

ՄԱՐՄՆԱՄԱՐԶ

ՊԱՏԿԵՐԱԶԱՐԴ ԱՄՍԱԹԵՐԹ

Ե Ի

ՕՐԿԱՆ ԱԶԳԱՅԻՆ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԿՐԹՈՒԹԵԱՆ

Գ. ՏԱՐԻ -- ԹԻԻ 4

ԳԻՆ 50 ՓԱՐՍՅ

1913 ԱՊՐԻԼ

ԲԱԺԱՆՈՐԴԱԳՐՈՒԹԵԱՆ ՊԱՅՄԱՆՆԵՐ

Sarkisiani kantsipik' t'ourfian 15 Դրուե . Arsuasimian 5 Ժրանք :

Հասցե

[مارمنامارز] یکی وواتو خان، نومرو ۱۹ باغچه قو، درسمادت

ՄԱՐՄՆԱՄԱՐԶ

ԵՔԵՒ ՎՕՐԹՈ խան, Թիւ 19, Պանչէ Գարու, Կ. Պոլիս .

RÉDACTION DE LA REVUE MARMNAMARZ

Yéni Volto Han, N. 19., Baghtché Kapou

CONSTANTINOPLE

ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹԻՒՆ

Երկու նոր ուժեր . — Յունական Ողիմպիական — Հայ Ողիմպիական . —
Երջանկութեան նամբաները (Կանանց Բաժին). — Հայ Մեաուդներու առաջին խումբը
(Պասկեր) . — Տղուն ֆիզիկական կրթութիւնը (Հայ Մարբերուն) . — Կափամարտու-
թեան մրցում (Անգլիացի նաւագներու միջեւ) . — Յայտարարութիւն Հայ Մեաուդներու
կազմակերպութեան առժամեայ Տնօրէն Ժողովոյ . — Մբօրի մրցումներ Գասըզիզի մեջ:
— Հայկական Երրորդ Ողիմպիականը :

Կ. ՊՈԼԻՍ

ՏՊԱԳՐՈՒԹԻՒՆ Գ. ՊԱՂՏԱՏԵԱՆ

Սիբեէի, Թրանկայ նաստի . Սաղըք Սեօլիս

Կ Ա Ր Ե Ի Ո Ր

Խմբագրամունը բաց է, բացի Կիրակիէ՝ ամէն օր կէս օրէ վերջ 1—5 (ը. և.):

Մ Ե Ր Ն Ո Ր Գ Ո Ր Ծ Ա Կ Ա Լ Ն Ե Ր Ը

Սամսոնի մեր միակ Գործակալն է Տիար Հայկ Խրիմեան, որ մեծ հաճությամբ ընդունած է թերթիս Պատուակալ Գործակալութիւնը. այս առթիւ կը յայտարարենք թէ բաժանորդագրութեան և վճարումի բոլոր խնդիրները պէտք է միմիայն յիշեալ Պարոնին հետ կարգադրել, ու ուրիշներու հետ եղած ու է կարգադրութիւն մեզի համար ընդունելի չպիտի ըլլայ:

Վանի մեր գործակալն է Տիար Մնացական Կօրկօտեան, որուն պէտք է զիմել բաժանորդագրութեան և ամէն տեսակ գործառնութեանց համար:

Ս Ս Տ Յ Ո Ւ Ա Ծ Շ Ր Ա Տ Ա Ր Ա Կ Ո Ւ Թ Ի Ի Ն Ն Ե Ր

Ընդարձակ Պատ. Պալքանեան Պատերազմիկ. — Պատկերազարդ, Գ. և Գ. Հատորներ: Կազմեց Արամ Անտօնեան. Հրատարակութիւն «Մապիս» Ընկերութեան, հասցէ՝ Յ. Գրլըճեան Գրատուն, թիւ 25, Չաքմաքճըլար, Կ. Պոլիս, գինն է Գ. Հատորին 7 $\frac{1}{2}$ զրուշ, իսկ Գ. Հատորին 10 զրուշ: Ձերմայէս կը յանձնարարենք մեր ընթերցողներուն. կը վաճառուի նաև պրակ առ պրակ, հատը 20 փարայի:

Իրիզանցես. — Պատկերազարդ ամսաթերթի գիւղամտեսական գիտութեանց կը յանձնարարենք մեր բոլոր ընթերցողներուն իր մեծ օգտակարութեանը հաւանար, որով կոչուած է մեծ օգտակարութիւն մատուցանել Հայ գիւղացիին: Տնօրէն Հմայեակ Արամեանց. Տարեկան բաժանորդագինն է 10 զրուշ: Հասցէ՝

Rédaction «GOHAG»
125. B. P. Central, Constantinople

Հայոց Պատմութիւն. — Տարր. Ա. Տարի. Պատկերազարդ: Պատրաստեց Գէորգ Մեսրոպ. հրատարակութիւն «Փարոս» Հրատարակչական Ընկերութեան. Գլխաւոր կեդրոնատեղին է «Առտաղբիւր» հրատարակչական ընկերութիւնը. Կ. Պոլիս, Ասմա Ալթըր, ճամբը խան. Գինն է 3 զրուշ. 20 փարայ:

Մրբազան Պատմութիւն. — Հին և Նոր Ուխտի, Պատկերազարդ. Պատրաստեց Մ. Վ. Նարեկացի. Տարրական Ա. և Բ. տարիներու համար: Հրատարակութիւն Յ. Գրլըճեան Գրատան: Գինն 5 զրուշ: Կեդրոնատեղի՝ Չաքմաքճըլար, թիւ 26, Կ. Պոլիս, Գրլըճեան Գրատուն:



ՄԱՐՄՆԱՄԱՐԶ

ՊԱՏԿԵՐԱԶԱՐԴ ԱՄՍԱԹԵՐԹ

Ե Ի

ՕՐԿԱՆ ԱԶԳԱՅԻՆ ՏԻԶԻԲԱԿԱՆ ԿՐԹՈՒԹԵԱՆ

Գ. ՏԱՐԻ - - ԹԻԻ 4

ԳԻՆ 50 ՓԱՐԱՅ

1913 ԱՊՐԻԼ

ԲԱԺԱՆՈՐԴԱԳՐՈՒԹԵԱՆ ՊԱՅՄԱՆՆԵՐ

Sarkisiani Kanakian' Bazarhian 15 Yerak. - Arsuamhman 5 Beulif :

Հասցե

[مارمنامارز] یکی وواتو خان، نومرو ۱۹ باغچه قو، در سعادت

ՄԱՐՄՆԱՄԱՐԶ

ԵՒՆԻ ՎՕՐԹՈ ԽԱՆ, ԹԻՒ 19, Պանչե Գարու Կ. Պոլիս .

RÉDACTION DE LA REVUE MARMNAMARZ

Yéni Volto Han, N. 19, Baghtché Kapou

CONSTANTINOPLE

ԵՐԿՈՒ ԵՈՐ ՈՒԺԵՐ

Կեանքը, որ թերթով մը ստեղծուեցաւ, իր կարգին սկսած է արդէն ծնունդ տալ երկու նոր շարժումի, որոնք միաժամանակ կերպով կեանք առնելով, նպատակ ունին երեք տարի առաջուան համար խոչալներ ու գեղեցիկ ծրագիրներ թուելիք գաղափարները իրականութեան վերածել :

Անձնական համոզումներով, և մեր անհատական նախաձեռնութեամբ ու գաղափարին համակիր անձերու օժանդակութեամբ հիմնած ենք Հայ Մարմնաւարզական Ընդհ. Միութիւն մը և Հայ Միառդիներ անուն կազմակերպութիւն մը. առաջինը, գէթ իբր գաղափար, բոլորովին նոր պէտք չէ ըլլայ մեր ընթերցողներուն. բազմաթիւ անգամներ ու զանազան կարելի ձեւերու տակ խօսած ենք անոր իրականացման և ասոկէ ծագելիք բարիքներուն մասին, և սակայն ցարգ չէինք կարողացած «Հայ Մարմնաւարզական Ընդհ. Միութիւն» մը կազմելու գաղափարը իրականացնել. կը խոստովա-

նինք թէ շարժման սկզբնադրութեանը սխալներ գործուեցան եւ սակայն չէինք կրնար այդ սխալներէն խուսափիլ, որովհետեւ այն աստե՛ն ամէն մարդ սկսած գործին մասին հիացում միայն ունէր և ոչ թէ լիալի համարում անոր ազգ- բարիքներուն մասին, և կամ կամք՝ անոր յարատեւութեանը հասնոր ազգ- բարիքներուն մասին, և իսկ կամք՝ անոր յարատեւութեանը հասնոր ազգ- բարիքներուն մասին, ինչպէ՛ս ըսինք, խանդալաւումի այդ օրերուն չէինք կրնար մար աշխատելու . ինչպէ՛ս ըսինք, խանդալաւումի այդ օրերուն չէինք կրնար կատարելաբար բան մը ընել, որովհետեւ փորձուած և դառն իրականութիւն մը կայ, որուն համեմատ ամէն բան անորոշութենէ մը, անկատարութենէ մը սկսելով է որ առիճանաբար կը կազմուի և կատարելութեան կը հասնի . հսկասակ գործերակերպով մը ճամբայ ելնել համարժէք պիտի ըլլար գործը անյաջողութեան մասնելու : Երեք տարիէ ի վեր ըրինք ինչ որ կրնայինք ընել գաղափարին տարածման համար . ձեռք բերուած արդիւնքները կենդանի են ու պէտք չենք տեսներ զանոնք մանրամասնելու . բազմաթիւ վայրերու մէջ կեանք տալինք Մարմնամարզական սկումբներու, որոնք իրենց իրր ուժ գոյութիւնը անդամ կ'անդխտանային, ու այժմ՝ ժամանակ է որ գործը աւելի ազգային և տեւական հիմքերու վրայ դնելու համար կազմակերպուինք իրր « Հայ Մարմն. Ընդհ. Միութիւն » :

Երկրորդ ժարժումը, այսինքն « Հայ Աքառագական » շարժումը թէև իրր գաղափար գեռ շատ նոր է մեզ համար, սակայն իրականութեան մէջ « Հայ Մարմն. Ընդհ. Միութեան » տարբեր նպատակ չունի . երկուքին ալ նպատակն է Հայ ցեղին բարոյական և Ծիլիփական ազնուացեալը աշխատիլ, հետեւաբար երկուքն ալ ըլլալով միջոցներ միայն և ոչ թէ անձատ նպատակներ, ու միևնոյն աստե՛ն, աշխատելով միևնոյն նպատակին իրականացման, ինքնին կը գառնան իրարու օժանդակներ :

Պարզ է թէ Աքառագական շարքերուն մէջ պիտի գտնուին տասն երկու տարեկանէն վեր դպրոցական կամ ոչ դպրոցական պատանիներ, իսկ Հ. Մ. Ըն. Միութեան շարքերուն մէջ պիտի գտնուին աւելի տարեցիները եւ գործին համակիրները . այսպէսով այսօրուան Հայ Աքառագները պիտի գառնան Հ. Մ. Ըն. Միութեան վաղուան անդամները :

Երկու կազմութեանց ալ հիմնադիր և ղեկաւոր անդամները միշտ առաջնորդուելով սամկալար գաղափարներէ, կարելին ըրած են գաւառական վարժարանաց Հայ ուսանողութիւնը և գաւառի Հայ երիտասարդութիւնը ի վիճակի ընելու վերոյիշեալ կազմակերպութեանց բարիքներէն լիալի օգտուելու, անտարակոյս որ կարելիութեան սահմանին մէջ :

