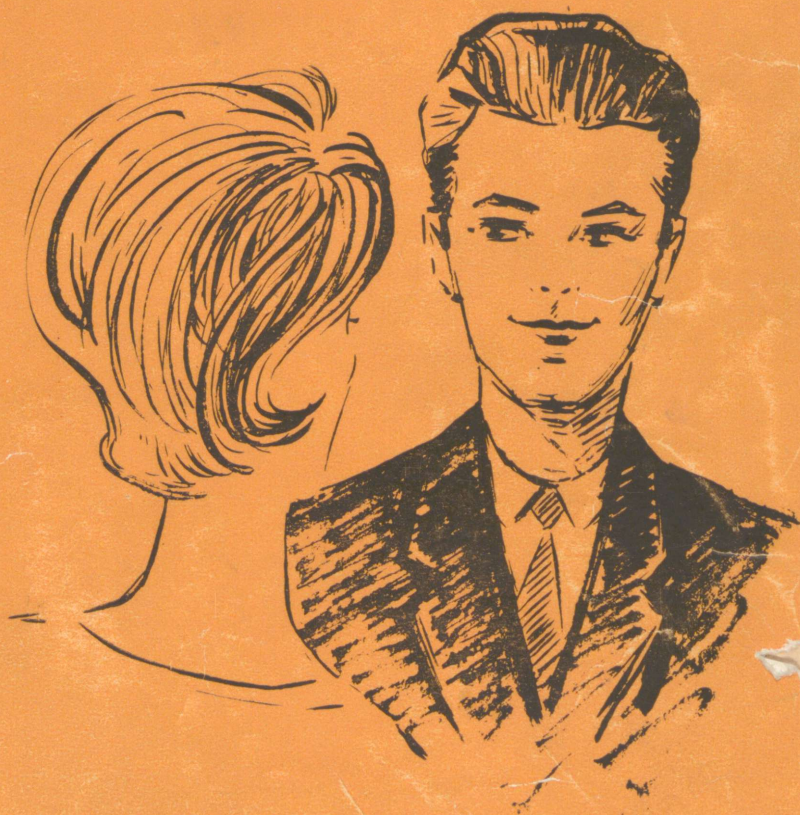


*Heiti Kadastik*

# VESTLUSI NOORUKITELE



A-25592

HEITI KADASTIK

VESTLUSI NOORUKITELE

15.03.63

VABARIIKLIK SANITAARHARIDUSE MAJA  
TARTU 1963

2

Tartu Riikliku Ülikooli  
Raamatukogu  
58931

## SAATEKS

Kaasaeg vajab täisväärtuslikke ja igakülgselt arenenud inimesi. Eriti meie ühiskonnas eeldab kommunismi ülesehitamine mitte üksnes ideeliselt karastatud, vaid ühtlasi mitmekülgselt haritud, sisemiselt õilsaid ja hingeliselt tasakaalukaid isiksusi. Seetõttu on täiesti loomulik, et meie partei ja valitsus pööravad erilist tähelepanu širguva põlvkonna kasvatamisele. NLKP programmis on rõhutatud: «Kommunismile ülemineku perioodil suurenevad võimalused uue inimese kasvatamiseks, kelles harmooniliselt liituvad vaimne rikkus, moraalne puhtus ja kehaline täiuslikkus.»

Perekonna osa noore inimese arenemises on vaieldamatu. Oma esimesed oskused, teadmised, tõekspidamised, kalduvused ja harjumused omandab laps kodus. Põhjendatult pööratakse meil järjest suuremat tähelepanu vanemate vastutusele laste kasvatamisel. Kool on järgmiseks etapiks noore inimese arenguteel. Koolis omandab ta eeskätt teadmisi ja oskusi, samal ajal aga uusi huvisid, harjumusi ja kogemusi. Viimastel aastatel rakendatud muudatused meie koolisüsteemis on aidanud kaasa noorte paremaks ettevalmistamiseks iseisvale elule.

Iga noore elus esineb aga periood, kus tal kerkib tulvana küsimusi ja probleeme, millele ta alati ei saa vastuseid ei kodus ega koolis. See on küpsemisperiood, puberteediiga. Küpsemisiga on inimese vaimse ja kehalise puhkemise, tormilise ümberkujunemise ajaks. Muutuvad nooruki huvid, arusaamine ümbritsevast maailmast, avarduvad suhted kaasinimestega, suuri muu-

tusi tekib inimese enda organismi tegevuses. Kõik see uus endas ja suhetes ümbrusega nõuab lahtimõtestamist, nõuab vastuseid küsimustele, sunnib peale üht-või teistlaadi reageerimist. Vaikimisega neid probleeme olematuks teha ei ole võimalik. Ammendavaid vastuseid ja arukaid lahendusi mitte saades haarab nooruk paratamatult informatsiooni järele kas vanematelt kaastastelt, kollasest kirjandusest või mujalt. Selline informatsioon aga mitte üksnes ei jäta noort inimest ilma vajalikkude ja õigete teadmisteta, vaid võib sageli suunata ta vääradele arusaamadele, ekslikkudele ning ohtlikkudele radadele.

Käesoleva brošüüri eesmärgiks on anda küpsevale roorele inimesele vastuseid peamistele probleemidele, mis tal selles eas kerkivad, ning aidata kaasa õige ja aruka käitumisviisi leidmiseks kõige erinevates situatsioonides. Brošüüri autor, pikaajalise kogemusega psühhiaater, jagab oma nõuandeid noorukeile mitte kuivalt-targutavalt, vaid vanema sõbra vabas vestlusvormis, tuues hulgaliselt näiteid oma arstipraktikast. Elavalt ja haaravalt käsitleb autor ka mitmeid selliseid küsimusi, milledest seni meil avalikult ei ole kõneldud kohatu valehäbi tõttu.

Olen veendunud, et noorukid loevad käesolevat brošüüri suure huviga ning ammutavad siit rohkesti kasulikku, mis aitab neil vältida mõndagi kari nende elu ähel tormilisemal ajajärgul.

Dots. J. SAARMA

## NOORED SOBRADI

Elukevad! Kui palju on sellest kirjutatud, luuletatud, lauldud! Seda aega on aina ülistatud, vanaduses ka tagasi igatsetud. Nüüd te seisate oma seitsmeteistkümne-kaheksateistkümne eluaastaga keset kõige ilusamat aega. Poisikeseiga on möödas, ees seisab tööroõmude-rohke meheiga. Teid ei huvita enam võtme- ega kartuli-püssid, piinlik on tütarlast nüüd näpistada või patsipaelast tõmmata, paberinoolte lennutamine klassis ei paku ka enam õiget lõbu. Need ja paljud muudki poisikesepõlve vallatused on jäädavalt möödunud.

Te olete koolis palju tarkust kogunud, olete muutunud tõsisemaks ja asjalikumaks, võib-olla olete juba isegi jõudnud arvamisele, et kõike õpitavat läheb elus vaja. Kui te veel mõned aastad tagasi arvasite, nagu oleksid teie seisukohad ja soovid igas asjas ainuõiged ja vanemad inimesed teile arusaamatuil põhjusil ei nõustunud kõiges teiega, siis nüüd olete juba kogunud, et kooliteadmiste kõrval on vaja veel midagi — nimelt elutarkust. Selle omandamiseks on vaja veel palju aastaid. Tegelikult õpib ju iga inimene kuni oma elu lõpuni pidevalt midagi uut juurde. Selline on elu seadus.

Kõiki teadmisi elust ei jõua me ammutada ainuüksi oma kogemuste läbi. On hea, kui vanemad inimesed jagavad teile oma elus juba läbiproovitud tõdesid. Siis jääb nii mõnigi kibestumine olemata, teil on kergem orienteeruda olukordades, milles viibite esmakordselt. Teie vanuses on aga neid uudseid tundeid ja olukordi veel küllalt palju. Tärkab armastus, kuid samas kerrib küsimus: mis on armastus? Puhkeb lõkkele kirk ja

jälle mõtlete, kuidas oleks vaja toimida, et hiljem poleks vaja kahetseda. Viibite täiskasvanute seltskonnas ja järsku nagu ei oskagi seal istuda, astuda ega rääkida. Jah, tahate olla kõikjal väga mehine, kuid lõpuks kukub midagi ikka poisikeselikuna välja. Täbar lugu. Kes nüüd aitaks ja õpetaks? Kooliprogrammi on elutarkuse kübemeid siiski ainult tagasihoidlikult mah-  
tunud. Ka oma õpetajatelt te alati ei söanda küsida enam kõike, mis teid nüüd huvitab. Omavanuste sõprade teadmised on paljudes elulistes küsimustes õõnsa-  
võitu, lünklikud ja sageli isegi ebaõiged. Oma vanema-  
tega aga võib-olla peate intiimsetest küsimustest vest-  
lemist ebasobivaks.

Need teie mured teadmiste saamise kohta ei ole midagi erandlikku. Igal normaalsel noorukil kõikides maades tekib küpsemisperioodil palju küsimusi. Nendele vastamiseks on näiteks Poola Rahvavabariigis moodus-  
tatud Poola Teadlike Emade Ühingu poolt kõigis vojevoodkonnakeskustes ja mõnedes väikelinnades eri-  
lised nõuanalad. Nende nn. abieluelse ja perekondliku konsultatsiooni punktide üheks ülesandeks on ka üle-  
minekueas esinevate raskuste kõrvaldamine. Siit saa-  
vad noorukid vastuse kõikidele neid selles eas huvita-  
vatele küsimustele.

Meil, Nõukogude Liidus, ei ole taolisi spetsiaalseid nõuanalaid. Kahjuks ei ole meil avaldatud piisavalt ka vastavat kirjandust, millest te ise võiksite leida teid huvitavate küsimuste käsitlust. Arsti seisukohalt ei saa aga õigeks pidada noorukieas kerkivatest probleemidest vaikides möödumist.

Poolteise aastakümne jooksul psühhiaatrina töötades olen kokku puutunud paljude psüühikahäirete all kannatavate inimestega ning võin oma ja kolleegide tähelepanekute põhjal kinnitada, et õige elukorraldus noorukieas omab suurt tähtsust inimese edasise psüühikalaadi kujunemisele. Paljud neuroosid, reaktiivsed seisundid ja psühhopaatiseerumised oleksid olnud välditavad, kui need inimesed noorukieas oleksid pööranud tähelepanu oma mitmekülgsele arengule, karastanud oma organi-  
smi, oleksid omanud õiget ettekujutust seksuaalelust ja selle kõrvalkäldumistest, oleksid suhtunud tõsisemalt abieluküsimustesse. Seetõttu ma kirjutasingi teile,

noorukid, järgnevad vestlused, et mingil määral selgitada küsimusi, mis teile võivad huvi pakkuda. Mõnedki seisukohad minu vestlustes võivad olla diskuteeritavad, arutage neid siis omavahel, perekonnas, komsomolikoosolekutel ja vajaduse korral pöörduge erapooletu nõuande saamiseks mõne pedagoogi või arsti poole.

### HEITI KADASTIK

Vabariikliku Tartu Kliinilise Psühhoneuroloogilise Haigla  
osakonnajuhataja

## Elu vajab mitmekülgseid noori

Keskkoolis oli mul Lembitu-nimeline klassivend. Väga hea õpilane, klassi «priimus». Tema vihikutes ja tunnistusel olid hinneteks ainult «väga head». Kõikideks tundideks oli ta alati korralikult õppinud. Kui kosmograafia esimene kontrolltöö oli peaaegu kogu klassile üle jõu käivaks, siis Lembit oskas ka selle ainsana klassis kirjutada hindede neli. Ega me teda ei kadestanudki, pidasime Lembitut juba mingiks erandiks. Koolis ta meiega palju ei seltsinud, peale tunde ei näinud teda aga keegi kusagil. Ta õppis, ainult õppis oma koolitükke. Ühe puuduliku hinde oleks ta küll kindlasti saanud, kuid arstid olid ta vabastanud kehalise kasvatuses tundidest. Nii ta siis istus kehaliselt kidurana ja vaimselt tugevana esimeses pingis. Leidus meil õpetajaidki, kes teda seadsid eeskujuks kõikidele teistele õpilastele. Seda eeskujut ei jätkunud meil aga kauaks. Eelviimases klassis jäi Lembit koolist ära. Paar kuud hiljem ühel kevadpäeval seisime kogu klassiga vaikides Lembitu lahtise haua juures. Ta suri tuberkuloosi.

Hoopis teisiti käitus meie klassist Voldemar. Juba esimestest klassidest alates paistis ta silma hea kehalise arenguga. Pallimäng oli tema kirk. Võrkpalliplatsil olid tema «pommelöögid» blokeerimatud ja püüdmatud. 14-aastaselt hakkas ta hinnatud «korvikütina» kaasa mängima kooli võistkonnas, kuhu tavaliselt said eesõiguse ikka vaid viimaste klasside poisid. Suurema osa vabast ajast veetis ta võimlas või staadionil, ja harva pealtvaatajana. Koolidevaheliste spordivõistluste järel öeldi õpetajate poolt ka tema kohta kiitvaid sõnu, muidu aga... Keskkoolis eelviimases klassis avaldus

temas palju «elumehelikkust» ja ta jäi «istuma». Sellest on möödunud nüüd paarkümmend aastat. Voldemar elab ja töötab, oma hariduse kohta kirjutab ankeetidesse ikka «lõpetamata keskharidus».

Nüüd te küsite, milleks sellised näited. Igas koolis on häid ja halbu õpilasi. Oigus, kunagi ei ole kõik õpilased võrdsete võimetega, ühesuguste huvidega. Toodud näited on teatud määral tõepoolest äärmuslikud. Ka meie klassis õppis enamik õpilasi üldiselt hästi, tegeles mõõdukalt spordiga, huvitus kirjandusest, kunstist jne., tähendab, ei olnud ühekülgsed. Ühekülgsus on aga just kasvavale ja arenevale organismile, inimese kehalisele ja vaimsele tervisele kahjulik.

Tänapäeval on iga inimese elu ühiskondlik. Me ei saa endale ette kujutada olukorda, et keegi meist elaks teistest inimestest sõltumata ja teistega suhtlemata. Teistest sõltuvus ei tähenda aga sugugi teiste arvel elamist, vaid vastastikust koostööd, abistamist nii otse- ses kui kaudsemas mõttes. Kaasaja elulaad nõuab aga kõikidelt laialdasi teadmisi, igakülgselt arenenud inimesi. Ainult sellistena suudame täita oma ülesandeid elus. Muidugi pole tänapäeva teaduse arengutaseme juures mõeldav, et üks inimene valdaks kõiki teadus- alasid kaasaegsel tasemel. Mõned sajandid tagasi olid aga teadlased sageli universaalsed. Näiteks Lomonosov (1711—1765) oli füüsik, keemik, tundis meditsiini, jäädvustas oma nime ajaloolasena, kirjandusteadla- sena, kirjanikuna jne. Sel ajal oli enamik teadusharu- sid tänapäevastega võrreldes veel «lapsekingades», paljud teaduslikud distsipliinid aga puudusid üldse. Tänapäeva teaduse saavutustes ja ühiskondlikes küsi- mustes minimaalsemakski orienteerumiseks ei piisa kaugeltki enam algharidusest. Täiuslikuma hariduse saavutamine peaks seetõttu olema iga noore esimeseks eesmärgiks.

Oma hariduse täiendamisele ei tohi keegi käega lüüa. Nooruses me veel alati ei võta õppimist tõsiselt. Teeme seda nagu vanemate meeleheaks või ainult õpetajate nõudmiste-sundimiste järgi. Kui palju kibedat kahet- sust võib aga täiskasvanuna tunda oma puuduliku hari- duse pärast!

Pole vist mõtet pikemalt põhjendada õppimise vajalikkust. Selle tähtsuses iga inimese kogu elukäigu kujunemisele oleme kõik ühel arvamusel. Kuid kas õppimise all mõtleme ainult kooliteadmisi? Kas õpilaste seas nn. raamatukoi nime all tuntud tüüp on kõige elulisem ja eeskujulikum? Vaevalt küll. Selliselt omandatakse paremal juhul küll kõik, mis on õppeprogrammis ette nähtud, kuid need noored jäävad siiski eluvõraks. Meie koolide õppeprogrammides on nüüd tänuväärselt sees ka tootmisõpetus, kuid leidub veel muidu hea õppe-  
edukusega noori, kes püüavad tootmisõpetusest «vii-  
lida», kehalise kasvatuse tundidest vabastust saada jne. Taoline käitumiskaal on kahetsusväärne, sest me ei kasuta siis võimalusi, mida kool pakub meie mitmekülgsuseks muutmisel. Mitmekülgsus — see peab olema noorte arengu põhisuund.

Mitmekülgsuse all ei saa mõista ainult seda, et me koolis õpime kaugelt üle tosina õppeaine. Mitmekülgsus nõuab oma vaimsete ja füüsiliste võimete maksimaalset ja igakülgselt väljaarendamist, üldiselt vajaliku ja oma individuaalsetele huvialadele vastava õppimist, mitmelt erialalt tööskuse algvõtete omandamist.

Koolide ja kultuurimajade juures töötab meil palju mitmesuguseid kunstilise isetegevuse ringe. Nendest ringidest osavõtjate seas ei ole noortest puudu. Leidub aga noori, kes ei võta osa ühestki isetegevuslikust harastusest. Selline passiivsus ei ole millegagi põhjendatud. Kui kardate, et teie hääl ei võimalda laulukoorist osavõttu, võiksite õppida mängima mõnda pilli. Parem hilja kui mitte kunagi! Laulu- või pillimänguõppimine on elus aga kõikjal teretulnud. Näiteringi tööst osavõtt ei tähenda alati seda, et peate kohe mõnes lavastuses kaasa mängima. Sõnakunsti, esinemisõppimise ja -kindlust läheb tänapäeval vaja igal elualal. Rahvatantsud ei ole ainult vanade kommete alalhoidmine, vaid ka siit saab õppida head rühti ja kehahoiakut, tunda rõõmu liikumisest ja kaaslastest. Kui tehnilised ja rakendus-  
sportlikud õpperõngid võtavad juba spetsiifilisema iseloomu, siis fotoasjandusega ja autosportiga tegelemine oleks vajalik ka põhihuvialade kõrval. Kes aga on hakanud aktiivsemalt filatelistikuga või muude kollektsioonidega tegelema, on leidnud endale väga huvitava ja

arendava ajaviite. Muidugi ei ole mõeldav, et te korraga saate osa võtta kõikidest või mitmetestki isetegevusringidest. Valige endale sobiv ja huvitav ala, peasi ärge jääge siin kõrvalseisjaks.

