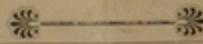


ԵՐԱՐԿԱՆԱՄԱՐՁ

ՊԵՏԿԵՐԱԶԱՐԴ ԱՄՍԱԹԵՐԹ.

Ա. ՏԱՐԻ - ԹԻՒ 7

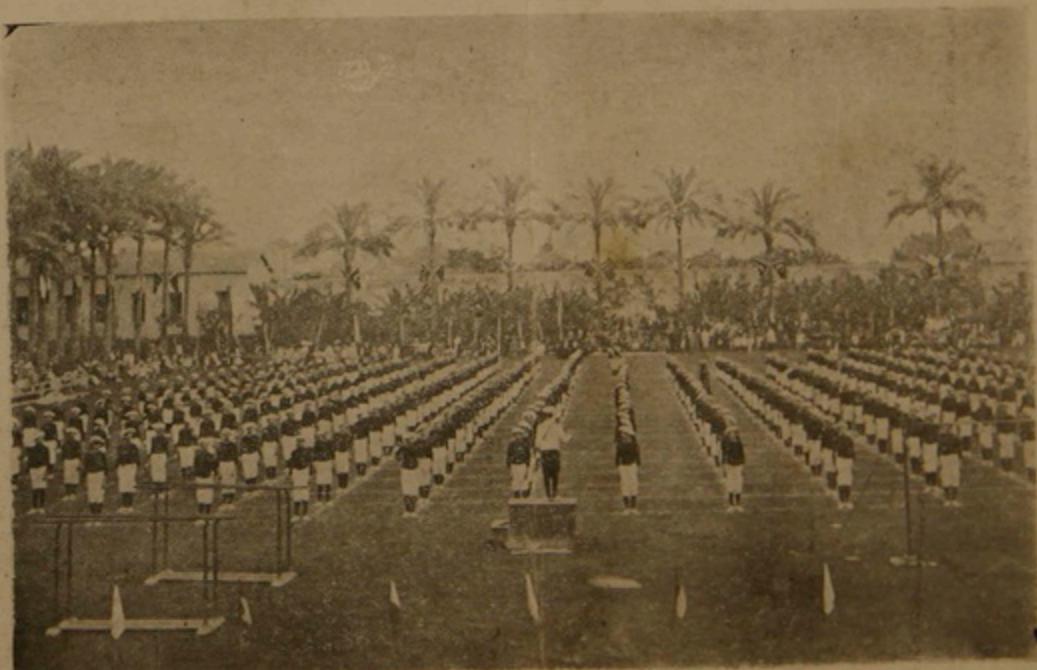


1911 ՕԳՈՍՏՈՒ

Պ. ԱՏԵՓԱՆ ԽՈՎԱՆԻ
ՀՊՃԱՐԴԱՎԱՐ



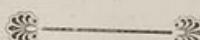
Յ. Վ. Վ. Վ. Վ. Վ. Վ.
Յ. Վ. Վ. Վ. Վ. Վ. Վ.



ՄԱՐՍԱՄԱՐԶ

ՊԱՏԿԵՐԸ ՉՎԱՐԴԵՐԸ

Ա. ՏԱՐԻ - ԹԻՒ 7



1911 ՕԳՈՍՏՈՒ

ՄԱՐՄԱՄԱՐՁԸ ՀԱՅ ՎԱՐԺԱՐԱՆՆԵՐՈՒ ՄԵԶ

Ժամանակը եկած կը համարելի համուրեան ցցուելու թէ ի՞նչ սկսելու համուրեան կապակարտած անձեռ կրնաւ զժուիդ, որով մեր շահելու կրթելու, մարդ բնելու կողուած են:

Մենք մարդ ընկեր յենի հասկեաւ այս այլեւս ամեն տեղ մեռած ու միայն մեր մեջ զոյտրին ունեցող մասնավարժական միայն դրուրինը, որուն համեմատ սուն բնական կրտսուրեալ մեկ մասը միայն կը զարգացմի ի մաս ամբողջութեան:

Մենք կրական վարիչ շրջանակներէ կը պահանջելի պահազայ հայ սերունդին հաւասարակշին կրտսուրինը: Սյաօր երբ Ասամայի Ազգ. վարժարանի Տեսություն բաց ընթառած ըլլարով Ֆիզիֆական դասխորհակուրեան կրտեւրուրինը, իր վարժարանը կ'օճէ, մարզական միայն ուսուցիչով մը, ու երբ Պոլոյ համար ինչպէս նկատուած է ընդհանրապէս, մարզական զարդ մէ, այդ պարագային Ասամայի ներկայ վիճակին համար զինուրացին մէ եղածը: Երբ երրուինոյ, Դրուսայի Թաղ. Խորհուրդները մեզ կը դիմեն որպէս զի իրենց մարզական դասասուններ զժուիլիք, երբ Կարինին համար Կալանի թերթի Տնօրենին, որպէսզի Հայուսանի այդ արքին մեջ պաշօնավարէ, երբ Պոլոյ մեջ 7-8 վարժուհիներ մեր կողմէ պատրաստուած կանոնադրութեան մարզական դասընթացին մը կը հիշենին իրենց ուրվածները զաւանենու մեջ սարածելու համար, ի հարկէ կը նրանին ու էսկինին հայ երիսասարդութեան Ֆիզիֆական նիւրական ապահովական մասին բառեւ բարայ, որովհետեւ ներկայ զննածամին մեջ պազային զոյտրինը Ֆիզիֆական ուժի կախում ունի:

Բնական և բէ առնուազն երեսուն կամ բառասուն առուածն անհոգութեալ սիստեմի կարելի չէ մեկ օրուան մեջ ու մեկ անգամն դարձնել, ու սյաօր երբ մենի մարզական պատրաստուած դասասուններու չողուրեան պատասխան սիրուած է ըլլարով այդ խնդրականներուն բացասական պատասխան տալ, չենի կրնաւ այդ առքին մեր զգացած ցափին յի խառնել մեր ուրախութեան զգացումը:

Ուրախութեան զգացում մենոր համար որ կոյր չենի յի ժամանելու համար թէ ժողովուրդը, ու ժողովուրդին բարօղութեան հոգը իրենց վրայ առնող մարմիններուն մեկ մասը, մկներ են զիսակցութեան զալ, իրենց բարի վա-

կամոցները ժեստեր, պատր են դեսի բայ ձգչի, պատր են իրենց խնդրանիները, և ինչո՞ւ զբութիք իրենց օրինաւոր պահանջները ընելո զիրենիք առաջնորդելու կողմանը հրաւարավորիներու, անհատներու և կազմակերպութեանց:

Ըստիք թէ մեր պարապեալ բացասական պատասխանը . որ ի հարկէ մեզ կը տիրեցնէ, մեզի կը պարզեան նաև ուրախանակու հրամանիքը. որովհետեւ ինչ պիտի արձէր մարզանիք պատասխան գասառուներաւ ամբողջ շեղոն մը, եթէ հաւարարինը անսարքը զժոնէր դեսի այդ կենսաքրեց շարժումը:

Բայց երէ մեկ կորթեն պէտք է հրամիլ, միւս կորթե կարելի չէ չի ցախի և մանաւանդ զարմանայ Յիզիսական կրութեան մասին արտայացուած տարինակ ու պատասխաներու մասին:

Լուր Ալեքսանդրիսին է որ կուզայ, որտեղի պատ. ոնզաբարձրինին երեխի իր մանկավարձ տեսրենին հաւեղութեանուն վրայ կ'որոշէ մարզանիք դասր իրը աւերող պարապուրին մը վարժարանին վսարելու:

Պ. 3. Գայրեան, երբ մեզի օրինակ կը բերէ այն պարագան թէ անցեալին մէջ ամենին արիկայ մարդիկը բարիչները և գլադիատորներն են, ո դարձեալ մէջ բերերով Ռուսիոյ ներքայ խազակները, կեղրակացներ թէ ուժը բարյականին հետ խոսր կը համեմատի որով պէտք է վերցնելո զայլ:

Պ. 3. Գայրեան կերեաի զիսական նոր ձևարժութիւն մը բնիւր մարմացին բնունայ բնելու թէ, այդ մարդիկները «արհեստով» կուողներ են, որոնիք այնան խոհանարութեամբ մարդ պիտի պատճենին որսուն իլի կը ցանայ մարզանիք մասին աշխարհի բնուրունած ձևարժութիւնները երկու յօդածով ոչնչացնելու:

Եթէ մարզանիքն նուատակը բլար միայն առանց մնաւոր և բարյական զարգացման մարմանակն ուժեղ «կենակներ» պատրաստե, այդ պարագային մարզանիք ոչ թէ բարիք մը, այդ մարդկային բնկերութեան հմանաց բարիք մը պիտի պլաստ, բայց Պ. Գայրեան կը մնունայ յիշեցնելո թէ ան երբէ նուատակ մը չէ և չի երմար բլար, այդ միջոց մը աւելի հեշտոքներ հասնելու իր առանց մարզանիք հասնելո ուզած անկարելի ինացական կատարելուն: Եթէ Պ. Գայրեան իր ինեամբին յանձնուած սերունդին Յիզիսական, կենակնը իր մեկ սիստ համեմութեան զնելու շափ յառաջ կերպայ այն թիւր բնրունունով որ Ալեքսանդրիոյ պարագան հայուրինը ունազործներ բլարիք պիտի վրկէ, բաւելիք ջիկայ, բայց բոլ համար բայ զիսնայ նուն թէ հարիւրներու կարելի և հաշուել թիւր այն մասուրադանին ու համարասականին, որոնիք կախարաբներու վրայ իրենց զործած ույրենուն հաշիւր տած են, ո եթէ պէտք բլար իր օրինակ տաւնաբանութեան նետեաի, պէտք եր վարժարանները զուել, որպէս զի հաւանական արիկներ և ունազործներ յատաց յիշուն մարդկային բնկերութեան ծոցին մէջ:

Յաջորդ խթագրականով մը բոլ մարմանարզին ու իր զիսնայ կարծած մարմանարզին տարբերութիւնը իրեն սորվեցներու առիրը պիտի ունենանի:

ԹՈՅՆ ԿԵՐՊՈՎ ԹԿ ՃԻԳՈՎ

Մարդանքը երկասցի դանակ մէն է ,
երկու կողմէ կը կարէ , կը վհասէ կամ կը
նպաստէ գործադրութեան եզանալին հա-
մամատ : Նախընթաց քանի մը յօդուած-
նելու , այս և յաջորդնելոր այդ վագուեկ
կետը վեր սիսի հանման և սիսի ցացնման
միջցները որոնց ընորի մարդ կրնայ օգ-
ստիլ մարզանեն , առանց վեասուելու :

Պաշտօնիս բերմամբ տուչպ ասիթ տնեւ-
ցած ևմ ներկայ ըլլալու մանկապարանիփ
տղոց առաւուան մարդանքն , զանազան
տեղեր , զանազան վարժուհներու առաջ-
նարդութեան տակ . մարդանքի մէկ խումբը
տեսնողը ամենը տեսած կ'ըլլաց , ամենազաքն
ալ թուզ կ'ընեն իրենց մարզանքը . պատ-
ճառը շաս պարզ է , այն է որ բարար վար-
ժների իրենց մարզանքու կ'ընեն սիժերու
տառելագոյն ինսցուպաթեամբ և նուազա-
գոյն ճիգերավ . իրեն ձանձրացուցիչ աւե-
լորդ աշխատաթիւն մը ուրիշ ժամ առաջ
ազատի կ'ազն , ինչպէս այլքացն կըմ
քահանան կը լցուաէ օրուան ժամասցու-
թիւնը : Մարզանքի նոր սիրազներու շասուկ
թերութիւնն է գործեալ չարժումներու
թուրաթիւնը , ասկէ զաս առ հասաբակ
ամեն մարդ ոյցերու ինսցուպաթեան հնագ-
ուզով կ'ինաց այդ գերաւթեան մէջ , այնոքն
որ մարզանքի վարդարենքը բնական ճամ-
րավ մը թերուած են անը առաջքն սանել
մարդու աղները զանազան ծանրաթիւնե-
րավ՝ գաւնաերավ , լախասերավ ծանրաթես-
ներավ կամ առածիզ չունենալ այլիկ առ-
լու անոնց :

Զարիբը հնէ որ մարդ մէկ անզատե-
հաթիւնն երբ կը ջանաց ազատի , հակասուկ
ծարահնելութեան մէջ կ'ինաց , և այս ներ-

կայ պարագային , մարզական շարժումները
հարկ եղածին պէս կասարել աւզպները
իրենք զիրմար կ'ենթուրէն անխորհուրդ
ճիգերու . և ճիգը վասնզ մէն է , մինչ
թուրութիւնն մարզանքի օգուաներէն զր-
կուերու վիան ունի միայն :

Մարզանքին օգտուելու համար վա-
փաքք չի բաւեր . դան լնել հարկ է զի-
տապարար և գիտութեամբ . այս կեան
ուշադրութիւն գարձնելու անխորհուրդից-
ները , մարզագեաները կըմ մնա ուժ սպա-
ռուզ արձնասաւորները շատ զիւրաւ կ'են-
թարիւն սիրափ հիւանդաւթեանց որոնք
լրենց կիանքը կը վերջացնին :

Փորձեցէք ծանր բեռ մը վերյնել զեռ-
նեն կամ հրել կամ քաշել զայն , բնագգա-
րար մնա շանչ մը սանելի ևոր սիրափ պա-
հէք ձեր շանչը , չպիտի արաւանչէք եւ այդ
վիճակին մէջ սիրափ նույրուիք սուաջազ-
րաւած գործին , որ մէկ անզամնէն շատ
ուժ մշտեղ բերել կը պահանջէ : Այսպէս
վարուելով ճիգ մը ըրած կ'ըլլաք :

Հիմա մօնէն քննենք ճիգի երեւոյթիր ,
ահօններ թէ ինչ բանի մէջ կը կարնաց ան-
եւ ահօններ թէ ինչպէս կըրելի է զերծ
մնալ անոր պատճառելիք վասնգին :

Իրարմէ տարրեր երիւ գործարութիւն-
ներէ կազմուած է սն . մէկը քիչ ժամա-
նուի մէջ շատ այժ ազատելու և միւսը
շանչը բանելու :

Առաջինը որ ինքն այ սասափիկ կնճասա-
րնախօսական երեւոյթ մըն է , մնա ապօ-
րինութիւն մը չանի , սրամնեաւ անոր ան-
միջարձն հնաւանքը սիրափ ըլլալ ուժի ո-
պասում մը որ քիչ չեաց սիրափ վարժան-
ուի : Ճիգի էական այս զործարութիւնը
բարերազգարար անխօսանգ է , առանց այս

պարագային, ոչ ոք սպառի օգասուեր մարմինի աշխատաւթենէն, և յասց սննդեթեթ չսպառի ըլլար զնդերներ աւնենալ եւ զանանք չիրանայ բանեցնել:

Կը մնայ շաւնջ բաներու ինպիրու, հաս է անաւասիկ վասնգըր: Գիտեցեր որ մարդը շտնջը կը բերուի բանել երբ իրանին զնդերները յանկարծական մեծ զործունէութեան մը առջն զանաւին, շաւնջը բաներավ, անշարժացած կողերուն վրաց հաստատուած զնդերները հաստատուն կուռան կ'առանան և աւելի աշխատաւթիւն տարու բնդունակ կը զանան: Բայց միենայն ժամանակ, ներսէն և գուրաէն ճնշուած թոքերուն ու սիրախն մէջէն արփանը կը պարպաւի, չնձերակներու մէջ ճնշումը կը շատանց, երակները մանաւանդ կուրծքին մօտելի կ'ուռին, բան մը որ զուրածէն շատ զիւրաւ կը հառկյուի ձիգ բնողին վեճքին կարծիքները շատ ուռուձիգ են, բան մը չէ, կը զիմանան, բայց եթէ անշափահասի կամ ծերի են կամ ծերացածի, վասնգը ակներն է, անանցմէ մէկը կրնայ պայմիլ և մահ պատճառել:

Երբ ձիգը կը վերշանաց, յանկարծ կուրծքին և միւս աշխատով զնդերները կը թունան, թոքերուն և սիրախն վրաց եղած մեծ ճնշումը կը զաղրի, երակները կրպարուին, բայց միենայն ժամանակ սուրապարման կերպով կը լիցուի մօտերը քիչ տուաջ զիւրաւծ արփանվ և այս անդամ բորը ճնշումը կը կրմ սիրար, անաւասիկ տրիշ վասնգ մը, ոչ նուազ մեծ քոն ասացնը: Սիրու կ'ընդլայնի այդ խաժումին առջն, մեծ զժուարութեամբ կը կծկուի և անդամ մը կծկուելուն պէս կը սկսի տրագ ու բագ բարախի ու բագնիլ: Ասովզ սիրար և չնչերակի տէք մարդոց հագի և արեան ըրջանի այս խանգարաւմները երբ կոկուուն ասէալ, չնչերակները կը կարծրացնեն, սիրար կը խաչորցուն, անոր սպառերը կը հասանան, զունակներն անկանան կը գոցուն: ճարար կը սպառէ սիրար և վասնգը աստիճանարար կը

յառաջանեաց և սիրու ու չնչերակիները կը հիւանդան և օր մը փոքրիկ ձիգի մը առջն կը զաղրի գործերէ և ասովզ զարձաներու սամանուած մարգանքն ացագէս կը վասնց գէ կիւանքը:

Սրգարի վասնգը կայ, բայց անխուսափելի չէ: Տիսած էք անշաւչա վացու կառուղիները սրմաք կացինը մեծապայն ձիգով վար կոձգին վրաց իշեցներու պահան հառաջ մը կ'արծակին, այսնքն կ'արգիլն շաւնջ բանելը: Նախը ըրած կ'ըլլան նուե այն զործաւորները սրմաք խորապինն աչքամօր, հերասա, ալ վեր կը քաշն ծանր թակը:

Դարձմանը, այնքան բնական և այնքան սրբզ է, որքան շաւնջ բաներու բնապղը, կը մնայ անոր հեաւելի:

Մարզանի բոլոր շարժումներուն պէտ է գուգորդել անհրաժեշտաբար շնորհական շարժումները, սրմաք այնքան զի բառ կը ներեն այս բանը: Սրգարի ամէն մարզական շարժում կը կիլին է, ասացնուզ մարմնին շարժուզ մասը իր սկզբնական զիրքէն կը հեռանց, երկրարդով անոր կը վերապահաց, շարժումնի եամենաս առաջինին կամ եկրագին կը գուգորդեն ներշնումը կամ արտաշնումը և մեր նպաստակին հասած կ'ըլլանը: Զոր օրինակի, երբ իրանը եաւ առաջ պիսար շարժմանը, բնական է որ եաւ շարժած աստին խարսնէ մը ներշնչնը և վար ծուած աստին արտաշնչնը, երբ սրունը վեր պիսար կծկնաք, այս անզամ ալ կծկած արտաշնչերը զիւրին է:

Շարժումը շաւնջի զագործերը առ յաւերածական տառաւելութիւնն ալ ունի որ շարժամները աւելի երկան կը տեսն և իրենց բարոր նալութակն թեամբը կը կատարուին:

Մարզանը որիմն հսրէ է որ միշտ ձիգով ւնենք սրուզի աշխատած ըլլար ու օգտանքը և մը անդամացն վարժունքը նախական շարժամներու զուգորդել մը շարժամները, որպէսզի զիրծ մնանք ձիգին անզամենթիւններին:

ԱՐԱՄ ՇԱՄԱՆՉՈՒՅԵՆ

ՖԻԶԻՔԱԿԱՆ ԱՇԽԱՏԱՆՔԻ ՆՇԱՆԱԿՈՒԹԻՒՆԸ

Ներկայ գործոցին բնարոշ կողմնուն մէջն է ձգտում զէսի ֆիզիքական աշխատանքը :

Դէսի ֆիզիքական աշխատանքը եղած այդ վերաբերմունքը զեռ այնքան խոր և գիտակցական չի դարձած, այլդպիսի բդրագման գործոցին մէջ զեռ ահպի կ'ունենան անհատէմ: Նոյն իսկ այլ աշխատանքին անսուրեան կողմը այնքան քիչ է հիմնա որուած, որ շատերը յաճախ անոր մեծ կարեւարութիւնը կը պնդեն, իսկ ու մանք ալ կը փարբացնեն և ոչչոտթեան կը հասցնեն զայն:

Եթէ վերջուծենք անոնց կարծիքը, ուրնք համակրանքով կը վերաբերաւին փիզիքական աշխատանքը գործոցական ծրագրի մէջ մարդնելուն, կը անմնենք, որ անմնք առաջ կը բերեն հետեւայ զիմաւոր փասերը, թէ ֆիզիքական աշխատանքը կ'արթնցնէ մանուկներու ու շաղրաւթիւնն ու համարքքրաւթիւնը, անոնց աշխատանքուն ու ինքնազործանութիւնը, թէ ան կը գարձնէ զանոնք աւելի գարձնական, անելի օգտակար և անային գործերու մէջ իրենց ծնողներւն աջակցելու առելիքներ, հակամէա, թէ ան ու անոնզ փոքրիկները սրաց չափով կը նախապատրաստէ ապագայ կեանքի գործական պարագաւնութիւններու համար, — աղջիկները իրենց ան անսեսութիւնը վարելու, իսկ մանչերը իրենց ապագայ զրագման համար:

Թէսիս այդ բարոր փասերը կշն անին, բայց և այնպէս այդ հայեցարը գրաւրոցական կեանքի նոր բնիթոցքի մասին՝ չափագանց նեղ է: Մենք պէտք է փայտի և մասագեաց աշխատանքների, ջուրհակութեան, կար ու ձեւին, եփերւն և այն; Կայինք թէ թիւնքի իրեն կը պարզանական ար-

նուներու աշխատանքներ սովորելու, այդ իրեն կեանքի պահանջներու պէտք է նաև մինք, իրեն հասարակական կեանքի աղգակիներու: Անոնք պէտք է ծառացին իրերի միջոց՝ երախաններուն ցոյց տալու հասարակութեան հիմնական կարիքները և անոնց բաւարարման հնարքները, — որպէս հասիւ չէ որ ֆիզիքական աշխատանքի հասարակական բնաւորութիւնն է միան կարող գործոցը հասարակական կեանքի խական սաղմի վերափոխել:

Հասարակութիւններ բազկացած է առանձին անհամաներ, զայն իրար միացնազը հասարակական օգտակար գործի բնորհանուուր մանակցութիւնն է: Բնորհանուուր պահանջներն ու նախառակները կը ծննի միարերու աւելի բարուած, կենդանի փոխանակութիւնն և համակրանք՝ զէսի մարդկիկ: Ներկայ գործոցին մէջ մանուկները չունեն բնորհանուուր արդիւնաւոր գործունեւթիւնն, այս կը նշանակի թէ գործոցը հասարակական սառող օրինակը չէ այժմ:

Եթէ մենք գիտենք երեխաններու խաղի հրապարակը, կը անմնենք որ այդանի միշտ կայ, զօյութիւն ունի հասարակական կազմակերպութիւնը մը բնիքնակամ. և անխուսափելիքն ապաս կազմակերպութիւն: Այսանդ խաղացավներու առջեւ զրուած է բնորհանուուր գործ մը, զոր պէտք է միահանու կատարել: Ասկէ ալ բնականարար առաջ կուցաց աշխատանքի բաժանուումը և համագործակցութեան պահանջը:

Իսկ գործոցին մէջ չկան, գոյսութիւնն չունեն ապաս հասարակական կազմակերպութիւններ և փոխառած օգնութիւնն պահանջող պայմաններ: Անա հաս կը կայանաց միք գործոցական, կեանքի ամրող խեցութիւնը: Ան իրեն նախառական պահանջը:

րեր ծանր ինսդիք մը, — հասարակութեան ապագայ անդամները դասախրակիել ացնապիսի միջավացիք մը մէջ, որ բարուսին զորք է հասարակական կազմէ և ողիչ:

Իր զբագլունքներուն մէջ ֆիզիքական աշխատանքներին կարեւոր անզ յասկացնազ դպրոցը շատ կը տարրերի տովարական վարժարանէն: Այդ աւարքերութիւնը խօսքով զժուար է արաւայակել, այն աչքի կը զարմէ զարդարական կեանքի ամբողջ ոգին ամբողջ միջնորդին:

Երբ մանէք դպրոցական խոհանոցը, ուր մանուկները կերպակուր պատրաստելով ին զրադած, զուք զանոնք չէք ձանչնար, իրենց ինքնագործունելութիւնը, աշխացը, արամագրութիւնը կը զարմացնէ ձեզ, անոնք կը զարդին իրենց արաւածը կրասորական կերպով ընդունել և կը զառնան իրենց աշխատանքի սահեծովը:

Սափարական դպրոցի մէջ աշակերտ կուլ պիտի տայ վասաներու ու ձշմարաւթիւններու կարելի եղածին չափ մեծ քառակութեան, իսկ այդ կուլ տալլ միայն աշակերտի անհաստական ընդունակութիւններէն կախում ունի, և յառաջադիմութիւնը անոր մէջ կը ծնցնէ հասկանութիւն ու մասաբործութիւն:

Բնական է որ այդ պիտի ուսուցումը մանկան մէջ պիտի ծնցնէ մրցման ամենավաս ձեւերը, քանի որ դպրոցի միակ նպատակն է մացնել աշակերտի զուտիքը, որքան կարելի է շատ դիմուլիքներ Մրցման այդ միջնորդար կը մնացանէ հակորմներացին արամագրութիւն:

Մեր նկարագրած դպրոցը հաստատուած է բնկերացին ճիմքերու վրայ:

Եթէ կ'ուզէք 40-50 աշակերտի սովորել որսուած դասը սովորի առաջնորդ դպրոցը համար, ապա ձեր կարգապահութիւնն ալ պէտք է ուղղուած ըլլայ

այդ նպատակին հասնելու կազմը, իսկ եթէ կ'ուզէք մանուկներու մէջ զարգացնել հասարակական կեանքի և զործակցութեան ողին, այն ժամանակ ձեր կարգապահութիւնը պէտք է բավարար այդ սկզբանքներէն և անհնայ բարուսին տարրեր բնաւորութիւն:

Այսաեղ, ուր աշխատանքը կ'եռաց, ուր իրեր, առարկաներ կը պատրաստուին, ըստ հանուար սովորական կարգը դուք չէք աենաներ, այսաեղ առաջին նպաւածքով անկարգութիւնն է որ կը թագառոքէ, ըստ միւնք կը բացակայի, բանւորները ուրոշ զիբք բանած չունին, անոնց ձեռքերը իրարու վրայ ծալլուած չեն, անոնք իրենց իրերը չեն պահեր սրոշուած կարգավ: Այդ արտաքին կարգադրութիւնը, ազմուկը համարեանք և այսաեղ կասարուող զործի և անկե կը բավիսի, սակայն այդ աշխատանքին, զրագմունքներուն մէջ կաց յասուկ կարգապահութիւն, որ առաջին նպաւածքով զժուար է նկատել:

Պէտք է զիանալ որ արդիւնաւորող ֆիզիքական աշխատանքի բորբ աեռակեները դպրոց մանկերով կը թարմացնեն և կը նորոգեն ողին: Աշխատանքը կը կապէ կեանքի հետ, աշխատավը այսուհետեւ մանկան համար կը դառնայ սովորութիւն, որու չնորհի աշակերտը դպրոցին մէջ կ'ուսանին նայիսկալ կեանքը:

Աշխատանքը կը բարեփոխէ վարժարանը, կը գարբնէ զան կեանքի դպրոց, ուր ուսուցիչը՝ ինքը կեանքն է, և արդպէտով դպրոցը կը զարդի մանկան ասպարագ կեանքի հետ շատ չնցն առնչութիւն ունեցող դասեր սերտելու վայրը ըլլայէ:

Աշխատանքի դպրոցը կը կազմակերպէ և բնկերացին հիմնաքններով կը սակագնէ այսաեղ փոքրիկ համայնք և չնորհի այդ հանքամանքի զպրացը կը զառնայ ասպարագ հասարակութեան սաղմը:

Սշխատանքի այդ միացնող բնաւորութիւնը միայն իրեն է յասուկ, և ասով անկր ծառացէ իրրեւ ազգիւր մշտական, սիստմաթիկ դասախարականներու որդութիւնն: Դպրոցական այդպիսի կազմակերպութիւնն մէջ մանուկը աշխատանքի լր բաժնոր կը կասարէ ոչ թէ միայն առոր համար որ զրադուք, այդ որ արտադրէ որեւ է իր, առարկա:

Թէպէտ այդ աշխատանքը նպասակ չանի ապ լող հանուր զարգացում, առկայն և այնպէս ան գեղեցիկ կրպավ կիրականացնէ այդ նպատակը: Դպրոցի մէջ կատարուոց աշխատանքը չափու և է այնական զրգապատճառ: Աշխատանքի նպատակը այսաւեզ արտադրութիւնն այնական արժեքէքը չէ, այդ երախաններու մէջ ընկերացն հակումներու զարգացումը և առոր հետ միասին անհնց զիստութիւններ հասակաբարեցի: Այդպէտով նեղ, շահագիտական բնաւորութիւն չունենարով, զործնական աշխատանքը զարոցին մէջ կը ներկայացնէ այն ասպարէզը, որ հարաւորութիւն կու առաջ մանուկներու տեղեկութիւններ հազարդել բնական զիստութիւններէ, աշխարհազրաւթիւնէ, պատմութիւնէ:

Բոլոր զիստութիւնները կարծես թէ կը միանան աշխարհազրաւթիւնն մէջ: Ան աշնի այն մնձ նշանակութիւնը, որ մեզ կը ներկայացնէ երկիրը՝ իրրեւ մարդու արձաւանոցը. աշխարհը առանց մարդկացն զործունելութիւնն կը կարծնէ իր կարծնէնէ իր նշանակութիւն կատարելութիւնը: Երկիրն է մարդու զարութեան ազբիւրը, առոր ապասանն է, անոր համար նիւթը, որուն վրայ ան կաշխատի, ան իր զաշտերով ու հանքերով ասքութիւնն, լորի, երեկորականութեան անսպաս ազբիւրն է: Երկիրը այն անձագածիր բնին է, ծածկուած ովկիսաններով, իւսներով, զեսերով ու հարթութիւններով, որուն համ աշխատելով մեր մեր ամբողջ երկրագործութիւնը, արդիւնաքերութիւնը, հանքագործութիւնը և ասեսուրը անոր ամնանանչան մասերն ու զործներն ան կազմում:

Կեանքի գիտիքական յարմարեցութիւն է

մարդու զիստութիւնների յաջողութեան զիմաստը պայմանը, զրազմանքների՝ ուրնց ծնանդըն է նրա պրազրէսը, յառաջշխազացութիւնն, մարդկային աշխատանքն է առեղծել ու զարգացըրէ զիստութիւններն ու արտեանները, մեր աշխատանքն է աշխատին առանձին բովանդակութիւնն և արժեք առաջը:

Զրազմանքները դպրոցում պիտք չէ միայն գործնական նպատակներ ունենան, արմաքն պիտք չէ միայն մեքենայական աշխատական թիւններ հազարդին եփելու, կարելու, աստղագործելու եազն մէջ: Անմաք պիտի լինին նաև այն կեղրուր, որուն չամախմրաւին գիտական պարագամները, հազարդութիւն տեղեկութիւններ աշխատանքի զործիքներու, նիւթերու և անոնց մշակման ու պատրաստութիւն մասին:

Ֆիզիքական աշխատանքը այն ձանապարհն է, որով ընթացել է մարդու էվոլյուցիան, զարգացումը, նոյն այդ ձանապարհով պիտի ընթանայ նաև մանուկի զարգացումը:

Եթէ մնաք դպրոցական գործնական զրազմանքներուն վրայ նայինք, շահագիտական տնօսակիտէն, եթէ մատծներ որ անոնք աշակերտն պիտի սովորեցնին կունակ կարել կամ կարիտան շնիլ, այն ժամանակ գործելու հուզ է հասկնալ, թէ մանիկն ու զործներ ինչու զարգարական ծրագրի մէջ պատուաւոր տեղ պիտք է բանին:

Բայց եթէ կանգնինք որից հայեացականի վրայ, կը հասկնանք որ մանկեն և կամ գործիկն սկսելով, մանուկը կարու է քայլ առ քայլ հնաւելով մարդկութիւնն զարգացմանը և տեղեկութիւններ ձեռք բերել ինչպէս իր մշակմած, զործադրած ու արթիւններու ու նիւթերու նայնպէս ալ այն սկզբունքներու մասին, որոնց վրայ է հիմնուած այդ մշակմածը: Հնաւելով արտադրութիւնն համ մարդկութիւնն պատութիւնն զարգացման ամրող ընթացքը:

Պատմականի լնթացքով երեխանները գործնականակի կուտամնապիտին այն բուրուշներին ու բարեկամութիւնները,

պանց ենթարկուած են արտապրամթեան ձեւերն ու գործիքները, միսո կոզմէ իրենց սեփական փորձերով անոնք կը համազաւին այդ բարեփախութիւններու անհրաժեշտութեան նկատմամբ և կ'մրանեն անոնց ազդեցութիւնը ոչ միայն արդիւնաբերութեան այս կամ այն ճիշդի, այդ ամբողջ բնիւրական կեանքի վրայ: Սցդ կատարելագործութիւններու ամբողջ բնիւրացքը մինչեւ ներկայի գործերու բարդ մեքենան վերլուծերով, ուստիմասնիրերով, երեխանները կը անոնն նուի զիտութիւնը արդիւնաբերութիւն յարմարացներու մեծ նշանակութիւնը:

Առեւ զատ այդ աշխատանքի հետ միայն մանուկները կ'առանան նաև բոլոր հարիւրոր գիտական տեղեկութիւնները, ինչպիսիք են - համկացութիւն այն երկիրների աշխարհագրական լայնութիւնների ու պաշմաններու մասին, որ անգ աճում է մշակուող հում նիւթը, առեւարի և արդիւնաբերութեան խոչը կինոարմներու մասին, արտադրութեան մեջ կիրառւող ֆիզիքական ոյժերի մասին: Վերջապէս պատմական տեսակէտից երեխանները կ'առան մետափրեն այդ պիտօնվ այն ազդեցութիւնը որ այդ գիտեկն արել են մարդկութեան ճակատագրի վրայ:

Հասկանափի է որ սա միակ և ամենաշնորհագույք չէ մարդկույին պատմութեան նկատմամբ, բայց միենայն ժամանակ այդպիսի հայեցակետ տարիս է ուղղի հայեցք պատմութեան վերաբերմամբ, որովհետեւ արդիւնաբերութեան բնիւրացքը, գարգացումը, պատմութեան համար աւելի կարեւը և բնորոշ գործոն է քան միւները:

Ֆիզիքական աշխատանքը մանկան մեջ մայնում է ուր գէսի աշխատանքը, նա տալիս է նրան անմիջական փորձ և ընդհարման մեջ է զնում իրականութեան հետ, թանի զարգանում է մանուկի միաբը և զիտութիւնները հարասանում, աշխատանքը զարդարում է նրա համար միայն համար միայն զիտութիւն աւելի կարգագրական, կըթիչ զանուարով դրան է:

Համարատասախան փախում է իր բնաւորութիւնը:

Չեսարուեսար գլուխից կը սպահանչէ անսպիսի աստրիբաներ, որնոք լուսաւորիչն արդ աշխատանքը, միաք տային նրան, այդ գէսիքում աշխատանքն ի հարկէ ացեւո չի լինիր միայն ձեւների ու աչքերի գործ: Այդ ձանապարհով ձեռք բերուած զիտական ծանօթութիւնները անհրաժեշտ պայմանն են կազմում ներկայ հասարակական կեանքի ազատ և գործոն մասնակցութիւն ունենալու մէջ:

Եթէ ֆիզիքական աշխատանքի վերաբերմամբ այդպիսի լազն հայեցակետ ունենաք, սպամ մեզ համար բարպարին աստրի կը թուի, երբ լոնքը թէ այդպիսի աշխատանքները պէտք է վատարուին զրպացնին, սպամիսաւ անոնք կը մացնեն այնտեղ առօրևուն, չահագիտականը, նիւթականը: Կարելի էր մասակել որ այդպիսի աստրկութիւն նսպներն աւրիչ մօգրակի վրաց ապրին:

Մենք կ'ասպինք մի այնպիսի աշխարհի մէջ, որ անգ մեզմէ իւրաքանչիւր անիի իր սրոց ասպարեզը, իր զրադմանքները: Կարեւոր է արձմին, որ ամէն ոք ստանար այնպիսի կրթութիւն, որ մարդը լնդունակ լնէր անոներու ամենօրեաց աշխատանքի մէջ այն լնդարձակ, համամարդկային նշանակութիւնը, որ նա ունի խելապէս:

Իւրաքանչիւր արտադրութեան խորերը պահանձ է առնեզգագործութեան ձգուումը որ ներկայ զարդարութեան մէջ կ'արկամարուի «Նոր Հանդես» ամսաթիւրթ կամ հիմնովին կ'առաւագուի միակ, ընդհակառակը ան պէտք է իւրախուսի, զարգանաց, սրովհետեւ առանց առոր մինք ոչ միայն չենք կարող կուտիլ միր թշուառութեանց գէմ, այլ և չենք կընար իմանալ այս վերջիններուն աղբիւրը:



ԱՇԽԱՏՈՒԹԻՒՆԸ ԵՒ ԿԱՄՔԸ ԿԸ ՑԱՂԹԵՆ ԹՇՈՒԱՌՈՒԹԵԱՆ

ՄԱՐԶԱՆՔԸ ԵՒ ԲԺԻՇԿՆԵՐԸ

Ամէն բարիք իր թշնամիները ունի, առիկա պղես չառերու ծանօթ ճշմարտութիւն մը ըլլալով աւելորդ է պղը մասին բացառարութիւնց մէջ մտնել, ու մորզանքը՝ որ մարդկութիւնն համար պէտք մը և բարիք մէ, իբր թշնամի ունի չառ քիչ բացառարութիւնը րժիկները, զոնէ մեր մէջ:

Ֆիզիքական արմատական կրթութիւնը իր գոյս թիւնը, իր գիտութիւնը մը ըլլալը կր պարտի մէմիացն անոր որ հիմնուած է զանազան գիտութիւններու, օրինուի համար բնախօսական, մարդակազմական, առողջապահական և ուրիշ կարգ մը գիտական ճշմարտութիւններու վրայ, միւս կողմէ կր անոններ թէ բժիշկութիւնն ալ իր կարգին բժըկութիւն անուան առկ ուրոյն գիտութիւն մը ըլլալէ առաջ ու աւելի, նոյն պղը վերաբչեալ գիտութիւններուն վրայ հիմնուած աւելի մանրամասն գիտութիւն մ'է, այս պարագային բուական ասարօթինակ ու զարմանակի պէտք է թուի մնը այն յանդադան խօսքը թէ մնը մէջ մարզանքի ամնամեծ թշնամիները բժիշկներն են:

Մեր բանձը սիստ ու մասրամարտական պիտի ըլլալ եթէ փոխանակ բժիշկները ըսներու բժըկութիւնը բած ըլլացնաք, մննք պղը բանք չէնքնը կրնար լսել, բաւ գիտակալով որ նոյն ճշմարտութիւններէն բջիած ու իրենց անջատաւթեանը մէջ երկու կամ աւելի ուրոյն ճշմարտութիւններ չեն կրնար իրարութիւնի ըլլալ, իրար չէպոքացնել, պղի իրար կր լրացնեն: Կանոնաւոր մարզանքը ու բժշկութիւննը որ երկու անջատ ճշմարտութիւններ են փոխանակ մեր մէջ իրար ամրագնացնելու, իրար թշնամիներ դարցած են, ու այս բժիշկներու չնորդու:

Մասնաւորագէս թուրքից ամէն ազգի

պատկանալ բժիշկները կը չառանակեն կարծել թէ իրենց բովանդակ պաշտօնը ու մարդկացն պարասականութիւնը զեղագիր զրերան և հրանդուներով միայն զրաղերուն մէջ կը կացանայ, մինչդեռ եւրոպացի, Ամերիկացի գիտանները, մարդասէր բժիշկները ուսած են փոխանակ հրանդուներով, հրանդութիւններու իրը զարման կարծեցեալ զեղերով զրաղերու, աւելի օգտակար ու մարդկացն զած են ասողներով զրաղիլ, անոնց սորվեցներով տառզ ասպեկտ և հիւմանդ չըլլացները:

Ահաւասիկ այն անհանապէս մեծ տարրիրութիւնը որ կայ շատ քիչ բացառութեամբ մեր և եւրոպացի բժիշկներու միջև։ Հսու բժիշկները կ'ասպին հրանդութեան համար ու ժարովրդին հսու մողովրդին դէմ, իսկ հսու կ'ասպին ժողովրդին հսու ու հրանդութեան զէմ, ու հսու և հսու բժիշկի մը ժողովրդին հսու ունեցած յարաբերութիւնները ասարիկ պարագաներու առկ անոննալով, բնականարոր ժողովրդին ալ գէսի բժիշկը ունեցած վերաբերմունքն ալ որ այդ յարաբերութիւններէն կը ծնի, պիտի ասարիկը, ու ձիչա ասոր համար կըսնենք թէ եւրոպացի մէջ բժիշկները ժողովրդին բարեկամներն են, իսկ հսու՝ թշնամիները։

Աւելի պարզ խօսնակ, բանք թէ եւրոպացի և Ամերիկացի մէջ բժիշկները, ան բարեկամները, մաւրիմները են սրավնեած առն մը հսու իրենց ունեցած յարաբերութիւննը անսպասածու հրանդութեան մը պարագային չեն որ կը սկրին, կը չառանակային ու հրանդուն ասուղնանալուն կամ մեռնելուն հսու կը վիթանան, այս յանձնակար ացցերով իրենց գիտանի խորհուրդներով, խրաններով օգտակար կըլլան այն

ամէն խորինսկրուն մասին պրոնք իրենց հմտութեան ու փարձառութեան շըշանակին մէջ կիման, մինչզես հոս, ճիշտ հակառակը, թող ընթերցանիրէս ևրաքանչիւրը յագնութիւնը յանձն առնէ վիրշելու համար ասիթ որ առեն նոյն խոկ առն բժիշկը զալութիւնը յանձն առած է առանց կանչ չաւերս առն մը ացցելելով առողջապահական խօսքանիր եացն առլու, մէկ խօսքավ ժաղավորին բարու, հիւանդ մի լրաբ. ընդհակառակը, միր բժիշկները շատ քիչ բացառութեամբ կ'առզեն որ ժաղավորը կարիք եղածին չափ հիւանդ լրաց, որ վագի իրմէնք ալ նոյն համեմատութեամբ զրամշանին, ու ճիշտ ասոր համար մնաք ամեն իրաւամիր կրանք թէ միր բժիշկները միր քամիներուն թշնամիներն են, ու եթէ միր զրամիր միր բարձելուն է, կը համերի թէ բժիշկները միր թշնամիներն են:

Պէար է զիտնալ թէ հիւնոնդութիւնը
ինքնարերաբար յառաջ զալիք երեսցի մը
չէ, ուղ գանազն պատճաններս հասեւն-
քը միայն, օրինակի համար անհետութիւն,
առաջապահական օրինքներու, բնաթիւնն
պատահ էրներս անսեւման պատճանաւ
ներքին գործարաններս, անները աշխակ ու
խանգարեալ գործակցութենէն առաջ ելուծ
չափ բնական հասեւնք մը, ու այս պա-
րագային ի հարթէ չէ կարելի ուրանալ րր-
ժիշկին կատարեկիք գերը, որտքնուն նոյն
խի եւրազայի մէջ, ուր ժաղավարդը լնու-
հանդապէս աշնքան զարգացած է, զարձ-
եալ կարելի չէ հիւնոնդութիւնը արգիլել
բացց անա հաս է բան պարագան, եւրա-
զայի բժիշկները միասձ են բնական գեղե-
րավ, օրինակի համար մաքար օդ, մա-
քար և առաս ջուր, արհետ և ջուրի բա-
զանդ, մարզանք և մարզական զրօններ-
ներ յանձնութիւն ու այլքէն լնելուն
պատճանները պարզել, իսկ հաս առերաշն
կը սարւնակեն հնին դրսութիւնը, արմինքն

գեղեր յանձնարարել, որմաք լող համբավէս
տրէց բան չեն, բայց եթէ հիւանդութեան
աւելի ծանր կրկնաթիւնը, հասեարար իւ-
րնց ալ կրկնի կանչուիլը ապահովագ միջոց-
ներ միայն:

Միւս կոզմէ հիւանդաթիւն մը հասկանքը միշտ անսարդ լիւրավ, սխալ չէ բայց թէ հիւանդաթիւն և մահ շտա սերաօրին կապուած են իրարւ, ու այս սկարագային ամենայն իրաւածք կընանք բայց թէ բժիշկին և մահու նոյնպէս սերաօրին զօղուրաբուած են, գնիէ զաղափարով, կընայ արս զաղափսիրը սխալ եղած լրաւ, կարեւորը առ չէ, այց այն է թէ ժաղափսարդին զէպի բժիշկին ունեցած վերաբերմոնքը մորմնայնայ զաղափարը այզ է, մասք մեր մասին համամիտ չենք ժաղափսարդին այդ կարծիքին, որովհետեւ բժիշկները միշտ լիւնց ինսամած հիւանդները չեն մասցներ, բայց միւս կոզմէ պէտք է խստափանդի թէ բժիշկները իրենք խոշ են այդ սխալ կարծիքներուն պատասխանառան, որովհետեւ երշգ. չեն հետաքրքրուած առաջներավ, ու ոչ այ անհնայ առողջ մեւլու միջնորդաց զրագուած :

Ամէն պարագայի մէջ եթէ կարգի չէ
բժիշկն զերը ուրանալ, նայն վէս և աւելի
կարգի չէ ուրանալ նաև թէ միշտ բառ-
զոյն ի հիւսնզ չըլլալ քան թէ ամենա-
ձարար բժիշկի մը իմասմքներուն կարօտ
մնալ:

Ի հարկէ միբ այս զիսապութիւնները
չնաք կրնար զիրարաւամթիւնն մասին աղ
ըստ հանրացնել, ըրտիւնաւ ներքին գործա-
րաններու բժշկութիւնը և զիրարաւա-
թիւնը բարպառվին առարել բաներ են, կըր-
նանք կանոնաւոր կանոնքավ, մարզանքավ
և այն առաջնուն պէտք չտնինապ, բայց
զիրարաւամթիւնները գործապութիւնները սրոնք
արկածներու և ուրիշ պատճառներու ար-

զիւնք են միշտ իրենց զայտ թխոնք սփափ պահնեն աղ աւելի զարգացած ու կառարի լազորդաւած :

* *

Երեխոյ զրտ թիւնան զ բզմապատճառ եղան երեխուերեք երեխասարդներ որոնք ինձ զարսի աշանկցին թէ ժամանակին Երեխոյ աղ արիշ շատերու պէս ներքին գրեծարաններու խանգարումն առաստվելով, վիրաբուժական գործողութիւնն սփափ ենթարկուելին երբ իրենց բարեկամներին մէկ քանին սոխուսմերուն վրայ զիւնցին րըմիչին մը՝ որ լր հիւսնազներուն երբեք փայլուն չիշերով զեզ չըր յանձնարարներ ու իր սուսուծ ամրազ զ եզապինները պարզուացին բնական ու կանոնաւոր կանքի մը սրացնաները յանձնարարները թիւներին եւ ամրազ երացնեած կանոնար կանոնաւոր ու նախասակայարարներ մասնաւ, մարզանք, արևուու, օդի և ջուրի լոգանք յանձնարարներին և այնի :

Կան ներքին գործարաններու բարդ վիճակներ, սրնաք վիրաբուժական գործողութիւնն մը անհրաժեշտ կր զարձնեն, ու ենթականներին մէն որ արքածուել կր սոսուագիր, բարզը կ'ունենաց վերացշատ րըմիչին զիմերու որ առանց զեզի և առանց գործողութիւնն միմիւնին ջուրով, կանոնաւոր մասնազ և մարզանքով զիւնքը կառարելապէս կր բուժէ :

Պատճառ մը չանչներ այդ երեխասարդութիւն սոսուագիր զարսին պահելու, նոր հակառակակիր պատճառ մը աւելի անչներ լր անոնք յանձներու, սրազ սզի բնական բրձելու բնակի մասն եթէ զերանուաններ զանայն, կր բնան այդ պարս զան լուսուզել: Այդ երեխասարդը կր կաչար Պ. Հայի ձիղմէնան, որ Պահչ-Գարու և վիրաբուժական գործիւններ զանուազ մէկ, զինքը ինամազ բժիշկին աղ Տօքիթ, վանչ Մինասանն է:

Վիստ թիւնը և ձշմարտութիւնը սրնաք

իրարու համանիչ են, հոկացաքաղ կը առաջդիմն, նոյնիսկ Հայերուս մէջ, այս րանք կրնանք հասաւանել սնազ որ Տօքիթ, վանչ Մինասաննը բարեկամագար չէ առնանուած միակը մնարու մէր մէջ, ու բայցնան ուրիշ բժիշկներ աղ, ի մասնաւորի Տօքիթ, և ձեզահիրին, որ յառեակը Բարիկ մելինով մարդաների, երեսականն թիւնն, ջրարաժամթիւնն միջարով չաս մը հիւսնազ թիւններու բուժման կարիւալի միջները ուսումնասիրած ու վիրապարձած է, ուրիշ երեխասարդ բժիշկի մը հնա քանի մը օր առաջ անզի անեցած մարմնամարզական համուկներու կարգաց զիւնձնախառնի մարզամարզին անզամ կամածէ: Ուստի մինչները ուսումնասիրած ու վիրապարձած է, ուրիշ երեխասարդ բժիշկի մը հնա քանի մը օր առաջ անզի անեցած մարմնամարզական համուկներու կարգաց զիւնձնախառնի մարզամարզին անզամ կամածէ: Ուստի մինչները ուսումնասիրած ու վիրապարձած է, ուրիշ երեխասարդ բժիշկի մը հնա քանի մը օր առաջ անզի անեցած մարմնամարզական համուկներու կարգաց զիւնձնախառնի մարզամարզին անզամ կամածէ:

Խոչպէս կր անմասւի, մինք վիստկան մարզանքի ջառագովներու, միշտ բժիշկներներ կրպմազ վիստ թիւններուն կր զիւնքն ասողզ ասղի սորից այս կ'ազգներ, կ'աւ զինքը որ բժիշկները ամենն ասած ժաղավարովին առաջնութիւնն առաջնութիւնն ասուղի թիւնն խարհն, փախանակ յեաց խամու զեմքիր չիներով ու հիւսնազ թիւններով զրավերու:

Բժիշկներն իրենց ունեցած վիստկան ծանօթութիւններով չաս բաւ կրնան ծազափորովին օգտակար լիպ, բայց լուգհանութիւնն աւզիքը ու կըսնի, մոլովուդ նիւանի ելիր ու նիւանի ապրէ, բայց միմենիւր, այդ պարագային զործանեարեան զաւս կր վերենայ, և պատրաս եմ ենզ խնամել նու դրամներուդ փոխարէն: Հակ մինքը կ'անքը, մոլովուդ, բժիշկին բանքը ուս եւ քե սիսալ է, առօրեալ առանուելի ՅՇ վարդին մարզամարզութիւնը շահագործեն:

Անս ասիկ մէր և բժիշկներուն չ ու ձէ, մէր բնմիւրցութեան ինելքին կախաւմ ունի այս երկու հրաւերներին միոյն կամ միոյն համաւիր:

ԿԵՐՉ ՅԵԶԻՔԱԿԱՆ ԶԱՐԳԱՑՈՒՄԸ

ՏԵՂԱՐ ՎԱՐԺԱՐԱԿԱՆ

Մեր ներկայ զատափարակարանն զբարինք սպասիքին անկառաք է :