ՅՈՒՆԱԿԱՆ ՈՂԻՄՊԻԱԿԱՆ — ՀԱՅ, ՈՂԻՄՊԻԱԿԱՆ

Հայկական Ողիմպիական խաղերու գաղափարը վաճակի մեջ էր . այս առ-
 քիւ յարմար դասեցինք պատմական հակիրճ տեսութիւն մը բնել, սկսելով Հին Յու-
 նաց առաջին Ողիմպիականէն մինչեւ մեր օրերը, այսինքն Հայկական Ողիմպիա-
 կան խաղերու հիմնարկութեան գաղափարը եւ բուսականը, որմէ դիւրութեամբ պիտի
 տեսնուի որ աշխարհի սեւեղումէն մինչեւ մեր օրերը պատմութիւնն է որ միտ կը
 կրկնուի, արբեր ժամանակներու մեջ եւ իրողութիւններու արբեր ձեւերու սակ :

Տարակոյտէ վեր է թէ՛ ներկայ քաղա-
 քակրթութիւնը իր բոլոր առաւելութիւնն-
 ան՝ որով եւ գիտութիւններով շատ վար կը
 մնայ ճին Յունական քաղաքակրթութե-
 նէն, անչուշտ քաղաքակրթութեան նշա-
 նակութիւնը իր գուռ բարոյական խնամ-
 տով տանելով . ճին Յունական քաղաքա-
 կրթութիւնը իր զինքին համակու-
 վրայ էր, երբ ծագում առին Յունական
 Ողիմպիական խաղերը, որոնց առաջինը
 տեղի ունեցաւ Քրիստոսի ծննդեան թուա-
 կանէն 1453 տարի, այսինքն մեզմէ 3366
 տարի առաջ :

Եւ սակայն Ողիմպիական խաղերը չի
 հիմնուեցան լոկ իրը մարմնական ուժի եւ
 զեղեցիկութեան մրցման միջոցներ, ճին
 Յոյները Ողիմպիական խաղերուն մէջ բացի
 ֆիզիքական մարզանքներու յառաջ բե-
 րած մարմնական առաւելութիւններէն,
 նկատի ունէին նաև անոր բարոյական եւ
 բնկերային տեսակէտները ու Պլատոն
 Ողիմպիական խաղերու այդ հանդիսաւո-
 րութեանց մասին խօսելով կ'ըսէ թէ՛
 « Բացի կրօնակոյցին շարժառիթներէ, ո-
 րոնք Ողիմպիական խաղերու հիմքը գրին,
 կային նաև ոչ նուազ կերպով կարեւոր
 բնկերային շարժառիթներ », ու իբրև այլ,
 Ողիմպիական խաղերու մրցման ամբողջ
 տեսչութեան բնիկայրին, Աթէնքի մէջ
 ծառաները այլ եւս աչք չունէին ու տէ-

րերն ալ կը գաղթէին հրամայելէ, ու նոյն
 իսկ կրէակի մէջ երեկուան աէրէն էին
 որ իրենց ծառաներուն եւ գերբններուն կը
 սպասարկէին : Մարմնի գարգացման եւ
 մարմնական զեղեցիկութեան նուիրում
 այդ հանդէսներուն մէջ սակայն, ճին Յոյ-
 ները չէին մտցած նաև մարդուն ամբող-
 ջութիւնը լրացնող միւս կարողութիւն-
 ները, միտքն ու նոյնի. անոնք հետամուտ
 էին միտք մը, նկարագիր մը եւ հոգի մը
 կազմել, ու այս նպատակաւ հոշակաւոր
 նկարիչներու եւ արձանագործներու գլուխ
 գործոյնները ցուցադրուելով կը հիաց-
 ուէին, կը քննադատուէին ու իրը ար-
 դիւնք, ժողովուրդին կը ներշնչէին զե-
 զեցիկին ճաշակը ու անոր պաշտամունքը,
 բանաստեղծներու ոտանաւորները, պատ-
 մարաններու եւ փիլիսոփաներու գրուածք-
 ները միւս կողմանէ արտասանուելով,
 նպատակ ունէին ժողովուրդին միտքը
 գարգացնել եւ զգայաւորները կրթել, եւ այդ
 ուզողութեամբ ալ յաջողած էին, որով-
 հետեւ յառաջ բերին Աթենական գմայլերի
 միտքը, որ իր խորհելու եւ վերլուծելու
 կարողութեամբ՝ նոյն իսկ այսօր իր վրայ
 անհամար հիացողներ ունի :

Ողիմպիական խաղերու գաղափարը
 սակայն այսքան թիչ գործունէութեան մը
 չուրջ չէր սահմանափակուած . Ողիմպիա-
 կան խաղերու մրցմանց համար որոշուած

թուականէն ամիս մը առաջ մասնաւոր մունեակներ ամբողջ երկիրը պատելով ժողովուրդին կ'աւետէին այդ մեծ եղբւրեքներ, ու ժողովուրդը հրճուելով կը պատրաստուէր ներկայ գտնուելու : վեճերը, կռիւները ու պատերազմները կը դադարէին : Թշնամիները իրարու բարեկամ կը դառնային ու խաղաղութիւնը կը տիրէր ամէն կողմ : Ողիմպիական խաղերու յաղթականներուն համար չի կար և չէր կրնար բլլալ շահաւորութեան գաղափար, որովհետեւ յաղթականին բովանդակ վարձատրութիւնը ձիթենիի ճիւղ մ'էր ու պատիւի և արժանիքի համար էր միայն որ մարդիկ կը մրցէին և ոչ թէ նիւթական հաշիւներու համար, որովհետեւ Ողիմպիական խաղերու հիմնադիրները կուզէին որ մեծ գործերու մղող շարժառիթները նիւթականի համար չբլլային, այլ պատիւի համար : Մրցորդներուն վրայ պարտադրուած և անոնց կողմանէ կրօնական երգումներով նուիրագործուած խոստումներուն ամենէն կարեւորը այն էր որ անոնք յամենաուր կիրային խաղերու մասին ևս սաստուած օրհնիկներ յարգել, խարիւրիս և մրցակիցներու հանդէպ անխաւտաբիւն և փայլազարբիւն ի գործ չի դնել, ամէն մարդ, հարուստ թէ ազգատ ազնուական կամ գիւղացի, կարող էին մրցումներուն մասնակցիլ, պայմանաւ որ պատուաւոր բլլային, ու այսպէս Ողիմպիական խաղերը իրենց գոյութեան ծրնունդ առող քաղաքակրթութիւնը իր գէնիթին հասցուցին, ու այդ խաղերը, որոնք նախապէս անգական հանգստանք մը ունէին, շուտով դարձան համահայկեանական (panhellenic) ու հեազհետէ գաւանք գիտելու եկող բազմութիւնները աւելնալով շարժումին հետեւանքները տարածեցին բովանդակ հեղինականութեան

մէջ, որ այսպէս իր քաղաքակրթութեան սակեզարը վայելեց :

Բայց աշխարհի մէջ և ոչ մէկ բան անւական է. հեազհետէ մրցորդներուն մէջ երեւաւ եկաւ սեւէ կերպով յաղթելու մարմաշք : Ողիմպիական խաղերու հիմնադրութեան ծնունդ առող գաղափարը այլասեռուեցաւ, մրցորդները այլ ևս սկսան հաճոյք չզգալ ձիթենիի ճիւղերէ, անոնք ուզեցին ունենալ աւելի արժէքաւոր մրցանակներ, ու ժողովուրդը որ մրցորդներուն նման սկսած էր այլասեռուիլ — մրցորդները արդէն իր մասնաւորութեան ծնունդն էին —, չի կարողանալով թուով կանգնել ի պաշտպանութիւն Ողիմպիական խաղերու գուտ բարոյական գաղափարին, քշուեցաւ հասանքէն, անգիտուաւ ու յաղթականները սկսան նիւթական մեծարժէք մրցանակներ ստանալ ի յիշատակ կամ ի վարձ իրենց քաջազորութեանց :

Ողիմպիական խաղերը իրարու յաջորդեցին, հեազհետէ շահամոլ մրցորդներ ստարգէլ իջան, մրցանակները հեազհետէ իրենց նիւթական արժէքովը նախորդները գերազանցեցին և սակայն միեւնոյն համամասնութեամբ այ իրենց բարոյական արժէքէն ինկան, ու այսպէս Ողիմպիական խաղերը աստիճանաբար դարձան հանրային հետք հանդիսներ կամ հանրային կրիկներ :

Շահելու ետանդը միայնով վայրագութեան հետ, արժատախիլ բրաւ մրցումը մրցումը և պատիւի հետեւի գաղափարը, ու երբ Քրիստոսի 394 թուականին, Աթէնքի թէոդոս կայսրը արգիլեց այդ խաղերուն շարունակութիւնը, անիկա պարզապէս դիտել մը վերացուց, որովհետեւ Ողիմպիական խաղերը և անոնց կեանք առող գաղափարը արդէն շատոնց մեռած էին :

Ու անցան տասնը հինգ ամբողջական դարեր, այդ տասնեակ հարիւրաւոր տարիներու ընթացքին, զանազան ժամանակներու մէջ ու զանազան ազգերու կողմանէ ակդի ունեցան մարդական խաղեր ու մարդական մրցումներ, և սակայն ասանցմէ և ոչ մէկը, ու նոյն իսկ ասանց ամբողջութիւնը չունենալով այն նոյն զազաւորը զոր Յունական Ողիմպիականներուն կեանք տուած էր, գուրկ մնացին բարոյական արժանիքներէ ու եզան լսի հանդէսներ, որոնց նպատակն էր պարզապէս հանրութեան ցոյց տալ մարմնական մարզանքը իբր նպասակ:

Եւ սակայն ժամանակ էր որ ներկայ դարու խորհոզ միաքերը ցնցում մը ուսմով զգալին Ողիմպիական խաղերու զազաւորին այսքան դարեր թաղուած մնալէն. Յունական այնքան ազնիւ ցեղը սկսած էր այլասուսման ակնյայտնի նշանները տալ. Յունական կառավարութիւնը յանձնախումբ մը ընտրեց, որուն պաշտօնն էր փնտուել ու քննել այդ այլասուսման պատճառները ու ցոյց տալ զարմանք երկար բարակ գիտական և ընկերային պրպտումներէ վերջ, յանձնախումբը այն եզրակացութեան եկաւ որ անհրաժեշտ էր Յունական ցեղին զօրեղացման այնքան նպատատած Ողիմպիական խաղերը վերահաստատել. նիւթական միջոցներու չզոյտ թեան պատճառաւ, կառավարութիւնը նախ զժեյրաժեյցաւ, բայց ի վերջոյ Պահաժառանգ իշխանին (ներկայ թագաւորը) և Ֆրանսացի Պարոն Լիէր տը Քուպերթէնի միացեալ բովանդակ պերճախօսութիւնները կարողացան կառավարութեան որոշել տալ Ողիմպիական խաղերու վերահաստատումը, երբ անակնկալ կերպով Պ. Ավերօֆ Ազէքանդրիպէն 20,000 անգլ. սոկիի չիֆով մը ինզրոյն ամբողջ գժուա-

րութիւնը մագնիսականօրէն մէջտեղէն վերցուց: Իր Աթէնք այցելութեան առին, Պ. Ավերօֆ անձամբ տեսնելով իր նուիրած դրամին քիչութիւնը, այնքան հակայական զազաւորի մը նուիրուած տաճարին շինութեան համար, այս անգամ ալ նուիրեց 80,000 անգլ. սոկի:

Ամէն բան կատարեալ էր. տասնը հինգ դարերու երկար մուսցութենէն վերջ Ողիմպիականի զազաւորը կրկին յարութիւն կ'առնէր այս անգամ ոչ միայն Յունական ցեղին կամ Յոյն ազգին, այլ բովանդակ մարդկութեան համար ու քայլ մ'ալ գէպ ի առաջ ստնուած էր. վերածնեալ առաջին Ողիմպիականը 1896ին տեղի ունեցաւ Աթէնքի մէջ և Յոյն ազգը իր երախտապիտութիւնը յազանելու համար Պ. Ավերօֆի, անոր յիշատակը յաւերժացուց յիշատակարան մուտքին առջեւ կանգնելով Պ. Ավերօֆի արձանը:

Այժմ իւրաքանչիւր չորս տարին անգամ մը տեղի կ'ունենան միջազգային Ողիմպիական խաղեր, զանազան մայրաքաղաքներու մէջ. ասանց վերջինը ակդի ունեցաւ Սթոքհոլմի մէջ: Չենք կրնար կարծիք յայտնել վերահաստատեալ Ողիմպիական խաղերու ապագային մասին, բայց վստահ ենք թէ մարդկութիւնը սկսած է գնահատել այդպիսի հակայական գազաւորներու միջոցաւ յառաջ գալիք բարիքներն ու կարելին պիտի ընէ անգամ մը ևս անոք կեանք տալէ վերջ, կրկին չի մահացնելու գայն. Ողիմպիական խաղերը այժմ բոլոր մեծ ազգերու գուրգուրանքին առարկան են ու այդ կը բաւէ անոր գոյութեան տեսականութեան համոզուելու համար:

* * *

Ու ճիշդ երկու տարի առաջ ու զուգադիպօրէն, զարձեալ Ապրիլ ամսոյ մէջ

էր որ «Մարմնամարզ» նախաձեռնողը հանդիսացաւ Հայկական Ուղիմպիական խաղերու հիմնադրութեան, ու այն ատեն ազգային ինչ զազափարներ ու խաչայնէր կը փայփայէին մեր հայրենասիրական զգացումները և հրճուանք կը պատճառէին մեր հոգիներուն:

Մեր ազգին ակարութիւնը իր անմխարանութեան և իր ուժերու իրարամերժութեան մէջ տեսնելով, խորհեցանք որ իր ուժն ալ պիտի կայանար իր միարանութեան և համերաշխութեանը մէջ. ըլլալով երիտասարդ և թունդ հայրենասէրներ, կերեւակալէինք երիտասարդութիւն մը, ուժ մը վերջապէս, որ վաղրեան մը մտացած իր հակամարտութիւնները, պիտի փութար հաւաքուիլ մեր բարձրացուցած գրօշակին տակ ու այն՝ ոչ թէ մեր փութքին, ոչ թէ իր պատիւին, այլ ազգին մեծութեանը և սպազային համար:

Մենք Ուղիմպիական խաղերը մըշտ իրենց բարջական ու հասարակական տեսակէտէն դիտած ըլլալով, մի և նոյն ատեն ցաւով դիտած էինք Հայ ազգին երիտասարդ ուժերուն իրարմէ խուսափելը, իբր թէ մին կամ միւսը բոլորս մը եղած ըլլար. զազափարներու տարբերութիւնները իրենց նոյն իսկ ամենալայն ձեւերուն տակ կ'ընդունինք, և սակայն համոզուած ենք ու կը սնուենք որ ազգընդհանուր շահերու շուրջ ամենքս ալ ս եւ է կուտակչութեան պատկանելէ առաջ Հայեր ենք ու պարտաւոր ենք իրարու ձեռք կարկառել ու մեր ուսերը սրահագրել Հայութեան սրղէն այնքան խորխուլ չէնքը հաստատուն բանելու համար. անա՛ մեզի սուսնորդող տեսակէտը և Ուղիմպիական խաղերը Հայութեան համար միութեան կապ մը նկատելով, մեր բոլոր խանդով անոր փարեցանք:

Ուղիմպիականի հակայական զազափարը իրազարծել անհամեմատ կերպով զժուար ու շատ վեր էր մեր ուժերէն, և սակայն կը յուսայինք տարիներու ընթացքին հեռզնակ գոյն իրականացնել, ու սկզբնաւորութիւնը շատ լաւ սկսաւ, ինչպէս առհասարակ ամէն Հայկական ձեռնարկ. մենք ամէն մարդէ աւելի ընդունելով անոր անկանոնութիւնները և թերութիւնները, ինքզինքնիս կը միտիմարէինք սա բանով որ մեր ի ձեռքն ունեցած նիւթական միջոցներով և մանաւանդ գործան գեր կատարելու կոչուած մարզիկներով չէինք կրնար լաւագոյնը ընել. այս պատճառներուն վրայ կուգար կ'աւելնար նաև Հայ մամուլին մէկ մասին անհասկնալի լուծութիւնը, բայց մենք վստահ էինք որ իւրաքանչիւր ճիգ որ կը կատարուէր, իւրաքանչիւր նոր Ուղիմպիական որ կը գումարուէր, գմեղքայլ մ'ալ կը մտակցնէր Ուղիմպիականի զազափարին կատարելութեան ու գործին յաջողութիւնը ալ ևս ժամանակի ինդիք էր մեզ համար, պայմանաւ որ մենք ինքերուս համերաշխ մնայինք ու գիտնայինք անձնական երկրորդական, երրորդական հաշիւներու համար տանակոխ չընել զազափարը և անոր վեհութիւնը, գժրազդարար ծանօթ ըլլալով մեզ Պոլսոյ մարմնամարզիկ երիտասարդութեան մէկ մասին հոգեկանութիւնը, վաղրեանէ վաղրեան հերձուածի մը կ'սպասէինք, շատ ընտանաւորէն այդ երիտասարդներէն կտրելի ալ չէր տարրէր բան մը ակնկալել, անոնց համար մարզանքները և Ուղիմպիական խաղերը ճշոյց մը չէին շատ աւելի վսեմ նպատակներու համեմատ համար, այլ պարզապէս նպատակ մը, որ թերեւս այնքան նշանակութիւն ունէր որքան ինչպիսի ներկայացում մը թիւրիք հին Թուրքի մը համար: Անոնք հին պարոյցին կը պատկանէին, ու

բուն հետևեորդները մարզանքը լոկ անձնական հաճոյքի համար ի գործ կը գնէին և չէին կարող նկատի ունենալ անոր բարոյական կողմերը, որոնց արիւցումով նոր սերունդին վերածնունդն էր որ պիտի սկսէր փթթել. անոնք չէին ներշնչուած այսպիսի ազգային խռատներով և անշուշտ դատաւարտելի չէն ներշնչուած չքլլալուն համար :

Հայկական առաջին Ողիմպիականը գէշ աղէկ — աւելի աղէկ քան թէ գէշ — անցաւ . իսկ երկրորդը՝ ու ժամանակ է խոտաւանիլ որ գէպ ի décadence սկսած էր արդէն զիմեղ ու մեզ ալ իր հետը քշել տանիլ . պատմութիւնն որ սկսած էր իր յաւիտենական կրկնութիւնը կատարել, և ևս մենք զժբարդարար չի կարողացանք հակաշարժումը իր սաղմին մէջ խեղդել :

Հայ Ողիմպիական խաղերու Կազմակերպիչ Մարմինը զանազան բանաւոր նըկատումներէ առաջնորդուած, 1912 Յունիս 1 թուակիր յայտարարութեամբ մը գծած էր մրցմանց մասնակցողներուն պարտականութիւնը . բաց աստի, որոշած էր նաև որ իւրաքանչիւր մրցորդ տանակի մը փոխարժէքը վճարէ, ու այս՝ այն պատճառաւ որ Առաջին Ողիմպիականին զաւով նկատած էինք որ շատեր իբր մրցորդ (առանց վճարումի) արձանագրուելէ և խաղավայր մանկէ վերջ, իբր պարզ հանդիսատես մէկ կողմ քաշուած հանդէսը կը զխտէին : Առաջին Ողիմպիականի փորձառութենէն օգտուել ուղելով, հետամուտ եզանք հայ երիտասարդութեան մէջ թոյլ չի տալ որ հիմնաւորութի խափելու այդպիսի զգացում մը : Անտարակոյս որ ակումբները իրենց իրաւունքին մէջ պիտի ըլլային մեր այդ կարգադրութիւնը գնահատելով կամ քննադատելով, և սակայն և ոչ մէկ պատասխան տալանք, մինչև Հայկական

երկրորդ Ողիմպիական խաղերու նախորդ օրը, երբ իրարու ետեւէ սկսանք ստանալ նամակներ կարգ մը ակումբներու կողմանէ, որոնք կ'սպասնային Հայկ. Բ. Ողիմպիականին չի մասնակցիլ և գայն պոյֆօյի ենթարկել, և թէ մրցորդներէն դրամ գանձուելու մասին մեր տուած որոշումը ետ չստնէինք . . . : Զմեզ նիւթական անկարելիութեան առջև դրին տարբեր կարգադրութիւն մը ընելու մասին :

Այդ վայրկեանէն մասնաւորապէս ինծի համար Հայկական Ողիմպիական խաղերը իբր գաղափար մեռած էին . բոլոր կարողութեամբս պայքարեցայ կամ տրուած որոշումը յարդել ապու և կամ հաւաքաբար հրաժարելու համար, հակառակ պարագային տպոնալով անհաստակ հրաժարիլ . զանազան հանրային նկատումներու առջև տեղի տուի, ու Հայկական երկրորդ Ողիմպիականը տեղի ունեցաւ, բաց ճիշտ Յունական Ողիմպիական խաղերու վերջին չըջանին նման նախընթաց մը ստեղծուեցաւ, որով մրցորդները իրաւունք կ'ունենային կարգադրութիւններու խառնուելու և նոյն իսկ Մրադիրներ շինելու կամ քանդելու . այս պայմաններուն տակ շատ բնական էր որ ակումբները կամ մարզիկները խրախուսուած իրենց եղած զիջողութիւններէն, պիտի ուղէին իրենց իբր թէ իրաւունքները աւելի հեռուն տանիլ ու տարին ալ . ախորժակը ուսելով կը բացուի սուսմը միշտ ճիշտ եղած է և պիտի ըլլայ :

Բաց միշտ խրախուսուած այն գաղափարէն թէ չէ կարելի մէկ երկու տարուան մէջ գործ մը իր ամենակատարեալ ձևին վերածել, շուտով ուղեցինք մտնալ միջապէսը, որուն տուած հարուածը մենք չէր որ միայնակ պիտի զգայինք, այլ՝ գաղափարը, ու վերջ ի վերջոյ ամբողջ

ազգը, զուրկ մնալով Ողիմպիական խաղերու կեանք տալու կարող գազափարներէն:

Հայ Ողիմպիական խաղերու կազմակերպիչ Մարմինը, արգար է խոստովանիլ, մէկ տարուան համար ընտրուած էր Մարմնակարգի նախաձեռնութեամբ հրաւիրուած Պոլսոյ 19 ակումբներու ներկայացուցիչներէն. առաջին Ողիմպիականի հաշուետուութենէն վերջ մասնախումբը ինկն ըստ ինկան պաշտօնէ գազգրած կը նկատուէր և այդ ակումբները պարտաւոր էին նոր ընտրութիւն կատարել, ինչ որ չբրին, ու մասնախումբը ակումբներուն այդ քաղք այնպէս նկատեց որ անոնք համաձայն են իր պաշտօնին շարունակման. պատրաստութիւններ տեսնուեցան. Հայկական Երկրորդ Ողիմպիականը տեղի ունեցաւ և ակումբները մասնակցեցան:

1912ի արձակուրդին Պոլսէն բացակայ էի. տեղի ունեցաւ Հայկական Երկրորդ Ողիմպիականին համարատուութիւնը, և ակումբները կրկին ս և է աւարկութիւն չբրին. բայց ստաի, ակումբներու կազմանէ ստացած ալ էինք պաշտօնական գրութիւններ, որոնք Պատմաբան Մասնախումբը Հայկական Ողիմպիական խաղերու բաւերով կ'սկսէին, որինակ «Արտաւազգ» ակումբի պաշտօնական մէկ գրութիւնը, որով մեզմէ, իբր Ողիմպիական խաղերու Մասնախումբ, օժանդակութիւն կ'ուզուէր Պ. Վահրամ Փափաղեանը Աթոքճօրմ ուղարկելու համար, այդ նամակը ստորագրուած է Ատենապետ Պ. Վ. Փափաղեանի և Ատենաղպի Պ. Յ. Քրիստանի կողմանէ, պաշտօնական կնիքի սակ, օժանդակութիւնը փոխատուութեան ձեւին սակ հաճոյքով մատուցուեցաւ անհատապէս:

Արամ էինք արդէն Երրորդ Ողիմպիականի պատրաստութիւններով զբաղիլ,

կրր ի դիմաց «Արաք», «Արտաւազգ» և «Տորք» Ակումբներուն՝ նամակ մը ստացանք ստորագրուած Տ. Տ. Հ. Փանոսեանի, Վ. Փափաղեանի և Պ. Շապուղեանի կողմանէ, որով կրկին մեզ կը գիծէին իբր Հայկական Ողիմպիական խաղերու կարգալիք Մասնախումբի, աւարկելով որ մեր պաշտօնը արդէն մէկ տարուան համար ըլլալով, պարտաւոր էինք քաշուիլ: Սպառնալիք չի կար այս անգամ, և սակայն լեւեւայն եզամ պոյնոյի սպանալիքը մենք շատ լաւ տեսնեք. պէտք էր որոշու՞մ մը տալ ու մեր որոշումը տալիք՝ որ էր հաւաքական հրաժարական տալ, ոչ թէ Հայկական Ողիմպիական խաղեր կազմակերպելու զարգացման, որ ինչպէս ամենուն ծանօթ է, «Մարմնամարզ»ի ևս անձնակազմի և ճիգերուն արդիւնքն է, այլ այդ օրինակ ակումբներու հետ գործ տեսնելէ, և այն՝ զգուած ըլլալով երկու տարիէ ի վեր ի գործ գրուած ազատ միջոցներէն:

Մենք ցարկ մեր առած քայլերը շատ լաւ չափած ենք, մեր քայլերուն հետ ու նոյն իսկ աւելի ճշգրտութեամբ չափած ենք նաև արիշներուն քայլերն ալ, ու զբոսազարար այժմ այն համոզման եկամ ենք թէ երկու ակումբը մասնաւորապէս, «Արտաւազգ» և «Տորք», սրբի ոգիին բոլորովին հակառակ գործելակերպով մը ուզած են ըստ մը պատրաստել ու այն՝ միմիայն մասնակի նպատակներու համար:

Չենք կրնար հոս շարժումին շարժաւիթներուն մասին խօսիլ, որոնք իրապէս մեզի ալ լաւ ծանօթ չեն, միայն թէ վերայիցեալ երեք ակումբներուն հրաւերով գումարուած ակումբներու հաւաքովի մը մէջ Պոլսոյ զրեթէ բոլոր ակումբները (բայ ի անշուշտ «Արտաւազգ» էն և «Տորք» էն) տեսակ մը զարմանքով և

ցաւով դիտեցին այդ երկու ակումբներուն կողմանէ առնուած քայլին յետին նպատակը ու իրենց անպայման և կասարեայ վստահութիւնը յայտնեցին Հայկական Ուղիմպիական խաղերու մասնախումբին գործունէութեանը մասին և խնդրեցին որ ան իր օգտաշատ պաշտօնը շարունակէ . անոնք այսպէս շարժելով տարակոյսէ վեր է թէ ազմատութիւնը և քաջութիւնը ունեցան Ուղիմպիական խաղերու գաղափարը քեանձածոյքի խաղալիք գառնալէ արդիւլու : Եւ այս ահաակէտով է որ իրենց շնորհակալութիւն յայտնել պարտք կը սեպենք , ոչ թէ յանուն մեզի , այլ՝ յանուն սրբի գաղափարին , որ այս անգամ փըրկուեցաւ քայքայուի :

Պէտք էր աշխատել Ուղիմպիական խաղերու գաղափարը այլ և եւս զերծ պահելու արտաքին սանձգութիւններէ և սնտիպատական հետապնդութիւններէ , ու այս բանին համար անհրաժեշտ էր զօրաւոր քայլեր ստնել . եթէ ակումբներն են որ մրցումներուն պիտի մասնակցին , պարմարանօրէն անոնք չեն կրնար իրենց մասին իրենք որոշումներ տալ . արդիւնքը ահանուած է Յունական Ուղիմպիական խաղերու քայքայման շրջանին , որ ստեն մրցորդներն էին որ կը սնտիքնէին աւելն բան , եւ նոյն բանն է որ կրկին պիտի պատահէր մեր մէջ :

Պէտք էր արդէն կազմած բլլայինք Հայ Մարմնամարզական րնդիանուոր Միութիւնը , որ վերին մարմինը պիտի բլլար Հայութեան ծոցին մէջ կեանք առած մեջն շարժումը , որ ֆիզիքական կրթութեան սանձանին տակ կիլիսոյ . սխալ մեկնակէտէ ճամբայ ելնելով չի յաջողեցանք համաժողովի ձեւին տակ այդ բանը յաջողցնել , որովհետեւ կեանք չունեցող բան մը չի կրնար ուրիշ բանի մը կեանք սալ , և

համաժողովը ս'երկէ կեանք առած պիտի բլլար , որպէս զի իր կարգին Հայ Մարմնամարզական Միութեան կեանք տար :

Աշխարհի վրայ ամենէն խելացի քայլը գործուած սխալը բնդունիլ և կրկին սխալ չի գործելն է . այս գաղափարին փորձառութենէն առաջնորդուած և մասնաւոր իրատուած , խումբ մը հիմնադիրներ կեանք տուած ենք արդէն Հայ Մարմնամարզական Բնդին . Միութեան մը , որ իր կարգին պիտի կարենայ համաժողովներ գումարել , խաղեր կազմակերպել , Ուղիմպիական խաղերու մասնախումբեր բնտրել , եւ այն . Հայ Մարմնամարզական Բնդն . Միութիւնը մշակած է արդէն իր Ծրագիր-Կանոնագիրը , որուն մէջ շատ յստակ կերպով գրծուած են միութեան անդամներուն , ակումբներուն , ինչպէս նաեւ Ուղիմպիական խաղերու մասնախումբներուն իրաւունքները և պարտականութիւնները . այս կերպով ամէն վստահութիւն ունինք թէ շարժումը այս անգամ ապահով հիմնքով վրայ գրուած բլլալով , պիտի կարողանայ իր ճամբան շարունակել , զերծ անհատներու և ակումբներու հետապնդումներէն :

Նզնաժամ մ'էր զոր անցուցինք և որ սակայն օգտակար եղաւ գործը միանգամ ընդ միշտ հատաստուն և ահեական հիմնքով վրայ դնելու համար . անշուշտ Հայ Մարմնամարզական Բնդին . Միութիւնը շնորհակալութիւն յայտնել պարտաւոր է «Արտաւազ» և «Տորք» ակումբներուն , որոնք իրաւ է որ իրենց պատրաստած շարժումին հակահարուածն էր որ կրեցին , եւ սակայն օգտակար եղան գործը աւելի օրինաւոր և ահեական հիմքերու վրայ գրուած բլլալու ահաակէտէն : Եւ որքան իրաւունք ունին անոնք՝ որոնք կ'ըսեն թէ ամէն շարժիք իր բարիքը ունի . . . :

ՇԱԽԱՐԷ ՔՐԻՍԿԱՆ

Կ Ա Ն Ա Ն Յ Բ Ա Ժ Ի Ն

ԵՐՋԱՆԿՈՒԹԵԱՆ ՃԱՄԲԱՆԵՐԸ

Այժմ կնոջական շարժում մը սկսած է մարմնակրթական հողի վրայ. այս նպատակները առիթէն օգտուելով պիտի սկսիմ իդական սեռի մասնաւորապէս Ֆիզիքական գլխաւոր թերութիւնները հրատարակ հանել իմ կարողութեանս ներած չափով և թելադրել կարող ու մասնազէտ անձերու որ ինձ ձայնակցին և իդական շարժում մը յատջ բերեն Հայ իդական սեռի մէջ :

Շրջան մը բրէք տուներու առջեւէն ձեր աչքերը պատուհաններուն յարած . հոն պիտի տեսնէք մեր Օրիորդներէն և Տիկիններէն շատեր որոնք թուրքէն յենած իրենց արմուկներուն վրայ կը զիտեն ու կը դիտեն . ի՞նչ , անցող դարձողները և սպաշատակները , ու այսպէս յաճախ ժամերով անշա՛րժ նստած . ի՞նչ տխուր պատկեր , ներսիցին ետանդ ու կրակ ունեցողներուն համար . իրապէս մարդ կը ցաւի այդ տիպերը տեսնելով , կը ցաւի մանաւանդ որ սա ետուղիքի ու իսնդավատումի դարուն մէջ Հայ կինը , լիկամ թմբած կ'սպասէ որ իր հայրը , իր ամուսինը հաց բերէ որ ուտէ , սնական սուօրեայ դրազումներէն դուրս ինքզինք պարտաւոր չ'զգար ուրիշ ձեռնարկներու : Թմբածութիւնը ու դանդաղութիւնը բնութենացած է մեր մէջ :

Դիտեցէք մատաղ սերունդը , մասնաւորապէս աղջիկները ու կիները . դժգոյն , տկար , կորուքամակ և կորուքագոյն են մեծամասնութեամբ , կարծէք զերբնական ուժ մը զիրենք ցնցած ու զարկած է .