Ma olen küsitlenud paljusid noori ajalehtede lugemise osas. Vastused näitavad noorte ühekülgset. Üldiselt näib, et noormehed jälgivad ajaleheteateid pidevalt kui tütarlapsed. 17—18-aastased noorukid piirduvad aga peamiselt ajalehtedes avaldatud spordisõnumite ja seejärel följetonidega. Välispoliitilistele artiklitele pööratakse siis rohkem tähelepanu, kui on juba üldsust rahunuks tegevaid teateid, näit. sündmused Kariibi mere piirkonnas 1962. a. oktoobris. Vähe olen aga kohanud neid noori, kes loevad pidevalt ajalehtede juhtkirju ja jälgivad sündmusi meie oma kodumaal. Selline noorte tagasihoidlikkus ei ole millegagi vabandav, sest ajaleht annab meile kõige käepärasemalt mitmekülgseid teateid, aitab meid kaasajaga sammu pidada. Ajalehelugemine peaks kujunema iga inimese harjumuseks, vajaduseks.

Enamik noori armastab käia kinos, paraku vähem teatris ja hoopis harva kontsertidel, välja arvatud est-raadikontserdid. Kõik need kultuurse meelelahutuse vormid on aga noortele võrdselt vajalikud. Meil leidub aga noori, kes kinos pole peaaegu ühtegi filmi vahele jätanud, samal ajal pole näinud-kuulnud ühtegi ooperit, balletti ega sümfoonia- või kammerorkestri kontserti. Selline «kinohaigus» ei õigusta end, ka kultuurne meelelahutus peab olema mitmekülgne.

Ega kunstinäitusedki pole mõeldud ainult vanematele inimestele, noorte silmad võivad siin näha samuti palju ilusat ja huvitavat. Huvitavat leidub ka igas muuseumis, kuigi ma olen kuulnud pool naljaks, pool tõeks öeldud lauset: «Ma ei ole veel nii vana, et muuseumi minna!» Selliselt mõtlejail oleks aga õigem enda kohta ütelda: «Ma ei ole veel nii mitmekülgne, et huvituda muuseumist!» Kui esimesel korral astutakse muuseumi end selleks kas või sundides, siis seda ei kahetseta ja esimene kord ei jää kindlasti viimaseks.

Spordivõistlustel ei ole kunagi noortest puudus. Kes on hakanud kord staadionil käima, see sellest niipea ei loobu. Ei taha soovitada, et keegi meie noortest peaks

oma spordihuvi tagasi hoidma, kuid siiski peab hoia-  
tama, et sport ei kujuneks ainsaks huvialaks, mis varju-  
tab kõik muu. Spordiga peab mingil määral aktiivselt  
tegelema iga noor, see on meie kehalise arengu seis-  
konnalt möödapääsmatult vajalik. Kui aga kehalisele  
arengule on avatud «roheline tee» ja vaimsele arengule  
ei pöörata enam üldse tähelepanu, kas saame end pidada  
siis mitmekülgseiks? Sport ei tohi kahjustada õppimist  
ega töötamist, olla eesmärgiks omaette. Nooruses tuleks  
õppida küll kõiki spordialasid, kuid mitte liialdades, vaid  
spordist ja kehalistest harjutustest rõõmu tundes. Kui  
tore on talvises metsas ja mägedes suusatada, ümber  
härmatanud vaikus! Uisuväljakutel on palju kilkamist  
ja naeru, hea on süngi kihutada. Vaevalt kujutame  
endale ette palavat suvepäeva ilma karastava suplu-  
seta. Ujumisoskus on igale inimesele vajalik. Võrkpalli-  
mäng on meil peaaegu üldrahvalik, vaevalt leidub  
noori, kes tahavad jääda siin pealtvaatajaks. Ja matka-  
teed, kas jalgsi või jalgrattal, sõudepaadis või purjekal,  
pakuvad alati palju uut ja huvitavat.

Mõnedki noored arvavad ekslikult, et kui sportida,  
siis juba selleks, et saavutada rekordeid. Rekordid ei  
tohiks siiski olla omaette eesmärgiks, vaid üldise har-  
moonilise vaimsete ja füüsiliste võimete arendamise  
loomulikuks tagajärjeks. Siis on välistatud ka võima-  
lus, millal rekordite tagaajamine võib tervisele kahjuli-  
kult mõjuda.

Juhtub ka nii, et saavutades kord mõnel spordialal  
silmapaistvaid tulemusi, kuuldes enda kohta kõikjalt  
kiitvaid hinnanguid, satutakse suuruseuima ja peetakse  
end juba igati ühiskondlikku positsiooni omavaks ini-  
meseks. Selles lootuses jäetakse unarusse enda edasi-  
arendamine, käitatakse teiste suhtes üleolevalt ja luba-  
takse endale muidki ebasündsaid käitumismaneere.  
Lõpuks ei ole sellisest noorest enam mingit esindus-  
likku sportlast ja tema ühiskonnakasulikkus seisab  
suure küsimärgi all. Ekslik oleks mõnede sportlaste  
sellise käitumise korral süüdistada sporti kui niisugust.  
Tuleb vaid rõhutada, et tagasihoidlikkus oma saavu-  
tuste üle on vooruseks ka kõikidele sportlastele. Uhkus  
ajab upakile!

Noortele meeldivad lõbusad meelelahutused ja nii see

peabki olema, vastupidine oleks ebanormaalne. Ainult usukultused hoiavad oma ohvreid eemal «ilmalikest» lõbudest. Kahju on nendest noortest, kes usureeglite järgi elades piiravad oma mitmekülgse arengu võimalusi. Varem või hiljem saavad nad niikuinii aru oma ekslikust ellusuhtumisest ja kahetsevad siis, kui paljust pidid nad oma nooruses ilma jääma. Kuid praegu ei jaga me nõuandeid usklikele, vaid terve vaimuga nõukogude noortele. Ja siit teile küsimus: kas te oskate kõik korrektselt tantsida? Kui veel mitte, siis kindlasti õppige! Ilma rahuldava tantsuoskusega on kaasajal seltskondlik suhtlemine üpris raske. Mingisugune lodev lõnksumine või ülemeelik rabelemine tantsupõrandal muusikarütmis muidugi ei asenda tantsuoskust.

Igapäevane elu toob meile tulvana uusi muljeid, palju uusi tutvusi, mitmesuguseid erinevaid olukordi. Kõiges selles orienteerumiseks peame olema taiplikud, uute olukordadega kiiresti kohanema ja ootamatustele õigesti reageerima. Selleks peab meie närvisüsteem olema hästi treenitud ja karastatud. Närvisüsteemi tugevdamiseks on vajalik kasvades omandada mitmekülgseid teadmisi ja oskusi. Ühekülgsus võib tulla ainult kahjuks ja selliseid näiteid, milledega ma alustasin oma vestlust, ei või seada kellelegi eeskujuks. Muidugi on teil igalühel oma erihuvid ja ideaalid, millede eelisarendut tuleb soodustada, kuid ka kõige kitsamale erialale spetsialiseerudes on vaja omada üldist laialdast silmaringi.

## Hoidugem tervist kahjustavatest harjumustest!

Igal inimesel tekib elu jooksul palju mitmesuguseid kalduvusi, harjumusi ja moraalseid tõekspidamisi, mis kõik koos pärilike omadustega moodustavad inimese iseloomu ja väljenduvad tema käitumisviisides. Loomulikult tahab iga normaalne inimene elada selliselt, et ta tervis ja töövõime püsiks kõrge vanaduseni, et ta käitumine oleks kaasinimestele vastuvõetav ja meeldiv. Kuid kas kõik meie harjumustest teenivad alati seda eesmärki? Kaugeltki mitte. Igal inimesel on nii negatiivseid kui ka positiivseid harjumusi. Lisaks on veel väga palju vähemtähtsaid harjumusi, mida võiksime nimetada neutraalseteks, sest need ei too meie tervisele ega sotsiaalsele heaolule otsest kahju, kuid ka mingit kasu neist ei ole. Tavaliselt ei märka inimene enda juures selliseid üleliigseid otstarbetuid harjumusi, kuid teiste juures torkavad need teravalt silma. Nii näiteks kasutavad paljud inimesed kõnes sageli mittemidagiütlevaid sõnu «tead», «kuule», «nii-öelda», «eks ju» jne. või siis kinnitavad igat oma lauset mõne vandesõnaga. Selle kohta ütleb tähelepanelikum kõrvalseisja, et teatud inimesel on taoline rumal kõneviis, harjumus niiviisi rääkida, kuid midagi ebaharilikku selles tavaliselt ei leita. Paljudel inimestel on rida otstarbetuid liigutusi saanud harjumuseks, näiteks sõrmedega lauale trummeldamine, kellarihma kohendamine, prillidega mängimine, käte taskus hoidmine, jalutades kepiga vehkimine, kaasvestleja nõobist haaramine jne. Kõik sellised harjumused näivad tühistena, kuid igatahes näitavad nad inimese enesekontrolli puudulikkust ja ennem vähendavad kui suurendavad selle inimese meeldivust.

Hoopis tähtsamad on aga need harjumused, mis otseselt või kaudselt avaldavad mõju inimese tervisele ja tema käitumisele kaasinimestega. Positiivseid harjumusi on väga palju ja nende osatähtsus inimese tervise ja heaolu kindlustamisel väga mitmesugune.

Iga inimese esmaseks vajaduseks ja kohustuseks ühiskonna vastu on töötamine. See vajadus peab juba varasest noorusest kujunema harjumuseks. Me peame täiesti ebanormaalseks sellist olukorda, kui terve inimene ei tööta. Kui aga kujutaksime endale siiski ette võimalust, et jätame noore ja terve inimese kestmaks ajaks ilma tööta, kas see oleks siis kasuks selle inimese tervisele? Kindlasti mitte. Selline inimene hääbub nii vaimselt kui ka füüsiliselt ja lõpuks ta otsib endale ikka mingit tegevust, sest täielikku jõudeolekut ei suuda ükski terve mõistusega inimene kestmalt taluda. Kui aga inimene ei ole harjunud otstarbeka tegevusega, on võõrdunud tööst, siis võib tema teotähe areneda suunas, mis on kahjuks tema enda tervisele ja kogu ühiskonna heaolule.

Isikliku hügieeni seisukohalt on möödapääsmatult vajalik, et igal inimesel oleks harjumuseks vähemalt kord päevas puhastada hambaid, enne sööki pesta käsi, õhtuti pesta jalgu, kord nädalas käia saunas või vannis jne.

Enamikul inimestel ongi sellised harjumused sügavalt juurdunud ja kui mingil põhjusel, näiteks komanderingul viibides, ei saa ta oma harjumuste kohaselt talitada, tunnevad nad end ebamugavalt. Oma organismi karastamine, näiteks hommikuvõimlemine, õhtused jalutuskäigud, suvel ujumine, talvel suusatamine jne., on paljudele inimestele igapäevaseks kasulikuks harjumuseks. Kindlad magamaheitmise ja ärkamisajad on samuti ka harjumuseks, ja inimestel, kellel sellekohast harjumust ei ole kujunenud, võivad kergemini hakata esinema unehäired. Igal inimesel avalduvad ka igapäevase töö juures mitmesugused harjumused, milledest ühed suurendavad töö produktiivsust, teised aga on asjatuks energia kulutamiseks.

Kõige ilmekamalt avalduvad inimeste erinevad harjumused nende vaba aja sisustamisel. Me kõik oleme kohanud inimesi, kes igal vabal hetkel tahavad lahen-

dada ristsõnamõistatusi, mängida malet, lugeda raamatut, vaielda mõne teadusliku probleemi üle jne., vabadel õhtutel käia kinos, teatris, isetegevusringides jne. Need on kõik head harjumused, sest nad arendavad inimese mõttekäiku, tema teadmiste tagavara, annavad uusi muljeid ja kogemusi. Muidugi, kui üks harjumus varjutab kõik teised tegevusalad, võib inimene jääda ühekülgsesks. Tavaliselt aga vaimsete huvidega inimene oskab suunata oma tegevust mitmekülgssele enesetäiendamisele. Ka kirk kalastada, jahil käia, matkata ning üldse kehakultuuri ja spordiga tegelda ei ole midagi muud kui tore harjumus.

Harjumused kujutavad füsioloogiliselt endast dünaamilist stereotüüpi peaaegu suurte poolkerade koos ja uusi seoseid on siin kergem luua kui juba olemasolevaid ümber kujundada. Mitmesuguse tegevuse harjumuseks kujunemise kiirus on erinev. Ühed käitumisvormid kujunevad harjumuseks juba mõnekordse kordamise järele ja ilma teadliku suunamiseta. Teised harjumused seevastu kujunevad aga väga visalt, kuigi neid teatakse ise või teiste poolt juurutada. Veelgi raskem, kuid sugugi mitte võimatu, on juba väljakujunenud harjumustest vabanemine.

Paljud harjumused kujunevad välja varases lapsepõlves. Väga tähtis on õige kasvatusesega, hiljem aga enesekasvatuse ja -kontrolliga, suunata positiivsete harjumuste teket ning vältida negatiivsete harjumuste kujunemist. Sellele küsimusele pööratakse pahatihti tähelepanu aga suure hiline misega ja negatiivseid harjumusi märgatakse alles siis, kui nad on muutunud juba küllalt püsivateks. Võtame näiteks näiliselt süütu harjumuse — õhtuti voodis lugemise. Ka mitmed noorukid, eriti aga vanemad inimesed, armastavad õhtuti enne uinumist voodis lamades lugeda juturaamatuid, mis sageli kestab kaugelt üle südaöö. Algul peetakse seda kultuurseks ajaviiteks, siis tekib vajadus enne uinumist veel lugeda ja lõpuks, kui on tekkinud unehäired, täidetakse oma aega selle harjumusega. Tuleb aga silmas pidada, et uni on organismi töövõime säilitamiseks absoluutselt vajalik ja uneaega ei või raisata ühelegi teisele tegevusele. Inimesed, kes töötavad öösistes vahe-

tustes, peavad päeval täielikult rahuldama oma une-  
jaduse. Kestev mittepiisav magamine nõrgestab eriti  
meie närvisüsteemi ja selle tulemuseks on töövõime lan-  
gus ning suurenenud vastuvõtlikkus haigustele. In-  
mene magab oma elust maha ühe kolmandiku, kuid see  
on vajalik, et suudaksime ülejäänud kahte kolmandikku  
elada täisväärtuslikult.

Palju eksitakse unerežiimi vastu sünnipäevade ja  
muude perekondlike tähtpäevade tähistamisel, mida  
harjumuste kohaselt alustatakse ikka õhtuti ja lõpetat-  
takse mõnigi kord alles varahommikul. Ööline üleval-  
olek ilma järgneva küllaldase puhkusega kahjustab juba  
ise organismi, ja kui seejuures on tarvitatud veel alko-  
hoolseid jooke, on kahjustus veelgi suurem.

Alkoholi tarvitamine on tegelikult üks halvadest ter-  
vist kahjustavatest harjumustest. Laialt on levinud  
arvamine, et perekondlikke ja muid tähtpäevi ilma viina  
või veinita peolaual ei saagi tähistada. Peetakse eba-  
kohaseks, kui ei võeta tervisnapsu, ei lööda klaase  
kokku. Esineb ka juhtumeid, kus koolipoisid või noor-  
töölised kokku tulevad, joomapidusid korraldavad, seal  
üksteist jõhkruste ja tooruste poolest üle trumbata  
püüavad, vastastikku üksteist purju jooma õhutavad ja  
arvavad siis, et on käitunud mehiselt. Leidub isegi noor-  
mehi, kes oma purjusolekuga hooplevad ja ei taipagi, et  
on toiminud hoopis häbiväärsest. Purju võib juua end-  
vaid see inimene, kes ei taha või ei oska säilitada oma  
väärikust. Kuulus kirjanik Lion Feuchtwanger oma  
romaanis «Goya», käsitledes XVIII sajandi lõpuaastaid  
kirjutas: «Purjusolekut peeti hispaanlaste juures põlas-  
tusväärseks, see võttis inimeselt tema väärikuse.»

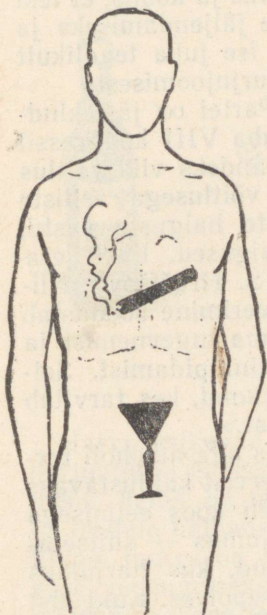
Kui isegi feodaalsuhete ajal peeti purjusolekut põlas-  
tusväärseks, kuidas on see siis talutav sotsialistlikus  
ühiskonnas? Alkoholi liigtarvitamine on nõukogude  
inimesele, kes endast vähegi lugu peab, vastuvõetamatu  
komme. Kuid siiski leidub meil veel inimesi, kellel on  
harjumuseks igal võimalusel kuni purjusolekuni alko-  
hoolseid jooke tarvitada, ja lõpuks see harjumus muutub  
haiguseks — krooniliseks alkoholismiks. Meditsiinis  
valitseb profülaktiline suund, see tähendab, et haigusi  
on kergem vältida kui ravida. Sama põhimõtte kehtib ka  
harjumuste kohta. Võitlus alkoholismi vastu algab

lapse- ja noorukieas. Pole ju ükski kroonilistest alkohoolikutest selliseks sündinud, oma esimese viinapitsi on nad sageli aga küllalt noorelt tühjendanud. Mida kauem suudab noormees täielikult hoiduda alkoholist, seda kindlamad on väljavaated heale tervisele. Mõnes perekonnas peetakse sobivaks, et 16—17-aastased või veelgi nooremad joovad täiskasvanutega vähemalt tervisnapsud kaasa. Siit võib vanemate enda pahaaimamata tegude tagajärjel saada alguse harjumus alkoholi tarvitamiseks ka noorukite omavahelistel peoõhtutel. Algul on selline harjumus vaid mitmesuguste koosviibimiste ajal, siis muutub see harjumuseks nädalalõppude puhul ja lõpuks ei osatagi oma vaba aega teisiti sisustada kui õllekannu või viinapudeli juures istumisega.

Halb tõekspidamine on mõnedel vanematel töolistel, kes mõjustavad äsja tööle tulnud noorukeid nende esimesel palgapäeval kaastöötajatele nn. välja tegema. Noored, ärge unustage oma väärikust, jätkugu teil enesekindlust ütelda «ei» kõikidele, kes kutsuvad teid jooma või pakuvad teile alkoholi! Muidu võib kergesti alguse saada harjumus palgapäeviti napsutada, mis nii mõnegi noortöölise on paari aastaga muutnud krooniliseks alkohoolikuks. Ekslik oleks arvata, nagu võiks krooniline alkoholism tekkida ainult vanemas eas. Me oleme haiglates korduvalt ravinud ka 19—20-aastasi noormehi, kellel mõne aastaga on juba välja kujunenud krooniline alkoholism.

Alkoholi, peamiselt selle liigtarvitamise kahjulikkusest on meil viimastel aastatel palju räägitud ja kirjutatud. Iga noor peaks süvenenult läbi lugema mõne nendest brošüüridest. Eriti kahjulikult mõjub alkohol just noorukieas, organismi kasvuperioodis. Siiski arvavad mõned noorukid, et nende organism on niivõrd tugev ja nad taluvad palju rohkem alkoholi kui vanad viinamehed. Alguses on see näiliselt tõesti nii, kuid seda ainult näiliselt. Alkoholiga harjunud inimestel on alkoholi imendumine maos ja soolkanalis kiirem, seda eriti tühja kõhu puhul, kiiremini tõuseb alkoholi kontsentratsioon veres ja kiiremini avaldub joove. Kui alkoholiga harjumata nooruk joo koos juba alkoholiga harjunud täiskasvanutega, siis võtab ta tavaliselt ikka

iga napsu peale suupistet, millest viinamehed sageli loobuvad. Et noorukil alkoholi imendumine on üldse aeglasem, siis avalduvad tal esimesed joobetunnused aeglasemalt kui staažiga napsumeestel. Kui nüüd jätkatakse koos joomist, püsib alkoholiga harjunud inimene ühetaolises, võib-olla isegi mitte tugevas joobes,



*Algus...*



*...ja lõpp.*

nooruk aga saab varsti ägeda mürgistuse, hakkab oksesele, ei saa enam sirgelt seista ega käia, kontroll oma tegude üle kaob. Seega viivitub noorukitel esialgu küll alkoholi joobe teke, kuid ta tekib ikkagi ja palju ägedama mürgistuspildiga kui alkoholiga harjunud inimestel. See alkoholijoobesse aeglasem jäämine ei ole mingi erandlik suurenenud alkoholi taluvus, mille üle mõned noorukid rumalat uhkusetunnet tunnevad, vaid normaalne füsioloogiline nähtus.

Meie kõikide ülesandeks on võidelda alkoholi tarvitamise harjumuseks kujunemise vastu, sest selle harjumuse taga varitseb suur oht — alkoholi liigtarvitamine, krooniline alkoholism kõikide oma komplikatsioonidega. Kui kogu ühiskond vaatab purjus inimestele halvaks-panu ja häbistamisega, kui lapsed leiavad samasugust suhtumist purjus inimestesse ka kodus ja koolis, ei teki neil mingit tahtmist purjus inimese jäljendamiseks ja kasvades suuremaks hoiduvad nad ise juba teadlikult alkoholi tarvitamisest, igal juhul purjujoomisest.

Nõukogude Liidu Kommunistlik Partei on järjekindlalt võidelnud alkoholismi vastu. Juba VIII kongressil 1919. aastal seadis partei oma ülesandeks viia võitlus alkoholismi vastu ühele tasemele võitlusega selliste kapitalistliku ühiskonna sotsiaalsete haiguste vastu, nagu seda on tuberkuloos ja suguhaigused. Partei erakorralisel, XXI kongressil ütles N. S. Hruštšov: «Nii-suguse igandi, nagu joomine, likvideerimine soodustab inimeste tervise paranemist, perekonna tugevnemist ja ühiskondliku käitumise normidest kinnipidamist. Sellest saab kasu nii riik kui ka elanikkond, kes tarvitab siis rohkem magusat ja vähem kibedat.»

Alkoholi liigtarvitamine, noorukieas aga alkoholi tarvitamine üldse, on kõige raskemini tervist kahjustavaks harjumuseks. Selle kõrval võib sageli koos eelmisega esineda teine tervisele kahjulik harjumus — suitsetamine. Senini ei ole harulduseks juhud, kus harjumus suitsetada on saanud alguse poisikesepõlves. Kuid just lapsed ja noorukid on eriti tundlikud tubakas leiduva nikotiini kahjustava toime suhtes. Nende üldine kehaline areng võib pidurduda, mälu ja tähelepanu nõrgenemise tõttu langeb suitsetavatel noorukitel õppeedukus, spordivõistlustel avaldub neil kiiruse ja vastupidavuse langus jne. Et suitsetamine soodustab noorukitel enneaegset sugulist arenemist, on avatud soodsamad arenguvõimalused veel ühele halvale harjumusele — ebaloomulikul viisil end seksuaalselt rahuldada.

Mitmed noorukid arvavad, et alkoholi tarvitamise ja suitsetamisega näitavad nad end mehistena, astuvad sellega välja poisikesepõlvest. Keda te sellega petate? Ainult iseennast. Iga täiskasvanu vaatab suitsetavale või purjus noorukile halvaks-panuga. Veelgi õigem

oleks, kui iga täiskasvanu, samuti aga ka teie eakaas-  
lased, kutsuksid aktiivselt korrale neid mehehakatusi,  
kes suitsu või viinaga on püüdnud end «meheks» muuta.  
Ma ei poolda kehalisi karistusi, kuid nähes alaealisi  
avalikult suitsetamas või alkoholihoobes, tuleb alati  
mõte vitsale, mis siin oleks omal kohal.



«Üleminekuiga»

Harva esinevad tervisele kahjulikud ja ebasüüdsad  
harjumused isoleeritult. Sagedasemad on juhud, et ini-  
mene, kellel on tekkinud üks pahe, kaldub kergemini  
ka teistele halbadele harjumustele. Kui mõne kollektiivi  
liikme juures on avaldunud mingi ebasoovitava tege-  
vuse harjumuseks kujunemise jooned, tuleb kõikide  
mõjustusvahenditega selle vastu võidelda, mitte aga  
oodata, kuni halb harjumus süveneb või sellele lisandu-  
vad uued. Juba väljakujunenud harjumuste jõud on  
suur, kuid mitte kunagi purustamatu. Iga terve vai-  
muga kollektiivi jõud on alati suurem ja kui omatakse  
tähelepanelikkust ja heatahtlikkust oma kaaslaste suhtes,  
võime vältida ning kaotada kõiki neid harjumusi,  
mis kahjustavad mõne kollektiivi liikme tervist ja hea-  
olu. Alati ei ole see ülesanne küll kerge, nõuab kannat-  
likkust ja järjekindlust, kuid kogu meie ühiskonna huvi-  
des on see vajalik ja seda tuleb kindlasti teha.

## Kilde käitumiskultuurist

Kaasajal ei ole mõeldav, et mõni inimene elaks erakuna, ilma kokkupuutumisteta teiste inimestega. Kogu meie elu on tihedas kontaktis väga paljude sõprade, tuttavate ja hoopis võõrastega. Iga inimene jätab endast meile mingi mulje, kuid samuti saavad ka kõik teised meist mingi arvamuse. Me kõik soovime, et need vastastikused muljed oleksid head. Hea on elada, kui sind ümbritsevad meeldivad inimesed. Nii peaks see olema koolis, tööl, samuti aga vaba aja veetmisel. Kui kooli- ja töökaaslasi ei saa me ise valida, siis oma vaba aega püüame veeta ikka seltskonnas, mis on meile kõige enam vastuvõetav. Kuidas aga olla ja käituda, et me ise teistele ei mõjuks häirivalt ja oleksime heaks kaaslaseks?

Me teame, et väga harva võime kohata kahte täpselt ühesuguse välimusega inimest. Võimatu on aga leida kahte täpselt ühesuguse iseloomuga, huvialadega ja käitumisladiga inimest. Mingisugused isikupäraseid erinevused on iga inimese psüühikas. Isiku omapära positiivseid jooni tuleb säilitada ja arendada, see rikastab ka kõiki teisi. Seetõttu ei saa püstitada teistele vastuvõetavuse ja meeldivuse seisukohalt mingit standardit, musterinimese tüüpi. Me võime ainult rääkida kõige üldisematest joontest, mis isikupärasust riivamata tõstavad või vähendavad meeldivust.

Elementaarseid viisakusreegleid te kindlasti kõik teate. Seetõttu ei puuduta ma selles vestluses küsimusi, kuidas tervitada, trammis ja autobussis teistele kohta pakkuda, trepil liikuda, söögilauas nuga ja kahvit käsitseda jne. Peatuksin vaid mõnedel küsimustel, mis

mulle on noorte käitumises silma hakanud ja mis teile võivad huvi pakkuda.

Kas tahaksite viibida koos noormehega, kes vestleb küll väga huvitavalt spordist, samal ajal lehkab tema suu pesemata hammastest, küüned on pikad ja «leinarantidega», juuksed pole paaril kuul tundnud juuksuri abistavat kätt ja jalgade higihais kõrvetab teie nina? Kui lisandame siia veel võidunud särgikaeluse ja puhastamata kingad, on eemaletõukava noormehe portree valmis.

Elementaarsete puhtusenõuete täitmine on kõige esimeseks tingimuseks meeldivuse taotlemisel. Ükski kõrvalekaldumine selles suhtes ei ole andestatav. Välimuselt musta, rämpase ja lohaka inimesega ei taha keegi koos viibida. Ja vaevalt leiame me korrastamata välimuse all ka haritud hingeelu. Tavaliselt on siin halvast mõttes olemas vormi ja sisu ühtsus.

Oma välimuse eest hoolitsemine ei paku kellelegi raskusi, kui selleks on juba lapsepõlvest peale seesmine vajadus. Kui aga kodunt ei ole saadud kaasa tungi puhutuse järele, tuleb seda ise endale kasvatada. Sallimatus mustuse ja korratuse vastu kaunistab igat nõukogude inimest kõikjal, igas olukorras. Pikemalt me siin isiklikust hügieenist juttu ei tee, lisame vaid, et pressimata pükses ja poristes kingades ärge kunagi kodust lahkuge ning puhas taskurätt võetakse ka siis kaasa, kui po.egi nohu. Oma pükse pressib aga iga noormees loomulikult ise, samuti seob iga kord uue lipsusõlme. Peegli ees peatuvad pikemalt tavaliselt tütarlapsed, noormehed veenduvad hetkelise pilguga peeglist, et nende välimus on korras. Olenevalt moejoonest võib ainult pintsakul jääda ülemine või alumine nööp avatuks, kõikidel teistel riietusesemetel näitab avatud nööp ainult lohakust. Lõhnaõliga puutub noormees kokku peamiselt vaid siis, kui kingib seda tütarlapsele. Sellest aga ei tohiks talle endale juurde jääda mingit tugevamat lõhna.

Välimuse osatähtsust inimese väärtuse määramisel ei või aga ülehinnata. Inimese väärtus ei seisne tema rõivastes, vaid hingelistes omadustes ja teadmistes. Kui viimastes esineb puudujäärke, ei paranda seda viga

ühegi moe järgi riietumine. Paraku leidub meil veel noormehi, kes püüavad igat uut moejoont täpselt järgida, arvestamata antud moe individuaalset sobivust neile või otstarbekust. Mood ei tohi olla mõttetu järeleahvimine, see oleks moe labastamine. Kas arvasid need noormehed, kes Texase-moodi laiade palistuste, läikivate metallnööpide-needide ja tõmblukkudega tööpükstes käisid peol, et neid peetakse nüüd ülimumoodsateks kultuurinimesteks? Kriitikata kummardamine kõige selle ees, mis kannab silti «Made in Välismaa», ei ole nõukogude inimesele tüüpiline. Sellele teele võivad kalduda ainult seesmiselt tühjad kõlupead, kes oma käitumisega on ära teeninud halvustava nime — lõngused. Lõnguslikkus kui riietumises silmatorkava liialduse, eriti aga selle taga peituva seesmise tühjuse vastu peame me kõik võitlema. Mingit alust ega õigust ei ole meil aga lõngustega ühte ritta panna noormehi, kes cskavad valitsevast moejoonest leida endale ilma liialdusteta sobivat ja otstarbekat. Kui moes on kitsad püksid, siis vanamceliste laiade laperdavate meremehepükstega vaevalt keegi leiab poolehoidu. Moest mahakäinud rietusviis on teine äärmus, millega end tehakse naeruväärseks. Meil ei ole vaja loota ainult läänest tulevatele moejoontele, meie inimestele on need sageli vastuvõetamatudki. Meil ilmub omalgi küllaldaselt moežurnaale. Tavaliselt huvituvad neist rohkem naised, kuid aeg-ajalt peaksid ka noormehed sinna pilku heitma.

Noortele inimestele pakub sageli raskusi sobiva vestlusteema valik seltskonnas, kus on palju võõraid või vähetuttavaid inimesi. Siis tuntakse nagu piinlikkustki vaikimise pärast, otsitakse jutuotsa siit ja sealt, räägitakse ilmast jne., kuid vabasse, sundimatusse vestlusesse on raske laskuda. Kui seltskonnas on vanemaid inimesi, ei ole ühelgi noorel põhjust vaikimise pärast muretseda. Juttu peaksid alustama vanemad. Kui teid aga kõnetatakse, ärge kohmetuge, vastake julgelt ja vabalt. Halb on, kui väljendate oma mõtteid vaikselt pobisedes, nii et kaasvestleja teid ei kuule. Veelgi halvem, lausa näotu, on aga teistest üle karjuda.

Kui alustate omavanuste seas ise vestlust, siis rääkige ainult asjadest, mis pakuvad teistele huvi. Heaks

kaaslaseks olete siis, kui oskate huvitavalt vestelda või, mis veelgi tähtsam, olla huvitatud kuulajaks teistele.

Mõne sõnaga tahaks siinkohal peatuda anekdootidel. Anekdoot on huvitav, üllatav, koomilise või pikantse sisuga looke. Sageli on rahvasuus olnud liikvel anekdootte valitsejate ja riigijuhtide kohta. Eriti palju anekdootte oli liikvel Saksa okupatsiooni ajal tookordsete võimukandjate kohta, millega rahvas avaldas siis oma mahasurutud protesti, naeruvääristades valitsejaid. Ka pikantsete anekdootide osas on arvamusi, et inimesed, kellele meeldib neid rääkida, ei oma isiklikus elus õnne, on kadedad teistele ja tunnevad rahuldust intiimsetest küsimustest hästi «soolaselt» ja rõvedalt rääkides. Nii või teisiti, noorte vestlusteemaks ei sobi üheski seltskonnas labased anekdoodid. Sellised anekdoodid näitavad, et nende rääkija ei ole mingi kangelane, vaid armetu ja tühine inimene.

Sageli kerkib küsimus, kas võõra tütarlapsena tantsides noormees peab kindlasti alustama ka vestlust või võib kogu tantsu aja vaikida, ennast isegi esitlemata. Mõlemad võimalused on lubatud, kuid lubamatu on jätta tütarlast tantsu eest tänamata.

Nüüd aga tantsust natuke pikemalt.

Kas iga noormees peab õppima tantsima? Kui puuduvad kehalised defektid, mis takistavad tantsimist, siis peab iga noormees õppima tantsima. See on oskus, mida elus läheb alati vaja. Vanemas eas tantsuoskust omandades ei saavutata enam seda osavust ja nõtkust, mida noorpõlves tantsimist alustades. Tänapäeval on tants aga seltskondlikus suhtlemises möödapäasmatu. Ja seltskondlikust suhtlemisest võtab osa ju iga inimene.

Leidub noorukeid, kes häbenevad nii lähedast kokku puudet tüfarlastega, nagu see esineb paaritantsude puhul. Teised seevastu suhtuvad tantsusse üleolevalt, ei taha end «alandada» muusika taktis keerlejate tase-mele, peavad tantsimist sisutuks, kasutuks ajaraiskamiseks. Kolmandaid hoiab tantsupõrandast eemale alaväärsustunne, nad kardavad, et tantsivad kohmakalt ja saamatult, kujutlevad end siis teistele naeruväärsetena. Ükski põhjus ei ole aga küllaldane tantsimisest hoidumiseks ja iga mees, kes ei ole noorpõlves

õppinud tantsima, on seda vanemas eas kindlasti kor-  
duvalt kahetsenud. Kui näiteks 40-aastaselt võõrkeelte  
tundides käimises ei leia keegi midagi iseäralikku, siis  
samas eas tantsutundide võtmine paneb mõnegi kõrval-  
seisja muigama.

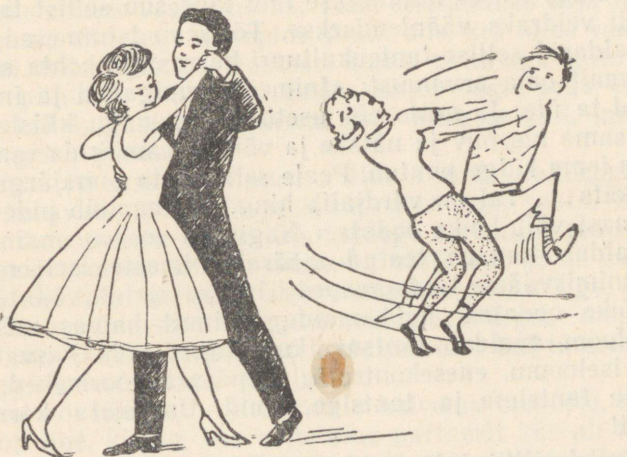
Tantsimine ei tohi aga kujuneda mingiks tükitööks,  
vaid ta peab valmistama meile rõõmu ja lõbu. Jälgides  
kultuurimajades tantsivate noormeeste näoilmet, tundub  
aga mõnikord, et tantsiv noormees on kaugel heast  
rahulolutundest, rääkimata lõbust, mida tants peaks  
talle pakkuma. Kuhu kadus naeratus?

Miks inimesed, eriti aga noored, armastavad tant-  
sida? Põhjusi on siin mitu. Tantsimine on liikumine.  
Seltskonnas, kus on juba küllalt istunud, tekib igal  
inimesel vajadus liikumise järele. Vaevalt hakkaks  
keegi oma liikumisvajaduse rahuldamiseks tubades või  
saalides sihitult ringi jooksma. Tantsimine võimaldab  
meile aga saada rõõmu liikumisest. Samal ajal on tant-  
simine kehaline treening, mis harjutab meie nõtkust,  
rühikat hoiakut ja liigutuste elegantsust. Heale tant-  
sijale jäävad need jooned juurde ka väljaspool tantsu-  
põrandat.

Tantsides me tunneme rõõmu vastassoo lähedusest  
ja seda peaaegu kõikide oma meeltega. Tantsupartneri  
alluvus või mittealluvus teie tantsujuhtimisele võimal-  
dab teatud määral isegi tundma õppida partneri ise-  
loomu, tema rütmitunnet, käitumismaneere. Tants on  
tegevuseks, mis võimaldab noortel vastastikku tutvuda.  
Võib ju paluda tantsima täiesti võõrast tütarlast ja  
keegi ei pane seda pahaks. Kui aga hakkate kõnetama  
tänaval tutvuse sobitamiseks võõrast naisterahvast, vaa-  
datakse teile kindlasti põlastusega.

