

# LOKMAN HEKİM'İN "SAKIN HA DEDİĞİ" 31 ÇEKMENİN BELALARI

HAZIRLAYAN,  
DOKTOR HAFIZ  
CEMAL, MİLLİ  
MECMUA BASIMEVİ,  
İSTANBUL, 1943.

E-KİTAP OLARAK  
SUNAN,  
pornobagimlilik.net,  
BEYİN TAKIMI.

Memleketimizde çocuklarımızı,  
gençlerimizi ve hattâ kızlarımızın  
çoğunu için için yiyip bitiren belâlî  
bir âdet var: Şehvet tiryakiliği !  
Milletimizin parlak istikbalini temin  
edecek ve en ağır yükleri kafalarında

ve omuzlarında taşıyacak olan  
gençlerimizi harap eden büyük bir  
afet var: İstimnayı bilyed  
Devlet ve milletimizin sağlamlığını,  
kuvvetini, şevketini, nüfuzunu,  
itibarını, ticaretini, ziraatini, sanayiini  
ve iktisadını en yüksek noktalara ve  
medeniyetin en ulu katma çıkaracak  
olan gençlerimizi, dolayısıyla  
nüfusumuzu küçük yaştan itibaren  
baltalayan, bombalayan, kemiren  
dehşetli bir felâket var:

31 çekmek!

Gençlerimizi (23-25 nihayet 30)  
yaşlarında " bedii tenasül hayatından  
tamamıyla " kadro harici! ", ve âtıl  
bırakan büyük bir musibet  
var: Ellerle meni getirmek!

Ulusumuzu ma'nen ve maddeten  
yükseltmeğe ve her gencin ya beynine  
ulu bir meslek ve yahut kollarına altın  
bir bilezik olan hüner ve san'at  
verdirmeğe yarayan ( münevver aile  
ocaklarımız ) ı vaktinden önce  
darmadağın eden, karıkoca  
kavgalarına ve boşanmalarına başlıca  
sebeplere lâzım gelen  
geçimsizliği, ademi iktidarı  
(iktidarsızlık) ve çocuksuzluğu  
hazırlayan büyük bir belâ var: Abaza  
çekmek!

Çocuklarımızın, gençlerimizin,  
kızlarımızın boğazlarına sarılan yedi  
başlı bir ejderha var: Ellerle  
 oynamak!

Gençlerimizin, kızlarımızın tenasül  
aletlerine karşı bayıltıcı, boğucu,  
yakıcı, kemirici, kavurucu zehirli  
gözlerin hücum ve taarruzu  
var: Abazaya varmak!

Tifodan, veremden, lekeli hümma  
denilen "tifüs» den daha belâlî, daha

öldürücü olan bu “cehennem ateşi,,  
nden evlâtlarımızı kurtarmak için  
analarla, babalarla, doktorlarla ve  
muallimlerle fikir birliği yaparak  
mücadele etmek zamanı geldi. Hattâ  
geçti bile!

Cenâb-ı Allah hepimizin yardımcısı  
olsun.

**Dr. HAFIZ CEMAL**

«Lokman Hekim»

**ÇOCUKLARIMIZI,  
GENÇLERİMİZİ HARAP EDİP  
ÇABUK ÖLDÜREN FENA  
ÂDETLERDEN (Ellerle  
Oynamak)**

Tamam 43 senedenberidir ki bir  
takım büyük ve küçük mekteplerin  
doktoruyum. Resmi ve hususî birçok  
okulların hastanelerini, revirlerini  
idare ettim. Gerek kız ve gerek erkek  
çocukları baştanbaşa muayene ettim.  
Okullarda hâlâ her gün bana müracaat  
edip muayene olunan birçok talebem  
vardır. Her sene (234) defa her  
çocuğu esaslı ve umumi muayeneden  
geçirmekteyim.

Hiç şüphem yok! 43 sene zarfında  
yüz binlerce, belki bir milyondan  
ziyade mektepli evlâtlarım  
muayenemden geçmişlerdir. Bu  
cihetle çocuklarımızın, gençlerimizin  
birçok hastalıklarını Allah'ın  
yardımıyla tedavi ettim. Ahvali  
ruhiyelerini adamakıllı öğrendim  
zannederim. Çocuklarımızın,  
gençlerimizin iyi huylarını, en fena  
âdetlerini, tavır ve hareketlerini,  
çocukluk ve gençlik mefkûrelerini,  
ülkülerini iyi anladığımı sanıyorum.

43 sene çeşit çeşit okullarda devamlı  
bir surette bulunup sayılamayacak  
derecede mekteplileri hakkile  
muayene ve tedkik ettiğimden ötürü  
bu hususta tecrübeli, görgülü, söz  
söyleyebilecek mevkideyim  
zannederim.

Bu cihetle evlâtlarımın (sıhhî terbiye)  
ce olan eksikliklerini görüyorum.

Çocuğu, genci esaslı bir muayeneden  
geçirir geçirmez en gizli âdetlerini  
anlamış oluyorum.

Mekteplerden başka kabineme her  
gün müracaat eden ailelerin kızlarını,  
oğlanlarını da muayene ediyorum.

Birçok ailelerin de hususî  
doktorluklarını yaptığım cihetle bu  
hususta müşahedelerim, görgülerim,  
tecrübelerim, tetebbülerim  
[derinlemesine araştırma, okuma,  
düşünme, öğrenme] , etüdlerim  
artıkça arttı.

Eski zaman mekteplilerile Meşrutiyet  
ve parlak Cumhuriyet devirlerinde  
okuyan ve yetişen hadsiz hesapsız  
çocuklarda ve gençlerde mevcut olan  
iyi ve fena âdetleri çok iyi inceledim.  
56 yabancı lisanda azçok bildiğim  
cihetle mülüman olmayan birçok  
famiyaların da (hususî aile hekimleri)  
bulduğumdan ötürü bunların  
küçük ve büyük çocukları, gençleri  
hakkında da çok tedkikler,  
incelemeler yaptım, gördüm,  
anladım.

Bu cihetle çocuklarımızı,  
gençlerimizi hastalandıran harap ve  
berbat eden işleri, fena âdetleri  
yazacağım. Çocuk babalarını ve  
analarını alâkadar eden vazifeleri  
bildireceğim. Ailelerin, çocuklarına,  
evlerde verecekleri (sıhhî terbiye) yi

bildireceğim. Gerek leylî (yatılı) ve gerek neharî (gündüzlü) çocuklarda eksik olan (sağlık terbiyesi) ve fena âdetleri kaleme arzedeceğim.

Çocuklarımızı, gençlerimizi, için için yiyip bitiren, sınıfta bırakan, okuldan vazgeçiren fena âdetleri bildireceğim. Çocukluk ve gençlik yaşlarında fena fena hastalıklara yakalanmalarına sebep olan pek zararlı âdetlerini yazacağım.

Dikkat ediyorum: çocuklarımızı, gençlerimizi mezara doğru sürükleyen ne kadar fena âdetler vardır ki analar, babalar bu hususta çocuklarına hiçbir nasihat, öğüt vermiyorlar. Mektep muallimleri, müdürleri bu hususta hiç bir şey söylemiyorlar. Çocuklar, gençler de alabildiklerine, fena arkadaşlarından öğrendiklerine uyararak neler yapmıyorlar neler? Bu cihetle (mektep doktoru) sıfatıyla söz söylemek, yazmak, galiba, bana büyük bir vazife oldu zannediyorum. Bundan dolayı vatan evlâtlarına hayırlı ve pek lüzumlu bir iç görebilir miyim fikrile kaleme sarıldım. İnşallah yazarım.