սիրանդ արիւն կ'երթայ երեւակայելով որ ասոնք ապագայ մայրեր պիտի ըլլան , որոնք ազգը , ասոնք պիտի կերտեն , որ պիտի զիմարէ օրէ օր ճնշիչ դարձող կեանքի պայքարին :

Կինը յաճախ տկար ու ազագուն , կամ մազուրկ՝ բայց կամակար է . վախկոտ ու խրաչող է առերեւոյթ , բայց սա նրբութեան ու նազանքի համար է , ինչպէս տկար ու հրեանդ ձեւանալը : Խիստ ծիծաղելի ու անհեթեթ գաղափարի մը համաձայն , դժգոյն ու քիչ մ'ալ նիհար գէմքը աւելի բանաստեղծական է ! քան բոսորազոյն ու կայտաւոր , որ կոպիտ գիւղացիի վայել է :

Գալով մօտայամուտութեան , որու հետեւողները գալթալօկներու մէջի անխմատ ձեւերը կ'աշխատին ընդօրինակել , առանց առողջապահական կանոնները նկատի առնելու , հոգ չէ թէ Ֆիզիքապէս ու նիւթապէս առժեն , բաւական է որ մրցին իրարու հետ , որովհետեւ ներքին մարդը ներկայանալի վիճակ մը չունի , գոնէ արտաքինով փայլին : Պէտք չէ ու բանալ որ վերջերս երկու սեռէ շատեր սկսած են պարզութեան հետեւիլ և այս բանը աւելի ամբրիկիան վարժարաններու ազդեցութեան կը վերադրուի : Կը մազթեմ որ պարզասիրութիւնը ընդհանրանայ մեր մէջ , որով կը զազրի երկու սեռի մէջ արտաքինով զիրար շլացնելը ու խաբելը և փոխանակ կեղեք նկատի առնուելու , կայտաւորութիւնը , կորուք և ներքին մարդը գնահատուիլ սկսի :

Կան մեր մէջ նոյնպէս մտաւորապէս

զարգացածներ, որոնք եթէ ֆիզիքապէս տկար ու ազազուն են, չեն կարող տոկալ նրաթական, ֆիզիքական ու բարոյական ցաւերու և կ'ընկճուին ու անընդունակ կը դառնան և եւէ օգուտ ստղու հանրութեան: Օրինակներ շատ ունինք մեր սոջեւ, կը տեսնէք առողջ ու կայտառ Օրիորդներ, որոնց մասին չէք իսկ կասկածիր. տեսէք զիրենք իրենց ամուսնութենէն մի քանի տարի վերջ, առողջ ու կայտառ ազջկան տեղ կը դանէք կմսխապած, արժգունած և թաճախ ալ ջղալին և ալ հիււանդութիւններով ալցափոխուած կինը, մարդ կը յուսահատի կեանքէն ու կը զգուի ընտանիք բառէն իսկ:

Եթէ պատճառներու մէջ մանեկք շատ մը բարդ ինդիւրներ յառաջ կուգան ևւ շատ ալ երկար կ'ըլլայ. միայն սա բանք վստահարար որ առողջապահական և մարմնակրթական կանոններու լրջօրէն հետեւելով բաւական մը առաջքը առած կ'ըլլանք անկումի ու կործանումի: Այս կէտերուն վրայ մանրամասնօրէն խօսելը մեր բժիշկներու գիտակից դասակարգին ձգելով, կ'առաջարկեմ որ մասնաւոր դասախօսութիւններ սարքեն, Օրիորդներու և Տիկիներու զատ զատ բացատրեն իրենց զժրագրութեան պատճառները ևւ ցոյց տան ուղիղ ճամբան:

Ամենամեծ արդիւնքներէն մէկն ալ որ ձեռք պիտի բերուի ընկերական-բարոյական տեսակէտով, երկսեռ խումբերու կազմութիւնն է, որուն օգուտները ֆիզիքապէս թէ բարոյապէս անվիճելի են. հոն՝ այդ ընկերութիւններու մէջ երկսեռ անդամները պիտի ուսումնասիրեն զիրար բուն իսկ իրենց իսկութեանը մէջ, որ վիճարանութիւններու ու խօսակցութիւններու մէջ ամէն մէկը իր ընտարութեան տկար և ուժեղ կողմերով երեւան պիտի

զայ, հոն՝ այդ ընկերութեան մէջ պիտի վարժուին իրարու նայիլ առանց յետին մտքերու . . . :

Անգրագանալու պայմանով կ'ամփոփեմ գրութիւնս, Մախր ևւ պարզ կեանք ԱՌՌՂՁ կեանքն է ևւ Առողջ կեանքն է ԵՐՁԱՆԻՎ կեանքը:

ԱՐՓԻԷ ՊԵՏՐՈՍԵԱՆ

Ալիւսար



Պ. ՎԱՂԱՐՇԱԿ ՎԱՐԺԱՊԵՏԵԱՆ

Որ Գասըլիսիլի Հանդիսին բոլոր հեծանիլի մեղուսներուն մէջ առային հանդիսացաւ:



ՀԱՅ ՄՔԱՌԻԴՆԵՐՈՒ ԱՌԱՋԻՆ ԽՈՒՄԲԸ

Որ Սկիւսարի մէջ կազմուած ըլլարով, և սեղնոյն առժամայ Տեղական
 ժողովին առջեւ իր կանոնական երդումը կատարելով, արժանի նկատուած է
 գործօն շարքերուն մէջ մտնելով այդ ուղղութեամբ մարզուելու :

Հ Ա Յ Մ Ա Յ Ր Ե Ր ՈՒ Ն

ՏՂՈՒՆ ՖԻԶԻԲԱԿԱՆ ԿՐԹՈՒԹԻՒՆԸ



Ի՞նչ պէտք է հասկանաք «Ֆիզիքական կրթութիւն» բախում, ամբողջութիւնը բոլոր այն միջոցներուն՝ որոնցմով ազուն մարմնոյն ներդաշնակ և բնականով զարգացմանը կը նպաստենք :

Ֆիզիքական կրթութիւնը մտային կրթութեանէն կանխելով, ազուն գործարաններուն լաւ պաշտօնավարութեանը կը նպաստենք, և լաւագոյն արդիւնք (rendement) ձեռք կը ձգենք, անոր շնորհիւ ազան քաջ ու դիմացկուն կ'ըլլայ, և ասկէ վերջ զայն կրնանք վստահիլ ուսուցչին, որ անոր մտային կրթութիւնը պիտի ստանձնէ :

Տղուն ֆիզիքական կրթութիւնը ամենէն կարեւոր ինդիքն է, որուն ծնողքները մեծ ու չազբութիւն պէտք է զարձակեն, բժիշկէն և ստղծարանէն աւելի, վասն զի այս վերջիններուն դերը՝ ազուն պարզ բանաձևեր պաշտօնակցելն է, որոնց գործադրութիւնը ծնողքին վստահուած պիտի ըլլայ :

Նախորդ դասախօսութիւններուն մէջ (*), յարգելի դասախօսները ձեզ սովորեցուցին երախան գործարար, կայտառ ու ստղծ մեծցնելու արհեստը, անոնց ծնած վայրկեանէն մինչև 3—4 տարեկան հասակը :

Նիմա ձեզ ստաջարկելիք մեթոսներս կրնան այս շրջանին վերջ գործադրուիլ :

Իսոյ այս աեղակ կանոններու գործադրութեանը համար ճշգրիտ սահման մը չի կայ, և իրականութեան մէջ, ազուն ֆիզիքական կրթութիւնը կը սկսի այն վայրկեանէն երբ իր մկանները ստաջին և զօրաւոր ճիգով մը պրկելով սաքի վրայ կեկայ և ֆալկը կը փորձէ :

Այս շրջանէն սկսեալ, կրթիչին նպատակը պիտի ըլլայ, մինչև 15—16 տարեկան ազուն մարմնոյն բնականն և համաչափ զարգացում մը տալ, բնականապէս և ստանց հազձեպի, զգուշանալով մարմնոյն միայն որոջ մասերը զարգացնել :

Ասիկա կը պատշաճի նաև մարմնամարզի բուռն շարժումներու, որոնք կազմուածքին վնասակար են, ինչպէս նաև կոշտ սրտներու որոնք միայն վերապահուած պիտի ըլլան այնպիսի տարիքի մը, ուր ս'չ մէկ վախ կայ անհասին բնական զարգացմանը : Գժբախտարար, դեռ շատերը, տղուն ֆիզիքական մարզանքներուն մէջ միայն այս տարածամ մարմնամարզը կ'ուզեն աեանել, մտածելով թէ՛ միայն ան է որ կրնայ ազուն աճմանը օգնել : Ասիկա սխալ մըն է, որուն դէմ կը փորձեմ կըռուիլ իմ այս դասախօսութեամբս :

Աեկն մարզակ պեք և հաւեւեսակակն ըլլայ զայն գործադրողին սարիֆին և ուժին նեկ :

Չափազանց մարզանքէն կը սուժենք, և ասիկա աւելի ճիշդ է ազուն քան շափահասին համար, որովհեաև ազուն գոր-

(*) Սոյն նիւթերը դասախօսուած են Լիլի (Ֆրանսա) մէջ, Լիլի Բժշկ. համալսարանի քօֆէսօրներուն կողմէ, Տիկմներու և օրիգներու հոմ ու բնեւալ բազմութեան մը ներկայութեան : Անչի երկու դասախօսութիւնները Տեանիկ Մամմաուարդ, Գ. Տարի, թիւ 2 և 3 ի մէջ :

ծարանաւորութիւնը մեծ ուժգնութեամբ կը հակազդէ, և այս հակազդեցութիւնը կրնայ անդարմանելի անկանոնութիւններու պատճառ ըլլալ:

Կմտաբքը, որ ո՛չ թէ աճման, այլ ոսկրանալու ճամբուն մէջ է, ամբողջովին ձկուն է, վերքերէ, կամ միքանային շարունակ ճիգերէ կը փոփոխի: Այս փոփոխումը կը կայանայ սարսիւնն շեղումներու (déviation anormale) մէջ, որ անհասին մարմնոյն բոլոր բարձրութեանը վրայ հաւասարակշռութեան խանգարմանը պատճառ կ'ըլլայ, ինչպէս scoliose-ը, որ ոչնայարի կողմնակի շեղում մըն է, cyphose-ը որ ոչնայարի ետեւի մասին դէպի դուրս ծռիւն է: Կրնայ նաև բորբոքումներու պատճառ ըլլալ, որոնք մասնաւոր կէտերէ՝ ոսկորներուն աճման կռիւներէն կը սկսին, կէտեր՝ ուր բջջային աշխատանքը ամենեն աւելի սաստիկ է, և ուր հետեւաբար, վէքերու և միքրոպային գարշահատութիւններուն դէմ ըլլալիք բնդդիմութիւնը տկար է: Այս բորբոքումները ոսկրաբորբոքումներու ակտաբանական ճիւղին կը վերաբերին: Շատ մը ազոց մօտ, այս ոսկրաբորբոքումները սուր ցաւերու պատճառ կ'ըլլան և ազոց յոգացաւ ունեցողի մը ձեւը կ'ստանէ. ասոնց պատճառը ոսկորներու աճումն է որ ուժգին տենդերէ վերջ մէջտեղ կ'ելլէ: Ուրիշներու մօտ ալ, ոսկորներուն աճման կռիւները կը փճանան, և այս փճացումը ոսկորներուն երկնալուծն արգելիք կ'ըլլայ:

Անշուշտ կը գուշակէք յաջորդական կազացումներ, անդամներու շեղումներ, որոնք՝ երկու ոսկոր եզամ մասերուն մէջ (ինչպէս նախաբազուկին և սրունդին մէջ) ոսկորներէն միոյն ատողջ մնալով, աճել չարուհակելէն յառաջ կու գան. անդամը կը շեղի դէպի այն կողմ ուր հիւանդ ու-

կորը չի կրնար իր գարգացումը շարունակել:

Ուրեմն հիմա, կատարելագուս հասկրցուեցաւ որ, յոգնած, բուռն մարզանքով ընկճուած ազուն մօտ, բազիլում մը, կամ անկում մը այս տեսակ բորբոքումներ կը նախապատրաստեն կամ նոյն իսկ յառաջ կը բերեն, կ'ըմբռնէք թէ ինչո՞ւ բուռն մարզանքները, ազուն աճման շրջանին մէջ, անոնց ֆիզիքական ռէժիմէն պիտի վտարուին:

Այս կէտը ճշգուշելէ վերջ, ի՞նչ պարտինք պահանջել մեր ազոց առաջարկելիք ֆիզիքական մարզանքներէն.

