

O B S A H

ČÁST I.

Úvod	3
Poznámka autorova	5

Sexuální harmonie a eugenika.

Kapitola I.

Na obranu pohlavní výchovy	7
Změněný názor o pohlavní výchově	7
Šťastné a nešťastné manželství	8
Co je pohlaví?	9
Pohlaví je více než něco anatomického a fyziologického	9
Pohlaví není nic vulgárního ani nečistého	11
Odříkání se pohlavního života	12

Kapitola II.

Pohlavní výchova dětí	13
Povinnosti rodičů k dětem	16
Vliv časně pohlavní výchovy	16
Z dítěte vychovává důvěrníka	19
Nevědomost většiny matek	20
Rozmlouvání s dětmi o pohlaví	20

Kapitola III.

Pohlavní orgány	23
Mužské pohlavní orgány	23
Ženské pohlavní orgány	26
Děloha, vejcovody, vaječníky a zadní poševní stěna	28

Kapitola IV.

Ovulace a oplození	31
Normální ovulace	32
Jak vzniká oplození	34
Změny ve vajíčku po oplození	35
Úkoly placenty (plodového lůžka)	37
Vývoj embrya a plodu	37
Doba trvání těhotenství	38
Změny v děloze	38
Volba vhodného druhu (vhodné družky)	39
Manželství, která ztroskotávají	39
Které věci má člověk vědět o svém milenci (své milence)?	41
Zdravé a šťastné manželství	43
Rodina snoubenky (snoubence)	44

Otázka dětí	44
Výchova a obchod	45
Soujem „matka“	47
Osobní zvyky snoubenky (snoubence)	49
Přátelé snoubencovi a přítelkyně snoubenky	49
Manželství mezi bratřenci a sestřenicemi	50
Příčiny nemohoucnosti oplodnění	50
Přirozené, chemické a mechanické prostředky k zabránění těhotenství	52
Pohlavní styk	63
Hrdinky, kterým se nedostalo žádných poct	64
Sexuální tragédie v dětství	66
Provádění manželských styků	67
Umění početi	67
Nemorálnost výstředností	69
Zachování pohlavní energie	70
Anatomie a fyziologie pohlavních orgánů	71
Soulož (coitus)	72
Fyziologie soulože	72
Vyjádření vášnivé lásky	74
Těm, kdož by měli praktikovati kontrolu početi	76
Rozmnožovati se mají jen zdatní	77
Manželova funkce dvoření před aktem	79
Manželčina funkce milostné odezvy	81
Proč ženy byly podřízené a bezprávné	82
Úplná rovnocennost mezi manželem a manželkou	83
Nové lidské pokolení	84
Žádoucí pohlavní styk	84
Sexuální energie	86
Odstranění bázně z pohlaví	87
Odpor vůči pohlavnímu aktu	88
Nemorálnost skrývání a zdržování vědomostí o kontrole početi	89
Mužové, kteří se žení v nevědomosti	90
Pohlaví podnětem k manželskému soužití	91
Mají manželé spát spolu v témže lůžku?	93
Přípravy pro prvorozené dítě	93
Odstranění porodních bolestí	95
Jednoženství anebo volná láska	96
Je rozvod lékem proti špatnému manželství?	97
Dědičné sklony	98
Omezení populace	99
„Boží dopuštění“ a kontrola početi	100
Neomezené plození zahrnuje v sobě existenční zápas	101
Manželství rozkoší a radostí až do smrti	101
Zvláštní zakončení	102
Láska, její výsady a práva	105
Láska začíná jedině manželstvím	107
Choroby způsobené nedostatkem lásky	110
Zkouška lásky	111
Jsme stále ještě obětí předsudků!	111
Nevědomí manželé	112
Láska je význačně lidským citem	113
Je nutno, aby manželství ukončilo sportovní kariéru mužovu?	113
Mnoho sportovců se manželstvím zničí	114
Zprznění pohlaví je degradující	114
Strach zodpovědný za přílišné hovnění rozkoším	114

Jak vyléčiti výstřednost pohlavních požitků	115
Zdraví v manželství závisí na životě lásky	116
Potřeba lásky pro muže celý den pracujícího	118
Milovati znamená míti úspěch v práci	118
Je manželství obchodem?	119
Muž je bez manželky neúplný	119
Ruku v ruce v bitvě života	119
Děti jen tehdy, jsou-li žádány	120
Vzájemné poznání manželů	120
Jak učinit manželství šťastným	120
Pohlavní činitel v manželském životě	121
Je láska sexuální?	121
Perversní představy o pohlaví	122
Málo lidí zakouší vše zaplavující vášeň lásky	122
I zákon spočívá na pověře	123
Manželé, kteří neznají, co je to pohlavní láska	123
Manželství je vybudováno nebo zmařeno, již v mládí	124
Pohlavní výchova má býti vědeckou	124
Vývoj života	125
Rozplozování je projevem nesmrtelnosti	126
Zabránění škodlivým pokušením	126
Manželství ztroskotá následkem nemravnosti v mládí	127
Pohlavní abnormality začínají v mládí	128
Kam předčasné zlozvyky mohou zavést	129
Uspokojení duše	130
Je vášeň dosvědčením lásky?	130
Různé druhy lásky	131
Když plamen vášně zhasne	131
Co je to úplná dospělost?	132
Jak může láska ztroskotati	133
Nenazývejte to láskou!	134
Byl Hight pokrytcem?	135
Pohlavní činitel	135
Mnoho zločinů má původ v pohlavnosti	136
Zachování lásky	137
Milostné dvoření jako psychická příprava	139
Právo ženy na pohlavní ukojení v lásce	143
Pohlavní spojení	143
Vzájemnost ve stycích pohlavních	145
Jak časté mají býti pohlavní styky?	147
Nepřekonatelná pohlavní chladnost a jak ji přemoci?	150
Milostné dvoření a milenci v manželství	152
Žárliivost	154
Pohlavní styk jen za účelem plození	155
Hygiena těhotenství	156
Známky těhotenství	157
Jak se vyvíjí dítě v těle matčině a jak se to pozná?	158
Pohlavní láska a ostatní výrony pohlavního pudu v duševním životě člověka	160
Láska — umění a — pornografie	180
Přehled a pohled do budoucna	184
Dějiny pohlavního života v manželství	194
Váha mozku podle plemene a pohlaví	194
Původ manželství	195
Stáří manželství	196
Posudek učení o promiskuitě	196
Manželství a bezmanželství	198
Zakončení	199