Tantsu ja tantsu vahel on aga vahe. Kõik hea kehtib  
tantsu kohta ainult siis, kui tantsitakse korrektselt,  
elegantselt, mitte aga siis, kui tants muutub mingiks  
metsikuks rabelemiseks, tõuklemiseks, vigurdamiseks,  
kui tantsumuusikast kaob meloodia ja jääb järele  
ainult rahutult ratsutav rütm ja müra. Kõrvalseisjatel  
on seda halb pealt vaadata ja tantsijad on ise kaugel  
sellest, et tantsust rõõmu turda. Taoliste liialduste  
vastu pidi sõna võtma isegi meie partei ja valitsuse  
juht N. S. Hruštšov, kes kohtumisel kirjandus- ja

kunstitegelastega ütles: «See aga, mida tänapäeva moodsateks tantsudeks nimetatakse, on lihtsalt mingi ebasüüdsus, meeletus, kurat teab mis! Räägitakse, et sellist ebasüüdsust võib näha ainult kargajate usu- lahu kogunemistel.»



*Kuidas tantsida?  
Kas nii? Või nii?*

Vilis Lācis oma viimases romaanis «Pärast äikest» kirjeldab «moodsa» tantsumaneeri harrastajaid järgnevalt: «Tõtt öelda polnud seal midagi erilist: Manfred ja Erika tantsisid ainult kuidagi erinevalt ja ebaharilikult — mitte nõnda nagu teised. See oli kõik. Ning veel see, et nad tantsisid kõiki tantse peaaegu ühtemoodi, ükskõik, oli see siis fokstrott, valss, tango või polka, ainult mõnikord kiiremini, mõnikord aeglasmalt, olenevalt muusika rütmist ja tempost. Oma olemuselt oli see üks ja sama tants, mida võib nimetada lõngutamiseks: tantsijatest olenes vaid see, kui hästi ja leidlikult nad ühtesid ja samu liigutusi varieerida oskasid. Taoti tammusid nad kohal, taoti kooldus Manfred, kasutades ära oma pika kasvu eelseid, istejoones kaugele taha ja väänles otsekui poolkükakil hüvakule ja vasakule: ajas siis enese jälle sirgu, kallutas keha

ülaosa ja pea taha, ja sooritas õlgadega mõlemale poole lainjaid pööranguid. Hetketi meenutas ta rätsepat, kes uut ülikonda või palitut proovides keerab oma klienti ja igast küljest vaatleb, kuidas uus rõivas istub.»

Samas teoses hinnatakse läbi lapsesuu sellist tantsu «nii veidraks väänlemiseks». Tõsisemad inimesed aga avaldasid sellise tantsukultuuri harrastaja kohta sügavamalt oma arvamust: «Inimesed muigavad ja irvitavad ta üle. Ja mitte põhjusega. Ta on nagu kliister — niisama kleepuv ja nätske ja võib ära määrida igaühe, kes tema külge puutub. Peale selle on ta esmajärguline kekats... Tal on vördjalik hing. Ta mandub pidevalt, temast võib kõike oodata.» Nagu ma eespool mainisin, avaldub tantsus teatud määral inimeste iseloom ja taunimisväärse tantsumaneeri harrastajatelt võib tõesti «kõike oodata», kuid muidugi ainult halvas mõttes. Iseloom avaldub tantsus, kuid tants võib kasvatada ka iseloomu, enesekontrolli. Seepärast, noormehed, õppige tantsima ja tantsige, kuid tingimata korrekt-selt!

Seltskondlikel koosviibimistel võib ka laulda. Eesti rahvas on alati olnud laulja rahvas, meil on palju ilusaid laule. Labaseid laule seltskonnas ei laulda, nendega teete end naeruväärseks. Kui alustate ise mõnd laulu, siis valige selliseid, mida ka teised oskavad. Solistina lauldes aitab paarist laulust, teised tahavad ka laulda. Kui mõni kaaslastest alustab ühislaulu, laulge kindlasti kaasa. Ärge ainult laulmist karjumisega segi ajage! Ilusasti laulda ei tähenda sugugi mitte kõvasti laulda.

Sageli juhtub, et seltskonnas tutvute mõne meeldiva tütarlapsena. Saate teada tema eesnime (perekonnanime küll kuulsite, kuid unustasite), vestlete temaga tunnikese ja teete ettepaneku sinasõpruseks. Raske viga. Sinasõpradeks saadakse ainult tütarlapse ettepanekul, mitte teie pealekäimisel. Sinasõpruseks on vaja teineteisest siiski rohkem teada kui ainult eesnime. Sinasõprusi, mida te järgmisel päeval ei tunnusta, ärge sõlmige. Kõige kohtlasem on vastse sinasõbraga järgmisel kohtumisel hakata rääkima kolmandas isikus.

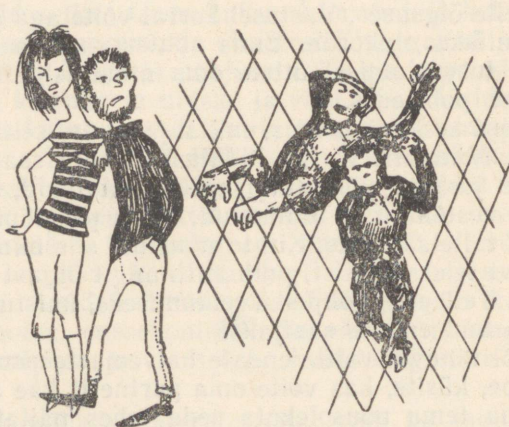
Mõni sõna nimedest. Kuidas teile meeldib, kui seltskonnas, tänaval või ükspuha kus keegi teid kõnetab nimepidi, mis on aga teie nime moonutatud väljaanne? Seda ei tehta mitte pahatahtlikkusest, vaid lihtsalt ei teata täpselt teie nime. Selline asi ei meeldi teile ega ühelegi teisele inimesele, sest iga inimene on oma nime õigsuse suhtes väga tundlik. Teile seltskonnas äsja tutvustatud kõnetage nimepidi ainult siis, kui olete veendunud selle õigsuses. Vastasel korral võite aga sattuda väga piinlikku olukorda. Enda suhtes saate seda vältida, kui tutvustamisel ütlete oma nime selgelt, mitte habemesse pobisedes.

Mõnikord kerkib küsimus, millal ja kuidas seltskondlikult koosviibimiselt või peolt tütarlast koju saata. Kui olete õhtu jooksul mõne tütarlapsena tutvunud, temaga pikemalt vestelnud ja tantsinud, võite peo lõpul pakkuda end talle saatjaks. Kui ta nõustub, siis minge, kui ta ei soovi teie saatmist, pole teil mingit õigust mossitamiseks. Teil pole põhjust keeldumiseks, kui tütarlaps ise palub teid endale saatjaks.

Teel või tänaval valite endale halvema teepoole. Kui tee on libe, küsite, kas võite oma partnerit käe alt toetada. Ilma tema nõusolekuta seda tehes näitate oma kasvatamatut pealetükkivust.

Palju on rahvasuus jutte nn. väravaromantikast. Küll on neid tundidepikkusi vestlusi tütarlapse koduksel kiidetud ja laidatud. Kuidas neisse siis suhtuda? Külma ilma korral on küsimus selge — mitte ühtegi üleliigset minutit ärge seiske tütarlapsena uksele, ta võib külmetuda. Aga soojal suveõhtul? Siis on sageli raske nii järsult lahkuda. Ei tea, mis erilist juttugi siis on nii ajada, kuid ei saa ka lahkuda. Mis teil siis veel südamel pakitseb? Olete ehk kuulnud, et mõnikord tütarlapsest lahkudes antakse või saadakse lahkumisuudlus. Küllap teiegi mõtted on liikunud selles suunas. Kuidas siis nüüd talitada, et kõik see naeruväärseks ei kujuneks? On kindel, et te ei kahjusta enda ega tütarlapse reputatsiooni, kui lahkute suudlust üritamata. See on kõige õigem tee. Ärge aga pahandage, kui suudlust üritades saate tütarlapselt vastu kõrva. Tähendab, olite koos tubli tüdrukuga, kes võib kas solvuda, arvates, et teie oma suudlemiskatsega pidasite teda kergemeelseks,

või peab ta teid häbematuks noormeheks. Kojusaatmine ei anna teile veel mingit õigust suudlusele. Kui te aga saate suudluse, siis on kaks võimalust — tütarlaps on kas kergemeelne lõbutseja või teisse tõsiselt kiindunud. Üksinda oma koduteel olles mõtelge kõige selle üle sügavalt järele.



*Kust küll ahvid õppisid twisti tantsima?*

## Ettevaatust, karid teel!

Lapsepõlv oleks nagu möödumas, kuid ka meheks ei saa end veel pidada. Oigemini küll, ise peaks ennast juba meheks, aga teised seda ei tunnusta — mis iga see niisugune siis on? Teed midagi hästi, öeldakse: «Tubli poiss, juba mehe eest väljas!» Teed midagi halvasti, hurjutatakse: «Ise juba suur mees, aga veel varsa aruga!» Üks ebakindel periood on see meheks kujunemine. Iga mees on oma elus läbi teinud sellise üleminekuperioodi, mida arstid nimetavad puberteediajaks. See on küpsemisperiood, mis kõige laiemalt võttes haarab iga mehe elust teise aastakümne. Mitte teatud sünnipäev ei tunnista teid veel täiskasvanuks, vaid üksnes organismi igakülgne areng on selleks mõõdupuuks, mille järgi võib otsustada, millal poisist on saanud mees. Mõni noormees on juba 17-aastaselt väga mehistunud, teine näib aga veel 20-aastaseltki poisikesena.

Mis toimub siis küpsemisperioodil meie organismis? Mis on selleks tõukejõuks, et poisikesest areneb mees? Vastus on lühike: puberteediperioodil hakkavad funktsioneerima sugunäärmed. Sugunäärmed on selleks energiaallikaks, mis reguleerib ja hoogustab mehistumist. Sugunäärmed ei tegutse mehe organismis isoleeritult, vaid tihedas seoses teiste sisenõrenäärmete ja kõrgema närvitajalitlusega. Siinkohal ei tahaks pikemalt peatuda organismisisestel keerukatel füsioloogilistel protsessidel, vaid piirduks ainult sugunäärmete talitluse väliselt sedastatavate ja psüühiliselt tunnetatavate avaldusvormidega.

Mehe sugunäärmed annavad kahesugust toodangut — esiteks sugurakke (spermatooside), mis kokkupuutel naise munarakuga viljastavad viimase ja kutsuvad naisel

esile raseduse. Teiseks toodavad sugunäärmed hormoone, mis stimuleerivadki mehistumist: keha kasv võtab meheliku kuju, algab mehele omane karvakasv — vurrud, habe, karvkate häbemekingul, kaenlaalustes, sageli rinnal jne. Kõigile on tuntud poiste häälemurdeperiood, mis samuti on tingitud suguhormoonide toimest. Samad hormoonid tekitavad muutusi ka närvisüsteemis ja psüühikas ning noorukil hakkavadki ilmema mehelikud iseloomujooned — energilisus, teotahtelisus, julgus, enesekindlus, visadus jne. Nüüd lisandub ka veel üks uus tunne — tekib huvi tütarlaste vastu ja püüd neile läheneda. Just selle viimase omaduse juures tahaski veidi pikemalt peatuda.

Sugunäärmete funktsioonivõimelisuse perioodil tekib neis iga päev miljoneid spermatooside. Need ei saa jääda organismi kestmaks ajaks «puutumata tagavarana» püsima, vaid peavad aeg-ajalt teatud portsjonitena organismist väljuma. Ja nii see toimubki. Selleks ei ole noorukitel mitte vaja seksuaalvahekordi, vaid organism tühjendab end ise üleliigsest spermatoosidimassist. 15—16-aastaselt algvadki öösised tahtmatud seemnevoolused, nn. pollutsioonid.

Pollutsioon on täiesti normaalne nähtus, mis esineb igal noormehel ja mehel, kellel ei ole korrapäraseid sugulisi vahekordi. Pollutsioone ei ole vaja häbeneda, nende pärast ei ole kellelgi põhjust muret tunda, nad ei ole mingi haigusliku seisundi tunnuseks. Mõnikord segatakse pollutsioone ära öösise kusepidamatusega, ja et need võivad ka tõesti koos esineda, siis taoliste kahtluste korral on selguse saamiseks soovitatav pöörduda arsti poole. Arsti poole tuleks pöörduda nõuande saamiseks ka siis, kui pollutsioone esineb liiga sageli, igal ööl. Normaalne pollutsioonide sagedus on paarinädalaste vaheaegadega, kuid mingit korrapärasust nende tekkes ei esine.

Pollutsioonide sagedust aitavad vähendada hügieenilised menetslused. Esmalt on vaja hoida oma välised suguelundid alati puhtad. Kui eesnaha alla koguneb valkjat võiet, uriini ja seemnevedeliku tilku, lisandub mustust, tekitab see kiheluse ja seksuaalse ärrituse, mis soodustab pollutsioonide sagedasemat esinemist. Mus-

tus võib põhjustada ka eesnaha põletikku, mis väljendub punetuses, kipituses ja valulikkuses, eriti käimisel ja pükste vastu puutumisel. Teiseks pollutsioonide sageduse vähendamise võtteks on ilma püksteta magamine. Mitte mingil juhul ei tohi magada pükstes, mis pitsitavad või suruvad suguelundeile, takistades seega vere ringet. Kõige olulisem tegur pollutsioonide sageduse vähendamisel on aga seksuaalsetest ärritustest hoidmine. Ma mõtlen siin selliseid tegureid, mis «kõditavad» teie mehelikkust just seksuaalses mõttes. Meil leidub veel pärandina kodanlikust ajast nn. kollast kirjandust, üksikutel vastutustundetutel inimestel on veel säilinud pornograafilisi pilte, paljudes seltskondades armastatakse veel rääkida nilbeid anekdoote jne. Kas need on asjad, millega noored peavad kokku puutuma? Ei, see on rämps, mis põhjustab vaid ebatervet seksuaalset ärritust ja millest seetõttu tuleb hoiduda. Oma lugemismaterjaliks valige vaid kirjandus, mis teid tõesti arendab, kunstist leidke ilusat ja vestlustes pole vaja aega raisata nilbustega teravmeelitsemisele.

Kui pollutsioonid on normaalsed organismi protsessid, mis ei vaja vahelesegamist, siis paraku paljud noored ei piirdu sellega, vaid püüavad ise aktiivselt vabanda üleliigsest spermatoosidimassist. Eespool mainisin, et suguhormoonide toimel tekib huvi tütarlaste vastu ja püüd neile läheneda. On normaalne, et teile meeldib viibida tütarlaste seltskonnas, käia koos tantsupidudel jne. Sugugi ei tähenda see huvi aga kohe vajadust seksuaalvahekorraks. Te isegi ei mõtle veel selle peale ja nii ongi õige. Leidub aga noori, kes tütarlaste seltskonda ei tihka minna, seda rohkem aga üksi olles fantaseerivad igasugustest võimalikest vahekorradest tütarlastega. Nii viisi kruvivad nad oma kujutluste ja unistustega üles seksuaalse ärrituse ja ootamata öösist iseeneslikku seemnevoolu, ärritavad kätega oma suguelundit, kuni saabub seemnepurse. Suguelundite kunstliku ärritamise teel sugutungi rahuldamist nimetatakse onanismiks, rahvapäraselt ka käsikiimaluseks.

Sugutungi väliseks avalduseks on suguliigese kõvastumine, mida meditsiiniliselt nimetatakse erektsiooniks ja mis seisneb suguliigese veenide maksimaalses täitu-

mises verega. Ereksioon võib tekkida kas suguliigeses olevate tundenärvide lõpmete vahetul ärritamisel, puudutamisel, või ka psüühiliste protsesside — kujutluste, varem esinenud juhtumite meenutamise jne. abil. Normaalses seksuaalvahekorras, mis toimub abielus, kutsub sugutungiga esile ärrituste kompleks — nägemis-, kuulumis-, lõhna-, puutumis- jt. ärritused, mis psüühikast lähtudes toimivad suguelundile. Onaneerimisel midagi niisugust ei esine ja seetõttu on ta vaid õõnsaks aseaineks, mis kellelegi ei saa pakkuda tõelist rahuldust.

Onanismil on veel see halb omadus, et ta võib kujuneda harjumuseks. Kui onaneerimine piirduks samasuguse sagedusega, nagu muidu toimuvad pollutsioonid, ütleme 1—2-nädalaste vaheaegadega, siis poleks asi veel eriti paha, sest armudes, kindlasti aga abielludes, tavaliselt onaneerimine lõpetatakse. Harjumuslikku tegevust korratakse aga sageli ja kui noormees onaneerib iga päev või päevas mitugi korda, siis peame tõsiselt kaaluma, kuidas sellist tegevust lõpetada. Mingit kasu onaneerimine meie organismile ei anna, küll võib aga sage onaneerimine osutuda kahjulikuks. Onaneerimise kahjulikest tagajärgedest on noortele räägitud mõnigi kord mitmesuguseid hirmu- ja õudusjutte. Tooksin ühe näite. Neli aastat tagasi viibis haiglas 24-aastane noormees. Ta ei olnud vaimuhaige, kuid haiglasse suunati enesetapmismõtete pärast. Asi oli väga tõsine. Ja põhjus — onaneerimine. See noormees oli juba kümme aastat väga sageli onaneerinud, sellest vabanemiseks kavatses abielluda, kuid mitmetel juhuslikel asjaoludel ei saanud oma kavatsust realiseerida. Ta oli kindel, et ei suuda ise vabaneda onaneerimisest, jätkab seda ka edaspidi ja onaneerimise tagajärgedena kujutas endale teistelt inimestelt kuuldu põhjal ette halvastust, peaaegu kuivamist, nõdrameelsust ja pagan teab veel mida. Muidugi, sellise eelarvamuse tõttu oli arusaadav, et ta eelistas oletatavatele piinarikastele haigustele enesetapmist. Kui noormehele selgitati, et tema teadmised onaneerimise tagajärgede kohta on täiesti valed ja midagi kohutavat onaneerimine ei tekita, lahkus ta rõõmsalt haiglast ja on praegu õnnelik abielus.

Missugused on sagedase onaneerimise tegelikud tagajärjed?

Iga seemnepurskega paiskub välja umbes 500 miljonit spermatoosidi. Spermatoosidid koosnevad organismile väga vajalikest kõrgeväärtuslikest valkudest. Kui me neid valkaineid kasvavast ja arenevast organismist kergekäeliselt eemaldame, siis muidugi kurname oma organismi, sest spermatoosidide toodang intensiivistub, kuid mille arvel? Teiste elundite kasvamiseks vajalikest valkainetest võib tulla puudujääk. Organismi kurnatus avaldub aga väsimuses, loiduses, huvi puuduses, töötahte languses, sportlike võimete kahanemises.