Անոր մարմնոյն գարգացման արգելիչ չըլլալ, այլ անոր օգնել. մարմնոյն ընդհանուր գեղեցկութեանը նպաստել, իր երկու անկամարեւոր գործարաններուն, արջի և բոֆերուն գորտքիւնը համեմատականապէս աւելցնել, ուրեմն, անհատը լաւագոյն ձեւի մը մէջ դնել:

Տղան պէտք է ուղիղ կենալ սովրի, ինչ որ կարծուածին չափ դիւրին չէ. բընականոն կեցուածք ունեցող ազաք հազուադիւրս են. ծոծրակ, կոնակ, յետոյք, դնդուռ (պալաբը) և կրուկներ մէկ գիծի վրայ պիտի ըլլան. բայց ո՛րքան բազմաթիւ են կոր կոնակներն ու մէջքերը, առջև ծուած վիզերը: Պատճառը սա՛ է որ՝ անոնց կենալ չեն սպիւնեցուցած: Եթէ դանոնք ողորկ պատի մը կռթնոյնէնք, այնպէս որ վերը յիշած մարմնոյն մասերը պատին գպշին, պիտի տեսնենք թէ՛ այս բնակրանոն կեցուածքը ո՛րքան սաժանելի է անոնց. գազրեցէ՛ք անոնց վրայ հակել և ահա անմիջապէս կոնակը պատին մակերեսէն պիտի հեռանայ, ծոծրակը պիտի ծռի, մարմինը գարձեալ իր առջի վիքը պիտի ստնէ:

Բայց միայն ուղիղ կենալը սովորեցնել

չի բաւեր, այլ նստելու ձեւն ալ պէտք է սովորեցնել, ուր ա՛յնքան զեշտիւր կ'առնեն, և որ ա՛յնքան աղիտալի ազդեցութիւն մը ունի գործարանաւորութեան վրայ: Կարելի է մեզազբել կրթութեան պակասը, աշակերտին չպատշաճեցուցուած գպրոցական կարասիները և ասոնց մասին եզած հսկողութեան պակասը:

Հակառակ բազմաթիւ տարիներէ ի վեր ձեռք առնուած միջոցներու և փորձերու, որուն արդիւնքները նոր կը զգացուին, դեռ ս'ըբան ծնողքներ չեն հետաքրքրուիր գիտնալու թէ՛ արդեօք իրենց տղան բնականոն աւտողութիւն մը ունի կամ ոչ, լսողութիւնը լաւ է թէ՛ ոչ: Ասիկա, ասոնց համար, աւելի վերջը կարեւոր է, երբ տղան 14—15 տարեկան կ'ըլլայ եւ պակասութիւնն ալ աչքի կը զայնէ. մայրերը մեզ կը պատասխանեն թէ դեռ երիտասարդ ակնոց գնելու պէտք չէ վարժուին և թէ հեղձեակ աւելի լաւ պիտի աւանդն...: Բայց արդիւնքը շատ պարզ է. կարճատեւ, ամենայնէջ կերպով, իր ընկիւնք աշխատութեան պիտի յարմարի. գիրքը կամ աւտարակը չէ որ իրեն պիտի մտանայ, այլ ինք՝ անոնց, ուրիշ յառաջ պիտի դայ կոյր կոնակներ, ցցուած ուսեր, ծուռ վիզ:

Գրատեղանք շատ բարձր է կամ շատ ցած, նստարանը շատ հեռու է կամ շատ մօտ, տղան կրցածին չափ հանգիստ կերպով կը պատշաճի գրելու համար, և ասիկա հասակի կողմնակի շեղումներու, ուղնայարի շեղումներու (scoliose) ծնունդ է, շեղումներ՝ զոր ա՛յնքան դժուար է բուժել և որոնց հետեւանքները ա՛յնքան ճակատագրական են տղուն ընականոն զարգացման մէջ:

Գասի ժամերուն առնուած ողբալի դիրքերը հանգիստի ժամերուն ալ կը

պահուին, որոնք սկիզբները թէև բուժելի, բայց հեղձեակ հաստատուն և վերջնական կ'ըլլան. ուրեմն, աճեալ ցեղ մը փոխելու համար, նախ ցարոցական կարասիները պիտի և փոխել:

Գարոցական ծագում ունեցող սննդով խնկերուն կամ ուրիշներ, որոնք յառաջ կու գան տղուն լաւ չհնչելէն, այսինքն թերի կերպով չհնչելէն:

Տղուն պէտք է սովորեցնել թէ՛ ի՛նչպէս պէտք է չնչել, և ասիկա այն վայրկեանէն երբ ան կրնայ հասկնալ: Ծնչառական գործարաններու մանրակրկիտ քնննութիւն մը միկրը կը վերջն ալ միշտ պէտք է ընել: Ռեզու-լմբանային ծագում ունեցող չնչառական անբաւականութիւններու նշանները շատ յայտնի են. ապուշ դիմագծեր, բաց բերան, հակամէտ հարուխը լալու, ականջի բորբոքումներ, ականջի ծանրութիւններ ունենալու:

Ասոնց առաջքը կ'առնենք շնչառութեան կրորութեամբ, որ միմիայն սնոգային, չափուած (rythmé) և գանդաղ պէտք է ըլլայ, և որ մեզ կը տանի դէպի աքսի կրորութիւն:

Անբաւական, կարճ ու տրոգ չնչառութիւն մը սրտային մկանը ծրարումի մը, վազանա շնչատարութեան մը կը նախապատրաստէ, նոյն իսկ սաստիկ յոգնութեան, եթէ բուսն մարդանք մը յաճախ կրկնուի:

Բնականոն կերպով, հանդարտիկ ու լաւ չնչող տղոց սիրար, նոյն իսկ ճիւղ մը վերջ հանդարտ է ու կանոնաւորապէս կը բարախէ. այդպիսի ազաք յոգնութեան ո՛չ մէկ նշան ցոյց կու տան:

Յոգնութիւնը, այսինքն մեր միանային ուժի սպառումը, ինքզինքնին զապելուքիչ վարժուած տղոց համար վախնալիք բան մըն է. աւելի մեր առաջարկած մար-

զանքներէն յառաջ կու գայ, քան իր նընարածներէն, վասն զի վերջի պարագային, յոգնութեան նշաններ զգալուն պէս կը թողու և կը հանգստանայ:

Այնպէս կը կարծեն թէ օգտահետքեր չունար ինչ մը կայ, յոգնութիւն մը՝ ուրիշ վերջ տղան լաւ կ'ուտէ ու հանդիստ կը քնանայ: Շատ սխալ, ամեն յոգնութիւն վնասակար է, և երբ տեսնանք թէ բուն կարծուած մարզանքէ մը ետք, լաւ կ'ուտէ ու կը քնանայ, պէտք է ընդհակառակը եզրակացնել որ, տղան յոգնած չէ: Յոգնողը, իր միանային գորութեանէն պարտաւոր թունաւորուած մըն է. պէտք է որ երկայն հանդիստով մը և մարզանքներու ժուժկալութեամբ մը, իր կորսնցուցածը դարմանէ. բայց մինչ այդ, քիչ կամ չատ երկայն հիւանդագին չըջան մը կ'ունենայ, ուր իր առջի վիճակին մէջ չըլլար, կրած յոգնութեանը պատճառաւ. զէջ կը քնանայ, զբզուռած քուն մը կ'ունենայ, քիչ կ'ուտէ: Հետեւապէս երկայն պտոյտէ մը վերջ տղոց ճաշը դիտեցէք, կէս քունի մէջ, առանց արտոբակի են անոնք: Այս յոգնութիւնը գիշ է. ան է որ քիչ վերջ յիշած ընդհանուր և ոսկրային պատահարները կը նախապատրաստէ:

Իրականութեան մէջ, օգտահետք չունար ըսուածը ուրիշ բան չէ, բայց տղուն չարժան մէջ որոշ անձկութեան և անվարժութեան մը տղաւորարուածը:

Անուտարի ուրիշն ֆիզիքական կրթութեան համար գեղեցիկ ծրարիր մը: Մարմնը զարգացնել, շարժումներուն գեղագիտութեանը (esthétique) աշխատիլ, շնչառական կարողութիւնը աւելցնել, կծկուած սիրտ մը հանգարտեցնել, և ինչ տեսակ մարզանքներ ուրիշն կրնան գոհացում տալ այս ըզձանքին:

Անոնք ո՛չ շատ բարդ և ո՛չ ալ դիտական են, այլ ամենուն ալ մատչելի են: Անոնք տղուն խաղերն են, պարզ, քիչ բարդ, բացօդայ խաղեր, առանց այն տեսակ հաղուսաներու, որոնք խեղդեն, նեղեն կամ ձեւադերձեն, առանց սեղմիչ կապելու, առանց երկայն կրուկով կօշիկներու, որոնք մարմնոյն հաւասարակշռու-

թիւնը կը փոխեն և տղուն ինտալուն պատճառ կ'ըլլան:

Նախ, ուսուցչին հսկողութեան տակ մարզանքներ պիտի ըլլան, ինչպէս՝ կարգով պտոյտներ, ուր տղուն մարմնն ու կամքը կը կրթուի, համաչափ քալուածքներ, բայց ոչ գերմանական մարզանքներուն պէս: Այն մարզանքներուն տակն, տղան ժողովրդական երգեր երգելով՝ թոքերը կը զօրացնէ, իր հասակը կ'ուզէ և համարձակօրէն առջևը նայելու սովորութիւնը կ'ունենայ:

Այնքան մեթոտիկ և քիչ յոգնեցող ճուէտական մարմնամարզը չափաւորուած և փոփոխական պիտի ըլլայ. տղաքը պրզտիկ խումբերու բաժնուած, այս կամ այն շարք շարժումները պիտի ընեն, իրենց թիւրութիւններէն մին ուզելու համար:

Այս բանին պիտի նպաստեն նաև բացօդայ խաղերը. զնդակի խաղեր, բայց առանց ճշգրիտ կանոնի, վազքեր, բոլոր ստանք ընկերացած երգերու, ազգականներու հետ, որոնք կուրծքի վանդակին զարգացմանը պիտի նպաստեն: Եւ զուր, Տիկիներու ու Օրիորդներ, անշուշտ չպիտի ուզէք այս տղաքը յաւաստակցնել. զուր պարտիք հսկել անոնց հաղուստին, անոնց անդառութեան: Դուք անոնց պիտի սովորեցնէք մարզանքէն ան կիծապէս վերջ ջուր չխմել. զուր անոնց մարմնական մաքրութեան, պաղ ջուրի սէրը պիտի ստաք. քաղձ կամ պաղ լալանքը, որը անգամ մը պիտի գայ լրացնելու խաղերը. անոնց պիտի բռնէք թէ՛ ճաշէն անմիջապէս վերջ պէտք չէ խաղալ. բայց պարտաւոր ստանք սով ալ պէտք չէ խաղալ, ո՛ւրիշն, որուն մէջ այնպիսի ժամ մը պիտի գտնէք որ բոլոր այս ըզձանքները գոհացուած ըլլան, և ձեր տղաքը, մ'երբ, և անոնք որ ձեզ վատահում են, պիտի կրնան օգտուիլ այն մէկ քանի պատուէրներէն որ ձեզ տալի, բնականոն և ընդհանուր կերպով զարգանալու և ցեղը զարգացնելու աշխատով նպաստած պիտի ըլլան հայրնիքին մեծութեանը ու զօրութեանը:

Տոգ. Լ. ԿՕՏԻԷ

Թարգմ. Յ. Բ.

