточно отдыха; разумныя развлеченія и общество хорошихъ людей также необходимы. Вредное вліяніе табака, алкоголя и опія останавливаетъ выдѣленіе и ассимиляцію спермы и лишаетъ организмъ питанія.

Послѣ 40 лѣтъ организмъ какъ будто совсѣмъ перестаетъ развиваться, это какъ бы время жатвы. Смотря по тому, насколько здоровъ и силенъ организмъ, это время продолжается 15 — 20 лѣтъ, а затѣмъ уже наступаетъ старость, упадокъ организма. Эти годы полной возмужалости должны бы быть лучшими въ жизни: умственное развитіе достигаетъ своего совершенства, физическое напряженіе переносится легче, такъ какъ траты самого организма сравнительно не велики; характеръ вполнѣ сложился, знаніе жизни и людей даетъ возможность правильно относиться ко всѣмъ окружающимъ явленіямъ. Знаніе человѣческой природы и жизненный опытъ успокаиваютъ нервную возбужденность юношескихъ лѣтъ, руководятъ поступками мужчины и дѣлаютъ его дружбу полезной и желательной для болѣе молодыхъ людей.

Исторія сохранила много примѣровъ людей, важнѣйшія дѣла которыхъ были совершены послѣ 45 лѣтъ. Колумбу было 46 лѣтъ, когда онъ открылъ Америку; Вашингтону было 43, когда онъ первый разъ принялъ начальство надъ арміей, и 47, когда его въ первый разъ выбрали въ президенты; Ньютонъ напечаталъ свой первый трудъ, когда ему было 45 лѣтъ, и дальнѣйшая его дѣятельность показала, что онъ былъ въ полномъ расцвѣтѣ силъ, и т. д.

Многіе, на основаніи личнаго опыта, не согласятся съ тѣмъ, что возрастъ послѣ 40 лѣтъ самый плодотворный въ жизни; они будутъ утверждать, что ихъ лучшіе годы были отъ 17 — 25, что въ это время они были наиболѣе способны на всякую дѣятельность. Мы охотно согласимся, что они дѣйствительно были способнѣе всего въ этотъ молодой возрастъ; но должны сказать, что это не есть нормальное положеніе вещей. Почему эти люди къ 40 годамъ утратили свои силы? Увѣрены ли они, что соблюдали всѣ условія, необходимыя для нормальнаго развитія организма? Не устроили ли они

свою жизнь такъ, что въ 25 лѣтъ уже истратили свои силы и истощили свой организмъ? Въ такихъ условіяхъ старость несомнѣнно наступаетъ преждевременно, и мы часто видимъ, что природа за юношескія излишества наказываетъ отсутствіемъ силы въ зрѣломъ возрастѣ. Въ настоящее время, дѣйствительно, рѣдко можно встрѣтить человѣка, пользующагося полнымъ расцвѣтомъ силъ; въ 50 лѣтъ люди большею частью уже разбиты ненормальной жизнью и не обладаютъ ни умственными, ни физическими силами.

Послѣ періода возмужалости и полного расцвѣта силъ наступаетъ старость.

Физическая старость сопровождается измѣненіями въ половыхъ органахъ: ихъ функціональная способность ослабѣваетъ, дѣятельность клѣтокъ уменьшается и, наконецъ, прекращается вовсе. Количество сѣменной жидкости уменьшается и качество ея измѣняется: сперматозоиды, находящіяся въ ней, теряютъ свою жизнеспособность и ихъ гораздо меньше. Эти измѣненія въ половыхъ органахъ сопровождаются и общимъ упадкомъ жизнедѣятельности всего организма.

Чѣмъ умѣреннѣе человѣкъ живетъ въ юности, чѣмъ менѣе тратитъ физическихъ силъ, тѣмъ долѣе организмъ его сохраняетъ способность жить и функціонировать. Чѣмъ преждевременноѣ половая зрѣлость, тѣмъ быстрѣе наступаетъ старость; излишества въ молодости ведутъ къ быстрому истощенію половыхъ органовъ. Нельзя провести въ молодости десятокъ лѣтъ, тратя свои силы на удовлетвореніе прихотей чувственности, и надѣяться, что можно поправить дѣло нѣсколькими годами воздержанія при приближеніи старости.

„Грѣхи юности искупаются въ старости“, говоритъ народная поговорка.

ГЛАВА IV.

Сила мысли.

Мысли и желанія, касающіяся ѣды или различныхъ лакомствъ, вызываютъ дѣятельность однѣхъ только слюнныхъ железъ и не имѣютъ вліянія на остальные железы организма.

При полученіи печальныхъ извѣстій вызывается дѣятельность только слезныхъ железъ, и глаза проливаютъ слезы.

Дѣятельность каждой железы возбуждается тѣми мыслями, которыя связаны съ дѣятельностью именно этой железы.

Внезапное и сильное волненіе, стыдъ или гнѣвъ покрываютъ лицо краской, но не имѣютъ никакого вліянія на кости или мускулы, которые дѣйствуютъ только подъ вліяніемъ воли или сознательной мысли.

Железы управляются безсознательнымъ дѣйствіемъ мысли, а не прямымъ указаніемъ воли. Каждая железа подчинена дѣйствію извѣстнаго порядка мыслей, и если порядокъ мыслей не измѣнится, продолжительное дѣйствіе его на одну какую-нибудь железу можетъ сдѣлаться пагубнымъ.

Точно такъ же какъ мысли о вкусной ѣдѣ возбуждаютъ дѣятельность слюнныхъ железъ, точно такъ же какъ печальныя мысли вызываютъ выдѣленіе слезъ, — мысли о половой жизни могутъ возбуждать половую сферу.

Мысли о половой жизни сами по себѣ ни худы, ни хороши: все дѣло зависитъ отъ отношенія къ нимъ.

Если юноша хочетъ быть хорошимъ человѣкомъ, онъ обо всемъ, что ему встрѣчается въ жизни, долженъ думать такъ, какъ свойственно хорошему человѣку, и, если въ умѣ его возникаютъ вопросы о половой жизни, онъ долженъ опасаться отнестись къ нимъ съ той обычной пошлостью, которую онъ часто встрѣтитъ не только у товарищей, но, къ сожалѣнію, и у взрослыхъ. Серьезное изученіе вопросовъ половой жизни, удерживая человѣка отъ раздраженій и возбужденій половой

сферы, сберегаетъ энергію организма, такъ такъ секретъ, вырабатываемый соотвѣтствующими железами, не подвергается выдѣленію, но поглощается лимфатическими сосудами, перерабатывающими каждую каплю этихъ выдѣленій на пользу всего организма.

Серьезное изученіе вопросовъ половой жизни, кромѣ того, вселяетъ трезвое отношеніе ко всему, что такъ или иначе относится къ этой сферѣ, а это можетъ оградить человѣка отъ многихъ мимолетныхъ увлеченій, которыя такъ часто и легко приводятъ къ печальнымъ послѣдствіямъ.

При изученіи этихъ вопросовъ умъ невольно поражается удивленіемъ передъ безчисленнымъ разнообразіемъ проявленій живой силы и передъ тою очевидной цѣлесообразностью, съ которой природа умѣетъ примѣнять средства къ достиженію цѣли. Знакомство съ законами природы, съ ихъ проявленіями, съ тѣми страданіями, которыя влекутъ за собой нарушенія этихъ законовъ, приводитъ къ совершенно иному взгляду на половую жизнь, чѣмъ тотъ, который большею частью приходится встрѣчать у молодыхъ людей. Многое, что допускается молодыми людьми, какъ необходимое и должное, при серьезномъ знакомствѣ съ дѣломъ призналось бы ими не только излишнимъ, но и безнравственнымъ.

Мы уже знаемъ, что, вступая въ зрѣлый возрастъ, мальчикъ измѣняется физически: увеличивается ростъ и вѣсъ тѣла, на лицѣ появляется растительность, половые органы достигаютъ своего развитія и выдѣленіе ихъ становится зрѣлымъ; умственные способности также увеличиваются. Вступая въ этотъ новый фазисъ своей жизни, юноша долженъ бы спокойно и сознательно отнестись къ тому, что онъ сталъ способенъ къ половой жизни и можетъ, когда встрѣтитъ дѣвушку, душевныя и физическія качества которой будутъ симпатичны ему и которая, съ своей стороны, будетъ чувствовать влеченіе къ нему, вступить въ брачныя отношенія. Въ большинствѣ случаевъ бываетъ иное: воображеніе вызываетъ въ памяти юноши слышанные имъ грязные рассказы, и онъ начинаетъ думать, что смыслъ половой жизни заключается въ томъ, чтобы погружаться въ удовольствія, доставляемыя

возбужденіемъ половой сферы. Опасное время для юношей! Если доброе слово матери или предостереженіе, данное отцомъ или старшимъ братомъ, не явится во-время, чтобы протіводѣйствовать тѣмъ нечистымъ мыслямъ, которыя являются плодомъ дурныхъ знакомствъ и ложнаго пониманія вещей, ему не устоять противъ соблазновъ современнаго строя жизни. Сколько опасностей на пути юноши: дурныя книги, возбуждающія чувственныя мысли, общество товарищей и взрослыхъ, которые рассказываютъ грубыя исторіи и пошлыя анекдоты, плохіе театры, гдѣ играютъ непристойныя пьесы и поютъ такія же пѣсни—всего этого долженъ избѣгать юноша, желающій прожить свою юность такъ, чтобы ему не пришлось раскаиваться впослѣдствіи.

По мнѣнію одного врача, самое ужасное несчастіе для юноши — грязное воображеніе, и поэтому мы еще разъ повторяемъ, что все, что можетъ загрязнить воображеніе—порочныя товарищи, дурныя книги и т. д.—должно быть исключено изъ жизни юноши; онъ долженъ научиться владѣть собой и жить цѣломудренно. Большинство дурныхъ поступковъ происходитъ отъ распущенности мысли; большинство пороковъ начинается дурными мыслями и развивается благодаря нечистому воображенію: дурныя мысли становятся привычными, воображеніе дополняетъ ихъ образами, и понемногу человѣкъ подпадаетъ подъ власть одного рода мыслей.

Многіе врачи полагаютъ, что распущенность половой жизни въ современномъ обществѣ есть одинъ изъ главныхъ факторовъ вырожденія. Американскій докторъ Діо Левисъ въ своемъ большомъ трудѣ „о цѣломудріи“ даетъ нѣсколько примѣровъ физическаго дѣйствія нечистаго воображенія на организмъ. Въ качествѣ взрослога, опытнаго мужчины, желающаго добра юношамъ, онъ говоритъ имъ вѣскія слова предостереженія и не боится раскрыть передъ ихъ глазами тѣ послѣдствія, которыя неизбѣжно слѣдуютъ за нарушеніемъ воздержанія не только въ поступкахъ, но и въ мысляхъ.

Слѣдующіе рассказанные имъ случаи не бесполезно узнать и нашимъ читателямъ:

„Однажды, — говоритъ Діо Левисъ, — ко мнѣ пришелъ въ

качествѣ паціента молодой человекѣ, уровень развитія котораго несомнѣнно былъ выше средняго. Онъ жаловался на расстройство нервной системы. Я сейчасъ же подумалъ, по тѣмъ симптомамъ, которые онъ мнѣ передавалъ, что его болѣзнь происходитъ отъ какого-нибудь злоупотребленія въ сферѣ половой жизни. Я нѣсколько стѣснялся спрашивать его, зная его порядочность, но, не находя другого объясненія его недомоганію, рѣшился, наконецъ, высказать, что болѣзнь его, по моему мнѣнію, происходитъ отъ полового истощенія. Онъ сталъ отрицать возможность такого явленія, говоря, что никогда не былъ онанистомъ и никогда не имѣлъ сношеній съ женщиной. Наконецъ я узналъ отъ него, что онъ помолвленъ и что особенно дурно чувствуетъ себя утромъ, послѣ вечера, проведеннаго у своей невѣсты. „Меня очень удивляетъ,—сказалъ онъ,—что этотъ лучший во всей недѣлѣ вечеръ сопровождается такимъ печальнымъ утромъ“. Изъ настойчивыхъ разспросовъ о томъ, какъ онъ проводитъ вечеръ, я узналъ, что, какъ я и думалъ, этотъ молодой человекъ въ обществѣ любимой дѣвушки останавливался только на мысли о предстоящей физической близости. Забывая о духовной связи, которая необходима между людьми, желающими быть мужемъ и женой, онъ рисовалъ въ своемъ воображеніи картины физической близости и не только разстраивалъ этимъ свое здоровье, но и унижалъ любимую дѣвушку.

„Другой больной,—продолжаетъ Діо Левисъ,—уже молодой человекъ, былъ извѣстенъ мнѣ какъ человекъ очень воздержной жизни. Каково же было мое удивленіе, когда онъ пришелъ совѣтоваться со мной по поводу непроизвольнаго изверженія сѣмени! Я внимательно разспросилъ его и узналъ, что онъ никогда не былъ онанистомъ, никогда не имѣлъ сношеній съ женщинами; тѣмъ не менѣе онъ страдалъ частыми ночными поллюціями и, какъ ихъ послѣдствіемъ, сильнымъ истощеніемъ. „Есть только одно объясненіе, сказалъ я,—у васъ нечистое воображеніе“. Онъ тотчасъ же признался, что я правъ. „Какъ только я остаюсь одинъ, сказалъ онъ, мысли мои принимаютъ одно и то же направленіе, а мои сны—только продолженіе моихъ мыслей“. Я объяснилъ ему вредъ такихъ

мыслей и сказалъ ему, что если онъ будетъ предаваться имъ, то онъ — потерянный человѣкъ. „Но какъ же могу я не думать, сказалъ онъ: развѣ отъ меня зависитъ, о чемъ думать?“ — „Конечно, отъ васъ, отвѣчалъ я; вы сами должны рѣшить, чѣмъ будетъ занята ваша мысль. Это и есть то, чѣмъ человѣкъ отличается отъ животнаго“. Больной увѣрялъ, что это невозможно, что мысли приходятъ сами собой, но, слушаясь моихъ совѣтовъ и указаній, онъ сталъ дѣлать надъ собой усилія, и я скоро съ удовольствіемъ увидаль, что положеніе его улучшается.

„Нѣсколько лѣтъ тому назадъ,—говорить дальше Діо Левисъ, — у меня лѣчился одинъ молодой человѣкъ, два раза ѣздившій въ Индію. Онъ жаловался на сильное нервное расстройство. Въ Индіи онъ, по его словамъ, имѣлъ сношенія съ одной женщиной, но былъ очень умѣренъ; на мои вопросы объ онанизмѣ, отвѣтилъ, что страдалъ этой привычкой въ самомъ раннемъ дѣтствѣ, но, благодаря увѣщаніямъ матери, скоро бросилъ ее. Такъ какъ нервное истощеніе было налицо, а причинъ, вызвавшихъ его, какъ будто не было, я спросилъ его, не скрываетъ ли онъ что-либо отъ меня?— „Ничего, отвѣтилъ онъ, я только не сказалъ вамъ, что много думаю о женщинахъ. Во время моихъ путешествій я очень много читалъ романовъ, описывающихъ удовольствія любви, и нѣкоторыя страницы перечитывалъ много разъ, а затѣмъ часами предавался тѣмъ мыслямъ, которыя это чтеніе вызывало“. Я узналъ отъ него, что послѣ такихъ чтеній и мечтаній его нервная система ослабѣвала еще больше. Этотъ больной также увѣрялъ, что ничего не можетъ сдѣлать съ мыслями, что онѣ его преслѣдуютъ и онъ не можетъ отъ нихъ отдѣлаться“.

„Я указалъ ему, какъ бороться съ мыслями, какъ поступать, чтобы думать о чемъ-нибудь другомъ, и скоро увидаль, что мои совѣты приносятъ ему пользу. Недавно онъ пришелъ ко мнѣ совсѣмъ здоровый и сказалъ, что женится, прибавивъ, что полюбилъ свою невѣсту за ея душевныя качества, „чего не могло быть раньше, сказалъ онъ: я тогда искалъ только физическую красоту“.

ГЛАВА V.

Что такое полъ.

Дѣвочки и мальчики родятся отъ однихъ и тѣхъ же родителей, ихъ воспитываютъ одинаково, даютъ имъ одну и ту же пищу, они дышатъ однимъ и тѣмъ же воздухомъ и играютъ подъ лучами одного и того же солнца. Почему же, когда они вырастутъ, между ними окажется такая большая разница? Почему мальчикъ, ставъ юношей, будетъ говорить басомъ, тогда какъ дѣвушка сохранить свое сопрано? Почему у юноши вырастетъ борода, а лицо дѣвушки останется чистымъ? Почему у него будутъ узкія бедра и широкія плечи, тогда какъ ея фигура сложится совсѣмъ иначе?

Очевидно, это происходитъ потому, что жизненные элементы, живая творческая сила, которая даетъ жизнь каждой клѣткѣ и обуславливаетъ дѣятельность каждаго сосуда и каждаго органа ихъ тѣла,—различны между собой. Въ одномъ случаѣ преобладаетъ женскій элементъ, въ другомъ мужской. Почему это такъ, въ чемъ именно искать первоначальную причину этого различія творческой силы, проявляющейся то въ созданіи мужского, то женскаго организма; почему въ одномъ случаѣ преобладаетъ мужской, а въ другомъ женскій элементъ,—наука еще не знаетъ, какъ не знаетъ она еще и многого другого въ явленіяхъ природы. Для васъ важно знать, что какъ въ мужскомъ, такъ и въ женскомъ организмѣ проявляется одна и та же жизненная сила,—различно только ея проявленіе.

Многіе думаютъ, что половое различіе между мужчиной и женщиной заключается только въ томъ, что органы, предна-

значенные для воспроизведенія подобныхъ себѣ существъ, у нихъ различны. Эти органы такъ и называются половыми, т.-е. указывающими на различіе пола; у мужчины—это яички и половой членъ, у женщины—яичники и матка. Мы скорѣе думаемъ, что это внѣшнее отличіе есть только признаковъ, а сущность пола есть качество, энергія, а не матерія. То, что составляетъ полъ, та сила, внѣшними признаками которой является физическое различіе, не поддается описанію, но такъ же реальна, какъ и всякая другая сила, и проявляется во всей жизни организма, не только въ его физическихъ отправленіяхъ, но и въ духовной дѣятельности.