Մեր վարժարաններուն մէջ ամէն բան կա , բաց ամէն բանէ առաջ հաւասարակիութիւնը լին լիքիւթիւնը չի կա : Դասաւուներուն մեծամասնութիւնը քիչ թէ չառ կարգ մանկագործներ են որնք մէկ նպաստկ միայն անդն , այն է իրենց խնամոցը յանձն առած մասաց ուղղութեան մէջ կարեցի եզագութիւն չափ զժուարանար ծանօթութիւններու պաշտը մը թիւել , ու այս վճառքին առաջ առաջանակ վացաւն արգիւնքներ ձեռք բերեալ յասու :

Մեր զատաւուները պարզապես կ'ուստացնեն , չեն զատափարակիք , ու վախանակ խնացակարանութիւնը զարգ ացնելու , յիշուար թիւնը կը որեն : Ասկէ զառ ովաք է ձշարան թիւնը բան , այս զատաւուները ժամանակ չանցն առկից աւելով զրագեր , որովհանե պարաւուր են կերպարաններու ծրագրի , ու յանցանքը հանդացն կրթութիւն նախարարութիւնն է :

Ե հարեւ հանդացն կրթութիւնն նախարարութիւնը իր սառնը կ'արդարացնէ , որովհան սպասիք վրանացիներու զարգացում կ'զրացի , առանց առելիու հաստ քրբառեալ հարաբեկան մը անդն է վերջապես :

Ան կ'ուզէ որ ամէն քաղաքացի ու քաղաքացւի իր զարակին մէջ պատճառ որի առափնան մը կամ բարձրացն կրթութիւնն առաջարական մը անդն առաջ առաջ անկառաք զատափարակութիւնը մը առաջարական մը առաջարական բարձրացնաց :

Բայց սպաքեալ առկից նոյնիակ նուազու-

զան շափուկ մ'ալ կ'զրացին իրենց խնամոցը յանձնուած մասաց , և առկայն վազան ուժը և յար լիպուր անձնուած սկրուզին վիզիքական ուժուր , զնոգերներաքր , առաջ միհամքը և առթիստական բարեկեցութիւններ :

Սպաքեալ մասաց սկրուզին զատափարակներ թիւն շափուզանց ծանք զերը իրենց վրաց առնողները կը մասաւունցուին զրւուն զէմքիք , նեղ կութքիք , ցառած ուսկրուք , և խզացի սպասարաններու ոչակերաներու վրաց սպասարանները որնք իրենց ծայրը համացազիսակ ուղղուերու համար թիւն անցնող ծանքութիւնն էր պարագաների :

Բայց ինչ յինքարաւթիւն , նոյնիակ չարքեր մարմինի մասին խորհիք . արզ էն ան առանձին մը պէս ինքնին կ'անք ու կը զարգանաց , ովաք է ամրուց ու շապրութիւնը կեզ բանացնել մաքին զարգացման , որովհանե երկրի մը մեծաթիւնը ու աշխարհի բանաւոր թիւնը խնացական զարգացման , ուղղութիւնն է կախանմ անք : Անաւորի ինչ որ կը խորհին և կ'ուզն որ մանք ոյ խորհինք , ու նոյնիակ նարածես ութիւնն կորոց անցաւ , մարմինը որ համարներ ու զան առանց խնամքի ձգերը , որովհանում արմինը նութ մըն է վերջապես , ու ինքարական բարձրացն առ ընթաց զարգացում անցնողներու անօդ է նիւթուք զարգիք : Բայց սպաքը անձնուեցաւ ու զարու որ նովարշայ մը յան-

զնուազրութիւնն առն նախականներու խզացի վիզիքական կազմուածքը նոր թիւնին զատափարական թիւնն էր այն սպաք զրացութիւնն առնան մը բարձրացնացն առաջ առաջ անկառաք հարաբեկան մը անդն է վիզիքական , կառավարութիւնը իրար անցաւ , ու նոյնիակ նոյ-

նիւթուք առաջ առ նովարշայ մը յանցան առ նոյնիակ նոյ-

բնիքին ապագային համար որոշուեցաւ ֆիզիքական դաստիարակութիւնը մանջերու վարժարաններուն մէջ պարաւարիչ ընել :

Այսպէս Ժուանիլիի դիմուորական վարժարաններուն մէջ յառակապէս պատրաստուած դաստիարակութիւնը միջոցաւ նախնական վարժարաններու մէջ մարդարք հասանառուեցաւ, միւս կողմէն մարմնամարդական միութիւնները և այն բարձացան, ու հետզհետէ ամէն ոք հանդուսացաւ որ ֆիզիքական դաստիարակութիւնը երիաստարդութեան համար ոչ թէ լոկ ժամանց մը, այլ և մարմնը առողջ ու բարոյականը մաքուր պահող միակ միջոցն է :

Կառավարութիւնն ալ հանգուսացաւ, որովհետեւ տակաւն ու զօրաւոր դիմուորներու գայութեամբը հայրենիքը աւելի զօրաւոր իրեւցաւ, ու թշնամին պատկառանք ներչնջեց :

Անոնք, ազրերը իրաւունք ունին աշգատ, առողջ, ուժեղ ու շեղեցիկ ըլլարու, որովհետեւ իրենք ացը են, ու աւանդութեան համեմատ ուժի մարմնացումը այց մարգն է :

Բաց կի՞նը, միթէ նա ալ իրաւունք ու նոյնիւկ պարասականութիւն չունի առողջ, գեղեցիկ, ուժեղ ըլլարու :

Ու երիաստարդունին, արդեօք նա արժանի չէ իր փիզիքական զարգացման մասն նոյն հոգածութեան, հոգածութիւն՝ որուն չորսիւ պիտի տիրանար զօրաւոր կազմի մը, այսպէսով աւելի յետոյ գիտակցարար կասարելու ընտթենէն իրեն ունամնուած պարասականութիւնները, իբր բնկերունի ու իրը մացք :

Բաց արդէն իրեն թույլտուութիւններ ու նոյնիւկ զոհողութիւններ եղած են, որովհետեւ այցեւս իր նախնիներուն նման մինչեւ իր ամուսնաթեան թուականը վաճառի մը չորս բարձր պատերան մէջ չի բան-

տարկուիր, ու բարերախտաբար երիաստարդ աղջկան մը բարոյականը մաքուր պահելու այս սխալ հնթաղբարթիւնը ացես իր ուժը կորսնցուցած է, հակառակ որ վանքի մը պատերը շատ բարձր շինուած են, անրարոյականութիւնը դարձեալ մտած է երկնքի ու Աստուծոյ անունով գործադներու միջոցաւ : Օրաթերթերու պատմած ամենօրեայ գայլիակդութիւնները մեր ըստածք կը հաստատեն :

Աւրեմն, մտաւոր զարգացման ահսակէտով ձեռք բերուած ամենափայտուն արդիւնքները այցեւս նուիրագործեցին երկուսներուն ալ իմացական զարգացման մէջ նոյն հաւասարութիւնը վայելելու իրաւունքը : Ասկիա բան մըն է, բացց քիչ ու միւնոյն ատեն ալ շատ է, շատ է կըսեմ ուրավհետեւ փոխանակ միծ թափով մը մրտաւոր զարգացման դիմուոր, անհրաժեշտ էր որ մեր ուժը կիսելով թէ փիզիքական և թէ մտաւորական զարգացման ձգտէինք :

Ամէն ճիգի, ամէն արդիւնքի խարիսխը հիմքը, փիզիքականը, նիւթն է : Հետեւաբար կոտղ մը համար ու և չահ, օգուտ չի կայ իմացական ազատութեան ծայլայիդ թողարկութեան, ուստիմասիրութեանց առթած յոդնութեան մէջ, առանց փիզիքական ազատութեան, և փիզիքապէս կարենալ զարգանալ ու իրաւունքին իրականացման :

Ասկից զատ, երկը մը համար ինչ օգուտ կարող է ունենալ մտաւորական կիներու բազմութիւն մը, բարձր կրթութեամբ օժառուած գիտաւն կիներու թեւելուները, եթէ այդ կիները աժով և առողջ չեն :

Կինը ամէն բանէ առաջ, ամէն բանէ վեր և ամէն բանէ վերջ, պրտ է կին մը ըլլար բարին ամենէն լայն ու գեղեցիկ առումովը, այսինքն փիզիքապէս զեղեցիկ

և ուժեղ, ու օժտուած մաքսար բարոցականով մը, աշխայդ իմացականութեամբ մը և շատ զգացուն պիտակ մը:

Աւելի նստամեծար է որ կինը միջակ մտքավ և ասկայն զօրաւոր ու առողջ փիզիքականավ մը օժտուած, քան թէ զօրաւոր ուղղելով մը հիւանդկախ ու տիեզդ գիտան մը լլայ:

Կնաջ մը առաջին գերը մայր ըլլան է: Կինը իր բնիառական կազմաւածքավ պարափ ցեղը յաւերդացնել, ու այդ բանին համեր պէտք է որ զաւակներ անենայ:

Կնաջ կազմուածքը չառ մը փափախութեանց ենթարկուելու սահմանուած է, և իր զաւակները, պրաք յետոյ հայրենիքի և մարդկութեան զաւակները պիտի ըլլան, որպէս զի գեղեցիկ ու առողջ կազմով առաջ գան, պէտք է որ կինը իր կազմին և գործարանցերան ներդ աշնակ զարգացումին համարատասխան փիզիքական կրթութիւն մը սահնայ:

Որպէս զի զաւակները կայսառ ու մարդկութեան օգտակար անհանելք զառնան, պէտք է որ կինը իր գերին ու իր կոչումին զիտակ ու պատրաստուած լլայ:

Մեծն Բրիտանիոյ ամննամիծ զաւակներն մին, Վէլլնկրէնի դուքսը, օր մը էթիւն գոգէմի աշակերտաներուն մարզական խաղերը զիտելով իր հիացումը յայսնց քովիններուն ու հարաբութեամբ բառ.

«Վարերլի նակատամարք նու եր ու սանուեցա»: Վէլլնկրէն էթէ ասզրէր, այսօր անզլու հիւներու բացովեաց մարզամքները զիտելով բրուունք պիտի ունենար նոյնպէս ըսելու.

«Ահաւատիկ օրիտրդներ, պրաք կեանքի պայքարը կը շահին ու իրենց երջանկութիւնը կը պատրաստեն»:

Անգլիա մննէ շատ սոսաջ զգաց փիզի-

քական դաստիարակութեան կարեւորութիւնը նոյն խել կանանց համար ու սկսուանուց մասաւոր, բարոցական և փիզիքական կարողութիւնները հաւասարապէս մշակել:

Անգլիոյ մէջ վարժարաններու ծրագիրները ամէն աեսակ խաղերու, մարզանքի և զրուանքի լիտաւոտ ժամանակ կը տրամադրեն, ու մասնաւոր վարժարանները իրենց յաջողութեան ամենամնծ մասը կը պարափն առողջապահութեան պայմաններու և մարզանքներու մասին իրենց տաք վերաբերումըն:

Այդ վարժարաններուն մէջ կէս օրէն տռաջ յաւակցուած է միմիայն զիտութեանց ու դասաւանդութեանց խոկ կէս օրէն յետոյ միմիայն մարզանքի ու փիզիքական զործունէութեան: Մանկամարդու հիւները, ու ունց սկզբիրանի և առանց մարմնական ազատ շարժութեները կաշկանդող հագուստներու, և իրը կօշիկ առանց կրուկի պարզ կիսակօյիններ հագած ուղարկութեան, կը շարժին, կը վաղեն, կը ցասկեն, կը շնչէն ու կապչին: Երեկոյեան, իրենց երիտասարդութենումը զեղուն մարմնները ժամանակ ունեցան չըլլարով խաբարուելու, ի վիճակի են ասանց աւելորդ ձիգի ու յոգնութեան միւս օրուան պարտականութիւնները կատարելու: Այդ գէմքերուն վրայ որքան ալ վնասէք, չպափ զանէք, ոչ յոգնութեան, ոչ ջղայնութեան, ոչ կախիքեառութեան, ոչ ձանձրոյթի ու ոչ ալ իրենց նկարագրին մասին անհնապատ կարծիք կազմել առողջ ու է նշան: Իրենց կեանքը, իրենց էտթիւնը հաւասարակիուէ, ու ամննքն ալ առողջ ու կայտառ են:

Առողջապահութիւնը և մարմնական ինսամքը կէտ առ կէտ պարտաւորիչ են, ամէն առաւոտ մարզանք, առոշ ու շփում

(friction) և կրեկոցները դարձեալ ուստի չուբավ տուշ, ահաւասիկ մարմնաւկան արգուգարդը կազմող բնական օճառչ զամփերը Անունդը թէե շատ պարզ, առակայն խնամքով պատրաստուած ու մնալարար է, ու իր բազեի ջուր ու մանաւանդ առաջ կամք միայն մոլոսարուած է:

Ահաւասիկ այն խաէալ դաստիարակաւկան դրսւթիւնը որւն տուած վայելադիւտական ու առողջապահական արդիւնքները աճնքան ծանօթ են որ չարժեի աշտանց վրաց խօսիլ, սրդիւնքներ՝ զորսի զուր բժիշկներու և կամ զերծակաւչներու բավի կը վնասունք:

Կրթամքն այդ զրսւթիւնն հետ բազդաստիւթիւնն զրէք մեր վանական, միայնակ, առելորդ դասերով ծանրաբեռնեալ զրսւթիւնը որ ասեկաւին մեր վարժարաններն մէկ մասին մէջ զոյսւթիւն ունի:

Հարցուցէք զուր ձեզի թէ ինչպէ ու մեր աղջիկները սիստի կրնան այդ օրաբմաններով կանացի շատ մը պաշտաններ ու պարտականաթիւններ կատարել: Հարցուցէք, մանաւանդ զուր ձեզի, մայրե՞ր, որ այդ չենքիւն անցեր էք, կիանքի հանդէպ նոյն այդ մերնականութիւնները ահսեր էք, ըսէք, միթէ զ պրոցը իր ներկաց կազմով ու բմրոնումով կարող է կինքի իր լնկերացն մնձ զերին պատրաստի իր լնկերու չի իր մայր ու իր ցեղին զոյսւթիւն սրոյ-

ման: Կ'զգամ թէ ձեր պատասխանը բացասական սիստի ըլլաց:

Ուբեմն, մեր աղջիկներուն աւելի օդ, աւելի մարդանք, զիստակից գործունէութեան աւելի ազատ առաջարձութէզ տանք: Նոյն իսկ զանանք բնութեան ծոցին մէջ մնձցընկով անսնց սիրցնենք մայր բնութիւնը, ցուցնենք անսնց բնութեան գեղեցիկ խաչալը, սորվեցնենք անսնց մարդկային մարմնուն հրաշալի մնքենականութիւնը, ու մանաւանք կանացի լնդհանուր և մանաւոր կողմանիութիւնը և բնախօսութիւնը, բացարձնք իրմաց այն վահմ զերը զոր սիստ ունենան իր լնկերունի, իր մայր, մայր՝ իրմաց զաւակներուն և իրմաց հացրնիքին:

Այսօր Թրանսա զարգացած ու պճառաւէր կիններու պէտք շունի, Թրանսա պէտք ունի մացրերու, եթէ կ'ուզէք ազէտ մացրերու, բացց վերջապէս մացրերու:

Մեր աղջիկներուն փոխանակ աւելորդ անկարեւորութիւններ սորվեցներու, անսնց սորվեցնենք նախ բնական կիններ ու յեսոց գեղեցիկ ու առողջ մացրեր ըլլալու արուեստը ու ձամբան:

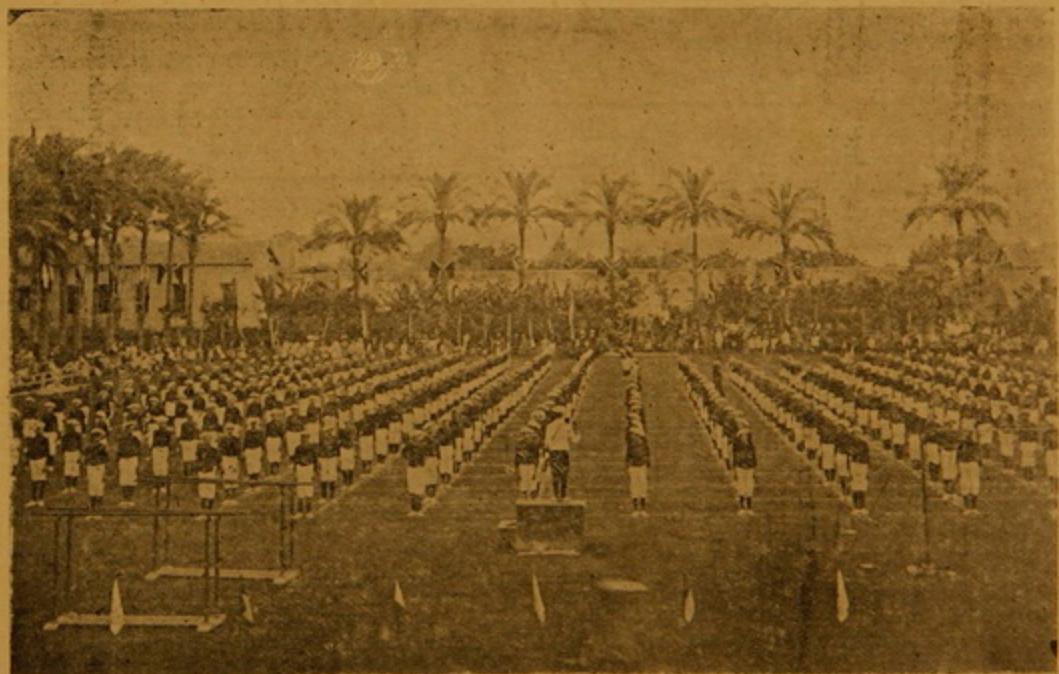
Թրանսա ոցս միայն կ'ուկներու, մնզմէ: Կատարենք իր խնդրանքը:

Թրզգմ. ՏՅԱՌԵՆ, Ա. և Ա.