Füüsilise väsimuse kõrval, mida tekitab onanism, on veelgi olulisemad psüühika muutused. Pärast onaneerimist on noormees rusutud meeoleolus, tekib tühjuse tunne, on kahju sellest, et ei suudetud end talitseda, tehakse endale etteheiteid. Kui aga sellised seisundid korduvad sageli, jääbki noormees tujutuks, tema mõtteid vaevab onanismiprobleem, huvi muu tegevuse vastu taandub, õppimine ja enesetäiendamine muutub lünklikuks, tahtejõud nõrgeneb. Kõige selle tõttu muutub noormees araks, irdub kollektiivist, on enesesse sulgunud, üksindust otsiv. Ta tahab onaneerimist lõpetada, kujutleb sellest endale mitmeid raskeid tervishäireid, ei suuda aga endast võitu saada ja muretseb see tõttu veelgi rohkem.

Onaneerimist saab lõpetada, kui järsult muudetakse oma eluviisi. Mitte mingit üksinduses norutamist, ainult iseendaga tegelemist! Elada tuleb kollektiivis, oma aega sisukalt kasutades. Mida vähem on jõudemomente, mida rohkem te lülitute huvitavasse tegevusse, seda vähem on kalduvusi onaneerimiseks. Nooruses tuleb pidada aega kalliks, iga minut tuleb sisustada huvitavalt ja kasulikult. Kui lülitute aktiivselt ühiskondlikku ellu, elate kaasa kollektiivi rõõmudele ja muredele, siis unustate onanismi ja kaovad sellega kaasnenud eespool kirjeldatud nähud.

Jääknähtudena sagedasest onaneerimisest võivad jääda hilisemaks abieluajaks mõningad nõrkused normaalse seksuaalvahekorra juurde. See võib avalduda erektsiooni nõrkusena või enneaegsete seemnepurse-tena. Kui aga ka siis seksuaaleluga ei liialdata, taandu-

vad need häired tavaliselt ega anna põhjust muretsemiseks.

Onanism võib aga olla üheks teguriks, mis kaotab loomuliku huvi tütarlaste vastu. Võib isegi juhtuda, et ajal, millal tuleks juba mõelda abiellumisele, eelistatakse hoopis teiselaadilist seksuaalse rahulduse otsimist. See on ohtlik tee. Et te oleksite teadlikud nendest ohtudest, mis võivad teid varitseda, oskaksite neid juba algjärgus enda või teiste juures avastada ja nendest hoiduda, siis pean vajalikuks nende juures põgusalt peatuda.

Leidub inimesi, kellel normaalne seksuaalne sättumus on muutunud ja kes tunnevad rahuldust mitte vastassooga suhtlemisest, vaid kes armastavad inimesi samast sugupoolest. Taolise väärastunud sättumusega inimesi nimetatakse homoseksualistideks. Homoseksualistid püüavad leida endale «armukesi» sagedamini just noorukite seast, keda oletavad tegelevat onaneerimisega. Seejuures ei reeda välimus tavaliselt homoseksualisti madalat hingeelu, vaid nad võivad näida vägagi elegantsetena. Endale partnerite püüdmisel on homoseksualistid küllaltki ettevaatlikud, tutvusi loovad nad viisakalt ja enne oma alatute kavatsuste teostamisele asumist püüavad võita noorukite poolehoidu ja usaldust. Nad huvituvad noorukite igapäevasest tegevusest, vestlevad teiega spordist, muretsevad teile kino- ja spordivõistluste pääsmeid, teevad tähelepanelikult väiksemaid kingitusi, abistavad elu kitsaskohtades. Ja kui nooruki usaldus on võidetud, kutsub ta nagu juhuslikult teid enda poole. Põhjuseks võib olla ka abistamine raskemate õppetükkide õppimisel, mõne muusikariista käsitlemisel, filmide ilmutamine ja fotode tegemine või muud. Kui tõesti asjalik abistamine on kestnud juba öötundideni, teeb homoseksualist nagu muuseum ettepaneku, et nooruk võib ka tema juures ööbida. Et korteris ei ole teist magamisvõimalust, kutsub ta teid oma voodisse. Ja siis algab see, mida nimetatakse pederastiaks — suguliseks vahekorraks meeste vahel. Vähe on neid noorukeid, kes sellisesse vahekorda ei suhtuks loomuliku vastikustundega. See vastikustunne peab aga kujunema täielikuks sallimatuseks pederastide vastu ja sellised poistearmastajad tuleb koheselt

paljastada. Pederastid teavad, et nende tegevus on kriminaalkuritegu, mille eest nad saavad meil kehtiva kriminaalkoodeksi järgi kuni 6-aastase vabadusekaotuse. Taibates, et neid ähvardab paljastamine, võivad nad noorukit ka hirmutada, kuid see ei tohi kedagi heidutada pederasti tegevusest teatamast oma vanematele, õpetajale, miilitsasse või prokuratuuri. Kui aga vaikselt nõustutakse pederastiga, võib muutuda see tegevus teile endale harjumuseks ja siis te olete juba ise kujunenud seksuaalkurjategijaks ning kõlbmatuks normaalsele abielule.

Pederastia kõrval on teisigi seksuaalseid kõrvalekalduksi, millede juurdumisel võib kannatada normaalne psüühikalaad.

Mägirahvaste juures, kus mehed lähevad suveks suurte lambakarjadega suvistele karjamaadele ja on eemal perekondadest, on säilinud veel komme enda seksuaalseks rahuldamiseks kasutada loomi. Inimese seksuaalvahekorda loomadega nimetatakse sodoomiaks. Meil on sodoomiat esinenud vaid üksikujuhtudel ja sedagi peamiselt vaimselt vähearenenute juures. Normaaletselt arenenud inimesele on selline vahekord täiesti vastuvõetamatu, see on laskumine looma tasemele, inimväärikuse mõnitamine.

Onaneerimisega võivad kaasned ka sellised kõrvalekaldumised nagu nartsism ja ekshibitsionism. Esimesel juhul tuntakse seksuaalset rahuldust ja mõnutunnet oma paljastatud suguosade ja alasti keha vaatlemisest kas peegli ees või ilma selleta. Teisel juhul aga seksuaalse rahulduse saamiseks otsitakse võimalusi oma paljastatud suguosade näitamiseks vastassoole. Pargiteedel ja vaiksematel tänavatel, mõnikord ka tütarlaste ühiselamute akende all võib videvikutundidel vahel kohata üksikuid mehi, kes soodsal momendil avavad oma mantlihõlmad ja demonstreerivad siis tütarlastele või naistele oma paljastatud suguosad. Need amoraalsed teod on karistatavad huligaansusena. Nii palju tahtekindlust peaks olema igal noormehel, et taolised kalduvused endas juba eos summutada. Kui sellist arengut aga soodustada, on hiljem seda raskem võõrutada, sest loomulik häbitunne nõrgeneb.

Vahemärkusena olgu öeldud, et paljud poisid ja noor-

mehed omavad aga, vastupidi, ülitugevat häbitunnet. Nad ei julge omasuguste seas ka kehalise kasvatuses tundideks ümber riietuda, panevad seetõttu juba kodus selga spordiriietuse, jätavad läbihigistatud spordipüksid kõigi hügieenireeglite vastaselt kogu päevaks jalga. Ka saunas käimine on neile ebameeldiv toiming. Sellises suurenenud häbitundes ei ole otseselt mingit ohtu, see on igatahes eelistatavam kui häbitunde puudumine. Tavaliselt suurenenud häbitunne, kartus võimaluse ees, et sind nähakse alasti, täiskasvanu eas normaliseerub. Et aga paljud tunnevad end supelrandades nn. meeste paradiisis ebamugavalt ja eelistavad ka seal kanda supelpükse, ei ole midagi iseäralikku. Nõndanimetatud alastikultuur ei ole kõigile vastuvõetav ja sel juhul ei ole mõtet seda endale ka peale sundida.

Noorukieas suhteliselt süütuks seksuaalseks kõrvalekaldumiseks on nn. fetišism. Paljudele teist on meeldinud endale võtta ja siis kodus hoida teile meeldivate tütarlaste lõhnastatud taskurätte, kindaid, kleidivõõsid jne. Kui need esemed pole hinnalised ja teie tegu ei kvalifitseerita vargusena, on väliselt kõik korras. Teie sageli ei seostagi taolise kollektsiooni loomist seksuaalprobleemiga. Kui aga märkate, et nende esemete vaatlemine tekitab teie sugutungit, õhutab teid onaneerima, tuleb järsult lõpetada vastassoole kuuluvate esemete kogumine ja selle abil seksuaalse rahulduse taotlemine.

Hoopis raskemaks seksuaalkõrvalekaldumiseks on seksuaalse rahulduse leidmine vastassoole riietusesemete kandmisest (transvestitism). See ei ole iseendast veel kuritegu, kuid võib olla ajendiks, mis tõukab kuritegevusele. Esitan ühe näite. 46-aastane kolhoosi sepp anti kohtu alla seepärast, et ta linnas käies oli varastanud ühest hoovist nõõril kuivavat naistepesu. Et varguse motiiviks ei olnud mitte materiaalne huvitatus ja küsimus jäi juurdlusorganile ebaselgeks, saadeti mees kchtupsühhiaatrilisele ekspertiisile. Haiglasse tulles oli mehel oma ülikonna all seljas kaks naiste kleiti. Siis ta ka avaldas, et ta saab seksuaalset rahuldust mitte niivõrd normaalsel teel (ta oli ka abielus ja 4 lapse isa), kui just naiste riietusesemete kandmisest. Tavaliselt kandnud ta oma naise pesu, kuid vahelduseks eelistavat

võõraste naiste kantud riideid. Poest ostetud uued riie-  
tusesemed teda ei rahuldanud. Varguse motiiv oli kohe  
selge, kuid mingil määral see tema vastutusvõimet ei  
vähendanud. Iga inimene peab suutma valitseda oma  
sugutungi, nii normaalset kui väärastunut.

Kõik eeltoodu on küllalt erandlik, kuid ta on esitatud  
teile, noored, sellel kaalutlusel, et te teaksite, missugu-  
sed ohtlikud väärsuunad võib võtta teie seksuaalne  
areng, kui te end õigeaegselt ei pidurda. Ükski kultuur-  
inimene ei või anda oma ürgsetele tunnetele ja tungi-  
dele vaba voli. Seksuaaltung ei tohi kunagi muutuda  
teid valitsevaks, vaid teie mõistus, enesekasvatus ja  
hea maitse peavad alati kontrollima teie seksuaalelu.  
Igapäevases elus ei või seksuaalprobleemid teil kunagi  
muutuda peamisteks, teisi eluavaldusi varjutavateks  
küsimusteks. Noorukieas on ju peamiseks ikka õppi-  
mine, töötamine huvitavatel erialadel, sportimine, kul-  
tuurne ajaviide, lugemine jne. Kui te olete oma aia  
hästi sisustanud, ei kuritarvita alkoholi, ei lasku  
kunagi tegevusetusse olesklemisse, ei teki teil ka põh-  
jusi muretsemiseks seksuaalküsimuste pärast.

## Räägime armastusest

Gustav Suitsu luuletustega te olete üldiselt tuttavad. Temalt pärinevad ka järgmised read:

«Kuid mis on noorusaeg?»  
Ei ole see paastuda, ei ole see paluda,  
ei vaimu nürides närtsida:  
see aeg on õitseda, aeg õnne maitseda —  
ja armsa kaela ümber hakata.

Tundub, et luuletaja on noorusaja ammendavalt sisustanud. Kas on see aga tõesti nii? Kas noorusaeg on ainult armastusaeg, kas armastus moodustab nooruse kogu elu sisu? Luuletuseks ja lauluks see kõlbab, kuid sõna-sõnalt neid mõtteid ellu üle kanda küll ei saa. Meie nõukogude noorus õpib ja töötab ning see annab nende elule ka noorusajal peamise sisu ja väärtuse. Kuid kas siis meie noortele on armastus jäänud võõraks? Sugugi mitte. Noorusaeg ja armastus on alati kokku kuulunud, nii minevikus kui ka tänapäeval. Oma noorust aga jäägitult armastusasjadele me enam ei pühenda. Igal noorel on vaja elada eeskätt ühiskondlikku elu ja selle sees anda ruumi ka oma isiklikele tunnetele — armastusele.

Aga mis on armastus?

Rohkem kui ühelgi teisel teemal on armastusest kirjutatud luuletusi ja romaane, loodud väikesi laulukesti ja suuri muusikateoseid, kujutatud seda maalidel ja skulptuurides, kuid lihtsalt ja ammendavalt seda defineerida ei ole suudetud. Armastus on andnud inimestele kõige õnnelikumaid hetki, on viinud neid ka kõige suurema meeleheiteni. Armastus on mõistetav neile, kes seda ise on üle elanud, ja jääb mõistmatuks, kui pole tuntud ise seda tunnet.

Teile, mu noored sõbrad, võib armastus olla veel tundmatu, kuid lähematel aastatel märkate te kindlasti enda juures uusi tundeid, mida te varem pole kogenud. Kas on see aga armastus? Katsume tuua natukenegi selgust armastusküsimuste labürinti.

Mingit kindlat süsteemi armastusküsimuste käsitlemisel ei saa püstitada. Rohkem kui üheski teises probleemis avalduvad armastuses meie individuaalsed erinevused.

Armastust võime nimetada viha ja vihkamise vastandtundeks, ihalduseks teatava vastassoost isiku järele, kes meile näib olevat kõigist kõige väärtuslikum. Olgu siinkohal etteruttavalt öeldud, et ihalduse all ei mõista me sugugi ainult seksuaaltungi, kuigi ka sellel on armastuse puhul oma koht. Kuid sellest edaspidi.

Kuidas tekib armastus?

Te olete oma noore elu jooksul puutunud kokku paljude tütarlastega. Teie klassis on neid tavaliselt olnud poistest rohkemgi. Oma mängudes püüdsite te sageli tütarlapsi vältida, nad olid teie mängude jaoks kas liiga õrnad või tujukad. Olite harjunud tütarlastele vaatama ülalt alla, nimetasite neid võib-olla «pirtsakateks plikadeks», kippusite neid kiusama, nende suuremat puhtuse- ja korrahooldmist naeruvääristama. Tütarlapsed olid teie jaoks kõik ühesugused «seelikukandjad». Muidugi ei olnud teie vahekord tütarlastega mingi sõjalal seismine. Klassis ja pioneerikoondustel, näiteringis ja noorte naturalistide jaamas abistasite vastastikku üksteist alati. Siis aga tulid vahele aastad, kus te hakkasite häbenema tütarlapsi. Te tundsite end ebamugavalt, kui jäite kooliteel mõnega neist kahekesi. Ei osanud midagi teha ega rääkida, näisite endale väga kohmetuna ja saamatuna. Olukorrast väljapääsemiseks tegite mõnigi kord mõne rumaluse — viskasite möödalipsavat kassi kiviga, astusite plärtsti porilompi, vehkisite sihitult portfelliga jne. Piinlikki on sellele nüüd tagasi mõelda.

Olles aga keskkooli viimastes klassides, ei väldi te enam koosviibimist tütarlastega. Hoopis vastupidi, teile meeldib vägagi olla koos mõnega neist. Te tunnete, et mitte kõik tütarlapsed ei paku teile võrdset huvi, vaid ainult üks paljudest on see, kelle läheduses tahaksite

alati viibida. Teile meeldib temas kõik — välimus kõige pisemate detailideni, tema kõneviis ja häälekõla, tema žestid ja miimika, tema huvialad ja maitsed. See üks on teile kõige lähedasem, keda olete valmis igas asjas abistama, kellega meeldi tahate koos käia kinos, teatris, kontsertidel, pidudel. Ka jalutuskäik pargis või metsateel teeb teid õnnelikuks, isegi juhuslik kohtumine tänaval või kolhoosipõllul tõstab tuju terveks päevaks. Kui tantsite temaga, tunnete end «seitsmendas taevas», nähes teda aga tantsimas teiste noormeestega, muutute tujutuks. Te püüate teha kõik, et äratada ka temas huvi teie vastu, tõmmata endale tähelepanu. Mis on siis teiega juhtunud? Te oletegi armunud.

Kuidas areneb armastus edasi?

Nagu juba eespool mainisin, ei saa armastusküsimustes püstitada mingeid kindlamaid seaduspärasusi, mis igal juhul oleksid kehtivad kõikide inimeste kohta. Mõni nooruk kiindub väga kiiresti talle meeldivasse tütarlapsesse, arvab, et on armunud, kuid varsti ta leiab, et keegi teine meeldib talle veelgi rohkem, ja eelmine on juba unustatud. Sellised noormehed vahetavad sageli oma sümpaatiid ja õige armastus jääb neile tundmatuks. Kiiresti tekkiv kiindumus, pealiskaudsel tutvusel põhinev vastastikune meeldivus, nn. «armastus esimesest silmapilgust» ei ole veel armastus. Siit võib küll tutvuse süvenedes areneda tõeline armastus, kuid võib ka selguda, et meeldiva välimuse taga on vastuvõetamatu iseloom. Armastus ei ole hetkeline ja kiiresti möödud tundepuhang, vaid inimese üks kestvaim, aastaid ja aastakümneid püsiv tundeseisund. Muidugi pole ka õige arvata, et iga inimene võib ja saab elus armastada ainult ühel korral, kuid on kindel, et mida vähem on olnud armumisi, seda sügavamad on olnud üksikkordadel armastustunded. Ja nii peab see olema, sest mehi sele mehele ei ole meie ühiskonnas kohane seada eesmärgiks paljude tütarlaste võrgutamise, vaid vastupidi — leida endale üks ja õige, kellest saab kõige lähedasem kaaslane kogu eluks. Ainult kergemeelsed, halva käitumiskultuuriga tuulepead võivad arvata, et hooplemine paljude armuseiklustega näitab nende mehisust.

Vilis Lācis laseb oma romaanis «Pärast äikest» vaim-

selt mandunud «kangelasel» Manfredil armastusküsimustest targutada järgnevalt: «Aga miks mitte tühja punuda, kui mõnel tobukesel meeldib kuulata ja kui selle tasuks võib loota mõningaid magusaid hetki sel kaunil suvel. Pärast seda rikastub Manfred Pucruncise kollektsioon ühe omapärase eksemplari võrra, keda tal on läinud korda lisada oma endiste armukeste hulga. Nii ja niisugune tüüp, järjekorranumber nii ja niisugune. Ehk õnnestub temalt fototki välja pressida — tolles spetsiaalses albumis jätkub veel vabu kohti. Hiljem võib näidata sõpradele, näe ka see on mu käte vahelt läbi käinud. Kompvek, eks ju? Armastus? Mis see on ja mis ta maksab? Armastusest võib ainult rääkida, kuid armastavad üksnes tobujaskad ja need, kes ei oska elada. Tõeline mees on nagu mesilane, kes lendab õielt õiele, võtab magusa meepiisa ja lendab minema. Ent õisi on palju ning Manfred ei tüdine meest — ei tüdine ainult sellepärast, et ta hoolitseb mitmekesisuse eest?»