Если творческая сила, проявляющая себя въ зародышѣ, несетъ въ себѣ мужскіе элементы—всѣ органы развивающагося организма приспособляются къ мужскому типу и весь матеріаль располагается для созданія мужского существа и, наоборотъ, сила, проявляющая женскіе элементы, создаетъ изъ того же матеріала женское существо.

Физическія отличія пола, видимыя нами—лицо, фигура, голось—все это внѣшнія проявленія той силы, которая создала существо того или другого пола; внутреннее проявленіе той же силы мы видимъ въ различномъ строѣ духовной жизни существъ того и другого пола.

Ни тотъ ни другой полъ не имѣетъ преимущества другъ передъ другомъ. При одинаково благоприятныхъ условіяхъ жизни и мужчина и женщина могутъ стоять на одинаковой степени развитія какъ физическаго, такъ и духовнаго. Юноша ничѣмъ не хуже дѣвушки, дѣвушка ничѣмъ не ниже юноши: и тотъ и другая, если будутъ сознательно стремиться къ совершенству, могутъ достигъ его, насколько оно вообще достижимо для человѣческаго существа.

Мы хотѣли бы сравнить духовныя качества мужчины и женщины съ положительнымъ и отрицательнымъ электричествомъ. Какое изъ двухъ выше? Вопросъ этотъ не можетъ возникнуть и точно такъ же не должно было бы возникать и вопроса о превосходствѣ духовныхъ силъ мужчины или женщины. Это сравненіе еще потому кажется намъ подходящимъ, что, какъ эти два электричества притягиваются вза-

имно, такъ и люди различныхъ половъ, юноши и дѣвушки, привлекаютъ другъ друга. Если влеченіе двухъ лицъ основано не только на физическомъ, но главнымъ образомъ на духовномъ сродствѣ, то ихъ соединеніе повліяетъ на ихъ обоюдное совершенствованіе.

Несмотря на различіе своего духовнаго строя, мужчина и женщина являются совершенно равными представителями человѣческихъ существъ. Различіе, существующее между ними, не мѣшаетъ ихъ равенству: если въ одной области больше можетъ сдѣлать мужчина, въ другой преимущество на сторонѣ женщины. Мужчина подниметъ большую тяжесть, женщина вынесетъ больше страданій и лишеній; мужчина лучший работникъ, женщина лучшая сестра милосердія и т. д.

Мальчики и дѣвочки обладаютъ одинаковыми умственными способностями: они читаютъ однѣ и тѣ же книги, пишутъ, рисуютъ, поютъ одинаково хорошо. Очень часто мальчики и дѣвочки учатся вмѣстѣ, и тогда случается, что дѣвочки учатся лучше мальчиковъ: это происходитъ не оттого, что онѣ умнѣе мальчиковъ, а оттого, что имъ приходится на помощь нѣкоторыя качества, которыми онѣ обладаютъ въ большей мѣрѣ, чѣмъ мальчики, напримѣръ: терпѣніе, внимательность.

Есть качества, которыя чаще присущи дѣвочкамъ, чѣмъ мальчикамъ, и наоборотъ: дѣвочки болѣе сострадательны, болѣе склонны понимать поэтическую сторону того, съ чѣмъ имъ приходится знакомиться; мальчики болѣе сильны и ловки, гораздо предприимчивѣе, чѣмъ дѣвочки, и мужественнѣе встрѣчаютъ опасности.

Одна и та же поэма или пѣснь можетъ быть прочтена и спѣта какъ юношей, такъ и дѣвушкой, но хотя оба будутъ передавать одно и то же содержаніе, одну и ту же мелодію, передача ихъ будетъ различна, каждый вложитъ въ свою декламацию, въ свое пѣніе нѣчто, указывающее на его индивидуальность, и впечатлѣніе, полученное слушателями, будетъ различно въ обоихъ случаяхъ.

Мальчики и дѣвочки должны бы всегда играть, учиться и гулять вмѣстѣ, какъ дѣти одной большой семьи, тогда, можетъ-быть, рѣже пришлось бы слышать, какъ мальчикъ съ

презрѣніемъ говоритъ: „я не играю съ дѣвчонками“, какъ бы считая „дѣвчонокъ“ за существа низшія, забывая, что и мать его была „дѣвчонкой“ въ дѣтствѣ.

Юноши и дѣвушки также должны бы учиться вмѣстѣ, работать вмѣстѣ и пользоваться вмѣстѣ развлечениями, необходимыми послѣ труда; это научило бы ихъ понимать и цѣнить другъ друга и вызвало бы между юношами и дѣвушками искреннія, дружескія отношенія. Обмѣнъ услугъ во время занятій, общность удовольствій — все это сближаетъ людей, и если при этомъ человѣкъ привыкъ смотрѣть на себя и на другія человѣческія существа какъ на произведе- ніе высшей силы, онъ будетъ смотрѣть на прекрасныя черты, на выразительные глаза того лица, съ которымъ встрѣчается, будетъ слушать музыкальный голосъ съ тѣмъ же чистымъ удовольствіемъ, съ которымъ мы смотримъ на чудный цвѣтокъ или прекрасную картину. Постоянное общеніе съ людьми, какъ одного, такъ и другого пола, покажетъ ему, что красота не есть необходимое условіе для того, чтобы вызвать въ другомъ лицѣ дружбу или любовь въ ея лучшемъ смыслѣ.

Хорошая, искренняя дружба между молодыми людьми различныхъ половъ полезна для обоихъ: кромѣ того, что она вызываетъ обмѣнъ мыслей и позволяетъ молодымъ людямъ узнать другъ друга, она дѣйствуетъ также успокаивающимъ образомъ на воображеніе.

Дѣти, обыкновенно, гораздо раньше, чѣмъ это предполагаютъ родители, начинаютъ интересоваться вопросами, тѣсно связанными съ различіемъ половъ; главнымъ образомъ ихъ интересуетъ вопросъ о дѣторожденіи, о появленіи на свѣтъ новаго существа. При рожденіи въ семьѣ или у знакомыхъ новаго ребенка, любознательность дѣтей возбуждается, и они обращаются къ взрослымъ за разъясненіемъ. Къ сожалѣнію, въ этихъ случаяхъ родители или даютъ уклончивыя отвѣты, не удовлетворяющіе дѣтей, или же прямо запрещаютъ дѣтямъ спрашивать о томъ, что ихъ не касается. Дѣти однако не успокаиваются, ищутъ отвѣта у другихъ и часто получаютъ свѣдѣнія отъ невѣжественныхъ и темныхъ людей, для которыхъ эти серьезные и важные вопросы являются пред-

метомъ грубыхъ и пошлыхъ шутокъ. Трудно себѣ представить, какой ужасный вредъ приносятъ молодому уму свѣдѣнія, сообщенныя такимъ образомъ, какой грязный оттѣнокъ рассказы такихъ людей способны бросить на тѣ отношенія, къ которымъ юноша долженъ относиться какъ къ однимъ изъ наиболѣе отвѣтственныхъ въ своей жизни. Часто проходятъ цѣлые года, прежде чѣмъ такіе разговоры изгладятся изъ памяти, и нерѣдко ихъ пагубное вліяніе отражается на всемъ отношеніи юноши къ вопросамъ половой жизни и является одной изъ главныхъ причинъ тѣхъ страданій, о которыхъ мы говорили въ предыдущей главѣ. Случается и такъ, что мальчикъ получаетъ нужныя ему свѣдѣнія отъ родителей, но видя, что товарищи относятся къ этимъ вопросамъ съ непристойными шутками, говорятъ объ этомъ между собой потихоньку, онъ невольно начинаетъ думать, что то, что касается половой жизни—нечисто и постыдно. Такой взглядъ, вызванный невѣжественнымъ отношеніемъ другихъ людей, можетъ очень повредить юношѣ, который долженъ научиться смотрѣть на свою половую жизнь съ такой же нравственной точки зрѣнія, съ какой онъ долженъ разсматривать и всѣ свои поступки.

ГЛАВА VI.

Сознательная и бессознательная мысль.

Мысль гораздо сильнѣе плоти, тѣла, несмотря на то, что она только невидимое проявленіе жизни. То, что мы называемъ нашей физической природой, легко подчиняется нашей духовной дѣятельности.

Мы такъ же не видимъ воздуха, какъ и мысль; воздухъ кажется такимъ невещественнымъ, присутствіе его такъ мало замѣтно, что мы склонны считать пространство, наполненное имъ,—пустымъ. Однако, когда этотъ невидимый воздухъ приходитъ въ движеніе, онъ проявляетъ больше силы, чѣмъ многія вещества большой плотности; придя въ движеніе и образуя вѣтеръ, воздухъ выворачиваетъ деревья съ корнями, срываетъ крыши, опрокидываетъ постройки.

Съ такой же силою, съ какою вѣтеръ вліяетъ на неодушевленные, матеріальные предметы, мысль управляетъ атомами, составляющими человѣческое тѣло, и руководитъ ихъ движеніемъ.

Наука различаетъ сознательную и бессознательную дѣятельность мысли. Всѣ процессы организма, управляемые симпатическими нервами, находятся въ зависимости отъ произвольной или бессознательной дѣятельности мозга. Всѣ эти процессы такъ строго послѣдовательны и цѣлесообразны, что ихъ необходимо надо признать за результаты какой-нибудь мозговой дѣятельности. Интересно замѣтить, что всѣ эти такъ называемыя автоматическія движенія организма могутъ быть измѣнены и контролированы произвольнымъ дѣйствіемъ мозга. Возьмите такой всѣмъ знакомый актъ, какъ дыханіе: обыкновенно дышать

автоматически, безъ всякаго сознательнаго проявленія воли: всѣ мускулы, занятые работой дыханія, дѣйствуютъ во время сна такъ же исправно, какъ и во время бодрствованія, безъ всякаго усиленія нашей воли, но мы, тѣмъ не менѣе, по своему желанію, можемъ контролировать дѣятельность этихъ мускуловъ, и дыханіе изъ безсознательнаго, автоматическаго движенія можетъ превратиться въ сознательный, волевой актъ.

Дѣятельность сердца также почти всегда произвольна и регулируется безсознательной дѣятельностью мозга, но наблюденія показали, что можно произвольно не только замедлить, но и прекратить біеніе сердца.

Сокращеніе радужной оболочки, окружающей зрачокъ, подъ вліяніемъ свѣта, — актъ чисто рефлекторный, но есть люди, которые могутъ вызывать такое сокращеніе по своему желанію.

Эти факты доказываютъ, что всѣ мускулы тѣла слушаются верховной власти мозга, и что дѣйствительной, реальной разницы между тѣмъ, что мы называемъ произвольными и непроизвольными функціями органовъ—вовсе не существуетъ. Причина, вызывающая дѣйствіе, и въ томъ и въ другомъ случаѣ зарождается въ мозгу и только различно проявляется: въ одномъ случаѣ сознательно, въ другомъ безсознательно. Нѣтъ ни одной части тѣла, ни одного органа, которые не были бы подъ вліяніемъ мозга и не могли бы подчиниться его требованіямъ.

Автоматическое движеніе сердца, легкихъ, глаза, можетъ, какъ мы видѣли, быть подчинено сознательной волѣ; почему же не допустить, что такое же подчиненіе существуетъ и при дѣятельности органовъ, предназначенныхъ для функціи продолженія рода. Дѣятельность железъ половыхъ органовъ управляется произвольной мыслью и безсознательной волей, но эта дѣятельность, такъ же какъ и дѣятельность другихъ железъ, можетъ быть подчинена сознательной волѣ.

Для того, чтобы сознательная воля могла контролировать дѣятельность половыхъ органовъ, необходимо знать весь физическій и нравственный вредъ, происходящій отъ злоупо-

требленія ихъ функціями. Это знаніе, кромѣ того, поможетъ юношѣ не связывать съ дѣятельностью этихъ органовъ никакихъ дурныхъ и грязныхъ мыслей: для человѣка, знакомаго съ физиологическими законами зарожденія и развитія человѣческаго существа, знающаго важное значеніе законовъ наследственности, понявшаго, какъ важно для человѣчества рожденіе здоровыхъ и сильныхъ дѣтей—дѣятельность органовъ, предназначенныхъ для этого природой, не можетъ представлять чего-либо постыднаго или давать поводъ къ пошлымъ шуткамъ.

Мысли умнаго и развитогаго человѣка не могутъ быть заняты представленіемъ о простыхъ физиологическихъ отправленияхъ половыхъ органовъ; если мысли объ этихъ отправленияхъ возникаютъ въ его умѣ, то только по поводу связанныхъ съ ними болѣе серьезныхъ и важныхъ вопросовъ, т.-е. научныхъ, гигиеническихъ и т. п. Никогда также развитой мужчина не можетъ смотрѣть на знакомыхъ женщинъ и дѣвушекъ исключительно какъ на представительницъ другого пола и искать съ ними только физической близости.

При знакомствѣ съ женщиной или дѣвушкой старайтесь забыть о томъ, что это лицо не одного съ вами пола, помните только, что это такой же человѣкъ, какъ и вы, съ такими же нравственными запросами, съ такими же умственными интересами. Пусть ваша близость будетъ основана на общности этихъ высшихъ интересовъ; пусть то, что есть въ васъ хорошаго, ваше спокойствіе, твердость вашего характера, ваше знаніе внѣшней жизни придетъ на помощь меньшей опытности и стойкости женщины, а ея веселость, чуткость ея души и впечатлительность ея ума помогутъ вамъ разобраться въ безпокоящихъ васъ вопросахъ и внесутъ свѣтлый отдыхъ въ вашу трудовую жизнь. Будьте „братомъ“ тѣхъ дѣвушекъ, съ которыми вамъ приходится встрѣчаться, будьте опорой тамъ, гдѣ невѣжественные, грубые люди видятъ только возможность соблазна.

Мы, конечно, не хотимъ обманывать юношей и не станемъ говорить, что полное самообладаніе и торжество духа надъ тѣломъ дается легко. Мысль или разумъ и чувство постоянно

борются между собой за господство надъ поступками чело-
вѣка, и надо положить много труда на то, чтобы достигнуть
той зрѣлости мысли, при которой она можетъ подчинять себѣ
ощущенія. Чувство нельзя измѣнить или подавить какимъ-
нибудь прямымъ, непосредственнымъ актомъ воли; можно
измѣнить направленіе мысли, вызванной этимъ чувствомъ, и
только такимъ косвеннымъ путемъ, черезъ мысль, можно
вліять на чувство.

Мысли должны быть направлены къ высокому идеалу
нравственной чистоты; умственная работа, интересъ къ раз-
рѣшенію нравственныхъ вопросовъ, внимательное отношеніе
къ внутренней жизни другихъ людей—все это настолько на-
полнить умъ, дать такое богатое содержаніе мысли, что для
низкихъ, чувственныхъ помысловъ не найдется мѣста. И такъ
какъ въ сферѣ половой жизни физическія проявленія тѣсно
связаны съ умственной дѣятельностью, то при такомъ высо-
комъ уровнѣ умственного состоянія явится и отсутствіе не-
чистыхъ, чувственныхъ помысловъ.

Юноша, не привыкшій къ самообладанію, едва ли сразу
овладѣетъ направленіемъ своихъ мыслей, но пусть онъ не
отчаивается, если благотворныя послѣдствія его усилій не
будутъ тотчасъ же замѣтны на проявленіяхъ его физической
жизни. Чтобы достичь успѣха въ этой борьбѣ, нужны на-
стойчивыя усилія, но успѣхъ стоитъ этихъ усилій.

ГЛАВА VII.

Какъ развить въ себѣ самообладаніе.

Говоря о той пагубной привычкѣ, которой предаются многіе мальчики, мы указывали на то, какъ важно для сохраненія здоровья какъ можно скорѣе избавиться отъ нея. — Можетъ ли въ этомъ случаѣ помочь врачъ? Да, конечно; онъ, какъ и всякій опытный человѣкъ, можетъ дать добрые и полезные совѣты, но лѣкарства противъ этой болѣзни не существуетъ и излѣчить ее, какъ мы уже говорили, можетъ только усиліе воли.

Каждый мальчикъ, имѣвшій несчастіе пріобрѣсть эту вредную привычку, долженъ быть своимъ собственнымъ врачомъ: никто не можетъ думать за другого, а между тѣмъ, вся надежда на выздоровленіе и восстановленіе силъ заключается только въ томъ, чтобы научиться хорошо и нравственно чисто думать. Научиться этому должны не только больные мальчики для восстановленія своего здоровья, но и здоровые мальчики и юноши для того, чтобы не поддаваться тѣмъ соблазнамъ чувственности, которыми такъ богата наша современная жизнь. Трудно сказать, сколько нравственнаго страданія, униженія и горя, сколько матеріальныхъ заботъ и лишеній вносятъ въ жизнь другихъ людей тѣ, которые не привыкли сдерживать свои чувственные порывы и отдаются имъ, не спрашивая себя о послѣдствіяхъ.

Мы уже ранѣе говорили о томъ, что причиною распущенности въ жизни является распущенность мысли. Необходимо избѣгать всего того, что такъ или иначе можетъ вызвать дурное направленіе мысли: никогда не слѣдуетъ повторять слышанныхъ отъ кого-либо грубыхъ и пошлыхъ разсказовъ, надо быть осторожнымъ въ выборѣ чтенія, не посѣщать зрѣлищъ, рассчитанныхъ на возбужденіе грубыхъ инстинктовъ.

Надо открыто заявлять себя сторонникомъ нравственной

жизни и врагомъ всякой пошлости; если вамъ приходится быть въ обществѣ людей, находящихъ удовольствіе въ грязныхъ разсказахъ, не молчите изъ боязни быть осмѣяннымъ, а громко выразите свое негодованіе: въ томъ же обществѣ могутъ быть люди моложе васъ или менѣе сильные въ своемъ стремленіи къ добру—ваше слово поддержитъ ихъ на хорошемъ пути.

При выборѣ книгъ не забывайте, что чтеніе должно помочь вамъ развить вашъ умъ и ваше сердце; читайте то, что есть лучшаго въ литературѣ всѣхъ народовъ. Естественныя науки, путешествія, описаніе великихъ открытій—всегда привлекательны для молодого ума; въ историческихъ произведеніяхъ и въ біографіяхъ друзей человѣчества вы найдете много примѣровъ, достойныхъ подражанія; изъ произведеній беллетристическихъ выбирайте тѣ, которыя даютъ болѣе высокій идеаль жизни и человѣческихъ отношеній.