ANNA DE LAUMÉ



Ա. Գ. ԿՐԵԱԿԱՆ ՕՐՈՅԻ
ՀԵՌԵՆՈՒԹՅԱՆ ՎԱՅԵՎՈՒԹՅՈՒՆ
ՄԻՋ



Պ. ԱՍԵՓԱՆ ԽԱՆՑԵԱՆ

որ Ազեբանիդրիոյ Ֆրանսական վարժարանին կողմէ տրուած հանդեսին կը նրանոյն

ՎԱԶԵԼՈՒ ՄԱՐԶԱՆՔԸ

Եթէ բամ թէ վազելը մարմնական մարզանքներուն մէջէն առնեն օգտակարն է, ոչ սխարած և ոչ ալ շափազանցած պիտի ըլլամ: Վասնզի ոչ միայն թոքերը՝ այլ և արինն ալ աւելի մաքուր և դօրաւոր կ'ըլլայ, վազող մը իրաւ է թէ խոչոր և շացուցիչ զնզերներ չաւնենար, բայց իր ներքին զործարաններուն ասողջութիւնէն անաջ եկած կազմուածքը բաւականէ, որպէս զի զօրաւոր ու բնական կազմուածքի մը տիրանաւագ:

Երբ վազելու մասնագէտ մը կ'աւգեմ քանի մը զործարան խրատներ առաջ ամէն անոնց սրմնք կ'աւզեն այդ ուղղութեամբ մարզուիլ, ու ինչպէս որ բախ, վազելը շատ մը բնախուական ու մեքենական երևուցիւներու պատճառ ըլլուով երկայրի սարի մը կը նոմանի, ուստի պէտք է լուրջ ու շաղրութեան ասաթիայ ընել զայն:

Ա. — Պէտք է վազող մը սուողչ եղած ըլլայ, ու ակար թոքերու տէր երիտասարդ մը սուանց թժչին արտօնութեան վազելով ինքզինքր վասնզամծ կ'ըլլայ: Ուրեմն, վազելու ձևնարկելէ առաջ հնոււա թժչինի մը դիմնուի թոքերը, սիրաը և ընդհանուր կազմը քննել առլը ամննազլիսաւոր պայման է:

Բ. — Զի բաւեր միայն թժչկէն իրը սուող վկայուելով վազել սկսիլ, այլ մասնաւանդ պէտք է միշտ մեր մարմնը սուողչ պահելու հետամուս ըլլանք: Զանազան մօրութիւններէ պէտք է բորբովին հեռանալ: Եւրոպացի ու Ամերիկացի մէջ մասնաւանդ զանազան հեռաւերութեամբ վազողներ կանանաւոր ու շատ ժուժկալ կեանք մը կը վարեն, մննք իրենց յաջողութիւններուն վրայ կ'ապչինք ու կը հիանանք, բայց պէտք էնք զիանալ թէ իրենց յաջողութեան զիիսաւոր վազոնիքը իրենց վարած մաքուր կեանքն է:

Ահաւամիկ այս երկու գլխաւոր պայմաններն են որ բաւ վազող մը յառաջ կը րերեն: Հիմա համառօսակի պատմում թէ ինչպէս ես ալ վազող մը եղայ:

Երեկոյ մը, Պոլսոյ արտօնարձաններէն

Գուրու-Զէմի ազգային վարժարանէն (աւելի ճիշտ բանտէն) արձակուելէ վերջ քանի մը բնկերներով լիս եղայ յոյն երխասապահներու մարզանքները դիտելու, մեզ ալ հրաւելքեցին իրենց մասնակցելու, գուցի մը անձարակութեան վրայ խնդալու համար, բայց ազգային արժանապատռութիւնս ու մանաւանդ պայքարի բնկելէ առաջ յաղթուած նկատուելու ամօթը պատճառ եղաւ որ այդ հրաւելքը բնդգունիմ:

Լաւ վազող մը չէի, ու բնական էր թէ կէս ճամբան չանջուաչքերէս զտրա սորթեկալ սկսու, վերջին եղայ, բայց արդ յաղթուիր իմ մէջս յառաջ բերաւ պայքարի ու կամքի, ու եթէ կուզէք նոյնիսկ սիսակալութեան գաղափարը: Լուելեայն ուխտորի, ու սկսայ աշխատիլ: Երբ Ռօպէրթ Փօլէնի սկսայ աշակերտի, հայ ընկերներս ինձ յիշեցուցին ելլայլս, որ լաւ վազող մըն էր, ու այնքան անզամներ Փոլէնի այլազան տարրերուն մէջէն հայ անունը ու ցեղին պատիւը բարձր բանած: Եթէ ոչ ինձի, գէթ պատկանած ազգիս անունը բարձր բանելու: Համար պարտաւոր էի եղբօրա քայլերուն հետեւիլ, կամք րրի, ու նոյն ասարին խակ Փօլէնի լաւազան վազողը որ յոյն մըն էր, հարիւրասոր հանդէսներու ներկայութեան յաջողեցայ ետիս ձգել: Շատ ծափանարուեցայ, ու եթէ ծափերը բան մը կարժեն, չափազանց գնահատուեցայ:

Տարած յաջողութեանս պատճառաւ, ուժին կարողութեանս վրայ վասահ, մարզանքներու տեսակի ու անուղղութիւնը քիցացի, ու ասաւոյն վերջը ծոլութեանս և անհողութեանս արդար պատիւը դայաց, այն է նոյն յոյն վազողէն յաղթուեցայ, ու այս ասթիւ հակառակորդիս նոտիրուած իւրաքանչիւր ծափ իմ վրայ մէյմէկ բարյարձան ապակի տպաւորութիւն թողուցին ու զիս ասփափեցին որ անզամ մըն ալ կամք ընեմ:

Միտքս դրի ոչ թէ հաւանաբար յաղ-

թերու համար մարդուիլ, այլ անպատճ ու յաղթել, կամքի, ինչպէս նուև մարզսնքի չնորհիւ տասցած նոր ոյժս ինձի անյուափի յաջողութիւն մը պարգևեց, այն է նոյն տարին ոչ միայն յոյն հակառակորդդիւ յաղթեցի, այլ եւ անոր թէքորը կոտրելով նոր թէքոր մը հաստատեցի, այն է Պուսոյ թէքորը որ մինչեւ մայստ մէկ խն մնաց, և զոր ես դարձեալ Հայկական առաջին Ոլլարիականին կոտրեցի, այսպէս քիշնելով մրցակիցներուո զայն ինձմէ խըլերու համար անեցած ձգուաթիւնը:

Ինչպէս կը տեսնուի նախ պէտք է կոտք ընկել հաստատամտութեամբ ու մանաւանդ գիտակցօրէն աշխատիլ, յաղթելով կամ յաղթուիլը անձնական ու նայնիսկ աղպային արժանապատռուոթիւնն ինդիր ընկել ու յաղթուելու պարագային երբէք չի յուստհատիլ:

Մարդուերու ատեն կորեւոր է որ ձեր ուժը ձանձնաք, այսինքն եթէ արագ վազող մէք, պէտք է շատ դիմանալու փորձեր կատարէք, իսկ ընդհակառակին եթէ դանդաղօրէն հետաւորաթիւն վազող մէն էք, պէտք է արագութեան վարժակիք: Օրինակի համար առնենք մէկ մղոնը: Ձեր փորձերան առաջին օրերուն քառորդ կամ կէս մղոն վազելով գոնացէք, միշտ խորանկ չնշառութեամբ ու բացուած քայլերով. Բնիանը բաց կամ զոց վազելը ընդհանուր կանան մը չէ, այլ անձէ և վարժութենէ կախում ունի, վազելու ատեն պէտք է տերը ըլլաք ձեր անձին, այսինքն միշտ զձել ձեր դիմացինէն ունեի ուժով ու կարստ պարսիք նկատել, ու երբ կուզաց այն սուսկայի կէտք որ ատեն կը խորհիք թէ չնշառապատ պիստի ըլլաք որպէտք է վազելով դադրեցնէք, ահա հու կը որոշուի թէ յաղթած թէ յաղթուած էք, եթէ կանչք առնէք, բնական է թէ յաղթուած էք, բաց աստի ձեր ակարտութիւնն չանձները ձեր հակառակորդին նոր եռանդ մը կուտան, ու այս ձեր կորուան է:

Ընդհակառակիք, պէտք է քաջութեամբ այդ երեւութապէս չնշառապատ ըլլաքու վայրէնինը դիմազրաւել, միշտ ի մասի ու-

նենարով որ ձեր դիմացինն ալ երէ ոչ ձենել աւելի, զոնե ձեզի չափ լոգնած է: Անհաւասիկ ասաւածին հանդիսանալու պայման ներէն մին.

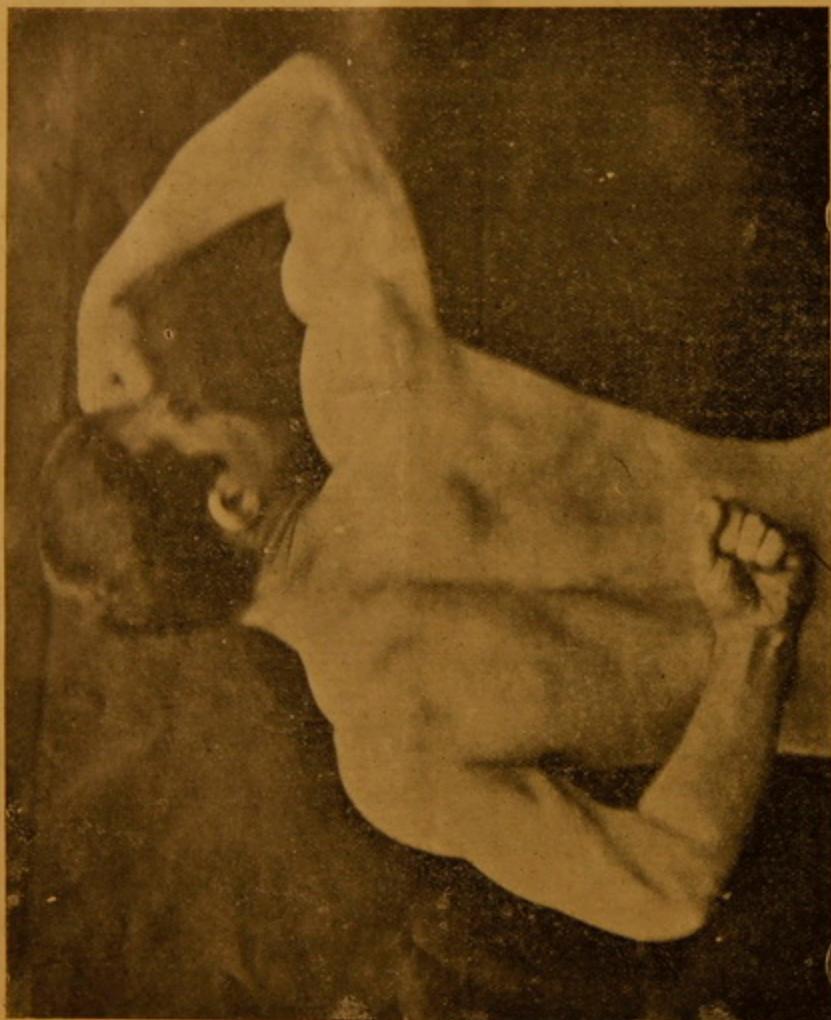
Կայ նաև ուրիշ նկատելի պարագայ մը. Պէտք է կանխապէս սրոշել թէ առաջին պիտի վազէք, թէ հետեւող պիտի ըլլաք: Ես իմ մասիս միշտ առաջին վազող մը եղած են, ու կընամ ինձ հետ վազող մը վհատեցնել, ու այսպէս ընկրտու զիսաւոր պատճառը այն է որ եթէ ինչ առաջ վազողը գէշ վազող մէք, սկիզբները ես ալ կամաց պիտի վազեմ, որով մղոնը լիստանակ հնագ վարկեանէն առներու, աւելի ուշ պիտի առնեմ. Միայն թէ եթէ զիսաւոր թէ մրցակիցս ինձմէ արագ վազող մէն է, կը հետեւիմ անոր քայլերուն, ու երբ տհանամ թէ ուկասած է քայլերը կամացնել որ անպայման լոգնութեան նշան է, արագ թափակ մը առաջ կ'անցնիմ ու արագօրէն կը վազեմ անոր ցայց տալու համար որ ես զես ուժով եմ ու իր կողմէ կրկին ձիգ մը առելորդ է, ու վասան եղէք թէ մըրցորդ մը եթէ անգամ մը յուսահատի, շատ զժուար է որ առաջին եղէ, ու իր ամբողջ ընկելիքը երկրորդ մրցանակը շանելուն մէջ կը կազանայ:

Ես թէեւ կընայի այս յայնութիւնները ինձի պահել, որպէսզի յաշորդական Հայկական Ոլլարիականներուն միշտ առաջին ելլեմ, բաց իրբեւ ձշարփա Սբօրբմէն մը զիսրաւ շահուած յաղթութիւն մը մէջ որ ե է զանունակութիւն մը չոմ գաներ, ու հոն ուր չի կաց հեւ ի հեւ սրայքար, չիկայ նաև հաճոյք ու փառք:

Այսպէս ուրիմի, համոգուեցէք թէ վազելը երկնացին պարզեն մը չէ, ու բավազող մը ըլլաքու համար, անհրաժեշտ է անհնալ լաւ թոքեր, կամքի ուժ, յարաւաւութիւն, հաստատամտութիւն ու մանաւանդ ինքնավտահութիւն:

ԱԱՀՐԱՄՄ ՓԱՓԱՌԵԱՆ

Պեպիք



ԴՐԱՅՎԱԿԱՆ ՓԻԼՈՎԱԿԻ
ՇՐՋԱՎԱՀԻՇԽԵ ՍԵՎԵՐԱԿԵ

ՄԱՐԶԱՆՔԸ ԵԳԻՊՏԱՀԱՅՈՅ ՄԷՋ

ԱՄարինամարգ, ի Յունիսի թևանցն մէջ թերթին Պատ. Խմբագրաւթիւնը շատ աշանկալից կերպավ պարզած էր այն նեղ կացածիւնը պատճենարդուած կ'զգաւր ինքը ըստ ամէն կազմէ մարմանարդի զատառաներու համար եղած խնդրանքի զանցում տարա գժաւարութիւնը մէջ բերելով :

Խմբագրաւթեան այդ գանգապար մէնք կրնկառնք շատ ու բախարի պարագայ մը, մասնից այդ կազմացւցանն մէ Հայ ժողովուրդը լր հաղածանքի և ասաւագանքի երկար տարիներու մէջ ցեղին ֆիզիքական գորգացումը կամայ ակամայ բարձի թողի ներք յատի, այսօր կ'եմրոն, իր ունացին կերպար, կոկի չարժի ու կը չանայ դուրսնելու դոյն:

Այն կ'զգոց այսօր ի՞ն ցեղին ուժը առնելինաթիւնը, ու ապագան պահպաններու համար նիւթեկան և մասաւարկան զարգացման հետ համարաւասը պետք անի նաև ֆիզիքական գորգացման աշ, ու առանց որոյ սեէ մազափարդ լր կենանակութիւնը և զորութիւնը մեծ վասնդի նիւթերկած սփառ լլար:

Անդաւ ԱՄարինամարգ, ի Պատ. Խմբագրաւթեան համար ոս այժմ խիստ զգուար է համացնքին այս նոր պահանջման օրը օրին զանցում տալ, բայց ժամանակը հնազնեած, այս զգուարութիւնն ալ պիտի նորթի և նշովս որ անինք աւանդոց և զիստ թեանց բուրը ճիւղերու համեր կարող զասառանեար, նայնը պիտի տննեանք նաև ի մասց մարմանարդի համար ոս: Գործը սկսած է, ու այս հս չպատի կոսի:

Քանի որ ինդիքր մարմանարդի ուսացիչներու վրայ է, կ'ուզամ այս մասնի վազգուն աշապատթեան մը բար ըրել ԱՄարինամարգ, ի արքելի նիւթերցողներ, բնիկ Ազեքասանդրիացի, Տիար Սահման կանձնեան, լր մարմանարդի զայ զաւոնթացը Ազեքասանդրէու մէջ լրացնել յասոյ երկը ամէս ուսաշ մասնաւ մէկնած և հն կոնէ Փառանական Ակադեմիանեցին առջեն այս կախաւար ինքնարդի 16 զազգացի մրցութիւններուն մէջ առաջին հանդիսացած և մարմանարդի

բրոֆեսէօր ախազոսի իր վկացականիր ստանալու յաջապած է:

Իրմէ շատ առելց 16 զազգիացուց մէջ՝ 19 առելիքն Հայ երէտասարգի մը առաջն հանդիսանալու պարագան շատ ուրախալի երեսից մէջ սրան համար կ'արժէ չերմակիս չորրուսաւընդ զինքը:

Տ. Խանճեան աշակերտած է Գաղպահկան երկու Գորէնիկու մարմանարդի ծանօթ և նշանաւոր ուսացիչ:

Տ. Արթեր կըմասի, սրան այս ձեւովն մէջ ունեցած ձեռնհասաթիւնը սմէն գափեաներէ վեր է: 1906ի Ապէնցի Ազիմպահկան խաղելու: Artistte մարմանամարդի մըցամներուն մէջ լր աշակերտները եղու են առաջնութիւն չահանդելը: Ազեքասանդրիոյ սիս խասապահն կեղրանի մը մէջ բայր բարձրագայն վարժարաններու կողմէ շարունակ լրեն զիմումներ կըզան իրենց հասանութեանց մարմանարդական ձեւով սահանձնելու համար, որնց գոհացամ կըման մարմանարդի առաջնութիւնների մէջ համարաւար աշակերտին:

Այս ուրախալի լուրէն յասոյ, չ'ու կինար չի ցաւիլ յարմանը թի. Ազեքասանդրիոյ Հայ վարժարանը, որ Տ. կըմաս երկու առել անձնայի բարտոր աշխատած և շատ վազան յաջողութիւններ առնեցած էր՝ ուսարներու իսկ վկացութեամբ, իր նոր հազարարձութեան օրոշամոյ մարմանամարդական ձեւով անպիս համերած և զայն չնշած է: Ազեքասանդրիոյ նաման կեղրանի մը մէջ մեր դպրոցական հազարարձութեան սցաքան արյանդակ մէկ պոչումին սրտանց ցաւիլ ու ժի զարմանալ կարելի չ:

Վերջին չարթեամն Յիւզանդիմով երկու թիւերուն մէջ կարդացի Միթթար Պանացի ասարագրաւթեամբ երկու յոդուածներ աղջկանց կրթութեան վրայ, որը յօդուած-

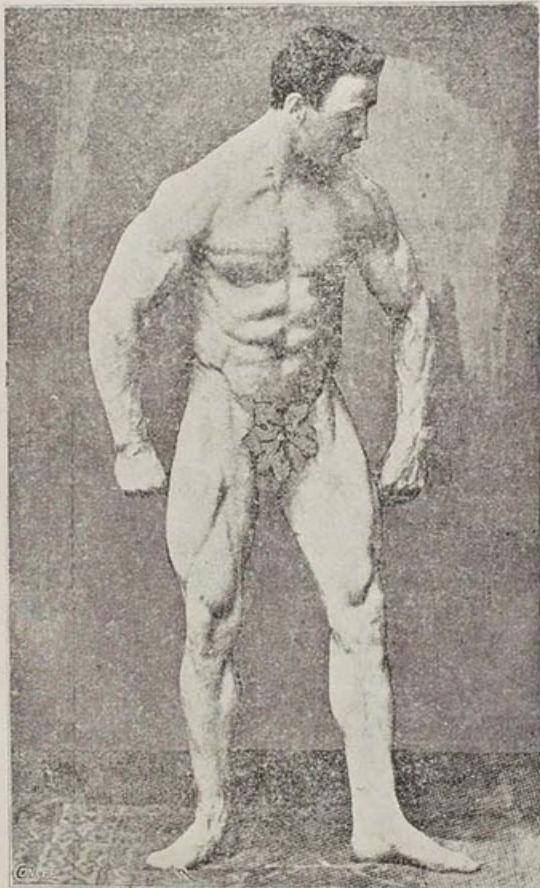
ծագիր Պարմեր իր յաշնած շատ առողջ զաղարաբներուն հակառակ կասարելապէս չընդունիր «Առողջ միաք, Առողջ մարմար մէջ», ծանոթ առածին ճշմարտութիւնը:

Ինձ յաւեցաւ թէ Միսիթար Պոսացին Աղերսանդրիոյ վարժաքանաց անօրէն Տ.Բ.Յօֆ. Գալականն է: Իրաւամբ շատ յաւեցայ Երափէսէօրի այդ հակամարդական համարում նկրուն ու կերեայ թէ վարժաքանաց Պատ. հոգարաբնաթիւնը ազգուած է իր անօրէնին այդ զաղարիաբներէն: Բաց բրոֆ. Գայանան փախանակ մեզ օրինակ բերելու Բուպիոյ խաղախները և ինն աննշն պատ-

մազրի մը այն խօսքը՝ որուն համեմատ իրրե թէ բմբիչները ամենին գէշ չարազարձները եղած լլացին, թող հաճէր նկատողաւթեան առնել իրենց անցեալովք այնքան փայտուն յանաց և հոսպմայեցաց մարմամարդական խաղերու տուած աշխատաթիւնը ու ձեռքբիրած արգիւնքները և ներկայիս ուշազրաւթիւնն զարձներ Անգլիական փաստաւոր ազգին ֆիզիկական կրթմանքի բարոր ձեւելուն տուած աւազկարեւութեան, որ իր մէծութեան մէծագոյն ազգակիներէն մէն կը կազմէ իրաւամբ:

ԵՎ. Օ. Յ.

Ալեքսանդրիա, 11 Օգոստ 1911



ՊՈՊԻ ԲԷՆՏՈՒՐ
որ հիանալի դնդերային կապմուածք մը ունի



ՄԱՐՄՆԱՄԱՐՁ

ԴԱՇՏԱՅԻՆ ՄՐՑՈՒՄՆԵՐ ՊՈԼՍՈՅ ՄԷԶ

Պարզուող երեւոյթները ինչպէս զիւրին է հնատեւցնել, կը շարունակեն մեզ իրաւունք տալ, այսինքն երբ սկսանք «Մարմնամարդ»ի հրատարակման, շատեր մեզի զիւակ տային թէ մեր ըրածը առելորդ խնդրութիւն մ'էր, որովհեամեւ բայն Հայ երիտասարդութիւնը մեռած է: Մենք մեր ձեռնարկելիք զարձին գաղափարականութեամբը ոգեւորականութեամբ մ'է առաջ բայց առաջապահան միայն տառինք ու բայնք «Հայ երիտասարդութիւնը մեռած չէ», այլ կը քննանայ, իսկ եթէ անպատճառ կը պիտի էք թէ մեռած է, զուրք էք մարդկասամնը, ուրավհեամեւ միշտ արգելիք եղաք անոր ապրակուն, բայց մենք մարդկային հրաշքի կը հաւատանք, ու այդ երիտասարդութիւնը յարութիւն պիտի ասնէ»: Աւ յարութիւն ալ առա:

Զէք հաւատաք, ահա Պոլիսը իր կազմած մարմնամարդական բազմաթիւ առկամբներով, բայց մասնաւանդ զաւառը որ նկատի իսկ առնել չուզելով իր միջացներուն աղութիւնը, սկսած է զարծի, անց-

եալ Մայիսին զուրք ականատես եղաք հայկական առաջին Ոլիմբիականին, ծափահարեցիք, ու ձեր արդ ծափերը արդէն յաջորդարար կազմուելիք Ոլիմբիականիներուն ձամբան պատրաստեցին, զուրք զարձեալ հանդիսատես եղաք Մազրիզիւզի կամ Ալիւտարի գաշտանանդէ մնելուն, ուր մերկ բազմական թիւ սրանքները, ինչպէս նաև հորանի կուրծքերը ձեզի թերեւս խորհնեալ տային թէ հայ երիտասարդութիւնը մեռած չէ, այլ սկսած է պատրաստակի կիանքի պայքարին իր գանազան ձեւերուն մէջ: Երիտասարդութիւնը աղեւս կ'ուզէ ապրիլ, ու բայցի իր սեփական կամքէն, աշխարհի վրայ և ոչ մէկ զօրութիւն կրնայ ացդ բանը արգելել իրեն, նոյնիսկ աւանդութիւնը, որուն համեմատ իրը թէ հայ երիտասարդութիւնը չէ վարժուած ացդպիսի սիօրդական խաղերու, աղեւս իր այժմութիւնը կորսնցուցած ասացուածք մ'է միայն:

ՄԱԳՐԻԳԻՒՂԻ ԴԱՇՏԱՅԱՆԴԷՍԸ

Օգոստոս 28, Կյանքի ժամը 2ին, Մազրիզիւզի Թաղապահական պատրազին մէջ մարդկանանդէս մը կազմակերպուած եր,

Մազրիզիւղի Տիտան Լուսահն-Ծննդերցարաւանի և Սամաթիոյ Վահագն մարմնամարզութեան խումբն կողմէ :

Հանդեսու սկսույն քառաձուն երթուն երգիշ խումբն կողմէ ապաստիւն քայլարավ, ու ժամաց բացման խօսք սուաւ Պ. Շամբեան որ Լուսահն-Ծննդերյալանի մը պէտքը չիշակով, ու ազգականի անհրաժեշտ պէտքի մը զժուարաւիւնները մասնանիչ լնելով, զիմում ըրաւ անգույն հայութեան որ իրնոց կուրաւութեան չափավ, լլայ ազգ նիւթավութեան բարուապէս, օժանդակեան սկսուած զարձին յորասահութեան և յաջողութեան :

Բրոկրամբն առաջին մասոր կը բազկունար զինուարական ապանցքմէ, չուէաւկան ապաստարաւութեան հարիս կը բառաւ զարդարաւութեան եարաւա վազքէ, պար-ֆիքսի վրաց կասարուած փորձերէ, թուրքերէն առենախօսութենի, մը ու քառաձուն ազգային երգէ մը :

Երկրարդ մասը կը բազկանար փայտաց զաւագաններով չուէաւկան չարժումներէ, երթաթ նախելէ, բարձր ցասկելէ, մէկ մըզ զ ն վազքէ և Պ. Գ. Խաժակի կողմէ փիզիքական զաստիարակութեան կարեւութեան, ու հարթների զազափարէն մարդկան բարձրաւութեան մը առաջնորդ կարեւութեան մասուն ցրած մէկ խիստ շնիչ ու կարեւուր առենախօսութենին, ինչպէս նուև դարձեայ քառաձուն երթուն խումբն կողմէ երգաւած երգէ մը :

Բրոկրամբն երրարդ մասը կը բազկունար չուէաւկան ապաստարաւութեան մինչ ծանրութեան վերյաներէ ու Վահագն և Տիտան ակրամներուն միջին չուան քաշելու մը բարձումէ մը :

ՄՐՑՄԱՆ ԱՐԴԻՒՆՔՆԵՐԸ

Հարիւր բառաւուն եարս վազելու մեջ Գալուստ Պատմանան՝ 19 երկրացրեան,

Երկրարդ՝ Տիտան Այճեան, երրարդ՝ Օննիկ Սահապեան :

Երեսը նետելու մեջ Զարեհ Ասրէան 8,83 մէթր, երկրարդ՝ Գալուստ Պատմանան 7,90 մէթր, երրարդ՝ Արամ Թաշեան 7,53 մէթր :

Բայց ցատկելու մեջ Հայկ Քնարեան՝ 1,35 մէթր, երկրարդ՝ Արամ Թաշեան՝ 1,30 մէթր, երրարդ՝ Վազգնակ Մարտրասիան 1,25 մէթր :

Ակա մըզն վազելու մեջ Վահագն Մաման 6 վարդիան 10 երկրացրեան, երերարդ՝ Օննիկ Սահապեան :

Օննիկ Սահապեան թէեւ բառազն վազուն էր և ամենին առաջ նպաստակին համելով պարաւը առաջին ելլել, բայց հազիւ մէկ երթու մէթր հետաւոր թեամբ կանգ առած լլապավ, երկրարդ վազուզը իրմէ առաջ նպաստակին հասաւ և բառ օրինի առաջին ելլաւ, թէեւ Օննիկ Սահապեան եթէ կանոնին ակզեակ լլապր, առաջնութիւնը իրն էր :

Ծանրութիւն վերցնելու մեջ Գալուստ Պատմանան մէկ ձեռքսվ ու ուեւ և ձեռվլ 42 քիլո, իսկ երթու ձեռքսվ Զարեհ Ասրէան և Արամ Թաշեան հաւասարապիս 55 քիլուն քիլո վերցուցիւ :

Պ. Գ. Մերձանօֆ զուրանն մէկ ձեռքսվ 55, իսկ երկու ձեռքսվ 75 քիլո վերցուց ներկաներուն բաւան ձափերուն մէջ :

Չուան հաւելու մեջ «Տիտան» ակումբը Սամաթիոյ «Վահագն» ակրամներ երթուն անդամ յազմեց :

Հանդիսականները խիստ բաւ ապաստութեան մը առկ մեխիցան, մանուս անզ Պ. Գ. Խաժակի բարձ առենախօսութեանց յարնի էր թէ ոչ մէտքն իրնոց զգացումներուն, ազգ և բանականամեան ալ խօսած էր, ու հասկցած լլապավ կը թթէն թէն հայ երփառարդութեան լրած

զարգացումի և յառաջիմութեան խրա-
քանչիւր շարժումի եղած օժանդակութիւն
ուղղակի հայութեան վերականգնումն
նուիրուած օժանդակութիւն մը սփափ լլ-
րար, ու մնաք յոյ տնինք թէ Մաքրի-
զիւղիք պիտի կարենան սփառած գործը
շարունակել, մանաւանոր որ իրը մարզիչ
ունին Պ. Գրիգոր Մերձանօֆի նման կա-
րող ու գործունեաց երիտասարդ մը:

ՍԿԻՏԱՐԻ ՄՐՑՈՒՄՆԵՐԸ

Սկիւտար, Ռաֆֆի Լասրանական Միու-
թեան մարմնամարզական ճիւղը Օգոստոս
28, Կիրակի, դաշտահանգէս մը կազմա-
կիրապած էր:

Օրուան թագուհին էր Օր. Ա. Յակոբ-
եան, քոյր Պ. Լեն Յակոբեանի:

Կարգադիր յանձնախուռմբէն Պ. Շաւարչ
Քրիստոն դժբաղդաբար չի կարապացաւ իրեն
յանձնուած պաշտօնը բնդունի և ի գործ
զնեկ, նախապէս Մազրիզիւղի դաշտահան-
գէսին իրը կարգադիր յանձնախուռմբի ան-
դամ ընտրուած ըլլալով:

Հանդէսին նախագահն էր Պ. Մ. Մկր-
եան, Ռաֆֆի մարմնամարզական ակումբին
կազմակերպիչը, դաստիառն, հոգին:

Հանդէսը սկսաւ որտեալ ժամանակին
խուռն երկուս բազմութեան մը ներկայու-
թեան, որսնք կարծես զիտամամբ եկած էին
ասպացուցանելու թէ բոլորովին սփալ է այն
ենթաղրութիւնը որուն համաձայն իրը թէ
հայութիւնը գասապարտուած է անշարժու-
թեամբ բնարոշուելու, ու ասպանվաբար
բազմութիւնը շատ աւելի պիտի եղած ըլլար,
եթէ Սկիւտարի և Մաքրիզիւղի մարզական
հանդէսներուն կազմակերպիչները փոխա-
դարձ համաձայնութեամբ մը աց երկու
հանդէսները նսյն օրուան մէջ չի սարքին:

Իրաւ է թէ աց հանդէսները իրենց խ-
կական ու ասկէ աւելի բարյուսական հանդա-
մանքին բան մը չի կորանցուցին, բայց վեր-
ջապէս սփալ մէր ժողովուրդը զրկել դեռ
իր նոր ախորժել ուրած մէկ ահարանին:

ՄՐՑՈՒՄՆԵՐՈՒՆ ԱՐԴԻՒՆՔԸ

Ա. ՄԱՅ

ԵՐԱԽՆ ԵՎԵՐԸ. Վ. Ա. ՅԱՅ

Առաջին՝ Պ. Պ. Նասիպեան
Երկրորդ՝ Պ. Լ. Պէշիրեան
Երրորդ՝ Պ. Ժ. Ժ. Պալտասարեան
Բրոգը՝ 6^{1/2} երկվարկեան:

ԵՐԵԿԱԹ ՆԵՑԵԼ.

Առաջին՝ Պ. Մ. Զարիֆեան
Երկրորդ՝ Պ. Հ. Պատմանեան
Երրորդ՝ Պ. Ժ. Ժ. Սմբատեան
Բրոգը՝ 28 ոտք 3 ինչէզ:

ԲԱՐՁՐ ՑԱՏԿՆ.

Առաջին՝ Պ. Մ. Զարիֆեան
Երկրորդ՝ Պ. Բ. Բախտանեան
Երրորդ՝ Պ. Ա. Գալինակրեան
Բրոգը՝ 4 ոտք 7^{1/2} ինչէզ:

ԿՀՅ ՄՊ. Ա. ՅԱՅ

Առաջին՝ Պ. Մ. Նասիպեան
Երկրորդ՝ Պ. Մ. Բէրտէնեան
Երրորդ՝ Պ. Ժ. Ժ. Սմբատեան
Բրոգը՝ 2^{1/2} վայրկեան:

ԿԵՑԱԹ ԵՐԱԽՆԵՐՈՒԹԻՒՆ. ՑԱՏԿՆ.

Առաջին՝ Պ. Մ. Զարիֆեան
Երկրորդ՝ Պ. Ա. Գալինակրեան
Երրորդ՝ Պ. Լ. Պէշիրեան
Բրոգը՝ 8 ոտք 7 ինչէզ:

ՑՈՂՈՅ. ԲԱՐՁՐ ՑԱՏԿՆ.

Առաջին՝ Պ. Հ. Պալտասարեան
Երկրորդ՝ Պ. Բ. Բախտանեան
Երրորդ՝ Պ. Ա. Գալինակրեան
Բրոգը՝ 8 ոտք 2 ինչէզ:

ԱԿԱԽՆԱՅԱ. ՆԵՑԵԼ.

Առաջին՝ Պ. Մ. Զարիֆեան
Երկրորդ՝ Պ. Հ. Պալտասարեան
Երրորդ՝ Պ. Վ. Կիւրծհան
Բրոգը՝ 80 ոտք 9 ինչէզ:

ԵՎԱԿԵՆԹԻՒՆ ՑԱՏԵԼ.

Առաջին՝ Պ. Մ. Զարիքեան
Երկրորդ՝ Պ. Վ. Էթմաքեան
Երրորդ՝ Պ. Լ. Պէշիրեան

Բրօր՝ 16 տար 9 խչէզ :

ՄԻԱ ՄՊՈԽ ՔԱՅ. Ե.

Առաջին՝ Պ. Հ. Պատմաձեան
Երկրորդ՝ Պ. Ն. Մազմանեան
Երրորդ՝ Պ. Ա. Գալինակրեան
Բրօր՝ 8 վայրկեան 21 $\frac{1}{2}$ երկվայրկեան :
Կէս ժամ գաղար արաւեցաւ, որ առնն
անդի անհեան փոքր ազացոց մրցումները
և տուին հասեազ արգիւնքները .

ՓՈՔԻ ՏՂԱՅՈՑ ՄՐՑՈՒՄՆԵՐ**ԹԻՍՈՒՆ ԵՍԱ. ՔԱՅ. Ք**

Առաջին՝ Նէմմի (թուրք)
Երկրորդ՝ Օճնիկ Թախտաձեան
Երրորդ՝ Պօլսո Նազիկեան
Բրօր՝ 7 $\frac{1}{2}$ երկվայրկեան :

ԶՊ. Ա. ԹՈՒՉԻ ՑԱՏԵԼ.

Առաջին՝ Օճնիկ Թախտաձեան
Երկրորդ՝ Քէմալ Մէհմէտ (թուրք)
Երրորդ՝ Նէմմի (թուրք)

ԿԱՅ ՄՊ. Ա. ՊԱՅ. Ք

Առաջին՝ Նէմմի
Երկրորդ՝ Պօլսո Նազիկեան
Երրորդ՝ Օճնիկ Թախտաձեան
Բրօր՝ 3 վայրկեան 4 $\frac{1}{2}$ երկվայրկեան :

Բ. ՄԱՍ

ԵՐԵՐ ԱՏՔ ՑԱՏԵԼ.

Առաջին՝ Պ. Մ. Զարիքեան
Երկրորդ՝ Պ. Ն. Մազմանեան
Երրորդ՝ Պ. Ա. Փափապեան
Բրօր՝ 36 տար 10 խչէզ

ՔԱ. Ա. ՄՊ. Ա. ՊԱՅ. Ք

Առաջին՝ Պ. Պ. Նախապեան
Երկրորդ՝ Պ. Հ. Պատմաձեան

Երրորդ՝ Պ. Ա. Փափապեան

Բրօր՝ 1 վայրկեան 6 $\frac{2}{5}$ երկվայրկեան :

**ՑՈԽԱԿԱՅ Կ. Ե. Զ. Ա. Ե. ՑԱՏԵԼ.
(ԺԵՏՏԵՎԵԼ բանած)**

Առաջին՝ Պ. Բ. Թախտաձեան
Երկրորդ՝ Պ. Հ. Սմբատեան
Երրորդ՝ Պ. Լ. Պէշիրեան

Բրօր՝ 105 տար 2 խչէզ :

ՔԱ. Ե. ՑԱՏԵԼ. (Ճ օլան)

Առաջին՝ Պ. Հ. Պատմաձեան
Երկրորդ՝ Պ. Մ. Զարիքեան
Երրորդ՝ Պ. Լ. Պէշիրեան

Բրօր՝ 41 տար 2 խչէզ :

ՑՈԽԱԿԱՅ Ե. ՑԱՏԵԼ.

(ազաւ ձեւ)

Առաջին՝ Պ. Ժ. Ամբատեան
Երկրորդ՝ Պ. Վ. Կիւրձեան
Երրորդ՝ Պ. Ժ. Պատմաձեան

Բրօր՝ 114 տար 4 $\frac{1}{2}$ խչէզ :

ՄԻԱ ՄՊ. Ա. ՊԱՅ. Ք

Առաջին՝ Պ. Մ. Փէրտէձեան
Երկրորդ՝ Պ. Ժ. Ամբատեան

Բրօր՝ 5 վայրկեան 32 երկվայրկեան :

Մրցումները աւարտած էին ու առաջին
ենողները առացան սոկեզօծ, երկրորդ ել-
նողները սոկեզօծուած արծաթ, իսկ երրորդ
ենողներն այ արծաթ մնացներ, զար Ռաֆ-
ֆի մարմնամարզական ակումբը յատկապես
պատրաստել առաւած էր :

Պ. Մ. Զարիքեան որ վեց համ առա-
ջին ու երկու համ աղ երկրորդ մրցանակի
արծանացած էր, և զավարութիւն կողմէ մա-
նաւոր ծափանարութեանց արժանացաւ, ու
ծափերու մէջ առացաւ բացառիկ մրցանակի
մը, գեղեցիկ արծանիկ մը՝ որ յոյն մար-
զիկ մը կը ներկացացնէր :

Մեր չորրաւորութիւնները հանգէսր
կազմակերպող Ռաֆֆի մարմնամարզական
միութեան որ այնքան կատարելութեամբ
ի գործի հանեց ազնիւ և սակայն դժուար
զործ մը :

ՅՈՒՆԱԿԱՆ ՈԼԻՄԲԻԱԿԱՆ ԽԱՂԵՐԸ ՊՈԼՍՈՅ ՄԷԶ

Առնաւուտ գիւղի մէջ Օգոստոս 15 և 16ին տեղի ունեցաւ յանական սլամրիական իտակեր հետեւեալ արդիւնքներով .

Չորս հարիւր մեր վազելու մէջ առաջին երա Բարայոս՝ 18 վայրկան 3/5 երկվայրկեան :

Հինգ հարիւր մեր վազելու մէջ առաջին երա Բարայոս՝ 18 վայրկան 30 երկվայրկեան :

Առք հարիւր մեր վազելու մէջ առաջին երա Զօթոս՝ 2 վայրկան 18 երկվայրկեան :

Հազար հինգ հարիւր մեր վազելու մէջ առաջին երա Բարայոս՝ 4 վայրկան 49 երկվայրկեան . 1500 մէթրը մէկ մղոնէն 106 մէթր պակաս է , սրավ նոյն համեմտառութեամբ մղոնը 5 վայրկան 10 երկվայրկեանէն առնուած է :

Առանց վազելու երկայնուրիւն ցատկելու մէջ առաջին երա Մարտուիս՝ 3 մէթր կամ 9 սոք 10^{1/2} ինչէզ :

Վազելով երկայնուրիւն ցատկելու մէջ առաջին երա Քանդարձիս՝ 5,70 մէթր կամ 18 սոք 8^{1/2} ինչէզ :

Կեցած բարձր ցատկելու մէջ առաջին երա Մարտուիս՝ 1,28 մէթր կամ 4 սոք 11/2 ինչէզ :

Բարձր ցատկելու մէջ առաջին երա Զօթոս՝ 5,58 մէթր կամ 5 սոք 2 ինչէզ :

Սկսաւակ նետելու մէջ առաջին երա Թրոյանոս՝ 29,63 մէթր կամ 97 սոք 6^{1/2} ինչէզ :

Նիզակ նետելու մէջ (վազելով) առաջին երա Կրիկորիսէն՝ 44,13 մէթր կամ 145 սոք 3 ինչէզ :

Նիզակ նետելու մէջ (առանց վազելու) առաջին երա Անանիսոս՝ 37,10 մէթր կամ 122 սոք :

Երկան նետելու մէջ առաջին երա Իսարիսէն՝ 9,78 մէթր կամ 32 սոք 5 ինչէզ : Չորս բարձր ցատկելու մէջ առաջին երա Գալոհէրիս՝ 2,71 մէթր կամ 8 սոք 11 ինչէզ :

Երեք բարձր ցատկելու մէջ առաջին երա Զաքոնիանիս՝ 12,41 մէթր կամ 39 սոք 6 ինչէզ :

ՄԱՐՄԵԱԿԱՆ ԳԵՂԵՑԿՈՒԹԵԱՆ ՄՐՑՄԱՆ ՊԱՅՄԱՆՆԵՐԸ

«Մարմիամարզ»ի վեցերորդ թիւով մարմարկան գեղեցկութեան մրցումի մը ձևանարկած էինք , մնաք զանազան առիթներով արտայացաւած ենք թէ ինչ են մերկութեան ու մերկութեան հետ կապ ունեցող բարայականի մասին մեր բժիշումներու , ուսաի այլես այդպիսի մրցումներու ձևանարկեանու նպաստակը աւելորդ կը համարենք կրկնել , մասնաւանդ որ ամէն խորհող անհատ կրնաց այդ բանը շատ գիւրաւթեամբ անհնեկ նկատի անհնարդ «Մարմիամարզ»-ին նպաստակը և ուզգութիւնը :

«Մարմիամարզ»ի այս թիւով մրցման և մրցանակներու մասին մանրամասնութիւններ է որ պիտի ատենք :

1. Ամէն այդ անհատ առանց ատրիբի խորաւթեան կրնաց մրցման մասնակցիլ :

2. Մրցման մասնակցելու համար պէտք է պատշաճ մերկութեամբ ու ամրազ մարմար լուսանկարութիւն , տարիքը , հասակը , ծանրութիւնը , արհեստը , ինչպէս նաև կուրծքնն , մէջքնն , բազուկնն , վզնն , սրբունքնն չափերը առանձին թուղթի մը վրայ նշանակելով խորագրութեանս հասցնել :

3. Գնահատիչ մարմինը պիտի բազկանց թիւթիս անօրէնէն , թժիշիէ մը , արտահատկաւէ մը և երկու որբի անձնաւորութիւններէ որոնց անանները պիտի յայտարարուին :

4. Լուսանկարները պէտք է միջակ մեծութեամբ ըլլան, ու թերեւս աւելորդ չի լինի ժշատակել թէ, ամենէն խոշոր մկաններ ունեցողները չեն որ անպատճառ առաջին պիտի երևն, այլ անսնոք որոնք իրենց նոյն խի նիհարութեան մէջ կանոնառ ու համաշխօրէն զարգացած մարմին մը կը ներկացնեն :

5. Լուսանկարները պէտք է մեր ձեռքը համեն մինչև Հակոեմրերի վերջերը, որ առնեն մրցաւմը փակուած նկատելով պիտի սկսնաք զնահատաման ու արգիւնքները պիտի յայտարարուին «Մարմնամարզ»ի յաջորդ թիւով մրցանակ շահողներուն լուսանկարներով միասին, ու այդ պարագան պիտի յայտարարուի Պոտոյ բոլոր օրաթերթերուն բնագէս նաև գաւառական օրաթերթերներէն ամանց մէջ :

6. Գնահատիչ մարմինն որոշումները վերջական են, ու իրը այն պէտք է նկատուին բոլոր մասնակցողներու կողմէ :

ՄՔՅԱԿԱՆԱՅՆՈՐ

Առաջին շահողը պիտի սահնաց մարմնամարզական կորուոր գործիք մը կամ գործիքն համապատասխան արժէքով մարմնակլթանը վերաբերեալ զիսական հրատակութիւններ ու կամ կէս օսմ. ոսկի դրամ. Բնարաւթեան իրաւունքը մրցանակը շահողին վերապահուած է: Երկրորդ մրցանակ շահողը պիտի սահնաց զարձեալ մարմնամարզական գործիք մը կամ արժէքով մարմնակլթանը վերաբերեալ ուկէ հրատակութիւն՝ զօր պիտի կարենաց ընտրել իրեն ուղարկուած եւրոպական հրատակութիւններու ցուցակէ մը :

ՖՈՒԹՊՈԼԻ ՀԱՅԿԱԿԱՆ ԷՒԿԸ

Պոտոյ մէջ ֆութպօլի հայկական լիկի մը կազմաթիւն համար եղուծ հրաւերին առ այժմ միայն Արտաւազզ և Արտաւու աշ-

կումբները պատասխանեցին իրենց ներկաւացացիները լնարելով ու այդ պարագան խմբագրութիւնն աեզեկացնելով, որպէսզի զումարման թուականը սրոշելով թերթին միջոցաւ զիրենք հրաւերներ :

Մեր բրած կովկան վրայ երբ այնքան ակումբներ կազմուեցան ու արդէն գոյութիւն ունեցողներն ալ կանոնառուեցան, չնոք կրնար բացարարութիւն մը առ իրենց միք վերջին կոչ անպատասխանի թողնելուան, այդ ակումբները արդեօք կը կարծեն թէ լիկ մը այնքան անկարեւոր է ուրուն կրնան պէտք չանենալ և կամ թէ արդեօք ժամանակին մեր յայտնած վախերը կ'սկսն զգբազզաբար իրականանալ, այսինքն վիսանակ համոզումով ու ազնիւ և բարձր գործի մը ձևուարկերու զիսակցութեամբ ակումբներ կազմերու, լոկ վայրինական ու պարագայական ապառարանիներու առաջանակ մը կամ կը կազմուեցին առ առարկայ չէին կրնար զանապատ:

Երբ մինք «Մարմնամարզ» թերթին հրատակութիւն սկսանք, նպասակ չաշնինք միմիայն զանազան անհամաներու, ինչպէս նաև ակումբներու մարզանքներ, խաղեր և այն սորմեցնել, ոչ այլ մեր զիւխաւոր նպասակ եր երկասարգութիւնն մէջ համերաշխաւթիւն, ազնիւ մրցման գաղափարը արթնցնել ու զարգացնել, մինք ամէնքս ալ շատ լաւ զիսենք թէ մանաւանդ իրը Հայեր զանազան կարուղւթիւններով զժառած ենք անհատավես, բայց երբ պատահմանք կամ ո և է սափիթով մը կը միանանք, առ կ'սկսնք իրար չէլուրացնել, պարզապէս մեր կարուղւթիւնները չի կարենալ համերաշխացնելու պատճառու:

Սասպիս, խօսելով գութազովի կեկի մը կազմութեան մասին, սպարաբնք բակ թէ գութազովի հայկական լիկ մը մասն միջնոցն է սաարազզի կարագ խռումբերու հետ պատառաւրապիս կարենալ մրցերու համար, միասին աշխատելով, իրարու թերութիւններ ուղղերով ու իրարու առաւելութիւններէ սպառելով է, որ մեր մէջ պիտի զարգանաց անդիմական նշանաւոր սրօրի սպին, սրօրդիմէն չի նշանակեր միայն սրօրդներով զրագիլ, այլ և ու մանաւանդ կը նշանակէ իրմէ ակարին հետ մերմել խազալ, յաղթած պարագային վեհանձն ըլլալ ու յաղթաւած պարագային ալ ամենան զոհնակութեամբ պարասութիւնը ընդանիլ, միշտ ջանալով այդ պարասութիւնն զաս մը հանել ու պարասութիւնը յաղթանակով մը փափարինել :

Աւրեմն կրկին անգամ Պողոս հայկական րուր ակաւմներուն կիմայիննք թէ կարիք եղածին չափ չուտ պարախն իրենց ներկայացուցիչը լնարել ու խմբազրութեան աեղեկացնել սրակչովի մննք ալ մածամանութիւն մը կազմուած պարագային ժաղավի հրատիրենք ու գործի սկսինք :

ՖՈՒԹԲՈԼԻ ՄՐՑՈՒՄՆԵՐ ՊՈԼՍՈՅ ՄԷՋ

Պէտքիթաշի Ահարանեան ակումբին և կըքէր Յանական ակումբին միջնու Օգոստոս 7ին Երլաբզի հայպարակը գութազովի մրցում մը աեղի ունեցաւ Արաւաւագգ և Արաքս ակումբներուն միջնու, և Արաքս մէկի դէմ երկու կօրով յաղթական երաւ :

× Գնալը կզզիին մէջ Օգոստոս 21ին գութազովի մրցում մը աեղի ունեցաւ Գրնալը Բրօմի և Ահարանեան ակումբներուն միջնու, Բրօմի ամբու կօրով յաղթական երաւ :

× Պալթա Լիմանիի խազավացրին մէջ Օգոստոս 21ին գութազովի մրցում մը աեղի ունեցաւ Տորք Բ. ի Պալթա-Լիմանիի

(յոյն եւ թուրք) ակումբներուն միջնու և Տորք Բ. երկուքի դէմ երկու կօրով յաղթական երաւ :

× Պէտքովի խազավացրին մէջ Յուլիս 28ին գութազովի մրցում մը աեղի ունեցաւ Տորք Ա., և Արաքս Ա., ակումբներուն միջնու :

Մինչեւ խազին կէար արդիւնքը անուրոց էր, որ ասեն Արաքսի կազմին աեղի ունեցած օրինական սխալի մը պատճառաւ refereeն Տորքին penalty kick մը թողառուց, Արաքս չուզերով համակերպիլ, երկու կազմին ալ վասահութիւնը վայելուց refereeն որոշման, դաշտը ձգերով հեռացած է :

Համեւարար բատ օրինի և յնգաւնաւած օրէնքներու Տորք Ա., մէկ կօրով յաղթական երած է, գութազովի կազմական օրէնքներու 17րդ յօդուածին արամագրութեան համաձայն :

× Քէաթիմանէի խազավացրին մէջ Օգոստոս 28ին գութազովի մրցում մը աեղի ունեցաւ Արաւաւագգ և Արաքս ակումբներուն միջնու, և Արաքս մէկի դէմ երկու կօրով յաղթական երաւ :

× Գնալը մէջ Օգոստոս 14ին գութազովի մրցում մը աեղի ունեցաւ Բրէնքիրոի Օլիմբիա և Գնալը Բրօմի գութազովի ակումբներուն միջնու, և Բրօմի մէկ կօրով յաղթական երաւ :

× Գնալը մէջ Օգոստոս 28ին Բրէնքիրոի Օլիմբիա և Գնալը Բրօմի գութազովի ակումբներուն միջնու, մրցում մը աեղի ունեցաւ, ուր զարձեալ Բրօմի մէկ կօրով յաղթական երաւ :

× Պալթա Լիմանիի խազավացրին մէջ Օգոստոս 7ին գութազովի մրցում մը աեղի ունեցաւ Արաւաւագգ և Արաքս Բ. ակումբներուն միջնու, Երկու կողմերն ալ մէրմէկ կօրով հաւասար երած են :

Արաւաւագգ ակումբը խմբազրութեանու

ուզգուած զրով մը կը յայտնէ և կը բռ-
դոքէ թէ Արաքս Բ. անուան առկ կը խա-
ղալին Սքաքս Ա. ի պատկանող անդամներ,
ինչ որ հակառակ էր իրենց միջն որո-
շուած պայմաններուն :

ՀԱՅ ՄԱՐՁԱԿԱՆ ԿԵԱՆՔԻՆ

Գնալիք մէջ հայ օրինադներ և երիտա-
սարդներ ճիշտ անզիվական զրութեամբ,
այսինքն երկսեռ, սկսած են թենիս (tennis)
խաղու :

Մենք չնորհաւորել մը այն կրնանք այդ-
պիսի քաղ մը որ մեծապէս պիտի նպասաւ-
րարցակի մասին մեր ունեցած սիսպ լու-
րանումին վիրշ գանկուն :

* *

Արաքս մարմնամարզական ակումբը
Խմբագրութեանս ուզգուած զրութեամբ
մը կը յայտնէ թէ՝ «Արաքս» ֆութազովի
ակումբը իր հետ միացած ըլլալով, այդ
անուան առկ այժմ ո և է ակումբ զոյու-
թին չունի Պողոս մէջ, ինչպէս նաև մեզ
կը տեղեկացնէ թէ իրենք ող միացած լլ-
րարով Շիշլի Հայ Ե. Միութեան, այդ մի-
ութեան մարմնամարզական խումբը կը
կազմնէ և հասցնին է Բանկալթի, Հա-
մամ հաստէսի, թիւ 54:

* *

Արախութեամբ մեր Պատ. լովեր-
ցաներուն կը յարմնենք թէ Գուրու-Զէշ-
մէի Արաւազգ մարմնամարզական ա-
կումբը որ հազիւ 13 անդամներով գործի
սկսաւ, այսօր չափ քիչ առևնաւան մը մէջ
կարողացած է իր անդամներուն թիւք 58ք
բարձրացնել, խմբագրութիւնս հարհաւու-
րելով Արտաւազգ ակումբը, նոյն յաջու-
ղութիւնը կը մաղթէ նաև բարոր միւս ա-
կումբներուն :

* *

Թէրմիս Տնօրին Պ. Շ. Քրիստոն և
աշխատակից Պ. Ա. Երկարանեան Ազգ .
վարժարաններու մէջ գիղիքական կրթու-
թիւնը պարաւաւորիչ լըսոլ ու մինչույն
առեն չափ զործնական ծրագիր մը նկր-
կարացացին նորընափր Աւաստմական Խոր-
հարդին, որ զործնական ու օգտակար
գաներով զայն, որաչեց կրթական ծրագրին
վերաբնութեան առեն մասնաւոր ուշադ-
րաւթեան առնել :

ՆՈՐ ԱԿՈՒՄԲ Մ'ԱԼ

Ենիփ Գարուի մէջ կողմուած է նարմու-
անուն ակումբ մը՝ որ նպասակ ունի թէ
մտաւորապէս և թէ գիղիքական թօմափ-
ուիլ ու շարժիլ:

Մասւոր զարգացման համար ունի գրա-
դարան մը, իսկ գիղիքական զարգացման
համար հայթացիթած է մաս մը զործիք-
ներ և այլն :

Մաս առթիւ նորակազմ ակումբը Խմ-
բագրութեանս ուզգուած զրութեամբ կուզէ
ինքինքը բաւարանուած ունենել կարգ մը
հարցումներու մարին, բաց գժրազդաբար
անձիւթեան պատճառաւ չպիտի կո-
րողանանք «Մարմնամարզ» ինքրից թիւսպ
իրեն բաւարարութիւն առալ: Գալ ամիս ման-
րաման կերպով պիտի պատասխանինք :

ՀԱՅ ԿԻՆԸ ԱՄԵՐԻԿԱՅԻ ՄԷԶ

Ամերիկայի Փէթերսին քաղաքի Հայ
Որբախամ լնկերութիւնը Օգոստոս 1 ին
զայտահանդէս մէջ սարքած էր ուր մար-
զական խաղերը, ցատկելը, վաղելը ու մա-
նուանդ նշանաւութեան մրցումները բրոկ-
րակին մէջ լայն տեղ մը կը գրաւէին:

Կիներու նշանաւութեան մրցման մէջ
սաւածին մրցանակ չահեցաւ. Տիկին Թրնամ-
եան որ առանց ուեէ հարուած մը պարագ
անցնելու կարարավ ինը թիւք շննից: Մեր
չնորհաւորութիւնները:

ՄՐՑՈՒՄՆԵՐ ԻԶՄԻՐԻ ՄԷՋ

Յունական «Փելօրս» ակումբին մրցում՝ ներք առջի անհյած էն Մայիս 29 և 30ին։ Իզմիրի մէջ հասեւեալ արդիւնքներով։

Հարիւր մէքր լողարտ մէջ առաջին եւրու Գոնապէճն՝ 1 վայրկան 45 երկվայրկան, երկրորդ՝ Զիգնիս։

Չորս հարիւր մէքր լողարտ մէջ առաջին եւրու Գոնապէճն՝ 8 վայրկան 35 երկվայրկան, երկրորդ՝ Զիգնիս։

Հարիւր մէքր վազելու մէջ առաջին եւրու Կրօսմանիսիս՝ 11 $\frac{1}{2}$ երկվայրկան, երկրորդ՝ Մաքարածնիսիս։

Ռէքը հարիւր մէքր վազելու մէջ առաջին եւրու Փարասրէվօրուր՝ երկու վայրկան 25 երկվայրկան, երկրորդ՝ Բիլիս։

Բարձր ցատկելու մէջ առաջին եւրու Բիշոնու՝ 1,40 մէթր կամ 4 սոտք 7 ինչէզ։

Կեցած բարձր ցատկելու մէջ առաջին եւրու Կրօսմանիսիս՝ 1,35 մէթր, կամ 4 սոտք 5 ինչէզ, երկրորդ՝ Բիշանու։

Չորսով բարձր ցատկելու մէջ առաջին եւրու Էվանկէլիսիս՝ 2,70 մէթր կամ 8 սոտք 10 $\frac{1}{2}$ ինչէզ։

Առանց վազելու երկայնուրիւն ցատկելու մէջ առաջին եւրու Բիշանու՝ 2,98 մէթր կամ 9 սոտք 9 $\frac{1}{2}$ ինչէզ։

Վագելով ցատկելու մէջ առաջին եւրու Մարտիկաս՝ 6,43 մէթր, կամ 21 սոտք 2 ինչէզ, երկրորդ՝ Գէորգ Յարէթեան։

Հարիւր սասր մէքր արզելիներու վրայի վազելու մէջ առաջին եւրու Կրօսմանիսիս՝ 19 երկվայրկան, երկրորդ՝ Բարասրէվօրուր։

Երկոր նետելու մէջ առաջին եւրու Մրասպ Յակորեան՝ 9,90 մէթր կամ 32 սոտք 7 ինչէզ։

Միաւառակ նետելու մէջ առաջին եւրու Մրասպ Յակորեան՝ 28,32 մէթր կամ 84 սոտք 10 $\frac{1}{2}$ ինչէզ։

Քար նետելու մէջ առաջին եւրու Մրասպ Յակորեան՝ 15,19 մէթր կամ 50 սոտք։

Երեք բայլ ցատկելու մէջ առաջին եւրու Մարտիկաս՝ 14,20 մէթր, կամ 46 սոտք 9 ինչէզ, երկրորդ՝ Գէորգ Յարէթեան։

ՄԱՐՄՆԱՄՄԱՐՁԻ ՎԱՐԺՈՒՀԻՆԵՐ

Թիրթիս Տնօրէնին կողմէ վերջերս կազմակերպուած Մարմնամարզական Դասէնթացքին հասեւած էն հասեւեալ Օրիորդները, որոնք կանոնաւոր կերպով վերցիշեալ Դասպանթացքին թէ գործնականապէս և թէ տեսականորէն հասեւած ըլլալով վերջերս քննութիւն մը անցուցին ու Ռւսունական Խորհուրդէն սասցան ացդ ձիւզին վեհարերեալ օգնական-մասնագէտի վիականը։ Այդ Օրիորդներն են։

Օր. Զապէլ Համբիկեան

Օր. Աղասի Յավակիսիսան

Օր. Արմենուհի Ճաֆճառիկեան

Օր. Տիրուհի Աղարեան

Օր. Կասարինէ Քիւրիթներեան

Օր. Զարուհի Փէշտիմագճեան

Օր. Զապէլ Զաքարեան։

Սոյն Օրիորդներէն մէկ մասը որոնք գաւառ պիտի երթան, ինչպէս Զէլիթուն և ազն, սարակոս չի կաց թէ մեծապէս օգնակար պիտի ըլլան իրենց ինսամոցը յանձնուած աղջիկներուն վիզիքական կրթութեան զարգացմանը։

* *

Նոյնիմբերի մէջ մասողրած ենք ձեռնարկել ուրիշ ալ առելի բնդարձակ մարմնամարզական զարդնիւցքը մը, որ պիտի յայտարարուի։

Պ. Վարտագ Զարհանեսոն, որ վերը լրտարմանամարդի օպնական մասնագետի վկայականի արժանացած էր, Սամանա կը մեկնի անգամ ազգ, վարժարանին մէջ պաշտօնավարելու համար:

Մենք ի հարդէ մեր չարհաւարութիւնները կը յայցանենք Սամանայի արական վարժարանի անառաջ Պ. Միսարք Գուշտամձեանի, որ մանկավարժական ու նոյնիսկ մարդկայնական համագումաներէ մղուած Սամանան այսօր կ'օժաէ մարզանքի դասասաւով մը, իսկ պարոյ թագերու մանկավարժ կրթական պաշտօնահաները կը շարունակին իրենց պարզ վերաբերմանքը հանդէս մարզանքի:

ՄԹՑՈՒՄՆԵՐԸ ԱՐՏԱՎԱՀՄԱՆԻ ՄԷԶ ՈԼԻՄՓԻԱՆԱՅԻՆ ԽՈՂԴԻՔ

Պէլինի մէջ 7,000 հզզի ներկայութեան անգի անհայտ միջազգային ոլիմպիական մասնակի խաղեր, հասեեալ արդիւնքներով.

Եւկու հարիւր մեր վագելու մէջ Ռառու (գերմանացի)՝ 22 երկրագրկան:

Պէլինի և Շարոյթինապարկի «Արօրդ», ակումբներուն միջն վեց հարիւր մէթր վազելու մէջ առաջին ելու Պէլին, 1 վայրկան 11,3 երկրագրկանէն:

Չորս հարիւր մեր վագելու մէջ Հանո Պրատոն (գերմանացի)՝ 50,7 երկրագրկան:

Ալբանակ նետելու մէջ Վելֆուր (գերմանացի)՝ 39,86 մէթր:

Նիզակ նետելու մէջ Հերզոֆ (գերմանացի)՝ 50,55 մէթր:

Բարեկ ցատկելու մէջ Լիչ (գերմանացի)՝ 1,75 $\frac{1}{2}$ մէթր:

Հարիւր ասոր մեր արգելիներու վրայ վագելու մէջ Ռառու (գերմանացի)՝ 16,3 երկրագրկան:

ԵՐԿԱԲ ՎԵՐՑՆԵԼ

Վելինայի մէջ արժանահաւատ անձերուն ներկայութեան Ավագոստ երկու ձիւքալ 155 քիո վերցուց, ու աշխարհի նախարդ թքարքը որ 156 քիոյալ իրն էր, կոսորեց:

ԸՄԲՇԱՄԱՐՏՈՒԹԻՒՆ

Սեպտեմբեր 4/ն Շիկակի մէջ անգի ու նկատ մնեց բարչամարտ մը, նշանաւոր բժրի և երկաթ վերջնող ժօրժ Հարէնչմիթի ու ամերիկայի բժրից ֆրանք Կոչի միջն աշխարհի բարչամարտ ասանսութեան համար:

Հանգիստականներուն թիւր 30,000 կ'անցնելու ու մակից հասոցիր 25,000 անգլ. սկիբ աւելի եղած է:

Հարէնչմիթ հակառակի իր մնեց ուժին և վարդասութեան յաջորդաբար երկու անգամ յազմուեցաւ, առաջինը 19 վայրկան 52 երկրագրկանէն, իսկ երկրորդը 5 վայրկան 32 $\frac{1}{2}$ երկրագրկանէն:

Երազէս Հարէնչմիթ ասաը տարի յաջորդաբար աշխարհի լաւագոն բժրից հանգիստակէ վերջ իրմէ գերազանցին առջն անգի առած է:

«Մարմնամարզ» յաջորդ թիւով մը յան մանրամասնութիւնները և երկուքին ոլ կենացգրութիւնը մեր ընթերցաններուն պիտի ծանոթացնենք իրենց նկարներով միասին:

ՄԱՐՄՆԱՄԱՐՁԸ ՆՈՒԻՐՈՂՆԵՐ

Պոլսոյ «Տորք» մարմնամարզական ակումբը մէկ ասրեկան «Մարմնամարզ» կը նույիք, Շատին-Գարանհասարի Զրասախ գաւառակի Ազգ. վարժարանին:

* * * Պարմ Յարութիւն Տէր Յակոբիան մէկ ասրեկան «Մարմնամարզ» կը նույիք Բարեկրի Բլուր զւող Ազգ. վարժարանին:

Պատասխանատու Ա. ԱՌԵՋԱՆՅԵ

Աւտօնութե Շ. ՎԵՐԱՄՈՒ

Տարգուրիստ Հ. ԹԵՐԵՍԱՎԵՏՅԵ

ՄԱՐՄԱՐԱՐՁԻ

ԲԱԺԱՆՈՐԴԱԳՐՈՒԹԵԱՆ ՊԱՅՄԱՆՆԵՐ

Թուրքիա Տարեկան 20 Դրամ

Արսանանիսան » 5 Ֆրանֆ

ՀԵԹՔԵ ԵՐԿՈՒ ԴՐՈՒՅԾ

ՀԵՆԳ ԿԱՆԽԻԿ ԲԱԺԱՆՈՐԴ ԳՏՆՈՂԵՆ

ՏԵԿ ՏԱՐԵԿԱՆ ՆՈՒԷ

ՀՈՅՑ.— Ա. Պոլիս, Կաղաքա, Հայեց խան, թիւ 6

ՏՈՐԹ. Ա. ԷԹՈՄԵԼՔԸՆԵԱՆ

Ա.ՏԱ.ՄՆԱ.ԲՈՒԺԱ.ՊԵՏ

ՀԱՅԱՍՏ-ՓԱՇԱՅԻ ԶԵՆՈՓՈՐԱԿԱՆ ՀԵՖԱԴԻԱՆՑԻՑԻ

ԿՐՍԿ ԹԵ

Մարդ առողջ ապրելու համար պետք է գօտուր սասանի մը
ունենայ, այդ բանին համար պարզան է բաւ ծանել եւ սաս-
անիսը չոգնեցնել, սասանիսը չոգնեցնելով համար անհրաժեշտ է
գօտուր ու առողջ ակրանելու ունենալ, ու այդ բանին համար
պետք է դիմել իրեն

Կամուրջի հրապարակ, Թիւ 56, Կ. Պողիս

414	ԲԵՐԸ	ՄԻՄՈՆ	ԲԵՐԸ	414
ԲԵՐԸ	ՄԻՄՈՆ	414	ՄԻՄՈՆ	ԲԵՐԸ
ՄԻՄՈՆ	414	ԲԵՐԸ	414	ՄԻՄՈՆ
ԲԵՐԸ	ՄԻՄՈՆ	414	ՄԻՄՈՆ	ԲԵՐԸ
414	ԲԵՐԸ	ՄԻՄՈՆ	ԲԵՐԸ	414

ՏՕԳԹ. Յ. ԳԱՐԱՆՅԻԼԵԱՆ

ՆԱԽԱԲԻՆ ՕԳՆ. ԲԺԵՆԿՎԵԼՆԱՅԻ ՔԱՅՉԵՐ ՅԵՐԱՅ ԵՕԶԼՅ, ՀԵՖԱԴԻԱՆՑԻՑԻՆ

Մասմազես հերթին, կանաց, մորի և միզային
զործարաններու հիւանդութեանց

Հիւանդ կ'ընդունի առեն օր, բացի Կիւակի, Եեկառքի եւ Աւբար օրերէ,
յուեկին եսէ իր բնակարանը Բանկալիքի, Պեօլիսէտէ ձաստեփ թիւ 115:

Ա.Դ.ԲԱ.ՏԵ.ԵՐՈՒ. ՃՐԿՎԵԱԾՎԵՒ ՕՐԵՐԸ ԶԵՒ