Meie ühiskond mõistab Manfredi-taolised «armastajad» hukka ja sellistelt mitmekesisuse eest hoolitsejatelt ei ole meil midagi õppida. Ükski korralik noormees ei leia oma armuvahekordades midagi hooplemisväärset, need on liiati küsimused, millest kõrvalistele isikutele ei taheta ega tohigi üldse rääkida. Ainult madala hingelaadiga inimene võib labastada selliseid üllaid tundeid, mida tekitab armastus. Kõige viimane asi, millega mees võib teiste ees kiidelda, on ta võimalikud võidud naiste juures. Ja kui ta seda teeb, on ta minetanud oma mehelikkuse.

Jätame kõrvale armastuse üle irvitamise, selle mõnitamise, ja tuleme tagasi puhta ja õilsa noorusarmastuse juurde.

Te o'ete armunud. On see halb või hea? On see loomulik või ebaloomulik nähtus? See võib olla nii üks kui ka teine.

Armastuse füsioloogiliseks aluseks on seksuaalne kiindumus, sugunäärmete hormoonide toime. Kuid inimlik armastus ei piirdu ainult füsioloogiaga. Seksuaalne külg, olgugi armastussuhetes vaialik, ei ole peamine, ammugi mitte ainuke. Me ei ole loomad, kes lähenevad vastassoole ainult seksuaaltungist aetuna. Me oleme kultuursed inimesed, keda ei valitse loomalikud instink-

tid, vaid kes oma moraalsete ja eetiliste tõekspidamiste järgi valitsevad ja juhivad oma instinkte. Friedrich Engels kirjutas: «Meie seksuaalne armastus erineb oluliselt lihtsast seksuaalsest ihast, muistse aja armastusest.» Kaasaegses ühiskonnas ei ole mõeldav, et me oma mõistuse ja tahtega ei ohjeldaks ega reguleeriks oma seksuaaltungi. Kui me seda ei tee, siis kaotame oma inimväärikuse.

Et igal tervel ja normaalselt arenenud täiskasvanul esineb seksuaaltung, siis on täiesti loomulik, et igal inimesel peaks tekkima ka armastus. Seega on nendel nähtustel tihe vastastikune seos: seksuaaltung on üks neist tegureist, mis on armastuse aluseks ja armastus omakorda eelduseks, mis võimaldab inimliku seksuaaltungi realiseerimise. Muidugi ei ole tõeline armastus vajalik ainuüksi seksuaaltungi realiseerimiseks, vaid armastusel on hoopis suuremad ülesanded. Armastus on see suur tunne, mis liidab kokku meie perekonnad, paneb mehe ja naise teineteist austama ja abistama, summutab kõik lahkeliid, muudab helgeks meie kodud.

Seega, noormehed, kui te armastate, siis on see loomulik. Kui te valitsete oma armastust, siis on see hea.

Kas on aga ka see loomulik, kui te armute endast kümnekond aastat või veelgi enam vanemasse naisesse? Teie eas seda küll ei saa loomulikuks pidada ja midagi head siit ei tule. Vanemad naised, tavaliselt lesed või nn. kergeete elukommetega, õigemini küll moraalselt laostunud naised otsivad mõnigi kord seiklusi noorte poistega. Ärge olge mängukanniks sellistele naistele, ärge raisake oma noorust, hoidke oma puhtust!

Eeldame nüüd, et olete armunud omavanusesse, igati korralikusse tütarlapsesse. Mida te hakkate oma armastusega peale, kuidas käituda ja edasi toimida?

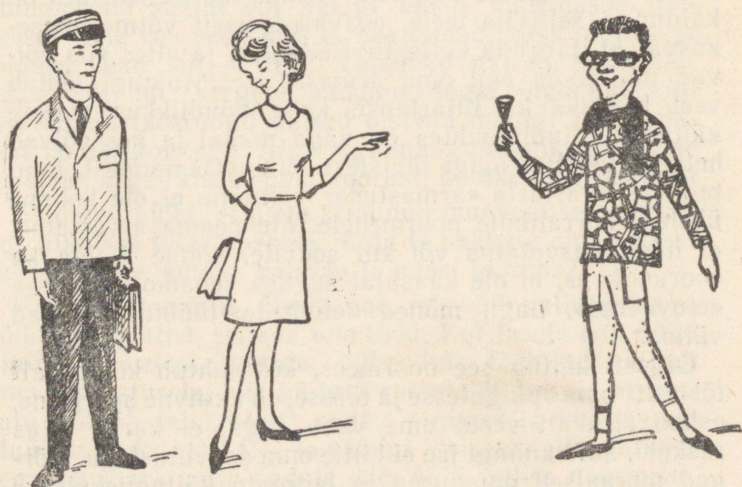
Armastus on õilis, ülev tunne, mis võib vallutada aga kõik teie mõtted, segada teie tööd. Kui lasete end nüüd ainult tunnetest juhtida, pühendute täielikult ainult oma armastusele, siis käitute rumalasti ja teie armastatu pöörab teile varsti selja. Inimesele on esmaseks eluülesandeks alati töö, ja vähegi tõsisema ellusuhtumisega tütarlaps valib endale ikka vaid sellise noormehe, kelle tegusid kiidab kogu ühiskond.

Teile meeldib teatud tütarlaps, te tahate, et ka teie temale meeldiks. Kuidas seda siis saavutada ja kindlustada? Kuidas tõmmata endale tähelepanu? On kaks võimalust enese välja paista laskmiseks: kas ollakse parim positiivsete omaduste poolest, hiilatakse heade omadustega või esinetakse just vastupidi. Noorukieas minnakse mõnikord kergema vastupanu teed ja tõmmatakse endale tähelepanu halbade käitumismaneeridega. Meil leidub veel noorukeid, kes arvavad, et nad võivad tütarlaste südameid, kui nad pidudel «originaalselt» tantsivad, ka kõige elementaarsematele viisakusreeglitele vilistavad, püüavad üksteist üle trumbata jõhkruuse ja häbematusesega, teevad teiste kohta ülbeid ja labaseid märkusi, uhkeldavad oma huligaansustega, suitsetavad ja tarvitavad alkohoolseid jooke. Need väetid mehehakatused eksivad rängalt. Nad tõmbavad endale küll tähelepanu, ei leia aga kelleltki heakskiituga sümpaatiat, vaid saavutavad vastavalt oma tegudele kogu ühiskonna hukkamõistu. Enesekiituse ja häbematusesega ei tee keegi ennast huvitavaks. Ükski korralik tütarlaps ei vaatagi taoliste noormeeste poole ja armastuse asemel tekib vastikustunne, läheduse asemel põlastus selliste logardite ning enesearmastusest ja uhkusest lõhkevate lõnguste vastu. Noormehed, kes on kaldunud sellisele teele, peavad tõsiselt võtma enesekasvatust, järgima kollektiivi eeskujut, ja alles siis võivad nad loota edu oma armastusele. Muidugi leidub veel kahjuks ka tütarlapsi, kelle nõudlikkus meeste käitumiskultuuri suhtes on väga madal ja kes võivad hetkeks vaimustudagi tühistest lõngusetempudest, kuid taoliste tütarlaste «armastuse» võitmine ei ole kohane ühelegi korralikule noormehel. Me peame arvestama, et hästi kasvatatus või kui soovite, võime ütelda ka vooruslikkus, ei ole kaasajal sugugi «ebamoodne» ega «eluvõõras», nagu mõned «elumehe»-tüübid püüavad väita.

Oigesti käitub see noormees, kes suhtub kõigepealt tõsiselt oma õpingutesse ja töösse, on aktiivne sportlane, oskab sisukalt veeta oma vaba aega, ei karda elus raskusi, kuid kunagi ise ei kiitle oma saavutustega. Kõrged moraalsed omadused ja laitmatu käitumiskultuur ei ärata alati nii ruttu teiste tähelepanu kui käitumis-

vead, kuid märkamatuks ei jää nad kunagi. Ja neid omadusi hinnatakse kõ.kjal ja kõikide poolt. Korrektned kõnnak, julge rüht, hea esinemismaneer aina suurendavad mehe meeldivust. Pole vaja säraküünlana momendiks endale tähelepanu tõmmata, et kiiresti «läbi põleda» ja endast siis vaid haisvat suitsuvinet järele jätta. Mehine mees ei otsi efekte, hoopis vastupidi, tagasihoidlikkus, kuid seejuures ka julgus ja enesekindlus on omadused, mis kaunistavad meest. Neid omadusi hindavad kõik tütarlapsed, neid omadusi otsivad nad ka teilt, kes te tahate meeldida oma tütarlapsele. Ja kui teil on oma positiivsetes joontes puudujääke, siis tuleb end ümber kasvatada, sest ainult sel juhul võite loota oma armastusele vastuarmastust. Armastus kujundab inimesed ümber teineteisele vastuvõetavamaks, õige armastus muudab meid alati paremaks.

Noorusea armastusele on omane romantiline kõrglennulisus, armastatu idealiseerimine, kalduvus unistamisele. Selles domineerivad kõrged moraalsed tundeelamused — vaimustuse, õrnuse, hoolitsuse, austuse jne. emotsioonid. Nende emotsioonide erikaal on seda



17-aastaselt: Vaat, sellest saab mees!



25-aastaselt: See on alles mees!

suurem, mida kõrgem on inimese moraalne pale. Seksuaalsus on normaalses noorusearmastuses täiesti tagaplaanil ja teadlikult tajutavalt see teie käitumist veel ei mõjusta.

Pole vist liialdus, kui ütlen, et enamik mehi on noorukina oma tundeid kergemini saanud väljendada kirjas kui sõnas. Seepärast pole ka teil põhjust häbeneda kirjaridu, mida vargsi ulatate oma tütarlapsele. Kui kiri on ilus ja tundehtne, siis on ka see tegu ilus. Midagi naeruväärset selles ei ole. Muidugi ei maksa end kohe pidada luuletajaks, kui tunded dikteerivad mõtteid ja riime, kuid summutada oma soovi kirjutamiseks pole ka õige. Armastus annab teile alati õiguse unistamiseks, mitte kunagi aga oma õpingute ja tööülesannete unustamiseks! Tütarlastele meeldivad meelitusõnad, komplimendid, kuid nendega jääge reaalsuse piiridesse. Ülepakkumise korral peetakse teid «läägeks» noormeheks, teid ei võeta lõpuks enam üldse tõsiselt.

Armastusteemadel on avaldatud palju aforisme, mõnedes neist on ka oma tõeterake, kuid harva saate neist endale õigeid juhtmõtteid. Võtame või sellise: «Armastus otsib üksindust!» Selle aforismiga on mõeldud, nagu tahaksid armunud viibida ainult segamatult kahekesi, nagu ei huvitaks neid seltskond ega teised kaaslased. Tegelikult ei ole aga armununa sugugi õige irduda kollektiivist, teistest kooli- või töökaaslastest. Ja terve psüühikaga noored ei tahagi ka armunutena jääda ainult kahekesi, vaid koos võtavad veelgi rohkem osa mitmesugustest kultuurilistest, sportlikest ja muudest üritustest. Siin ühtlustuvad ja laienevad teie huvialad, te õpite teineteist paremini ja igakülgselt tundma, areneb elu sügavam tundmaõppimine, elu muutub mitmekesisemaks. Ainult kahekesi «kudrutamine» tüütab lõpuks teid ja teie armastatut ning te muutute teineteisele igavaks. Igava kaaslase seltsis viibimine on aga halvem kui üksiolek.

Armastus nõuab tähelepanelikkust ja abivalmidust muidugi kõigepealt teile kõige kallima tütarlapse vastu, ei luba aga seejuures sugugi tähelepanematust teiste suhtes. Kui olete kellegi vastu ebaviisakas, solvate sellega ka oma tütarlast. Mida mõtleb teist teie tütarlaps, kelle suhtes te käitute küll armastusväärset, kuid samal ajal ta kuuleb teistelt, et te olete «igavene mühakas»?

Kui teie tütarlapsel on töös või õpinguis olnud häid saavutusi, ärge unustage talle oma tunnustust jagamast. Te võtate osa tema rõõmudest ja muredest, mõtlete vähem endale, rohkem temale. Üksnes ärplejad ja egoistid tunnetavad ainult enda tähtsust, hästikasvatatuse juurde kuulub aga kindlasti ka teiste saavutuste õige hindamine. Mõni väike kingitus või kimbuke lilli näitab teie tähelepanelikkust ja leiab alati sooja vastuvõttu. Rumal on see tüdruk, kes hindab teie kingitust ainult materiaalse väärtusena. Raamat on teie võimaluste juures ikka kättesaadav ja väikese pühendusega on see kõikidel tähtpäeval meeldivaks kingituseks.

Kas aga kinkida kohe tütarlapsle ka oma foto? Sellega ei maksa rutata, oodake enne ära temalt vastav soov. Ei või olla pealetükkiv, võib-olla tütarlapsel polegi

sügavamat huvi teie vastu ja tal pole teie pildiga midagi peale hakata. Nõuda tütarlapselt tema fotot ilma oma vastu andmata ei näita ka teie head kavatsust. Tütarlaste fotodest kollektsioone ei koostata.

Te olete käinud oma tütarlapsel juba korduvalt teatris, kinos, kontsertidel, spordivõistlustel ja muidugi ka tantsuõhtutel. Kui tantsuõhtutel on teil olnud veel teisi tuttavaid (pidu on toimunud koolis või töökoha klubis), kas olete ka siis kogu õhtu tantsinud ainult oma tütarlapsel? Kui talitasite nii, siis ei teinud te päris hästi. Teete õigesti, kui õhtu jooksul peamise tähelepanu pöörate küll oma tütarlapsel, kuid seejuures tantsite ka teiste tuttavatega ja annate oma tütarlapsel võimaluse teistega tantsimiseks. Olete väiklane, kui tunnete armukadedust selle üle, et teie tütarlaps tantsib teistega, vestleb teistega, naeratab teistele. Veelgi halvem, kui teete talle sellepärast etteheiteid.

Armukadedus on tunne, mis on armastuse ebameeldiv kaasaanne. Armastust tuleb talitseda, armukadedust veelgi-rohkem. Armastuse tõttu tehakse mõnikord rumalusi, armukadedus võib aga vabalt võimutsedes tõugata raskete kuritegudeni. Mitte ainult romaanides ei kirjeldata «hingelisi draamasid», neid esineb ka meie igapäevases elus. Klassikalisest kirjandusest võib tuua palju näiteid. W. Shakespeare'i tragöödias kägistas Othello pimedas armukadeduses oma süütu naise Desdemonat. Mõni aasta tagasi aga toimus samasugune mõrv ka Tartus. Jutustame sellest lähemalt.

Vladimir B. lõpetas 17-aastaselt Tartus keskkooli ja omamata ise kindlamaid tulevikuplaane, läks oma isa soovitusel sõjakooli. Kuid seal aga selgus, et selle eriala vastu puudus tal üldse huvi ja ta tahtis kiiremini sõjaväest vabaneda ning minna kunstikooli. Sõjakooli lõpetamata viidi ta üle ajateenijaks laevale. Kaas-madrustesse suhtus ta üleolevalt, halvustavalt, pidas end teistest põhjendamatult paremaks, püüdis näidata end teistest võimekamana, kuid seda ikka sõnades, mitte tegudes. Laeva komsomolikomitee iseloomustas Vladimirit kui egoisti, kes kollektiiviga ei seltsi ja oma tööülesannetesse suhtub vastutustundetult.

Juba keskkooli viimases klassis oli Vladimir armunud oma klassikaaslasel Tatjana T-sse, leides viimaselt

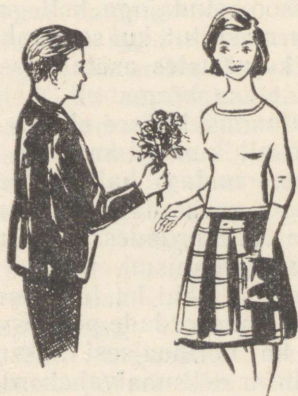
vastuarmastust. Vaatamata lahusolekule — Vladimir teenis Leningradis, Tatjana õppis Tartus ülikoolis — püüsid nende vahel südamlikud suhted veel 3—4 aasta jooksul. Siis aga Tatjana, kes oli algusest peale leidnud endale õige kutsumuse ja õppis ülikoolis edukalt, koges, et Vladimir ei tea isegi, kuidas elada ja mille poole püüda, on inimene, kellel elus puuduvad kõrged eesmärgid ja kutsumused. Muidugi ei kõitnud selline tühipaljas suurustley noormees enam tõsise ellusuhtumisega tütarlapse huvi ja nende suhted jahenesid. Tatjanale tekkisid uued sümpaatiad. Seda märgates Vladimir solvus, et tütarlaps, keda tema suvatseb armastada, julgeb temale eelistada kedagi teist. Nüüd ärkas selles moraalselt kiduras, oma elukorralduses poisikeselikuna esinevas inimeses «mees». Ta sõitis omavoliliselt Leningradist Tartusse, et tütarlapselt seletust nõuda. Soojal suveõhtul koos pargis jalutades seletaski Tatjana asjalikult, et nende vahekord on lõppenud Vladimiri süü tõttu ja kahtles, mis mees üldse Vladimirit niimoodi saab. Solvatud eneseuhkuse ja pimedade armukadeduse tõttu oma tundeid ja tegusid taltsutamata haaras Vladimir noa ja tappis Tatjana.

Nii rasketele kuritegudele võib armukadedus tõugata ainult väik'asi enesearmastajaid, kes lähtuvad põhimõttest: «Kui ei saa mina sind, siis ei tohi ka keegi teine sind saada!» Meie ühiskond mõistab taolise moraali järgi elavaid inimesi teravalt hukka, armukadedus ei ärata kelleski kaastunnet. See on väiklane, alatu tunne, millega tahetakse piirata teise inimese vabadust oma huvides. Kui märkate, et teid enam ei armastata, siis otsige võgu esmalt enda juurest, parandage ennast, et teid tasuks üldse armastada. Sotsialistlikus ühiskonnas ei saa kellelegi armastust peale sundida, igal inimesel on vabadus teist inimest armastada või mitte armastada. Armukadedus kuriteo motiivina ei ole meil mingil määral kergendavaks asjaoluks, vaid see on madal ajend, tunne, mida iga inimene peab täielikult valitsema. Seetõttu ei saanud ka 21-aastane Vladimir B. oma raske kuriteo eest midagi vähemat kui karistuse maksimumi.

Harva, väga harva esineb meil nii raskeid kuritegusid, nagu kirjeldasin eespool. Armastuse pärast, õige-

mini küll armukadedusest tingitud kahtluste pärast on aga paljud noored seesmiselt kannatanud, on vihas-  
tanud, teinud etteheiteid oma armastatule, lavastanud  
näotuid stseene. Kas on aga sellest olnud kasu armas-  
tusõnne kindlustamisele? Vaevalt usutav. Väliselt või-  
vad armusuhted ajutiselt paraneda, kuid hinge on  
jäänud mõra, mis nii kiiresti ei parane.