Докторъ Діо Левисъ, слова котораго мы такъ часто приводили, предлагаетъ очень остроумный „карточный“ способъ для того, чтобы выработать въ себѣ способность овладѣвать, по желанію, своими мыслями.

Убѣдитесь, что чувственные помыслы вредны и опасны и что вамъ нужно бороться съ ними, и будьте увѣрены, что какъ только появится въ мозгу такая мысль, вы ее уловите, и она, по закону ассоціаціи мыслей, вызоветъ другую мысль—о вредѣ чувственныхъ помысловъ. Дѣло наполовину сдѣлано: вниманіе перенесено на другой предметъ. Тогда, по совѣту Діо Левиса, быстро берите одну изъ заранѣе приготовленныхъ картъ, съ написанными на нихъ словами, и слово, написанное на взятой вами картѣ и прочтенное вами, вызоветъ въ вашемъ мозгу цѣлый рядъ новыхъ мыслей. Слова, написанныя на картахъ, должны, конечно, касаться вопросовъ серьезныхъ: „чему учить жизнь?“ „жестокость войны“, „дружба“, „какъ и чѣмъ служить ближнимъ?“ и т. п.

Очень большую пользу можетъ оказать юношѣ какая-нибудь работа на общую пользу, общественная дѣятельность. Если юноша становится членомъ общества, работающаго на пользу ближнихъ, и отдаетъ ему свой досугъ, то знакомство

съ нуждами и бѣдствіями другихъ людей потребуеть отъ него такой затраты времени и силъ для облегченія этихъ бѣдствій, что умъ его естественно будетъ огражденъ отъ какихъ-либо недостойныхъ помысловъ. Очень часто съ такой дѣятельностью связано и преподаваніе, которое требуетъ большого умственнаго напряженія. Вообще, если молодой человѣкъ захочетъ посвятить себя служенію ближнимъ, онъ всегда найдетъ широкое поле для своей дѣятельности.

Хорошо, если молодой человѣкъ имѣетъ возможность проводить свое свободное время въ своей семьѣ или въ семьѣ близкихъ людей. Очень мало семейныхъ людей понимаютъ, какую великую пользу могутъ они принести лицамъ молодого поколѣнія, оказывая имъ простое, радушное гостепріимство, относясь къ нимъ какъ къ членамъ своей семьи. Въ каждомъ большомъ городѣ есть много юношей и молодыхъ людей, лишенныхъ семьи и домашней обстановки, и для многихъ изъ нихъ возможность провести праздникъ или свободный вечеръ въ семейномъ домѣ, гдѣ онъ чувствовалъ бы себя „своимъ“,—была бы истиннымъ спасеніемъ отъ физическихъ и нравственныхъ опасностей. При исполнѣ домашней обстановкѣ общество хорошихъ женщинъ и дѣвушекъ чрезвычайно благотворно дѣйствуетъ на молодыхъ людей: они ближе сходятся съ дѣвушками, входятъ въ интересы домашней жизни своихъ знакомыхъ, заинтересовываются жизнью дѣтей, и мысль ихъ получаетъ новое, болѣе спокойное содержаніе.

Многіе думаютъ, что есть моменты въ жизни даже самыхъ нравственныхъ людей, когда половые инстинкты настолько сильно проявляются, что воздержаніе становится почти невозможнымъ. Мы думаемъ, что и въ этихъ случаяхъ серьезныя умственныя занятія или физическая работа могутъ парализовать силу этого влеченія. Работа, требующая вниманія и затраты силъ, несомнѣнно прогонитъ всякія чувственныя мысли; быстрая ходьба, пиленье дровъ, работа въ саду или на огородѣ—все это несомнѣнно принесетъ пользу.

Пища также имѣетъ большое вліяніе на способность воздержанія. Немногіе родители понимаютъ, какую отвѣтствен-

ность берутъ они на себя, заставляя своихъ дѣтей употреблять пищу, которая затрудняетъ имъ путь къ воздержанію. Такою пищею является всякій видъ возбуждающей пищи. Возбуждающая пища не питательна и поэтому не нужна организму. Если мы хотимъ, чтобы пища давала организму прочную силу, мы должны выбрать такую, которая не возбуждала бы нервной системы и не вызывала бы прилива крови къ мозгу. Овощи, плоды и правильно приготовленные злаки—питательная, но невозбуждающая пища. Животная пища имѣетъ какъ питательныя, такъ и возбуждающія свойства, поэтому не слѣдуетъ питаться мясомъ; чай и кофе слѣдуетъ употреблять въ умѣренномъ количествѣ; перецъ и другія возбуждающія вещества лучше не употреблять вовсе. Мы не говоримъ уже объ алкоголѣ: всякій знаетъ, конечно, печальныя послѣдствія употребленія вина. Алкоголизмъ *несетъ въ себѣ сѣмена смерти физической и духовной и лишаетъ человѣка всякаго самообладанія*. Необходимо, чтобы юноша совсѣмъ отказался отъ вина.

Очень грубое заблужденіе представляетъ собой довольно распространенное мнѣніе, будто очень здоровымъ людямъ свойственны сильныя чувственныя желанія. Люди съ крѣпкимъ сложеніемъ и вполнѣ здоровые, но живущіе правильной жизнью, обыкновенно еще менѣе другихъ подвержены чувственнымъ помысламъ. Здоровое тѣлосложеніе не можетъ быть помѣхой для нравственнаго поведенія, надо только спрашивать себя какъ можно чаще, кто будетъ первенствовать въ организмѣ—тѣло надъ духомъ или духъ надъ тѣломъ, и стараться, чтобы отвѣтъ на этотъ вопросъ былъ правиленъ. Неправильный отвѣтъ, т. е. перевѣсъ тѣла надъ духомъ, никогда не останется безъ наказанія. Какъ бы далеко вы ни ушли отъ истины въ вашей жизни, какими бы способами вы ни заставляли замолчать вашу совѣсть—все же придетъ минута, когда вы сознаете свою вину, и ея послѣдствія вызовутъ въ васъ тяжелое раскаяніе.

Правильное направленіе ума—одно изъ главныхъ условій нравственнаго поведенія; умъ юноши долженъ постоянно работать и только при этомъ условіи онъ развивается и полу-

чаетъ способность правильно рѣшать вопросы, неизбежно предлагаемые жизнью.

Самая большая ошибка, какую можетъ сдѣлать юноша, вступая въ жизнь, это поставить свою цѣлью достиженіе личнаго счастья; гоняясь за этимъ призракомъ собственнаго счастья, онъ вѣчно будетъ испытывать неудовлетвореніе и разочарованіе, тогда какъ, думая о другихъ людяхъ, стараясь устроить ихъ счастье или, по крайней мѣрѣ, облегчить ихъ несчастье, онъ будетъ несомнѣнно счастливъ, такъ какъ получить высокое нравственное удовлетвореніе въ сознаниі, что дни его проходятъ не бесполезно.

Пусть каждый юноша помнитъ, что его возрастъ переходный, что онъ только еще готовится къ жизни, и поэтому все его вниманіе должно быть устремлено на то, чтобы выработать въ себѣ высокій идеалъ жизни; это стремленіе, эта серьезная подготовка къ жизни взрослого мужчины, спасетъ юношу и отъ бесплоднаго скептицизма, губящаго такое множество молодыхъ людей, и отъ легкомысленнаго отношенія ко всѣмъ вопросамъ жизни.

Готовясь къ жизни, работайте надъ своимъ образованіемъ; помните, что невѣжество часто бываетъ причиной множества несчастій, но не забывайте, что вы уже вышли изъ дѣтскаго возраста, что, кромѣ заботы о своемъ образованіи, у васъ уже есть обязанности относительно окружающихъ васъ людей, что вы уже можете многимъ помочь, многихъ поддерживать и утѣшить. Такая полная жизнь въ юности, давая просторъ образованію не только ума, но и сердца, принесетъ несомнѣнные плоды, и вы, постоянно расширяя какъ ту, такъ и другую сторону дѣятельности, не только выработаете гармоническое равновѣсіе между разумомъ и чувствомъ, но еще будете имѣть безконечное счастье, когда жизнь ваша будетъ приходить къ концу, сказать себѣ, что она прошла не даромъ, что вы внесли свою лепту въ прогрессъ и благополучіе человечества. Не надо отчаиваться, если жизнь не достаточно поощритъ ваши усилія; много ли, мало ли вы сдѣлали, приближаясь къ намѣченной цѣли,—не важно; важно только, чтобы вы могли сказать себѣ, не обманывая себя: „я сдѣлалъ, что могъ“.

ГЛАВА VIII.

Воздержаніе.

Въ настоящее время многіе ученые признають, что законъ воздержанія долженъ быть главнымъ, руководящимъ правиломъ жизни.

Подъ воздержаніемъ мы понимаемъ полное, свободное отрѣшеніе отъ половыхъ удовольствій, въ какихъ бы то ни было условіяхъ; соединеніе съ женщиной допускается только съ цѣлью продолженія рода.

Воздержаніе должно быть полнѣйшей властью надъ своими страстями человѣка, знающаго ихъ силу.

Всѣ интеллигентные люди признають, что поступками людей долженъ управлять разумъ; если бы этотъ взглядъ былъ распространенъ и на половую жизнь, то это создало бы новую эру въ жизни людей, но этой великой реформѣ жизни должна несомнѣнно предшествовать культура ума и сердца.

Для того, чтобы воздержаніе стало тѣмъ факторомъ реформы жизни, о которомъ мы говоримъ, оно должно быть добровольнымъ, свободнымъ рѣшеніемъ сознательной воли; если же это только подавленное желаніе, если чувственные помыслы не изгнаны изъ сознанія, а подавляется только ихъ проявленіе, то такое воздержаніе бесполезно, такъ какъ оно продолжаетъ вызывать дѣятельность железъ и сопровождается изверженіемъ сѣмени.

Каждый юноша, который хочетъ жить согласно возникающимъ новымъ формамъ жизни, долженъ быть безусловно воздержанъ до наступленія полной зрѣлости организма; онъ не долженъ растрачивать сѣменную жидкость, а долженъ сохранить ее, удержать въ своемъ организмѣ. Вступивъ въ зрѣ-

мый возрастъ и встрѣтивъ дѣвушку, которая станетъ его женой, онъ не будетъ злоупотреблять ея привязанностью, будетъ жить съ ней въ дружбѣ и въ духовномъ союзѣ и съ обоюднаго согласія они будутъ имѣть дѣтей, которыя еще болѣе укрѣпятъ ихъ союзъ. Такую жизнь мы назовемъ воздержной.

Добровольное воздержаніе можетъ быть только слѣдствіемъ полнаго убѣжденія; внѣшнее воздержаніе, какъ мы уже говорили, не принесетъ пользы организму. То же самое говоритъ наука, разумъ, природа: „Vox naturae,—vox Dei“ *).

Многіе не такъ смотрятъ на дѣло. „Развѣ природа не знаетъ, что дѣлаетъ?“ „Природа нашъ лучшій учитель“ и т. д.,—вотъ возраженія, которыя высказываются противъ закона воздержанія; но эти возраженія указываютъ только на то, что тѣ, кто ихъ дѣлаетъ, совершенно не знаютъ ни того, что дѣлаетъ природа, ни того, чему она насъ учитъ.

При какихъ условіяхъ даетъ природа лучшіе плоды?

Мы приведемъ изъ нью-іоркской земледѣльческой газеты слѣдующія строки, относящіяся къ культурѣ малины.

„Первыя проявленія роста этого растенія выражаются въ стремленіи размножиться, и оно выгоняетъ побѣги, когда еще слишкомъ молодо и незрѣло, чтобы дать плоды; это можно видѣть въ лѣсу, гдѣ кусты растутъ на свободѣ: они даютъ ранніе, но плохіе плоды“.

Примѣняя эти строки къ человѣку, мы скажемъ:

Первое пробужденіе инстинкта въ юношѣ, когда онъ узнаетъ тайны половой жизни, заставляетъ его вызывать дѣятельность соотвѣтствующихъ органовъ, хотя онъ еще слишкомъ молодъ и не зрѣлъ, чтобы быть отцомъ. Впослѣдствіи бѣдность организма, истощеннаго преждевременными затратами, можетъ-быть, и не помѣшаетъ ему имѣть потомство, но дѣти его не будутъ отличаться силой и здоровьемъ.

Земледѣльческая газета пишетъ дальше:

„Кустъ малины, сидящій въ жирной, влажной землѣ, растетъ въ вышину. Если обрѣзать этотъ кустъ и тѣмъ самымъ

*) Голосъ природы — голосъ Божій.

лишить его возможности давать новые листья, то онъ употребитъ накопившійся въ немъ матеріалъ на развитіе плодовъ, которыми скоро и покроется“.

Точно такъ же, когда юноша, вслѣдствіе воздержанія, огражденъ отъ потери сѣмени, то силы, сохранившіяся въ организмѣ, способствуютъ тому, чтобы его будущее потомство унаслѣдовало его здоровье и энергію.

Пусть лучше рождается на свѣтъ меньше дѣтей, но пусть тѣ, которыя рождаются, будутъ выше посредственности.

Юноша, ощутивъ въ себѣ проявленіе полового чувства, долженъ спокойно продолжать свое умственное развитіе, не смущаясь этимъ новымъ ощущеніемъ; оно есть только указаніе на то, что его физическое развитіе достигло извѣстной степени и что въ его организмѣ появились новыя силы, способныя возбудить всѣ органы къ дѣятельности.

Мы знаемъ одну семью въ Новой Англіи, въ которой родились два сына; ихъ дѣтство было окружено заботливымъ вниманіемъ, и они видѣли дома хорошіе примѣры. Одинъ изъ сыновей воспользовался добрымъ влияніемъ своей семьи и съ юности отличался своей воздержной жизнью. Теперь его имя называютъ на ряду съ самыми извѣстными именами, онъ читаетъ лекціи на различныхъ языкахъ для людей различныхъ національностей, его труды печатаются въ ученыхъ журналахъ. Всѣ силы его организма сохранились, обогатили его мозгъ, и дѣти его мысли много сдѣлали для распространенія свѣта среди людей. Другой сынъ — несчастная жертва излишествъ, такъ же богато одаренный природой, какъ и первый братъ, уже много лѣтъ скитается изъ одного рабочаго дома въ другой. Его состояніе представляетъ какое-то смѣшеніе душевнаго разстройства съ физической болѣзною; онъ еще можетъ талантливо рассказать, на примѣръ, о тѣхъ далекихъ странахъ, гдѣ онъ путешествовалъ въ прежніе годы, но вы съ ужасомъ глядите при этомъ на его нервныя подергиванья, на страшно изношенное лицо. Какъ грустно видѣть такіе жалкіе остатки человѣческаго духа!

Элементы, заключающіеся въ зрѣлой сѣменной жидкости, годны не только на воспроизведеніе человѣческихъ существъ,

мы знаемъ, что они могутъ поглощаться организмомъ обратно и служить драгоцѣннымъ матеріаломъ для мозговой дѣятельности: они перечеканиваются въ новыя мысли, вызываютъ, можетъ-быть, новыя открытія, новыя взгляды на истину, на красоту, превращаются въ импульсы добра и участія. Это только другой видъ дѣятельности этихъ элементовъ, но развѣ это, въ сущности, не такая же производительная функція, какъ и зарожденія физическихъ потомковъ?

Очевидно, что взрослому мужчинѣ воздержаніе такъ же необходимо, какъ и юношѣ; оно поддерживаеъ энергію его жизни и увеличиваетъ его нравственныя силы. Степень положительной и творческой силы, которая характеризуетъ человѣка въ его умственной дѣятельности, зависитъ отъ степени его воздержанія. Писатель или ораторъ, который изливается въ этомъ направленіи, будетъ сравнительно безсиленъ въ своемъ дѣйствіи на другихъ, какъ бы онъ ни былъ талантливъ: его слова и произведенія будутъ лишены *творческой* силы. Человѣкъ же, не растратившій своихъ силъ, а сохранившій ихъ на пользу своего организма, пользуется вполне всѣми способностями, которыми одарила его природа, и способенъ зарождаъ новыя мысли и ощущенія въ тѣхъ, съ кѣмъ онъ приходитъ въ соприкосновеніе.

Воздержность во всемъ—вотъ великая тайна силы.

Когда же придетъ время исполнить физическое назначеніе мужчины и дать жизнь новому существу, способному повторить отца въ болѣе совершенномъ видѣ, тотъ, кто сохранилъ всѣ свои силы, будетъ имѣть счастье дать жизнь существу, надѣленному всѣми качествами, нужными для того, чтобы стать однимъ изъ лучшихъ представителей своего поколѣнія.

ГЛАВА IX.

Права другихъ.

Въ вопросахъ половой жизни, какъ и во всѣхъ другихъ жизненныхъ вопросахъ, должны быть уважаемы права другихъ людей. Истинной свободы нѣтъ тамъ, гдѣ свобода одного лица стѣсняетъ жизнь и права другихъ людей.

Вредъ, который испытываютъ другіе люди отъ того, что человѣкъ въ проявленіяхъ своей половой жизни не думаетъ ни о комъ, кромѣ самого себя, выражается въ весьма сложныхъ формахъ и требуетъ серьезнаго изученія для того, чтобы, на основаніи этого изученія, можно было ясно выработать тотъ принципъ, который долженъ управлять этой стороной жизни.

До сихъ поръ, разбирая эти вопросы, мы смотрѣли на нихъ только съ точки зрѣнія вреда или пользы для самого мужчины. Но въ эти вопросы замѣшаны также интересы женщинъ, дѣтей и всего общества.

До настоящаго времени права дѣтей грустно игнорировались какъ родителями, такъ и тѣми, кто только еще готовился вступить въ бракъ. Большею частью, какъ молодой человѣкъ, такъ и дѣвушка, готовящіеся заключить брачный союзъ, менѣе всего думаютъ о томъ, что у нихъ будутъ дѣти; менѣе всего спрашиваютъ себя о томъ, готовы ли они къ тому, чтобы, производя дѣтей, дать имъ здоровую организацію и затѣмъ воспитать изъ нихъ хорошихъ людей.

