

Leek Koro Rim



HOOFDSTUK I.

Pamandangan dari perkara kawinan dan kasenangan dalem pengidoepan soemi-istri.

Troesken tanem bibit manoesia inilah ada satoe maksoed jang pertama dan jang teroetama dari kawinan, perhoeboengan jang paling kekel di antara doea menoesia, lelaki dan prempoan, dalem pri pengidoepannya ia berdoea.

Dalem perhoeboengan soemi-istri tiada bisa diseboet melepaskan napsoe dengan sapoeas hati; siapa-siapa poeaskan napsoe begitoe roepa, ia poen melanggar maoenja natuur. Betoel sekali kasenangan dari perhoeboengan badan antara orang lelaki dan orang prempoan ada gerakan sakoedjoer badan, tapi ini perhoeboengan badan kita orang moesti anggep sebagai perkara sebar bibit menoesia di dalem doenia, sebegimana tiap-tiap taon segala tetaneman ada bersemi kombali. Menoeroet kekwasään natuur, itoerhoeboengan badan ada djadi satoe djalan akan tamba djoemblanja menoesia baroe di dalem doenia.

Tetapi soepaia pikiran dan boedi menoesia bisa djadi bergoena bagi toeboenja. perloelah ada rasa girang, rasa senang, dan ini rasa senang boekan tjoema bisa didapet dari djalan poeaskan napsoe birahi sadja.

Siapakah satoe tempo atawa sringkali tiada rasaken dirinja soeda berboeat perkara jang bétœel, perkara jang baik, dengan melakœeken satœ hal jang bikin ia dapet ingetan aken merasa beroentoeng, lebi beroentoeng dari pada djika ia poeaskan napsœ hatinja jang memboeroe? Itoe perasaän beroentoeng dari perkara pertama ada tinggal lama, tapi rasa senang dari plesiran doenia sakedar dirasa boeat saliwatan sadja. Maka siapakah tiada nanti merasa lebi senang dengan ingetan beroentoeng dari satœ perboeatan jang bisa tetep menjenangkan hati, dari pada toeroet napsœ hati jang bisa bikin senang boeat sakoetika sadja, tapi barang kali kamœodian bisa terganti dengan rasa doeka atawa menjesel? Poeaskan napsœ dengan djalan begitœ boleh terbitken penjakit atawa perkara tiada enak jang lebi doeloœ tiada dikira

Bikin perhoœboengan badan boekan dengan atoeran jang tentœ sakedar bikin poeas hat dan ini tiada membikin menoesia terangkat lebi tinggi deradjatnja daripada binatang, malahan djadi lebi renda daripada itœ mahloek.

Berbeda sekali djika menjampeken napsœ pada djalan jang bener, dengan atoeran jang natuur soeda tentoeken bagi kitaorang

Tiada satœ apa ada lebi penting daripada bangoenken menoesia dalem pengidoepan, dâri apa ia bisa merasa senang serta beroentoeng,

sebagi djoega kitaorang sendiri; itoe pengidoe pan jang penoe dengan kagirangan dan kase-nangan, asal sadja kitaorang bisa pili jang baik dan djangan ambil lebi dari moesti.

Kaloe soeda kapastian, itoe rasa girang paling besar jang ada dalem pengidoe pan menoesia tjoema ada disana, dimana orang sakedar menjampeken napsoenja dengan satjara jang baik dan beres, boeat samboeng toeroenan me-noesia, perloelah bagi menoesia di ini alam di adaken satoe wet, soepaia ia djangan terboeroe toeroet napsoe hati dengan meliwatin wates, jalah lebi dari apa jang perloe soepaia toeboe tinggal waras dan jang perloe boeat menjampeken itoe maksoed, boeat jang ada dibikin perhoeboengan badan dengan dapet rasa senang Seandenja itoe napsoe dikasi kaloe ar boekan menoe roet pada djalan jang dioendjoek oleh natuur, nistjaia toeboe mendjadi ilang tenaga dan bisa terbitken laen-laen bintjana.

Bebrapa penoelis telah menjataken, napsoe birahi sakedar boleh dilepas, djika dengan begitoe bisa disampeken maksoed tanem troes bibit menoesia. Ini kliroe sekali. Djoega sala sekali kali, djika dianggep berdosa itoe orang jang masi melepasken napsoe birahinja, pada sasoe danja bibit jang ia sebar moelain toemboe.

Jang berkswa besar dalem natuur, jang soeda atoer semoea dengan begitoe pande, tentoe tiada nanti bangoenken itoe napsoe begitoe keras, seandenja ia ingin ditahan napsoe itoe. Tjobalah liat tjonto dari kembang. Natuur soeda kasi toemboe begitoe banjak kembang, tetapi brapa banjak antara ini boenga soeda rontok

zonder kasi kaloe ar boea? Tiadakah kaloe satoe malem sadja toeroen oedjan saldjoë, seringkali djadi binasa semoea boea di poehoen-poehoen?

Tiadakah satoe kali sadja ada angin besar, beriboe boea rontok dari poehoennja dan djato di tana? Apakah poehoen-poehoen tiada aken pata lantaran terlaloe sarat boeanja, djika natuur tiada bikin rontok boea jang kalebian dan jang boleh membikin roegi? Djikaloe ini semoea dibikin begitoe oleh natuur, mengapakah moesti dianggep menoesia berboeat kadosahan, djika ia maoe dapet rasa senang, rasa girang, dari katjintaän, kendatipoen ia soeda menjampeken maksoed-tanem bibit menoesia?

Aken djadi penghiboer tentang ini hal, orang haroes dapet taoe apa jang sasoeatoe orang, jang memang ada pengartian dalem itoe perkara, soeda taoe, tetapi jang boleh diambil taoe oleh siapa-siapa jang bion mengarti. Perkara jang orang haroes taoe adalah boekan tiap-tiap kali melepaskan napsoe sasoenggoenja ada djadi berasil aken sebar bibit, malahan pada sasoedanja liwat berboelan-boelan masi soesa ditentoe-kan, apa bibit jang disebar sasoenggoenja telah bersemi.

Semoea orang taoe, seringkali kawinan sampe bertaon-taon tinggal tiada dapet anak dan kaloe di dalem itoe begitoe banjak taon perkara kaloe arken napsoe tiada kadjadian dengan apa-apa jang tiada halal dan sari atawa geta jang ilang dalem itoe hal orang seboet sari *jang ilang!* tiada boleh dianggep sebagi disia-siaken, nistjaja perkara menjampeken napsoe hati dari menoesia pada djalan jang dioen-

djoek oleh natuur, djoega tiada bisa dibilang tiada halal, asal sadja itoe perboeatan tiada terbitken karoegian.

Dan begimana itoe perboeatan tiada terbitken karoegian inilah sahari-hari kitaorang telah menjaksiken. Seandjenja satoe tempo orang menanja pada satoe soeami-istri, aken ia bilang dengen sabenarnja, apa pada sasoedanja ternjata aken mendapat anak iaorang tiada bikin perhoeboengan badan lagi, nistjaja ia ampir rata-rata orang dapet penjaoetan, perkara sabadan tiada dibrentiken sama sekali.

Mengapakah dari lantaran sala mengarti moesti dinjataken apa-apa jang orang tiada perna toeroet dan lagi jang ada berlawanan pada maoenja natuur, djoega jang sakedar bisa ada dalem ingetannya pembentji menoesia sertaperoesak kasenangan hati?

Tetapi sampe sabrapa djaoe sasoenggoenja perkara lepas napsoe birahi ada terbitken perkara jang meroegiken, baik pada sasoedanja ternjata bibit jang disebar telah bersemi, baik itoe bibit tiada toemboe, inilah satoe perkara jang haroes diperhatiken betoel. Apa jang ditoelis pada berikoet ini adalah perkara jang dipreksa dengen teliti dengen ditrangken segala kasoedannya jang boleh meroegiken.

Orang djangan taro satoe tjatjing jang boleh gigit hatinja menoesia, djika ini menoesia ingin dapat rasa kasenangan, tapi orang moesti kendaliken napsoe hati, soepaja ini napsoe djangan dilepas lebi dari wates, hingga bisa terbitken kaonaran.

Tentang ini semoea nanti ditoetoerken lebi

teges di lembaran-lembaran jang blakangan dari ini boekoe. Sekarang lebi doeloe maoe ditrangken keadaän bagian-bagian toeboe menoesia jang berhoeboeng dengan perkara berseminja bibit menoesia.



HOOFDSTUK II

Dari hal bagian-bagian toeboe menoesia jang berhoeboeng dengan berseminja bibit menoesia.

Keadaän seantero anggota-anggota toeboe menoesia ada begitoe roepa, hingga dalem itoe toeboe bisa dioepamakan seperti satoe doenia ketjil. Terlaloë djaoë kaloe maoë dibandingkan dan dioendjoek, segala soengi, batoe karang dan tana dalem ini doenia boleh dibandingkan dengan oerat, toelang dan daging dalem badan menoesia. Djoega sebegimana berbagi-bagi mahloek dalem doenia bisa toemboe, beroba dan djadi baroe, begitoealah anggota-anggota dalem toeboe menoesia bisa toemboe, beroba dan mendjadi baroe. Ini ada resia dari natuur jang tinggal tersemboeni bagi kitaorang.

Begitoe resia djoega dalem toeboe menoesia ada tersimpen bekerdjanja bibit jang disebar aken tamba menoesia.

Sadari waktoe menoesia moelain oeroes dengan dirinja sendiri, orang telah tjari djalan sabole boleh aken dapet taoe betoel doedoeknja itoe resia. Demikianlah dokter dan orang orang jang tjari taoe keadaän natuur tjoba kasi njata timbangannja dalem ini hal serta kasi taoë pendapatannja pada laen orang.

Sablonnja dibitjaraken dengan ringkes paman-dangan-pamandangan dari berbagi bagi orang pande dalem itoe fatsal, lebi doeloe haroes di-trangken sedikit keadaän bagian-bagian toeboe jang moesti bekerdja boeat bikin toemboe itoe bibit.

Begitoe pande natuur kasi satoe tempat itoe bagian-bagian di tenga toeboe dan diadaken begitoe roepa, hingga tiada mendjadi sangkoe-tan bagi laen-laen angkota. Orang boleh lakoe-ken sasoeatoe pekerdjaän laen zonder mendjadi halangan, maski sedikit, bagi itoe bagian-bagian. Djoega natuur soeda bangoenken matjem ang-gota menoesia lelaki dan prampoean begitoe matjem, hingga itoe bagian-bagian di waktoenja tiada oesa bekerdja, tjoema ambil tempat sedi-kit sekali dan tiada terbitken rasa kikoek atawa tiada enak. Tetapi djika itoe bagian-bagian moes-ti bekerdja boeat maksoed jang disoewadjarken, nistjaia ia beroba.

Kendatipoen tanem troes bibit menoesia ada maksoed jang teroetama dari kawinan, toch me-noesia boekan tjoema, idoep boeat ini sadja dan lagi zonder itoe toch ia bisa idoep beroentoeng. Boekti dari ini ada terdapat dari hal itoe bagian-bagian toeboe bisa djadi loeka zonder laen-laen bagian badan toeroet dapet sakit atawa soesa.

Begimana sring tiada terdjadi, lantaran disia-siaken atawa lantaran koerang didjaga baek, kea-daännja itoe bagian-bagian mendjadi berbahaja, hingga moesti disingkirken dari toeboe. Toch sasoedanja kadjadian begitoe, laen-laen bagian badan tiada koerang satoe apa dan bisa beker-dja troes seperti biasa. Malahan ada ternjata

orang-orang kebiri mendjadi lebi koeat dan lebi gemoek badannja. Apakah barangkali itoe geta jang doeloe ada boeat idoeppen itoe bagian-bagian jang diboeang, sekarang djadi terpake boeat laen-laen bagian toeboe?

Di antara orang-orang prempoean sringkali terdjadi pada sablonnja bersalin atawa pada sa-soedanja bersalin satoe kali sadja, ia njata tiada aken bisa melahirkan anak lagi. Maski begitoe. toch badannja tinggal waras, pikirannja tinggal girang dan goembira aken idoepp.

Berobanja matjemnja bagian anggota badan orang lelaki boeat tanem bibit menoesia tiada ada begitoe penting dan tjoema bergoena boeat lakoeken pekerdjaan perhoeboengan badan. Tetapi lebi penting berobanja itoe bagian toeboe dari orang prempoean, jang moesti kandoeng anak ampat poeloe minggoe lamanja, moesti lindoengken serta didik ini anak di dalem kandoengan. Boeat simpen ini anak dalem kandoengan boekan ketjil tempatnja. Toch ini tempat soeda melar dengan keras, tapi dengan tiada dirasaken sakit, hingga itoe anak dapet tempat di dalem kandoengan satjoekoepnja sadja dan tiada lebi dari apa jang bergoena aken ia tersimpen di dalem tempo jang tentoe dan kamoe-dian dengan kakoeatannja sendiri ia mendjelma di dalem doenia.

Dan keadaän tempat, dimana itoe anak dikandoeng djoestroe ada tempat paling baek dan paling enak boeat ia. Lagipoen orang moesti inget, begimana ia reba disana dengan dilindoengken amat teliti. Pertama ia ada terkider dengan saroeapa barang entjer, jang lindoengken

padanja boeat sasoeatoe ganggoean jang bisa kena pada badannja satoe iboe; itoe perlindoe-
ngan djoega telah bikin ia bisa bergerak dengan
merdika serta tjega saroengnja ari-ari katarik
terlaloe keras pada itoe anak, hingga ini anak
bisa laloeasa mendjadi besar. Dalem kandoengan
itoe anak blon perloe bernapas, maka natuur
koeroeng itoe anak dengan saroepa aer jang ke-
ras kakoeatannja. Disanalah itoe anak tinggal
seperti ikan di dalem aer.

Lebi djaoe itoe anak ada terkoeroeng doea
matjem koelit tipis sekali, jang toetoe ini anak
sebagi terdjadi dengan telor, dengan kasi ting-
gal tempat terboeka aken ia laloeasa bisa ber-
gerak. Dan achirnja ini semoea ada dilindoeng-
ken oleh ari-ari (baarmoeder) aken tjega segala
keadaän jang apabila ada perobaän pada toe-
boenja iboe bisa djadi berbahaja bagi anak jang
ada dalem kandoengan.

Djika di inget lagi, segala isi peroet, oerat-
oerat dari toeboe dan koelit badan djoega ada
saoepama boengkoesan dari djaoehan boeat lin-
doengken itoe anak dalem peroet, njatalah itoe
anak jang terboengkoes soeda dapet lindoengan
tjoekoep aken tjega bahaja dari sebla loear. asal
sadja ini bintjana tiada ada begitoe keras. hinggasa
koedjoer badan atawa sabagiannja mendjadi loeka.

Tempat tinggalnja sendiri dari itoe anak dalem
kandoengan ada terlengket di bagian sebla da-
lem dari toeboenja orang prempoean begitoe
roepa, hingga beratnja itoe anak jang dikandoeng
bersama keadaän di sepoeternja, sebagai djoega
gerakan-gerakan jang ia berboeat, tiada sedikit
bikin ia djadi terkiser,

Begitoe pande natuur soeda adaken itoe tempat tinggal anak dalem kandoengan, begitoe telah terdjadi djoega dengan satjaranja itoe anak lolos dari boengkoesan, jang sakean lama koeroeng padanja, aken kaloe ar di dalem doenia. Poen dengan ini, laen-laen bagian badan tiada mendjadi loeka Oerat-oerat jang ada begitoe koeat sebegimana perloenja telah katarik dengan litjin mendjadi satoe dan bekerdjanja ini semoea kakoeatan dalem satoe djoeroesan sadja bagi anak jang tinggal dalem itoe boengkoesan ada begitoe matjem, hingga ia mendjelema di doenia dengan kaloe ar di sapandjang djalan satoe-satoenja jang ia bisa dapet.

Begitoe pande djoega, seperti biasa terdjadi, adalah itoe anak dilahirken dengan kaloe ar kapalanja lebi doeloe. Ini ada paling baik aken bikin lega itoe bagian badan jang terboeka dari si iboe, dari djalan jang mana si anak kaloe ar di dalem doenia. Lagipoen toelang-toelang jang boengkoes* otak, maski keras, blon rapet satoe sama laen, hingga ini toelang-toelang bisa berkiser dengan melintangan di antara satoe dengan laen.

Sebab melarnja dan ringkesnja badan iboe jang berkandoeng pada waktoe bersalin moesti kadjadian dengan dirasakan sakit, natuur soeda beriken rasa enak den njaman begitoe banjak sabolehnja pada waktoe sebar bibit menoesia. Natuur telah adaken rasa nikmat dalam perhoeboengan badan begitoe besar, hingga si iboe jang beroentoeng bisa lekas loepa sakitnja dan apabila mempoenjai kombali kandoengan, ia tiada inget lagi itoe rasa sakit jang soeda diganti

tjoekoep dengan anak jang dilahirken dalem doenia.

Tiada bisa dipastiken, siapa di antara soeami dan istri jang ada dapet lebi banjak rasa senang pada waktoe sabadan, tapi bisa dianggep sadja, orang prempoean ada dapet rasa lebi senang, sebab di kamoedian hari ia djoega jang moesti pikoel paling banjak rasa sakit.

*
* *

Di antara bagian-bagian badan dari orang prempoean jang amat penting ada teritoeng djoega tete. Kendati ini anggota badan tiada lantes berhoeboeng dalem hal tanem troes bibit menoesia toch itoe anggota ada bergoena aken kasi soesoe pada anak jang baroe dilahir. Tete ada mendjadi barang pembawaan kawin dari orang prempoean. Tete jang bagoes potongannja ada mendjadi tanda kabaean djoega dari laen-laen halnja. Anak-anak gadis jang blon bisa melahirken anak, iapoenja tete poen blon toembce betoel. Begitoe lama si iboe menjoesoein iapoenja anak jang baroe dilahir, brentilah djoega ia dapet kaen kotor (atawa jang biasa diseboet „dateng boelan”), tapi atjapkali djoega ini kaen kotor bisa dateng pada masa menjoesoein anak.

Dzat jang terbitken pengidoepan, itoe bibit, jang pada orang lelaki ada digoenaken boeat samboeng toeroenan menoesia, telah ada di dalam toeboe boekan tjoema boeat itoe maksoed sadja, hanja menoeroet pendapatetan dan boekti-boekti jang njata, apabila ia balik dalem badan, ada bergoena doega aken bikin koeat ini toeboe,

aken bikin trang pikiran. Lantaran begitoe djanganlah orang sengadja siasiaken atawa borosken itoe geta jang bergoena.

Disia-siaken zonder ada goenanja mengartinja, djika di kasi kaloe ar dari toeboe boekan menoeroet satjara jang biasa, hingga itoe manik djadi ilang zonder dapet menjampeken maksoed samboeng toeroenan menoesia dan zonder boeat ini kailangan didapat peganti karoegian, sebagaimana ada terdjadi djika dikaloe arken menoeroet atoeran natuur, menoeroet satjara biasa.

Sebab manakala itoe dzat kaloe ar menoeroet atoeran natuur pada djalan bikin perhoeboengan badan, nistjaia pada kadoea fihak, lelaki dan prempoean, itoe dzat jang kaloe ar ada dapet pegantinja dari bagian toeboe masing-masing. Dengan begitoe, perkara sabadan ada bantoe bikin toemboe kadoea badan, lebi lagi djika perkara itoe kadjadian pada masa oemoer sedeng, di masa sedeng koeat dalem pengidoepan. Tetapi kaloe itoe geta diboeang boekan di sapanjang djalan jang dioendjoek oleh natuur, nistjaia badan mendjadi lela serta lesoe dan otak mendjadi poentoel.

Perboeatan kasi kaloe ar bibit boekan di sapanjang djalanan jang loemra, membikin ilang kakoeatannja toeboe dan otak, malahan orang jang melakoeken ini perboeatan, lebi doeloe ilang sama sekali ingetannja jang tiang, aken kamoedian abis djoega tanaganja sama sekali.

Sajang sekali ini kadjahatan sring kadjadian diantara anak-anak djedjaka dari oemoer 12 atawa 14 taon. Itoe sebab, sekalian orang toea dan pendidik-pendidik haroes awas betoel

pada anak-anak atawa pupilnja, soepaia marika ini djangan berboeat itoe perkara dosa ltoe terbit napsoe boeat kasi kaloe ar dzat pada djalan jang sesat sringkali terdjadi lantaran ingetan tiada kroean jang terbit sasoedanja batja boekoe-boekoe jang bangoenken napsoe birahi atawa lantaran perboeatan tiada sanoenoe dari orang-orang jang beroemoer dewasa jang dengan djail dan dengan sengadja tjeritaken tjerita-tjerita tjaboel pada anak-anak hingga dengan begitoe iaorang djadi ratjoenin ingetan itoe anak-anak. Baboe-baboe poen soeka memaen tiada kroean sama anak-anak jang ia djaga, djoega sringkali anak-anak jang masi terlaloe moeda telah dikasi minoem-minoeman keras, enz.

Zonder sia-siaken itoe bibit, orang bisa djoega kasi kaloe ar ini dzat, apabila orang inget segala perkara jang tiada sanoenoe dan inilah ada lebi berbahaja bagi toeboe.

Poen pada orang prempoean moesti dikasi nasehat. aken tetep toeroet betoel atoeran natuur dan djangan sekali djadi terboedjoek boeat poeasken hati sampe liwat wates, jang boleh meroesaken iapoenja kasantausaän, katjantikan dan kasehatan badan.

Sebagi dengan sengadja sia-siaken bibit boleh diseboet. djoega perboeatan orang-orang jang maski pili djalan jang loemra, telah poeasken napsoenja terlaloe sring. Sedeng kaloe lepas napsoe birahi sadjamaknja sadja, badan bisa bertamba baek, adalah melepas napsoe dengan katerlaloean bisa terbitken bintjana, maski ini bintjana tiada begitoe lekas dan tiada begitoe heibat seperti kaloe disia-siaken itoe dzat pada

boekan djalan natuur, toch itoe perboeatan di loear wates bisa bikin pendek oemoer dan lagi badan gampang sakit dan lema, hingga dalem pri pengidoepan tiada bisa dirasaken lagi itoe kasenangan dan kahikmatan, jang bisa didapet djika orang bawa pengidoepan jang sadjamaknja dengan bisa sajang tenaga dan bibitnja. Djoega itoe perboeatan di loear wates bisa terbitken penjakit jang tentoe. Dokter Giraudeau de Saint Gervais, satoe thabib bangsa Frans, soeda perna obatin doea soeami istri jang lantaran katerlaloean poeaskan napsoe hatinja, telah dapet sakit salaloe kaloe ar jang djahat di iapoenja bagian badan jang paling ketil. Perkara begini bisa kadjadian djoega baekpada orang lelaki, baek pada orang prempoean jang soeka kasi ka oear napsoenja pada djalan jang bertentangan pada natuur.

Lantaran terlaloe banjak lepas napsoe hati, sringkali membikin ari-ari djadi tiada koeat, lebi djaoe bisa dapet sakit mata, dapet kalangan biroe di sapoeternja mata, kapala, oeloe hati dan dada sakit, pikiran kesel, badan djadi bongkok, mata tiada awas enz. Orang toea dan goeroe-goeroe sekola haroes awas pada anak-anak dan moerid-moeridnja dalem ini hal. Sebab tiada ada satoe hal jang begitoe banjak bikin ilang kakoeatan daripada terlaloe sring ilang itoe bibit, jang boekan tjoema moesti djadiken menoesia baroe, hanja ada besar djoega pengaroenja bagi kakoeatan badan pengidoepan menoesia jang soeda ada dalem ini alam.