Meie ühiskondlik moraal näeb armastuses suurt,  
puhast, üllast tunnet, millele on võõras armukadedu-  
sust tingitud väiklane virisemine. Armukadedus on  
ühiks egoismi avalduseks, sest sel puhul talita-  
takse ikka vaid oma huvidest lähtudes. Egoismi peame  
aga oma ühiskonnast välja juurima. Armastus peab  
meid muutma paremaks, täisväärtuslikumaks ühis-  
konnaliikmeks ja selles suunas tulebki meil end kas-  
vatada juba varasest noorusest alates. Vähem enese-  
armastust, rohkem tähelepanelikkust ja abivalmidust  
teiste suhtes! Kui sellel pinnal areneb armastus, ei  
varjuta seda mingid eluraskused.



**TRU Raamatukoos**

## Et hiljem poleks vaja kahetseda

Noorukieas, millal eroofiliste unenägudega kaasnevad juba öösised pollutsioonid, normaalsed spontaansed seemnevoolused, tulevad mõnikord ka mõtted ja unistused seksuaalvahekorrast. Taoliselt kaldutakse unistama jõudetundidel, kui muu tegevus ei paelu tähelepanu, hommikuti pärast ärkamist veel voodisse vedelema jäädes, mõnd kena välimusega tütarlast pildil või tegelikkuses mitteküllaldaselt rietatuna nähes jne. Tavaliselt kujutatakse siis endale ette seksuaalvahekorra mõne vastassoo esindajaga, kellega ei oldagi lähemalt tuttav. Oma armastatut, kui see peaks juba leiduma, ei taheta aga ka kujutlustes asetada sellisesse situatsiooni, teda hinnatakse kõrgemalt. Sellises mõnikord esinevas fantaasialennus, kui see ei lähe liiale, ei hakka meie mõtteid alaliselt kummitama ega tõuka onaneerimisele, ei ole veel midagi halba. Veel mitteküpsele organismile ei saa aga kuidagi soovitatavaks pidada otsestesse seksuaalvahekorradesse laskumist. Varane seksuaalelu kurnab organismi, noored tunnevad end pärast seda nii vaimselt kui ka füüsiliselt väsinuna ja et selliste juhuslike vahekorrad põhjal võib jääda ebaõige ettekujutus ka normaalsest seksuaalelust, võib hakata arenema hirm seksuaalvahekorrad ees üldse.

Toome mõned näited. 26-aastane kõrgema haridusega noormees pöördub arsti poole, kaevates sugutungi nõrkust, hajameelsust ja mälu käepärasuse langust. Tal on soov abielluda, tal on selleks kõik majanduslikud eeldused, on armunud tõsisesse tütarlapsesse, kes suhtub temasse samade tunnetega. Noormees aga kardab abielluda, sest ta on rea aastate vältel kogunud,

et pole võimeline normaalseks seksuaalvahekorraks. Ta saab täiesti õigesti aru, et ilma seksuaaleluta ei saa areneda normaalne ja õnnelik abielu ning ei julge seetõttu abielluda. Ta kardab muuta oma armastatud õnnetuks.

Millest on tingitud selle noormehe õnnetus? Esimesed kolm seksuaalvahekorda olid tal 14-aastaselt 20-aastase moraalselt laostunud tütarlapsuga. Nendest vahekordadest on jäänud talle väga ebameeldivad mälestused. Nüüd kirjutab ta nendest arstile: «Iga kord oli pärast selline tunne, et oli tahtmine sülitada.» Järgneva seitsme aasta jooksul tal seksuaalvahekordi ei olnud. Siis aga toimus üksikuid juhuslikke vahekordi erinevate tütarlastega, kusjuures ta märkas, et tema sugutung ei olnud küllaldane. Igale vahekorrale lähenes ta aga kahtlusega, mis oli säilinud esimesest vahekorra. Ja ükski vahekord ei jätnud talle meeldivat rahulolutunnet, vaid süvendas veelgi ebameeldivust, vastikust. Sellel taustal kadus tal enesekindlus ja hakkas arenema mure oma mehelike võimete suhtes. Lõpuks kartis ta iga suguuhte eel, kas ta tuleb sellega toime. Sellise eelarvamusega oma võimeid proovides tabasid teda muidugi uued ebaõnnestumised ja ebameeldivused, ning ajaks, millal ta oli küps abiellumiseks, tundis end täiesti suguvõimetuna.

Mida võime eeltoodud näitest järeldada?

Suguliste vahekordadega ei või alustada enne täielikku suguküpsust ja ka siis peame omama õiget arusaamist seksuaalelust. Kui me eksime selle vastu, võime saada aastateks ebaõigeid eelarvamusi seksuaalelu kohta, mis pidurdavad sugutungi ka siis, kui seda on normaalselt vaja realiseerida, s. t. abielus. Sugulist vahekorda ei tohi kunagi kasutada kui oma mehelike võimete proovi, liiati tingimustes, kus tuntakse muret võimaliku segamise pärast kõrvaliste inimeste poolt. Kui endas kaheldakse, on suguakt juba ette määratud nurjumisele, sest psüühika toime seksuaalfunktsioonile on väga suur. Kui üksikute suguaktide juures on mehel avaldunud sugutungi nõrkus, ei ole õige seetõttu end pidada veel suguvõimetuks. Muidugi tuntakse end siis partneri ees häbistatuna, kuid veelgi halvem on endale sisendada suguvõimetust. Ebaõiged eelarvamused ja

järeldused ongi kõige laialdasemalt levinud seksuaalhäire — psühhogeense impotentsi põhjuseks.

Teine näide. 21-aastane meesüliõpilane pöördub arsti poole, kaebab impotentsi ja meeleolu languse üle. Viimase nelja aasta jooksul on ta elanud väga intensiivset suguelu. Tema väära arusaamise kohaselt pidi tal olema iga peoõhtu, koosviibimise, teatriskäimise jne. järel seksuaalvahekord tütarlapsena, kellega ta sel õhtul rohkem tegeles. Talitades selliselt oma tõekspidamiste järgi, kurnas ta oma noort organismi ja lõpuks ei olnud enam võimeline läbi viima suguakti. Täiesti loomulik tagajärg. Kui noormehele selgitati tema tõekspidamiste kahjulikkus tema tervisele ja ühiskondlikule moraale, keelati tal teatud ajaks ära seksuaalvahekordade üritamine, et organismile võimaldada kosumist, tervenenes noormees täielikult.

Sellest näitest järeldeb, kui kahjulikud võivad olla nooruses sagedased seksuaalvahekorrad. Kui need vahekorrad toimuvad veel paljude erinevate partneritega, nõuab see alati veelgi suuremat pingutust seksuaalvahekordade üritamisel. Ja tagajärjeks on seksuaalsest ülekuurnatusest tingitud närvisüsteemi nõrgenemine ja impotents, mis ei lase end sellistel juhtudel kaua oodata. Asjatundliku nõuande puudumisel võib aga ka selline impotents fikseeruda ja muuta mehe õnnetuks.

Kui eespool toodud näidetes kirjeldatud noormeeste välisel käitumisel ei olnud moraalse laostumise tunnuseid, neil olid kõrvalekaldumised ainult seksuaalelus, mis mingil määral ei osutunud veel kuritegelikeks, ja peamisteks kannatajateks olid nad lõpuks ise, siis võib varase seksuaalelu tagajärgede kohta tuua hoopis halvamaid näiteid.

Õöl vastu 16. septembrit 1962 sõitsid viis noormeest alkoholijoores Võrust taksoga maale üksiku naisterahva juurde, keda tundis pealiskaudselt ainult üks viiest. Maal joodi veelgi kaasavõetud alkoholi ja siis hakati end selle naisterahvaga «lõbustama». Äärmiselt julmast ja küünilisest vägistamisest võtsid osa kõik viis noormeest öö jooksul korduvalt. Eesti ENSV Ülemkohus oma väljasõiduistungil karistas noormehi õig-

läselt ja karmilt — üks noormeestest mõisteti surma ja teistele määrati kuni 15-aastane vabaduskaotus.

Kuidas sai võimalikuks, et noored mehed laskusid nii raske kuritööni? Selleks tutvume mõningate ühiste joontega nende noormeeste eluloost.

Peale Nikolai K., keda oli varem juba kahel korral kriminaalkuritegude eest karistatud ja kellel nüüd langetati surmaotsus, olid ülejäänud neli noored mehed. Nende vanus oli 19 ja 22 aasta vahel. Pärinedes küll erinevatest perekondlikest tingimustest, olid nad kõik hakanud alkoholi tarvitama 12. ja 16. eluaasta vahel. Alkoholi kuritarvitamise tõttu oli kõikidel kannatanud hariduse omandamine. Kolmel noorukil neljast avaldusid juba kindlad kroonilise alkoholismi tunnused. Varane alkohoolsete jookide tarvitamine oli kõikide kurjategijate ühiseks jooneks. Seoses sellega esines neil ka teine ühine joon — varane seksuaalelu. Esimesed seksuaalvahekorrad olid kõigil toimunud juba 15—16-aastaselt. Kõige selle tõttu ei olnud neil enam õigeid moraalseid tõekspidamisi ja oma rasket kuritegugi hindasid nad lamedalt, ilma tõsisema kahetsuseta. Nende noorukite mõtlematult raisatud noorusaeg viis neid kuritööni ja teenitud karistuseni.

Vägistamine on üks neist rasketest kuritegudest, mida meie seaduste järgi karistatakse kuni karistuse ülemmääraga — mahalaskmisega. Karistada võib saada aga ka siis, kui suguühendus on toimunud ilma vägivaljata. «Eesti NSV kriminaalkoodeksi» järgi karistatakse kuni 3-aastase vabaduskaotusega isikuid, kes on olnud suguühenduses teadvalt alla 16 aasta vanuse tütarlapsena. Samuti karistatakse vabaduskaotusega (kuni 4 aastani) neid, kes teadvalt alla 16 aasta vanuseid isikuid (nii poisse kui ka tüdrukuid) on kõlbeliselt rikkunud liiderlike tegudega nende suhtes.

Nagu näete, on karistused seksuaalkuritegude eest väga ranged. Karistused tulevad ikka siis, kui kuriteod on juba toimunud. Seadusandlike korraldustega üksinda ei väldita toore sugutungi võikaid avaldusvõimalusi, vaid seda peab iga inimene, eriti aga noorukieas, tegema omandatud teadmiste, terve inimõistuse, enesekasvatuse ja hea maitsega.

Kelle «head» maitset näitavad meile aga avalike

väljakäikude seintele tehtud joonistused ja kirjutused? Ka need on haiglase psüühikaga ja moraalselt väärastunud noorte eneseväljenduseks. Tervele noorele inimesele ei paku mingit lõbu kritseldada rumalusi endale või teistele vaatamiseks. Kui aga selles suunas siiski jätkatakse, võidakse varsti jõuda tegudeni, mille kohta on «Eesti NSV kriminaalkoodeksis» § 200: «Teadvalt pornograafilise toese, kujutise või muu pornograafilise iseloomuga eseme valmistamise eest levitamise eesmärgil, samuti nende levitamise eest karistatakse vabaduskaotusega kuni ühe aastani...»

Iga mees, kes üritab juhuslikku seksuaalvahekorda astumist ka partneriga, kes on täisealine ja avaldab selleks nõusolekut, peab alati arvestama veel kahte asjaolu.

Normaalse suguelu füsioloogiliseks eesmärgiks on soo edasikandmine. Iga seksuaalvahekord võib anda naisele raseduse, mis kestab üheksa kuud ja lõpeb lapse sündimisega. Kas aga juhuslike seksuaalvahekordadega tahetakse saada last? Kas ollakse sel ajal alati küps saama isaks või emaks? Alati mitte. Kui abielus tuntakse lapse sündimisest suurt rõõmu, siis vallalistele toob see sageli kibestumist. Mõne ülemeelikult veedetud tunni pärast tuleb hiljem kehvalt, naistel võib-olla aastaidki tunda muret ja südametunnistuspiinu. Meil on küll vallasemad kindlustatud riikliku toetusega ja vallaslapsed võetakse sageli riiklikule ülalpidamisele, kuid õigem on siiski laste kasvatamine kodus vanemate, nii ema kui ka isa hoole all.

Te teate, et meil tehakse nüüd raseduse algul ka arstlikke raseduse katkestamisi — aborte. Tänapäeva arstiteaduse taseme juures ei ole abort raske operatsioon, kuid naise tervisele võib ta osutada määralt kahjulikuks. On võimalik, et abordi tagajärjena jääb kogu eluks püsima sigimatus, kaob võimalus ka edaspidi abielus olles lapse saamiseks. Mis on aga abielu ilma lasteta? Kurb. Siis kahetsetakse oma noorusrumalusi, kuid naise täisväärtuslikkust ei suuda ka kõige kogenumad arstid alati enam taastada. Ja häbi sellele noormehele, kes on mõne naise oma mõtlematute tegudega muutnud õnnetuks.

Apteekides on müügil mitmesuguseid rasestumis-

vastaseid vahendeid ja preparaate. Viimaste käitsemist peaksid naised õppima naistearstidelt. Peab aga teadma, et ükski neist vahendeist ei ole absoluutselt kindel. Mehed loodavad sageli kummist preservatiivile. Kuid ka see ei anna alati loodetud tulemusi.

Teoreetiliselt on põhjendatud seisukoht, et rasestumine ei ole võimalik, kui suguühe toimub vahetult pärast menstruatsiooni lõppemist või veelgi kindlam, mõned päevad enne menstruatsiooni algust. Seda võimalust saab kasutada aga ainult abielus, kui naisel kulgeb menstruatsioonitsükkel korrapäraselt ja seksuaalelu toimub normaalselt. Juhuslike seksuaalvahekordade juures ei saa ka nendele päevadele olla kindel kui «ohututele». Eriti noortel naistel tekitavad üksikud harvad seksuaalvahekorrad väga tugeva sugulise ärrituse, mis võib segi paisata menstruatsioonitsükli, ja rasestumine on siis igal ajal võimalik.

Küllalt laialt kasutatavad vallalised inimesed rasestumisest hoidumiseks nn. katkestatud suguühet. Sel juhul püütakse vältida seemnevedeliku purskumist tuppe. Mõningal määral võib sellele võttele loota, kuid absoluutset kindlust ei anna ka see. Piisab vaid seemnevedeliku tilgakese sattumisest välimistele suguelunditele ja võibki järgneda rasestumine. Mehe seemnerakkudel (spermatosoididel) on aktiivne liikumisvõime ja nad võivad tungida seesmistesse suguelunditesse.

Katkestatud suguühete kui mittenormaalse sage kordamine mõjub aga häirivalt nii mehe, eriti aga naise psüühikale. Mees saab siin küll mingil määral rahulduse, naine aga tavaliselt mitte. Halb on see mees, kes mõtleb ainult oma heolule, ei arvesta naise tundeid, ega oska naise sõnatute soovide järgi talitada.

Seksuaalelu on komplitseeritud küsimus. Normaalse lahenduse leiab see abielus. Seksuaalküsimustega ei või nooruses naljatada, see ei ole enam mäng, vaid tõsine elu. Kui te olete igakülgsest küps abielumiseks, soovite saada isaks, siis alles võite mõelda seksuaalvahekordadele.

Teiseks tõsiseks probleemiks juhuslike seksuaalvahekordade juures on suguhaigustesse nakatumise oht. Meil on tehtud väga tõhusat tööd suguhaiguste vastu võitlemisel, kuid täielikult ei ole need veel likvideeritud.

Kui süüfilist esineb meil nüüd vägagi harva, siis tripperi raviga tuleb arstidel sagedamini kokku puutuda. Tänapäeval peetakse ka trihhomoniasia suguhaiguseks ja seda esineb nii naistel kui ka meestel küllaltki sageli. Siinkohal ei tahaks pikemalt peatuda üksikute suguhaiguste sümptomaatikal. Peame teadma, et need on tõsised haigused, mida vältida on palju kergem kui ravida. Ja nende haiguste vältimise kõige kindlamaks tagatiseks on hoidumine varaseist ja juhuslikest seksuaalvahekordadest. Lähedased suhted naistega ei ole noormeestele sugugi möödapääsmatult vajalikud ja mingi seiklustuhina ajal on mõttetu oma tervist ohtu asetada. Sellise noorusliialduse tõttu on mitmed mehed veel aastategi pärast raskesti kannatanud. Liiasi tuleb arvestada, et naised, kes on nõus pärast lühiajalist tutvust teiega juba seksuaalvahekorda astuma, on arvatavasti eelnevalt seda ka teiste meestega samuti teinud. Seda tõenäolisem on suguhaigusesse nakatumise võimalus. Alles hiljuti suunati spetsiaalsele ravile «kaunitar», kes eelneva paari kuu jooksul oli jõudnud «kinkida» suguhaiguse 28 mehele. Kuidas te tunneksite end, kui oleksite üks nendest?

Suguhaigused levivad ikka seal, kus esineb seksuaalset lodevust ja liialdust. Hoidugem seepärast «külalislahketest» naistest, talitsege oma kirge, tegelge nooruses kõigega, mis teid arendab ja tugevdab, ning siis pole teil hiljem midagi vaja kahetseda ega millegi pärast kannatada! Säastes end nooruses seksuaalsetest liialdustest, olete abielus seda õnnelikumad!

## Millal ja kellega abielluda?

Vaevalt möödub päevi, millal meie kohalikes ajalehtedes ei avaldataks abielulahutuse kuulutusi. Need on tavaliselt surmakuulutustega samal leheküljel. Kui sügavamalt mõelda nende kuulutuste üle, võib leida isegi teatud analoogiat. Ühel juhul on jäädavalt lakanud tuksumast süda, teisel juhul on surnud abieluõnn. Mõlemad sündmused on kurbust tekitavad ja kogu ühiskonna huvides peame neid vältima nii palju kui võimalik. Abielulahutus ei ole raskeks sammuks ainult abielupooltele, veelgi rohkem kannatavad selle all lapsed. Paljudel juhtudel on lastel esinevate psüühikahäirete põhjuseks asjaolu, et isa või ema on perekonna maha jätnud. Abielulahutus on kahtlemata üheks negatiivseks nähtuseks meie ühiskonnas, sest sellega puruneb perekond, meie ühiskonna algrakuke. Kui veel arvestame, missugused sõnavahetused, tülid, võib-olla isegi kaklused on toimunud perekondlikus elus mõned kuud või aastad enne abielulahutust, võime arvata, kui valusad mälestused jäävad asjaosalistele kogu eluks.

Miks siis esineb meie ühiskonnas, kus me taotleme elamist kommunistliku moraalikoodeksi järgi, veel abielulahutusi? Käesolevas vestluses ma ei vaatle kaugeltki mitte kõiki asjaolusid, mis on põhjustanud abielulahutusi, vaid piirdun mõningate momentidega, mida abiellujad võiksid arvestada kui abieluõnne juba algusest peale soodustavaid tegureid.