„Быть хорошо рожденнымъ — право каждаго ребенка, — вотъ истина, которая еще очень мало распространена среди людей.

Народная мудрость давно постигла связь между причинами и явленіями и выразила это въ своихъ пословицахъ: „отъ дурного сѣмени не бываетъ хорошаго племени“; „хорошее дерево не даетъ плохихъ плодовъ“; „что посеешь, то и пожнешь“, и т. д.

Ложный образъ мыслей и дурная жизнь родителей неизбежно оставляють слѣдъ на еще безсознательномъ существѣ. Воспитаніе до нѣкоторой степени смягчаетъ и измѣняетъ основныя свойства характера, но совершенно измѣнить или уничтожить ихъ не можетъ, а вѣдь основы характера и физическаго организма приносятся въ жизнь каждымъ индивидомъ въ значительной мѣрѣ, какъ особое наслѣдство, полученное отъ родителей. Эти основныя свойства можно нѣсколько измѣнить или направить иначе условіями утробной жизни и послѣдующаго воспитанія, но первоначальное наслѣдство положить свой отпечатокъ на всего будущаго человѣка.

Вотъ нѣсколько примѣровъ того, какъ нравственное и физическое состоянія и даже настроенія родителей вліяють на зародившаго ими ребенка.

Я знаю одну замѣчательно добрую, воздержную во всемъ женщину; мужъ ея бросилъ пить вино за годъ до брака съ нею и продолжалъ трезвую жизнь до рожденія перваго ребенка-мальчика, а затѣмъ не выдержалъ и опять впалъ въ прежній порокъ. Второй ребенокъ, тоже мальчикъ, родился при этихъ неблагопріятныхъ условіяхъ. Первый сынъ прекрасно учился, сталъ хорошимъ, нравственнымъ человѣкомъ и служилъ опорой свой овдовѣвшей матери, тогда какъ второй сынъ не могъ побѣдить своей страсти къ вину и погибъ жертвой своей неумѣренности.

Одна добрая и кроткая женщина, сынъ которой сдѣлался убійцей, признавалась мнѣ, что считаетъ преступленіе своего сына послѣдствіемъ свой нравственной слабости во время жизни съ его отцомъ, грубость и чувственность котораго превращали жизнь ея въ пытку. „Я ненавиждѣла его такъ же сильно, какъ и боялась, говорила она. Въ теченіе многихъ лѣтъ, отпуская его изъ дому, я мысленно желала, чтобы онъ не вернулся домой живымъ“.—Въ теченіе всѣхъ этихъ лѣтъ несчастная женщина была убійцей въ душѣ и передала своему ребенку это преступное настроеніе, которое и привело его въ тюрьму.

Такимъ образомъ впечатлѣнія утробной жизни являются причиной безнравственнаго поведенія.

Предшествующая рожденію ребенка жизнь родителей,— вся ихъ жизнь, а не только ближайшіе къ зачатію моменты— имѣеть громадное вліяніе на физическую и умственную организацію дѣтей. Нѣтъ сомнѣнія, что даже мимолетные импульсы и настроенія или уклоненія отъ тѣхъ принциповъ которыми они руководятся всегда, часто оставляютъ нежелательный, но неизгладимый слѣдъ на характерѣ ребенка.

Половые излишества родителей очень часто лишаютъ дѣтей лучшей и сильнѣйшей основы физической организаціи, производятъ разстройство нервной системы и кладутъ основаніе чувственнаго и невоздержнаго темперамента.

Ужасная, заразительная болѣзнь, называемая сифилисомъ, являющаяся почти всегда послѣдствіемъ сношеній съ женщинами, которыя сходятся съ мужчинами изъ нужды, за деньги,—гибельна не только для того, кто заражается ею, — послѣдствія этой болѣзни отражаются и на дѣтяхъ, которыя рождаются отъ такого человѣка: чахотка, рахитизмъ, т.-е. болѣзнь костей,—обычный удѣлъ такихъ несчастныхъ дѣтей.

Право дѣтей быть хорошо рожденными нарушается также слишкомъ ранними браками. Здѣсь мы опять можемъ указать на аналогію съ жизнью растений: молодой фруктовый садъ, которому не мѣшаютъ дать много плодовъ, скоро вырождается, тогда какъ деревья, которымъ въ теченіе нѣсколькихъ лѣтъ не даютъ производить плодовъ, приносятъ въ послѣдствіи роскошные обильные плоды. Отщепните первые бутоны на розовомъ кустѣ, и сохраненная сила и энергія растенія проявятся на слѣдующій разъ въ болѣе крупныхъ и яркихъ цвѣткахъ.

Наблюденія показываютъ, что во всемъ растительномъ и животномъ мірѣ плоды перваго проявленія инстинкта воспроизведенія всегда не совершенны и не типичны. То же надо сказать относительно и человѣческаго рода; это наблюденіе можно легко провѣрить, посмотрѣвъ на тѣхъ дѣтей, которыя рождаются отъ очень раннихъ браковъ: за малыми исключеніями, это слабыя, хилыя существа.

Въ животномъ царствѣ это давно признано, и опытные скотоводы никогда не допускаютъ молодыхъ животныхъ до

проявленія инстинктовъ размноженія, такъ какъ это остана-
вливаетъ ростъ и даетъ плохое потомство.

Монтескьё утверждаетъ, что боязнь военной службы, отъ которой освобождались женатые, заставила множество молодыхъ людей—совсѣмъ мальчиковъ—вступить въ бракъ и что послѣдствія такихъ раннихъ браковъ много способствовали уменьшенію народонаселенія во Франціи.

Древніе германцы вступали въ бракъ не ранѣе 24 — 25 лѣтъ, а до этого возраста соблюдали строгое цѣломудріе и въ силу этого достигали роста и физическаго развитія, пора-
жавшихъ удивленіемъ Европу; это накопленіе жизненной энер-
гіи передавалось изъ поколѣнія въ поколѣніе. Высокіе, силь-
ные, прекрасно сложенные граждане Спарты были гордостью
Греціи. Брачный возрастъ въ Спартѣ, какъ для мужчинъ,
такъ и для женщинъ, былъ назначенъ соотвѣтственно тому
возрасту, когда предполагалось, что молодые люди способны
произвести здоровое потомство.

Слишкомъ частое дѣторожденіе, истощая силы матери,
также ведетъ къ печальнымъ результатамъ, отъ которыхъ
страдаетъ и рожденный уже ребенокъ, такъ какъ у матери
нехватаетъ силъ, нужныхъ и на развитіе зародыша и на кор-
мленіе грудью младенца. Женщина, измученная слишкомъ
частымъ дѣторожденіемъ, не желаетъ того ребенка, котораго
предстоитъ ей родить, и такое нежеланное дитя большею ча-
стью рождается слабымъ, часто одареннымъ тѣми дурными ин-
стинктами, которые, собственно, и вызвали его къ жизни.

Госпожа Алиса Стокгэмъ, женщина-врачъ и писательница,
много сдѣлавшая для пролитія свѣта на вопросы половыхъ
отношеній, рассказываетъ, что въ концѣ одного собесѣдова-
нія по гигиенѣ, въ которомъ она коснулась этого вопроса,
одна изъ собесѣдницъ рассказала, что, выйдя замужъ очень
рано, она черезъ два года послѣ своего замужества стала
матерью блѣднаго, хилаго ребенка, требовавшаго постоян-
ныхъ заботъ и неутомимаго вниманія. Когда ему было семь
мѣсяцевъ, она, къ своему ужасу, почувствовала, что опять
беременна. „Я не могу описать того чувства униженія, кото-
рое я испытала,—говорила она.—Что мы сдѣлали? Мы лиши-

ли и рожденное и еще не рожденное дитя того, что принадлежало имъ по праву; ни тотъ ни другой не могли уже получить всего того, что имъ было нужно для ихъ физическаго развитія. Съ раскаяніемъ и со слезами сказала я объ этомъ своей матери; мать удивилась моему горю. „Вѣдь это же законныя дѣти“, сказала она. Все мое существо протестовало, и я съ негодованіемъ закричала, что хотя мой мужъ—отецъ этихъ дѣтей, тѣмъ не менѣе именно такія вотъ дѣти и есть незаконныя. Никакіе человѣческіе законы, продолжала я, никакой актъ, совершенный священникомъ, не можетъ узаконить зло, которое лишаетъ невинныхъ дѣтей здоровья и жизни. Года два спустя краткое существованіе моихъ дѣтей прекратилось, и до тѣхъ поръ, пока мы съ мужемъ *не научились исполнять истинный законъ жизни*—наши дѣти родились плохими и умирали вскорѣ послѣ рожденія“.

Женщина гораздо долѣе сохранить и здоровье и силы, если дѣти, которыхъ она будетъ носить и производить на свѣтъ, будутъ желанныя дѣти; если появленіе ихъ будетъ ожидаться съ радостью, то и носить ихъ будетъ легко и безболѣзненно. Женщина, имѣющая желанныхъ дѣтей, не тяготеется материнствомъ, и дѣти ея являются для нея источникомъ радости.

Материнская любовь воспѣта поэтами и воспроизведена искусствомъ и исторіей, какъ самое чистое и самое постоянное изъ человѣческихъ чувствъ. Всѣ страданія дѣторожденія, вся тяжесть ношенія ребенка во время его утробной жизни, всѣ заботы о немъ въ первые годы его жизни падаютъ на женщину. Естественно, что женщинѣ должно принадлежать право рѣшать вопросъ о томъ, когда должна зачатъ новая жизнь. Женщина болѣе мужчины чувствительна къ духовной гармоніи супружескаго сожителства и менѣе подчинена его физической сторонѣ; излишества въ этой сферѣ болѣею частью заставляютъ женщину страдать, и поэтому всецѣло отъ нея должно зависѣть, насколько часты могутъ быть половыя сношенія.

Во всемъ животномъ мірѣ вопросы воспроизведенія регулируются инстинктомъ матери. Въ естественномъ состояніи

самки животных допускаютъ близость самцовъ черезъ большіе промежутки и только въ извѣстные періоды.

Женщины для своего собственнаго удовлетворенія не нуждаются въ частыхъ половыхъ сношеніяхъ и большею частью тяготятся слишкомъ частою необходимостью удовлетворять желанія своихъ мужей. Эта необходимость въ большинствѣ случаевъ вызываетъ раздражительность, нервное состояніе. Подъ вліяніемъ боязни огорчить мужа или навлечь на себя его неудовольствіе, женщина соглашается на желаніе мужа, но такой подневольный актъ только разстраиваетъ ея душевное равновѣсіе. Между тѣмъ женщинѣ въ ея занятіяхъ, преимущественно въ дѣлѣ воспитанія дѣтей, нужно полное внутреннее спокойствіе. Для того, чтобы женщина могла хорошо воспитывать своихъ дѣтей и родить ихъ душевно-здоровыми, она должна быть вполнѣ свободною личностью; съ нея долженъ быть снятъ гнетъ всецѣло тяготящей надъ ней въ половыхъ отношеніяхъ мужской воли.

Есть множество мужчинъ, умныхъ и высоко стоящихъ по своему развитію, которые на этотъ вопросъ смотрятъ такъ же, какъ смотрѣли ихъ отцы и дѣды. Какъ объяснить этотъ печальный фактъ? Мы думаемъ, что до тѣхъ поръ, пока въ умахъ будетъ царить и поддерживаться воспитаніемъ предразсудокъ о томъ, что женщина не достойна считать себя равной мужчинѣ, до тѣхъ поръ не изживется и отношеніе къ женщинѣ какъ къ существу, созданному для удовлетворенія половыхъ желаній мужчины.

Передовые врачи признаютъ, что мужчина нисколько не вредитъ своему здоровью, если воздерживается отъ половыхъ сношеній. Нѣкоторые люди обращаются къ врачамъ, выражая боязнь, что ихъ половые органы могутъ атрофироваться, если не будутъ исполнять своего назначенія, и что результатомъ воздержанія можетъ быть *безсиліе*. Это извиненіе вообще очень часто приводится въ пользу излишествъ, но такой взглядъ противорѣчитъ всѣмъ фізіологическимъ даннымъ. Атрофія половыхъ органовъ никогда не бываетъ послѣдствіемъ воздержанія; она является результатомъ раннихъ излишествъ въ половой сферѣ.

Лучшіе врачи возстають противъ ложной теоріи, утверждающей, что отъ цѣломудрія и воздержанія можетъ произойти какой-либо вредъ для организма; они доказываютъ, что дѣятельность органовъ при воздержаніи не ослабляется, не появляется склонности къ сперматореи, какъ говорятъ нѣкоторые, нѣтъ ни воспалительнаго состоянія, ни другихъ болѣзненныхъ явленій. Страдаютъ только тѣ, у кого нечистое воображеніе, тѣ, которые воздерживаются отъ проявленія половой дѣятельности, но не побороли своихъ чувственныхъ помысловъ. Добровольное же, сознательное воздержаніе, заставляющее человѣка слѣдить за своими мыслями, ведетъ, несомнѣнно, къ совершенному развитію какъ физическихъ, такъ и умственныхъ силъ.

Разсказываютъ, что послѣ смерти Ньютона, жившаго, какъ извѣстно, до глубокой старости, нашли рукопись, въ которой онъ свою энергію и свои замѣчательныя способности, благодаря которымъ онъ оставилъ міру такія важныя пріобрѣтенія въ наукѣ и философіи, приписываетъ тому, что ни одна частичка его сѣменной жидкости не утратилась для его организма: этотъ драгоцѣнный матеріалъ всю жизнь поддерживалъ постоянную, энергическую работу его мозга.

Человѣкъ, убѣдившійся въ томъ, что половыя сношенія не представляютъ необходимаго условія для его здоровья, невольно пойдетъ дальше и спроситъ себя: насколько они нужны женщинѣ для ея физическаго благосостоянія? И тутъ ему придется узнать, что въ большинствѣ случаевъ женщина для своего здоровья и для своего душевнаго удовлетворенія предпочтетъ, чтобы эти сношенія были по возможности рѣдки. Женщина нашего времени начинаетъ болѣе всего дорожить духовнымъ союзомъ: она хочетъ, чтобы человѣкъ, который будетъ отцомъ ея ребенка, былъ прежде всего ея другомъ, уважалъ бы въ ней человѣка. Помогая другъ другу въ стремленіи къ совершенствованію, утѣшая другъ друга въ неудачахъ, расширяя, благодаря свободному обмѣну мыслей и впечатлѣній, свой умственный кругозоръ, супруги будутъ такъ счастливы своей дружбой, такъ благодарны другъ другу, что, когда у нихъ явится желаніе имѣть ребенка, они при-

несутъ ему въ даръ свою любовь, всю свою дружбу, все сознание взаимнаго счастья, и такое наслѣдство долженъ бы имѣть каждый рождающійся ребенокъ.

Не всякая еще женщина въ настоящее время вполне сознательно относится къ своей роли жены и матери, но всякая хорошая женщина всегда ищетъ въ мужѣ друга, что бы ни говорили тѣ мужчины, которымъ хочется сохранить старинный порядокъ вещей. Что касается половых сношеній, то и женщина самаго средняго уровня предпочитаетъ, чтобы они не были часты. Въ теченіе тѣхъ девяти мѣсяцевъ, когда организмъ женщины занятъ работою развитія новаго существа, женщина не испытываетъ никакого полового влеченія. Извѣстны случаи, когда женщины въ это время чувствовали отвращеніе къ какимъ бы то ни было супружескимъ ласкамъ. Тѣмъ не менѣе, при томъ положеніи, въ которомъ женщина, большею частью, находится до сихъ поръ, многія женщины, несмотря на то, что испытываютъ при этомъ самое ужасное состояніе, принуждены подчиняться желаніямъ мужа.

У женщины, которая кормитъ своего ребенка, органы, выдѣляющіе молоко, затрачиваютъ такъ много силъ, что половое влеченіе во время кормленія или очень слабо или вовсе отсутствуетъ. Принужденная все-таки удовлетворять желанія мужа, женщина страдаетъ нравственно, инстинктивно чувствуя свое униженіе, и физически, утомляясь и теряя силы. Выработка молока становится менѣе обильной, молоко иногда пріобрѣтаетъ возбуждающее свойство, ребенокъ не получаетъ достаточно пищи, и развитіе его идетъ далеко не такъ успешно. Даже съ простой точки зрѣнія здоровья матери и ребенка мужъ долженъ понять, что контроль надъ вопросомъ половых сношеній и возможность зачатія слѣдующаго ребенка долженъ всецѣло принадлежать женщинѣ. Мужчина долженъ понять, что женщина, соединившая свою судьбу съ его судьбой, дѣлаетъ это не для одного удовлетворенія его физическихъ желаній, а въ надеждѣ быть его другомъ и заботливо воспитать съ нимъ вмѣстѣ будущихъ своихъ дѣтей.

Первое право, которое должно быть предоставлено женщинѣ, каждой женщинѣ—это право регулировать вопросъ о

физической близости и о дѣторожденіи. Это право принадлежит ей по самой природѣ этихъ вопросовъ. Мужчина завладѣлъ этимъ правомъ, потому что съ древнихъ временъ функціи матери сдѣлали женщину „слабымъ поломъ“ и подчинили ее во всемъ мужчинѣ. Въ настоящее время нельзя класть въ основу своихъ поступковъ то, что дѣлали наши доисторическіе предки или люди средневѣковаго періода, признававшіе только право сильнаго; пора смотрѣть на жизнь и ея проявленія инымъ болѣе достойнымъ челоуѣка взглядомъ. Какъ только женщина будетъ освобождена отъ постоянного полового принужденія, какъ только мужчина перестанетъ смотрѣть на жену какъ на существо низшаго порядка, созданное для его удобства,—имъ обоимъ станетъ легче жить, и мужчина выиграетъ отъ этого не меньше женщины. Отсутствіе столь частыхъ въ настоящее время физическихъ страданій, душевное спокойствіе, котораго она лишена теперь, дадутъ женщинѣ возможность болѣе высокаго развитія и способность имѣть болѣе здоровыхъ, болѣе сильныхъ дѣтей.

Существуетъ мнѣніе, что если предоставить исключительно женщинѣ рѣшать вопросъ о рожденіи дѣтей, то женщины вовсе откажутся имѣть ихъ; такое возраженіе указываетъ только на незнаніе женщинъ и на незнаніе законовъ природы. У вполне здоровыхъ женщинъ желаніе имѣть дѣтей одинъ изъ самыхъ сильныхъ инстинктовъ. Это желаніе превышаетъ всякія соображенія объ опасностяхъ и подчиняетъ себѣ всякія эгоистическія мысли о заботахъ, связанныхъ съ воспитаніемъ ребенка. Только въ болѣзненномъ состояніи женщины боятся страданій, сопровождающихъ дѣторожденіе, и избѣгаютъ заботъ материнства. Болѣзненность среди женщинъ въ настоящее время очень распространена, здоровье большинства современныхъ женщинъ серьезно разстроено, и жизнь многихъ женщинъ сокращается вслѣдствіе слишкомъ частыхъ беременностей и вслѣдствіе нежелаемыхъ, постоянныхъ половыхъ сношеній. Тысячи здоровыхъ дѣвушекъ выходятъ замужъ и, проживъ 10—15 лѣтъ, умираютъ, оставляя нѣсколько болѣзненныхъ, хилыхъ дѣтей и не выдавъ за эти годы ни здоровья, ни покоя.

Вотъ что говорить по этому поводу докторъ Алиса Стокгэмъ:

„Мы обязаны передъ потомствомъ поставить вопросъ о дѣторожденіи подъ контроль разума и совѣсти; полагать, что женщины будутъ злоупотреблять своимъ правомъ контроля надъ этимъ вопросомъ, напрасно: эта боязнь не имѣетъ основанія. Инстинктъ материнства силенъ въ каждой здоровой женщинѣ; женщины избѣгаютъ насильственного материнства, страдаютъ, когда имъ приходится носить ребенка при условіяхъ, угнетающихъ ихъ, но трудно встрѣтить женщину, никогда не испытавшую материнства, которая не была бы огорчена этимъ“.

Д-ръ Стокгэмъ полагаетъ, что величайшее несчастье для женщины—никогда не имѣть ребенка, но имѣть одного только ребенка она также считаетъ за несчастье. Изъ своей обширной профессиональной практики д-ръ Стокгэмъ вынесла убѣжденіе, что со стороны женщинъ встрѣчается гораздо болѣе стараній излѣчиться отъ бесплодія, чѣмъ избавиться отъ рожденія дѣтей.

Участіе мужчины въ развитіи ребенка часто ограничивается однимъ моментомъ зачатія; вынашивать ребенка, родить его, кормить и воспитывать, особенно въ первые годы его жизни, будетъ женщина; ея жизнь и ея здоровье непосредственно подвергаются опасности какъ во время беременности и родовъ, такъ и во время кормленія ребенка. Кому же какъ не ей рѣшать, готова ли она къ этому трудному дѣлу и желаетъ ли опять нести это тяжелое бремя? Оправившись, почувствовавъ себя опять здоровой и сильной, женщина не откажется дать жизнь новому ребенку; она знаетъ, что всѣ ея страданія и заботы оплачиваются съ избыткомъ тѣмъ удовлетвореніемъ, которое ей даетъ, одной ей замѣтное, развитіе и совершенствованіе этого здороваго, веселаго, маленькаго существа, всѣмъ пока обязаннаго только ей.

Во всѣхъ вопросахъ жизни между мужчиной и женщиной должно быть полное равенство, но въ вопросѣ половой жизни, для блага будущихъ поколѣній, преимущество должно быть на сторонѣ женщины. Въ тѣхъ бракахъ, которые заключены

на основаніи обоюдной дружбы и уваженія взаимныхъ правъ, мужчина не будетъ неволить женщину, женщина не станетъ предписывать мужчинѣ, а оба, откинувъ всякія эгоистическія чувства, будутъ искренно искать лучшаго для *блага будущаго ребенка*, и въ этомъ стремленіи найти лучшее для другого найдутъ удовлетвореніе и счастье для себя.

Въ началѣ этой главы мы сказали, что съ вопросами о воздержаніи и о половой жизни отдѣльныхъ людей связаны интересы не только дѣтей и женъ, но и всего общества. Какъ же могутъ эти вопросы касаться общества?

Очень часто юноши и молодые люди, не находясь еще въ возрастѣ, когда можно вступить въ бракъ, позволяютъ себѣ общеніе съ женщинами.

Кто же эти женщины и какъ относятся къ нимъ молодые люди?

Большею частью это женщины, уже давно ступившія на тотъ путь, на который ихъ толкнула распущенность мужчинъ и ихъ собственная матеріальная необезпеченность. Этимъ женщинамъ, заклеяннымъ позорнымъ названіемъ проститутокъ, молодой человѣкъ не можетъ уже сдѣлать большаго вреда, чѣмъ имъ сдѣлано до него, но долженъ ясно сознавать, что и онъ виноватъ вмѣстѣ съ другими: онъ не уменьшаетъ, а увеличиваетъ тяжесть ихъ положенія, участвуя самъ въ ихъ гибели. Принужденныя исполнять желанія каждаго, кто платитъ за это деньги, онѣ обыкновенно начинаютъ пить, чтобы заглушить нравственный протестъ своей личности, и постепенно доходятъ до такой степени паденія, что имъ уже почти никогда не приходится на умъ, что онѣ могли быть женами и матерями или заниматься такимъ трудомъ, который не лишилъ бы ихъ возможности пользоваться уваженіемъ окружающихъ. Но что онѣ должны были испытать, чтобы дойти до такого состоянія и что ихъ заставило пойти этой дорогой? Въ проституткѣ молодой человѣкъ встрѣчаетъ жертву чужой распущенности, и ему, можетъ-быть, не вполне ясно, что, посѣщая такихъ женщинъ, онъ все-таки виноватъ передъ обществомъ, виноватъ тѣмъ, что поддерживаетъ существующее зло. Если бы всѣ люди его возраста,

цѣлое поколѣніе, отказались отъ посѣщенія этихъ женщинъ, они заслужили бы благодарность общества за то, что постарались сдѣлать все, что отъ нихъ зависитъ, для уничтоженія зла, создавшагося благодаря неразумному отношенію цѣлага ряда поколѣній мужчинъ къ жизни и къ людямъ.

Удовлетворяя свои чувственныя желанія посѣщеніемъ женщинъ, продающихъ себя, мужчины кромѣ того, что допускаютъ безнравственный поступокъ, они еще рискуютъ не только своимъ здоровьемъ, но и здоровьемъ окружающихъ и даже здоровьемъ своихъ будущихъ дѣтей. Сифились, ужасная болѣзнь, которой заражаются большей частью отъ проституткъ, поражаетъ множество людей, и малѣйшая неосторожность больного сифилисомъ можетъ гибельно отозваться на близкихъ ему людяхъ, такъ какъ заразительность этой болѣзни чрезвычайно сильна. Мужчина, имѣющій сношенія съ проститутками, долженъ впередъ быть готовымъ къ тому, что можетъ заразиться сифилисомъ, послѣдствія котораго неотразимы; мѣстное страданіе излѣчивается, но никто не можетъ поручиться, что черезъ много лѣтъ болѣзнь не появится вновь въ совершенно иной формѣ. И какъ ужасно бываетъ положеніе человѣка, если въ болѣе зрѣлые годы, когда онъ, можетъ-быть, уже ясно сознаетъ ошибки своей прежней жизни, — слѣды забытой болѣзни выступаютъ съ своими роковыми признаками!

Часто случается, что мужчина, оставивъ юношескія заблужденія, женится и съ ужасомъ видитъ, какъ слѣды его пережитой болѣзни отражаются на дѣтяхъ.

Все общество, въ лицѣ своихъ настоящихъ и будущихъ, еще не родившихся, членовъ, страдаетъ отъ распущенности мужчинъ, приводящей ихъ къ близости съ женщинами, часто развратными и зараженными сифилисомъ. Общество въ этомъ случаѣ страдаетъ какъ оттого, что члены его заражаются ужасной болѣзнью, передаваемой по наслѣдству и распространенность которой трудно опредѣлить, такъ и оттого, что потребность мужчинъ удовлетворять свои чувственныя желанія выбрасываетъ изъ общества массу женщинъ, отрывая ихъ отъ семьи, отъ труда, отъ честной жизни, повергая ихъ

въ развратъ и пьянство и дѣлая ихъ распространительницами не только заразы, но и порока, такъ какъ въ погонѣ за своимъ позорнымъ заработкомъ онѣ, естественно, стараются привлечь къ себѣ больше мужчинъ.

Всѣ эти женщины, порочныя, открыто предлагающія себя каждому, стали такими благодаря тому, что или заработокъ ихъ слишкомъ малъ для жизни или же онѣ и вовсе не могли найти другого заработка; онѣ вступаютъ въ ряды тѣхъ несчастныхъ, которыя нужны мужчинамъ для того, чтобы тѣ могли, удовлетворивъ за деньги свои желанія, уйти, не чувствуя себя связанными ничѣмъ. Но эти женщины не родились такими, какими мы видимъ ихъ теперь; онѣ не всегда были развратными и продажными. Эти женщины, которымъ не кланяются при встрѣчѣ, хотя и посящаютъ ихъ, всѣ были молодыми дѣвушками, такими же, какъ ваша сестра, какъ ваша будущая дочь; онѣ также мечтали о своей будущей счастливой жизни, также надѣялись на участіе въ общей жизни людей,—онѣ были только бѣднѣй и лишены заботъ и покровительства семьи. Здѣсь не мѣсто вдаваться въ отдѣльныя подробности причинъ, толкнувшихъ этихъ дѣвушекъ съ прямого пути и выкинувшихъ ихъ за предѣлы, такъ называемаго, „порядочнаго общества“, но одна главная причина, выразившаяся въ той или иной формѣ — это распущенность мужчинъ въ проявленіяхъ ихъ половой жизни и вѣками укоренившійся взглядъ на женщину какъ на орудіе животнаго наслажденія.

Подобные мужчины, не привыкшіе смотрѣть на женщину какъ на равнаго себѣ человѣка, по отношенію къ которому у нихъ есть цѣлый рядъ обязанностей, вытекающихъ изъ уваженія ея личности,—обыкновенно считаютъ женщину, можетъ-быть, даже не отдавая себѣ яснаго въ томъ отчета, за существо, созданное только для удовлетворенія ихъ полового чувства. Молодой человѣкъ вырастаетъ среди такихъ мужчинъ, не подвергая анализу свое презрительное отношеніе къ женщинѣ, перешедшее къ нему отъ отца и поддерживаемое пошлыми анекдотами и высокоумными сужденіями взрослыхъ мужчинъ. Онъ видитъ въ каждомъ лицѣ женскаго пола

существо, созданное только для исполненія его желаній. Онъ точно такъ же смотритъ на подругъ своихъ сестеръ, на сестеръ своихъ товарищей, но онъ знаетъ, что этихъ дѣвушекъ защищаетъ ихъ семья, ихъ положеніе въ обществѣ и что недостойное поведеніе по отношенію къ нимъ можетъ повести за собой непріятную отвѣтственность; поэтому онъ предпочитаетъ избѣгать этихъ дѣвушекъ и ищетъ себѣ другую, болѣе удобную добычу.

Никто не спроситъ его, а онъ менѣе другихъ спроситъ себя о томъ, что станется съ молоденькой горничной его матери, когда мать его рассчитываетъ ее, узнавъ объ ея близости съ нимъ; какое ему дѣло до дальнѣйшей участи той молоденькой швеи, которую онъ преслѣдовалъ на улицѣ, съ которой добился знакомства и которую забылъ черезъ нѣсколько дней? Удобную добычу представляютъ также молодыя, неопытныя дѣвушки, пріѣхавшія въ чужой городъ учиться или искать занятій; познакомится съ такой дѣвушкой, увлечъ ее словами „любви“, заставить ее жалѣть себя, не скрывая отъ нея своихъ страданій, вызванныхъ неудовлетвореннымъ чувственнымъ желаніемъ, и добиться полного обладанія всѣмъ ея существомъ вовсе не кажется серьезнымъ. И развѣ онъ спроситъ себя, что будетъ съ нею потомъ, когда онъ броситъ ее, броситъ, можетъ-быть, въ то время, когда она ждетъ ребенка. Какое ему дѣло до того, что родители оттолкнутъ ее, что въ обществѣ, гдѣ она бывала, ея не примутъ.

Кто можетъ сказать, что будетъ съ этими дѣвушками? Легко можетъ случиться, что всѣ эти дѣвушки, не обладая достаточной энергіей и силой и не найдя честнаго заработка, послѣ многихъ лишеній и долгой борьбы пополняютъ число тѣхъ несчастныхъ женщинъ, о которыхъ мы говорили. Можетъ, конечно, случиться такъ, что и горничная и швея найдутъ себѣ другія мѣста, но вѣдь вездѣ ихъ ждетъ та же опасность сдѣлаться жертвами необузданнаго полового чувства. Бѣдная дѣвушка, оттолкнутая семьей и друзьями, найдетъ, можетъ-быть, въ себѣ достаточно энергіи, будетъ работать изъ-за насущнаго хлѣба, чтобы прокормиться и воспитать своего ребенка. Но сколько силы, сколько характера

надо женщинѣ, чтобы не пасть подъ тяжестью непосильнаго труда и незаслуженнаго презрѣнія „общества“!

Какая же судьба ожидаетъ ребенка, родившагося у такой несчастной матери? Хорошо, если благопріятныя условія дадутъ этому ребенку возможность вырасти; впоследствии онъ можетъ найти способъ стать такимъ же членомъ общества, какъ и всѣ. Но сколько лишеній, сколько незнакомыхъ другимъ дѣтямъ огорченій и униженій лежатъ на его пути! Бываетъ и иначе: бываетъ, что мать, еще до рожденія ребенка, измученная презрѣніемъ окружающихъ людей или страхомъ передъ дальнѣйшимъ, полнымъ страданій, существованіемъ, совершаетъ ужасное преступленіе — убиваетъ свое новорожденное дитя. Кто можетъ безпощадно осудить мать, кто истинный виновникъ смерти ребенка? Бываетъ, что мать изнемогаетъ подъ тяжестью невзгодъ, и ребенокъ погибаетъ вмѣстѣ съ ней или попадаетъ въ учрежденіе, гдѣ призрѣваютъ такихъ дѣтей и гдѣ, вслѣдствіе многочисленности дѣтей и трудности ухода за ними, смертность такъ велика, что немногимъ суждено дожить до болѣе старшаго возраста.

Эти дѣти, — дѣти несчастныхъ, брошенныхъ, обманутыхъ женщинъ, — плоды распущенности мужчинъ, и отвѣтственность мужчинъ, породившихъ ихъ, велика не только передъ обществомъ, но и передъ своею совѣстью. Если бы тѣ мужчины, которые, не заботясь о послѣдствіяхъ, сходясь съ женщинами, повергая ихъ въ нищету и толкая на путь порока, могли предвидѣть участь тѣхъ дѣтей, которыя могутъ явиться плодомъ ихъ мимолетныхъ связей! Въ зрѣлые года они, можетъ-быть, встрѣтятъ нищаго, обращающагося къ нимъ за помощью, и не узнаютъ въ немъ своего сына; можетъ-быть, имъ придется осудить преступника, доведеннаго до преступленія нищетою и общественнымъ презрѣніемъ, и никто не скажетъ имъ, что этотъ преступникъ плодъ ихъ необузданной распущенности; можетъ-быть, та молодая проститутка, мимо которой они прошли на улицѣ, дочь той женщины, о существованіи которой они забыли черезъ день послѣ того, какъ началась жизнь этой несчастной!..

Покончивъ съ увлеченіями молодости, достигнувъ того

возраста, когда желаніе покоя заставляетъ его жениться, такой мужчина вводитъ въ свой домъ жену и съ гордостью привѣтствуетъ рожденіе своего *перваго* ребенка; жизнь этого счастливаго существа окружена заботой и попеченіями — ни мужчинѣ, ни его женѣ не приходитъ въ голову, что у этого *перваго* ребенка есть, можетъ-быть, братья и сестры. Гдѣ же они? Неужели, расточая ласки и заботы ребенку своей жены, дорожа его здоровьемъ и счастьемъ, отецъ не вспомнить тѣхъ другихъ дѣтей и совѣсть не упрекнетъ его за то, что онъ такъ безжалостно бросилъ ихъ въ жертву нищетѣ и пороку?

ГЛАВА X.

Женитьба и отцовство.

Ты будишь то чувство во мнѣ роко- вое,	Скажи—твое сердце довольно ль глу- боко,
Которое въ мѣрѣ зовется „любовь“,	Скажи—твои мысли спокойно ль те- кутъ,
И просишь отдать тебѣ все дорогое:	Чтобъ жизни ладью, безъ боязни и
И сердце, и жизнь, и всѣ силы души...	страха,
Отдать я согласна тебѣ свое чувство,	Могла я направить въ ихъ чудный
Но можешь ли дать ты мнѣ счастье въ обмѣнъ?	пріютъ?
Я сердце отдамъ лишь тому власте- лину,	Мнѣ страшно дать слово, что [буду твоею,—
Котораго власть надо мною ясна:	Мнѣ страшно судьбу свою ввѣрить
Онъ долженъ быть лучше меня и ум- нѣе,	тебѣ—
Онъ лучше меня долженъ къ правдѣ знать путь.	Слова твои пылки и много сулишь ты, Но въ жизни—исполнишь ли то, что сулишь?..

Бракъ одинъ изъ самыхъ важныхъ моментовъ въ жизни людей, одинаково важный какъ для мужчины, такъ и для женщины.

Бракъ есть союзъ, заключенный между мужчиной и женщиной, признавшими другъ друга болѣе другихъ близкими, рѣшившими устроить свою жизнь вмѣстѣ и надѣящимися быть отцомъ и матерью дѣтей, здоровыхъ физически и нравственно.

Нельзя вступать въ бракъ, не давъ себѣ яснаго отчета въ своихъ отношеніяхъ къ тому лицу, съ которымъ хочешь заключить этотъ союзъ; нельзя также вступать въ этотъ союзъ, не зная законовъ жизни, не уяснивъ себѣ вполне, что представляетъ изъ себя брачная жизнь, во всѣхъ ея фазахъ, ка-

кимъ случайностямъ и опасностямъ подвергается прочность этого союза, какія горести и какія радости можетъ дать со-вмѣстная жизнь двухъ людей, ставшихъ мужемъ и женой. Только зная все это передъ бракомъ и хорошо обсудивъ, можно надѣяться достигнуть наибольшаго счастья и наименьшихъ тревогъ.