## **KENDİ MEZARLARINI ELLERİLE KAZAN ÇOCUKLAR ve GENÇLER**

Elleriyle oynayan çocuklar, gençler çoktur. Yavrularımıza musallat olan yani yapışan, asılan bu fena ânete, eski zamanlarda ( istimnayı bilyed ) derlerdi. Bu söz arapça bir tabirdir, terimdir. Deyimdir. Bunu tam terceme edersek, türkçeye çevirirsek (el ile meni getirmek) demektir.

Çocuklar ve gençler için bundan daha tehlikeli bir iş yok gibidir. Elişi ile uğraşanların vücutlarını sarsar, kasıp kavurur, güzel yüzlerini soldurur, kuvvetlerini giderir. Akıllarını kaçıırır, zihinlerini yorar. Kafalarını sersem eder. En sağlam bedenleri mahveder, çürütür.

Vatanımız için sapaşğlam alarak yetişmeleri lâzım olan gençlerin parlak istikballerini, âtilerini, gelecek senelerini berbat ve perişan eder, söndürür. Cahil olan yani bu işin ne kadar zararlı olduğunu bilmeyen çocuklar, gençler “bülûğ,, denilen tehlikeli bir zamanda başlarlar. Bu zamana kadar dünyadan ve bu tatlı şehvetten hiç haberi olmayan çocuklar, bu öldürücü işe devam edip dururlar.

Âkil, baliğ olduğunu, artık delikanlılık çağına girdiğini anlayan cahil genç bu fena işi kendi için bir “cicimama! ,, sayar. Nefsinin uyandığını hisseden çocuk bu tehlikeli işe daldıkça dalar. Bu lezzetli işin (acaba nihayetini, sonunu bulabilir miyim!) düşüncesiyle uğraştıkça uğraşır. Zavallı gafil, aymaz [farkında olmayan, habersiz; önemsemeyen], dalgın genç bilmez ki bu fena işin, ucu bucağı yoktur. Bu işin sonu veremdir, mezardır. Ailelerin, istinat noktası, dayanma yeri ve hakikaten en çok sevilecek olan çocuklar ve gençler bu fena yollara düşerek kendi kendilerini yok ederler. Ailelerinin başlarına büyük bir belâ olurlar.

Çeşit çeşit hastalıklara uğrayarak,  
familyalarını, ailelerini perişan  
ederler.

Teessüfle söylemeliyim ki, bülûga  
eren, nefsi uyanan hemen her çocuk,  
bu işe, bir kere olsun başvurur,  
dener. Eğer bunun çok zararlı ve  
ölümcül olduğunu öğrenmiş olursa  
bundan vazgeçer. Bir daha yapmaz.  
Eğer işin ne kadar zararlı ve tehlikeli  
olduğunu bilmezse bu fena âdete  
kendisini kaptırır. Türlü türlü  
hastalıkların ( kumkuma ) s1 olan bu  
belâlı işe saldırır. Çeşit çeşit  
felâketlerin (kumbara)s1 sayılan bu  
ölümlü tuzağa yakalanır.

Delikanlıların dünya cehennemi! olan  
bu fena âdete küçük yaştan itibaren  
alışanlar, yaşlandıkça ne kadar büyük  
zararlara, felâketlere ve hastalıklara  
uğrayacaklarını anlatacağım. İleride,  
istikbalde devlet ve millete yarayacak  
olan vatan evlâtlarını bu belâdan  
kurtarmak için çok esaslı tedbirler  
bildireceğim.

Delikanlılarımızı baştanbaşa saran bu  
zehirli âdetten vazgeçirmeğe  
çalışacağım. Analara, babalara  
senelerce gözyaşı döktüren bu fena  
âdet müptelâlarını, Allah'ın  
yardımıyla, geri çekeceğim.  
Sınıflarında kalan ve nihayet  
mekteplerinden vazgeçerek anaya,  
babaya büyük bir yük olan gençleri  
bu belâdan kurtarmağa uğraşacağım.  
Tahsillerinden geri kalan, istikballerini  
söndüren, hamallığa kadar düşen  
birçok gençler vardır ki bu fena  
âdetin kurbanlarıdır. Bu alışkanlığın  
esirleridir. Bu fena huyun  
düşkünleridir. Bu zararlı tabiatın  
veremleridir.

## ELLERİLE OYNIYAN ÇOCUKLARIN FELÂKETLERİ

Çocuklarımızın ve hattâ  
gençlerimizin birçoğunu harap eden  
pek fena bir âdet var. Vücutlarını  
günden güne kemiren fena bir huy  
var.

Bülûga eren çocukların acaba  
hepsinde bu fena alışkanlık var  
mıdır?

Hiç şüphe yok! Tabiatın sevkile bu  
fena işe, kendi kendine başlayan  
terbiyesiz, görgüsüz, cahil, bilgisiz  
çocuklar vardır.

Fakat çocukların pek çoğu görenek  
tesirile bu işe alışır. Fena huylu  
arkadaşlarının teşviklerine,  
kandırışlarına, ön-vermelerine  
kapılırlar.

Fena tabiatli, terbiyesiz yoldaşlarının  
rehberliklerine, önyak olmalarına  
uyarlar. Boş kafalı, ahlâksız  
delikanlıların cesaret vermelerine,  
yüreklendirmelerine kurban giderler.  
Anadan, babadan çok iyi terbiye alan  
binde bir çocuk bulabiliriz ki o  
haşarat gibi belâlı olan arkadaşların  
pençelerinden kurtulmuş olsun! Emin  
olunuz! Bilgili, asıl ana ve babanın,  
çocuğa vereceği ciddî ve sıhhî bir  
terbiye, bu işde, pek büyük bir fayda  
verir. İnanınız! Âlim, bilgili, tecrübeli  
bir muallimin bir öğretmenin küçük  
yaştan itibaren çocuklara verecekleri  
sağlık öğütleri, sıhhî terbiye bu fena  
âdetin husule gelmemesi hususunda  
büyük bir tesir yapar.

Mektep talebelerini, öğrencilerini öz  
evlâdı gibi seven okul hekimlerinin,  
çocuklara verecekleri konferanslar,

sağlığa ait nasihatler bu öldürücü huyun yayılmamasında büyük bir rol oynar.

Ben eminim! Bütün insanlar, hele çocuklar, kulaklarından aşılınırlar. Küçük yaştan itibaren yuvalarımıza vereceğimiz sıhhî terbiye yabana gitmiyor. Akli başında her çocuğun kafasına giriyor, dimağına, beynine yerleşiyor.

Elverir ki, çocuğun anlayacağı tarzda söylenmiş olsun ! Hiç unutmamalıyız ki çocuklar çabuk ezberlerler, öğrenirler! Ve çabuk unuturlar. Bu cihetle fırsat düştükçe tekrar anlatmalı, öğretmeli. Zerre kadar usanmamalıdır.

Böyle yapılırsa, çocuklarımız, bu dehşetli belâlardan kurtarılır Vücutlarını kemiren bu zehirli yılandan uzaklaştırılır. Çeşit çeşit hastalıkların önü alınır.

Yavrularımızı, için için yiyip bitiren, bu canavardan kurtarmalıyız ve sağlam, gülbüz akıllı, zeki çocuklar yetiştirmeliyiz.

Mekteplerde, evlerde ve kabinemde muayene ettiğim çocuklardan anlıyorum ki bu fena âdet bazılarında 7-8 yaşlarında başlıyor ve seneden seneye artıyor. Hele 12, 13, 15, 16, 17 yaşlarında salgın bir hale geliyor. Küçük yaştan itibaren bu korkunç âdete alışan çocuklar, 17-18 yaşına gelinceye kadar devam ederlerse bu alışkanlık esaslanıyor, kökleşiyor. (18) yaşından sonra deha berbat bir hal alıyor.

( El ile meni getirmek ) le şehvetlenen gençler, bu âdetin zararlarını, fenalıklarını ve husule getirecekleri müthiş hastalıkları öğrenmezlerse

kendi kendilerini harap etmekte devam ederler. Gençlik kuvvetlerine ve fena arkadaşın sözlerine kanarak 20, 22 ve hattâ 25 yaşına kadar devam eden delikanlılar vardır. Küçük yaştan itibaren başlayarak ( gece sekiz, güdüz dokuz ) defa bu (elişi) ni yapan çocukların, gençlerin çoğu 15-18 yaşlarında sönüp giderler. Kalplerini mezarda dinlendirirler. Fakat çok sağlam olanlar 20 25 yaşına kadar bu fena huya devam ederlerse hisleri, duyguları değişir, akılları, zihinleri bulanır. Tavırları, hareketleri sarsılır. Çeşit çeşit hastalıkları çoğalır. Her erkek için lâzım olan “ evlilik seadeti „ uzaklaşır. Sinirlilik halleri bereketlenir. Hakikî neş'e ve şetaret kaynakları söndürülür. Yaşamak zevki gömülür.

## **MASUM ÇOCUKLARI, KIZLARI VE GENÇLERİ BÜYÜK FELÂKETLERE SÜRÜKLEYEN MASTURBASYON TEMALİ FİLİMLER**

Analar, babalar, mürebbi denilen terbiyeciler ve muallimler pek iyi bilmelidirler ki çocukların ve gençlerin en heyecanlı eğlenceleri (31 çekmek) dir. Sinemalara gitmektir. (Zamanımızda bu iş daha kolaylaştı) Can atmaktır. Hayat cevherini saçmaktır. Ben öyle görüyorum, böyle anlıyorum. Şimdiki zamanda bu fena işlerle uğraşmayan çocuk bulmak mümkün değildir. Ellerile oynamak âdetine kapılmamış gence rast gelmemek

kabil değildir. Çünkü bu felâketli işi doğuran sebepler çoktur. Teşvik eden, şevklendiren, yüreklendiren haller fazladır.

Çıplak resimler, parlak fotoğraflar, beyaz perdede görülen artistler, yıldızlar, en küçük yavrularımızın dimağlarında, beyinlerinde yerleşiyor. Sönmez bir volkan gibi ateşliyor. Bir yanardağ gibi akıyor. Sonra da kavuruyor.

İbret dersi veren bazı tiyatroları çocuklar, gençler o kadar sevmezler, devam etmezler. Çünkü aradıklarını orada bulamazlar. Fakat sinemalara bayılırlar. Çünkü karanlık köşeler, kuytu bucaklar, parlak yıldızlar var. Her çocuğun etrafında, fena sözler konuşan külhanbeyler var.

Birbirlerine küfreden bazı ahlâksız, terbiyesiz gençler var.

Masum, gözü kapalı mekteplinin çevresini saran fena tabiatlı bazı çocuklar vardır ki yakası açılmadık küfürbazlıklar yaparlar.

Birbirleriyle oynayırlar, şakalaşırlar. Hattâ elleşirler bile!

Ahlâkı bozan, bu gibi hareketler, kaba sözler, o masum, suçsuz çocuğun körpe dimağında, beyinde, sinir merkezlerinde yerleşir.

Fena huylu bazı çocuklar, gençler bu gibi kabahatsiz, saf yavrulara sanki “tatbikat dersi! „ veriyorlarmış gibi aşırlar, öğretirler. Hattâ yaptırırlar bile!

Ben bu yazıları, hülya ile yazmıyorum. Çocuklarımızın, gençlerimizin seve seve git’ tikleri “sinema âlemlerini! „ yakından görmek ve yazmak için gittim. Birkaç saatimi bu iş için feda ettim.

Neler gördüm neler !

Çocukların, gençlerin bayıldıkları sinemalarda gördüklerimi, duyduklarımı yazacak olsam ne kâğıt yetişir, ne mürekkep!!

Hastalandıktan sonra bana gfilen çocuklardan, gençlerden ve hattâ kızlardan, kadınlardan neler işitiyorum neler! Duydukça tüylerim ürperiyor! İşittikçe sınırlarımız boşanıyor.

Bütün duyduklarımı mümkün olsa da serbestçe yazabilsem,

çocuklarımızın, gençlerimizin saf ve millî ahlâkları üstüne örtülen felâket perdesini kaldırmış olurdum. Ve ne kadar iğrenç manzaraları, acıklı sahneleri meydana çıkarırdım.

Çocuklarımızın, gençlerimizin asıl ahlâklarını, millî duygularını, temiz ve masum tabiatlerini bozan fenalıkları gizlemek için kurulan bazı locaların, tahtaboşların, paravanaların içyüzlerini bir kalem darbesile âşikâre çıkarabilsem ne kadar iyi olurdu!

Bu cihetle çocuklarımızı, büyüklere mahsus, özel sinemalara götürmemeli. Fena ahlâklı gençlerle, çocuklarla yollamamalı, küçük yaştan itibaren yavrularımızın körpe dimağlarına, saf beyinlerine ahlâksızlık tohumları ekmemelidir. Çocuklara mahsus olan ve terbiye, güzel ahlâk, faydalı eğlence, ilim, hüner, teknik gösteren sinemalara, ana, baba koltuğunda götürmelidir. Bu öğütlerim kış içindir ve soğuk havalı günlere mahsustur. Baharda, yazda ve sonbaharda sinemaların kapalı, bozuk, pis havalarına çocuk götürmek zararlıdır. Böyle güzel

havalarda dağlara, bayırlara, deniz kenarlarına götürmeli, açık havada gezdirmelidir. Tabiî ve bediî hayata atılmalı, yeşillikler arasında gezdirmeli, çamların arasında dolaştırmalı, pınar sularını içirtmeli, derin derin soluk, nefes alarak teneffüs idmanları yaptırmalıdır.

## TESBİTLERİMİZ

1 — 25 yaşına kadar hiç abaza çekmemiş, tütün ve ispirotolu içkinin hiç birini, ölünceye kadar ağzına koymamış, mükemmel yiyip beslenmiş, keyif veren zehirlerin hiç birini kullanmamış, belsoğukluğu ve frengi almamış gençlerdir ki evlendikleri zaman bile karılar ile yaptıkları (bediî iş) de sıhhî bir surette hareket ederek aşırı dereceye varmamışlar ve 60- 70 hattâ 80 -90 yaşlarına bastıkları halde bu tatlı hayattan neş'elenmişler ve çocuk yapmışlardır.

2 — Bazı çocuklarda şehvet duygusu erken uyanır. Buna başlıca sebep, kendilerine süt veren kadının ve yahut hizmetçi kızın koynunda yatırılması ve çocuğun tenasül aletini okşamalarıdır. Çocukların birbirleriyle kucaklaşıp oynaşmalarıdır.

Bunu da ilâve etmeliyim ki çocuk bayramlarında mektep çocuklarının birbirleriyle ve bhusus kız çocuklarile erkeklerin dansetmeleri fena netice doğurur. Küçük yaştan itibaren şehvet hisleri kamçılanmış olur.

3 — Küçük yaştan itibaren 31 çeken çocuklar, gençler 22-25 yaşlarında sermayeyi

tüketirler. Belgevşekliğine, ademi iktidara uğrarlar. Her tarafa başvururlar. Dertlerine derman ararlar. Hekimlere, eczacılara, Mısıır çarşısındaki aktarlara ve taşrada bulunan birçok şarlatanlara etek dolusu para verirler. Fakat bu belâlî hastalığa çare bulamazlar. Çünkü tenasül cihazları berbat olmuştur.

4 — 161820 yaşındaki genç, şehvet duygusunu temin etmek için gerek ellerile ve gerek sair işlerle vücudünü, kafasını, sinirlerini çok yorarsa nihayet 30-35 yaşlarına varmadan sırtüstü yatmağa mecbur olur.(Ademi iktidar) a tutulur.

5 — Zamparalık, hovardalık, haşarılık, nefse aşırı derecede düşkünlük, insana, çok zarar verir. Maddî ve manevî felâketler doğurur. Nihayet o adamı çeşit çeşit hastalıklara uğratarak candan eder.

6 — 30-40 yaşına bastığınız zaman kadının yanında mahcup olmamak, utanmamak, hareminizin sizden ayrılmamasını isterseniz küçük yaştan itibaren abaza çekmeyiniz. Suiistimalde bulunmayınız. İspirtolu içkinin hiç birini kullanmayınız. Keyif veren zehirlerden temamilen uzaklaşınız.

7 — Analarında, babalarında aşırı derecede [şehvet duygusu] bulunursa, bu gibilerin çocuklarında, gençlerinde de şehvet hissi fazla olur. Hattâ bazı defa âdeta hastalık şeklini almış şehvet alâmetleri belirir. Küçük yaştan itibaren 31 çekmeğe başlarlar. Hayatın en tatlı, en lezzetli bir ilkbaharı olan 18-22 yaşındaki gençlerin yolları üzerinde çok tesirli

zehirler, çok zararlı âdetler, çok fena arkadaşlar vardır.

Bu sırada analar, babalar, velîler, vasiler, muallimler ve hattâ aile ve mektep doktorları çok dikkat etmeli ve doğru yol göstererek genci her fenalıktan kurtarmalıdır.

8 — Çocukların hepsi halis ve helâl süt emmezler. Bu cihetle her çocuğun sıhhati, sağlığı, ahlâkı, huyu başka başka olur. Asıl ailenin evlâdı başkadır, soysuz ailenin çocukları başkadır. Her çocuk ayrı ayrı terbiye görür. Bu cihetle gencin iyisi de bulunur, fenası da!!

9 — Fena, terbiyesiz, soysuz arkadaş, insanı baştan çıkarır. Akıllı gence ne fenalık gelirse soysuz, rezil arkadaşından ve yoldaşından gelir, emin olunuz! Birçok masum çocukları abazaya alıştıran edepsiz arkadaşlarıdır.

10 — Ellerile oynayan kızlar ve geçler bu fena âdete devam ede ede tiryaki olurlarsa değil yalnız gençliklerinde, orta çağda ve ihtiyarlıklarında bile rahat edemezler. Çünkü bu yolda vücutlarını ve sinirlerini harap ve berbat edenler, eğer sağ kalıp ihtiyar olurlarsa, bedenlerini bit, pire, kehle, tahtakurusu, sivrisinek sarmış gibi, daima kaşınıp dururlar. Uyuz olmuş gibi bütün gece kaşınırlar. Ve uykusuzluktan ötürü vücutlarını harap ve perişan ederler. Halkın bazıları, ihtiyarlığa mahsus olan bu kaşıntılara (ihtiyarlık illeti!) derler. Halbuki vaktile bu fena âdetle kendi vücutlarını hırpalamayan insanlarda bu kaşıntı olmuyor.

Yapılan tedkiklerden, incelemelerden öyle anlaşılıyor ki çocukluk ve gençlik zamanlarında bu işle az uğraşanlarda kaşıntı az olur. Çok çalışanlarda daha fazla husule gelir.

11 — Çocuklar, gençler! Ahlâkını, huyunu, tabiatını ve ailesini iyice bilmediğiniz şüpheli arkadaşlardan uzaklaşınız. Kendi akranınızla, yaşıtılarınızla namuslu iseler görüşünüz. Kötü arkadaşlarla düşüp kalkmayınız! Böyle fena fikirli, edepsiz, namussuz arkadaşlar sizi fena yollara götürürler. Tütüne, işrete, danslara ve umumhanelere alıştırırlar. Sonra başınızı türlü türlü dertlere sokarlar.

12 — Çocuklarımızı, gençlerimizi “31 „ çekmekten ve fena yollara düşmekten kurtarmak için en esaslı çare küçük yaştan itibaren kendilerine çok kuvvetli bir ahlâk salâbeti vermeli. Husule gelecek hastalıkları bildirmeli ve namusluluğun değerini mükemmel surette anlatmalıdır.

13 — Küçük yaştan itibaren ellerile oynayan çocuğun (zeker) i şeker kamışı gibi büyür, uzun olur. Başı genişler. Topuz gibi olur.

14 — Dünyada her milletin yaptığı tedkikler, incelemeler ve neşredilen istatistikler gösteriyor ki, çocuklar en tehlikeli âdetlere 11-12-13 yaşta alışır. Çocuklar için ve hattâ analar, babalar için, en büyük dert olan (31 çekme) huyu çok defa bu yaşlarda başlıyor.

15 — Çocuk doktorları ve ruh hastalıkları ile uğraşan hekimler, her çocuğun 12-13 yaşlarında, bir kere olsun, el ile oynadığını ve bu halin

“fizyolojik\* bir tesir altında ve tabii şevkle yapıldığını iddia ederler. Ben de bu fikirdeyim. Ve ısrarla yazıyorum ki eğer çocuğa, bu işin çok zararlı ve tehlikeli olduğu, bu sırada, beynine girecek derecede kendi anlayacağı tarzda söylenir ve korkutulursa kulağında küpe olur. Ve her zaman abazaya varacağı esnada umacıyı görüyormuş gibi, korkarak bu işi yapmaktan vazgeçer.

16 — Uzun müddet ellerile oynamağa devam eden gençlerin, fena hastalıkları ve ölümleri yalnız anaları, babaları zararlı etmez. Memleket de çok ziyan görür. Çünkü sağlam genç evlenecek, çoluk çocuk sahibi olacak, torunlar yetiştirecek ve çok muhtaç olduğumuz sağlam ve münevver nüfusumuzu artırmış olacaktır.

17 — Âbazanın zararları hakkında yazdığım hakikatleri gençler iyi okumalı. Akıllarını başlarına almalı. Ve pek sağlam arslan gibi bir babayığit olmalıdırlar. 22-23 yaşlarına kadar hiçbir şey yapmamalı. İstikballerini, ilerdeki ömürlerini, hakkile yaşama kudretini temin ettikten sonra meşru ve makul bir surette evlenerek çoluk çocuk sahibi olmalı, millete ve insanlığa hizmet etmelidirler.

18 — (31 çekmek hastalığı), “tifo,, denilen “ karahumma ,, dan daha tehlikelidir, Zatürreeden daha belalidir. Çünkü tifo devam etse etse 1-1,5 ay devam eder. Zatürre sürse sürse 12-20 gün sürer (başka hastalıklarla karışmazsa).

Halbuki 31 işinin müddeti ömür oldukça sürebilir. Ucu bucağı olmayan bir cehennem afetidir.

19 — Ellerile oynayan çocuklar, kızlar en nihayet gençliklerine doymadan çeşit çeşit hastalıklara yakalanırlar, ölüm döşeklerinde aylarca yatarlar. İniminim inlerler. Ve nihayet kara toprakların altına gömülürler.

20 — Çürük, malül, sakat, hiç bir şeye yaramayan çocuk yetiştirmek aileye fayda vermez. Millete kâr etmez. Büyük zararlardan başka hiç bir şey temin etmez. Bu gibi bozuk faydasız çocukları kim yetiştirir bilir misiniz? Küçük yaştan itibaren abaza çeken -sözüm yabanî- gençlerdir. 20-22 yaşından evvel evlenen şehir çocuklarıdır. Suiistimal yapmayan, gözleri şehirliler gibi fena işlere alışmayan sağlam köy çocuklarına bir diyeceğim yoktur. (TV çıkınca bu hal onlara da sirayet etti)

21 — 22 yaşına kadar hiç abaza çekmemiş, suiistimalde bulunmamış, tütün, rakı şarap, bira, likör, afyon, esrar, kokain, eroin gibi, keyif veren zehirleri kullanmamış, hiç dans etmemiş genç, ne kadar bahtiyar ve mes’uttur. Ne kadar kuvvetli ve kudretlidir. Güzel bir kızla bu yaşta evlenirse pek sağlam, gürbüz, nur topu gibi evlât yetiştirebilir. Kendine, ailesine, devlet ve millete pek büyük hizmetler görebilir. Hayatın en tatlı zevklerinden, neş’elerinden istifade edebilir. Hiç unutmamalıyız ki sağlam fikir gürbüz vücutte bulunur. Kuvvetli ve sağlam vücutlu insanlardır ki, vatani kuvvetlendirirler.

Memleketimizin kuvvet ve şevketi

pek sağlam ailelerden, gençlerden teşekkül edebilir.

22 — Fransızlar (31 çekmek âdetine masturbation = mastürbasyon) derler. Fransızlar abaza çekmek işine, (Onanism = Onanizm) de derler. Bu fena derde herkesten önce Onan isminde bir yahudi genci tutulmuştur. Yahudilerin mukaddes kitabı olan (Tevrat) da bir hikâye vardır. İsrail peygamberin torunu Onan güzel bir genç idi. Bu delikanlının babası Herman kendi kardeşinin dul kalan haremî ile evlenmesini Onan'a teklif etmiş. Hattâ zorla evlendirmeğe çok uğraşmıştı. Fakat bu musevî genci bu teklifi şiddetle reddetmiş ve nefsinî körlemek ve çocuk yapmamak için abazaya devam etmiş ve en nihayet cezasını bularak ölmüştü. İşte bundan dolayı, ilk defa 31 çekmeği âdet edinen bu budala gence ilgili olmak üzere abaza âdetine Onanizm adı verilmiştir.

23 — “31 çekmek,, âdetine İngilizler, (masturbation = mastürbeysin) derler.

24 — “Abaza çekmek\* “ayıp,, danilen fena işlerin başında gelir. Zararlı “itihad,, ın âdet edinmenin birincisidir. Çocukların, kızların, gençlerin bedenleri için, bundan daha ziyanlı başka bir huy yoktur.

25 — “31,, çekenlerin vücutlarını saran, bedenlerini harap eden çeşit çeşit öldürücü hastalıklardan başka, insana “ademi iktidar,, getiren başlıca bir sebeptir.

26 — 31 çekmek, şehvet duygusunu cebrederek, zorluyarak

sun'î yani tabîî olmayan el işi ile şehvet ateşini kesmek, söndürmek demektir ki vücut için bundan daha zararlı hiç bir iş yoktur.

27 — 31 çekmek işi üzerinde doktorlar terbiyeciler çeşit çeşit fikirlerde bulunmuşlardır. Münakaşa etmişlerdir. Yani, en nihayet verilen karar şudur: “ Abaza çeken ,, lerde ergeç “ademi iktidar,, husule gelecektir. Sinirlilik halleri zuhur edecektir.

28 — “Ellerile oynamak âdeti,, nekadar az yapılırsa yapılsın, en nihayet, sinir merkezlerini sarsacaktır. Vücudutı bütün azasını, organlarını aşındıracaktır. Ve ergeç, başta, “ademi iktidar,, olmak üzere fena fena hastalıklar baş gösterecektir.

29 — Hekimliğim esnasında rastladığım “ademi iktidar» vak'alarını tedkik ettiğim zaman, bu belâlı hastalığın başlıca sebeplerinden birini de vaktile aşırı derecede “ abaza çekmek” olduğunu buldum.

30 — Esaslı, muntazam bir istatistik yapılırsa gençlik çağında ademi iktidara uğrayanların yüzde 90-95 inde 31 çekmenin büyük bir rol oynadığı görülecektir.

El ile oynayan gençler, hiçbir zaman bir kadınla “cima’,, etmiş gibi lezzet bulamazlar. Şehvetlenemezler. Tabîî ve bedîî çiftleşmek gibi sinirlerini dinlendiremezler. Çünkü kafasına koyduğu hayalin yardımıyla, zor zoruna menisini getiriyor.

31 — Ellerile oynamadığı âdet eden çocukların, kızların, gençlerin zaman geçtikçe sinirlilik halleri artar. Sinir buhranları zuhur eder. Elleri

titremeğe başlar. Elleri her ne alırlarsa düşürüp kırarlar. Başları bile titrer. Çok içki kullananlar gibi “sallanbaş” olurlar.

32 — Mısır, Suriye, Filistin, Mekke, Medine gibi yerlerde çok sıcak vardır. Bu dehşetli hararetin tesirile küçük çocukların zekerleri, (tenasül aleti) harekete geldiğinden 3-4 yaşındaki yavruların bazıları da ellerile oynamağa başlarlar.

Bülûğa ermemiş çocuklar abaza çekerlerse meni gelmez. Fakat, organlarının kırmızı başında tatlı bir zevk, şekerli bir lezzet husule gelir. Ve bu şehvetin tesirile çocuklar, bu işe haris olurlar. Çok merak ederler. Her ne kadar meni çıkararak daha çabuk telef olmazlarsa da taze beyinleri ve sınırları sarsılır. Zaman geçtikçe harap ve berbad olurlar. Ve çeşit çeşit keyifsizliklere uğrarlar.

33 — Ellerile oynayan çocukların (hâfıza kuvveti) günden güne azalır. Bir şey okusa, ezberlemek istese, mümkün değil, zihninde tutamaz. Gözleri kararır, dizleri titrer. Baş döner. Ve gün geçtikçe fenalaşır. Aptallaşır.

34 — (31) çeken çocuklar grip hastalığına uğrarlarsa çabuk geçiremezler. 3-4 ay kuru kuru, kötü kötü, kel kel öksürürler. Bu sırada, bazı defa da, ağızlarından kan gelir. Sonra balgamlar başlar. Dört nal sür’atle koşan verem 4-5 ay zarfında genci mezara götürür.

35 — Evde, ana baba koltuğunda bulunan çocuğun terbiyesine, hareketine, tavrına çok dikkat edilirse fena yollara düşmez. Zararlı âdetlere kapılmaz. Tehlikeli

oyunlara kurban gitmez. Fakat hususî mekteplere, geçinme yerlerine devam eden 17 18-20 yaşlarındaki gençler böyle olur mu ya!

Bu gibi delikanlıların yolları tehlikelerle doludur. Dikenlidir. Sağlam olarak geçip gitmesi pek zor olan uçurumlarla çevrilmiştir.

Kendilerini yalnız ve serbest bırakmak, bilgi vermemek hayatına kasdetmektir. Ölümüne kapı açmak demektir. Bu cihetle çocukları ve gençleri dört gözle takib etmek icab eder.

36 — Bülûğa ermiş, âkil, baliğ olmuş, kendi kendini tanımağa başlamış her delikanlının, her kızının yürüyeceği yolda dört katil, dört cellât vardır.

1 — 31 çekmek 2 — Belsoğukluğu 3 — Frengi-(AIDS) 4 — Aşk.

Kendilerini ilk gençlik çağlarında bu canavarlardan kurtaran gençler, sapasağlam olurlar. Pek çok tehlikeli hastalıklardan kurtulurlar. Ve istikballerini, gelecek yıllarını pek parlak olarak temin ederler. Mesleklerinde, tutacakları işlerde günden güne yükselirler. Zengin ve mes’ut olurlar.

37 — Ellerile oynamak işini, çok defa, arkadaş arkadaşına öğretir. Bu takım avanak çocukların ağızlarına da tabiat bazı defa bir parmak balı çalar. Ve çocuk kendi kendine alıştır. Bu cihetle ana, baba, aile doktoru ve muallimler bu hususta gözlerini dört açmalı. Ve bu âdetin fenalığını öğreterek yavruyu ölümden kurtarmalıdır.

38 — 31 çeken gençlerin, kızların çehrelerindeki pembeliğider.

Güzellik söner. Solgunluk çöker. Gözlerinin alt tarafında yarım ay biçiminde morumtırak bir şekil husule gelir.

39 — Ellerile oynayan bazı çocuklar, 2-3 ay içinde birkaç karış uzarlar. Boy atarlar. Kiraz çöpü ve armut sapı gibi incelirler. Analar, babalar, çocuğun (boy atma!) sından çok memnun olurlar. Eğer bu sırada genç, abazaya devam ederse çabuk verem olur. Ve ölümden kendisini hiç kurtaramaz. (Verem vücudun zayıf kalmasıyla baş gösteren bir hastalıktır. Zamanımızda aşısı bulunduğundan sinmiştir. Hzl)

40 — Ellerile meni getirmeği kendisine bir kere zevk edinen genç ölüm yoluna girmiş demektir. Yavaş yavaş intihar edecek yani kendi kendini öldürecek demektir.

41 — Abazaya varmağa alışan genç, ne kadar güzel beelenirse beslensin, ne kadar iyi bakılırsa bakılsın, gündün güne zayıf, kansız düşmeğe mahkûmdur. Şiddetli ateşin karşısına konmuş bir kurşun gibi erimeğe nâmezettir. Adaydır.

42 — Çocukların, kızların ve oğlanların yaşamak yolunda rastlayacakları çetin, zararlı ve ölüm saçıcı işlerden birincisi ( 31 ) çekmektir. Her şeyden önce bunları, çeşit çeşit hastalıkları yapan bu fena âdetten kurtarmak lâzımdır. Bu cihetle her ana, her baba, çocuğunun etrafında, çevresinde gece ve gündüz pervane gibi dolaşmalıdır.

43 — Otuz bir çeke çeke pek fena hastalıklara tutularak bana, ağlıya ağlıya gelen gençlerin sergüzeştlerini, maceralarını, neler

yaptıklarını bana anlattıkları zaman çigerim pare pâre ve kalbim çok mahzun olmuştur.

44 — Çocukluk ve gençlik zamanlarında abaza çekmiyen, 20-22 yaşından evvel her ne suretle olursa olsun “ harama uçkur çözmeye ,, “edep bozgunluğu yapmayan,, kızlar ve erkekler okullarda olanca zekâvet ve akıllarile çok güzel tahsil ederler. Sınıflarında birinci ve ikinci çıkarlar. En yüksek derecede şehadetname (diploma) alırlar, istedikleri meslekte büyük işler görürler. Ve ihtiyarlıklarını bile genç ve dinç olarak geçirirler. Hattâ erkeklik ve kadınlık işlerini 70- 80- 90 yaşına kadar enikunu ifâ ederler, becerirler, neşelenirler.

45 — Her hangi bir erkek çocuk, tabîî olarak bülûg zamanına gelince, yani, âkil, baliğ olunca erkeklik aletinde, edep yerinde bir hareket başgösterir. Sesi biraz kalınlaşmağa başlar. İşte bu mevsime “tenasül hayatı,, nın başlangıcı derler.

Bu zamana kadar hissiz, duygusuz olan tenasül cihazında büyüme görülür. Yeni bir vazife başlar. Şiddetli bir heves ve arzu uyanır.

46 — Her gencin tenasül cihazı 22-25 yaşında ancak hakkiyle neşvünema bulabilir, büyüyebilir. Menî fabrikası işte bu yaştadır ki çok güzel işler. Menîde bulunan spermeler mükemmel surette canlanır. İşte bundan dolayıdır ki bu yaştan evvel tenasül cihazlarını gerek ellerile ve gerek zina ile çalıştıranlara çok zarar gelir. Hattâ tenasül cihazları

tabî olan kuvvet ve kudretini kazanamaz.

47 — Kızlar, çocuklar ve gençler, pek iyi bilmelidirler ki, çok abaza çekerek menîlerini boş yere sarfedenler ve yahut 22-25 yaşından önce nikâhlı kızla (cima' çiftleşme) yapanlar ve yahut nikâhsız olarak herhangi bir kadınla “ zina „ edenler çabuk ihtiyarlarlar. İskeletleri, heykelleri, kaditleri (boy-bos) çabuk çökecektir. Vücutlarındaki uzuvlar, organlar sür'atle zayıf ve kuvvetsiz olacaklardır. El ve ayakları titreyecektir. Yürürken, sağa, sola yalpa vuracaklardır. Sersem sersem hareket ederek çok zahmet çekeceklerdir. Bu cihetle “hayat cevheri,, “ruh kuvveti,, “neş'e kaynağı,, “hakikî abıhayat,, olan menîyi boşyere sarfetmemeli. Altından, elmaştan daha kıymetli oîan bu metâî, bu “hayat sermayesi,, ni israf eylememeli ki ihtiyarlıkta bile arasıra iş görmeli, neş'elenmeli, cana can katmalı.

48 — Abazaya varan çocuklar, gençler intihara doğru yol alırlar. Yani kendi kendilerini öldürmeğe hazırlanırlar. Ahrete doğru misafirlîğe giderler.

49 — Memleketimizde, bizim iklimimizde erkeklerin vücutları ve tenasül cihazları yavru yapmak kudreti 22-25 yaşında kemale gelir. Olgunlaşır. Bu yaşlardan evvel her ne tarzda olursa olsun meni sarfetmek caiz değildir. Vücuda çok zarar verir.

50 — Bu güzel yurdumuzda kızların bedenleri, bünyeleri, tenasül organları, rahimleri döl yatakları, yumurtalıkları ve yumurtaları hattâ

kızlık zarı ve bedû çiçeklikleri olan dudaklar ve elmacıklar, ancak 20- 22- 25 yaşlarında tekâmül eder. Olgun olur. Bu yaşlardan önce her hangi bir suretle olursa olsun bu kıymetli hâzineleri örselemek, kurcalamak, elle, parmaklarla zedelemek, badana yaptırmak caiz değildir. Çok tehlikelidir. Sinirlilik, kansızlık, zayıflık, halsizlik, kesiklik ve çeşit çeşit hastalık arttıkça artar. Gebe kalırsa doğacak çocuk bir kedi yavrusu, bir prematüre gibi doğar. Ve nihayet ölür. Binde bir yaşarsa bile hastalıklı, belâlı olur.

51 — Ellerile oynayan gençlerin ve kızların herhangi bir uzuvlarında, ergenlerinde verem başladı mı, tenasül cihazlarında duygusuzluk, kuvvetsizlik, uyuşukluk, durgunluk zuhur eder. Gençliğe mahsus tabî his sönmeye doğru gider. Bu cihetle uyanık bulunmalı.

52 — Memleketimizdeki çocukların pek çoğu hizmetçilerin, dadıların, sütninelerin, terbiyesizlikleri ve öğretmelerile 3-4 yaşından itibaren elle oynamaya başlarlar. Sinemalara, mahalle kahvelerindeki karagözlere götürülen çocuklar da erken başlarlar. İlkokul sınırlarında bazı fena çocukların tesirile de başlar. Binaenaleyh bülûga eren hemen her çocuk bu işle meşguldür, demek isterim.

Bu fena âdeti böyle bilmeliyiz ve ona göre tedbirli olmalıyız.

53 — Dilimize karışmış arapça bir tabir daha vardır. Nikâhsız olarak bir erkek bir kadını becerirse, bu işe zina derler. Hattâ, eskiden bazı

hekimler “31 çekmeğe,, (el ile zina yapmak) da derlerdi.

“Zina,, nın yeni türkçesi galiba (metres hayatı) dır.

Nikâhsız bir kadınla bir erkeğin uyuşarak karıkoca gibi geçinmeleridir. Ya söz ile ve yahut kontratla birbirlerine bağlanmaktır. Erkekler ve kadınlar için bundan daha belâlı daha zararlı hiçbir iş yoktur.

Bu evlilik değildir. Rezilliktir. Karılık kocalık sayılmaz. Bu işten hiçbir zaman hayır gelmez. Doğacak çocuklar eski tabirle “piç,, dirler.

“Metres hayatı,, yaşıyan kadından da hayır gelmez. Erkekten de!

Doğacak çocukların hemen hepsi serseri olur. Çünkü bu yolda evlenenlerin hemen hepsi işrete ve rakıya düşkündürler. Birbirlerinden miras alamazlar. Çocuklar nüfus kâğıdı bile elde edemezler. Çünkü kanunen nikâhlı ve birbirlerine bağlı değildirler.

Hiç unutmamalıyız ki, nikâhta keramet, bereket, seadet ve fazilet vardır.

54 — Ellerile abaza çeken mübtelâlar, tiryakiler zaman geçtikçe dehşetli bir ejderha karşısında bulunurlar. Bu işe devam ederlerse verem ve ölüm gibi neticelerle, sonuçlarla o ejderha tarafından yutulurlar.

55 — 31 çeken çocukların hemen pek çoğu şimdiki zamanda ilkokullarda ve sinemalarda alışıyorlar. Orta mekteplerde şiddetleniyor. Adetleri artıyor. Liselerin ilk sınıflarında en yüksek

dereceye çıkıyor. Lisenin son sınıflarında azalmağa başlıyor. İtiraf etmeliyim ki “Üniversite,, ye devam eden gençlerin bile bazıları belsoğukluğu ve frengi almak korkusuyla arasına abazaya devam ediyorlar. Muayenehaneye gelen hasta gençlerden anladım.

56 — Küçük yaştan itibaren, abazaya dadanan ve senelerce devam eden bazı gençler vardır ki evlendikleri zaman bile arasına (eski yavuklusu!) olan 31 le kucaklaşıyor. Çekiyor. Çünkü bu fena âdetin esiri olmuştur. Ve eşi tarafından anlatılınca kavga çıkıyor, kovuluyor.

57 — Çocukluk zamanında abaza çekerek gençliklerini bu zararlı âdetle geçirdikten sonra tımarhaneye düşen insanlar vardır ki “delilik saltanatı» sürerken de 31 çekerler. Bu zararlı işe herkesin karşısında aşikâr olarak düşkünlük gösterirler.

58 — Vücudu sağlam, bünyesi kuvvetli mizacı kanlı ve gürbüz olan çocuklar 7-8 yaşlarında ellerile oynamağı âdet ederek her gün, her gece devam ederlerse vaktinden önce âkil, baliğ olurlar. Ve azçok meni de gelmeğe bağlar.

Her abaza çektikçe menî geleceğinden daha çok lezzet duyar. Şehveti artar. Bundan sonra, 31 çekmeğe daha fazla devam edeceğinden o sapasağlam olan yavru, çok sürmez yatağa düşer. Lodos havaya uğramış halis tereyağı gibi erir. Nihayet hayat defterini ebediyen kapar. İnliye inliye ölür.

59 — (Fetişizm) denilen bir sinir hastalığı vardır. Sevdiğini tapnırıcasına sever. Ma’şukasının

gözlerine vurulur. Canından ziyade sevdiği kızın veya oğlanın saçını, mendilini ve hattâ fotinlerini çalar ve bunlara karşı abaza çekerek keyiflenir. Sevdiğinin vücudundan çıkan her şey, o deli budala için birer “ ma’bed „ dir. Tapınacak bir maddedir. Bunları öper, sever ve bunlara bakarak 31 çeker.

60 — Pek iyi bilmeliyiz ki akıl, baliğ olmadan evvel abaza çeken zayıf, kansız, lenfatik, hasta mizaçlı çocukların bir takımı beyinlerini, sinir merkezlerini o kadar sarsarlar ki, küçük yaştan itibaren, budala, aptal olurlar. « Melankoli » denilen vesveseli, evhamlı, korkak bir derde yakalanırlar. Ve bazı defa da beyin hastalığına uğrayarak ölürler.

61 — Ellerile küçük yaştan itibaren oynayan sağlam, beşli çocuklar birdenbire telef olmazlar. Fakat günden güne zayıflarlar. Kansız, halsiz, kuvvetsiz düşerler. Akıllarını, fikirlerini kaçıırırlar. Hislerini, duygularını bozarlar. Ve nihayet ölürler.

62 — Ellerile menî getirmeğe devam eden gençlerin, kızların millî duyguları ve güzel ahlâkları günden güne bozulur. Hayatımızın merkezi olan sinir merkezleri sarsılır. Damarlarda kanda bozukluk hasıl olur.

63 — (İstimmayi bilyed) denilen abazaya çok düşkü olan kızlar, gençler hevâ ve heves yoluna kurban giderler. Bunların bazıları genç yaşlarda içki de kullanmağa başlarlar. Nihayet insanlık faziletlerinden temamile mahrum kalırlar.

64 — Ellerile çok oynayan gençlerin çocukları da miras olarak 31 çekmeğe alışırırlar. Bu cihetle, başlarından bu belâlı illeti, bu ölümlü âdeti geçiren babalar, yavrularına küçük yaştan itibaren çok dikkat etmelidir. Bunları evleninceye kadar şiddetle takib etmelidirler. Kovalamaladırlar. Göz önünde bulundurmalarıdır.

65 — Abaza çeken gençler ve kızlar pekiyi bilmelidirler ki gerdanlerinde zuhur edecek (saraca) denilen “bez veremi,, nin mikropları vücudun muhtelif uzuvlarına hücum edecektir. Akciğer veremi zatülceb veremi gırtlak veremi, kemik veremi deri veremi, “lupus,, karın zarı veremi, murdar ilik veremi, bağırsak veremi, beyin veremi ve hattâ haya veremi bile yapacaktır.

66 — Abaza çeken kızlar ve erkekler, kansızlığın ileri derecesine vardıkları zaman istidatlarına göre akciğer veremine uğrarlar. Ve gençliğin en tatlı çağı olan 18-19 yaşında Azrail’ le görüşürler. Ölürler. Elişi yapan kızların ve oğlanların çoğunda bez veremi başlar. Alt çenin altında boyunda “saraca,, başlar. Curadaki bezlerden biri veya birkaçı yavaş yavaş büyür. Ceviz, limon ve hattâ bazı defa portakal kadar olur. Kırmızılaşır. Cerahatlenir. İrinleşir. Nihayet patlar. Aylarca sürerek kapanmaz.

Ameliyat yapılırsa kızın ve oğlanın gerdanında fena bir yarık kalır. Bu ameliyat yerini kim görse “ verem damgasını ! „ vurur. Çok zorlukla kapansa bile çocuk zayıf düştükçe tekrar şişer. İrin toplar ve tekrar

patlar. Aylarca devam eder.  
Kapanmaz. İrini, cerahati de ne kadar  
fena kokar. (İyiki verem aşısı çıktı)

67 — Ellerile oynayan kızların  
ve oğlanların kanları azalır. Kansızlık  
başlar. Damarlarda bulunan kanın  
kuvveti azalır. Kalplerinde çarpıntı  
zuhur eder. Sanki kalb hastalığı  
varmış gibi intizamsızlık başlar. Nabız  
kesik kesik atar. Hatta kalbi dinliyen  
hekim, yüreğin bir noktasında,  
kansızlığa mahsus özel bir (sufi) bir  
(nefha) bir ses işitir.

68 — Gerek kızların ve gerek  
oğlanların tenasül cihazları ile mide  
alâkalıdır. İlgilidir. Bu cihetle abaza  
çekildikçe tenasül cihazına fazla kan  
gider. Ve bundan dolayı mide az kan  
sarf ederek tembel olur. Ve  
hazımsızlık ve çeşit çeşit hastalıklar  
baş gösterir.

69 — Gençlerimizde bulunan bu  
gizli âdet kendilerini harab etmekle  
kalmıyor. Millî nüfusumuzun da  
eksilmesini husule getiriyor. Bu  
cihetle atalar, analar, muharrirler,  
edîbler bu uğurda çok çalışmalıyız  
ki, gençlerimizi, bu felâketli vartadan  
kurtaralım. Ve çok nüfuslu olalım.

70 — Ellerile oynayarak [  
suiistimal] de bulunan çocuklar,  
gençler bu fena âdete devam ettikçe  
insanlık duygusundan uzaklaşırlar.  
Terbiyesiz ve ahlâksız olurlar.

71 — Abaza çekmeğe alışan  
çocuklar, gençler, kızlar bu tehlikeli  
işe düşkün olurlarsa, vücutları sağlam  
teşekkül edemez. Neşvünemâ  
bulamazlar.

Tenasül cihazlarına sürekli kan  
hücum eder. Vücudun çabuk  
uyanmasına ve menînin şehvetsiz

olarak [kamış] dan sızıp zayı  
olmasına sebep olur. Sonra bu gibi  
çocuklarda, gençlerde, kızlarda  
durgunluk, dalgınlık, unutkanlık,  
sersemlik, çekingenlik, sinirlilik  
başlar.

72 — 31 çeken erkeklerin ve  
kızların yüzleri soluk olur. Benizleri  
kaçar. Gözlerinin etrafında,  
çevrelerinde morumsu bir zayıflık  
hâlesi göze çarpar.

73 — Abaza çeken kızlar ve  
erkekler, araya şiddetli bir  
baş ağrısına yakalanırlar. Dimağları,  
beyinleri sanki büyük bir tazyik,  
kuvvetli bir baskı altında imiş gibi  
şiddetli bir ağrı hissederler.

74 — Küçük yaşta 31 çekmeğe  
alışmış, ne kadar çocuklar vardır ki  
anası, babası zerre kadar çocukla  
alâkadar olmamış, ilgi göstermemiş o  
cahil çocuk uzun müddet geceleri  
uyumamış, ateşin karşısında bulunan  
mum gibi yanıp tutuşmuş, erimiş,  
çeşit çeşit keyifsizliklere, ileri gitmiş  
kansızlıklara ve sinir hastalıklarına  
uğramış, vücudunu fena halde  
sarsmış, bedeni tortop olarak  
mezarlığı boylamıştır.

75 — Ellerile oynayan kız ve  
erkek çocuklarda aptallık, avanaklık  
zuhur eder. Dimağı, beyni çok  
besliyen fosfor gibi kuvvetli  
madenlerin çoğu menî ile dışarı  
çıkacağından sinir merkezleri  
beslenemez. Akıl, zekâvet, hafıza,  
ezberleme merkezleri lâzım olduğu  
kadar gıda alamazlar. Beslenemezler.  
Bu cihetle bu gibi çocuklar, gençler  
abazaya uzun müddet devam  
ederlerse muvakkat deliliğe bile  
uğrarlar.

76 — Türkiye ve Mısırda, İngiltere ve Amerikada, Almanya ve Fransada, İsviçre ve Rusyada, İtalya ve Japonyada ve daha birçok milletlerin tımarhanelerinde yapılan istatistiklerden anlaşılıyor ki: şifahanelere giren delilerin geçmiş hayatlarında neler yaptıklarını, ne gibi fena işlerle uğraştıklarını ve ne tarzda “suiistimal,, de bulduklarını sordukları zaman yüzde 80-85 inin ispirotolu içki ve frengi kurbanları ve yüzde 2-3-5 kişinin de küçük yaştan itibaren başlayarak mütemadiyen abaza çeke çeke deli, divane oldukları belirmektedir. Fakat hiç şüphe yok ki, birtakım muvakkat deliler, ayık oldukları zaman soruya çekilirlerse birtakımı vardır ki 31 çektiklerini ikrar etmeği utanırlar. İşte bu sebepten ötürüdür ki zırdeli, zırzır deli olarak, tımarhaneye mihman, misafir olan abazacıların tam sayısı, hakkile belli olamaz.

## SON SÖZ

Bu küçük kitabımı baştan nihayetine kadar dikkatle okuyan gençler, kızlar, analar, babalar, muallimler, müdürler, velîler, vasiler ve hattâ yeni çıkmış doktor beyler, hiç şüphe yok bu (fena âdet) in ne kadar acıklı hallere sebep olduğunu anlamışlardır. Ben tamamıyla inandım, iman ettim ki bu hususta ne kadar söz söylense, ne kadar yazı yazılsa boşa gitmez, faydadan hâlî olmaz zannederim. 31 çeke çeke, türlü türlü felâketlere, dehşetli hastalıklara uğrayan ne kadar

çocuklar, gençler ve kızlar gördüm. Hatırladıkça tüylerim ürperiyor! Kendilerini esir eden bu ejderhanın tesirile ne kadar musibetlere düştüklerini teessürle dinledim. Onları bu belâlardan kurtarmak için ne kadar çalıştım. Çeşit çeşit usulleri tatbik ettim, uyguladım. Zamana, ihtiyaca, vücade, bünyeye göre tedbirler aldım. Hastalıklarını tedavi için uğraştım. Artık uzatmayacağım. Abaza çekmek hakkında çok tetebbu’larda (araştırma), tetkiklerde, araştırmalarda bulundum. Bu belâlî huya karşı tiryaki olanları nasıl kurtardığımı yazmayı düşünüyorum. Bu usulleri ve tesirli ilâçları her genç, her aile reisi, her öğretmen bilmelidir. Ona göre hareket etmelidir. Rastladığım, gördüğüm birçok gençlerin maceralarını, sergüzeştlerini, serüvenlerini, baştan geçen acıklı hallerini inşaallah yazacağım. Ben eminim, bu bahisler, bu mes’eleler, bu ayıtlar bütün okuyucularımı hem güldürecek, tatlı tatlı eğlendirecek ve hem de güzel bir ibret dersi verecektir. Pek yakında Allah’ımın iznile bastıracağım diğer bir kitapçığız, daha çok faydalı olacaktır. Son kelâm: Ulu Tanrımın yardımını ve okurlarımızın himayelerini, korumalarını candan dilerim.