Abiellumine on kõige tõsisemaks sammuks inimese elus. Noorukieas, kui tärkavad esimesed õrnad tunded vastassoo vastu, tulevad sageli ka mõtted abiellumisest. Tavaliselt aga nähakse siis abielus vaid seaduslikku

õigust omada naist, mõistmata abielu kui perekonda kõigi sellega kaasnevate kohustuste, rõõmude ja muredega. Kui kurameerimine, tantsupidudel käimine, paari-kaupa jalutamine vaiksetes parginurkades ja metsaradadel on noorukiea eesõigus, siis abiellumisele võivad mõelda alles täiesti iseseisvad, tõsise ellusuhtumisega inimesed. Esimene armastus võib olla petlik, sellest ei piisa veel alati abiellumiseks. Abielluda aga arvestusega, et meie ajal on ka abielulahutus võimalik, ei näita õiget ellusuhtumist. Ennatlikud abielud, mõne kirepuhangu ajal tegutsemised annavad harva häid tagajärgi. Kui abielupoolte vastastikune teineteise sügavam tundmaõppimine toimub alles perekonnaelu vältel, millal majas on ka juba lapsi, ja kui alles siis leitakse, et kooselu ei sobi või on isegi võimatu, on kahjustatud mitme inimese elukäik.

Millal oleks siis õige aeg abiellumiseks, et võiksite loota abielu õnnelikku kulgu? Selleks on vaja vaadelda mitut tegurit.

Vanus. Meie maal saavad noored kätte passi 16-aastaselt. See aga ei tunnista neid veel täisealiseks ja abiellumine selles vanuses on seadusega keelatud. 18-aastaselt saavad noored valimisõiguse ja sellest ajast peetakse neid ka täisealisteks, kes võivad juba abielluda. Bioloogiliste ja sotsiaalsete kaalutluste kohaselt on aga ka see eluiga abiellumiseks veel varajane ja võib arvesse tulla vaid erandjuhtudel. Meie kliimaatilistes tingimustes toimub inimese küpsemine aeglasmalt kui lõunamaadel. Kaasaja ühiskondlik elu on nii komplitseeritud, et alles 21—23-aastaselt saavutatakse endale mingi õige koht elus. Kõike seda arvestades võib pidada meil optimaalseks abiellumisvanuse alguseks meestele 25. ja naistele 22. eluaastat. Kui paljudel on aga selleks ajaks juba abielulahutus seljataga! Muidugi ei anna ka küllaldane vanus üksi veel kõiki eeldusi abiellumiseks.

Haridus. Kaasaja teaduse ja tehnika tase on niivõrd kõrge, et iga inimene, kes tahab meie ühiskonnas elada täisväärtuslikku elu, peab omama vähemalt keskharidust. Kuigi me kõik õpime pidevalt veel kogu elu jooksul, peaks igal abielulajal olema eelnevalt võimetekohane ja vajalik üldharidus. Perekonnainimesele on õppimine

palju rohkem pingutusi nõudev kui üksikul, kes saab end täielikumalt pühendada õppimisele. Kui siiski abiellutakse õppeajal, ei ole õige abiellumise tõttu jätta õppeasutust lõpetamata. Mõnikord võib abielu poolte vastastikusel õhutamisel ja abistamisel isegi soodustada õppimist. Taunimisväärne on aga nende noormeeste käitumine, kes astuvad ülikooli abielumeestena või abielluvad esimestel kursustel, kusjuures õppeajal ei elata üldse koos, naine kuskil kaugemal elades ja töötades toetab meest majanduslikult, kuid pärast ülikooli lõpetamist alustab mees abielulahutust, et abielluda uuesti mõne ülikoolikaaslasega.

Elukutse. Ka keskkooli ulatuses üldhariduse omamine ei määra tänapäeval veel inimese kohta elus. See on vaid üheks baasiks, millele saab rajada oma elukutset. Meie rahvamajanduses on väga palju erialasid, küll laiema ja kitsama profiiliga, mis tuginevad kas alg-, kesk- või kõrgemale haridusele. Iga noor peab valima oma huvidele ja individuaalsetele võimetele sobiva ning ühiskonnale kasuliku tööala. Alles kutsetunnistuse, diplomini omamisel võib mõtelda abiellumisele.

Muidugi on meil ka tööalased, kus kutsetunnistust pole vaja; ja teisest küljest kutsetunnistusest üksi on vähe, kui seda ei kasutata õigesti või puudub tahe töökohta pidamiseks ja töökohti vahetatakse sageli. Abiellumiseks on aga vaja, et igal noorel inimesel oleks kindel töökoht, millisele kohale ta sobib ja jääb sinna aastateks. Kui aga juba abielu algaastail hakatakse sageli töökohti vahetama, on kahtlemata häiritud ka normaalne perekonnaelu. Poleks sugugi üleliigne soovitada abiellujaile, et nad vähemalt aasta oleksid juba töötanud ühel kindlal töökohal, kuhu nad jäävad ka pärast abiellumist.

Korter. See küsimus on meil praegu veel raske, sest igale perekonnale ei ole võimalik eraldada omaette korterit kõikide mugavustega. Raske on aga ette kujutada õnnelikku perekonnaelu, kui üks abielupooltest elab ühiselamus, teine on kaasüürnikuks mõnes toanurgas. Abiellumisel peab noorpaaril olema vähemalt omaette tuba, ilma milleta on abielu õhku rajatud. Arvestades meie elamuehituse tempot, võime loota, et kümme aasta pärast antakse perekonnaseisuame-

tis äsjaregistreerituile vajaduse korral ka korteri võtmed. Senikaua peavad aga abiellujad ise korteriküsimusele tõsiselt mõtlema.

Majanduslik sõllumatus. Näib, et kõige eeltooduga see nõue abiellumiseks on juba rahuldatud. Alati mitte. Meil leidub veel noori, kes ise küll teenivad, kuid võtavad vanematelt vastu mitmesugusel kujul toetusi ja on seetõttu harjunud kulutama rohkem, kui seda võimaldab palk. Abielluda aga arvestusega, et küll vanemad ka aitavad, on täiesti väär. Perekonna materiaalne kindlustatus peab olema tagatud abiellujatel ainult oma teenistusega. Noor abielupaar ei tohi olla majanduslikult kellestki sõltuv ning peab läbi saama ilma hooldajateta. Muidugi ei ole rikkuse tagaajamine meie ühiskonnas kellelegi mingiks eesmärgiks, abiellumisel kaasavara olemasolu pole tähtis, kuid minimaalne majanduslik baas peab igal abiellujal olema. Mees, kes abiellumisel jääb oma naise või vanemate ülalpidamisele, ei vääri mehe nime.

Sõjaväeteenistuskohustuse täitmine. Senikaua, kui meil kehtib kohustuslik sõjaväeteenistus, tuleks noormeestel, kes kuuluvad selle kohustuse alla, mõtelda abiellumisele alles pärast sõjaväeteenistusest vabanemist. Kui aga abiellumise järel tuleb peatselt minna paarikolmeks aastaks sõjaväeteenistusse, on abieluõnn selle sunnitud lahusoleku tõttu asetatud suure katsumuse ette.

Kõige tõsisemaks küsimuseks on õige abikaasa valik. Missugune on see õige? Siin juba üksikasjalikke nõudeid ei saa esitada, sest inimeste individuaalsed erinevused on väga suured ja see neiu, kes ühele noormehele on ainsaks unelmaks ja täiuslikkuse kehastuseks, ei ole teistele vahest üldse talutav. Mingil määral julgen siiski esitada üldisi soovitusi, millest juhindudes võiks abikaasa valikul kasu tulla.

Abiellumist kui ühte tõsisemat sammu iga inimese elus ei või võtta kergelt ja eluseltsilise valikul tuleb juhuslikkuse moment viia miinimumini.

Õnnetut abielu või õigemini, abielu õnnetuks muutumist väldib teineteise igakülgne tundmaõppimine enne abiellumist. Kaua siis peaks kestma selline tundmaõppimine? Aeg ei ole siin muidugi mitte kõige määra-

vam, kuid paarist kuust on ikkagi vähe. Vähe on ka sellest, kui teineteisega ollakse tuttavad juba paar aastat, kuid tutvus on piirdunud ainult kohtumistega tantsupidudel, teatris, kinos jne. Nii õpitakse tundma küll oma tulevase elukaaslase «pühapäevast» nägu ja tegu, kuid elus on ju palju rohkem argipäevi. Inimeste käitumistaad on erinevates olukordades väga mitmesugune. Just raskuste ületamisel avaldub sageli inimese tõeline iseloom. Ja kui see avastatakse alles abielus? Võib-olla haihtub siis armastus ja asendub põlguse ja sallimatusega oma elukaaslase vastu. Kas siis on kooselu võimalik?

Nii mõnigi kord räägitakse meil «armastusest esimesest pilgust». Kas see kiindumustunne, mis haarab noormehi mõnd kaunitari esmakordselt kohates, on aga alati suur ja tõeline armastus? Võib juhtuda, et «armastus esimesest pilgust» on oma tekkemomendil maksimumaalne ja tutvuse edasi arenedes järk-järgult väheneb. Armastus, millele abielu tugineb, peaks kulgema aga progresseeruvalt ning püsima maksimaalsena just abielu ajal. Ei saa sugugi nõustuda kergemeelse ja vulgaarse mõtteavaldusega, nagu oleks abielu armastusele hauaks. Muidugi võivad muutuda armastuse välised avaldusvormid abielu ajal, nad ei ole kõrvalseisjatele alati nii silmatorkavad, kuid armastuse põhialused — vastastikune kiindumus, teineteise mõistmine, abistamine, andestamine jne. peaksid säilima kogu abielu jooksul.

Teineteise mõistmiseks on vaja, et abiellujatel oleks ühiseid huvialasid, mida vastastikku täiendatakse ja toetatakse. See ei tähenda sugugi, et mõlemal peaks olema sama elukutse, kuid ka hoopis erinevate elukutsete puhul tuleb huvitada elukaaslase tegevusest. Võime aga ette kujutada, millega lõpeb abielu, kui mees tahab töötada maal, naine aga ei kujuta endale ette elu väljaspool linnakära. Palju perekondlikke arusaamatusi võib tekkida ka siis, kui üks abielupooltest on väga seltskondlik, võtab osa isetegevusringidest, teine aga ei mõista neid askeldusi ja eelistab kõigele ainult vaikset kodus istumist. Suuri katsumusi perekonnaõnnele võib tuua ka hariduslik ebavõrdsus. Kui üks abielupooltest on alg-, teine aga ülikooliharidusega, siis on sageli

raske leida ühiseid huvialasid. Esialgne «suur armastus» võib abielus kiiresti asenduda vahekorraga, kus madalama haridusega abikaasa muutub teisele ümardajaks, käsutäitjaks. Ja kui siis veel kõrgema haridusega abielupool hakkab end ise teadlikult esile tõstma, tegema oma abikaasale etteheiteid nii kodus kui väljaspool, on abielu ainult kahe inimese sunnitud kooselu, mis kummalegi poolele ei paku rõõmu ega rahuldust.

Kui inimese iseloomujoonte avastamine ja tundmaõppimine võtab aega ning vastastikuse sobivuse kindlaksmääramine toimub alles pikema tutvusaja jooksul, siis on mõningaid näitajaid, millede järgi võib kohe, ainult väikese eksimisvõimalusega, teha oletusi abieluõnne püsivuse kohta. Mehe ja naise kasvu erinevus hakkab kõikidele silma, kuid sellel ei ole mingit tähtsust abieluõnnele. Väikesekasvuline mees võib endast pikema naiselega elada väga õnnelikult. Kas usub aga keegi, et 50-aastane mees 20-aastase naiselega abielludes talitas õigesti? Kas 20-aastane mees 40-aastast lesknaist kosides loodab kogu elu veeta õnnelikus abielus? Abiellujate sellised ebanormaalsed vanusevahed ei tööta midagi head.

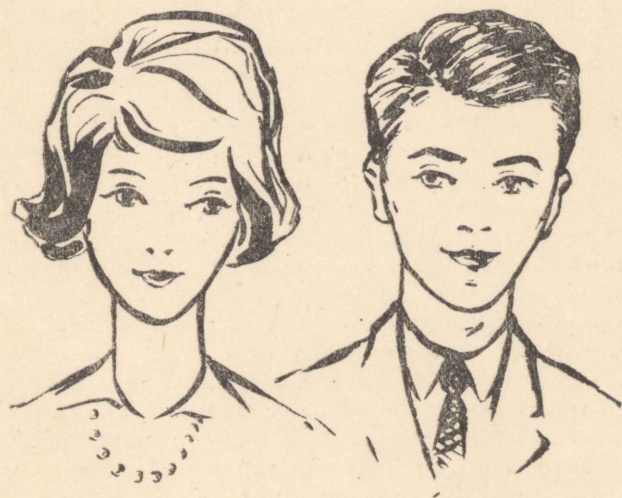
Mida hinnata siis abiellujate normaalseks vanusevaheks? Kodanlikus ühiskonnas peetakse meest perekonnapeaks ja -toitjaks, kes abielludes peab omama positsiooni ja elukogemusi, et elus juhtida oma naist, kellele seal sageli erilisi nõudeid peale kauni välimuse või suure kaasavara ei püstitata. Seetõttu arvestatakse seal normaalseks abielu, kus mees on 10—15 aastat naisest vanem, ja ebanormaalseks seda, kui mees on naisest noorem. Meie ühiskonnas on juba ammu kujunenud täiesti loomulikuks naiste võrdõiguslikkus mees-tega. Seepärast ei ole meil alust näha ainult mehes abieluõnne kindlustajat ja perekonna toitjat, vaid need ülesanded on võrdselt jaotatud. Tavaliselt ongi meil abiellujad samaealised või siis on mõneaastane vanusevahe ühe või teise poole kasuks.

Praegu veel juurdunud tava kohaselt on meil abielu algatajaks mees, kuid ei ole ka midagi lubamatut, kui naine näitab selles osas initsiatiivi. Möödunud on aga need ajad, kus vanemad valisid oma «lastele» eluseltsilisi. Abiellujad kuuluvad siiski kõigepealt teineteisele ja

vanemate sõna ei saa siin olla määrav. Kui abiellujal ei ole niigi palju iseseisvust, et ise otsustada oma abieluküsimusi, siis ei ole ta veel küps abiellumiseks. See aga ei tähenda, et abiellumisel pole üldse vaja arvestada vanemate või suuremate elukogemustega inimeste nõuandeid. Neid tuleb alati tõsiselt kaaluda, lõppotsus jääb aga siiski enda teha.

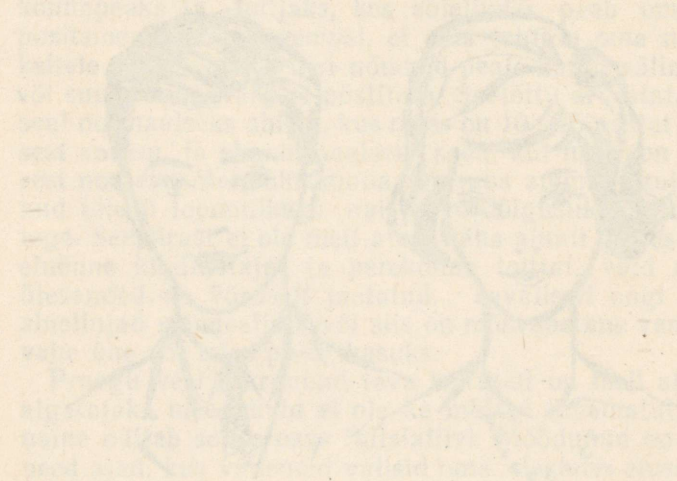
Normaalseks ei saa pidada ka olukorda, kus mees, kellel on reaalselt kõik võimalused abiellumiseks, pühitseb oma 30. sünnipäeva poissmehena. Abielu on füsioloogiliselt, psühholoogiliselt ja sotsioloogiliselt normaalne nähtus ja nn. vanapoisiks jäämine võib olla vabandatav ainult tõsiste tervishäiretega. Kui kellelgi tekib kahtlus oma võimetes abiellumiseks, on soovitatav rääkida arstiga. Arsti poole tuleb julgemalt pöörduda ka siis, kui abielus esineb seksuaalseid arusaamatusi.

Viimases vestluses avaldatud mõtteid ei saa absoluutiseerida, need on esitatud rohkem mõttevahetuse korras. Abielu põhialuseks jääb ikka armastus. Et aga armastus võib teha mõnikord «pimedaks», oleks hea, kui abiellujad kaaluksid siiski ka teisi tegureid ja eeldusi, mis tulevad arvesse abieluõnne kindlustamisel.



## Lõppsõna

Minu mõtted on teil nüüd läbi loetud. Edasi jätkuvad teie oma mõtted. Võib-olla kõikides üksikasjades te minuga ei nõustu, kuid peamises lepime siiski kokku. Noorus on ilus aeg, kuid ainult siis, kui ta on elatud sisukalt ja puhtalt. Kuidas aga nii elada, et hiljem poleks vaja kahetseda, selle üle mõtelge järele igat oma sammu eluteel astudes. Kaasaeg on kõikidele võimalusterikas; pidage aega kalliks, arendage end nooruses igakülgsest. Meie ühiskond annab teile palju ja ootab teilt palju. Ärge laske kellelgi endas pettuda! Me läheneme kommunismile, olgem väärilised kommunismiehitajad ja tulevase kommunistliku ühiskonna liikmed!



## SISUKORD

Saateks . . . . .	3
Noored sõbrad . . . . .	5
Elu vajab mitmekülgseid noori . . . . .	8
Hoidugem tervist kahjustavatest harjumustest . . . . .	14
Kilde käitumiskultuurist . . . . .	22
Ettevaatust, karid teel! . . . . .	31
Räägime armastusest . . . . .	40
Et hiljem poleks vaja kahetseda . . . . .	52
Millal ja kellega abielluda? . . . . .	59
Lõppsõna . . . . .	66

Кадастик Хейти Иоханнесович

БЕСЕДЫ ДЛЯ ЮНОШЕЙ

На эстонском языке

Республиканский дом санитарного просвещения  
Тарту, Р. Пялсони 32

Vastutav toimetaja J. Saarma

Ladumisele antud 4. VI 1963. Trükkimisele  
antud 9. IX 1963. Paber 54×84, 1/16. Trükipoognaid  
4,25. Arvestuspoognaid 4,05. Tiraaž 7000. Tellimise  
nr. 4773. MB-05597. Hans Heidemanni nimeline  
trükikoda, Tartu, Ülikooli 17/19. III.

Hind 12 kop.

12 kop.

A-25592

TÜ RAAMATUKOGU



1 0300 00428537 7