Идеальныйъ бракъ, въ которомъ и мужчина и женщина уважаютъ другъ друга, стараются понять другъ друга, — ведетъ къ взаимному совершенствованію. Въ современномъ обществѣ мужчины чрезвычайно мало знаютъ психику женщинъ, а женщины также мало знаютъ мужчинъ; между тѣмъ, для того, чтобы люди могли гармонически устроить свою со-вмѣстную жизнь, необходимо, чтобы они знали природу другъ друга, необходимо, чтобы ихъ душевный міръ не представлялъ загадки другъ для друга. Для этого надо, чтобы мужчины и женщины встрѣчались въ обществѣ какъ товарищи, дѣлились своими интересами, имѣли бы общія занятія. При томъ искусственномъ способѣ сближенія, который существуетъ теперь, при знакомствѣ во время вальса или кадрили, въ театральнѣй залѣ или на гуляньи, гдѣ музыка, туалеты и прочее создаютъ какую-то особенную атмосферу, не можетъ быть и рѣчи о знаніи другъ друга: тутъ, напротивъ, все рассчитано на то, чтобы обмануть другъ друга, вызвать чувственное влеченіе и отодвинуть на задній планъ голосъ разсудка, — тотъ голосъ, который невольно подсказываетъ людямъ, что жизнь не есть вѣчный праздникъ съ музыкой, цвѣтами и банальными разговорами, что она для каждаго чловѣка выдвинетъ въ свое время серьезные вопросы и задачи.

Пониманіе этихъ серьезныхъ вопросовъ и задачъ жизни необходимо для того, чтобы между мужчиной и женщиной могъ возникнуть союзъ, основаніемъ котораго будетъ стремленіе къ болѣе высокому идеалу жизни, къ правильному рѣшенію этихъ вопросовъ и задачъ. Только стремясь постоянно къ лучшему, можно жить хорошо. Въ брачномъ вопросѣ надо точно такъ же имѣть идеаль жены и идеаль своихъ къ ней отношеній, и чѣмъ выше будетъ идеаль, тѣмъ лучше устроится жизнь.

Я слышала отъ одной дѣвушки, что она выбереть въ мужья того челоуѣка, котораго сочтетъ достойнымъ стать отцомъ ея дѣтей. Можетъ-быть, это и есть высшій идеаль, потому что каждая хорошая дѣвушка должна желать, если ей суждено быть матерью, имѣть хорошихъ, нравственно и физически здоровыхъ дѣтей, а на это она можетъ надѣяться только въ томъ случаѣ, если дастъ имъ нравственнаго и добраго отца.

Также и мужчина долженъ хорошо обдумать, какую жену онъ хочетъ имѣть; онъ долженъ желать себѣ въ жены женщину, которая будетъ хорошей матерью его дѣтей, женщину съ твердымъ характеромъ, добрую, честную и умную. И если онъ желаетъ быть мужемъ такой женщины, онъ долженъ искренно спросить себя, сумѣетъ ли онъ оцѣнить ее и дать ей все то, что онъ ей обѣщаетъ, когда проситъ ее быть его женой. Проситъ ее быть его женой, — что это значить? Это значить, что онъ проситъ ее отдать ему свою дружбу, свою любовь, свои заботы; проситъ отдать здоровье, потому что надѣется, что у нихъ будутъ дѣти, а это уносить часть ея силъ и здоровья; проситъ отдать ему жизнь, потому что рожденіе его дѣтей можетъ стоить ей жизни. Все это женщина приноситъ въ даръ тому, чьей женой она становится. Что же дастъ онъ ей взаменъ? Дастъ ли онъ ей ту нравственную опору, которая необходима ей въ минуты слабости? Дастъ ли онъ ей примѣръ спокойнаго и твердаго отношенія къ невздамъ жизни? Поможетъ ли онъ ей воспитать дѣтей и не обманетъ ли ея надежды видѣть въ немъ олицетвореніе добрыхъ и благородныхъ стремленій?

Мы привыкли думать, что мужчинѣ нужна помощница и что такую помощницу онъ находитъ въ женѣ. Для чего же нужна ему помощница и въ чемъ должна она помогать ему? Должна ли она работать для него, какъ раба, исполнять его волю, какъ подчиненная ему? Должна ли она удовлетворять всѣ его желанія и поддерживать всякое его мнѣніе, потакать всѣмъ его слабостямъ? Должна ли она подчинить всю свою природу лишь его требованіямъ, не имѣть ни своихъ мыслей, ни своихъ желаній, отрѣшиться отъ своей индивидуальности,

жить постоянно насторожѣ для выполненія его прихотей и находить высшее счастье въ томъ только, чтобы угодить ему? Это ли подразумѣвается подъ словомъ „помощница“? Къ сожалѣнію, именно въ этомъ смыслѣ понимается роль жены еще очень многими до сихъ поръ, и не только мужчины, но и многія женщины, подъ вліяніемъ долгихъ лѣтъ невѣжества и порабощенія, полагаютъ, что единственное призваніе женщины—служить мужу и что она на всѣ явленія жизни должна смотрѣть только его глазами.

Мы не согласны съ этимъ и понимаемъ роль помощницы, которую беретъ на себя женщина, выходя замужъ, совсѣмъ иначе; мы думаемъ, что женщина является свободной помощницей мужа въ дѣлѣ устройства жизни соотвѣтственно тому высшему идеалу, который сложился въ ихъ сознаніи. Мы думаемъ, что женщина, какъ равноправный членъ брачнаго союза, такъ же самодѣтельно можетъ стремиться къ этой цѣли, какъ и ея мужъ, такъ же сознательно поведетъ къ этой цѣли и своихъ дѣтей.

Взаимное уваженіе двухъ старшихъ членовъ образовавшагося союза—семьи—вызоветъ и со стороны дѣтей почтительное отношеніе къ отцу и матери, а дружба родителей повлечетъ за собой и дружбу между младшими членами союза—дѣтьми.

Мужъ, относясь съ уваженіемъ къ мнѣніямъ и поступкамъ своей жены, найдетъ многое и въ ея примѣрѣ, что будетъ полезно и ему. Жена, изучая характеръ и взгляды мужа, съ радостью подчинится тѣмъ изъ нихъ, которые свободно признаетъ за лучшіе. Уже одно то, что каждый ради другого будетъ бороться со своими собственными эгоистичными наклонностями, несомнѣнно будетъ шагъ къ совершенствованію. Когда же появятся дѣти и надо будетъ ихъ воспитывать, отецъ и мать уже приобрѣтутъ навыкъ къ самоотверженности, и имъ будетъ легко итти по этому пути, а ради того, чтобы дѣти не видѣли дурного примѣра, отецъ и мать будутъ постоянно совершенствоваться. Такой бракъ будетъ союзомъ мужчины и женщины, соединившихся для проявленія въ жизни любви и добра. Всякій другой бракъ будетъ

только эгоизмомъ, а не любовью. Истинная любовь всегда самоотверженна; истинная любовь не задумается пожертвовать своими удовольствіями или привычками ради счастья и благополучія любимаго существа.

Награду за свое самообладаніе, за труды, положенные на саморазвитіе, за снисходительность другъ къ другу, за усилія помочь другъ другу, женатые люди получаютъ тогда, когда подрастающія дѣти будутъ радовать ихъ своими добрыми качествами. Кромѣ того, болѣе полное знаніе многосторонней жизни, болѣе ясное пониманіе своей отвѣтственности передъ собой и передъ людьми заставятъ ихъ съ благодарностью оглянуться на пройденныя ступени и поддержитъ въ нихъ мужество для дальнѣйшей работы надъ собой.

Если мужъ и жена соединяютъ свои силы въ какомъ-нибудь общемъ занятіи, которое поглощаетъ ихъ вниманіе и удовлетворяетъ ихъ умственные запросы, живутъ общою жизнью, то они соединяются болѣе крѣпкими узами и гарантируютъ себѣ болѣе продолжительное счастье, чѣмъ обыкновенно даетъ одно только удовлетвореніе чувственныхъ желаній. Общій умственный трудъ, общія семейныя заботы, взаимная любовь дадутъ супругамъ несравненно болѣе полное существованіе, чѣмъ самая пылкая физическая страсть.

Когда, при такихъ благопріятныхъ условіяхъ дѣятельной и счастливой жизни, они пожелаютъ имѣть ребенка и желаніе ихъ будетъ удовлетворительно, то все богатство накопленной ими энергіи, ихъ дѣятельный умъ и чистая совѣсть сдѣлаются наслѣдіемъ ихъ ребенка, и этотъ желаемый ими ребенокъ, зачатый сознательно, явится на свѣтъ какъ доказательство любви и счастья.

Желаемая дѣти,—дѣти любви, такой, какую мы описали,—являются лучомъ свѣта для своей семьи, носителями той идеи любви и добра, которыми были воодушевлены ихъ родители. Только безкорыстная, самоотверженная любовь дастъ родителямъ силу вести ту чистую, воздержную жизнь, которая необходима для блага дѣтей. Въ такой жизни нѣтъ насильственного, мучительнаго отказа отъ желаемыхъ удовольствій,

она есть выраженіе свободнаго убѣжденія и ведетъ за собой высшія, духовныя наслажденія.

Вліяніе утробной жизни на развитіе ребенка чрезвычайно важно; изученіе этого вопроса уже много сдѣлало для сознательнаго отношенія къ этому дѣлу и призвано сдѣлать еще болѣе. Въ настоящее время интересъ къ этому вопросу очень силенъ и не только изученіе теоріи привлекаетъ умы, но и собираніе фактовъ, нагляднымъ образомъ освѣщающихъ эту сторону родительскихъ обязанностей.

Всѣ добросовѣстно исполняемыя усилія къ совершенствованію несомнѣнно вліяютъ въ хорошую сторону на развитіе ребенка. Не окружающая среда и не внѣшнія условія опредѣляютъ нашу жизнь, а тотъ внутренній строй, съ которымъ мы встрѣчаемъ неизбѣжныя испытанія, налагаемые на насъ людскимъ невѣжествомъ, злобой, эгоизмомъ, та реакція, которую вызываютъ въ насъ несчастные случаи, называемые нами роковыми. Мать нуждается въ самообладаніи въ то время, когда въ ея организмѣ складывается новый организмъ, создается новый органъ мышленія, въ которомъ неизвѣстно, какъ и когда отпечатываются переживаемыя матерью волненія и впечатлѣнія. Роль мужа въ этомъ случаѣ чрезвычайно отвѣтственна: онъ не страдаетъ физически отъ развитія новой жизни, его организмъ не тратитъ силъ на это, слѣдовательно, ему легко быть всегда спокойнымъ и ласковымъ и помогать женѣ въ ея усиліяхъ не терять самообладанія.

Докторъ Діо Левисъ въ своемъ трудѣ о развитіи во время утробной жизни говоритъ, что въ каждомъ существѣ есть способность къ духовной жизни; по его мнѣнію, зародышъ духовной природы несомнѣнно присущъ человѣку съ самаго перваго момента его утробной жизни. Зародышъ духовной природы не развивается такъ самостоятельно, какъ зародыши природы физической: его надо оживить и развить въ сознательную дѣятельность. Когда, рано или поздно, подъ вліяніемъ духовнаго воздѣйствія, проснется къ жизни зародышъ духовной природы, человѣкъ испытываетъ какъ бы *второе рожденіе*; новая жизнь, зародившаяся въ немъ, ведетъ его на высшую ступень сознательнаго существованія. Одно изъ

характерныхъ явленій этой новой духовной сознательной жизни—*способность думать и заботиться о другихъ*, а не только о себѣ, иначе сказать, пробужденіе любви къ ближнимъ. Духовная сущность человѣка всегда имѣетъ стремленіе сдѣлаться руководящей силой его поступковъ, и смотря по тому, насколько человѣкъ подчиняется ея требованіямъ, она можетъ побороть всѣ злые помыслы и устранить нечистыя побужденія, свойственныя животной или эгоистической природѣ.

Изъ всего, что мы говорили въ этой главѣ, ясно, что оба родителя, прежде чѣмъ позволить себѣ имѣть дѣтей, должны пріобрѣсть физическое здоровье и достигнуть извѣстной степени умственной и нравственной стойкости. То, что могутъ передать ребенку родители, тѣ силы и способности, которыя приносить съ собой новорожденный ребенокъ, унаслѣдовавшій отъ отца и матери стремленіе къ правдѣ, способность самоотверженной любви и сознательную твердость воли, все это далеко превышаетъ то, что можетъ развить въ своемъ ребенкѣ самая интеллигентная мать путемъ воспитанія и образованія.

ГЛАВА XI.

Общество Бълаго Креста.

Движеніе, вызвавшее появленіе общества Бълаго Креста, произошло вслѣдствіе усиливающихся симпатій къ добру. Основатели общества не были пессимистами: они видѣли, конечно, что отдѣльные пороки такъ же сильны среди людей, какъ и прежде, но не могли согласиться, что люди стали хуже. Цѣли и стремленія общества Бълаго Креста различны отъ цѣлей и стремленій другихъ обществъ, возникающихъ также для борьбы со зломъ. Всѣ другія общества борются со зломъ непосредственно, такъ или иначе стараясь прекратить его, подавить его проявленія; общество Бълаго Креста старается уничтожить зло путемъ распространенія добра.

Борьба со зломъ, происходящимъ отъ половой распущенности, давно уже извѣстна въ исторіи англійскаго народа. Развитие этого движенія совпадаетъ со временемъ великой реформациі, съ тѣмъ временемъ, когда были вызваны къ дѣятельности лучшія стороны человѣческаго ума.

Громадное распространеніе проституціи еще 300 лѣтъ тому назадъ вызвало такое негодованіе въ душѣ англійскаго народнаго вождя Wat Tyler'a, что онъ, на своемъ пути къ Лондону, уничтожилъ въ Серреѣ тѣ притоны порока, которые процвѣтали тамъ съ согласія и одобренія многихъ дворянъ высшаго сословія.

Около 1870 г. въ Англии возникло движеніе, имѣвшее цѣлью уничтожить законы объ узаконеніи порока, изданные британскимъ парламентомъ. Жозефина Бутлеръ съ большимъ умѣньемъ и замѣчательнымъ мужествомъ отдала все свое время на борьбу съ этимъ чудовищнымъ зломъ, существовавшимъ

въ Великобританіи. Многія женщины примкнули къ ней, и ихъ усилія не остались безъ успѣха.

Въ 1877 г. были предприняты мѣры для прекращенія вывоза дѣвушекъ изъ Англіи на континентъ для того, чтобы превратить ихъ въ проститутокъ. Труды лицъ, занятыхъ этой борьбой съ развратомъ, не прекращаются и сейчасъ.

Вся эта борьба, имѣющая цѣлью улучшение нравственности, направлена на то, чтобы подавить зло, и не принимаетъ никакихъ мѣръ для распространенія идеи добра, для развитія нравственныхъ понятій.

Общество Бѣлаго Креста въ своей дѣятельности исходитъ изъ того принципа, что зло можно прекратить только распространеніемъ среди людей симпатій и стремленій къ добру.

Если человѣкъ въ своемъ сердцѣ, въ глубинѣ своего сознанія проникся вѣрою въ добро, если онъ вполне убѣдился, что всѣми его поступками должны руководить принципы нравственности, если его душу освѣтила любовь къ другимъ людямъ, — зло будетъ далеко отъ него, точно такъ же какъ мракъ немыслимъ въ комнатѣ, освѣщенной яркимъ свѣтомъ. Походъ членовъ общества Бѣлаго Креста противъ порока не надо считать признакомъ нравственнаго паденія человѣчества: онъ возникъ не потому, что стало больше зла, а потому, что міръ сталъ *лучше*. Движеніе, вызвавшее появленіе этого общества, указываетъ на то, что больше и больше увеличивается число людей, не желающихъ долѣше терпѣть тотъ низкій уровень нравственности, который такъ долго господствовалъ среди людей. Существованіе такого общества и его дѣятельность указываютъ на то, что наступаетъ эпоха высшей, лучшей жизни, что не далека побѣда нравственности надъ порокомъ.

Возникновеніе общества Бѣлаго Креста.

Общество Бѣлаго Креста возникло въ 1883 г. въ Англіи, подъ руководствомъ и по инициативѣ епископа Лайтфута и при дѣятельномъ участіи госпожи Алисы Гопкинсъ. Дѣятельность госпожи Гопкинсъ заслуживаетъ особенной признатель-

ности. Ея горячія воззванія вызвали у многихъ сознание до тѣхъ поръ не сознанный отвѣтственности по отношенію къ вопросу, затрагивающему ближе другихъ физическое, нравственное и умственное благосостояніе страны. Многіе, прочитавъ ея брошюры, написанныя съ цѣлью защиты оскорбленныхъ и униженныхъ сестеръ нашихъ, примкнули къ обществу, многіе почувствовали, что не могутъ болѣе относиться къ участи этихъ несчастныхъ съ прежнимъ эгоистическимъ равнодушіемъ. Съ этого времени вся жизнь Алисы Гопкинсъ посвящена распространенію дѣятельности Бѣлаго Креста. Движеніе дѣйствительно быстро распространилось.

Основатели общества Бѣлаго Креста взяли девизомъ слова рыцаря Галаада:

„Я, сердце чистое имѣя,
Здѣсь силой всѣхъ превосхожу“.

Движеніе общества Бѣлаго Креста скоро достигло и Америки. Въ 1885 г. нѣсколько молодыхъ людей организовали небольшое общество, которое называется Первой Вѣтвью общества Бѣлаго Креста, и ихъ дѣятельность скоро оказалась настолько успѣшной, что въ настоящее время множество отдѣльныхъ обществъ въ различныхъ городахъ Америки работаютъ на пользу этого движенія. Отдѣльныя Вѣтви общества возникаютъ въ Америкѣ слѣдующимъ образомъ: создается кружокъ изъ пяти лицъ, во главѣ котораго стоитъ одинъ изъ старшихъ членовъ общества; онъ поддерживаетъ своихъ молодыхъ товарищей въ ихъ усиліяхъ удержаться на пути нравственности. Черезъ нѣсколько времени каждый изъ этихъ молодыхъ людей становится во главѣ новаго кружка пяти лицъ, и такимъ образомъ число членовъ общества увеличивается очень быстро. Большое значеніе имѣетъ присутствіе женщинъ среди членовъ этихъ обществъ; хотя общество основано исключительно для мужчинъ и имѣло цѣлью спасти женщинъ, спасая мужчинъ, тѣмъ не менѣе то, что женщины участвуютъ въ этомъ дѣлѣ, поднимаетъ ихъ въ глазахъ мужчинъ и служить однимъ изъ доказательствъ, что онѣ способны отбросить предрасудки и эгоистическія цѣли и итти

рука объ руку съ лучшими мужчинами на пути къ совершенству.

Не многія новыя движенія принимались такъ охотно, какъ этотъ величайшій походъ девятнадцатаго столѣтiя противъ безнравственности и порока. Что можно ожидать въ будущемъ отъ дѣятельности этого общества? Оно не преслѣдуетъ никакихъ тщеславныхъ цѣлей, незнакомо съ боязнью соперничества. Оно готово работать самостоятельно или присоединяться къ другимъ, уже существующимъ обществамъ, какъ придется. Если обстоятельства требуютъ, оно готово войти во всякую открытую дверь и занять всякое мѣсто, большое или маленькое—безразлично; оно протягиваетъ руку помощи всѣмъ, кто согласенъ принять ее; оно будетъ работать и съ обществами трезвости и съ какимъ-нибудь изданiемъ, имѣющимъ цѣлью содѣйствовать усовершенствованiю нравственности. У общества Бѣлаго Креста одна цѣль и одно желанiе—достигнуть прогресса въ общественной нравственности. Именно потому и обезпечена будущность общества, что оно можетъ присоединиться ко всякому доброму начинанiю, имѣющему нравственныя и духовныя цѣли.

Наше время настоятельно призываетъ людей къ дѣятельности подобнаго рода. Положенiе вещей требуетъ немедленной и неустанной работы въ этомъ направленiи; трудъ, который берутъ на себя члены общества, тяжелъ и требуетъ напряженiя всѣхъ лучшихъ силъ. Это трудъ не для робкихъ сердець и не для слабыхъ рукъ; зло, съ которымъ борется общество, гораздо болѣе распространено и гораздо глубже вкоренилось, чѣмъ зло пьянства.

Есть люди, которые сомнѣваются въ успѣхѣ дѣятельности общества, не вѣрятъ въ окончательную побѣду нравственности надъ порокомъ, но тѣ же люди, называя себя христiанами, не вѣрятъ вѣдь и въ то, что истина христiанскаго ученiя будетъ понята всѣми и ляжетъ въ концѣ концовъ въ основу жизни.

Сомнѣнiя въ успѣшности борьбы со зломъ проистекають изъ предположенiя, что вся природа человѣка создана такъ, что должна творить зло, что весь организмъ человѣка впол-

нѣ и безнадежно находится подъ властью чувственности. Этотъ взглядъ могутъ раздѣлять только люди невѣжественные, незнакомые съ дѣйствительной природой человѣка. Мы достаточно знакомы теперь съ той властью, которую можетъ приобрести духовная сущность человѣка надъ его физической стороной, и поэтому не станемъ отвергать мнѣнія нашихъ противниковъ, а только посоветуемъ тому, кто сомнѣвается въ будущемъ успѣхѣхъ дѣятельности общества, изучить то, чего достигли члены общества въ теченіе своего недолгаго прошлаго, и ему придется убѣдиться, что тамъ, гдѣ работаютъ члены общества, во взглядахъ людей происходитъ медленное, но коренное измѣненіе.

Въ древнемъ мірѣ порокъ не только былъ распространенъ среди всѣхъ людей, но понятіе о безнравственности въ сферѣ половыхъ отношеній отсутствовало вовсе. Поклоненіе богинѣ Цитерѣ было всеобщимъ; матери съ гордостью посвящали своихъ дочерей служенію въ ея храмахъ, а между тѣмъ жрицы богини были проститутками. Проституція считалась добродѣтельною, и всѣ классы населенія, не краснѣя, исполняли при храмахъ обязанности проститутокъ.

Апостоль Павелъ засталъ такой порядокъ вещей и возсталъ противъ него; люди и тогда говорили, что трудъ его напрасенъ, что такова человѣческая природа и измѣнить положеніе вещей немислимо. Апостоль не смущался ни насмѣшками, ни сомнѣніями другихъ людей и проповѣдывалъ и писалъ до тѣхъ поръ, пока не достигъ того, что то, что признавалось хорошимъ и правильнымъ, стало считаться среди людей, слышавшихъ его, порочнымъ и дурнымъ. Богиня была свергнута съ пьедестала, и служеніе ей перестало пользоваться всеобщимъ уваженіемъ. Въ настоящее время борцы за распространеніе истины должны привести людей къ сознанию того, что физическія отправления человѣческаго организма не могутъ имѣть преобладающаго значенія въ жизни человѣка и что ихъ проявленія свободно регулируются дѣятельностью его духовной сущности.

Первое, что приходится разяснять тѣмъ, кого члены общества стараются просвѣтить, это вопросъ о грѣховности и

нечистотѣ чловѣческаго тѣла. Апостоль Павелъ говоритъ первый христіанамъ, что тѣло чловѣка есть храмъ Святого Духа, и члены общества Бѣлаго Креста стараются внушать эту мысль тѣмъ, съ кѣмъ имъ приходится имѣть дѣло. Много мужчинъ и женщинъ, повидимому развитыхъ и образованныхъ и во всѣхъ другихъ жизненныхъ явленіяхъ признающихъ волю Творца міра, почему-то съ представленіемъ о своемъ тѣлѣ и главнымъ образомъ съ представленіемъ о различіи половъ и о зачатіи ребенка соединяютъ понятіе нечистоты и чего-то постыднаго. Это презрѣніе къ тѣлу возникло, очевидно, въ древности, какъ реакція лучшихъ умовъ того времени противъ существовавшаго въ ту эпоху исключительнаго господства физической жизни въ чловѣческомъ организмѣ. Такой взглядъ на функцію органовъ воспроизведенія заставляеть людей отказываться отъ разумнаго союза, основаннаго на уваженіи и любви, лишаетъ ихъ возможности испытать чувство родительской любви и часто приводитъ къ очень печальнымъ заблужденіямъ, заставляющимъ многихъ терять здоровье и спокойствіе духа.

Общество Бѣлаго Креста, посвящая себя изученію физическихъ сторонъ жизни, старается привести духъ въ гармоническое согласіе съ тѣмъ сосудомъ, въ которомъ онъ заключенъ. Бѣлый Крестъ старается внушать, что все, что создано Богомъ, хорошо и разумно, и что возмущеніе противъ половой жизни понятно лишь тогда, когда оно направлено на преобладаніе этой стороны жизни надъ духовной. Бѣлый Крестъ учитъ мириться съ тѣмъ, какъ создана природа, изучать ее и понимать. Для того, чтобы выработать правильный взглядъ, необходимо знаніе фізіологическихъ законовъ, дающее ясное пониманіе всѣхъ функцій организма и позволяющее судить о томъ, что естественно и что не естественно въ половой жизни индивида. Такое знаніе разбиваетъ скептицизмъ, утверждающій, что невозможно излѣчить общественные пороки; разъ мы знаемъ, что порокъ представляетъ собой неестественное явленіе, мы можемъ быть увѣрены, что и физическая природа при правильной жизни будетъ на сторонѣ духа въ этой борьбѣ со зломъ.

Организація общества Бълаго Креста.

Члены общества Бълаго Креста стараются поднять уровень знанія законовъ природы и распространить понятія о требованіяхъ высшей нравственности, подчиненіе которымъ обязательно какъ для мужчинъ, такъ и для женщинъ.

Съ теченіемъ времени выработалась и извѣстная программа, которой придерживаются члены общества. Программа эта заключается въ слѣдующемъ:

1. Полное разъясненіе тѣхъ духовныхъ истинъ и нравственныхъ началъ, которыя должны составлять основу жизни каждаго человѣка, и беспощадное разоблаченіе безнравственности и порока.

2. Распространеніе воззваній и устройство чтеній, предназначенныхъ исключительно для мужчинъ, и публичныхъ чтеній болѣе общаго характера для лицъ обоихъ половъ.

3. Распространеніе, особенно среди юношей, литературныхъ произведеній, способныхъ содѣйствовать выработкѣ нравственнаго, стойкаго характера и знакомящихъ съ жизнью людей бѣднаго класса, съ ихъ матеріальными нуждами и нравственными запросами.

4. Критическое отношеніе къ произведеніямъ литературы и искусства, вызывающимъ дурные помыслы, и разоблаченіе того вреда, который приносятъ безнравственныя зрѣлища и развлечения.

Члены общества принимаютъ на себя слѣдующія обязанности:

1. Относиться съ уваженіемъ ко всѣмъ женщинамъ и дѣвушкамъ и защищать ихъ отъ оскорбленій и униженій.

2. Избѣгать нескромныхъ разговоровъ и циничныхъ шутокъ.

3. Признать нравственную жизнь одинаково обязательной какъ для мужчинъ, такъ и для женщинъ.

4. Распространять принципы общества среди товарищей и

помогать младшимъ членамъ въ ихъ усиліяхъ жить хорошей жизнью.

5. Стараться побѣждать въ себѣ самомъ чувственные помыслы.

Какъ примѣръ того, какъ можно защищать женщинъ, мы расскажемъ слѣдующій фактъ, имѣвшій мѣсто въ Нью-Йоркѣ. Одна красивая дѣвушка, занимавшаяся въ какой-то конторѣ, познакомилась съ мужчиной, нравственная личность котораго была ей незнакома. То удовольствіе, которое онъ видимо испытывалъ въ ея присутствіи, тѣ развлеченія, которыя онъ ей доставлялъ, не жалѣя денегъ, увѣренія въ любви, которыя онъ расточалъ также щедро, заставили ее повѣрить въ искренность и глубину его привязанности. Ничто не казалось ей болѣе ужаснымъ, чѣмъ потерять его общество, его любовь. Видя ея расположеніе, онъ сталъ уговаривать ее переѣхать къ нему на квартиру; она уже дала свое согласіе на этотъ роковой шагъ, когда объ этомъ случайно узналъ молодой человѣкъ, жившій въ томъ же домѣ. Извѣстіе поразило его. Онъ не могъ оставаться равнодушнымъ къ тому, что хотѣла сдѣлать эта дѣвушка. Онъ не могъ сказать себѣ: это меня не касается, какое мнѣ дѣло до нея? Его мысли перенеслись домой къ любимой сестрѣ. „Что, думалъ онъ, если бы кто-нибудь другой соблазнялъ такъ сестру, и мужчина, видящій это, не попытался бы спасти ее? Я долженъ сдѣлать то, что могу. Онъ пошелъ къ дѣвушкѣ и съ тѣмъ тактомъ и деликатностью, которыми обладалъ, пытался удержать ее отъ рокового шага. Она не поняла его братской заботы и не соглашалась видѣть что-либо дурное въ предложеніи любимаго человѣка. Она уѣхала. Молодой Б., не смущаясь первой неудачей, нашелъ ее и опять говорилъ съ ней. Мысль о сестрѣ не покидала его, и онъ настойчиво защищалъ передъ этой дѣвушкой ея собственную честь. Онъ напомнилъ ей о ея матери, о ея дѣтствѣ; онъ не побоялся поднять передъ ея глазами завѣсу будущаго и показать ей мракъ той бездны, въ которую она стремится. Онъ былъ вознагражденъ тѣмъ, что она повѣрила ему и согласилась на его просьбы уѣхать въ деревню къ матери. Этотъ случай по-

трясь Б. до глубины души; онъ почувствовалъ, что онъ, и только одинъ онъ, всталъ между молодой жизнью и ея уничтоженіемъ. Съ тѣхъ поръ онъ рѣшилъ всегда помогать тѣмъ, кто были *чьи-нибудь сестры*. Много дѣвушекъ, стоявшихъ на краю гибели, много „падшихъ“, но неиспорченныхъ женщинъ вывелъ этотъ „братъ женщинъ“ на истинный путь своей сильной, честной рукой и вернулъ къ лучшей жизни, къ семейному очагу.

Это случилось за много лѣтъ до возникновенія общества Бѣлаго Креста, но этотъ молодой человѣкъ былъ одушевленъ тѣми же стремленіями къ добру, какъ и члены этого общества. Немногіе способны сдѣлать столько, сколько сдѣлалъ онъ, но всѣ могутъ, если къ тому представится случай, употребить свое вліяніе, какъ бы слабо оно ни казалось, на то, чтобы спасти отъ позора погибающую „сестру“.

Вторая обязанность, которую берутъ на себя члены общества Бѣлаго Креста, заключается въ томъ, чтобы избѣгать нескромныхъ разговоровъ и циничныхъ шутокъ. Это также очень важный пунктъ и, кромѣ того, очень легко исполнимый. Немного найдется мальчиковъ и мужчинъ, которымъ не представится случая протестовать, хотя бы молчаливой серьезностью, противъ непристойнаго разговора. Это особенно важно, когда при разговорѣ присутствуютъ или даже принимаютъ въ немъ участіе младшіе. Легкое замѣчаніе, сказанное серьезнымъ тономъ: „я не сталъ бы говорить этого“, или „мать ваша не была бы довольна, если бы узнала объ этомъ“, можетъ иногда много сдѣлать для пробужденія сознанія.

Самая большая реформа, ожидаемая отъ этой работы, та, которая обуславливается обѣщаніемъ „считать нравственное поведеніе одинаково обязательнымъ для мужчинъ и для женщинъ“.

Женщина часто падаетъ потому, что лучшія ея чувства, ея любовь, ея состраданіе заставляютъ ее отдаться тому, кого она любить, побуждаютъ ее бросить къ его ногамъ свое сердце, несмотря на то, что онъ можетъ растоптать его въ пыли. Женщина вѣками приучена такъ смотрѣть на свое чувство; она думаетъ, что оно обязываетъ ее подчиняться волѣ лю-

бимаго мужчины и что главное доказательство ея любви есть полная отдача самой себя. Мужчина, падая и увлекая въ паденіе женщину, подчиняется тому, что есть въ немъ низшаго: онъ отдается стремленію удовлетворить свои эгоистическія чувственныя желанія и удовлетворяетъ ихъ за горькій счетъ другого лица, зная, что когда наступитъ моментъ расплаты, то отвѣтственнымъ лицомъ явится не онъ, а женщина.

Въ обществѣ всю вину кладутъ на женщину, все порицаніе достается на ея долю. Мужчина умываетъ руки, говоритъ: „виновать не я“, и продолжаетъ пользоваться общимъ уваженіемъ. Женщина же изгоняется и покрывается презрѣніемъ; женщину сталкиваютъ внизъ по той лѣстницѣ, послѣднія ступени которой омываются кровью и слезами тѣхъ погибшихъ созданій, участь которыхъ такъ ужасна, что для тѣхъ, кто ей подвергается, человѣческая жалость установила названіе „несчастныхъ“.

Передъ мужчиной, какъ бы онъ ни согрѣшилъ, открываются двери всѣхъ гостиныхъ, и, если онъ богатъ или знатенъ, многія матери съ затаеннымъ ожиданіемъ встрѣчаютъ его и готовы съ гордостью отдать ему въ жены своихъ невинныхъ дочерей.

Мужчина съ давнихъ временъ привыкъ считать себя главою женщины. Въ древнія, языческія времена быть главою значило заставлятъ всѣхъ служить себѣ, пользоваться жизнью и трудами другихъ для своихъ цѣлей и для своего благосостоянія и праздно проводить свое время, равнодушно взирая на рабство другихъ. Но теперь у насъ есть другое представленіе о томъ, что значитъ быть главою или *первымъ*. Христіанское ученіе учитъ насъ, что „тотъ, кто хочетъ быть первымъ, долженъ быть слугою всѣхъ“. Пусть мужчина будетъ главою женщины въ духѣ христіанства; пусть онъ служитъ ей, защищая ее и заботясь о ней не для себя, а для нея. Для этого онъ прежде всего долженъ усовершенствовать свою жизнь для того, чтобы вступить въ союзъ съ тою женщиной, которую онъ полюбитъ, такимъ же чистымъ, какъ и она. Если онъ отдастъ ей свою искреннюю дружбу и не растроченное чувство, то она будетъ счастливою женщиной; забота

о ней и уваженіе къ ея личности не допустятъ мужа предъявлять къ ней требованія физической близости, и организмъ ея не будетъ ослабленъ болѣе частымъ рожденіемъ дѣтей, чѣмъ позволяютъ ея силы. Когда мужчина научится уважать женщину, съ нея снимется, наконецъ, вѣковое проклятiе слабости, болѣзни и униженія, и она станетъ счастливой и свободной подругой мужчины, возрожденнаго *чрезъ любовь и жалость къ ней.*

„Кого бы вы ни обманывали въ жизни, кого бы ни оскорбляли,—говоритъ Рёскинъ,—кому бы ни отказывали въ помощи, никогда не обманывайте, не оскорбляйте, не оставляйте безъ помощи ни одной женщины, кто бы она ни была“.

Какъ бы ни былъ добродѣтеленъ мужчина во всѣхъ другихъ своихъ отношеніяхъ, онъ не можетъ достигнуть совершенства, если не относится къ женщинамъ такъ, какъ этого требуетъ высшее нравственное сознаніе: онъ долженъ быть правдивъ и скромнъ съ дѣвушками и женщинами, долженъ оказывать имъ истинное уваженіе и искреннее сожалѣніе тѣмъ изъ нихъ, которыя стоятъ на пути къ несчастью.

Въ брошюрѣ Алисы Гопкинсъ „Сестра“ мы находимъ слѣдующія строки: „Весь строй характера мужчины опредѣляется его отношеніемъ къ женщинѣ. Мужчины забываютъ, какъ смотрѣлъ на женщинъ Тотъ, чей примѣръ долженъ всегда быть передъ глазами каждаго. Христосъ пришелъ для женщинъ такъ же, какъ и для мужчинъ. Вспомните, что нигдѣ вы не найдете у Него презрѣнія къ женщинѣ; вспомните, какъ часто и искренно бесѣдовалъ Онъ съ ними, какъ быстро понимали онѣ Его и шли за Нимъ; и къ вашимъ добрымъ, искреннимъ словамъ женщины отнесутся съ тою же чуткостью, если вы дѣйствительно будете говорить съ ними, побуждаемые братскимъ чувствомъ. Высшая земная привязанность Христа была любовь къ женщинѣ—къ Своей матери, и Его послѣдняя земная забота была забота о женщинѣ—о матери, которую Онъ, уже будучи на крестѣ, поручалъ любимому ученику Своему Іоанну. Даже къ падшей женщинѣ Онъ чувствовалъ только жалость и нигдѣ, повторяемъ, въ отношеніи Христа къ женщинамъ нѣтъ ни малѣйшаго намека

на тотъ высокоумный и презрительный тонъ, который слышится въ разговорахъ современныхъ мужчинъ о женщинахъ. Мужчина, желающій быть достойнымъ человѣкомъ, никогда не долженъ забывать примѣра высокаго Учителя“.

Въ настоящее время многіе мужчины начинаютъ понимать, что, не придавая цѣны женской добродѣтели и ставя ни во что свою собственную нравственную чистоту, при которой только и возможно уваженіе къ женщинѣ, они теряютъ способность обладать и многими другими качествами. Любовь къ правдѣ, справедливость и великодушіе являются самообманомъ, если эти принципы не являются руководящими и въ отношеніяхъ къ женщинѣ. Исполненіе долга и самоотверженная защита обиженныхъ, если они не распространяются и на женщинъ, также являются не вполне сознанными человѣкомъ, который полагаетъ, что дѣйствуетъ, подчиняясь этимъ идеямъ.

Мужчина долженъ выработать въ себѣ одно непреложное правило для своего поведенія по отношенію ко всѣмъ дѣвушкамъ и женщинамъ: его поступки, слова и взгляды должны быть проникнуты тѣмъ уваженіемъ, съ какимъ онъ хотѣлъ бы, чтобы другой человѣкъ относился къ его сестрѣ. Это правило спасаетъ и отъ неловкаго чувства стѣсненія и отъ излишней фамильярности; оно одно стоитъ цѣлыхъ страницъ правилъ этикета, такъ какъ подходитъ ко всякимъ случаямъ и всякимъ положеніямъ.

Условія жизни нашего времени выдвинули женщину изъ тѣсныхъ рамокъ семьи и поставили ее на болѣе широкую дорогу дѣловой и общественной жизни; вслѣдствіе этого она болѣе свободно вращается въ обществѣ мужчинъ, но это какимъ образомъ не есть причина, допускающая болѣе фамильярное съ нею обращеніе; требованія вѣжливости и уваженія должны, наоборотъ, возвыситься при этихъ условіяхъ, и мужчины должны помочь женщинамъ въ этихъ новыхъ, непривычныхъ для нихъ формахъ жизни и общенія.

Не оказывайте неуваженія и той женщинѣ, которая сдѣлала уже ложный шагъ въ жизни. Вѣрьте, что подъ тѣмъ кажущимся легкомысліемъ, которое привело ее къ роковому

шагу, скрывалось истинное чувство, и продолжайте относиться къ ней съ уваженіемъ: вы научите ее уважать себя и удивитесь, какъ быстро она поднимется до вашей вѣры въ нее. Сами же вы, занявъ достойное положеніе въ вашихъ отношеніяхъ къ женщинамъ, упражняясь въ поступкахъ рыцарскаго служенія слабымъ, найдете въ своемъ поведеніи неоцѣнимую помощь, спасающую васъ отъ соблазновъ.

Хотя общество Бѣлаго Креста основано исключительно для того, чтобы распространять нравственныя понятія среди мужчинъ, цѣли его настолько широки, что при дальнѣйшемъ развитіи оно необходимо должно было коснуться также и перевоспитанія женщинъ, а затѣмъ привлечь къ своему дѣлу и подрастающее поколѣніе—дѣвочекъ и мальчиковъ. Въ Америкѣ очень скоро создалось общество женщинъ, назвавшееся обществомъ *Бѣлаго Щита*.

Женщины, поступающія въ члены этого общества, обѣщаютъ:

1. Признавать законъ нравственной жизни одинаково обязательнымъ какъ для мужчинъ, такъ и для женщинъ.
2. Быть скромными въ разговорѣ, поведеніи и костюмѣ.
3. Избѣгать разговоровъ, чтеній, зрѣлищъ и развлеченій, вызывающихъ нечистыя мысли.
4. Заботиться о нравственной жизни другихъ, особенно младшихъ.
5. Помогать тѣмъ несчастнымъ, которыя въ силу какихъ-нибудь условій сдѣлались жертвой мужской чувственности, спасти ихъ отъ общаго презрѣнія и стараться пробудить въ нихъ чувство собственнаго достоинства.

Общество Бѣлаго Креста старается помочь матерямъ исполнить свой долгъ относительно дочерей; научить дѣвушекъ тому, какъ надо жить, безъ сомнѣнія, дѣло матерей, но, къ сожалѣнію, тысячи матерей не умѣютъ, а иногда и не желаютъ учить дочерей трудной наукѣ жизни. Женщины—члены Бѣлаго Щита—стараются распространять среди дѣвушекъ ученіе о нравственной жизни.

Для дѣвушекъ въ Америкѣ есть отдѣльное общество „*Дочерей Храма*“ и множество самостоятельныхъ кружковъ или

гильдій, устроенныхъ нравственными и умными женщинами съ цѣлью самопомощи и самозащиты. „Дочери Храма“ ставятъ себѣ цѣлью:

1. Уважать всякое стремленіе къ добру, быть скромной въ разговорѣ, поведеніи и костюмѣ.

2. Подавлять дурныя мысли, избѣгать словъ и поступковъ, о которыхъ нельзя было бы рассказать матери.

3. Избѣгать книгъ, развлеченій, которыя возбуждаютъ дурныя мысли.

4. Оберегать доброе имя своихъ подругъ и знакомыхъ и никогда ни о комъ не говорить дурно, особенно объ отсутствующихъ.

Такъ какъ ранѣе шестнадцатилѣтняго возраста нельзя вступать въ общество Бѣлаго Креста, то для мальчиковъ моложе этого возраста было основано общество *Серебрянаго Креста*.

Мальчики, вступающіе въ это общество, обѣщаютъ:

1. Относиться ко всѣмъ женщинамъ съ уваженіемъ и вѣжливостью и быть особенно внимательными ко всѣмъ, кто бѣднѣе, слабѣе и моложе ихъ самихъ.

2. Быть скромными въ словахъ и поступкахъ, не допускать при себѣ неприличныхъ разговоровъ и не дѣлать ничего, чего нельзя бы было рассказать родителямъ.

3. Избѣгать разговоровъ, чтеній, развлеченій, вызывающихъ дурныя мысли.

4. Стараться помогать младшимъ избѣгать всего дурного.

5. Быть воздержными во всемъ.

Работа среди молодежи самая трудная, но и самая необходимая и плодотворная. Какъ скоро измѣнился бы строй нашего общества, если бы въ ежедневной жизни исполнялись всѣ эти элементарныя правила нравственности, предписываемыя обществомъ, и какъ прекрасна была бы тогда жизнь нашихъ мальчиковъ!

Работа старшихъ членовъ общества состоитъ, конечно, не только въ томъ, чтобы указывать молодежи тѣ правила, которымъ надо слѣдовать въ жизни, но главнымъ образомъ

въ томъ, чтобы объяснить разумныя основанія этихъ правилъ и научить, какъ надо исполнять ихъ.

Современная молодежь особенно нуждается въ помощи: мальчики и дѣвочки подвергаются массѣ искушеній, дѣвушки окружены опасностями.

Юноши рано покидаютъ семью, получаютъ полную свободу и вступаютъ въ соприкосновеніе съ обществомъ, поэтому имъ надо гораздо болѣе силы воли, чтобы не поддаться искушеніямъ, являющимся на каждомъ шагу. Если юноша не приготовленъ къ тѣмъ новымъ ощущеніямъ, которыя онъ испытываетъ въ извѣстный періодъ своего развитія, если онъ не понимаетъ значенія тѣхъ новыхъ силъ, которыя чувствуетъ въ своемъ организмѣ, онъ можетъ быть унесенъ потокомъ неудержимой, разрушительной страсти и въ нѣсколько лѣтъ превратиться въ нравственнаго и физическаго калѣку. Большая отвѣтственность лежитъ поэтому на тѣхъ, кто такъ или иначе близокъ къ мальчикамъ: родители, преподаватели, старшіе братья должны бы помочь мальчикамъ пережить это время.

Общество Бѣлаго Креста убѣдилось, что мальчики очень рѣдко встрѣчаютъ эту необходимую помощь, частью вслѣдствіе того, что родители и воспитатели неспособны объяснить мальчикамъ то, что имъ надо знать, частью вслѣдствіе небрежнаго и равнодушнаго отношенія къ своему долгу. Члены общества стараются возбудить въ родителяхъ сознаніе ихъ серьезной обязанности помочь сыновьямъ, стараются убѣдить преподавателей и вообще взрослыхъ мужчинъ въ томъ, что ихъ прямая обязанность указать мальчикамъ на угрожающія имъ опасности. Помимо этого члены общества сами пользуются всѣми случаями, чтобы поднять нравственный уровень подрастающаго поколѣнія и приготовить мальчиковъ встрѣтить зло и искушенія, которыя неизбѣжно будутъ на ихъ пути, съ тѣмъ знаніемъ, которое одно только можетъ вполне вооружить ихъ для противодѣйствія. Очень многіе возстаютъ противъ преждевременнаго знакомства съ будущими искушеніями, говоря: „не надо возбуждать такихъ мыслей въ молодыхъ умахъ; опасно указывать мальчику прежде-

временно на то зло и тѣ искушенія, которыя, можетъ-быть, и не представляются ему“. Но дѣло въ томъ, что мысли несомнѣнно возникаютъ въ молодыхъ умахъ при первыхъ признакахъ зрѣлости; предполагая, что этого нѣтъ, люди только обманываютъ себя. Разъ мысли несомнѣнно возникаютъ, то чрезвычайно важно то, какія причины возбуждаютъ ихъ и какъ эти мысли будутъ направлены. Рано или поздно, мальчикъ узнаетъ то, что знаютъ другіе, и поэтому важно знать, *что* онъ узнаетъ и *какъ*? Узнаетъ ли онъ истину, которая поможетъ ему въ борьбѣ, или узнаетъ пошлость, ложь, предразсудки? Долженъ ли мальчикъ узнать, что цѣломудріе вполне совмѣстимо съ хорошимъ состояніемъ здоровья, или долженъ услышать, что для здоровья ему необходимо нарушать законы природы и нравственности?

На всѣ эти вопросы общество Бѣлаго Креста отвѣчаетъ, что мальчики подрастающаго поколѣнія должны научиться правильно относиться къ тайнамъ природы и бытія, и общество полагаетъ, что чрезвычайно важно, чтобы мальчикъ узналъ законы природы отъ человѣка, способнаго освѣтить сообщаемыя свѣдѣнія именно такъ, какъ этого требуетъ высшая нравственность. Все зависитъ отъ того, какъ будетъ излагаться объясняемое знаніе: все, что касается природы человѣка, должно быть сообщено мальчику въ спокойной, серьезной, научной формѣ, не вызывая ни усмѣшки, ни отвращенія. Мальчику надо сообщить въ простой и трезвой формѣ, что его тѣло предназначено для исполненія различныхъ функций, что эти функціи подчинены извѣстнымъ законамъ и что всякое уклоненіе отъ этихъ законовъ влечетъ за собою страданіе; онъ долженъ узнать *во-время*, пока еще не поздно, что за нарушенія законовъ и за излишества природа мститъ безжалостно.

Кромѣ устнаго объясненія со стороны близкихъ людей, той же цѣли можетъ служить молчаливое преподаваніе печатной страницы. Въ выборѣ книгъ встрѣчается то важное затрудненіе, что мало книгъ приспособлено для юношества. Книги вполне научныя, по вопросамъ физиологіи и гігіены, написанныя для юношества, обыкновенно обходятъ то, что

всего необходимѣ; дѣлается это большею частью не вслѣдствіе трудности предмета, а изъ ложной стыдливости и боязни затронуть щекотливые вопросы. Необходимо отбросить всякій ложный стыдъ и, если желаешь добра юношѣ, обращаться съ нимъ честно и открыто, помогая ему узнать тайну его жизни. Всякій вкладъ въ литературу этого предмета чрезвычайно важень. Члены общества Бѣлаго Креста пытаются проводить свои взгляды, но они не профессиональные ученые, и ихъ попытки могутъ быть не вполне удачны. Одна книга, написанная съ настоящей точки зрѣнія и съ полнымъ знаніемъ дѣла, можетъ принести много добра юношѣ и удержать его на прямомъ пути.

К О Н Е Ц Ъ .

ОГЛАВЛЕНИЕ.

Родителямъ.....	Стр.	3
-----------------	------	---

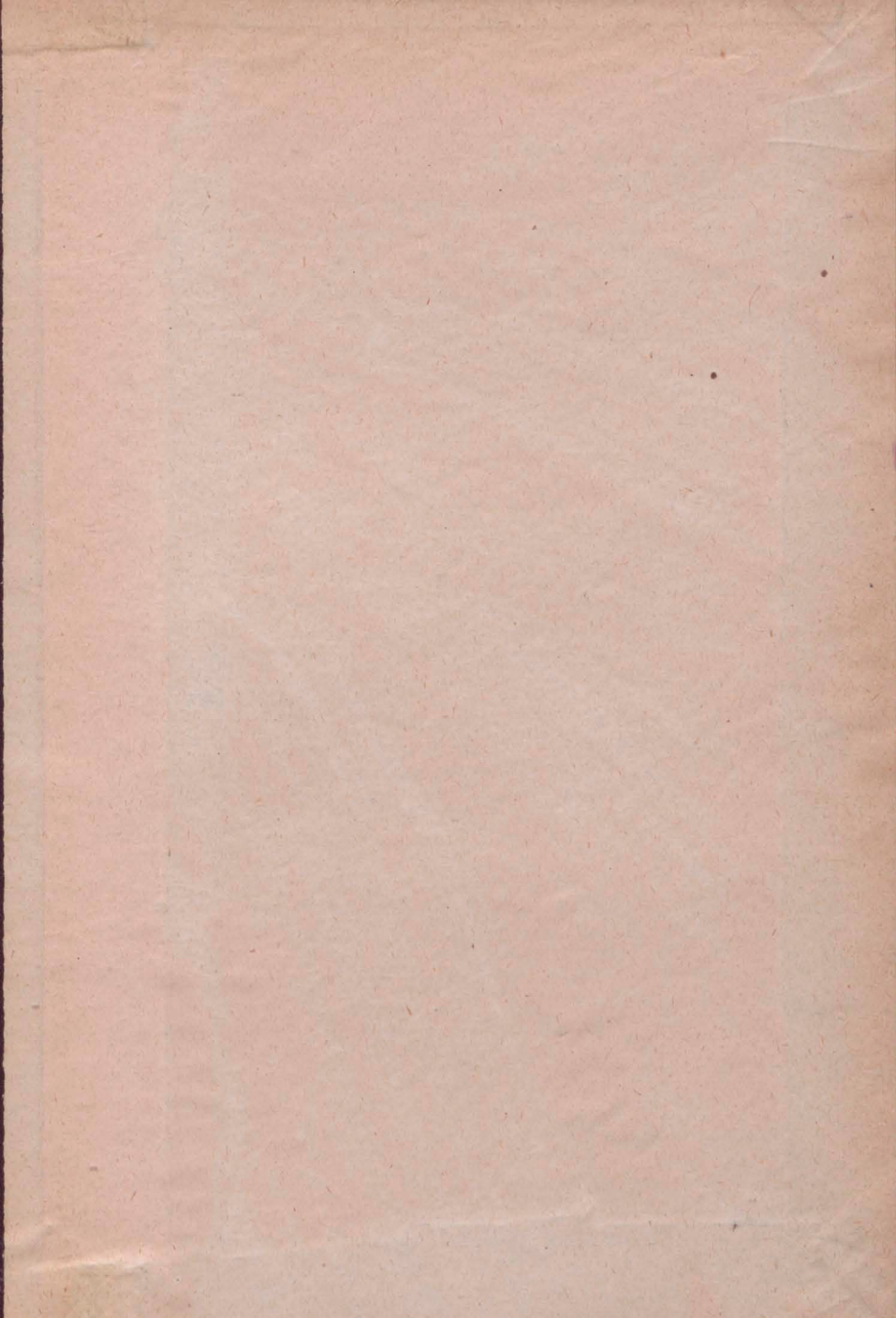
Часть I.

Глава	I. Происхождение жизни изъ сѣмянъ и яйца.....	9
»	II. Сѣмя и яйцо.....	14
»	III. Роль отца въ жизни растений.....	22
»	IV. Жизнь животныхъ и человека.....	28
»	V. Приготовление къ дѣятельному жизненному пути.....	35
»	VI. Опасная привычка.....	37
»	VII. Клѣтки и ихъ размноженіе.....	41
»	VIII. Железы слюнные и слезныя.....	47
»	IX. Печень. Молочныя и желудочныя железы.....	54
»	X. Повтореніе.....	59
»	XI. Органическая жизнь.....	63
»	XII. Усвоеніе пищи.....	67
»	XIII. Образованіе крови и венозная кровь.....	71
»	XIV. Артеріальная кровь и кровообращеніе.....	74
»	XV. Кости и мускулы.....	79
»	XVI. Мозгъ.....	83
»	XVII. Передача мыслей.....	89
»	XVIII. Лимфатическія и другія железы. Животная теплота.....	92

Часть II.

Глава	I. Половые органы и ихъ выдѣленія.....	100
»	✓ II. Тайный порокъ.....	108
»	✓ III. Возмужалость.....	114
»	IV. Сила мысли.....	117
»	V. Что такое полъ.....	122
»	VI. Сознательная и бессознательная мысль.....	127
»	VII. Какъ развить въ себѣ самообладаніе.....	131
»	VIII. Воздержаніе.....	136
»	IX. Права другихъ.....	140
»	X. Женитьба и отцовство.....	156
»	XI. Общество Вѣлаго Креста.....	163

10
01





2007097343