Sedeng melepaskan napsoe dengan katerlaloean bisa berbahaja bagi kawarasan laen-laen anggo-

ta badan, poen terlaloe tahan napsoe birahi bisa terbitken bintjana. Dalem toeboe :menoesia ada saroe pa dzat jang sampe pada oemoer jang tentoe sabagian besar ada terisep di dalem dara; ini dzat adalah bibit menoesia. Apabila menoesia beroemoer dewasa, datenglah tempnja sabagian ini bibit tjoema bisa mengalir di sapandjang djalanan jang ditentoeken oleh natuur. Djika di itoe waktue ini bibit tiada dikasi kaloe ar, nistjaia ia djadi terlaloe banjak di dalem toeboe, hingga boleh terbitken kaonaran.

Tiada tjoekoep, kaloe dibilang, itoe bibit jang kalebian bisa dilinjapken dengan pake obat-obat jang mengentengken, sebab itoe obat tjoema bekerdja boeat samentara waktue dan bikin badan djadi ilang kakceatan. Djika itoe dzat perloe dikasi kaloe ar, biarlah ia dikaloe arken. Ini sebab melepasken napsoe birahi pada tempo jang tentoe bagi menoesia ada perloe dan baik. Tapi ini semoea ada bergantoeng dengan tempo, pada waktue jang mana orang djadi beroemger dewasa.

Biasanja orang pikir, samingkin tjepet napsoe dateng dan dilepas, samingkin lekas djoega ia brenti, dan samingkin laat napsoe dateng serta dipoeasken, samingkin lama lagi orang bisa sebar troes bibit menoesia.

Tetapi jang paling pasti adalah dalem pengidoepan menoesia moesti ada tempo, di masa jang mana melepasken itoe napsoe ada baik boeat pri kasehatan, dan siapa-siapa kaloe disoeroe oleh natuur dengan paksa tahan ini napsoe, ia poen tiada menjampeken maksoed, boeat jang mana ia diadaken dalem doenia.

Tiada ada banjak orang jang tahan napsoe begitoe roepa, sebab kaloe tjoema tiada kawin inilah blon bisa mendjadi ketrangan aken tahan napsoe birahi. Tapi djika sesoenggoenja ada orang-orang jang tiada melepaskan napsoe hatinja pada tempo oemoer tjoekoep, nistjaja itoe orang-orang koerang baik pri kasehatannja.

Di lembaran-lembaran jang blakangan dari ini boekoe orang nanti liat maski di antara orang-orang jang terkawin, djika ia menahan napsoenja katerlaloean, ini perkara mendjadi tiada baik boeat kawarassanja.

Di negri-negri sebla Oetara jang hawanja dingin biasa ada tjonto dari orang-orang jang seoemoer idoeop bisa tahan napsoenja. Bisa djadi ada bebrapa orang jang zonder dapet bahaya apa-apa bisa tahan keras aken tiada beristri, tapi tiada bisa disangkal djika menahan napsoe sampe terlaloe djaoe, bisa dapet sakit roepa-roepa matjem. Satoe kawinan jang beroentoeng bagi manoesia boleh dianggep ini doenia seperti sorga. Orang-orang jang bisa idoeop sampe oemoer paling tinggi kebanjakan ada orang-orang jang terkawin, jang bawa pengidoepan sadjamaknja dan beroentoeng dalam kawinan. Kesenangan dari katjintaan dalem kawinan, lantaran begitoe, tiada boleh ditampik sebab djarang sekali satoe soeami istri lantaran bertjintaan telah mendjadi sakit, salaennja djika ia orang berboeat lebi dari moesti. Orang-orang jang berpenjakitan an toeboenja tiada segar, hingga tiada tjakep boeat satoe kawinan, tentoe tiada bernapsoe ken ambil kasenangan hati demikian, dan seandjenja dengen kakoeatan natuur ia dapet

napsoe begitoe, ia orang nanti merasa lebi senang dan lebi baek, djika ia toeroet itoe napsoe boeat sedjamaknja sadja.

Satoe katjintaan jang tegoe tiada gampang aken ditindi atawa dibikin ilang; ini katjintaan djarang toeroet maoenja ingetan dan tempo-tempo boleh membikin njawa binasa. Satoe officier moeda jang dapet tjinta keras pada satoe anak prempoean, di soeatoe malem soeda berdjandji akan ketemoe satoe sama laen. Setelah ditoenggoe terlaloe lama dan itoe nona blon dateng, napsoenja itoe officier djadi memboeroe amat keras; ia poenja dadi memoekoel keras, ia poenja dara mengalir di antara oerat-oerat, matanja seperti menjala dan tempo-tempo napasnja djadi pepat.

Achirnja itoe nona jang ditjinta dateng menghampirkan. Itoe afficier sigra memboeroe dan peloeok padanja, dengan ditekan keras pada dadanja. Kemoedian itoe officier kaloearken satoe treakan dan tiada bernjawa lagi.

Menoeroet papreksahan dokter Cospard di Berlin tentang pertimbangan antara orang-orang jang mati, jang soedah menika dan jang tiada terkawin, di antara 100 orang lelaki jang meninggal doenia dalem 30 sampe 35 taon ada 27 orang jang tiada terkawin dan 18 jang soedah kawin. Di antara 100 orang lelaki jang tiada beristri tjoema ada 41 orang bisa makan oemoer 40 taon, sedeng di antara 100 orang lelaki jang soedah kawin ada 78 jang bisa idoep sampe oemoer sebegitoe. Di antara 100 orang lelaki jang idoep sampe oemoer 60 taon ada 22 jang tiada beristri dan 48 jang soeda menika.

Pada oemoer 70 taon itoe angka-angka ada 11 dan 27. Di antara ampat orang lelaki jang idoepp sampe 80 taon tjoema ada satoe jang tiada menika. Maski di antara orang-orang jang terkawin ada perloe bawa pengidoepan sadjamaknja jang berhoeboeng dengen perkara kawinan, toch itoe perhoeboengan badan jang perloe dalem kawinan ada sanget penting boeat tinggal sehat.

Lagi sekali dikasi inget, baik orang lelaki, baik orang prempoean, djangan terlaloe menahan napsoe, kaloe datang temponja aken dilepas. Pada orang prempoean kasoedahannja tahan napsoe terlaloe keras ada lebi besar bintjananja dari pada orang lelaki, sebab pada orang prempoean kasoedahan dari lantaran tiada terkawin njata ada lebi keras lagi.

Sebegimana pada anak-anak prempoean boleh djadi roesak pranakan, djika ia bikin ilang kahormatan toeboenja pada masa masi terlaloe moeda, hingga bisa dapet sakit kapoetian jang berbahaja bagi pri kawarasan, begitoelah orang-orang prempoean jang beroemoer dewasa djoe-ga bisa dapat itoe penjakit, djika ia terlaloe tahan napsoe birahinja.

Djika itoe geta bibit terkoempoel terlaloe banjak dan napsoe mendjadi terlaloe keras, pada orang lelaki natuur nanti membri toeloengan sendiri. Tapi bibit jang kapaksa kaloear sendirinja begitoe roepa ada membikin ilang banjak kakoeatan, jang mana tiada nanti ilang, kaloe itoe napsoe kaloear pada djalan jang dioendjoek oleh natuur. Orang lelaki jang di waktoe malem sring kaloear sendirinja itoe geta, iapoenja badan poen mendjadi ilang sama sekali kakoe-

atannja. Seandjenja itoe perkara kaloear sendiri tiada terdjadi dengan sering, nistjaja ia tiada terbitken kedjahatan apa-apa dan menoeroet pikirannya bebrapa dokter itoe perkara mendjadi pertimbangan boeat perkara tahan napsoe hati. Dalam hal demikian ia bisa disamakan dengan perkara „dateng boelan” pada orang perempoean. Biasanja itoe dzat kaloear sendirinja, pada sasoe danja orang mengimpi jang tiada kroean. Tapi kaloe itoe perkara kaloear sari ada terdjadi sering-sering atawa soeda djadi lantaran penjakit atawa lantaran bermoela kali ada disengadja, perloelah aken lantas minta nasehatnja dokter. Pada orang prempoean perkara „dateng boelan” terlaloe tjepet atawa terlaloe banjak kaloear itoe kakotoran, boleh mendjadi tiada baik. Poen dalam perkara begini baik diminta dokter preksa.

Dokter Hufeland telah toelis satoe recept aken tjega itoe perkara kaloear sari sendiri di waktoe malem, seperti ini:

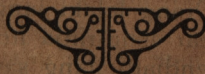
Rec.

Elixir acid. Holleri 15.0

Tinct — Chinac compos. 45.0

Ini obat moesti diminoem saben hari tiga kali 15 ketél, tjampoer dengan aer goela.

Blakangan orang minoem kina, kwassie, colombo, Terra Catechu, staalwijn, Pymontawater, tjoetji itoe bagian toeboe jang ketjil dengan aer dingin dan kamoedian tjoetji dengan kamferspiritus jang soeda dibikin tawar dengan aer.



HOOFDSTUK III.

Bagaimana djadinja menoesia dan berbagi-bagi pikiran ten- tang itoe

Tentang satjaranja menoesia mendjelma di dalem doenia telah banjak ditoelis dan banjak djoega dinjataken pikiran jang satoe pada laen ada berlaenan. Dokter-dokter, orang-orang jang sering-preksa keadaän dalem toeboe dan orang-orang jang tjari taoe keadaän natuur telah tjari taoe itoe resia. Tetapi pendapatannja itoe orang-orang pande ada berbeda satoe dari laen, hingga itoe perkara samingkin lama boekan mendjadi bertambah trang, hanja mendjadi samingkin gelap.

Bermoela orang kira, bibit jang disebar tjoema kaloe ar dari orang lelaki sadja, sedeng orang prempoean tjoema sedia tempat aken simpen dan koekoet itoe bibit jang ia kandoeng dalem toeboenja, sampe itoe bibit mendjadi mateng aken kaloe ar di dalem doenia.

Tapi sigra djoega orang lepas ini pikiran dan akoe, orang prempoean, tiada lebi sedikit daripada orang lelaki, ada bantoe kaloe arken bibit aken samboeng toeroenan menoesia dan ini bibit dari doea fihak telah berkoempoel di dalem ari-ari hingga dengen begitoe ia mempoenjai bagian sama banjakknja seperti orang lelaki dalam hal tamba djoemblanja menoesia di ini alam.

Blakangan orang goenaken microskoop (kijker aken bisa preksa barang sampe jang begimara aloes djoega) dan orang rasa dalem bibit jang orang lelaki kaloearken ada banjak sekali binatang-binatang aloes, jang dianggep, semoea ada djadi semi dari menoesia, jang sakedar menoenggoe dapet tempat jang betoel, di mana ia bisa tinggal idoep dan bersemi troes. Kerna ini koetoe koetoe ada sanget banjak djoemblanja, hingga tiada bisa di itoeng, perloelah beriboe itoe binatang aloes moesti ilang pada sablonnja satoe di antaranja ada begitoe beroen toeng aken idoep troes sampe djadi menoesia.

Lantaran begitoe dan djoega lantaran ketaoean koetoe koetoe aloes begitoe ada terdapat djoega di lain lain barang entjer, sigra djoega orang rasa, perasaan atawa pikiran sepeti di moeka ini ada kliroe.

Laen laen orang berilmoe telah pahamken keadaan toeboehnja orang pr mpoean aken tjari taoe, begimana djadinja menoesia. Ini ada sijsteem dari orang orang jang rasa, dalem toeboe orang prampoean ada terdapat telur-telur, dalem mana ada terboengkoes semi menoesia sampe pada bagian-bagiannja jang paling aloes dengan compleet. Tetapi terlaloe djaoe, djika ditoetoerken masing-masing pendapat dan pamandangan dari masing-masing orang berilmoe jang menjari taoe resianja natuur dalem ini fatsal.

Boleh dianggep sadja bener dalem telur ketjil dalem toeboenja orang prempoean ada tinggal semi dari menoesia baroe, jang, apabila itoe telur bersemi, pelahan-pelahan toemboe dengan tentoe aken mendjadi menoesia. Jang bikin itoe

telor bersemi adalah bibit jang dilepas oleh orang lelaki. Ini ada saopama oedjan besar di moesin panas dengan mendadak bikin bergerak bibit jang kapendem di dalem tana, hingga ini bibit djadi terboeka dan kaloe ar akar, kamoedian ia toemboe teroes sampe mendjadi poehoen: Manoesia jang aken mendjelema ada di dalem itoe telor ketjil sebagai semi jang kaloe dapet djalan jang baik bisa toemboe troes. Tapi ini semi di dalem itoe talor ada seperti terkoeroeng oleh satoe kakwasaan jang gaib; ia tidoer didalem itoe telor dan menoenggoe waktoe dikasi bangoen oleh bibit jang berasal dari orang lelaki. Itoe waktoe iketan atawa boengkoesannja djadi terboeka dan dengan mendadak ada gerakan-gerakan di tempat jang doeloean tiada ada gerakan apa-apa dan ada kosong. Itoe bibit dari orang lelaki ada mempoenjai sifat menoesia gerakan, jang orang gampang liat dengan microskoop, dan ini gerakan masoek di semi dalem itoe telor, semi jang mana tiada mati, hanja tidoer. Boekan itoe telor dan bibit orang lelaki jang djadi barang-barang bakal boeat djadikan menoesia baroe. Tetapi itoe telor adaken itoe semi, jang ada oepama barang bakal, oepama batoe boeat diriken roemah. Bibit orang lelaki sakedar boleh di ibaratken architect jang diriken roema; ia djoega jang bangoenken matjemnja itoe semi jang lebi doeloe tiada ada matjem atawa bangoennja, hingga mendjadi vorm atawa matjem menoesia. Kaloe soeda skese kerdjaken ini, nistjaia itoe bibit djadi ilang, sebagai djoega laenlaen dzat dari anggota badan jang tiada bagoena lagi. Dengan begitoe itoe bibit tiada

bantoe apa-apa lagi boeat bikin toemboe troes itoe semi jang moelain toemboe.

Apabila itoe telur dalem toeboe orang prem poean soeda terboeka dan isinja telah bersemi dengan satjara seperti jang diterangkan di atas ini, itoe semi lantes kaloe ar akar-akar di sapoeternja tempat kadiamannja dan trima segala makanan jang perloe dari tempat-tempat, dimana itoe akar-akar telah masoek hingga bermoela toemboelah otak dan kamoedian baroe laen-laen bagian dari badan manoesia. Itoe semi jang bermoela matjemnja sebagi satoe ikan ketjil jang bernang, nanti dapet dara pertama deket bagian hati dan begitoe lah ini dara mendjadi hati

Dari ini tempat dara, dimana sigra keliatan gerakan dadi, pelahan-pelahan ada djadi oerat-oerat jang bermoela keliatannja tjoema seperti streep-streep mera ketjil, blakangan baroelah keliatan seperti tali aloes. Sasoedanja ada dara, dalem itoe semi keliatan gerakan-gerakan sebagi barang idoep, kerna ini gerakan-gerakan ada dari oerat-oerat jang terbit di dalem itoe badan ketjil jang masi lender.

Kamoedian toemboelah djoega laen-laen anggota badan. Tapi disini boekan tempatnja boeat toelis pandjang lebar itoe hal.

Kliroe sekali kaloe orang bilang, anak dalem peroet baroe idoep, djika si iboe rasaken gerak-gerakannja ini anak dalem kandoengan. Si iboe poen tiada bisa rasaken memoekoelnja hati dan gerakan-gerakan ketjil sekali dari badan sanget ketjil dari itoe anak jang ada di dalem. Djikaloe ini anak soeda djadi begitoe besar, hingga ia bisa kena pada pinggir atawa tembok dari tempat-

nja berdiam, baroelah si iboe bisa rasaken ia poenja gerak-gerakan.

Tangan dan kaki dari anak dalem kandoengan ada toemboe seperti tjabang tjabang dari poehoen dan sebab ini anggota toemboe dengan pelahan. sring djoega ia djadi tiada bagoes bangoennja, seperti koerang satoe tangan atawa koerang satoe kaki enz.

Soeda tentoe kasalahan kasalahan dari bagian loear toeboe, oepama si iboe djato atawa kapoekoel keras, moesti ada pengaroenja bagi anak dalem kandoengan.

Poen djika si iboe djadi kaget dengan mendadak, anak di dalem kandoengan toeroet dapet ganggoean.

Hal djadinja menoesia dalem toeboe iboe boleh disamakan dengan anak ajem di dalem telur, tapi berbedanja adalah anak ajem dalem telur ada terkoeroeng rapet, hingga tiada bisa dapet apa apa dari loear, samentara anak dalem kandoengan bisa dapet makanan dari iboenja sendiri.



Hoofdstuk IV.

Tempo aken menoesia boleh lepas napsoenja zonder berbahaja apa-apa.

Di moeka ini soeda dioendjoek, itoe sari ada perloe boeat tanem troes bibit menoesia dan boeat bikin baek keadaan toeboe, tapi perloe djoega itoe dzat dikasi kaloe ar djika kabanjangan dalem badan. Sekarang orang haroes dapet taoe, kapankah itoe bibit ada terlaloe banjak, hingga perloe dikasi kaloe ar, atawa dengan laen perkataan: kapankah orang lelaki dan orang prempoean ada hak aken bersabadan?

Pikiran orang dalem ini hal masi berbeda beda. Banjak orang bilang, baek kawin dalem oemoer 30 taon. Laen orang lagi, antara mana ada penoelis penoelis jang baroe kasi oendjoek asil kalamnja, telah rasa orang prempoean baek menika pada oemoer 18 atawa 20 taon dan orang lelaki dalem oemoer 20 atawa 24 taon.

Tetapi paling perloe diperhatiken toemboenja badan dan setjaranja pengidoepan sasoeatoe orang. Malahan menoesia bisa dianggep soeda sampe oemoer atawa waktoe dewasa pada sablonnja ia dapet ingetan aken menika.

Tetapi orang tiada bisa anggep orang lelaki atawa orang prempoean soeda djadi dewasa tjoe koep, djika padanja ada kentara sifat sifat jang perloe dalem perkara perhoeboengan badan,

seperti itoe tanda jang sasoeatoe orang telah kenal sebagai alamat alamat balèk. Sabenernja ini tanda tjoema mendjadi boekti, itoe orang lelaki atawa orang prempoean soeda bisa troesken tanem bibit menoesia, tetapi boekan ia soeda mendjadi mateng boeat itoe perkara.

Dalem hal samboeng toeroenan adalah menoesia boleh dianggep sebagai laen laen mahloek jang idoep, sebagai binatang, dan boeat kawinan jang beroentoeng haroes dipili orang orang jang maski tiada rata ada bagoes anggota anggota badannja, pri kasehatannja ada koeat. Satoe anak prempoean jang ingin menika dan ingin dapat toeroenan jang koeat moesti pili satoe soemi jang pengawakannja sedeng, toeboenja koeat. Orang-orang lelaki jang ramboet kapalanja kerap dan berwarna bruin, dengen koemis bagoes, alis rapet, djanggoet boender dan pipinja berisi, tentoe bisa dapat anak jang koeat serta bagoes. Lebi djaoe orang prempoean, djika maoe pili soemi, moesti liat jang matanja djeli serta trang, bibir mera, aer moekanja trang, dadanja lebar, lehernjatiada terlaloe pendek, tapi djoega tiada terlaloe panjang, poendaknja lebar, tangannja tegoe enz. Orang jang gemoek biasanja djarang ada kakoeatan tjoekoep boeat adaken toeroenan.

Orang orang lelaki jang pada masanja moeda terlaloe banjak plesir maen moeda atawa terlaloe banjak minoem minoeman keras, djarang sekali bisa djadi soemi jang baik. laorang koerang tenaga dan lekas merasa lela, hinggatiada berharga aken mendjadi soemi.

Sikep gaga, gampang gerakan badan, maski

pada sasoedanja melakoeken pekerdjaan berat, ini tandanja saloeroe anggota badan ada baik. Orang begini ada tjakep boeat samboeng toeroenan. Orang lelaki jang soesa serta pelahan gerakan toeboenja, swaranja kendor, badannja lema. sringkali tiada ada kamampoean boeat tamba djoemblanja menoesia. Orang jang terlaloe koeroes tandanja iapoenja paroe koerang baik, hingga makanan dalem peroetnja soesa antjoer. Orang-orang lelaki jang adatnja berangasan ada keras lagi napsoe hatinja; orang begini bisa kenalan dari warna moekanja jang mera, sebet dalem gerakan badannja, tetapi tjerobo, tiada bisa katahan napsoenja dan soeka ambil plesiran.

Orang lelaki jang moekanja poetjet, lema dan zenuwachtig, boekan ada soemi jang haroes dipili.

Oemoer jang paling sedeng boeat orang lelaki, aken tamba toeroenan, ada di antara oemoer 20 sampe 30 taon.

Sedeng di moeka ini soeda dioendjoek sifat-sifat jang perloe ada boeat satoe soemi jang baik serta dioendjoek djoega sifat-sifat jang koerang baik bagi satoe soemi, sekarang baeklah ditoelis sedikit tentang hal orang prempoean. Orang prempoean jang kapalanja besar soeka lebi berkwasia dari soeminja. Orang pili istri jang sikep kapalanja ada sedikit moelia dan djoega sedikit saderhana, lebi lagi kaloe ada poenja ramboet pandjang serta aloes. Orang

prempoean begini pranginja aloes. Poen orang prempoean jang ramboet koening ada baik, kerna ia sajang dan perloe bagi soeaminja dan lagi soeka beladjar. Orang-orang prempoean jang ramboetnja mera tiada nanti bisa lahirken anak jang bagoes.

Mata ada oepama katja dari njawa. Maka orang moesti perhatikan akeni dapet istri jang matanja djeli, tapi aloes dan saderhana.

Orang prempoean dan anak-anak prempoean dengan kalangan biroe di sakiter matanja ada bernapsoe keras atawa ada dendem doeka hati atawa djoega bernapsoe sampe di loewar wates, djika itoe kalangan biroe boekan berasal dari penjakit. Orang prempoean moesti mampoenjai moeloet ketjil jang mera. Bibir poetjet, lebi lagi kaloe tiada rapet, dan isit poetjet ada tanda-tanda dari koerang sehat.

Moeka boender lond'ong („potongan telur”) zonder podjok-podjok dan zonder kisoet ada katjantikan teroetama dari orang prempoean. Djangoet jang menjodol ka depan tiada bikin tamba katjantikan, begitoe poen leher pandjang apa poela kaloe koeroes. Lebi djelek lagi, djika sedikit mera dan dara berdjalan sedikit lebi keras, lantes oerat-oerat djadi timboel. Ini ada saorang prempoean jang gampang mara. Orang prempoean dengan dada ketjil, poendak dan kempolan miring serta menjodol ka depan, tiada bisa me lahirken anak jang bagoes dan lagi ia tiada gampang bersalin. Peroet kempes tandanja makanan soesa antjoer dalem badan dan tiada banjak kakoeatan boeat sebar bibit. Orang moestipili istri jang langsing dan kentjeng badannjai

pahanja koeat dan kempolan lebar, tete montok dan tangan boelet serta bagoes, tapi ia djangan terlaloe besar badannja, kasatce sebab tiada bagoes dan kadoea ia soesa bersalin. Tapi istri jang badannja terlaloe ketjil sringkali goegoer kandoengannja. Badan jang sedeng sadja besarnja ada paling baek.

Bagi orang prempoean paling baek menika dalem oemoer 18 sampe 30 taon. Orang prempoean bisa beranak sampe oemoer ampatpoeloe taon, sring djoega sampe oemoer limapoeloe taon, pada waktoe jang mana biasanja ia tiada dapet kaen kotor lagi.

Antara kaelokan-kaelokan bagi orang prempoean, salaennja jang ditjatjet di atas ini, ada teritoeng djoega kaki ketjil jang vormnja bagoes. Kaloe ditamba lagi dengan potongan badan jang bagoes serta padet, prangi aloes dan tertawanja moera, inilah saorang prempoean jang sasoenggoenja boto.

Tanda-tanda pertama dari balék atawa dewasa, tjoema mendjadi alamat soeda bisa samboeng toeroenan menoesia. Adanja bibit menoesia pada orang lelaki, malahan kaloe kabetoelan ini sari ilang tiada disengadja, masi blon mendjadi tanda itoe dzat ada terlaloe banjak, hingga moesti dikasi kaloe ar. Lantaran dilanggar penjakit poen itoe sari bisa kaloe ar sendirinja.

Begitoe poen kaloe satoe anak prempoean melain dapet kaen kotor tiada bisa dianggeop ini ada mendjadi tanda aken ia perloeh.

pocaskan napsoe birahi. Hanja itoe „dateng boelan,” jang pertama sekedar mendjadi boekti natuur moelain bikin itoe anak prempoean ber-sedia aken bisa djadi iboe.

Sebab setjaranja penghidoepan orang banjak ada berbagi-bagi matjem dan lagi ada banjak lantaran laen, djadi tiada bisa dibilang dengan tentoe dalam oemoer brapa manoesia ada baik boeat sebar bibit

Itoe tanda-tanda balek poen tiada rata kentar pada sasoeatoe orang dalem oemoer sebegitoe djoega. Bebrapa anak prempoean soeda moelain dapet kaen kotor dalem oemoer doebblas taon, sedeng laen anak prempoean blon dateng boelan sampe oemoer toedjoeblas dan delapanblas taon.

Dengan tiada oesa toelis pamandangan pandjang lebar boleh diambil sadja djalanan di tenga dan boleh dian gep anak-anak prempoean saliwatnja doea taon dari waktoe dapet kaen kotor jang pertama, soeda bisa melahirkan anak zonder berbahaya bagi toeboenja. Soeda tentoe ini sekedar boeat anak-anak prempoean jang sehat dengan potongan badan padet serta baik, teroetama tété kentjeng.

Boeat orang lelaki ada lebi soesa dipastiken tempo begitoe. Orang lelaki ada pikoel laen tanggoengan atawa kawadjiban, jaitoe moesti kasi makan pada istri dan anak. Lagipoen kaloe moesti piara istri dan anak, seorang lelaki moesti ada lebi banjak tenaga dan kepandean boeat bekerdja, maski begimana djoega iapoenja deradjat. Lantaran begitoe haroes dibilang, orang lelaki pada sablonnja oemoer doeapoeloe taon

tiada bisa inget lepas napsue hatinja zonder meroegikan dirinja sendiri.

Soeda tentoe tentang ini hal tiada bisa dianggep rata-rata, bagi semoea orang lelaki. Orang-orang doesoen boleh toenda lebi lama perkara lepas napsoenja sebab selaloe ia moesti giat bekerdja hingga ia tiada ada tempo aken inget kasenangan hati. Djoega napsoenja iaorang tiada terpelet segala pemandangan-pemandangan jang anak-anak moeda di kota-kota, lebi lagi di kota-kota besar, tjoba bikin bangga dirinja satoe sama laen. Pendoedoek di kota-kota bisa kata-rik napsoenja dari berbagi bagi djalan, hingga sringkali itoe napsue tiada bisa ditahan. Tapi orang doesoen sekedar terdesak oleh saroepa desakan jang terbit lantaran soeda sampe tempnja aken lepas itoe napsue.

Maka orang moesti perhatikan satjaranja peng-hidoepan dari orang-orang jang maoe kawin. Kaloe satoe anak prempoean oemoer anemblas taon, jang mempoenjai sifat-sifat jang ada perloe kaloe maoe djadi istri dan iboe, ada idoep bergaoel sama orang-orang lelaki, hingga gampang ia djadi lekas balek, orang poen tiada haroes larang aken ia kawin, tjoema lantaran ia blon béroemoer 18 atawa 20 taon. Djika orang paksa larang ia menika dalem keadaan begitoe, tapi ia lantas ambil djalan jang tiada terhormat boeat lepas napsoenja, itoe anak prempoean tiada bisa dikasi terlaloe banjak sala, hanja haroes segala kesalahan didjatoken pada orang-orang jang soeda tahan aken ia menika. Soeda tentoe dalem hal ini maoe dibilang, tiada haroes ditjega, djika itoe anak prempoean maoe

bikin kawinan jang baik, kendatipoen tiada perloe dipili soemi jang kaya, tjakep dan sebagianja. Djoega sala sekali, kaloe orang kasi anak prempoean menika zonder ada harepan aken ia djadi beroentoeng atawa senang.

Laen lantaran aken toenda kawinan adalah potongan badan jang lemah dan lebi lagi lemah zenuwnja, sebegimana sring terdjadi pada bebrapa anak prempoean.

Njatalah tiada ada wates oemoer jang tentoe aken orang boleh menika, sebab keadaan berbagi bagi orang ada berbeda djaoe satoe dari laen. Ada anak anak prempoean jang dalem oemoer anemblas taon soeda dapet napsoe boeat poeaskan birahi, sedeng laen-laen anak prempoean sampe oemoer doeapoeloe taon blon sekali ada napsoe begitoe. Di antara orang-orang lelaki poen begitoe djoega. Bebrapa anak moeda oemoer 18 atawa 20 taon tiada open sama sekali pada anak-anak prempoean, tetapi sabagikan anak moeda laen dalem oemoer 16 taon begitoe keras napsoenja, hingga tiada bisa ditahan lagi.

Amat perloe aken orang toea dapet kapertjajaan dari anak-anaknja, soepaia ini anak-anak brani kasi taoe segala kainginan dan perasannja pada orang toea, sebagai djoega iaorang bitjara pada sobat-sobatnja.

Seandjenja orang toea tiada dapet kapertjajaan begitoe, baeklah iaorang minta satoe sobat, lelaki atawa prempoean, membri perantaraän aken itoe anak-anak membri taoe, kainginan dan perasaan hatinja. Soeda tentoe itoe sobat moesti lebi doeloe dapet kapertjajaan dari anak-anak itoe.

Sedeng lepas napsue pada sablon waktoenja ada berbahaja bagi toeboe dan pri kawarasan, begitoe berbahaja djoega kaloe dituenda napsue jang soeda sampe temponja boeat dikaloearken. Anak-anak prempoean jang terlaloe lekas „mateng” dan terlaloe tjepet dapet taoe resia dari pengidoepan soeami-istri lebi lagi djika ia tiada bisa hamil, nanti gampang dapet sakit dan ilang kakoeatan. Begitoe poen orang-orang jang toenda terlaloe lama perhoeboengan soeami-istri aken mendjadi roesak zenuwnja.

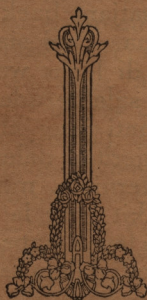
Toch orang djangan lantes katakoetan, djika orang menoenggoe terlaloe lama boeat melepaskan napsue hati. Begitoe lama tiada ada ganggoean pada djalannja dara, tiada ada desakan jang tiada bisa ditahan, tiada berkali-kali di waktoe tidoer sari menoesia kaloe ar sendirinja, dan tiada dapet laen penjakit, orang poen tiada oesa koeatir aken roesak pri kasehatannja. Siapa-siapa jang terlaloe lekas atawa pada sablon sampe waktoe soedah moelain melepaskan napsue, baeklah ia biasaken dirinja aken bisa bren-tiken itoe perkara dengan ambil djalan pelahan.

Seandjenja napsue dateng terlaloe keras dan tiada ada tempo jang betoel atawa tiada ada djalan boeat poeaskan itoe napsue dengan satjara jang natuur tentoeken, orang masi bisa tjari laen djalan boeat toetoeper itoe perasaan. Djikaloe bisa, baeklah pinda tempat tinggal dan toekar pekerdjaan laen Pergaoelan baroe ada datengken ingetan baroe, hingga bisa loepa perkara plesiran.

Sakit limpa, sakit zenuw dan terlaloe penoe-dara di bagian toeboe sebla bawa sringkali men-

djadi lantaran aken orang terlaloe lekas dan terlaloe banjak dapet napsoe birahi. Tapi ini semoea bisa ditjega dengan pantang dahar makanan-makanan jang tamba tenaga, djoega djangan minoem-minoeman keras dan moesti banjak kerdja, banjak bergerak di oedara terboeka, djangan terlaloe banjak ambil kasenangan hati, mandi dengan aer dingin dan minoem aer dingin. Inilah bisa bikin linjap itoe penjakit.

Dan maski begimana djoega, ingetlah itoe napsoe hati djangan dibikin berkobar dengan batja tjerita-tjerita katjintaan atawa liat gambar-gambar dan pigoera-pigoera jang terbitken rasa mengiler.



Hoofdstuk V.

Satjaranja dan tempo jang paling baek aken orang melepasken napsoe hati.

Sebagi djoega boeat bekerdjanja laen-laen anggota badan, begitoepoen bekerdjanja otak, orang moesti adaken wates, soepaia itoe anggota-anggota dan pikiran bisa dikasi bekerdja troes zonder berbahaja apa-apa bagi diri kita orang, demikianpoen perloe, malahan lebi perloe lagi, boeat adaken wates dalem hal poeasken napsoe birahi. Dibilang lebi perloe, sebab ini fatsal ada berhoeboeng rapet sekali dengan sakoedjoer badan.

Rata rata boleh dianggep, itoe perboeatan lepas napsoe tiada berbahaja bagi toeboe, asal sadja dilakoeken satjara baek dan tiada membikin lela atawa lema. Tapi siapa-siapa toeroetin napsoenja sampe di loear wates, ia nanti rasaken bintjana jang salaloe ada beikoet pada segala kasenangan hati jang kliwatan.

Satoe dokter tjerita, dalem pekerdjaan jang ia djalanken ada ternjata, menoeroet pengakoean orang-orang sakit jang ia toeloeng, jang satoe orang sanggoep lepas napsoe tiap-tiap hari—mengartinja satoe kali dalem saben tempo 24 djem—tapi laen orang merasa masi soesa aken berboeat itoe satoe minggoe sakali. Toch kadoea orang itoe keliatannja seger. Tjoema djalannja

bibit di dalem toeboe antara ia berdoea ada berbeda-beda dan dalem inilah ada bergantoeng perkara melepaskan napsoe, apa bila dilakoe-ken banjak kali atawa tjoema djarang-djarang sadja. Orang orangjang bekerdja dengan goenaken otak biasanja koerangan napsoenja. Tapi orang haroes inget, disini tjoema dibitjaraken hal orang-orang jang sehat sadja, tiada dibitjaraken hal orang jang sakit.

Di bawa ini ada diterangkan lagi sedikit dengan djalan begimana orang tiada oesa katerlaloean melepaskan napsoe.

1. Paling baek djika orang bisa tahan hati, djangan salaloe ditoeroet sadja hawa napsoe, kerna seringkali perasaan dateng napsoe tjoema ada boewat saliwatan sadja dan kamoedian ilang kombali. Djika bibit dalem badan bisa ditahan aken balik pada dara. nistjaia ini membikin koeat toeboe dan pikiran. Sasoeatoe orang bisa menjaksiken ini dengan pend petan sendiri. Ia orang merasa seger, djika bisa tahan napsoenja.

2. Orang moesti pastiken, aken djangan lepas napsoe beroentoen sampe doea kali atawa lebi dari doea kali. Siapa ingin tinggal waras, ia haroes perhatikan betoel ini perkara.

Perboeatan begitoe ada membikin roegi dalem doea perkara. Kasatoe dengan oelangken itoe perboeatan orang bikin lemes badannja anem kali lebi banjak daripada koetika ia poeaskan napsoenja pada pertama kali. Kadoea natuur tiada dapet tempo aken isi apa jang soeda di boeang. Lagipoen itoe sari didalem toeboe bisa masoek ka laen tempat, hingga tempat kentjing bisa mendjadi lendèr.

3. Orang djangan lepas napsoe dalem sikep jang tiada enak, lebi lagi djangan sambil berdiri. sebab ini membikin badan lebi banjak dikaloearken tenaga dari pada kaloe itoe napsoe dilepas satjara biasa.

Waktoe melakoekan itoe perboeatan, boeat jang mana sasoenggoenja moesti dipake banjak tenaga, laen-laen bagian badan moesti mengaso. Djika dilakoeken sambil berdiri djoestroe oerat-oerat djadi lebi banjak bekerdja.

Menoeroet pikirannja bebrapa dokter, bagi manoesia paling enak dan paling gampang djika melepaskan napsoe dengan beradoe dada dan beradoe tangan.

Orang perempoean tiada haroes tampik, djika soeaminja minta menjampeken katjintaan hatinja. Dengan tampik permintaan ini, si soemi boleh djadi nanti tjari laen djalan boeat menjangken hatinja. Ini tentoesatoe istri jang baik tiada nanti djadi senang. Poen oeroesan agama tiada boleh ada pengaroenja dalem perhoeboengan soemi istri. Tapi sabaliknja satoe istri djangan terlaloe bangoenken napsoenja, kerna ini boleh terbitken lebi banjak bintjana dan lagi si soemi boleh mendjadi djemoe.

Orang tjoema bikin perhoeboengan badan sama siapa orang ada merasa senang hati. Ini ada perloe aken dapet kasenangan tjoekoep.

Inilah orang perempoean haroes prhatikan betoel. Biarlah pada soemi istri tjoba sabolebole, soepaia, ia tetep disajang oleh soeaminja. Biarlah pada soeaminja ia bisa djaga baik aken tiada siasiaken iapcenja katjintahan, soepaia si soemi bisa tetep teriket padanja.

Perkara lepas napsue djangan sekali dibikin tamba kasenangannja. Djanganlah tjari segala djalan atawa obat aken dapet rasa senang lebi banjak dari itoe perboeatan. Melepaskan napsue dengan saderhana ada paling baek, sebab begini ada paling satoedjoe dengan maoenja natuur.

Djika lepas napsue dengan satjara saderhana menoeroet atoeran natuur, nistjaia napsue tiada djadi memboeroe lebi dari apa jang dikasi oleh natuur dan dengan begitoe kakoeatan djadi tiada tersiasia, malahan djadi bertamba. Di dalam bebrapa taon lamanja perkara lepas napsue ada baek dan bikintegoe badan. Sari jang moesti ilang, b'arlah ilang, aken diganti oleh laen sari jang soeda sedia didalem toeboe.

Tentang hal lepas napsue dengan sedjamaknja, perloelah orang dapet taoe djoega, apa djika bibit jang disebar keliatan soeda bersemi, orang moesti brentiken sama sekali itoe perkara kaloearkan bibit dari dalam toeboe. Sabagian besar dari goeroe agama telah bilang, betoel di waktoe begitoe orang moesti berenti lepas napsoenja, tapi dokter-dokter pandang ini perkara dari fihak pri kasehatan dan kasi pikiran laen roepa.

Soeda lama tentang ini fatsal telah dibitjarken oleh orang-orang pande. Pada orang piem-poean napsue poeaskan hati selamanja doedoek peroet mendjadi lebi keras. Mengapakah natuur nanti bikin begitoe, djika maoe disoeroe tahan itoe napsue? Dari hal meloewapnjadara inilah orang tiada oesa selempang nanti djadi berbahaja. Banjak orang taoe, anak dalam kandcengan ada n.empoenjai djalan dara sendiri terpisa dari djalan daranja si iboe.

Bibit dalem toeboe orang lelaki, djika ada terlaloe banjak, moesti dikasi kaloe ar dengan satjara ini atawa itoe. Djika tiada begitoe, ia nanti kaloe ar sendirinja, satoe perkara jang membikin toeboe lebi lemes dari pada kaloe itoe napsoe di dikaloe arken menoeroet atoeran natuur. Djoega bisa djadi itoe bibit tertjampoer dengan dara dan mengalir di sapandjang laen djalanan, hingga toeboe mendjadi berbahaja.

Lantaran begitoe orang haroes ambil djalanan jang dikasi oleh natuur. Tapi orang moesti bisa kira boeat sadjamaknja sadja. Soeami dan istri tentoe bisa berboeat ini. Orang djangan bangoenken napsoenja sendiri, tapi djanganlah orang menjesel, djika itoe napsoe ada dateng pada kadoea fihak.

Bagi si soeami soeda sampe berat, aken ia tahan napsoe begitoe lama sasoeda istrinja bersalin. Sadari si istri melahirken anak, sedikitnja si soeami moesti „poeasa” doea boelan, paling baek sampe tiga boelan. Barangkali orang nanti bilang, djika satoe soeami bisa „poeasa” di dalem doea atawa tiga boelan, tentoe ia bisa poeasa troes sampe satoe taon. Inilah tiada bisa tapi kaloe perloe, apa boleh boeat! Paling baek selamanja istri doedoek peroet, si soeami moesti biasaken dirinja aken tahan napsoe, hingga, itoe poeasa tiga boelan sadari istrinja bersalin, ia tiada nanti rasaken terlaloe berat atawa soesa.

Poen selamanja tempo anak menjoesoe, perkara sabadan moesti dibikin lebi djarang, kendaripoen itoe perboeatan tiada membawa bahaja bagi anak jang menjoesoe atawa bagi iboe jang menjoesoein. Tetapi baeklah si iboe soesoein

anaknja pada sasoeda lepas napsoe, djika dara soeda berdjalan kombali seperti biasa.

Tentang tempo jang haroes dipili boeat melepaskan napsoe poen telah dibitjaraken dengan berbeda beda pikiran dari masing masing orang.

Ini perboeatan ada berbeda dari pakerdjaan sahari hari, sebab tiada ada katentoeannja

Aken bisa berboeat itoe. dengan merasa senang, orang moesti ada pada tempo pikiran senang dan tiada ada ingetan laen-laen hal. Itoe napsoe djangan dipoeasken dengan terboeroe. Djoega tiada bisa senang boeat melepaskan napsoe di waktoe siang.

Tapi djika diambil tempo pada waktoe tidoer, adalah moesti dipili djoega, apa itoe waktoe haroes diambil pada masa moelain menjenangkan badan, di tenga atawa pada pengabisannja.

Djika baroe moelain masoek tidoer dan badan ada tjape lantaran abis bekerdja, baeklah djangan melepaskan napsoe hati. Djoega tiada baek, kaloe itoe perkara dilakoeken pada sasoedanja abis makan banjak dan laat, lagipoen koerang baek, kaloe di waktoe malen orang banjak minoem.

Djangan sekali bersabadan; kaloe abis menjataken mara hati, sebab ini boleh bikin orang lantes mati.

Natuur sendiri tiada soeka perkenanken itoe, sebab kaloe orang soesa hati, doeka tjita, iboek, mara dan laen laen, napsoe hati poen djadi koerang keras.

Boekan djarang djarang kadjadian, djika orang lepas napsoe pada sasoedanja menjataken mara keras atawa di waktoe mabok minoeman keras, ia djadi poetoes djiwa.

Tetapi djikaloe orang makan sadjamaknja sadja dan tiada laat, pada sasoedanja melakoe-ken pekerdjaan sahari hari zonder kaloe ar terlaloe banjak tenaga dan lagi tiada merasa djengkel atawa mara, adalah waktoe malem mendjadi tempo jang baik aken bikin perhoeboengan badan. Salaennja begitoe, masing masing soeami istri, dengan mengimbangi doedoeknja hal, moesti bisa pikir sendiri, apa melepaskan kajintaan hati baik dilakoeken pada sablonnja tidoer poeles atawa lebi baik pada sasoedanja bangoen kombali.

Toch rata-rata haroes dianggep waktoe bangoen pagi ada tempo jang paling baik boeat itoe, kerna :

Ka 1. Pertama perkara melepaskan napsoe boekan membikin lemes. hanja djika dilakoe-ken dalem keadaan badan seger dan satjara natuur, djadi bikin toeboe lebi koeat sebegimana orang nanti rasa pada sasoedanja bersabandan dalem keadaan dan tempo begitoe dengan tiada merasa lesoe, malahan njaman.

Ka 2. Pada sasoedanja lepas napsoe, tiada begitoe perloe aken tidoer kombali, sebab kaloe badan tiada djadi lemes, tiada goena koempoel tenaga lagi.

Lantaran begitoe boekan malem sablonnja tidoer ada tempo jang paling baik boeat poeaskan napsoe birahi.

Ka 3. Di waktoe malem lantaran abis bekerdja, kendati pekerdjaan begimana djoega, orang ada merasa tjape, hingga melepaskan napsoe bisa membikin djadi badan lemes. Tetapi djika soeda bangoen tidoer jang njenjak dan toeboe

mendjadi koeat kombali, n'istjaja di waktoe pagi ada baik boeat dapet kasenangan hati zonder roegi apa-apa.

Tapi ada banjak orang tiada moefaket dalem hal ini dan iaorang kasi pikiran aken lepas napsoe di waktoe malem Menoeroet timbanganja iaorang, soemi dan istri paling merasa tjinta satoe pada laen di waktoe malem, sedeng sepi dan tiada saorang bisa denger apa jang ia berdoea berboeat. Sasoedanja bikin plesiran, boleh tidoer poeles, soepaia kamoedian bisa dapet tenaga baroe. Djoega waktoe malem ada djadi tempo jang paling baik, boeat imbangin rasa maloe dari orang prempoean. Di waktoe begitoe orang tiada meliat satoe pada laen tapi masing-masing dapet merasa tjinta sanget.

Maski begitoe, toch sasoeatoe orang moesti akoe, djika toeboe perloe mengaso pada sasoe-danja bekerdja berat di waktoe siang, adalah waktoe pagi mendjadi tempo jang paling baik bagi itoe perboeatan. Disini ada perloenja boeat bitjarakan sedikit tentang kabiasaan dari kawinan. Sringkali satoe malem lebi doeloe dari hari kawin dan pada harian pesta kawin ada dibikin pesta dengan minoem banjak.

Ini pesta ditroeskan sampe pagi dan kedoea soemi istri mendjadi sanget lela dan banjak minoem, hingga setengah mabok iaorang masoek tidoer. Malem begitoe ada tiada baik sekali! Soeda tentoe pada sasoedanja kadjadian perkara-perkara begitoe, tiada nanti bisa dapet anak jang waras serta koeat. Pesta kawin djangan sekali dihoeboengkan dengan minoem-minoeman keras terlaloe banjak.

Tjobalah orang liat anak-anak, djika dilahirkan oleh orang toea jang penoe katjintaan satoe pada laen. nistjaia itoe anak keliatar. waras serta seger betoel. Tapi anak-anak dari orang toea jang banjak minoem alcohol dan banjak siasia-ken tenaga tiada kroean, kabanjakan ada lembek dan tiada waras.

Aken balik kombali dalem fatsal melepaskan napsoe, haroes diterangkan lagi tentang ini hal teroetama ada bergantoeng pada keadaan pikiran senang dari kadoea fihak, jalah soemi dan istri, djoega berhoeboeng dengan keadaan toeboe doedoeknja perkara dan satjaranja pengidoepan.

Paling perloe diperhatikan: semoea moesti ditoeroet atoeran natuur, djangan berboeat apa-apa aken melawan maoenja natuur; djangan bangoenkan napsoe dengan pake segala matjem obat, paling baik ada napsoe jang dikasi bangoen oleh natuur; ini kasenangan hati jang baik djangan dibikin djadi plesiran jang tiada kroean; maksoed pertama dari sabadan adalah soepaia bisa ada toeroenan.

Djangan sekali kali orang biasaken boeat lepas napsoe hati dengan beroentoen berkali-kali. Lebi lagi orang moesti perhatikan keadaan toeboe pada sasoedanja lepas napsoe hati. Djika itoe waktoe orang merasa lela, poesing atawa merasa sakit di mata, ini tandanja badan djadi berbahaya dari itoe perboeatan. hingga orang moesti bisa tahan sedikit napsoenja, djangan lantes ditoeroet sadja maoenja hati, kaloe merasa napsoe ada sedikit bangoen. Dengan bisa tahan napsoe begitoe roepa, orang nanti rasaken kabaeannja, baik bagi toeboe, baik bagi pikiran jang trang.

Sajang sekali tiada banjak orang bisa lawan iapoenja napsoe. Lebi sajang lagi, djika orang liat begimana heibat nanti kadjadian boeat badan dan pikiran, lantaran troes meneroes poeaskan napsoe birahi: toeboe djadi sring sakit, lekas toea, mata lekas lamoer, koeping lekas roesak pendengerannja, ingetan djadi koerang bagoes, malahan djadi koerang beres djoega. Lantaran begitoe sasoeatoe orang dari masanja moeda baik adjar tahan napsoe hatinja, sebab apabila satoe kali kendali dari ini napsoe terlekas dari tangan, ia soesa dipegang kombali.

Djalan boeat poeaskan napsoe hati lebi lagi di kota-kota besar, memang ada sanget banjak, hingga maski orang jang paling seger toeboenja, baik lelaki, baik prempoean, tiada nanti sanggoep toeroet itoe djalan. Lebi lagi di kota kota besar orang ada bergaoel dengan banjak orang, jang parasnja jang satoe lebi menarik hati dari pada jang laen, sedeng perkara plesiran ada banjak matjern dan ini djoega ada bangoenken napsoe hati boekan sedikit. Sasoenggoenja, disini orang perloe sekali bisa kendaliken iapoenja napsoe. Itoe sebab masing-masing moesti dari masi moeda sekali biasaken dirinja aken lawan itoe napsoe jang memboeroe. Lebi lagi orang-orang jang toeboenja koerang koeat, haroes ati-ati sekali mendjaga diri!



Hoofdstuk VI.

Beberapa nasehat waktœ mele- pasken napsoe.

Di ini djaman orang ada merasa dinista ia-poenja rasa maloe, djika terlaloe sring dibitjara-ken perkara-perkara jang sebenarnja ada tinggal djadi „resia-resia di pembaringan”. Apa jang ditoelis disini poen sakedar aken goena mak-soed sebar troes bibit menoesia dan begimana ini bibit bisa djadi bersemi, pada djalan jang baek. Boekan sekali maoe dioetaraken djalan boeat tamba bangoenken napsoe birahi.

Pertama haroes dioendjoek, aken lepas bibit dengan bisa djadi berhasil, pada kadoea fihak soemi dan istri, moesti ada kagoembira'an, senang hati serta ada bangoen napsoenja. Djika pada satœ tiada ada itoe semoea, nistjaja tiada bisa disampeken maksoed dari itoe perboeatan, djalan maksoed mendapat asil, hingga lebi baek orang djangan lepas itoe bibit.

Tetapi djoega kendati kadoea fihak adœ bangoen napsoenja dengan goembira serta senang hati, toch ini napsoe tiada boleh dilepas dengan terboeroe, kerna dengan terboeroe sringkali orang tiada nanti bisa menjampeken maksoed aken itoe bibit bisa toemboe. Perloe sekali semoea bagian anggota badan jang berhoeboeng dengan kandoengan ada dalem keadaännja jang baek.

Lebi lagi gerakan-gerakan badan dari orang prampoean seringkali membikin roesak toemboenja bibit jang disebar.

Lucretius, ahli sair di Rome, telah kasi nasehat, soepaja orang prampoean djangan banjak gerakan toeboenja pada waktoe sebar bibit, sebab dengan begitoe tenaganja orang lelaki djadi tersia-sia. Tjoema prampoean-prampoean hina jang tiada maoe dapet anak dari jang maoe bikin orang lelaki djato hati padanja, telah lakoe-ken itoe gerakan badan dengan berlawanan pada maoenja natuur.

Pekerdjaän terbitken semi ada pekerdjaän dari sakedjep mata. Ini boekan pekerdjaän jang perloe dibantoe dengan kapandean menoesia, hanja ada pekerdjaän natuur. Sringkali sasoedanja soeami istri bersabadan, bibit jang disebar bisa bersemi. Djika kadoea soeami istri dibangoenken napsoenja oleh natuur, tiada banjak perloe dibikin apa-apa lagi, akan itoe bibit bisa berasil. Djikaloe pada sala satoe fihak tiada bangoen itoe napsoe dengan senang hati, itoe bibit poen tiada lekas toemboe. Dalem hal demikian boleh djadi bisa dipake apa-apa boeat menoeloeng, seandjenja si soeami atawa si istri ada lembek toeboenja, hingga mendjadi halangan aken dapet anak. Tapi kaloe ini hal ada dari lantaran sakit atawa potongan anggota badan tiada betoel, perloelah diminta toeloengannja dokter.

Soeami dan istri moesti djaga betoel, soepaja satoe pada laen djangan terbit rasa tiada ber-
napsoe. Begimanakah moesti diambil atoeran jang paling baek boeat ini? Dengan djalan berlakoe manis satoe sama laen. Tjari taoe, apa sebabnja

iaorang djadi koerang bernapsoe satoe pada laen dan singkirken itoe halangan. Dengan brentiken boeat sakoetika lamanja perkara berpeloek dan menjataken tjinta satoe pada laen. Dengan ambil djalan baroe boeat terbitken napsoe hati. Dengan roba satjara pengidoepan, sadjiken barang-barang makanan jang paling soeka didahar, dengan bikin senang diri dalem segala perkara. Tentang obat obatan jang moesti dimakan, salaennja barang makanan biasa, tiada terlaloe bisa diharep bekerdjanja, Antara bebrapa matjem obat jang dikasi oleh dokter sabagianja tiada bisa menoeloeng, sedeng laen obat ada terlaloe keras, hingga sasoedanja ini obat bekerdja, toeboe mendjadi terlaloe lela.

Ada banjak bantoe aken bisa dapet anak, djika soemi dan istri tidoer sama-sama di satoe pembaringan, Banjak orang rasa, ini ada kliroe, sebab dengan begitoe djadi banjak melupakan napsoe, tapi laen-laen orang anggep perhoeboengan demikian antara kadoea soemi istri ada tamba kawarasannja ia berdoea. laorang bilang perkara soemi dan istri tidoer sama-sama ada satoedjoe dengan keadaan pengidoepan soemi istri, jang apablia tidoer sama-sama kabanjakan ada lebi waras dan lebi pandjang oemoer dari pada laen-laen laki istri.

Ada lagi laen-laen lantaran aken dibilang, baik laki dan istri tidoer sama-sama. Doeloekala orang-orang prempoean moeda jang badannja sehat disilakan tidoer sama orang-orang lelaki toea jang soera tiada ada tenaganja, soepaia marika ini bisa dapet kakoeatan lagi. Poen di ini masa orang bisa liat, orang-orang lelaki

toea jang menika pada prempoean-prempoean moeda, sehat dan seger, keliatannja telah mendjadi lebi moeda. Apakah itoe kasehatan dari orang moeda jang bikin orang lelaki toea mendjadi tamba kakoeatan, tiada aken bikin tamba djoega kasegeran serta kakoeatannja orang lelaki moeda jang djoega ada sehat serta koeat?

Apakah itoe doea toeboe jang sehat tiada ada pengaroenja jang baik bagi satoe sama laen?

Soeami istri jang biasa tidoer berpisa, djika ingin keras mempoenjai anak, boleh tjoba tidoer sama-sama dan barangkali bisa kadjadian apa jang iaorang ingin.

Sringkali orang tiada bisa dapet anak lantaran di fihak jang satoe, antara laki istri, tiada ada itoe napsoe, sedeng pada fihak jang laen napsoenja telah memboeroe terlaloe lekas. Dalam hal begini, fihak jang napsoenja lebi kras moesti adjar tahan hatinja. Orang lelaki ada lebi gampang menahan ini napsoe, tapi bagi orang prempoean ada lebi soesa, sebab maski tidoer bersama soeaminja, ia moesti ada rasa maloe.

Soeami dan istri memang tiada boleh tidoer sama-sama di satoe pembaringan, djika oepamanya satoe di antaranja ada lema dan lantaran tidoer sama-sama djadi terlaloe sring melepaskan napsoe. Tapi rata-rata bisa dibilang, kawinan jang paling beroentoeng ada terdapat di antara laki istri jang menoeroet adat doeloe ada tidoer sama-sama di satoe pembaringan.

Lebi djaoe orang haroes inget, si istri, pada sasoedanja lepas napsoe, haroes dapet mengaso sabentar, kendatipoen kaloe kamoedian ia bangoen dan berdjalan, tapi tiada terlaloe banjak,

tiada nanti ada bahaya apa-apa Sasoeatoe orang prempoean jang pinter apabila doedoek peroet, tiada nanti bikin gerakan badan dengan bergiat, oepama dansa, lompat, toenggang koeda enz, tapi dengan melakoeken pekerdjaannja jang biasa, tiada nanti koerang satoe apa. Pendjagaan natuur pada anak jang ada dalem kandoeongan ada begitoe besar, hingga maski toeboe bagian loear dari si iboe mendapat loeka sedikit beser, itoe anak tiada nanti koerang apa-apa, tapi djika saben-saben katindi, boleh djadi anak itoe aken dapet perkara tiada baik, maski iboenja sendiri tiada dapet sangkoetan satoe apa

Orang lelaki tiada terlaloe perloe aken mengaso pada sasoedanja lepas napsoe dengan djalan jang sehat. Tapi kaloe ia lepas itoe napsoe di waktoe malem, nistjaia laen-laen anggota badannja perloe mengaso di waktoe tidoer. Seandanja ia ambil tempo di waktoe pagi, asal sadja iapoenja dara jang mengalir lebi keras bisa djadi senang kombali. iapoen boleh bangoen dari tidoernja dan moelain bekerdja seperti sehari-hari.

Salaennja ini, bagi sasoeatoe orang tiada bisa diadaken atoeran jang tentoe dan lagi tiada bisa dipastiken tempo jang tetep boeat lepas napsoe, sebab dalem ini perkara ada bergantoeng pri pengidoepan dari masing-masing orang.



Hoofdstuk VII.

Dari hal napsoenja orang lelaki

Di moeka ini telah ditrangken, bagi orang lelaki ada baik serta slamet, djika ia merasakan kasenangan: dari katjintaan laki istri sakedar boeat sadjamaknja sadja, sedeng kaloe ia poeaskan napsoe lebi dari wates, mendjadi tiada baik boeat ia sendiri. Sekarang nanti di-oendjoek lagi bebrapa perkara, dimana orang haroes ambil itoe kasenangan hati boeat sadjamaknja sadja.

Kendati rang lelaki jang paling koeat dan paling sehat moesti perhatiken perkara di kadepanin, lebi lagi djika ia baroe menika la sendiri, djoega istrinja djangan sekali dibiasaken boeat terlaloe siing menjampeken kewadjiban kawinan. Ada banjak lantaran aken ia djangan terlaloe banjak menjataken katjintaannja.

Pertama soepaia istrinja, jang dalem ini hal lebi banjak bisa tahan hati dari pada si soeami, djangan djadi biasa aken perloe melepaskan itoe rasa katjintaan pada waktoe si soeamitiada bisa toeroet menjampeken ini kainginan sebab ia sendiri moelain koerang keras napsoenja.

Kadoea soepaia ia sendiri tiada bikin itoe kasenangan hati mendjadi satoe kabiasaan, sebab dengan begitoe iapoenja geta atawa sari jang paling baik serta paling koeat dari toeboenja moesti ilang dan pelahan-pelahan ini sari men-

djadi kering, hingga mendjadi tiada baik bagi seantero anggota badannja.

Katiga soepaia djangan di masa masi moeda soeda tiada bisa merasakan lagi kasenangan doenia, kerna bagaimana senang bagi saorang lelaki jang beroemoer limapoeloe taon atawa lebi aken masi bisa bilang: „Saja masi merasa koeat seperti orang moeda dan istri saja toeroet dapat kasenangan hati sama-sama saja.”

Lebi lagi perkara lekas ilang tenaga dalem ini hal biasa terdjadi di antara orang-orang jang napsoenja sanget keras dan salaloe ditoeroetin. Orang jang adatnya sabar banjak lebi gampang menahan napsoe birahi. Terlaloe keras itoe tenaga mendjadi ilang, djika orang poeaskan napsoenja berkali kali dengan beroentoen. Satoe dokter telah tjerita, ia soeda perna obatin saorang lelaki, jang sasoedanja di soeaktoe malam lepas napsoenja beroentoen anem kali dengan mandadak mendjadi ilang sama sekali tenaganja, hingga sampe liwat satoe taon baroe ia ada kakoeatan kombali seperti orang lelaki. Sebegimana kaloe plesiran doenia dioelangken terlaloe sring bisa bikin koerang dan achirnja bikin linjap sama sekali tenaganja orang lelaki, perkara begini bisa kadjadian djoega lantaran terlaloe keras menahan napsoe. Ini sebab orang lelaki tiada haroes bren-tiken sama perhoeboengan badan sama istrinya apabila si istri doedoek peroet. Tapi baeklah selamanja si istri hamil, boeat biasaken diri aken lebi djarang toeroetin napsoe hati, soepaia kaloe si istri soeda bersalin, tiada terlaloe soesa aken si soemi poeasa dalem doea atawa tiga boelan, perkara jang mana memang ada perloe sekali.

Diandeken satoe soeami biasa lepas napsoe doea kali di dalem satoe minggoe. Bila istrinja hamil, baeklah di dalem tiga boelan jang pertama ia toeroet sadja napsoenja satoe kali dalem tiap-tiap minggoe, di dalem tiga boelan jang blakangan satoe kali sadja dalem tiap-tiap doea minggoe dan dalem boelan-boelan jang paling blakang baeklah satoe kali sadja dalem tiap-tiap boelan. Dengan djalan begini kamoedian dengan tiada soesa ia bisa poeasa tiga boelan lamanja, zonder berbahaja apa-apa bagi toeboe dan kawarassanja.

Aken bikin itoe poeasa djadi lebi gampang orang boleh pantang lebi keras dan goenaken lebi banjak tempo aken bekerdja. Ini pekerdjaan bikin banjak koerang napsoe birahi. Paling banjak jang koerangkan itoe napsoe adalah pekerdjaan dimana ada digoenaken otak, tapi djoega laen-laen pekerdjaan jang membikin sedikit lela ada koerangkan napsoenja hati. Orang boleh koerangkan makanan dan minoeman dan dalem perkara begini djika si soeami koeatiria tiada nanti dapet-tahan napsoenja, iapoen boleh tidoer di laen pembaringan. Dalem perkara ini memang boleh digoenaken segala djalan aken bisa tahan napsoe hati.

Lebi lagi orang-orang lelaki jang koerang koeat, baek koetika baroe menika, baek selamanja ada dalem pengidoepan soeami istri, moesti djaga baek, soepaia ini kasenangan doenia tiada terbitken bahaja bagi kawarasan dan bagi toeboenja. Dengan orang jang koerang koeat boekan maoe dibilang orang jang sakit. Itoe keadaän koerang koeat bisa djadi lantaran dapet sakit di masanja ketjil atawa masi moe-

da sekali, atawa boleh djadi memang koerang kakoeatan sadari waktoe dilahirken, atawa djoega lantaran banjak pahamken peladjaran atawa lantaran pekerdjaän berat di masanja moeda. hingga djadi koerang tenaga. Dalem perkara demikian atawa djoega kaloe itoe koerang tenaga telah terdjadi lantaran di masanja moeda soeda terlaloe banjak plesir, nistjaja ia bisa dapet kanjataän sendiri, sebab pada sasoedanja dapet itoe kasenangan hati, ia tiada nanti bisa dapet rasa enak, sebegimana jang ia harep. Lebi poela djika ia terlaloe sring poeasken napsoenja. Paling baik orang begini bisa kira-kira sendiri dan djangan lantes toeroetin aapsoenja, hanja toenda itoe plesiran bebrapa lama sampe napsoe dateng dengan keras sesoenggoehnja aken di lepas zonder berbahaja apa apa, baroe lah ia lepas birahinja.

Kasenangan hati jang dioelangken berkali-kali tiada bikin bibit tamba madjoe bersemi, malahan perboeatan begini sringkali membikin tiada dapet arak di antara soeami istri.

Lantaran berpenjakitan atawa lantaran sakit sasoenggoenja, betoel tiada membikin orang poeasa sama sekali dalem kasenangan doenia, tapi orang-orang jang sakit atawa sering dapet sakit baeklah minta nasehatnja dokter jang kenal iapoenja keadaän toeboe dan keadaän sakitnja, soepaia ini dokter bisa tentoeken, apa ia boleh poeasken napsoe hati dan sampe sabrapa djaoe ia boleh berboeat ini. Dengan kasi taoe betoel doedoeknja penjakit, satoe dokter baroe poen bisa kasi taoe pikirannja dalem itoe perkara, seandjenja orang tiada maoe atawa tiada

bisa pertjajaken itoe resia dokternja, pada siapa ia biasa berobat.

Tiada ada penjakit jang bangoenken napsœ birahi, tapi bisa djadi selamanja sakit orang ada dapet napsœ dari penjakit, jang ada berbe-da dari pada napsœ boeat poeasken kasenangan hati.

Orang-orang jang dapet sakit pada anak limpanja dan orang-orang jang sakit wasir (aambeien), djika dapet napsœ jang betoel dari natuur, boleh lepas ini napsœ zonder berbahaja apa-apa, asal sadja dengen ati-ati ia poeasken ini napsœ di pembaringan jang anget dan bertjintaân pada orang jang memang ia soeka. Malahan iaorang nanti merasa lebi ringan sakitnja dan atjapkali orang jang dapet sakit pada anak limpanja telah djadi semboeh lantaran kawin.

Poen pada laen-laen penjakit perkara menjampeken kasenangan hati tiada aken berbahaja, asal sadja dilepas dengen menoeroet atoeran natuur dan sakedar djamak sadja. Rata-rata boleh diambil atoeran ini: Sasoeatoe orang jang sakit atawa jang berpenjakitan saboleh-boleh tindi napsœ hatinja dan toenda perkara kasenangan hati begitoe lama ia bisa. Djika tiada bisa ditahan lagi, ia boleh lepas itoe napsœ, tapi dengen perhatikan atoeran di atas (pembaringan jang angkat enz.). Kaloe perloe lebi doeloe ia boleh minoem satoe glas anggoer dan sasoedanja lepas napsœ, ia boleh dahar doea mera telor atawa laen makanan jang gampang antjoer. Minoeman jang boleh timboelke napsœ djangan sekali diminoem. Sasoedanja lepas napsœ, orang nanti bisa rasa dengen gampang,

apa itoe perboeatan ada menjenangkan atawa membikin tiada enak iapoenja toeboe. Djika sasoe danja bersabandan orang tiada merasa terlaloe lela (melaenken pada orang sakit moesti ada dirasa tjape, tapi lekas ilang); seandjenja pada waktoe pergi bekerdja (djika itoe napsoe di lepas di waktoe pagi), orang tiada merasa koerang napsoe bekerdja; seandjenja itoe perboeatan dilakoeken di waktoe malem dan sigra orang bisa tidoer poeles, kamoedian bangoen kembali dengan merasa lebi seger, bisalah dianggep toeboe tiada dapet sangkoetan satoe apa, malahan itoe perkara lepas napsoe ada membikin badan mendjadi lebi sehat

Dalem hal demikian melepaskan napsoe pada saorang prempoean jang sehat dan koeat ada baik bagi orang lelaki jang koerang koeat, sedeng bagi itoe orang prempoean sendiri tiada oesa dikoeatir apa-apa.

Tapi djikaloe perkara lepas napsoe ada bitken rasa tiada enak pada anggota badan, seandjenja orang merasa lela betoel; kaloe pada pengabisannja ada dirasakan sakit; djika sasoe danja lepas napsoe di waktoe malem orang merasa tiada enak, merasa sakit di mata atawa di dada djika abis lepas napsoe di waktoe pagi, orang bangoen dengan tiada merasa seger, tiada dapet napsoe melakoeken pekerdjaan saharihari, malahan ia merasa djemoe pada orang prampoean jang ia tjinta, inil h tandanja itoe kasenangan hati ada tiada baik bagi toeboe, hingga orang tiada boleh oelangken lagi ini kasenangan hati, djika ia belon dapet kanjataan, penjakitnja soeda mendjadi semboe.

Dalem ini boekoe tiada bisa ditoeterken sa-
toe per satoe hal keadaän di waktöe jang mana
orang poeaskan napsöe hati dengan bahajanja
atawa tiada. Paling baek, djika merasa sangsi,
orang minta nasehat pada dokter jang dipertjaja.



Hoofdstuk VIII.

Napsoenja orang prempoean.

Bagi orang-orang prempoean jang sakit atawa berpenjakitan, seperti jang kadjadian di antara orang lelaki dan ada ditrangken di hoofdstuk VII, adalah segala atoeran dan nasehat-nasehat di itoe hoofdstuk bisa dipake djoega bagi orang prempoean. Selaennja begitoe, ada lagi laen-laen perkara jang sekedar bisa djadi di antara orang-orang prempoean dan jang disini nanti diloekiskan dengan ringkes.

Samingkin lema badannja orang prempoean, samingkin lama lagi sabisa bisa ia moesti tahan napsoe birahinja. Lebi perloe lagi ini hal bagi orang prempoean jang sadari masi moeda sekali soeda dapet sakit kapoetian (Pektay). Ini penjakit orang prempoean sring dapet, djika ia terlaloe banjak toeroetin hatinja aken mendapet kasenangan doenia. Ini penjakit djadi lebi berbahaja boeat perhoeboengan badan, djika orang soeda dapet itoe penjakit pada sablonnja kawin.

Biasanja orang prempoean jang berpenjakitan dan toeboenja lema ada dilanggar ini penjakit; lebi doeloe ia dapet napsoe birahi sanget keras jang tiada bisa dipoeaskan. Pada orang prempoean jang badannja koeat dan dara tjoekoep, penjakit begitoe telah djadi dari lantaran poeasa terlaloe lama. Dengan lepas ini napsoe menoeroet djalan natuur, itoe penjakit bisa lekas

semboe. Djoega boleh djadi itoe penjakit terb dari sakit zenuw, pikiran tiada kroean ataw tiada tjoekoep poeasken kasenangan hati. Per kara begini bisa djadi diantara orang-orang prempoean djanda moeda jang kapaksa aken poeasa, pada hal ia biasa dapet rasa plesiran doenia. Djoega penjakit demikian bisa terdjangkit pada anak-anak prempoean jang keras napsue hatinja dan ini napsue djadi bangoen lantaran batja tjerita-tjerita jang terbitkan rasa bi-rahi dan dengan merdika bergaoel sama orang-orang lelaki, tapi ia tiada maoe bikin perhoe-boengan badan lantaran slempang nanti hamil atawa dari lantaran jang terseboet paling blakang ia tjoema poeasken sabagian sadja napsue hatinja.

Dalem ini semoea, kombali kawinan boleh bikin baik itoe keadaan jang tiada baik.

Sablon dapet ini penjakit, lebi doeloe orang merasa sakit pada waktue kentjing serta merasa gatel, panas dan sakit pada bagian resia dari badan. Soeda tentoe dalem perkara begini orang tiada boleh ajal aken minta pertoeoengannja dokter.

Orang prempoean jang dilanggar ini bintjana, moesti pantang keras. Ia tiada boleh dahar boemboe-boemboe daging, kopi, thee enz.; ia moesti banjak bekerdja, minoem aer dingin, mandi aer dingin atawa pake aer dingin aken tjoetji bagian resia dari badannja dan selaloe moesti ada kerdjaan ini atawa itoe, soepaia djangan djadi iseng. Dokter nanti tjoetji iapoenja peroet dan dengen ati-ati kasi pake kamfer. Sabenernja kamfer moesti dipake dengan teliti

sekali, sebab kaloe tiada bagitoe, boleh djadi nanti ilang sama sekali itoe kamampoean aken tanem troes bibit menoesia

Lebi keras dari kamfer, jang djarang bisa menoeloeng, sringkali broomkali bisa bagoes bekerdjanja. Ini saroeapa obat baroe orang boleh pake menoeroet recept di bawa ini:

Sol kalii bromat.

Rp. 0.5 : 100.0.

D. S. Saben hari tiga kali satoe sendok makan.

Anak-anak prempoean kadang-kadang pada sablonnja balek soeda sakit kapoetian, hingga badannja mendjadi lema. Sring djoega moekanja mendjadi poetjet.

Berbagi-bagi obat moesti dipake, soepaia ia bisa dapet kaen kotor (dateng boelan) dengan tentoe, sedeng biasanja itoe anak prempoean blon dapet ini.

Boeat toelis semoea lantaran jang boleh terbitken ini penjakit, itoelah ada terlaloe djaoe. Sebagai pendjagaan haroeslah diperhatiken, sa-soeatoe orang prempoean jang dapet sakit kapoetian, djangan sekali melepaskan napsoe birahi pada sablonnja pake obat-obat aken bikin semboe ini penjakit. Sebab ini penjakit sakedar ada pada satoe bagian toeboe sadja, tjoekeolah obat aken di pake, lebi peela kaloe masi moeda. Seandjenja ini penjakit tiada semboe pada sablonnja menika, nistjaia lantaran tjampoer tidoer sama soemi, penjakit itoe djadi bertamba sanget, sebab djadi lebi banjak aer jang terpisa dari manik.

Betoel ada satoe matjem kapoetian jang bisa djadi semboe lantaran bersabandan. Tapi jang

bisa semboe begini roepa tjoema penjakit enteng dan moesti toeboe koeat serta sehat dan aer jang terpisa ada berbeda djaoe dari jang ada pada itoe penjakit jang berbahaja. Ini kapoetian jang enteng telah terdjadi lantaran doeloe biasa poeaskan hati dengan beroentoen berkali-kali dan blakangan tiada dapet lagi ini kasenangan hati, apa poela djika orang-orang prempoean jang dapet itoe sakit ada banjak pikir segala perkara tiada kroean dan djika ia kasi kaloear napsoenja boekan pada djalan jang dioendjoek oleh natuur

Lagipoen anak-anak prempoean moeda jang koerang resik sringkali bisa dapet kapoetian.

Atoeran-atoeran dan pendjagaan-pendjagaan jang ditoelis di moeka ini, haroeslah orang prempoean toeroet dengan betoel. Orang prempoean poen djangan ambil kasenangan hati sampe liwat wates, hanja baek sadjamaknja sadja, soepaia ia tetep bisa tahan hatinja sendiri dan dengan djalan aloes ia bisa boedjoek soeaminja aken djangan terlaloe toeroet napsoe jang memboeroe. Djangan sekali satoe istri perkenanken iapoenja soeami tidoer padanja di waktoe ia dapet kaen kotor. Ini ada sanget berbahaja. Pertama bagi dirinja sendiri, kerna ia bisa dapet kapoetian. Lebi djaoe perboeatan begitoe ada berlawanan pada atoeran karesikan serta kabersian. Tambahan bisa kaloear dara banjak, satoe perkara jang amat berbahaja dan bisa bikin itoe istri mendjadi sanget lema toeboenja, malahan ia bisa mati djoega. Paling baek selamanja si istri dapet kaen kotor, ia tidoer berpisa dari soeaminja. Djika tiada bisa

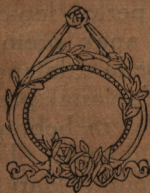
begitoe, si istri haroes berboeat sabisa-bisa, soe-
paia soeaminja djangan djadi djemoe padanja.
Ini sedikit nasehat perloe orang prempoean
simpen dalem hatinja.

Nasehat aken djangan bersabadan di dalem
doea boelan pertama lebi baik lagi di dalem
tiga boelan pertama sasoedanja bersalin haroes
lah dioelangken, kerna djika melepaskan nap-
soe di dalem itoe tempo, ni tjaia pri kasehatan-
nja si istri mendjadi tergangguoe Kasenangan
hati perloe ditoenda di dalem itoe waktue, soe-
paia bagian-bagian paling aloes dan ketjil dari
si istri jang banjak bekerdja sawaktue melahir-
ken anak, bisa djadi baik kombali seperti doe-
loean.

Di waktue ambil kasenangan hati, pada sa-
blonnja dan pada sasoedanja ini orang prem-
poean moesti tinggal resik betoel, djoega ia moesti
bisa kira-kira dalem hal menjenangkan hati be-
gitoe roepa dan selamanja ia moesti teliti betoel
aken awas perkara apa jang kamoedian dja-
di dari itoe perboeatan. Djikaloe satoe istri
perhatikan betoel ini semoea dan apabila perloe,
ia minta djoega nasehatnja dokter, nistjaia ia
bisa terloepoet dari itoe saroeapa penjakit jang
sanget tiada enak dan jang sringkali bikin roe-
sak itoe bagian anggota-anggota badan jang na-
tuur adaken boeat satoe maksoed jang moelia,
tetapi lantaran terlaloe sring dipake, bisa men-
djadi lema, lantaran itoe bagian-bagian badan
ada sanget aloes serta ketjil.

Tetapi beroentoeng natuur sendiri membri toe-
loengan begitoe banjak sabisanja aken bikin ba-
ek kombali itoe semoea.

Maka orang moesti djaga betoel aken djangan berboeat segala hal jang boleh meroegiken kasehatan toeboe. Djika bisa djaga diri dengan baik serta teliti betoel, menoeroet nasehat-nasehat di moeka ini, nistjaia sasoeatoe orang prempcean bisa idoep slamat sampe oemoer toea sekali, zonder kakoerangan apa apa pada itoe bagian-bagian toeboe jang moelia, kendatipoen ia melahirken banjak anak. Natuur tiada nanti bikin orang djadi soesa hati boeat kasenangan doenia jang di ambil menoeroet satjara natuur. Tjoema kaloe ambil plesiran lebi dari moesti atawa tiada teliti mendjaga diri dalem itoe perkara, nistjaia orang nanti rasaken roegi jang boekan ketjil. Kaloe dari bermoela orang tiada open pada kasesatan ketjil, nistjaia di blakang dari ini kasesatan mendjadi amat besar, hingga segala pertoeloeangan mendjadi terlaloe laot.



— 80 —

Hoofdstuk IX.

**Waktoe dari orang prempoean
aken bisa dapet anak dan ka-
mampoeannja orang lelaki
boeat samboeng toeroenan
menoesia.**

Doeloean telah dibilang, bagi orang prempoean baeklah ditentoeken pada doea taon sasoedanja pertama kali ia dapet kaen kotor, dianggep sebagai tempo ia moelain boleh djadi iboe. Sablonnja kasi kaloe ar toeroenan menoesia lebi doeloe moesti ada tempo jang lama aken ia sebar atawa trima bibit menoesia zonder meroegiken pada toeboe dan pri ka-waresannja.

Soeda tentoe dengen begitoe boekan mae dibilang, di dalem itoe waktoe doea taon sasoedanja dapet kaen kotor jang pertama, satoe anak prempoean perloe lepas iapoenja napsoe hati. Ada banjak anak prempoean jang dalem oemoer 14 taon soeda „dateng boelan”. Inilah ada terlaloe tjepet dan anak prempoean ini moesti toenggoe lagi di dalem bebrapa lama, aken bisa kenal kasenangan doenia. Toch baek djangan ditoenggoe lebi lama dari sampe oemoer 20 taon. Kaloe ditoenggoe lagi bebrapa taon, boleh djadi iapoenja anggota anggota jang bisa

melar nanti mendjadi terlaloe tetap melarnja, hingga soesa beroba kombali seperti keadaan doeloe.

Satoe dokter telah menjaksiken, orang orang prempoean jang menika pada waktoe jang betoel, sasoedanja bersalin, telah mendjadi lebi tjakep dan lebi koeat dan djikaloe pada waktoe bersalin pertama kali ia dapat rawatan baik, sebegimana moesti, di blakangkali ia bersalin lagi dengan gampang serta slamet. Ada banjak orang prempoean jang soeda melahirkan 10.12 malahan 20 anak dan senantiasa ia tinggal sehat serta seger, malahan parasnja tinggal tjantik. Perkara begini biasa terdjadi di antara orang orang prempoean jang menika pada doea atawa tiga taon sasoedanja balék, djadinja pada oemoer 16, 17 atawa 18 taon. Jang kawin sampe 20 taon, tiada bisa mengalamin perkara begitoe. Orang orang prempoean begini, waktoe bersalin, ada merasæ lebi banjak sakit, iapoenja bagian badan djadi terlaloe keras, hingga sasoedanja bersalin, tiada bisa mengkerat kombali aken djadi seperti doeloean lagi. Lantaran ini, itoe orang orang prempoean tiada keliatan begitoe seger lagi sebegimana doeloe. Lebi lagi iapoenja warna moeka mendjadi lajoe.

Samingkin toea orang prempoean bersalin, samingkin djelek lagi kaadaännja,

Menoeroet pikirannja bebrapa penoelis, djika orang prempoean moelain hamil dalem oemoer 20 taon, ia bisa dapet anak troes sampe oemoer 40 taon. Tapi dengdn begini orang djangan pikir, saorang prempoean jang moelain dapet anak dalem oemoer 25 atawa 30 taon, ia bisa

troes bersalin sampe pada oemoer 45 atawa 50 taon. Djoega kliroe sekali, djika satoe anak prempoean dalem oemoer 14 taon ada dapet anak jang pertama, liwat oemoer 34 taon ia tiada aken bisa bersalin lagi.

Itoelah sala sekali. Malahan satoe anak prempoean jang wares betoel dalem oemoer 14 taon djika ini ada doea taon sasoedanja ia dapet kaen kotor pertama, boeat pertama kali ada doedoek peroet. sampe oemoer 40 taon ia masi bisa dapet anak, sebab pada waktoe beranak pertama kali, ia tiada terlaloe banjak merasa sakit, dan toeboenja mendjadi lebi koeat, lebi bagoes, hingga djadi lebi lama lagi ia ada poenja kamampoean boeat adaken samboengan toeroenan menoesia

Tapi dalem ini fatsal pikirannja orang orang pande ada berlaenan satoe dari laen. Bebrapa penoelis telah kasi nasehat, aken orang prempoean djangan kawin pada sablonnja oemoer 25 taon, malahan ada bebrapa penoelis kasi pikiran, soepaja orang prempoean djangan ra. saken kasenangan doenia kaloe blon oemoer 30 taon. Tapi ada bebrapa orang soedah menjataken, sasoedianja liwat oemoer 36 taon, orang prempoean tiada bisa hamil lagi.

Tetapi ini tjoema ada perkara-perkara penamba. Disini teroetama maoe dioendjoek, djangan orang prempoean dikasi kawin sampe liwat oemoer, koetika badannja sedeng toemboe bagoes, boeat menjampeken maoenja natuur. Dengan tentoe bisa dibilang, pada ini perkara ada bergantoeng prikasehatannja orang prempoean. Sala sekali djika dibilang, oemoer 16 atawa 18

taon bagi satoe anak prempoean jang badannja sehat, masi terlaloe moeda aken mendjadi iboe dan katanja, iboe-iboe jang 'begini moeda boleh dapet bintjana.

Padahal djoestroe dalem oemoer sebegitoe paling sedikit ada bahaya bagi orang prempoean jang mendjadi iboe. Bagi satoe anak prempoean jang masi moeda, djika bersalin menoeroet djalannja natuur dan dalem keadaan-keadaan jang satoedjoe dengan maoenja natuur sekali-kali tiada berbahaja, hingga sala sekali djika orang anggep perkara ini lebi berbahaja dari sebegimana adanya. Itoelah moesti di larang. Bebrapa iboe, lantaran dibikin takoet tiada kroean telah djadi katakoetan, hingga iapoenja badan dan pikiran boleh mendjadi roesak.

Satoe anak prempoean moeda, jang ada dalem keadaan-keadaan seperti ditoelis disini, djangan tampik berkah akan mendjadi iboe, tjoema lantaran pikir ia masi terlaloe moeda dan koeatir boeat segala kabratan jang moesti djadi tanggoenganja satoe iboe. Ia tiada oesa slempang satoe apa. Ia toeroet sadja wet dari natuur dan trima dengan bersoekoer di hati itoe berkah akan bersalin dengan gampang serta slamat dan sringkali aken dapet lagi laen anak. Ada banjak orang prempoean bisa tetepken kebenerannja ini perkara.

*
* *

Pada orang lelaki pri keadaan ada berbeda sebab orang lelaki tiada di wadjibken kandoeng dalem toeboenja itoe asil dari katjintaan. Anggota-anggota dalem toeboe jang moesti kasi

tempat pada bibit jang bersemi, pada masanja jang ditentoecken oleh natuur, ada begitoe roepa, hingga gampang trima itoe bibit jang moelain toemboe, tapi kaloe liwat bebrapa taon dari itoe waktoe, itoe bagian-bagian badan djadi tiada begitoe gampang melar.

Natuur tiada beriken pada orang prempoean itoe djalanan-djalanan jang ada pada toeboe orang lelaki, dari mana bibit dari orang lelaki boeat sabagian bisa masoek ka laen bagian badan, sabagian lagi ini bibit dikasi kaloe ar dari toeboenja. Lantaran begitoe, orang lelaki bisa gampang menoenggoeh lebi lama boeat lepas iapoenja napsoe birahi. Dengan tahan ini napsoe, iapoenja toeboe dan kakoeatan tiada nanti koerang satoe apa, lebi lagi djika lebi doeloe ia memang blon kenal kasenangan doenia. Orang lelaki tjoema ambil bagian boeat sakoetika sadja dalem hal tamba toeroenan menoesia dan dalem ini sakedar perloe ada itoe bibit baek di toeboenja. Apa dalem oemoer 18, 20 atawa 25 taon boeat pertama kali ia merasakan kasenangan hati, inilah bagi ia tiada ada banjak bedanja.

Seperti di moeka ini soeda diloekiskan, orang lelaki sebagai djoega orang prempoean perloe bisa kira, aken djangan terlaloe toeroet napsoe hati. Samingkin lama orang lelaki bisa tahan ini perkara, samingkin banjak lagi ia nanti rasaken nimatnja itoe kasenangan doenia. Dengan poeaskan napsoe lebi dari wates, di dalem satoe taon orang bisa sia-siaken semoea kakoeatannja, hingga saliwatnja itoe waktoe ia tiada bisa rasaken lagi itoe kasenangan hati jang doeloe dipoeaskan katerlaloean. Sabaliknja djika ini

kasenangan diambil dengan sakedarnja sadja, orang bisa simpen troes itoe kakoeatan sampe oemoer limapoeloe atawa anempoeloe taon. Tjonto-tjonto dari ini ada banjak. Dan perkara begitoe tiada bisa dianggep sebagai parkara loear biasa. Sembarang orang lelaki, kaloe bisa djaga diri dengan baik, masi dapet, anak sampe oemoer toea. Orang lelaki jang ilang kakoeatannja pada sablon oemoer limapoeloe taon, iapoen ilang ini kakoeatan dari sala satoe ini lantaran: terlaloe banjak poeasken hati, kasesatan dalem pendidikan, satjara pengidoepan atawa satoe perkara di loear biasa, sebagaimana memang biasa terdjadi di antara bebrapa orang lelaki.

Paling banjak terdjadi hal sia-siaken tenaga lebi dari wates. Sringkali orang-orang lelaki moeda bikin bangga ia poenja kakoeatan, aken sanggoep poeasken napsoe sampe beberapa banjak kali. laorang tiada pikir, ini perboeatan ada djadi ratjoen jang dengan pelahan isep ia poenja tenaga. Orang-orang prempoean biarlah bisa kendalikan napsoe begitoe dari orang lelaki.

Disini haroes djoega dikasi inget pada orang lelaki, aken djangan lepas napsoe pada bebrapa orang prempoean, jalah dengen diganti-ganti. Ini tiada membikin ia poenja toeboe tamba kakoeatan, kendatipoen boeat sakoetika lamanja ia merasa lebi senang.

Soeami istri jang setia satoe pada laen, ada paling baik boekan sadja dalem pri pengidoepan, hanja djoega boeat pri kasehatan. Laki istri begini biasanja dapet anak jang paling sehat dan itoe kedoea soeami istri sringkali sampe toea masi bisa dapet anak.

Hoofdstuk X.

Beberapa nasehat aken bisa tahan napsoe hati.

Ada banjak orang lelaki, lebi poela orang-orang moeda, telah merasa kebratan atas paksaan aken ia menahan napsoe hatinja. laorang bilang, ada amat banjak djalan jang bikin terboeka ia poenja napsoe, pakean dan katjantikannja orang prempoean di ini masa gampang membikin dara mengalir lebi keras, hingga napsoe jang satoe kali soeda bangoen tiada bisa ditahan lagi. Tapi orang haroes inget, pakean orang prempoean di ini djeman sakedar ditoeroet matjem pakean orang prempoean di djeman doeloe. Prempoean Griek doeloekala telah mengarti sebagi djoega orang prempoean jang paling pinter didjeman sekarang, begimana iaorang bisa bikin kentara potongan badan jang bagoes dari orang prempoean. Boekan tjoema prempoean-prempoean latjoer pande riasken dirinja, orang prempoean jang sopan poen tiada koerang kapandeannja dalam itoe oeroesan. Orang toch tiada bisa bilang, prempoean jang sopan tiada ada poenja adat baek.

Nasehat pertama aken tahan napsoe hati adalah sasoeatoe orang moesti inget, aken bisa dapet kasenangan hati sampe banjak oemoer dengan toeboe tinggal sehat serta koeat, perloe sekali bisa tahan napsoe sendiri, tapi djangan-

lah orang kapaksa tahan ini napsoe dari lantaran sakit dan dari lantaran kakoeatan soeda abis, sebab sala sendiri. Dengan inget begini sadja, orang bisa dapet pikiran aken ambil kasenangan hati, boeat sakedarnja sadja.

Nasehat kadoea adalah bekerdja dan djangan iseng. Satoe dokter ada kenal saorang lelaki jang keras sakali napsoenja boeat bertjintaän, tetapi lantaran berkali kali dilanggar apes, ia djadi kapaksa aken bekerdja di dalem satoe taon troes zonder brenti, hingga di waktoe malem ia tjema dapet tempo bebrapa djem boeat tidoer. Di dalem tempo begitoe lama tiada satoe kali ia bisa ambil kasenangan hati di pembaringan. Ia dapet ingetan keras aken bisa idoep senang lagi seperti doeloe, hingga ia tiada bisa pikir laen-laen perkara. Dengan bekerdja giat ia bisa menjampéken maksoednja kamoedian boekan dengan sengadja ia bisa lepas napsoenja boeat sadjamak nja sadja dan dari ini ia telah dapet asil jang baik.

Nasehat jang katiga ada boeat orang prem-poean. Apa iaorang ada istri kawin atawa goela'an sadja, apa ia ada teriket dengan kawinan jang halal atawa idoep sama saorang lelaki dengan merdika soeka sama soeka, asal sadja boekan plesiran dengan ganti-ganti pasangan biarlah iaorang anggep itoe perkara menjataken katjintaan sebagi saroeapa barang pekakas jang mahal harganja dan kaloe terlaloe sring dipake boekan sadja nanti mendjadi poentoel, hanja aken ilang bekerdjaännja jang baik. Kaloe doea orang, lelaki dan prempoean, ingin idoep sama-sama dengan beroentoeng sampe toea, ia berdoea

poen gampang tahan sedikit dirinja dalem hal ambil kasenangan hati. Ini ada perloe boeat kawaresannja sendiri, iapoenja kasenangan hati nanti dirasa lebi nikmat dan bagi iaorang ada terboeka djalanan aken idoep beroentoeng sampe di achir djeman.

Lantaran bergaoel sama orang-orang prempoean jang sopan serta bidjaksana orang lelaki djadi lebih bisa manahan napsoe hatinja, dari pada djika ia tiada bertjampoeran sama orang prempo an. Dalem keadaan jang terseboet blakangan orang gampang dapet ingetan tiada kroean dan melihat djoega gambar-gambar jang tiada sanoenoe, hingga ia nanti lepas napsoenja pada boekan satjara natuur. Lebi tiada baik lagi bagi orang-orang moeda, aken masoek tidoer terlaloe sore dan bangoen sampe siang. Orang moesti bekerdja begitoe lama sampe merasa tjape, nistjaja lekas tidoer poeles. Besok pagi apabila mendoesin, moesti lantes bangoen dari pembaringan, djangan tinggal reba di pembaringan berdjem-djem lamanja, sebab ini membikin dateng segala ingetan jang tiada kroean.

Dengan pake aer dingin³ boeat tjoetji itoe bagian resia dari toeboe ada tjoekoep, aken bikin orang tiada terlaloe banjak atawa terlaloe sring dapet napsoe birahi. Tjarilah pergaoelan di antara orang-orang sopan, dimana tiada di bitjaraken segala perkara jang tiada sanoenoe. Baik tjari pergaoelan dalem kalangan, dimana bisa ketemoe orang prempoean jang sopan serta baik adatnja. Djangan soeka doedoek bengong saorang diri, kerna ini gampang bikin pikiran djadi kasasar. Djangan makan dan minoem

terlaloe banjak dan djangan dahar makanan dan minoeman jang boleh bangoenken napsoe.

Pada hoofdstuk IV telah dioendjoek bebrapa djalan, jang apabila ditoeroet, orang nanti tinggal dalem wates kalangan jang baik.



TAMBAHAN.

I Obat-obat jang bisa bangoen- ken napsue birahi, antara mana ada jang berbahaya dan ada djoega jang tiada berbahaya.

Sekarang hendak diroendingken satoe fatsal jang tentoe ada sanget penting bagi sasoeatoe orang jang ingin ada goenanja bagi sesamanja manoesia. Boekan sadja mae dioendjoeck kasoedahan tiada baik dari lantaran pake telaloe banjak itoe obat-obat boeat bangoenkan napsue, jang sringkali terbitken kabintjanaan di antara banjak orang dalem doenia, tetapi maski perloe dipake obat begitoe, haroes dibikin pamandangan, sampe sabrapa banjak dan sabrapa djaoe obat itoe boleh dipake dan sringkali djoega perloe dipake.

Djika pada saorang jang badannja berpenjaitan keliatan iapoenja kakoeatan aken sanboeng toeroenan telah mendjadi ilang atawa banjak koerang, perloelah dikasi obat, soepaja ja bisa dapet kombali itoe kakoeatan. Ini obat ada berbeda dari barang-barang jang biasa dipake boeat maksoed begitoe djoega bagi orang jang badannja sehat.

Satoe orang jang tjari segala djalan dan oba

aken dapet tamba napas, soepaia ia bisa lebi banjak merasaken kasenangan doenia, iapoen tiada dianggep soeda ambil djalana dengan berlawanan pada natuur. Maski begitoe toch ia tiada toeroet betoel maoenja natuur dan ia soedah paksa machine toeboenja aken bisa bekerdja lebi kentjeng. Kaloe kamoedian ini machine mendjadi roesak, inilah ada iapoenja sala sendiri.

Tetapi maski biasanja orang mengarti itoe perkara, tiada oeroeng orang masi soeka berboeat djoega. Itoe perasaan boeat ambil kasenangan hati dalem doenia ada lebi menang dari pada laen-laen pikiran dari ingetan jang berboedi. Sebab loembranja menoesia lebi soeka rasaken kasenangan jang sekarang dari pada simpen iapoenja tenaga boeat di kamoedian hari, orang poen tiada soeka kasi liwat pertjoema tempo boeat rasaken itoe kasenangan, dengan tiada perdoeli atawa tiada pikir, karoegian begimana matjem kamoedian ia aken menampak.

Dalem keadaan demikian sasoeatoe orang lantes goenaken itoe djalana atawa obat jang dikasi atawa jang diadjar padanja, zonder lebi doeloe mentjari taoe, apa itoe djalana atawa obat boleh djadi berbahaja, malahan boleh binasaken djiwanja.

Antara obat-obat begitoe adalah k a n t h a r i d e s atawa Spaansche vliegen jang sanget berbahaja, hingga djangan sekali-kali ditjoba pake.

Ini saroeapa obat soenggoe amat moestadjeboeat bangoenkan napas hati, tapi bintjana jang terbit lantaran pake ini obat poen boekan sedikit. Maski orang jang abis tenaganja atawa tiada tjoekoep kakoeatan boeat lepas napas

masi dianggep kliroe djika ia pake ini saroepa obat. Apa poela itoe obat dipake oleh orang jang sabenernja masi ada kakoeatan, tapi sengadja pake obat itoe aken bisa bernapsoe lebi keras, inilah sesat soenggoe!

Ada bebrapa orang soeda mati lantaran itoe obat. Doeloe ada saorang moeda jang baddanja segar dan soeka sekali pada kasenangan doenia jang ia ingin lepas sapoeas hati. Sasoedanja minoem banjak kantharides, itoe orang moeda telah mati, sebab soemsoemnja kering. Ini orang moeda ada anak dari saorang kaja besar jang tentoe sekali soeka kaloearken hartanja satoe millioen, kaloe itoe anak bisa idoep kombali. Tapi siapakah bisa samboeng djiwanja menoesia?

Tetapi kendati ini obat tiada diminoem begitoe banjak sampe binasakan djiwa, toch dengan minoem itoe barang, orang tiada bisa dapet maksoednja aken ambil kasenangan hati dengan senang.

Kasatoe kantharides bekerdja begitoe keras, hingga orang tiada bisa poeaskan hati dengan merasa enak, malahan itoe kakerasan membikin terbit rasa sakit dan sasoedanja bersabadan, orang djadi lemes betoel jang tiada bisa dibikin ilang, kendati pake obat jang bagaimana keras djoega.

Kamoedian itoe bagian resia dari toeboe orang lelaki nendjadi keras dan bisa djadi bengkok. Kaloe masi djoega maoe troes poeaskan napsoe hati, nistjaia boekan manik, hanja dara nanti kaloear dari tempat kentjing. Maka biarlah sasoeatoe orang inget betoel, aken djangan gegaba pake ini saroepa obat jang heibat!

Waktøe melepaskan napsøe poen sringkali dirasaken sakit. Sebab napsøe terlaløe memboerøe dengan keras, badan djadi bergiat begitøe roepa, hingga boekan djarang-djarang kamoedian mendjadi ilang kakøeatan sama sekali dan orang moesti berpisa sama sekali dari itøe kasenangan hati jang djoestroe orang ingin dapet lebi banjak.

Spaansche vliegen ada bekerdja di tempat kentjing dan di oerat-oerat jang ada disana. Sakøe-djoer badan toerøet dapet sakit. Melaenken ini sakit bisa ada lebi enteng, djika itøe oerat-oerat lebi banjak katoetøep gemøek atawa aer jang lender.

Itoe sebab, baek begimana djoega, djanganlah orang pake ini obat, baek dibikin samatjem poeder atawa dibikin tinctuur. Bekerdjanja sarøepa sadja: bikin roesak toeboe dan bikin lema.

Begitøe djoega kadjadian dengan laen-laen obat jang bangoenken napsøe. Maka ini semøea obat baek djangan dipake.

Køerangan bahajanja kaløe orang perloøe pake obat aken tamba kakøeatan boeat lepas napsøe.

Antara obat-obat begitøe adalah boemboeboemboe aloes, lebi lagi kaneel (kajøe manis Olanda). Ini obat kaløe dibikin tinctuur, tiada sekali berbahaja dan kaløe diminoem tiada terlaløe banjak, ada mengandjoerin napsøe dengan rasa enak disakøedjoer badan, jang natuur kasi bekerdja lebi koeat.

Paling baek adalah itøe obat boeat timboelken napsøe jang natuur kerdjaken sendiri.

Bergaoel sama orang jang ditjinta, djangan oendjoek katjintaan satjara tiada sanoenøe, moesti sajang satøe pada laen, moesti resik be-

toel mengomong dengan girang dan bertjanda dengan pantes, tjari kaelokan jang semboeni, dengan pelahan rasaken kasenangan hati, ini semoea ada obat-obat jang masing-masing orang ada poenja sendiri, aken bikin tamba napsoe zonder ada bah ja apa apa.

Orang orang jang koerang kakoeatan boleh minoem obat jang ditrangken di bawah ini dan jang boleh diminoem zonder ada bahaja satoe apa, dengan bisa tamba napsoe hati:

Rec. Aq menth. piper. 75.0
Tinct. cinnam. 15.0
Syrup. Cort. tinnamon. 30.0

M. D. S. Ini obat, kaloe maoe masoek tidoer, boleh minoem satoe sendok makan. Kamoedian minoem satoe glas anggoer anget dan orang nanti merasa enak.

Laen matjem obat lagi :

Rec. Extr. Quass, 2.0
Elixir. visceral Hofm 15.0
Chin. Whytt. 15.0
Spirit. sulphur. aether. mart. 8.0

M. D. S. Minoem 80 ketes saben hari 3 kali.

* * *

Orang lelaki bisa ilang kakoeatannya boeat samboeng toeroenan, dari lantaran iapoenja zenuw atawa spier ada lema. Itoe kakoeatan mendjadi koerang dari lantaran sakit, kesel, iboek dan terlaloe sia-siaken tenaga. Dalem ini semoea, dengan menoeroet recept dokter, orang boleh minoem kina, kwassie atawa vanille, lebi djaoe boleh mandi di laoet, pergi bernang dan mandi

di pantjoran. Djoega boleh tjoetji bagian-bagian badan di sebla bawa.

Boleh djoega pake ini obat: moentjoek dari kembang rozemarijn 15 gram; salie 15 gram; hysop 30 gram; lavendel 30 gram; marjolein 60 gram; anggoer mera 1000 gram.

Ini semoea hoembloe moesti rendem di dalem anggoer 6 hari lamanja, kamoedian moesti peras dan itoe anggoer moesti dipake di bagian ketjil dari badan.

Lebi djaoe moesti minoem anggoer hoembloe jang toea dan keras djoega dahar makanan-makanan dari daging dengan telur, tirem, chocolade enz

Tapi paling baek diseraken pada natuur boeat perkara bangoenken napsue. Orang jang sehat tiada perloe pake obat, sedeng orang jang sakit moesti kasi dokter preksa badannja dan obatin sebegimana moesti. Tapi tempo-tempo bisa ada kalemahan atawa koerang kakoeatan, hingga perloe djoega pake itoe bebrapa matjem obat jang ditrangken di moeka ini.

Dalem hal ini paling perloe diawas satjara pengidoepan, segala obat sakedar bisa tamba lekas semboe. Dokter-dokter tentoe bisa timbang sendiri apa jang baek. Djika dalem oemoer masi moeda orang soeda koerang kamampoean boeat lepas napsue, ini hal bisa djadi dari satoe di antara ini doea lantaran: apa itoe orang memang soewadjarnja iapoenja onggota anggota badan koerang koeat, atawa itoe orang dalem laen-laen hal ada sampe koeat, tjoema dalem itoe satoe fatsal ia koerang tenaga.

Kaloe pada orang-orang lelaki jang lema di-

kasi obat jang keras, boleh djadi kasehatannja nanti terganggu, malahan djiwanja boleh bina-sa. Dalem perkara begini, dokter, moesti soeroe itoe orang tahan begitoe banjak sabisanja iapoenja napsoe, lebi lagi kaloe orang-orang lelaki jang lema ada mempoerjai istri jang koeat dan soeka plesir. Dalem hal begini, itoe soemi istri moesti tidoer berpisa, malahan perloe si soemi disoeroe pergi tetira sendiri di tempat djaoe dan boeat tempo lama, seperti di tana pagoenoengan. djalan kaki, banjak dapet oedara di loear, djalan-djalan di taman, di sapanjang tegalan, di loear kota etc. Tapi djangan terlaloe banjak djalan hanja moesti berganti ganti djalan kaki dan doedoek kantaran atawa toeng-gang koeda dan doedoek. Sakoedjoer badan moesti digosok dengan aer dingin. Boeat ini, orang moesti pake handdoek kasar, ditjeloep di aer jang dingin seperti ijs dan gosok saloeroe toe-boe. Kamoedian orang mandi dengan aer dingin atawa tjoetji awak dengan aer begitoe. Achir-nja badan moesti dibikin kering dangan handdoek kasar dan digosok begitoe keras, sampe koelit mendjadi mera. Ini perkara moesti dioelangkan pada tiap-tiap pagi bila bangoen tidoer. Tjoema kaloe dapet pilek atawa entjok, orang djangan berboeat lagi ini perkara.

Djoega boleh mandi di laoet, mandi di aer jang dingin seperti ijs, kamoedian minoem anggoer madera atawa anggoer port dan dahar daging sampi, ini semoea ada baek.

Orang-orang lelaki moeda jang koeat serta sehat, djika memang asal dari toeroenan atawa boeat samentara waktoe djadi koerang kakoea-

tan, djika ia kawin pada satoe anak prempoean jang ditjinta (dalem kawinan jang mana soemi dan istri ada sama-sama soeka dan tjinta), tentoe lekas bisa dapet kombali tenaga jang ilang.

Kaloe ini djoega tiada menoeloeng, baeklah. pergi tetira ka tempat jang laen hawanja, hingga bisa djadi baik.

Orang-orang jang ada oemoer, djika bergaoel sama orang-orang moeda. lebi lagi dengan anak-anak prempoean dan prempoean-prempoean moeda, dengan toeroet menjenangkan diri sama iaorang, nistjaia bisa ada tenaga lebi lama, dari pada kaloe ia tjampoer sadja dengan orang-orang jang sapantaran oemoernja. Menika pada prempoean-prempoean moeda atjap kali bikin kakoeatan lebi awèt aken bisa mempoenjai anak

AKEN BISA DAPET ANAK JANG SEHAT KOEAT DAN BADANNJA BAGOES.

Boeat ini, tiada ada obat-obat resia, hanja ada dari lantaran soemi dan istri idoeop roekoen betoel. Djoega soemi istri jang lema bisa dapet anak jang sehat dan bagoes potongan badannja, kaloe sadja ia berdoea idoeop sadjamaknja dan tiada terlaloe sring lepas napsoe hatinja. Satoe soemi jang lema dan satoe istri jang koeat serta sehat sringkali dapet toeroenan jang waras serta soeboer, tapi soemi jang koeat dan istri jang lema djarang bisa dapet anak bagitoe seger. Soeda tentoe lebi baik djika kadoea laki istri sama-sama ada koeat, waras serta pri boedinja bagoes. Djoega soemi istri moesti sama ingetannja

dan sajang satoe pada laen. Sebab djika soeami istri ada seperti kapaksa menoeroet kawadjiban laki-istri ambil kasenangan hati, iapoen tiada bisa dapet anak sama sekali atawa tjoema bisa dapet anak jang tiada selamanja ada koeat serta bagoes. Soeami dan istri tiada boleh menjataken tjintanja pada sasoeda toeboenja merasa amat tjape atawa kaloe abis banjak minoem-minoeman keras, djoega tiada boleh kaloe abis bertjektjokan atawa merasa djèngkèl Orang-orang jang berpenjakitan lebi baik djangan kawin. Orang-orang jang dapet sakit tering dan orang jang dapet sakit ajan atjapkali tiada bisa dapet toeroenan dan kaloe ia dapet anak, anaknja ini poen amat lembek dan bodo, lebi lagi djika si istri jang dapet itoe sakit. Soeami dan istri begitoe lama sabisanja moesti toenda perkara lepas napsue, soepaia bisa koempoel tjoekoep itoe sari jang dikasi kaloe ar aken bisa lebi koeat bersemi. laorang moesti dahar makanan jang baik, mandi dengan aer anget, djalan-djalan boeat bikin seger badan dan pikiran, djangan berboeat hal jang boleh bikin orang djadi tiada enak hati, tapi boleh bertjanda jang sapantesnja boeat bikin goembira dan senang hati. Si istri moesti bisa menjenangkan hati dengan melihat portret dan gambar dari anak-anak lelaki dan anak-anak prempoean jang bagoes, soepaia ia djoega ingin dapet anak begini. Itoe napsue djangan dilepas dengan terboeroe, djangan dengan tjerobo. Orang moesti bisa tahan apinja napsue, soepaia waktoenja bibit kaloe ar, orang rasaken senang dan nikmat. Pada sablonnja tidoer boleh minoem satoe glas anggoer, tapi barang-barang jang ge-

raken napsue dengan keras tiada baik didahar. Kliroe sekali kaloe lepas napsue terlaloe sring dengan beroentoen, sebab itoe bibit mendjadi entjer dan ilang kakoeatannja aken bersemi.

Aken dapet anak jang bagoes, perloe djoega ditoeroet satjara pengidoepan jang baik selamanja doedoek peroet.

Orang-orang prempoean jang hamil sringkali banjak moenta (mengidam, kata orang Betawi), sringkali sampe ampat-lima boelan lamanja sadari moelain doedoek peroet. Maski sanget tiada enak, ini perkara tiada bisa ditjega sama sekali, sakedar bisa dibikin koerangan sadja. Itoe perkara*ada dari lantaran gerakan zenuw jang sring terdjadi di antara orang-orang prempoean jang ada kandoengan. Kaloe moenta terlaloe keras, boleh djadi kandoengannja goegoer. Djoega itoe perkara membikin tiada enak makan. Djika moenta terlaloe keras, boleh kasi minoem ini obat; ether (15 ketès), ijs, opium, jodium tinctuur (2 atawa 3 ketès). Atjapkali ini moenta, lebi lagi orang prempoean jang doedoek peroet boeat pertama kali, ada sanget keras dari bagian sebla bawa dari ari-ari dan bisa djadi ilangan, kaloe soeda dioeroet dengan baik.

Orang prempoean jang hamil tiada boleh bekerdja berat, baik pekerdjaän apa djoega, dan haroes djaga diri aken djangan djadi kaget.

Maski begimana djoega orang maoe bilang, itoe perkara ada kapertjajaän tahajoel, toch ada banjak boekti, kaloe orang prempoean jang hamil dapet kaget, ini perkara ada pengaroenja bagi anak jang ada di didalam kandoengan. Tiada sedikit djoemblanja orang jang bisa tetep-

ken kabenarannya ini ketrangan. Lantaran begitoe, baeklah didjaga, waktoe hamil djangan orang prempoean mendjadi kaget ini atawa itoe.

Kawadjiban soeami istri, selamanya si istri doedoek peroet, tjoema bisa dilakoeken djarang djarang. Djalan-djalan di loear pada oedara jang seger, dahar makanan jang bikin koeat badan, tapi jang gampang antjoer di peroet dan djangan makan boemboe-boemboe jang pedes. Djangan pake-pakean jang sesak, corset band dan laen-laen jang mendjepit badan dan bikin tiada enak; baek pake-pakean dari wol jang anget dan tiada berat. Semoea gerakan badan jang keras dan bergontjangan moesti disingkirken, djoega djangan kesel dan djangan katakoetan. Djaga djangan dapet pilek dan djangan kaloear banjak keringet. Poen angkat dan bawa barang jang berat sekali-kali tida baek. Dengan toeroet ini semoea nasehat, tiada nanti djadi goegoer kandoengan, jang gampang sekali kedjadian, kaloe bawa pengidoepan tjerobo.

Ini ada resia aken orang prempoean jang doedoek peroet mendjaga diri.

Orang prempoean jang soeka goegoer kandoengannya, selaennja perhatikan nasehat dan atoeran-atoeran di moeka ini, moesti mandi dengan aer jang dingin seperti ijs. Waktoe doedoek peroet ia moesti banjak reba dan toeboenja, lebi lagi pada bagian sebla bawa, moesti ditjoetji dengan spiritus.

Sasoedanja bersalin, moesti soesoein anak. Saorang prempoean jang sehat serta koeat se-

bole-bole moesti soesoein sendiri anaknja. Sablon bersalin, ia moesti bikin persediaan doeloe boeat menjoesoein. Pentil tete moesti ditjoetji dengan brendi. Doeablas djem sesoedanja beranak, itoe anak moesti ditaro deket dada iboenja soepaia djangan djadi likat. Djika si iboe dapet rasa tiada enak, baeklah minta toeloengan dokter.

Prempean jang baroe bersalin moesti dikasi tinggal senang, baek badan, baek pikirannja. Perkara menjampeken kawadjiban soemi istri, seperti ditrangken di hoofdstuk-hoofdstuk jang doeloelan, moesti ditoenda di dalam doea sampe tiga boelan lamanja. Saboleh-boleh ija soesoein troes anaknja, tapi ia tiada boleh soesoein lebi lama, djika ia moelain dapet lagi kaen kotor. Rata-rata boleh ditentoeken si iboe tiada boleh soesoein anaknja lebi lama dari sembilan boelan, sebab boleh bikin ia terlaloe banjak lema. Tapi kaloe lebi doeloe dari itoe waktoe ija dapet kombali kaen kotor atawa djika doedoek peroet lagi, itoe anak moesti lantas tiada dikasi menjoesoe pada iboenja lagi.

Kaloe saorang prempoean baroe bersalin, djangan kasi ia dikoendjoengken oleh sanak soedara atawa tetangga-tetangga prempoean. Moesti dahar soep dari daging jang enteng, nasi dan bier jang enteng. Dengan tiada halangan boleh bebrapa hari lamanja tiada oesa lepas hadjat dan djangan minoem obat jang keras boeat tjoe-tji peroet.

Djika didjaga baek semoea, anak jang dilahirkan bisa idoep soeboer dan iboenja tinggal sehat dan bisa lahirken lagi anak-anak jang sehat serta koeat.

HAL ORANG LELAKI DAN ORANG PREMPOEAN JANG TIADA BISA DAPET ANAK.

A. PADA ORANG LELAKI.

Lantaran terlaloe banjak boeang napsue terlaloe moeda sia-siaken bibit, melakoeken pekerdjaan otak terlaloe berat, terlaloe banjak minoem-minoeman keras, bebrapa anggota badan mendjadi lema, ini semoea sringkali bikin orang lelaki tiada ada kakoeatan boeat ambil kasenangan doenia. Tapi ini keadaän bisa dibikin baik kombali dengan bawa pengidoepan jang baik, dengan tahan napsue, mandi dengan aer dingin dan moesti minta djoega nasehatnja dokter.

Kaloe itoe perkara terdjadi dari lantaran makanan dalem peroet tiada antjoer betoel, baeklah minoem obat jang bikin koeat peroet. Boemboemboemboe, alsem dan kina poen boleh dipake, sasoedanja lebi doeloe minoeman obat boeat tjoetji peroet.

Seandjenja toeboe koerang dapet makanan jang koeat, baik kasi makan soesoe dan telur, daging ajem dan boeroeng dara dan soep jang bikin koeat badan. Sebagi minoeman baeklah minoem saroepa anggoer toea jang bisa bantoe bikin antjoer makanan dalem peroet. Bier jang baik poen boleh diminoem djoega. Lebi djaoe moesti bekerdja, mengaso dan tidoer dengan tentoe berganti-ganti. Djangan minoem segala obat resia, seperti pil, minoem, tinctuur dan sebaginja.

Ada banjak orang lelaki jang banjak merasa maloe-maloe, hingga ini ada mendjadi halangan boeat lepas napsue. Banjak lagi orang lelaki moeda biasa singkirken dirinja, kaloe ketemoe orang prempoean. Ini kabiasaän djelek boleh djadi linjap, kaloe bertjampoeran sama anak-anak prempoean jang baik. laorang moesti djadi biasa bergaoel satoe pada laen, bisa terbitken soeka satoe sama laen dan djika tiada ada lantaran-lantaran di loear biasa, lekas djoega kadoea fihak dapet tjinta satoe pada laen. Ada lagi orang lelaki, kendati pinter dan bidjaksana, tiada brani akoe tjintanja pada orang prempoean jang ia tjinta. Dalem ini poen nasehatnja dokter bisa banjak menoeloeng.

Djoemblanja orang lelaki jang sama sekali tiada bisa sebar bibit menoesia tiada ada begitoe banjak, seperti orang kira. Kabanjakan laki istri tiada dapet anak tjoema dari lantaran salanja si istri. Orang lelaki bisa ilang sama sekali kat mampoeannja aken dapet anak, lantaran saki-longtering, djadi sanget koeroes, sakit di otak atawa di toelang blakang dan terlaloe toea. Djoega bisa djadi lantaran toeboenja lema, jang terdjadi sebab lebi doeloe soeda poeasken napsue dengen tiada terkira. Pada melepasken napsue boekan pada djalan natuur, djika ditroesken sampe satoe taon, boleh bikin abis tenaga sama sekali.

Lebi djaoe kalemahan begitoe bisa djadi lantaran sakit pada bagian-bagian toeboe jang ketil. Ada djoega orang lelaki tiada bisa menjampeken kainginannja dalem kasenangan doenia, dengen tiada ketaoean apa lantarannja.

B. PADA ORANG PREMPOEAN.

Orang prempoean bisa tiada mempoenjai anak lantaran sala potongan anggota-anggotanja atawa lantaran sakit loear biasa. Sringkali itoe sala pada anggota-anggota badan bisa dibikin baik dengan dilakoeken sedikit operatie oleh dokter, Tapi tentang ini hal tiada bisa diroendingken pandjang lebar, sebab ini ada djadi bagiannja dokter. Zonder perteloengan dokter, tentoe itoe semoea tiada bisa djadi baik kombali. Begitoe-poen djika orang prempoean dateng kotor tiada tentoe, dapet sakit kapoetian enz.

Berbeda sekali kaloe doea orang mendjadi soemi istri, tapi jang satoe tiada penoedjoe pada jang laen. Ini perkara tjoema bisa dibikin entengan oleh jang poenja diri sendiri. Kaloe si istri maoe, ia bisa banjak toeloeng dalem ini hal. Ia moesti inget, ia toch soeda teriket mendjadi laki bini, hingga ini perkara moesti ditrima baik. Ini ada lebi gampang lagi, djika si soemi dengan pri pengidoepan baik, memboedjoek pelahan-pelahan pada istrinja, zonder goenaken paksaan, sampe si istri soeka menjera. Si soemi ada banjak djalan aken bikin istrinja dapet laen ingetan. Disini ada dirembet satoe fatsal jang penting, jalah „ridlahnja orang prempoean”.

Apakah jang diseboet „ridlahnja orang prempoean”? Apakah ini ada satoe sifat jang tetep? Atawa sring beroba sifatnja? Apakah senantiasia orang lelaki tjakep jang bikin hatinja orang prempoean memoekoel lebi keras? Apakah itoe perkara tjoema bisa digeraken oleh orang lelaki jang paling pinter, paling kasohor? Atawa jang paling ma-

nis adatnja, jang paling lema lemboet atawa jang paling koeat, jang paling moelia?

Sasoeatoe sifat dari crang lelaki bisa iket hatinja orang prempoean.

Orang-orang lelaki jang tjakep bisa tjepet tjoei hatinja orang prempoean, tapi ada banjak orang prempoean tiada soeka pada lelaki bagoes. Biasanja lelaki jang djelek moesti banjak soesa aken bisa tarik hatinja orang prempoean. Toch doeloe orang-orang prempoean soeda korbanken kahormatannja pada Mirabeau, orang lelaki jang paling djelek di itoe masa, moekanja bopeng dan kapalanja seperti kapala matjan. Dan boekankah prempoean jang tjantik soeda seraken badannja pada hertog van Gloster jang bongkok? Pada Mirabeau itoe kadjelekan ada berikoet kaiblisan, jang tiada sanggoep dilawan oleh hatinja orang prempoean, hingga orang-orang prempoean mendjadi ilang ingetannja, jang trang. Hertog van Gloster pande goenaken lidanja jang bisa omong begitoe manis aken memboedjoek orang prempoean.

Ada banjak orang lelaki tergoda pikirannja dengen menginget, apakah ia bisa berboeat, soepaja istrinja djadi tjinta betoel padanja. Ia koeatir djoega istrinja tiada nanti tjinta lagi padanja kaloe dapet liat orang lelaki jang lebi bagoes, lebi pinter dan lebi beroentoeng dari ia sendiri. Tiada koerang orang lelaki jang tiada bisa menjenangkan hati istrinja, ia tiada begitoe open pada istrinja, hingga dengen begini ia tiada bisa dapet anak. Sring djoega si soeami membri lantaran aken istrinja djadi tiada soeka padanja. Sebenernja sasoeatoe orang lelaki, kendati

ia ada begitoe djelek, boekan sadja bisa bikin istrinja djadi tjinta padanja, malahan ia bikin si istri djadi beroentoeng, asal sadja ia ambil djalan jang betoel dan tiada goenaken barang jang kliroe. Maski si istri ada djemoe padanja dan tjoema kawin lantaran kapaksa dari laen hal, saorang lelaki jang berboedi dan moelia masi bisa iket hati istrinja. Resianja ini perkara tjoema teroetama si soeami moesti bisa dapet perindaän dari istrinja, indaken ia poenja prangi, indaken ia poenja katetepan hati seperti satoe laki-laki, indaken boeat iapoenja katabahan hati, indaken boeat iapoenja pekerdjaän. Ini perindaän sasceatoe soeami bisa dapet dengan pri lakoe jang aloes dan baik.

Dan kaloe si istri indaken pada soeaminja, nistjaia ia anggep ini soeami ada berharga boeat diperhatiken betoel, hingga lekas djoega dateng rasa tjinta. Maka kaloe soeami istri tiada idoeper beroentoeng, ini perkara kabanjakan terdjadi lantaran salanja si laki, jang tiada bisa dapet atawa bikin ilang perindaän dari istrinja. Perindaän boeat sifat-sifat jang baik ada djadi fondament boeat katjintaän dari saorang prempoean pada soeaminja. Ini perindaän ada djadi toendjangan boeat katjintaän, bikin tjinta tinggal tetep dan bikin balik kombali tjinta jang soeda ilang.

Ini perindaän boeat soeami bisa bergoena djoega boeat laen hal. Di ini masa ada banjak orang prempoean jang dapet sakit zenuw. Boekan djarang ini penjakit model baroe menjerang pada orang-orang prempoean jang pinter, manis serta sopan. Baroe sadja abis kawin, dengan

mendadak si istri mendapat „zenuw”, djika tiada lebi doeloe ia soeda dapet ini penjakit matjem baroe. Orang-orang prempoean jang dapet ini zenuw, banjak kali tiada bisa dapet anak. Ini soenggoe sajang bagi itoe njonja-njonja sendiri, tapi lebi sajang lagi bagi soeaminja dan paling banjak bagi iapoenja dokter. Dokter toch moesti membri toeloengan, ia moesti lawan itoe penjakit, jang sebenernja boekan penjakit dan kabanjakan tjoema dikira sadja ada penjakit atawa djoega kaloe terbit dari lantaran toeboe koerang baik, toch ini „penjakit” tiada sabrapa artinja aken diriboetin oleh itoe orang-orang prempoean sendiri. Si istri moesti keras hati. Dalem ini, soeaminja bisa banjak menoeloeng. Djika si soeami ada lembek, nistjaja istrinja tiada bisa semboe dari itoe zenuw. Tapi satoe istri tiada nanti bisa dapet zenuw begitoe keras, djika ia dapet toendjangan dari soeami jang gaga dan pinter, jalah soeami jang selaloe tinggal pada fihak jang betoel dalem perkataan dan perboeatannja. soeami jang tjoema bisa mengala boeat sekedarnja sadja dan bisa tahan napeoe dan hatinja sendiri. Djika dapet toeladan dari soeami jang begitoe baik serta gaga, orang-orang prempoean nanti djadi semboe sendirinja dari iapoenja zenuw, zonder pake obat matjem apa djoega.

Kaloe sasoenggoenja itoe zenuw telah terbit dari lantaran ada penjakit di dalem toeboe, baeklah dengan lekas minta toeloengannja dokter. Toenda ini perkara ada kasesatan besar. Di blakangkali lantarannja itoe penjakit djadi samungkin soesa dilinjapken, sedeng itoe soeami istri tetep tiada

bisa dapet anak.

Orang-orang prempoean jang tiada begitoe perdoeliken kasenangan hati, tiada ada rasa perloe pada plesiran doenia, kabanjakan tiada dapet anak. Toch orang prempoean begini bisa hamil, djika tempo-tempo soeaminja bikin ia goembira dan bangoenken napsoenja.

SEMBOENJA ONANIE (SARI JANG DI WAKTOE MALEM KELOEAR SENDIRINJA) DAN KAPOETIAN, DAN BIKIN TAMBA KAKOEATANNJA ORANG LELAKI.

Saorang lelaki soeda berboeat kabiasaän djelek aken kasi kaloear napsoenja boekan pada djalan natuur (onanie). Lantaran ini perboeatan sesat ia tela djadi sakit, badannja djadi amat lema dan di waktoe malem atawa apabila ia meliat saorang prempoean jang elok, iapoenja manik lantes kaloear sendirinja hingga samingkin lama ia djadi semingkin lema. Ia minta toeloengan pada bebrapa dokter dan minoem banjak obat roepa-roepa matjem, ia pantang roepa-roepa hal dan toeroet segala atoeran jang dioendjoek oleh dokter, tapi ini semoea siasia sadja. Achirnja ia ambil atoeran keras dalem pri pengidoepannja dan djadi semboe betoel.

Ini orang sakit telah toelis satoe boekoe, dimana ia tjeritaken hal ihwal penjakitnja dan begimana ini penjakit soeda bisa djadi semboe.

Itoe orang soeda ambil atoeran jang berikoet sampe ia terlepas dari itoe penjakit jang berbahaja:

Diwaktoe malem ia masoek tidoer pada djem sepoeloe dan pagi bangoen pada djem poekoel lima dan lantes pake pakean. Kaloe waktoe maoe bangoen ia kaloe ar keringet atawa merasa amat panas, ia boeka sedikit selimoetnja, soepaia pelahan pelahan bisa djadi sedikit adem. Kamoedian ia kaloe ar dari pembaringan dan pakepakean. Di waktoe tidoer, ia tjoema pake selimoet aken toetoep bagian bawa dari toeboehnja, tangannja ia taro di atas selimoet. Bagian badan sebla atas dan tangannja ada katoetoep dengan kamedja tidoer dari wol. Saben doea hari sekali, kira-kira setenga djem sasoedanja bangoen tidoer, ia minoem 12 ketès „Sicherersche druppels” (tinctura concentrata) ditjampoer sama goela. Itoe druppels ditjampoer pada goela geloentongan, kamoedian ini goela dimama (dipapak) dengan pelahan dan sasoedanja beradoek dengan loeda, lantes ditelan. Tapi lebi doeloe gigi dan isit moesti dibikin bersi dengan aer anget dan sedikit boeboek kina, sedeng lidanja dibersiken dari lendérnja.

Pada djem 8 ia doedoek makan pagi, makanannja adalah saroepa boeboer dari separo aer, separo soesoe, dengan tepoeng aloes dan sedikit gemoek jang dimasak dalem ini boeboer. Moesti didjaga betoel, soepaia ini boeboer tiada djadi gloentongan dan djoega tiada djadi terlaloe kentel. Satoe sendok boeboer ini ada ditjampoer sedikit tjengke dan kaneel jang ditoemboek aloes dan disebar di atasnja, kamoedian pada itoe boeboer ditjampoer sedikit saffraan dan troes didahar. Soesoe jang diminoem pada ini boeboer, moesti dimasak.

Bertaon-taon ia makan ini boeboer. Di waktoe siang ia minoem djoega 6 sendok anggoer toea jang baik.

Sasoedanja makan boeboer, ia minoem chocolade zonder tjampoer vanille atawa laen tjampoeran. Kaloe lama ia tiada ka blakang, ia minoem aer dan satoe sendok tjoeka.

Sasoedanja makan, ia moelain bekerdja. Kaloe oedara bagoes, ia pergi kaloe ar aken ambil hawa oedara pagi jang seger. Pada djem satce ia doedoek makan tengahari. Ini makanan ada soep dari daging sampi zonder gemoek, dengan sapotong roti. Ia dahar ini makanan doea piring. Djoega ia dahar sepotong daging sampi jang pada waktoe maoe dimasak telah dipoekeol sampe empoeck dan dimakan dengan di iris aloes sapotong roti poeti dan sedikit garem.

Sajoerannja adalah kool dan laen-laen jang dimasak sampe mateng betoel dan dikoekees dengan sedikit gemoek. Sasoedanja dahar sajoer, ia makan sepotong daging anak sampi jang dipotong aloes, dimama sampe antjoer dan dimakan dengan pelahan. Seperti dezzert ia ambil doea blas pruum jang dimasak dan disebarin goela. Ini pruum dimakan dingin dan aernja diminoem. Kamoedian ia minoem lagi doea sendok anggoer toea. Sasoedanja kakoemoer dan bersiken moeloet, ia doedoek maen piano atawa doedoek deket djendela katja aken memandang ka loear.

Doedoek makan moesti dengan pelahan dan makanan moesti dipapak sampe antjoer dan kadjampoer loeda, baroe ditelan. Koewe tiada didahar, tapi kadang-kadang boleh djoega makan sapotong taart. Kopi dan likeur ada dilarang

keras.

Boekoe boekoe dan laen-laen jang moesti dibatja semoea dipili jang baik dan tiada sedikit berhoeboeng dengan perkara-perkara jang bisa bangoenken napsoe.

Badan moesti didjaga resik betoel.

Pada djem 3 lohor ia baroe pake obat aer oemboel jang bersi betoel, ditaro de'apan djem lamanja di dalem kamar. Di dalem tiga perampat djem ia moesti minoem dengan berselang-selang lima glas ini aer. Bermoela ia minoem setenga glas, kamoedian pelahan-pelahan ia minoem lagi dan achirnja ia minoem satoe glas sama sekali. Sambil minoem ia batja boekoe. Sasoedanja minoem aer, ia pergi djalan-djalan doea djam. Kaloe toeroen oedjan, ia tjoema djalan-djalan di djalan besar di dalem kota, tapi kaloe oedara bagoes dan matahari mementjarken sinarnja, ia pergi naek goenoeng atawa djalan-djalan di loear kota. Di moesin oedjan, ia selamanja pake sepatoe jang baik, soepaia kakinja tiada basa. Sapoelangnja djalan-djalan, ia tiada boeka jas loear, lebi lagi kaloe ia keringetan. Djika kendati didjaga baik, kakinja masi basa, ia lantes toekar kous dan sepatoe.

Waktoe sore ia tiada doedoek makan. Saben sore ia pergi denger muziek atawa pergi bergaoel sama pergaoelan jang pantes Djem 10 ia poelang dan gosok oeloe hati dan bagian badan sebla bawa dengan flanel. Seabisnja ini, ia lantes masoek tidoer.

Orang jang peroetnja koerang koeat, moesti ati-ati kaloe moelain minoem itoe aer seperti obat. Segala pekerdjaan berat dengan pake otak da:

pahamken ilmoe apa-apa moesti ditoenda doeloe.

Sasoedanja dahar tengahari, djangan tidoer. Fakean jang moesti dipake: satoe kemedja flanel zonder tangan, lebi djaoe satoe kamedja, tjelana, vest, iketan pinggang, jas dan tjala boeat toetoeper leher. Baek pake kous dari wol. Tapi djangan pake-pakean jang terlaloe anget, sebab boleh kaloe ar keringet dan bisa dapet pilek. Seabisnja bangoen tidoer, moesti tjoetji tangan dan kaki. Moeka moesti ditjoetji pada sablon masoek tidoer dengan pake aer jang dari siang ditaro dalem kamar. Moeka direndem di waschkom dan gosok dengan spons.

Tjoetji moeka di waktoe pagi sringkali koerang baek, sebab djadi tertjega hawa jang kaloe ar di kapala. Sicherersche druppels (tinctura concentrata) ia minoem 12 ketès, laen orang barangkali bisa minoem koerangan atawa lebian dari sebegitoe. Malem, kaloe maoe tidoer, ia makan doea Sicherersche pil. Tapi ini pil ada panas, maka lebi baek saben malem dahar 12 lada poeti.

Sasoedanja bebrapa lama ia toeroet betoel pengidoepan begini, ia dapet kombali kakoeatan dan goembira dalem pengidoepan. Waktoe djalan-djalan ia minoem sedikit madoe, soesoe, telor atawa sedikit bier, jalah koetika ia rasaken bannja djadi lebi koeat. Di itoe masa tempotempo ia toeroet dansa djoega. Tiap-tiap hari ia minoem djoega satoe capsule dengan kopaiv-balsem dengan aer goela.

Kaloe dapet sedikit demem vliegende koorts, ia minoem aer dengan wijnsteezuur, banjknja kira-kira tiga kali sebegitoe banjak jang bisa diambil dengan oedjoeng piso, ditaro di glas dan

disedoe sama aer panas. Ia kasi tinggal ini sampe dingin, kamoedian ia minoem dengan pelahan. Tapi ini tjoema di minoem satoe minggoe doea kali, hari Rebo dan Saptoe di waktoe pagi, sedeng belon makan apa-apa. Satoe djem kamoedian ia masak room manis jang ia kasi tinggal djoega sampe dingin. Sasoedanja ini ia masak satoe telur (djika ini telur dengan aer dingin ditaro atas api, lantes itoe telur diangkat, bila aer moelain mendidi). Ini telur dipoekoel di dalam satoe basi dan ditjampoer sama room jang baroe dimasak dan dibebarin goela. Ia ambil sedikit goela di lidanja bersama kina, jang ia telen bersama satoe sendok room jang baroe di masak. Soeda ini, ia dahar troes itoe room, sambil djalan boelak balik di dalem kamar. Ini ia berboeat pada tiap tiap hari Rebo dan Saptoe. Kaloe dahar ini makanan, ia makan boeboer pada djem 8, tapi ia tiada minoem tictura concentrata.

Dengen atoeran ini djoega boleh diobatin orang prempoean jang dapet sakit kapoetian.

Siapa-siapa jang rasa makanan-makanan di atas ini terlaloe sedikit dan boleh bikin boson, boleh dahar djoega makanan-makanan jang terseboet di bawa ini :

1. Sasoedahnja makan tengahari, boleh dahar djoega 3 atawa 4 kismis jang baik.

2. Koewe bola, dibikin dari soesoe, roti poeti, tepoeng, room manis dan satoe telur, jang dimasak lebi doeloe, kamoedian dipotong djadi bebrapa potong dan digoreng dengan sedikit gemoek.

3. Kaloe di waktoe sore, orang sakit makan lagi, ia boleh dahar djoega satoe koewe telur

atawa omelet.

4. Soep dari daging sampi dengan roti, te-poeng griesmeel, gortwater, satoe telur dan sagoe.

5. Kool, lobak poeti atawa lobak koening.

Satoe obat jang baik bagi orang lelaki jang lema ada :

40 gram ijzervijlsel (kikiran besi atawa boeboek besi) dan 40 gram babakan kina.

(moesti ambil dari apothEEK.)

40 gram koelit djerোক ataw succade, 30 gram gember, 20 gram kaneel jang bagoes, 200 gram tjengke.

(bli di waroeng boemboe-boemboe.)

Itoe succade, gember (djahe), kaneel dan babakan kina di iris aloes atawa ditoemboek. Semoea ini dikasi masoek dalem satoe botol, kamodian direndem dengan tiga botol anggoer enteng atawa moezelwijn. Itoe botol orang taro di dapoer jang anget tiga hari lamanja, tiap-tiap hari moesti dikotjok bebrapa kali. Saben hari boleh minoem ini obat minoem doea sendok makan sampe doea atawa tiga kali. Kaloe soeda abis, boleh rendem lagi doea flesch anggoer di ini boemboe-boemboe dan masi bisa pake troes begitoe roepa sampe bebrapa lama.

ADANJA ONANIE ATAWA NAPSOE KALOEAR SENDIRI.

Onanie mengartinja itoe perboeatan djelek, dari apa bibit menoesia kaloear dari dalem badan dengan kapaksa dan boekan pada djalan jang

dioendjoek oleh natuur, padahal menoeroet natuur, itoe bibit atawa manik sakedar kaloe ar dari toeboe, djika orang lelaki dan orang prempoean bikin perhoeboengan badan satoe sama laen. Lantaran itoe sari dikasi kaloe ar dengen paksa pada djalan serong, seantero toeboe dan otak dapet ganggoean. Bermoe la orang nanti merasa sakit jang heibat dan djika itoe kasesatan dilakoeken troes, nistjaja bisa binasaken djiwa djoega.

Maski biasanja onanie atawa kasi kaloe ar napsoe boekan satjara natuur ada kedjadian di antara orang lelaki, toch perboeatan begini telah kadjadian djoega di antara orang prempoean. Ini kasesatan telah terdapet di antara orang prempoean begitoe banjak djoega, seperti di antara orang lelaki, dan sebegimana terdjadi pada orang lelaki, poen pada orang prempoean telah membikin toeboe dan pikiran sanget lema. Tjoemah satjaranja dilakoeken itoe kabiasaän djelek ada berbeda-beda di antara orang prempoean dan lelaki. Poen anak-anak lelaki dan anak-anak djedjaka sring berboeat ini kadosahan. Sebab iaorang blon balèk, hingga blon ada sari toeboenja, waktoe melakoeken itoe kadosahan iaorang rasaken rasa geli di seantero badannja. Inilah membikin itoe anak-anak djedjaka mendjadi roesak toeboe dan otaknja.

Anak-anak prempoean jang blon oemoer dewasa djoega biasa langgar ini kadosahan. Djikasatoe kali ia soeda berboeat begitoe dan merasaken enak, pelahan-pelahan ia djadi biasa berboeat begitoe tiap-tiap hari sampe bebrapa kali. Iaorang tiada taoe, dengen djalan begitoe, saben hari ia bikin koerang kasehatannja dan djadi lekas ilang ia-

poenja tjahaja moeka jang trang di waktoe moeda, samentara toeboenja samingkin djadi roesak.

Dengen kasi kaloear sendiri bibit dari badan dan kadjahatan-kadjahatan jang terbit dari ini perboeatan, boleh disamakan perkara-perkara ini :

a. Terlaloe moeda bikin perhoeboengan badan, sedeng kadoeanja atawa sala satoe di antaranja masi blon balék.

b. Ambil kasenangan doenia lebi dari wates, apa poela djika lebi doeloe minoem obat atawa minoem jang bangoenken napsoe.

c. Djika anak-anak moeda melepaskan napsoe sama orang-orang prempoean toea dan jang sringkali tiada maloe aken bli lelaki moeda boeat poeasken napsoenja,

d. Djoega kaloe anak-anak prempoean jang masi moeda djadi hilap lantaran oewang dan seraken badannja pada lelaki-lelaki toea atawa bikin plesiran sama orang lelaki jang berpenjakitan dan jang lantaran doeloe terlaloe banjak plesir, djadi tiada bisa poeasken hatinja itoe anak-anak prempoean.

Sringkali itoe penjakit onanie soeda djadi dari lantaran ini : Orang soeka inget perkara tiada kroean dan inget troes perkara begini. Ia oepamakan dirinja ada ketemoe orang jang tjinta atawa orang jang ia soeka dan andeken djoega ambil kasenangan hati sama orang ini. Atjapkali orang jang djadi tersesat begitoe dan soeka toeroet ingetan jang tiada kroean lebi doeloe ada batja tjerita-tjerita jang bangoenken napsoe, seperti

tjerita perkara tjinta-bertjinta enz. Tjerita-tjerita begini mendjadi ratjoen bagi bebrapa anak prem-poean moeda dan pada istri-istri moeda jang roepa-roepanja koerang soeka pada soemi sendiri dan kamoedian soeda ambil djalan laen dari pada jang natuur tentoeken dan jang barangkali djoe-ga bisa bikin poeas hatinja. Lantaran begitoe pikiran mendjadi tiada kroean dan samingkin bertamba dapet ingetan jang tiada sanoenoe, djalannja dara djadi tergangguoe, makanan dalem peroet tiada gampang antjoer, hingga dapet berbagi-bagi penjakit, jang boekan tjoema meroesaken otak, hanja binasaken djoega pada toeboe.

Samingkin lama ingetan djadi samingkin tiada kroean dan inget sadja aken dapet rasa enak di badan.

Orang toea, goeroe-goeroe dan semoea orang jang oeroes pendidikan bagi anak-anak, haroes djaga keras, soepaja itoe anak-anak tiada dapet batja segala boekoe dan laen-laen jang bikin roesak ingetan.

Lantaran onanie, pertama warna moeka mendjadi poetjet, di sapoeter mata ada kalangan biroe, tenaga djadi koerang, paha dan kaki djadi lemes, blakangan laen-laen anggota badan poen toeroet lema, makanan tiada bisa antjoer betoel di dalem peroet dan bebrapa anggota toeboe djadi roesak betoel.

Boeat obatin orang prempoean dari ini perboeatan onanie, adalah :

Di waktoe malem ia boengkoes badannja dengan doea selimoet jang dibikin, basa sama aer dingin dan moesti tinggal begitoe roepa, sampe kaloear keringet doea-tiga djem lamanja. Di

waktoe pagi bermoela ia tjoetji badannja sama handoek basa dan boengkoes lagi toeboenja dengan kaen basa. Ini boengkoesan saban-saban pada sablonnja doedoek makan tengahari, moesti dibikin basa lagi. Dari pagi sampe tengahari dengan berselang-selang di dalem tempo doea djem ia moesti minoem anem glas aer. Tengahari ia minoem doea glas aer dan kamoedian, di waktoe sore dan malem, minoem lagi 4 atawa 6 glas aer.

Lebi djaoe tiap-tiap hari ia moesti tjoetji bagian resia dari badannja dengan aer dingin dan moesti ketjrot badan djoega sama aer dingin. Makanan moesti jang tentoe dan banjak pantangan.

Seperti djoega pada penjakit-penjakit laen, poen pada penjakit lantaran onanie perloe ditentoeken makanan jang boleh didahar. Makanan bagi iaorang moesti saderhana sekali dan tiada boleh tamba boemboe-boemboe. Ini makanantiada boleh pake banjak gemoek, tjoema sedikit garem, tiada boleh asem dan tiada boleh manis, djoega tiada boleh panas kaloe maoe didahar, sebab makanan jang panas membikin peroet djadi lema, hingga makanan tiada bisa antjoer betoel. Makanan jang pake banjak boemboe ada bikin peroet terlaloe panas.

Paling baek orang-orang jang sakit begitoe dahar segala makanan dari graan, seperti gort dan tepoeng, roti poeti jang soeda mateng 3 4 hari. Lebi djaoe, sajoeran, seperti lobak dan kool. Tapi sekali-kali djangan dahar pieterselie, selderij, prei, bawang, bawang poeti, mierikswortel, wortel, asperges, zuurkool, segala matjem katjang dan spinazie. Boea-boeahan boleh di-

makan kaloe mateng. Tapi djangan makan bouillon atawa soep. Boleh dahar daging sampi, kambing, ajem dan segala matjem binatang pemboeroean, tapi tiada boleh makan daging sampi, moeda, daging babi, gangsa atawa bebek, tiada boleh makan ham, daging asepe atawa worst dan tiada boleh makan daging laen makanan jang direndem di tjoeka, lebi djaoe tiada boleh dahar kedjoe.

Selamanja sakit, boleh minoem soesoe menta, boeat anak-anak sampe oemoer 10 taon tjampoer sama tiga bagian aer, anak-anak lebi toea sampe oemoer 15 taon tjampoer sama empat bagian aer dan boeat jang lebi toea lagi sampe oemoer 20 taon tiada tjampoer aer.

Makanan-makanan jang dimasak tjoema boleh dahar satoe kali dalem tiap-tiap hari, jalah di waktoe tengahari Makanan tengahari tiada boleh lebi dari doea roepa, jaitoe daging dan makanan dari tepoeng, dimakan sedeng anget. Boeat makan pagi dan sore (makan sore sedikitnja doea djem lebi doeloe sabelon masoek tidoer), boleh dahar roti dengén soesoe. Tiada boleh makan sampe kenjang betoel, dahar sadja begitoe banjak sampe masi bisa makan lagi. Kaloe jang sakit tiada ada napsoe makan, djanganlah dipaksa ia makan djoega. Lebi baek dikasi tinggal ia tiada makan sampe datang napsoe sendirinja boeat bersantap. Makanan jang ditelan zonder bernapsoe, tjoema bikin peroet djadi lebi lema dan lebi soesa bikin antjoer makanan. Djika makanan tiada antjoer betoel didalem peroet, nistjaja ia djadi boesoek dan aernja itoe makanan jang roesak lantes katjampoer sama dara. Ini mem-

bikin dara djadi kotor dan bikin tiada tentoe djalannja dara sedeng koetoe-koetoe penjakit jang soeda ada di dalem badan mendjadi bertambah banjak. Tiada oesa dibilang lagi, dalem keadaän demikian penjakit djadi samingkin berat, hingga orang jang sakit djadi lebi berbahaja keadaännja.

Boeat masak makanannja, moesti pake mentega jang bersi betoel dan sedikit garem.

Segala minoeman jang bikin toeboe djadi panas moesti dipantang. Antara minoeman jang terseboet doeloean ada teritoeng segala matjem anggoer (djoega soep anggoer!), segala roepa bier (djoega soep bier), arak, punsch, rum, brandi, jenever enz. Pada minoeman jang terseboet blakangan ada teritoeng thee, kopi, chocolade etc.

Tembako tiada baik bagi otak dan soemsoem, bagi peparoe dan peroet. Lantaran begitoe orang jang sakit moesti dipantang isep roko atawa menjisik.

NASEHAT DARI SATOE BAPA JANG BAEK PADA IAPOENJA ANAK LELAKI JANG BAROE KAWIN.

Kaupoenja istri jang begitoe moeda serta sehat, anakko, jang sekarang teriket sama kau dalem kawinan, boekan djadi istri kau tjoema lantaran soekanja orang toea sadja dan lagi boekan toeroet dalem pengidoepan kau lantaran temaha perkara oewang, ia ada istri dari pilihan kau sendiri dan ia ada mempoenjai sifat-sifat baik

jang tiada bisa ditaksir harganja, hinga kau moesti meřasa broentoeng bisa teriket padanja dalem kawinan. Pertama kau haroes bersoekoer pada Allah jang soeda membri berkah, hinga kau dapet satoe istri begitoe manis, jang djadi teman dalem pengidoepan kau dan jang aken membri bantoean besar boeat segala kaperloean kau. Kau soeda dapet ia di antara beriboe orang prempoean, kau bisa pili padanja dan hatinja bisa djadi satoe dengan hati kau, inilah boekan perkara kebetuelan sadja, hanja itoe ada maoenja kakwasahan jang tiada keliatan jang soeda oendjoek djalan pengidoepan bagi kitaorang, soepaia kita orang menjampeken dengan setia hati kawadji-ban kitaorang boeat tamba kaslametan sesamanja menoesia. Tjoema bergantoeng pada pri lakoe kau sendiri, apa ini kawinan jang pada bermoela ada begitoe bagoes alamat-alamatnja aken djadi beroentoeng betoel, mendapet berkah slamat serta wares dan kau dapet katjintaän dari istri kau serta dapet berkah aken dapet anak-anak jang baik.

Perhatikan betoel, kasenangan hati dari kawinan biarlah kau ambil sakedarnja sadja dan djika kau ada dalem tangan istri kau jang ditjinta, ingetlah bersoekoer pada Allah jang maha moera, jang betoel sekali ada beriken kasenangan hati dalem kawinan, tapi djika ini kasenangan diambil sampe liwat wates, sebagai laen-laen kasenangan, nistjaia ada hoekoemannja djoega. Djoega pada masa s deng teroeroek dengan katjintaän, kau djangan loepa perindaän diri dan djangan dengan toeroet napsoe sapoeas hati, kau bikin renda deradjat kau seperti binatang.

Satoe soeami moeda, kaloe baroe kawin, bisa poeasken hatinja sampe kaliwatan, hingga lékas djoega abis iapoenja tenaga. Dalem keadaän begitoe kawinan tiada bisa diseboet beroentoeng. Satoe soeami jang terlaloe toeroet napsoenja, moesti djadi langganan dari apothek dan tiada nanti tjakep oeroes pentjariannja jang biasa. Tiada ada satoe bagian toeboe mendjadi begitoe roesak lantaran terlaloe banjak poeasken hati, dari pada otak, dimana ada tersimpen kakoeatan-kekoeatan jang paling moelia. Ingetan dan pikiran mendjadi roesak dari itoe perboeatan sesat. Dahar makanan jang bikin koeat atawa minoem minoeman jang bikin panas atawa minoem segala obat aken bisa lepas napsoe lebi sring, inilah ada rajoen bagi kasehatan badan. Ada banjak orang djadi tjilaka dari lantaran bertindak pada itoe djalanan sesat. Lantaran begitoe, anakkoel, ambillah kasenangan hati djangan liwat dari take-rannja dan simpen tenaga kau boeat samboeng troes toeroenan.

Samingkin djarang bikin plesiran doenia, semingkin baik dan sehat kasoedahannja. Abis makan djangan lantes poeaskan napsoe, sebab membikin makanan tiada bisa antjoer di dalem peroet. Djoega poeasken napsoe di itoe waktoe ada koerang baik boeat pri kawareasan.

Djika sasoedanja poeasken napsoe, orang merasa sangat lela, kapala sakit, merasa koerang enak ataw sebaginja, njatala itoe poeasken hati tiada begitoe baik, hingga laen kali moesti tahan sedikit napsoe jang memboeroe. Paling baik sebar bibit di moelain moesin panas, sebab badan ada lebi seger dan koeat. Ini sebab anak-anak

jang moelain dikandoeng di boelan Mei biasanja ada lebi goembira dan keliatan girang.

Sasoedanja bekerdja tjape, baek pekerdjaän toeboe, baek pekerdjaän otak, djangan lepas napsoe. Mengganggoe istri jang sakit, ada bikin kawaresannja djadi lebi djalek. Bikin hamil istri jang sakit tering atawa laen-laen penjakit jang melit, boleh bikin ia lebi lekas mati dan tjoema bisa dapet anak jang berpenjakitan dan tiada beroentoeng.

Sasoedanja dapet sakit berat, kaloe kakoeatan blon balik semoea, masi blon boleh ambil kasenangan hati, sebab bisa djadi kamboe sakit dan sring djoega sanget berbahaja. Lepas napsoe pada waktoe istri dapet kaen kotor (dari ini sadja soeda haroes dibilang tiada pantes), boleh bikin si istri kaloe ar banjak dara dan dapet laen-laen sakit, hinggga bisa berbahaja djoega. Berpeloean waktoe istri doedoek peroet, boleh bikin goegoer kandoengannja, lebi lagi djika baroe doedoek peroet doea tiga boelan lamanja. Paling berbahaja poeasken napsoe selamanja istri hamil pada itoe tempo, di waktoe mana biasanja ia dapet kaen kotor. Samingkin besarkandoengan, perkara ambil kasenangan hati samingkin berbahaja bagi anak jang masi ada di dalem peroet. Lagipoen di itoe tempo perkara bersabandan sakedar boeang pertjoema tenaga jang paling moelia.

Di antara binatang, djika biangnja moelain kereimin telur, iapoen brenti bertjinta-tjinta dan si djantan moesti tjari makanan boeat itoe biang. Mengapaken menoesia tiada lebi mengati dan tiada lebi pandjang pikiran dari pada binatang,

aken tahan napsue hatinja, djika ia taoe, ini napsue perloe ditahan? Minta tidoer sama istri jang baroe bersalin, bikin ia lebi lama semboe kembali dan lagi itoe ada perboeatan sanget tiada pantes, sebegimana dari doeloekala menoesia telah mengarti.

Toeroet betoel ini atoeran melepaskan napsue, anakoe, djika sesoenggoenja kau bersama istri kau soeka idoep diengen sehat dan girang dan mendjadi ajah jang beroentoeng dari anak kau jang dirawatin menoeroet atoeran pantes, soepaia di kamoedian hari bisa mendjadi satoe papa besar jang beroentoeng. Dengan begitoe sampe lama kau bisa ambil kasenangan hati dalem pengidoepan dan idoep senang serta beroentoeng bersama istri kau.

Sama kaupoenja istri jang moeda serta sehat kau boleh tidoer sama-sama dalem satoe pembaringan sampe ada tanda-tanda ia doedoek peroet. Itoe waktoe lebi baik kau tidoer berpisa, soepaia djangan terlaloe sring dapet napsue dan soepaia djangan djadi sangkoetan apa-apa bagi anak jang ada dalem kandoengan. Saben taon ada banjak anak ilang pertjoema lantaran orang lelaki tiada bisa tahan napsoenja. Djoega baik tidoer berpisa, djika istri kau menjampeken kawadjibannja menoeroet natuur dan soesoein sendiri anaknja. Tapi seandjenja dengan lantaran pantes kau tiada menjampeken kawadjiban laki istri pada istri kau, djanganlah kau djadi tiada setia dalem kawinan, aken tidoer sama prempoean di loearan. Djangan poeasken napsue hati pada prempoean hina, jang bisa ratjoemin kaupoenja dara dan binasaken pri kawaresan kau.

Kau moesti maloe berboeat begitoe dan lagi kau nanti menjesel dari itoe perkara. Djangan koeatir kawaresan kau nanti terganggu lantaran tahan napsoe hati, maksi barangkali ada bebrapa dokter jang tiada maoe bikin orang djadi tiada senang hati, telah bilang sadja, hal tahan napsoe bisa djadi tiada baik boeat kasehatan badan. Natuur taoe lebi baik dari dokter-dokter, apa jang baik dan apa jang tiada baik boeat kasehatan. Ingetlah, anakkoel, tempo-tempo jang diseboet di moeka ini, tapi kau moesti tetep tinggal setia pada istri kau. Djika kau petik doeri dan kau pikir ada dapet kembang, njatalah kau kliroe. Sala sekali kaloe dengan soesa dan dengan oewang orang moesti ambil kaseenangan hati pada prempoean laen, prempoean latjoer, padahal zonder melanggar kawadjiban, orang bisa dapet itoe kaseenangan hati pada istrinja sendiri jang tiada ada tjatjat satoe apa. Akoe nanti bentji pada kau, djika kau loepa kawadjiban begitoe roepa dan tiada setia pada istri kau, tapi akoe nanti koetoeck pada kau, sendenja dengan itoe ratjoen jang kau soeda bli begitoe mahal dan begitoe tjilaka, kau bikin katoelaran sakit pada istri kau jang tiada bersala satoe apa.

Boekan soeda tjilaka bagi saorang prempoean, kaloe katjintaän dari soeaminja ia moesti bagi pada laen orang? Apakah ia moesti pikoel djoe-ga dosanja ia poenja soemi? Akoe tiada bisa kira kau nanti bikin djato deradjat kau begitoe renda, tapi akoe haroes kasi inget pada kau, antara soemi istri tiada selamanja keadaän ada seperti sekarang, waktoe blon lama menika.

Tiada selamanya kau terider segala kembang wangi di moesin panas. Moesin dingin datang djoega temponja. Malem sanget dingin, oedara katoetoe mega-mega jang bikin gelap hari jang terang. Tapi, anakkoe, dalem keadaan begitoe, katjintaän kau moesti diganti dengan persobatan jang toeloes, sebagaimana apabila matahari silem, sinar boelan ganti terangken ini alam. Dengan begitoe kau berdoea bisa idoe roekoen sampe toea, dengan pertjaia dan bisa mengiboer satoe pada laen, oeroes sama-sama boeat pendidikan kaupoenja anak-anak dan ini semoea bisa bikin ilang segala rasa iseng.

Kau moesti djadi sobat baik jang dipertjaia betoel dari istri kau, anakkoe. Ini ada perloe, dengan inget ia poenja katjintaän pada kau, djoega moesti inget, begimana istri kau moesti rawatin anak dan roema tangga dengan segala kaberatan dan kasoelahannja. Kaupoenja perasaan kawadjiban, kaupoenja kapertjaian dan kaupoenja pri boedi minta kau berboeat begitoe. Liatlah begimana tjilaka adanja roema tangga, dimana persobatan begitoe telah linjap dengan bertjektjokan, tjemboeroean dan menipoe satoe pada laen! Roesaklah peroentoengan baik dari roema tangga, terlantarlah pendidikan anak-anak, kaloe toean dan njonja roema masing-masing ada poenja kamar sendiri, masing-masing oeroes sendiri perkara roema tangga, masing-masing ada mempoenjai sobat sendiri! Saroema tangga moesti masoek di toebir jang dalem, kamelamatan dan kasangsarään dalem oemoer toea dan seringkali anak-anak kasi tegoran, sebagi oepahan dari itoe pri pengi-

doepan dengan tiada toeroet maenja natuur.

Tempo-tempo istri kau bisa tiada senang hati lebi lagi kaloe ia doedoek peroet, seperti kaloe zenuw bikin ia gampang mara dan soesa hati. Poen angkau, anakkoek, tiada nanti selamanja ada begitoe hormat seperti orang jang menden-dem tjinta, tiada selamanja begitoe manis seperti penganten. Lantaran begitoe, kau moesti sabar dan moesti djangan mara kaloe istri kau oering-oeringan, sedeng ia doedoek peroet. Tiada soesa boeat kau bisa imbangin iapoenja adat dan ampoenken kasalahannja, kaloe kau tjinta padanja dengan hati toeloes. Djoega kaloe soeda bersalin, masi ada perkara-perkara jang tiada enak. Maka kau moesti mengiboer padanja, bikin ilang keselnja dan bikin enteng tanggoengannja

Seandjenja kau rasa istri kau sala, dengan pelahan dan manis boedi kau moesti oendjoek kakliroeannja. Kau moesti kasi nasehat seperti satoe sobat jang toeloes hati, djangan seperti satoe toean jang bengis. Tapi djangan sekali-kali roba poatoesan kau, djika soeda ditimbang betoel dan boekan terbit dari hawa napsue, hanna dari pikiran jang baek boeat keslametan roema tangga kau. Satoe soemi tiada boleh ingin apa-apa jang tiada patoet atawa jang ia sendiri tiada bisa berboeat. Maski begitoe, ia moesti oendjoek katabahan hatinja dan djangan kena diboedjoek dengan katjintahan, ratapan atawa aer mata istrinja, aken berboeat apa-apa jang berlawanan pada pikirannja jang betoel.

Satoe soemi tiada boleh pelit pada istrinja boeat perkara pantes, tapi kaloe membikin kabratan boeat oeroesan roema, tangga, ia tiada

boleh toeroet kainginan istrinja aken kaloe ar oewang tiada kroean boeat plesir atawa pakean jang koerang perloe. Dengan aloes dan sabar ia moesti kasi mengarti pada istrinja itoe kakliroean dan pimpin ia pada djalanan jang betoel, soepaia si istri djangan soeka borosken oewang tiada kroean.

Kau sendiri djangan borosken doeit, djangan loepa, kau sendiri poen tiada selamanja tinggal betoel.

Djangan soeroe istri kau toelis betoel segala banjak minoem, djangan maen top dan djangan goentajangan di waktoe malem. Ini kedjelekan-kedjelekan terbitken tjidra di antara laki istri, meroegiken kasehatan, bikin roesak pengidoepan dalem roema tangga, bikin anak-anak mendjadi kesel dan bikin djelek nama seperti pendoedoek negri jang baik. Pertjajalah, anakkoel, di dalem doenia tiada ada saroepa oentoeng jang lebi menang dari pada oentoeng baik dalem roema tangga, jang didapet di sebla satoe istri jang manis, tjinta serta baik dan terider anak-anak jang dapet rawatan serta pendidikan baik. Djaga betoel aken djangan berboeat kasalahan-kasalahan, boeat jang mana kaupoenja istri atawa anak-anak ada hak kasi tegoran.

Djangan bertjektjokan pada istri kau, djoega djangan omelin ia di hadapan anak-anak atawa boedjang-boedjang, soepaia ia djangan djadi maloe. Kau sendiri dengan berboeat begitoe, djadi bikin ilang perindaän dari istri kau jang ia perloe dapet dalem oeroesan roema tangga dan rawatan anak-anak. Toetoeplah iapoenja kasalahan dengan selimoet katjintaän dan djangan

blandja jang dikaloearken boeat oeroesan dalem roema, soepaia ia tiada nanti tipoe pada kau.

Djangan tjemboeroean tiada kroean. Djika kau berlakoe pada istri kau dengen penoe katjintaän, perindaän, kapertjajaän dan manis boedi ia tiada nanti djadi genit. Kau sendiri moesti kasi tjonto, begimana kau tiada ada tjatjat satoe apa, nis-tjaja istri kau djadi lebi ati-ati aken tiada berboeat satoe apa jang dengen pantes boleh bikin kau tjemboeroean.

Kaloe dapet anak, djagalalah iapoenja pendidikan dan kawaresan. Ini ada kawadjiban kau, seperti bapa jang baik. Djangan kasi anak kau djato di bawa pengaroenja boedjang-boedjang prempoean jang genit atawa orang-orang prempoean jang perjaja tahajoel, sebab ini semoea boleh moerasaken anak-anak kau. Kaloe kau dapet anak lelaki, biarlah ia liat segala tindakan kau dalem pengidoepan, lebi lagi di waktoe soesa. Djangan terlaloe pelit sama anak kau. Ia moesti adjar kenal harganja doeit, tapi djoega djangan kasi ia terlaloe banjak oewang, sebab ia boleh siasiaken ini doeit pada segala djalan sesat. Kasi taoe pada kaupoenja anak lelaki, begimana besar bahaya kaloe anak-anak moeda tiada bisa tahan napsoe hati. Boeat menjenangkan diri pada segala djalan jang pantes, inilah moesti diberiken padanja, soepaia ia djangan anggep roema orang toea sebagai pendjara. Adjar ia rawat diri sendiri, soepaia ia djangan siasiaken tenaganja pada prempoean-prempoean hina, hanya biar di kamoedian hari ia bisa djadi satoe ajah jang baik dan satoe pendoedoek negri jang toeloes hati serta terhormat. Begitoe teliti djoega kau

moesti oeroes kaupoenja anak-anak prempoean, soepaia iaorang djangan terpèlèt segala boedjoe-kan jang memang banjak di ini djeman.

Pada boedjang-boedjang moesti kau berlakoe manis; iaorang soeda tiada beroentoeng hingga moesti mendjadi boedjang. Selamanja kau moesti anggep iaorang seperti menoesia. Djangan banjak tjampoer dalem hal pilihan boedjang-boedjang prempoean. Inilah ada bagian istri kau, jang kau moesti hormatken. Segala oeroesan roema tangga dan oeroesan di dapoer moesti diserakèn sama sekali dengan penoe kapertjajaän pada istri kau. Kau sendiri moesti oeroes pentjarian dengan radjin serta giat. Dengan begitoe, kau tiada oesa menampak segala perkara tiada enak.

Inilah, anakkoe, ada nasehat-nasehat, jang akoe moesti beriken pada kau. Simpen itoe semoea dalem hati kau dan toeroet betoel dengan setia, nistjaia dalem roema tangga kau nanti toeroen berkah, nistjaia kau bersama istri dan anak-anak kau djadi idoep beroentoeng.