ԿՈՓԱՄԱՐՏՈՒԹԵԱՆ ՄՐՅՈՒՄ

ԱՆԳԼԻԱՅԻ ՆԱԻԱԶՆԵՐՈՒ ՄԻՋԵԻ

Պոլսոյ ջուրերը գտնուող և միջազգային նաւարածնին մաս կազմող Անգլ. Զիլանսիա մարտանաւուն մարզանքի տատակները կողմանէ հրաւիրուած էի կախմարտի մըջահանդէսի, որ Ապրիլ 16 ին տեղի պիտի ունենար Զիլանսիայի և Վեյմարի նաւազներուն միջեւ :

Ես և Լեւոն Յակոբեան հաճոյքով օգտուեցանք առիթէն ու ներկայ եզանք այդ մըջումին. յազմող կամ յազմուող անձանօթ նաւազներու անգլիական դժուարահաշիւն անուները մեր ընթերցողներուն ծանօթացնել անհրաժեշտ չենք ներատեր, այլ բաւական է միայն գիտնալ թէ Զիլանսիայի նաւազները յազմեցին չորս պարտութեան զէմ հինգ յազմանակով, որմէ վերջ ճարտական կառի (ճիւղ-ճիւղատ) մըջում մը տեղի անկցաւ Զիլանսիայի և Վեյմարի մարզանքի տատակներուն միջև ու կրկին առաջինը յազմական ելաւ, բայց կարեւորը այս չէ. կարեւորը մեզի համար ախրող պին էր, որ զինուորին, կարգապահութեան վարժուած մարդու պին բլլալէ առաջ, անպիտան արօրգմէնի պին էր, որուն վրայ պարզապէս հրացանք և որուն պակասը մեր մէջ մեզ այնքան կը տիրեցնէ :

Երեւակալեցէք երթատարդներ, որոնք կառուցել առաջ իրր բարեկամ իրարու ձեռք կը սեղմեն. կ'սկսին կառի, ու իրարու չեն խնայեն այնպիսի հարուածներ, որոնք չստանան անգամ իրենցմէ մէկուն մէկ քանի տկարները կը կտրեն, բիթը, բերանը և ականջները կ'արխնեն, աչքերը կ'արնայու աատիճան կ'ուսեցնեն ու մինչև որ մէկ կամ միւս կողմը յազմուած բլլալը չընդունի, մարդ չի միջանտեր :

Ամբողջ կառի ընթացքին ոչ մէկ չիչոյ, ոչ մէկ խօսք, ոչ մէկ բարեկեան նշան, այլ յազմող և յազմուող ժպիտը զէմքերնուն վրայ կը փոխանակեն իրենց հարուածները, մինչև որ վերջապէս լուրջափուած հարուած մը մին կամ միւսը կառուցու անկարող վիճակի մը մասնէ. փոխանակուած հարուածներուն ստակութեան տակ մէկը կ'իյնայ գետին ու եթէ մինչև ատը երկվայրկեան չը կարողանայ կրկին սաքի կանգնել, յազմուած բլլալը կ'ընդունի, ու իրր այդ հակառակորդին ձեռքը կը սեղմէ և կրկին բարեկամ են. բայց մինչև անոր սաքի ելնէր կամ տեղը սաք, միւսը կը քաշուի ետև և չուզեր իր գերակշիւ վերքէն օգտուիլ կրկին գարնելու համար, այլ կ'ապասէ մինչև որ ան կրկին սաքի ելնէ ու սկսի կառի. տեսարանը իր ամբողջ վայրագութեանը նետ իրապէս վեհաշուք է, ու այս անոր համար որ կը յատկանշէ ամբողջ ազգի մը մեծութեան զայնտիրներէն մին. կառիլ առանց վախնալու, անխուսափելիին առջև միայն տեղի տալ, սխ չի կապել, ընդունել գիմայինին իրմէ լուրջայն պայքարող մը, մըջող մը բլլալը, զայն չնորհաւորել իր վրայ տարած յազմութեանը համար, իրապէս այնպիսի յասկութիւններ են, որոնց արքայութիւն անհատ մը իսկական արօրգմէն և ազգ մ'ալ հոյակապօրէն հակայ չեն կրնար չբլլալ : Անգլիա իր հաւաքակամ մեծութիւնը կը պարտի իր զուակներուն անհաստեան մեծութեանցը, և որքան իրաւունք ունին անտեր, իրր այնքան հարատու թեամբ կ'րտեն թէ Անգլիա կ'իշխէ պիւրներուն, ու մենք գիտնեք թէ յամենայն կը ջուրերէ չըջապատուած են, ու անոնց կամքին ենթակայ : Մենք չենք ուզեր championներ, այլ կ'ուզենք մարզիկներ, որոնք այս պին կրեն :

ՇԱՒԱՐՇ ԳՐԻՍԵԱՆ

Յ Ա Յ Տ Ա Ր Ա Ր Ո Ւ Թ Ի Ի Ն

Հ Ա Յ Ս Բ Ա Ս Ո Ւ Գ Ն Ե Ր Ո Ւ Կ Ա Չ Մ Ա Կ Ե Ր Պ Ո Ւ Թ Ե Ա Ն

Ա Ռ Ժ Ա Մ Ե Ա Յ Տ Ն Օ Ր Է Ն Ժ Ո Ղ Ո Վ Ո Ց

1913 Մարտ 16 ին Ակիւտարի Յաւաստիականաց Միութեան սրահին մէջ Տ. Ծ. Քրիստեանի կողմէ կատարուած բանախօսութենէ մը ետք՝ երկուս ներկաներու ստուար թիւ մը նախ ինքզինք Հայ Աքառուղիքի օժանդակ անդամ հռչակած եւ յետոյ Տեղական Գործադիր Մարմին մը ընտրած ըլլալով, սոյն Գործադիր Մարմինը հաւաքուեցաւ 1913 Ապրիլ 23 ի երեկոյցին Յ. Միութեան սրահին մէջ ի ներկայութեան Տ. Ծ. Քրիստեանի և ընտրուած անդամներուն:

Ժողովը իրեն առժամեայ Աստուածաբանաց Տ. Աբրամ Նիկողոսեանը և Աստուածաբան Սր. Ե. Տէր Սահակեանը և կարգով է կտր Տ. Ծ. Քրիստեանի կողմէ թարգմանաբար կազմուած Հայ Աքառուղներու Ծրագիր-Կանոնադրիքը, սոյն Ծրագիր-Կանոնադրին տրամադրութիւններուն համաձայն ընթանալու համար, և նկատելով որ Հայ Աքառուղիքը գործի սկսելու համար պէտք ունի առժամեայ կազմակերպութեան մը, որ սակայն իրաւական խոչընդոտներ կը յարուցանէ գործին յառաջիկայ ընթացքին, որոչև՝

1. Առժամեայ հանդամանքով կազմել Հայ Աքառուղիքի Տնօրէն Ժողովը՝ թէ ներկաներուն մէջէն յարմարագոյններով և թէ Պոլսոյ մէջ ուրիշ համակիրներով ու հեղինակաւոր անձնաւորութիւններով.

2. Ներկաներու միացեալ թիւով կազմել, միշտ առժամեայ հանդամանքով, Ակիւտարի Հայ Աքառուղիքի Տեղական Ժողովը; որ անմիջապէս պիտի սկսի գործունէութեան՝ պատրաստելով թէ օժանդակ Աքառուղներու և թէ՛ բուն Աքառուղներու խումբերը, զորս վաւերացնելու պաշտօնը կը վերաբերի յառաջիկայ վերջնական Տնօրէն Ժողովին:

3. Հայ Աքառուղիքի Ընդհ. Ժողովը որ կը կազմուի բոլոր շախմատ երկուս Աքառուղներէ, պիտի գումարուի անմիջապէս որ դէթ Պոլսոյ երեք սարքեր թաղերու մէջ Աքառուղական կազմակերպութիւն սեղի ունենայ, և պիտի սոյ Հայ Աքառուղիքի իր վերջնական հանդամանքը:

4. Ընտրուելիք Տնօրէն Ժողովին յանձնել մշակուած Հայ Աքառուղիքի վերջնական Ծրագիր-Կանոնադրին, զորս պիտի վաւերացնէ առաջին Ընդհ. Ժողովը:

Չեւտարկուեցաւ ընտրելու առժամեայ Տնօրէն Ժողովը և ընտրուեցան՝ Տրիկոսայք Նիկողոսեան, Բարսեղեան և Ե. Ն. Նիկիւսեան ու Տեարք Նիկողոսեան, Հինգլեան, Տ. Քի. Ուլուսեան, Ե. Քրիստեան, Գ. Շահինեան, Լ. Թաշճեան, Մ. Մկրտեան, Վ. Թէքէեան և Սարգիս Մինասեան:

Ակիւտարի առժամեայ Տեղական Ժողովի անդամ մնացին Օրբարդք Տոյսեան, Տէր Սահակեան, Պուշաքճեան, Վ. Կելքիւսեան, Մ. Գալուստեան, Յովակիմեան, ու Տեարք Ուշագլեան, Հանէօեան, Կէօզիպէօյի քեան, Հ. Արքիմէճեան և Տէր Աւետիսեան:

Պոլսոյ թաղերու մէջ Տեղական Ժողովներ կազմուելու համար դրաստապէս պէտք է գիտնել Առժամեայ Տնօրէն Ժողովին, Սարմաճարդի հասցէով, որպէս զի կազմակերպիչներ ու զարկաւելով սեղական Ժողովները կազմուին:

Ա Ռ Ժ Ա Մ Ե Ա Յ Տ Ն Օ Ր Է Ն Ժ Ո Ղ Ո Վ
Հ Ա Յ Ս Բ Ա Ս Ո Ւ Գ Ն Ե Ր Ո Ւ

ՄԹՕՐԻ ՄՐՅՈՒՄՆԵՐ

Գ Ա Տ Ը Գ Ի Ի Ղ Ի Մ Է Ձ

Ապրիլ 22 ի կիրակին, իբր սրբողական յայտարարուած խաղեր տեղի ունեցան Գատրգիւղի Union քիւլակի դաշտավայրին մէջ. յայտագրին համաձայն, մրցումները կազմակերպուած էին Պոլսոյ Sporting Club ակումբին կողմանէ, նպատակ ունենալով իբր թէ Թուրքիոյ մէջ հաստատել սրբողական մրցումներու championnat մը:

Հանդէսը իբր ծրագրուած գործ մը բացարձակապէս զուրկ էր ու եւ է նշանակութենէ. յայտագիրը բոլորովին ամենաանկնամ կերպով պատրաստուած ըլլալով, նմանապէս զուրկ էր ամենատարրական technique պահանջներէ, ու իբր արդիւնք ալ բոլորին, մրցումները տեղի ունեցան անկարգակերպ խառնակութեամբ մը ու զուրկ ամէն կանոնաւորութենէ. անշուշտ հանդէսին կազմակերպիչները մեզ թոյլ կուտան անվերապահ կերպով մեր տպաւորութիւնները յայտնելու հանդէսին մասին, ու չեն սրամոխր այս երկրին համար քիչ մը անըմբռնելի թուելիք մեր անկեղծ խօսքերէն, որովհետեւ սրօրը այն միակ բանն է, որ կեղծիք, բազաբշանք, նկատուած չի վերցնէր. եթէ սրօրներու նպատակը նկարագրի շինելն է, սրօրվէններ պէտք չէ որ ինքզինքնին աղճատեն՝ եղածը իբր չեղած և չեղածն ալ իբր եղած հաւասարակ ջանալով. մէկ խօսքով Sporting Club ի հանդէսը բացարձակապէս զուրկ կը մնայ սրբողական ու է նշանակութենէ, ու հակառակ էր այս մրցումին մէջ ալ դարձեալ Հայերը առաջնութիւն խլեցին, բայց այս բանը մեր ազգասիրական գգացումները փայփայլէ

գատ ուրիշ արդիւնք չի կրնար ունենալ մեր կարծիքներուն վրայ:

Անշուշտ այսքան թերութիւն մենք նոյն իսկ շատ չենք տեսներ, մանաւանդ որ մենք ալ քիչ թէ շատ այդ ճամբաներէն անցեր ենք ու աշխարհի վրայ ամէն բան անսրբութենէ մը գէպի կանոնաւորութիւն պարտաւոր է չեղաչլուիլ, բայց այս գիտակցութիւնը դմեզ չարդիւնք որ հանդէսին կազմակերպիչներուն դիտել չի տանք թէ՛ կրը Թուրքիոյ սրբողական Championnatի մը համար բաներ մը կըլլուին, անհրաժեշտ է որ նախապէս աւելի խնամքով պատրաստուած ծրագիր մը գոյութիւն ունենայ:

Նոյն իսկ մրցումներ չամբողջացան, ի բայ թողով բոլորովին տեղի չունեցածները. հակառակ յայտարարուած ըլլալուն, մրցանակները չի բաշխուեցան, ու ստիկա գիտէք թէ ինչ մեծ նշանակութիւն ունի այնպիսի մրցորդներու համար, որոնք ոչ թէ սրօրի, այլ մրցանակի համար կը մասնակցին մրցումներուն . . . :

Տեղի ունեցան տասնը վեց մրցումներ. ասոնց մէջէն տասնը երկու հատը չահեցան Հայերը, երեքը Յոյները և երկու հասն ալ Թուրքերը. արդիւնքները նոյն իսկ բազմաթիւան չեն մտներ Հայկական բէթօրներուն հետ. երկաթ նետելու մէջ նշանակելի էր Պ. Մ. Մկրեանի նետած հետաւորութիւնը, ժողովրդապէս 12, 50 մէթր, և հեծանիւրի մրցումներուն մէջ ալ Պ. Վ. Վարժապետեանը, որ հեծանիւրի բոլոր մրցումներուն մէջ յաղթական ելաւ:

Ամէն պարագայի մէջ հանդէսը իր բոլոր անկանոնութիւններով չնորձաւորելի է իբր շարժում, ու կը մաղթենք որ յաջորդ հանդէսները հետզհետէ աւելի կատարեալ կերպով տեղի ունենան:

ՀԱՅԿԱԿԱՆ ԵՐՐՈՐԴ ՈՂԻՄՊԻԱԿԱՆՔ

Յունիս 2, Կիբակի օր տեղի պիտի ունենայ Հայկական երրորդ Ողիմպիականը : Տեղի պիտի ունենան զանազան հեռաուորութեամբ վազելու , երկայնութիւն եւ հեռաուորութիւն ցատկելու , երկաթ նետելու , ձողով ցատկելու , արգելներու վրայէ վազելու , նիզակ նետելու , հեծանիւի եւայլն մրցումներ :

Կարգադիր Մասնախումբը այս առթիւ կը ծանուցանէ թէ մրցումներուն մասնակցիլ փափափողները նախապէս (շաբաթ մը առաջ) պարտաւորուած պիտի ըլլան փորձերուն (epreuve ներու) մասնակցիլ, եւ իւրաքանչիւր նիւրի առաջին քանի մը լաւագոյնները միայն բուն մրցումներուն պիտի մասնակցին, այսպէսով հանդիսականներուն եւ նոյն իսկ մրցորդներուն խնայելով աւելորդ անկանոնութիւն եւ յոգնութիւն . մրցորդները ժամ առ ժամ հետափոխ պիտի ե ըլլան արձանագրուելու ակումբներու մօտ . Կարգապահութեան մասին Կարգադիր Մասնախումբին սօրիքնաձ կարգադրութիւններուն անպայման կերպով մրցորդները պարտաւոր են երթարկուելու . հակառակ զործէյակերոյ մը պահառ պիտի ըլլայ զիրենի բարոյական պատասխանատուութեան երթարկելու : Մանրամասնութիւնները ՄԱՐՄՆԱՄԱՐՋԻ յառաջիկայ բլուով :



Մ Ա Ր Մ Ն Ա Մ Ա Ր Ջ Ի

ՀԻՆ ԵՒ ՆՈՐ ԲԱԺԱՆՈՐԴՆԵՐՈՒՆ ԵՒ ԳՈՐԾԱԿԱԼՆԵՐՈՒՆ

«ՄԱՐՄՆԱՄԱՐՋ»ի հին Բաժանորդները եւ Գործակալները կը հրաւիրուին իրենց հաշիւները փակել, այլապէս ցաւելով հանդերձ, պիտի պարտաւորուինք իրենց անուանները հրատարակել :

Մեր յայտարարութեան համաձայն, այս թիւէն կը ղաղբեցնենք թերթին առաքումը զաւառական մեր այն բաժանորդներուն, սկսնք մինչեւ ցարդ չեն փութացած իրենց բաժանորդագիւնը մեզ ուղարկել, ինչպէս նաեւ սնունց՝ որոնք չեն արժանացած մեր վստահութեան :

Իսկ այն Բաժանորդները եւ Գործակալները, որոնց վստահ ենք, զերծ կը մնան այն կարգադրութիւնէն :

Վ Ա Ր Ջ Ո Ւ Թ Ի Ի Ն



ՄԲՈՐԻ ՎԻՃԱԿԱՀԱՆՈՒԹԻՒՆ

Սկիւսարի ՀՐԱՏ Մարմնամարզական Ակումբին վիճակահանութիւնը տեղի ունեցաւ Ապրիլ 13 ի Կիբակի օրը եւ 92 թիւը շահեցաւ ժամացոյց մը, իսկ 97 թիւն ալ Ֆուրպոյլի զնդակ մը :

Պատաս. Տֆօրկն Կ. ՈՒՆՃԵԱՆ	Տպարան Գ. ՊԱՂՏԱՍԼԵԱՆ Կ. ՊՈԼԻՍ	Արտօմոստր ՇԱԽԱՐՇ ՔՐԻՍԵԱՆ
-----------------------------	----------------------------------	-----------------------------

ԾՆՈՂՔՆԵՐՈՒՆ

ԱՌՈՂՋ, ԱՌՈՅԳ ՆՈՐԱԾԻՆ մանուկներ մեծցնել փափաքող մայրեր ու հայրեր
բու կը յանձնարարենք

ՏՕԲԹ. Ա. ՄԵԶՊՈՒՐԵԱՆԻ

ՄԱՆՈՒԿՆԵՐՈՒ ԱՌՈՂՋԱՊԱՀՈՒԹԻՒՆ

անուն գիրքը, գին 7 ղրշ :

[Փնտուել ամէն տեղ, ինչպէս նաև Մարմնամարզի Խմբագրատունէն : Գաւառի
համար փօսքի ծախար գնողին վրայ] :

ՄԻՆԵՐՎԱ

ՈՍԿԻ ՄԻՏԱԼ, ԱՌԱՋԻՆ ՄՐՅԱՆԱԿ

Օ. ԶԷՕԿԻՐԵԱՆ ԱՐՇԱԿ ԹՈՐՈՍԵԱՆ



Պոլսոյ Հայ մարմնամարզիկները սկսած են իրենց հա-
գուսաները մեր մօտ շինել տալ, ինչ որ կապացուցանէ մեր ապրանքներուն տոկոս-
նութիւնը, վայելչութիւնը և գիններուն ալ օրինաւորութիւնը :

Կը պատրաստենք նաև այրերու և կանանց ամէն տեսակ հագուսաներ, մեզի
սկզբունք ընտրած ենք յաճախորդը գոհ ձգելով տեւականօրէն ստիպել որ մեզ
գիմէ, հասցէ՝

Մ Ի Ն Ե Ր Վ Ա

Բ Ե Բ Ա, Թ Ի Ի Ն Է Լ Ի Հ Բ Ա Պ Ա Ր Ա Կ

Սարաֆ Օղլու Աքարդըման, Բ. յարկ

Ս Ե Ր Ն Գ Ա Գ Ո Ր Ծ Ո Ւ Մ

Ե Ի

Ս Ե Ռ Ա Յ Ի Ն Ա Ռ Ո Ղ Ջ Ա Ր Ա Ն Ո Ւ Թ Ի Ւ Ն

Գրեց՝ Hall

Անգլիական 13^{րդ} սյագրութեան թարգմանեց

ԲԻԻԶԱՆԴ ԿԵՕՋԻԿԷՕՑԻԻՔԵԱՆ

Հրատարակչիւն «ՄԱՐՄՆԱՄԱՐՁ» ի

Հայ հասարակութեան օգտակար ու յոյժ կենսական հրատարակութիւններ
ընծայելու նպատակաւ, որոշած ենք առայժմ վերոյիշեալ գործը հրատարակել, բա-
ժանորդագրութեան դրութեան վրայ ու այս՝ այն պատճառներով որ կարենանք
գիրքին հանրամատչելի գին մը նշանակել :

Հետևաբար, ամէն անոնք որ մինչև 1913, Փետրվար ամսոյ վերջը կը բաժանոր-
դագրուին, մեզ ուղարկելով միմիայն եօթն ու կես դանկիան, պիտի ստանան գրքէն
օրինակ մը, ինչ որ ալ ըլլայ գրքին գինը, որ ամէն պարագայի մէջ տասը դանկա-
նէն պակաս չպիտի ըլլայ :

ԶԵԶԻ ԱՆՀՐԱԺԵՇՏ ՊԻՏՈՅՔՆԵՐԸ



Molletière



Suspensoir

Իբր Մարմնամարզիկներ, պարտաւոր էք գիտնալ թէ լաւ Molletière մը եւ Suspensoir մը ձեր անհրաժեշտ պիտոյքներն են. բերել տուած ենք աշխարհի առաջնակարգ տունէ մը վերոյիշեալ ապրանքները, զոր ամէն կերպով կերպաւորենք:

Աւերոյց սարի մը տեւականօրէն կրնաք քալել, սուսնոյ որ ձեր մենէ առած Molletière քակուի կամ ո եւ է անհանգստութիւն պատճառէ. թերեւս ձեր առարկութիւնը գինին մասին ըլլայ, բայց երբ ձեզ վտտահայնենք թէ մեր ապրանքները ուրիշներէ առնուազն շորս ակզակ աւելի գիմացկուն են, այդ առարկութիւնն ալ ինքնին կը վերնայ: Գինն է 30 զրուշ: Փոստի ծախքը միշտ գնողին վրայ է:

Աւելորդ կը նկատենք Suspensoirի մը բժշկական առաւելութիւններուն մասին խօսիլ, միայն կուզենք նկատել տալ թէ, եթէ որոշէք Suspensoir մը գնել, միմիայն գնեցէք Teufel տան «Olympia» Suspensoirը. Գինն է 10 զրուշ: Փոստի ծախսը միշտ գնողին վրայ է:

ԻՆՉՈ՞Ւ ԶԵՐ ՈՒՍԵՐԸ ՇԻՏԱԿ ԶԵՆ

Փափաքելով նաեւ դրապէս օժանդակել մեր ընթերցողներէն անոնց՝ որոնք կ'ուզեն իրենց ուսերը շտկել, մարմինը ուղղել, կուրծքը զարգայնել, յատկապէս բերել տուած ենք կարգ մը առողջապահական bretelle ներ (ասխը), որոնք սովորական bretelle ներու գործը տեսնելէ զատ, մարդուն մարմինն ալ ուղիղ կը բռնեն, անոր տալով վայելուշ երեւոյթ մը: Ապստրելու պարագային յիշատակել թէ՛ արական թէ՛ իգական սեռի համար կուզուի, ու նշանակել նաեւ անձին տարիքը, որպէս զի յարմար մեծութեամբ ուղարկուի: Գինն է 25 զրուշ. զաւառի համար 27 զրուշ, փոստայի ծախսով:

Աւելի գիւրութեան համար կարելի է գիմել նաեւ Պանջէ Գարու, Հայկ Ճիլզմէճեանի խանութը, ուր ցուցադրած ենք արդէն մեր ապրանքներէն մաս մը, իսկ կեդրոնատեղին է Մարմնաւարդի խմբագրատունը:

