

ԵՐԱՐՄԱՆԱՐԴ

ՊԱՏԿԵՐԱՁԱՐԴ ԿԻՍԱՄՍԵՎԱՅ ՀԱՆԴԵՍ
ԵԿ

ՕՐԿԱՆ 0.94.0.3ԲՆ ՖԻԶԻՔԱԿԱՆ ԿՐԹՈՒԹԵԱՆ

Բ. ՏԱՐԻ — ԹԻՒ 10

ԳԻՆ 40 ՓԼՐԱՅ

1912 ՄԱՅԻՍ 15

ՀԱՅԿԱԿԱՆ

ԵՐԿՐՈՐԴ ՌԴԻ ԽՍԹԻՑԿԱՆ

Տեղի կ'ունենայ մայս 20ին, Գայզը-զիւղի Խնիօն Ալբարը,
Ժամը նիւդ՝ 2ին (Ը. Ե):

(Խանութանուքի նիւները տեսնել այս բիւրե մէջ)



Տպարան Ե. ՎԵՐԵՇԵՎԻՆ ԱՐԴԻՔԻ Կ. ՊՈՂԻ

ՀԱՅ ՏՊԱԳՐԱԿՑՈՒԹԵԱՆ 400 ԱՄԵԱԿԻՆ ԱՌԹԻՒ

«Ապրիլ 29ին կ. Պոլսոյ ազգ . Կեղբանական Վարժարանի Ամփիթատրոնին մէջ տեղի ունեցաւ Հայ Տպագրութեան 40)ամեակի յորելեանական մորմեայն՝ ըդ նիստը : Ներկայ էին 20է առելի Միութեանց , Ընկերակցութեանց և Մամուլի լիազօր ներկայացուցիչները :

Որոշուեցաւ՝

Ա. Դիմել Կովկաս , Ամերիկա և այլուր , ամէն առաջ միեւնոյն օրուան մէջ (Եռայինքիր 25ին) տօնելու համար Հայ Տպագրութեան 40)ամեակը :

Բ. Հրաւերել Հայ Տպագրութեան 40)ամեակի առթիւ անհատական զործեր տատրաստողները՝ արտայացուիլ միեւնոյն օրուան մէջ :

Գ. Հրաւարակել Հայ Տպագրութեան պատմութիւնը , մասնագէտներու աշխատակցութեամբ , անոր մէջ զետեղելավ էջեր առաջին անգամ տպագրուած Հայ գըրքէն՝ Պարագանեակին :

Դ. Հանդէներ սարքել նոյն օրը ցերեկին կեղբան առաջ մը , խոկ նոյն գիշերը՝ զանազան թաղերու մէջ :

Այս առթիւ յորելեանական մարմինը ընտրեց Յ անդամներէ բազկացեալ զործագիր ժողով մը , ի զործ զնելու համար վերսպրեալ որոշումները :»

“ՄԱՐՄԱՐԱՄԱՐԶ”

Հայոց միակ թերթը որ կղբաղի Փիղիքական դաստիարակութեամբ , առաջապահութեամբ և մարզուն հիւանդանալէն առաջ անհրաժեշտ եղաղ ծանօթութիւններու ընդհանրացմամբ :

Բաժանորդագրութիւնն է . տարեկան 25 զրուց , վեցամսեայ՝ 45 զրուց , արտասահման՝ 8 ֆրանք : Զեռքէ 40 փարայ . ձրի նմոյներ կուզարկուին :

Հասոց՝

[مارمنامارز] يكي وولتو خان ، نومرو ۱۹ باغجه قبو ، درسعادة

“ՄԱՐՄԱՐԱՄԱՐԶ”

Եկեղի Վօլրօ խանի , թիւ 19. Պահճէ Գարու , Կ. Պոլիս.

Rédaction de la Revue „MARMNAMARZ”

Yéni Volto Han, No 19, Baghtché Kapou,

CONSTANTINOPLE

ՄԱՐՍՆԱԾՈՅ

ՊԱՏԿԵՐԱՁԱՐԴ ԿԻՍԱՄՄԵԱՅ ՀԱՆԴԵՍ

ԵԿ

ՕՐԿԱՆ Ա.ԶԳԱ.ՑԻՆ ՖԻԶԻՔԱԿԱՆ ԿՐԹՈՒԹԵԱՆ

Բ. ՏԱՐԻ — ԹԻՒ 10

ԳԻՆ 40 ՓԱՐԱՅ

1912 ՄԱՅԻՍ 15

ԵՐԿՐՈՐԴ ՈՂԻՄԲԻԱԿԱՆԻՆ ԱՌԹԻԻ

Հայկական երկրորդ Ողիմբիականը տեղի կ'ունենայ ամսոյս 20 ին։ Տօնի օր մըն է այս, եւ վայրը՝ ուր տեղի պիտի ունենայ այդ մարմանկրքանի հանդէսը՝ պէտք է դառնայ հաւաքավայրը բոլոր Պողոսինակ Հայութեան այն խումբին որ զիտէ արժէքը Ժիզիկական դաստիարակութեան եւ կը զգայ զոնէ ֆիշ մը ճիգեռու այն ուժգին զործակցութիւնը, որոնք մէջ-տեղ կը հանեն՝ այնքան աննպաս պայմաններու մէջ, զործ մը, հաւաքական զործ մը, միացում անշատօքն կատարուած այնքան բերկրալից աւշատութեանց եւ զայն ներկայացնելով մերիններուն կ'ըսնեն «Ահա մեր «Երկրորդ տարեցանի չափերուն պտուղը, որ պակումն է այն զաղացիական տարեցան» որոնց շատագով կը հանդիականան ու զանոնք իրագործելու «կ'աւշատինք ի զին ամէն բանի»։

Ուրեմն տեսակ մը համարատուութիւն է այս Հայ երկրորդ Ողիմբիականը։ Ազնին, անպարտապիր համարատուութիւնն, եւ տական զերազանցօքն պարտապրուած պարտականութիւնն մը աւելի նույրական, զորյանձն կ'առնէ ընել խանութագոտ, մասուր եւ առողջ լողձերով լի երիտասարդ փորբումասնութիւն մը։ Աւ հիմա ի՞նչ կ'ըսէ այդ երիտասարդութիւնը՝ պատինքն Հայ Ողիմբիականը հանրութեան. բան մը միան։ «Կը հրառիրենք Զեզ, ո'վ անսարքերներ, անփոյրներ, ձեր բազմոցներուն անկիւնէն սկեպտիկ կերպով ժապողներ, կեանին սաղտկացողներ, ամէն զործի

ու մասնաւող քիզիքական գործին վրայ արհանդառուն, ու բարձրեն նա-
յողներ, կը նրանիւնքի Չեզ զարու, նանի մը ճամ դիտելու, տեսնելու,
զայելելու բախուած աշխատանքը, անոր արդինքը, ու բափելու անսար-
քերութեան ժանգը Չեր վրայէն, ու բերես ալ նետեկի օրինակներով
«ներևույթու»:

Համարատուորին մըն է ըլլալիքը... մին նոն պիտի բերէ, մար-
սկան մարզանիք, ուրիշ մը դեղներային ուժը, մէկը նարսիկորիւնը,
այլ մը յունական նին մեցութեանց պատկերը: Պիտի մասնակցին խութեն,
ամսիաներ երիտասարդ, պարմանի ու մասնիքներ: Ըլլալու համար մեր նա-
մայնիքին կիմասկան ասրին արքողջական արտայացուրիւնը, Հայ Աղիմ-
քիսկանէն կը պարսի Հայ պարմանոնիքն մասնակցուրիւնը: Ասիկա բերի
մըն է անօւշ: Ժամանակը կը լացնէ զայն յառաջիկացին: Ու երորդ
Հայ Աղիմքիսկանի ներկաները բերես մեծ նախորդ տեսնեն իզական սե-
պին մասնակցուրիւնը հանդիսուրեան մը՝ որ իրմով աւելի արդիւնաւոր
ու լիսկասար պիտի դառնայ:

Մայիս 20 ը մարմանարզական մեր ասեղորութեանց մէջ սահման-
ուած է իր տեղը ունենալու, անիկա յարատելուրեան ոլրային երկորդ
կուռ օղակն է, անիկա այս մարմանարզական գործին յաջողութեանն ու
տեսականացներ մէկ լիսկասար երաշխիքն է: Չիկայ, ինչպէս նախա-
պէս ալ բաս Իինք, յաւակնուրիւն մը զայն նիսացնելու ներուական Ել-
լատափ մեծ մեցուրեանց, չիկայ մեր Աղիմքիսկանը եւրոպական նմանօ-
րինակ շարժումներու ներ բաղդատող: Այս գործը նախարան մըն է, հա-
մես եւ սակայն իր ներկայացուցած ներուակնութեներով վսիմ ու յուսո-
ւրիչ: Երբ Հայ Աղիմքիսկանի ընձեռած միջոցներով կը կարենան կազ-
մել «Քնիք. Հայ. Մարմանարզական Դաշնակցուրիւնը,» այն առեն կը
բացուին մեր սաքեւ նոր ուղիներ, մեր ծրագիրները կ'ընդլայնուին, մեր
միջոցները կը բազմապատկուին, ու իրարուծուած կ'ըլլան մեր նեռա-
պատկերներուն մէկ մեծ մասը:

Աւեմնի մայիս 20 ի Հայ Աղիմքիսկանին, Հայ երիտասարդուրին
եւ դուք Հայ հայրեւ եւ մայրեւ եւ դուք ծեւեւ ու նանինեւ, եկե՛ նոն տես-
նելու սաւացին ընձեռումները, առաջին ծաղկաւետմը ձեր զարմին:

Ու իցին թէ դափնիներու սահմանացող մեցոյներուն ներ ձեր մէջ
ապ մուս գործէր լիսկասար այն զաղախարը թէ Հայուն նամար խիս
կական է մարմինի հարցը:

Աւեմնի Հայ Աղիմքիսկանին . . . :

BOY SCOUTS

VI

ԻՐ ԿԵԱՆՔԻՆ ՆՊԱՏԱԿԸ

Տղարս, այսօր կ'ուզեմ ձեզ խօսիլ ձեռնարկի մը վրայ որ գիտեմ թէ շատ մօտիկ է ձեր սրախն։ Ձեր մէջին շատեր չեն անգիտաբ թերեւս այդ ձեռնարկը, բայց զուցէ լորտոնած, զգացած չ'ըլլամն անոր ոգին, որ իր մէջ կը խոսացնէ ինչ որ կարելի է երեւակայել ամէնէն տեղի տուած և բեղուն՝ անհատական և ընկերային բարուականի տեսակէտով։

Այդ ձեռնարկին է Boy scoutsը՝ Կ'արժէ, կամ մանաւանդ ձեր պարտականութիւնն է տոգորուիլ անոր ոգւովը և ձեր բարուց մէջ մտցնել այդ ոգին։

1911 Յուլիս 4ին, Ռեխասոր բարքին մէջ, Անգլիայ Ճօրճ Ե. թագաւորը աչքէ կ'անցնէլ 30,000 Boy scoutsներ, որոնք եկած էին Մեծն Բրիտանիոյ ամէն կողմէրէն և նոյն իսկ կայսրութեան ամէնէն հեռաւոր տեղերէն։ Հազիւ գլուխը թագ գրած, կ'ուզէր ցոյց տալ իր համակրութիւնը այդ մանկական և խալատխալ գունդերուն, այն պահուն ուր իր ազգին երիտասարդ ոյժերուն, վիճակը կուզէր գիտնալ, առանձնաշտորհներ տեղ մը կուտար այդ տարօրինակ կազմակերպութեան, որ գեռ երէկ ծնած՝ արդէն զեղուն էր կեանքը։

Այս ձեռնարկին ծնունդ տաւովը եղաւ զօրավար Baden-Powellի գիրը, Scouting for Boys, որ հրատարակուեցաւ 1908ի սկիզբը։ Զօրավար Baden-Powell Transvaalի պատերազմին մէջ, զարմացած էր տեսներով որ հայրենիքը ա՛նքան

անպատճասա էր գործելու, նկարագրի տէր մարդիկ ա՛նքան հազուագիւտ էին, ցեղին աւանդական կրովը ա՛նքան նըւազած էր, և կ'առաջարկէր պարզ ու ազգեցիկ գեղ մը, այն է՝ երիտասարդներուն ներշնչել սէր այն մարզանկներուն համար որոնք այնքան տարօրինակ կերպով կը զարգացնեն նկարագիրը՝ կոյս անսասափ մէջ ապրող մարտոց, երկրախոյզներու, որորդներու, ձամբայ հարթող զօրականներուն։ Զօրավարին գաղափարը խանդավառ ընդունելութիւնը մը գտաւ երկրին ամէն կողմերը, ամէն տեղ տղաքներ և երիտասարդներ escoitներ կազմեցին, ամէն կողմ գտնուեցան այս գաղափարին օգտակարութիւնը գնահատելու կարող մարդիկներ՝ վարելու համար նոր գաւոնդերը։ Օրինակը տարածուեցաւ նաև Անգլիայ գաղթականութիւններուն և օսոր երկիրներու մէջ։ Մէկ տարուան մէջ 400,000 esout կար։ 1911ի յուլիս ամառն՝ կէս միլիոնէ տեղի էին անոնք։ Բրիտանական ամէն գաղութի մէջ, Միացեալ հանձնագնները, Շելթ, Արժանդին, Գերմանիա, Ռուսիա, Խաւլիա, Հուանասա, Յունաստան, Ճարսն, Չին, քաղաքակիրթ երկիրներու մէծ մասին մէջ։

* * *

Ի՞նչ բանի մէջ կը կայանայ այս ձեռնարկին կարեւորութիւնը։ Բացատրեմ ձեզ մէկ քանի բառով։

Բոլոր քաղաքակիրթ երկիրներու մէջ

բարեկեցութեան զարգացումը կը վասնդէ բէ բարոյական հաւասարակշռութիւնը և քաղաքացիութիւնը արժէքը : «Քերաքաղաքակարթութութիւն»ը կամքը և ձեռներէցութեան ազին տկարացուցած է : Մասաւարականներու և գիւրազգածներու , արտեսաւագէտներու և գիւտաններու , իլի զանդիններու և քննագատներու ուերաւողները կ'արտագրէ ան , բայց գործելու , ճգնելու , փանովը գիսմագրուելու համար երթարակ կը պակսի , կորովը , նկարագիրը կը փանաց . հանրակառքերը , ինքնաշարժ կառքերը կը մեղքացնեն , փութպօլի մրցումները , սինէմանները և ուրիշ այս կարգի բաներ պանդույններու ժողովուրդ մը կ'ընեն զմեկ : Աւելի կը սիրենք ուրիշներուն գործերը գիտել քան թէ գործել , աւելի կը սիրենք գայելել քան սուեզել . անդամաբուժութեան կուրազեա թմրութիւնը կը ճարակի ազգերուն մէջ :

Արդ , այն բարեմասնութիւնները ուրնք զմեկ կը թողուն հետաղնեանէ՝ կը գտնուին տակաւին տեղ մը . այն ճամբորգները և գաղթականները որոնք Ափրիկէի խորը և ամերիկեան անտարին մէջ ամէն օր կը մոքասին մարդոց և իրերու թշնամութեան դէմ՝ մեծ չափով ունին այդ բարեմասնութիւնները : Վայրենի կեանքը այն գպրոցն է որ մեզ պիտի սորվեցնէ մեր մեղկացած կորավները նորէն զօրացնելու միջոցը : Այդ կեանքին մէջ ստիպուած ես , ուզես չուզես , մարդ ըլլալու և ո՛չ սէխար , քայլ առ քայլ նուածելու թշնամի բնութիւնը , և եթէ ուզես յաջողել՝ կը յաջողիս բանի , աիրարար : Զեռներէց , յանդուքն , արի , հաւրքներու առաս պաշարով զինուած , այդ մարգիկ վայրիկեան մը չեն գաղրիք նուածելէ այն միջավայրը որ իրենց կը ու

պասնայ միշտ . չարքաշ են և ժուժկալ . տէ՛ր իրենց կամքին , տէ՛ր իրենց ամէն մէկ զնուերին , կարգապահութեան և անձնագիրութեան ողի ունին , անին աւծովներուն վեհանձնութիւնը , անին զուարթութիւնը ամոնց որ բանէ մը չեն վախնար : Առաւութեան և նկարագրի կատարեալ տիպարներ են :

Ինչ ինչ վայրմնի ժողավարգներ մեզմէ աւելի աղէկ գիտեն այս գործոն բարեմասնութեանց արժէքը և կը չանան զանոնք զարգացնել իրենց զուակներուն մէջ : Զալուները հետեւեալ եղանակը կը գործածեն : Երբ պատանի մը մարդու կարգ անցնել կը փափաքի , քաղաքակիլիթ մարդոց պէս ընեկը , սրնք կը սկսին գլըլնիկ ծխել . ան պէտք է ցոյց տայ թէ ի՞նչ կարագ է ընել : Զայն կը հանուեցը նեն , ամրող մարմինը սպիտակ կը ներկին , վահան մը և նիզակ մը կուտան ձեռքը , գիւղէն զուրս կը տանին , յետոյ կ'ըսն իրեն որ ինքն իր գլխուն ձարը նայի՝ մինչեւ որ մարմայն վրայի ներկը անհնետանայ : Մէկ երկու ամիսի կը կարօտի այս գործը : Մինչեւ այն տանին , պէտք է զգուշանայ երեւալէ , որովհեանե եթէ տեսնուի՝ կ'սպաննեն զինքը : Ինքզինքը պիտի պաշտպանէ վայրի գաղաններուն դէմ , իր մնանդը պիտի ճարէ , նիզակովը կամ ծուզակներու միջոցաւ , հագուստ պիտի ճարէ , ապաստարան պիտի գտնէ , կրակ պիտի շնէ : Երբ ներկը երթայ , կրնայ տաւն վերագտանալ , եթէ տակաւին ողջ մնացած է : Այն տանին ցնծութեան մեծ նշաններով կ'ընդունուի և պատերազմիկներուն շարքին մէջ կը դասուի . ինքը ապացոյցը տուաւ թէ կրնայ ինքզինքը հոգալ :

Արդ , scoutingը քաղաքակիրթ երկիրներու համար նմանողութիւնն է վայրենի

երկիրներաւ մէջ frontiersmenներաւ կեսանքին, ապրելակերպերուն։ Յօյ scoutները պիտի գիտանն անսասանին մէջ բնակիլ քիչ մ'ատեն, ապաստանարանն և հիւղ շենել, իրենց կրակը պարասանել, իրենց կերակուրը եփել, աստղերուն առաջնորդութեամբ ճամբարգել, զննել, իրենք իրենցմէ գտնել, իրենց մասները գործածել, մէկ բառով անհատականաթեան էական ասրբերը զարգացնել իրենց մէջ անգալաբար և հրապուրիչ ճամբաներով։ Բացօթեայ կեսանք, առողջապահութեան աշխատաթիւներ անոնց պիտի հայթալութեն ֆիզիքական օգտակար ձեւը. ուժով, դիւրաթեք, չարբաշ պիտի ըլլան. իրենց մարմանն մէջ պիտի ունենան ապահով գործի մը, որ միշտ պատրաստ է իրենց ծառայելու ի հարկին։ Զննելու, հետեւութիւններ հանելու, կապակցելու, առօրեայ կեսանքին գործնական հարցերը իրենք իրենցմէ լուծելու վարդութիւնը չառ օգտակար պիտի ըլլայ իրենց՝ իմացական մշակութեան տեսակէտով։ և ապագային, երբ աւելի բարդ և ասրբեր տեսակ ուրիշ հարցերու գէմը գտնանին, յամկարծակիի չպիտի գտն։ Ֆիզիքական առողջ գործունէութիւն մը, ուր ձիգը համելի է բայց երբէք ծայրայիզ, ուր ամէն յագնութիւն կը վայելի չօշափելի արգիւնք, բարի և զուարթ մարգաց թելադրութիւնները և շարունակ օրինակը, ոյս ամէնը անոնց մէջ պիտի նպաստաւորէ և վաս պահէ գործունէութիւնն համար կուրիւոր եղագ առաքինութիւնները, այսինքն՝ կտրուկ ըլլալ, արի ըլլալ, անձնավասն ըլլալ, բաւատեն ըլլալ, աշխատ ըլլալ, մաքանելու հանդիսանութիւնը։ Ոչ երկրախցիկի, ոչ ուրարդի

տշակերտութիւնը կ'ընէ Յօյ scoutը, կամ գոնէ առ չէ scoutingի բան նպաստակը։ Բուն նպաստակն է քաղաքացիի առօրեայ կեանքին և սովորական պարտականութեանց մարզուիլ։

Իրր քաղաքացի, ուշ կամ կանուխ պէտք պիտի ունենայ հաշուելու առաջափարին հետ թէ ընկերութեան մէջ իր գրաւած տեղը կը կապէ, կ'սոսորագատէ կամ կերպով մը կը մերկացնէ զինքը իր անձնականութենէն։ արդ, Յօյ scoutը կը սորվի կարգապահ ըլլալ խաղի մէջ, իրեն վիճակած պաշտօնը ընդունիլ առանց միաքէն անցնելու թէ աւելի աղէկ չ'ը ըլլար որ ուրիշ գեր մը կատարէր և իր պաշտօնին մէջ կարելի եղածին չափ չափ օգտակար ըլլալ չանալ։ Դարձեալ, իրր քաղաքացի, պէտք պիտի ունենայ անշուշտ անձնակառութեան գործեր կատարելու, ծառայութիւն մատուցանելու, իր մտնաւոր շահը զոհելու ընդհանուրին չափին, թերեւս իր կեանքը վանդի ենթարկելու։ Յօյ scoutը կը սորվի այս բաները, «կը պատրաստուի» ոչ միայն ինքնինքն, այլ նաև ուրիշին համար, և ֆիզիքական մարզանքը անգամ բարոյական նպաստակ մը ունի։ Ու այս ձեռնարկին էական կողմն է։ Յօյ scoutները, նոր թափառական ապահովներ, համ հանկերն ինտուելու համար թէ ո՛ւր կայ մատուցանելիք ծառայութիւն մը, կատարելիք բարի գործ մը, ձեռնառութիւն մը, ազատութիւն մը։ Արահեաներու մէջ քաղին թէ անտառներու մէջ գիշերեն կամ իրենց աղմկալից խաղերուն անձնառուր եղած ըլլան, երբէք չեն մոռնար անձնակառութեան իրենց «օրինքը» և իրենց «խոսութեանը»։ Յօժմարափոյթ, ծառայող, բարի՝ նոյն իսկ անսասուններուն հանդէս, ամէն առթիւ «ամէն մարդու պղանիկ բարեկամները» ցայց կուտանիքինքնին։

«Պատրա՛ստ ըլլալ, այս է Յօյ scoutի նշանաբանը և բոլոր իր ձիգերուն նպաստակը։ Ոչ երկրախցիկի, ոչ ուրարդի

Քաղաք Յ. Թ. Հինգիելին
(Տարունակելի)

ԲՊ 0 Ֆ է Ս է 0 Բ 8 Փ Փ . Ա Լ Պ է Բ Փ Հ Ա Յ Ա

ՍԵՐԱՅԻՆ ԿԵԱՆՔԸ

ԲՆԱԳԻՏԱԿԱՆ ԶԱՐԳԱՑՍԱՆ ՏԵՍԱԿԵՏՈՎ

(Անձնափոստած Ցիւրիխի համաշարակի ուսունակերպություն)

Սիրելի բարեկամներս .

Ցիւրիխի համալսարանին շատ մը ուսանողներ գլուխցին ինձ խնդրերով որ առենախօսեմ իրենց «մարդուն սեռային կեանքը բնապատմական զարգացման տեսակէտով» նիւթին վրայ : Ինձի համար շատ գիւրին է խօսիլ ձեզի այս հարցին մասին, որովհետեւ իմ սիրելի աշակերտներս ինձի հայր կ'անուաննեն, և ես ալ կրնամ անոնց հետ խօսիլ, ինչպէս հայր մը իր որդուոց հետ : Տեսնենք թէ ինչ դեր կը խաղայ սեռային կէանքը գործարանուոր բնութեան զարգացման մէջ :

Այն էակները, որոնք կ'ապրին միայնակ և կը բազմանան առանց ուրիշներու օգնութեան, չունին ոչ մէկ հասարակական ձգտում և չեն հասկնար ո՞րն է բարին և վատը :

Երկու սեռի տրդառաւորութեան բաժանման յատկութիւնը հզած է բնութեան միծ յաջողութիւնը : Սեռերու բաժանումը մինչեւ հնու բերած է անհամաները, որ իրարու վրայ հոգան : Իրենց ցեղին վրայ հոգալը, որ երեւան եկած է տեղի բարձր էտիկներու մէջ, զանոնք իրար կապած է, և այս պատճառավ սեռերու տարրերութիւնը և սերունդին ոկիզրը : Հսովէ է որ կը բգիսի ամուսնական սէրը, եղբայրական և ծնողական սէրը : Առանց սեռերու տար-

բնութեան սէրը երրեք գոյութիւն չէր ունենար և աշխարհիս մէջ ամէն բան անապրեր կ'ըլլար ըջակաց բնութեան :

Ժամանակի յեղաշրջումները բնական-օրէն յառաջ բերած են այս օրէնքը և այսպէսով ծնուծ է բարյականութիւնը և ձգտումը գէպի բարյականութիւն, խօսքն ամենալայն ըմբռնումով :

Հիմնական բարյական օրէնքը կ'ըսէ . «Դուն պարտաւոր ես միշտ և ամէն տեղ աշխատալի մերձաւորի օգտին, ինչպէս նաև հասարակութեան բարութեան ու գոնէ վնաս մը չի հացնել անոնց : » Սեռերու տարրերութիւնը ունեցած է շատ մը կարեւոր հետեւանքներ, անիկա ոչ միայն սուեղծած է մեզ և մեր ընտանիքը, այլ արթնցուցած է մեր մէջ զեղեցկութեան զգացումը, ազգած է զեղարուեստի արտագրաւթեան, կենցանցուցած է բնութիւնը որ մեզի կը շրջապատէ, ծաղկիներու գեղեցկութեամբ և թռչուններու զեղգեղանքավ : Ամենալայ յատկութիւնը երբ կը գործածուի անկանան, կրնաց մարգը ձգել սոսկալի քասուի մը մէջ, բայց հստատ և իմաստուն ուղղութիւնը կ'առաջնորդէ մարդը գէպի բարձրագոյնը, աղիւ զարգացումը և գէպի ամենամեծ երջանկութիւնը :

Կանոնաւոր կերպով անցած սեռային կիսանքը նուիրական է և յարգանքի արժանիք :

Մենք բնագէտներու՝ չենք առաներ հակառակ թիւն մը բնութեան և բարյալ կամութեան միջն։ Բնական գրգռումները իրենք իրենց անբարյական չեն, գեշ չեն, բայց կանոնաւոր զարգացումէն չեղիլը կը տանի գէշ հետեւանդիրու։

Այս սկզբանքը պիտի ըլլայ մեղի համար ընթանալու միակ ելքը։ Մարգիկ ժառանգած են բարյալականութեան ձրգումը և հետեւարար ենթարկուած են բարյական օրէնքին որ կ'ըսէ «պէտք է որ մենք միշտ շարժինք մեր խղճն համեմատ, արմանքն ոչ մէկ բանով չի վնասնք մեր մերձաւորներուն և հասարակութեան և աւելին, պէտք է անանց օգտակար ըլլանք»։

Մարգուո՞ ինչպէս նուե անսատնի ծննդարերական գործարաններուն առափանական զարգացումով առաջ կաւզայ սեռապյն ձգումը։ Մարգուս այս վիճակը դրուած է, աւելի աննպաստ սպայմաններու մէջ քան երիտասարդ անսատնինքը։ Վերջինը շատ քիչ կ'զգոյ սեռապյն ձգումը մինչեւ իր ծննդարերական գործարաններուն կատարեալ զարգացումը։ Բայց մարգոց մէջ յաձախ կը պատուի որ շափանանները փոքրիկներուն վարժեցնեն ոչ միայն սեռապյն զործողութեան՝ այլ և մարդու թիւնները, և այն տակն երբար անիկա դեռ չէ զարգացած ֆիզիքապէս։ Երեւակայութեան գրգռումով կը զրգուին նուե գործարանները։ Եթէ այդ հասակէն գէշ զործածուին ծննդարերական գործարանները, երբ գեռ ամրագծ ֆիզիքական էակը կատարելապէս չէ հսունեցուծ, կը վնասուի չիզային գործիւնը մինչեւ անրուժելի ըլլուրու տառինան։

Պէտք չէ որ ազարները ձգենք խորհրդակցելու իրարու հետ սեռապյն կեան-

քի գաղանիքներուն մասին։ Ծննդքները իրենք պարաւասոր են լուսորաններ իրենց ազարները, բայց այն ծննդքները որոնք չեն կրնար լուսորաններ, այսնիւթիւն վրայ կան հիմասվալի զիբքեր որմնացնվ կարելի է միււնոյն նախատակին համնիւ։

Ենթագրենք թէ առաջին գծուարութիւնները անցած են։ Երիտասարդը հասած է կատարեալ արրանքի և սեռապյն ձգումը ստխաղպարար կը յոյսարարէ իր իրաւունքները։ Ի՞նչ ընել։—Առաջին միաբը պիտի ըլլայ հետեւեալ նկատողութիւնը, բնութիւնը կ'ուզէ զոհացում և միթէ անդնական չէ։ և հետեւարար վասառողջ՝ խեղթել իր մէջ արդ ձգումը։

Ծառերը կը հաստատեն թէ սեռապյն զսպումը գէշ հետեւանք առաջ կը բերէ, և թէ ով որ կը զագէ ինքզինքը կը մեղանջէ ընտթիւն և իր զէմ, սական ամենահին և ամենանար գիտական վերաբնութիւնն հետազոտութիւնները մեզի կ'ապացուցանեն և կը հաստատեն առանց սխալ ըլլալը։

Սեռային զսպումը կրնանք անսուններ ոչ բնախօսական, բայց երբէք վասառութէ և վիստակար։ Ամէն նօրման մարգ կրնայ ինքզինքը զագել, մանսաւանդ անմնք որ աւելի սասպջ և ուժավ են։ Զարումը չի վնասեր, այլ կ'ուժեղացնէ ասազջութիւնը։

Բայց ինչո՞ւ շատ մը պարագաներու մէջ բժիշկները իրենք կը զրկին երիտասարդները հանրապյն սանները։ Հաջու կաւոր բժիշկ Գինցեն կը յորէ և՛ շատ սասպջակարգ բժիշկներ համակառ անոր հետ թէ։ Այն բժիշկը որ ասոր են նման խորհուրդներ կուտայ, սեռիկա ամենասար ոճարագործութիւն կը կատարէ։

Կանանց կողմէ անսանական հաւա-

տարսութիւնը ուժնակոխ ընելլ կը ներկայանայ ամբողջ քաղաքակրթուած եւ բոպից մէջ ամուսնալրածութեան առնենամենձ պատճառը, իսկ աղոմարգու կողմէ կատարուած նոյն ոճրագործութիւնը նուազագոյն պատճառ կրնայ ըլլալ ամուսնալրածութեան: Նոյն իսկ համ ուր որ տղամարդու անհաւատալրածութիւնը պատճառ կ'ըլլայ ամուսնալրածութեան, անիկա շուտ մը կը ներուի հասարակութիւնը:

Երբոր երիտասարդ տղան անսաւակ կեանք կ'անցնէ, սիրուհիներ ունի, անիկա երբէք չմեղագրուիր, բայց կինը մոլորուած սուտ խօստումներէ կը մնայ խայտառակուած և նախառուած, և եթէ իր յուսահասութեան և վիշտի մէջ սպաննէ իր գժրազդ սիրոյ պատուղը, այն տաեն պիտի գասապարատուի իրեւ որդեսպան: Բայց ի՞նչ միջոցներով կը մասածէք որ պահէ ան իր զաւակը. անսաւակութեամբ . . . Հայրը երբէք չպիտի հօգայ իր զաւկին համար, օրէնքը չպիտի հետապնդէ զայն, և կամ թէ պիտի զնէ թեթև պարտականութիւններ: Ֆրանսական օրէնքները նոյն իսկ կ'արգելին որ հայրը վնասուի: Շատ մը երիտասարդներ պիտի սովորյին այն մասածումով թէ կրնան ամուսնանալ օրինրդի մը հետ, որը միայն սովորմ մը պատկանած է ուրիշի, և միեւնոյն տաեն շատ բնական կը զանեն եթէ օրինրդը չի փնտաէ նայն պայմաննը իր աղաքայ անուսինինք: Երիտասարդը կ'աղբի կատարեալ սեռացին անձարցակութեամբ, սակայն լաւ ընտանիքէ օրինրդը երբէք չի գիտեր աղգովէս բաներ: Պատկը որ գէպի ծննդարերութիւն կը տանի, պէտք է զոյսութիւն ունենայ միայն սեռացին տեսակէտով ասողջ մարդուն համար, բայց անբարոյտկանութեան

մէջ ընկղմած մարդիկը ամուսնական կեանքին կը նային իրուեւ հիւանդանոց, որմնը երբէք չնն սոսկար, այն ձակասագրէն որուն կ'սպասեն կինը և իր որդիքը:

Սակայն կը բաւէ այս կէտին վրայ այսչափը, թէպէտ և գեռ ըսելլիք շատ կայ: Անհոգ և առանց դաստութեան կը մանեն շատերը այս ձամբուն մէջ:

Մենք պարտաւոր ենք այս տեսակետով կրթել մեր հասունցած զաւակները, ըսելլով անոնց մօտաւորապէս հետեւեալը:

«Եթէ մէկը անպատուած ըլլար քու մայրդ այսպէտով՝ քեզի ալ վիրաւորած պիտի ըլլար: Երբէք մի վիրաւորեր և մոլորեցներ օրինրդ մը, և յիշէ որ անիկա օր մը մայր պիտի ըլլայ, և թէ քու մայրդ ալ աղջիկ մը եղած է: Միթէ մէկը պիտի յանդգնին վիրաւորել քու քոյրդ, չէ մի որ գուն պիտի պաշտպապանես զայն: Աղջիկ մը որ օր մը քու կինդ պիտի ըլլայ, պիտի ուզէի՞ր որ կեանքի մէջ պատահած տղամարդիկը տնոր հետ արհամարհներով վարուեին, և համարձակէին անոր անվայելուչ խօսքեր ուզել և հարկագրէին որ ամօթիսածութիւնէ կարմրէր, և իրենք զուարձանային անոր վիրաւորուած ամօթիսածութիւնէն: Միթէ քեզի հաճելի պիտի ըլլար՝, եթէ գիտնայիր թէ անոնք կը փորձէին զինքը գգուել և նոյն իսկ մոլորեցնել, երբ օր մը ծունկերուղ վրայ առած և զգուած քնիոյց աղջիկ զաւակդ պիտի յանդգնէին անպատուել անոր մեծնորդին յետոյ, ինչ պիտի զգոյցիր . . .»

(Տարունակելի)



ԱՐԱՔՍ Ա. ՖՈՒԹԲՈԼԻ ԱԿՈՒՄԸ

ԴՊՐՈՑԱԿԱՆ ԽԱՂԵՐ

Բ.

Մանկական տարիքը ուր գեռ ամէն բան կազմուելու վրայ է, ո՞րքան մեծ կարիք կայ՝ բարոր գործարաններուն մէջ կասարեալ հաւասարակշռութեան մը դոյցութեան։ Եթէ այս տարիքին մէջ միոյն մոռային կարաղութիւնները գարգացնելու ետև է ըլլանք, մէկ կողմէ ձգելով ֆիզիքականը, այն ատեն մանուկին փափուկ միոքը ստիպուած պիտի ըլլայ չարաչար աշխատելու, առանց բաւարար հանգիւտի, և մենք, մեր առջև պիտի ունենանք բազմաթիւ հիւանդութիւններ, ինչպէս տենդ, զնոգերահասութիւն (convulsion), ուղեղասապ, ջլացաւ(névralgie), անարիւնութիւն, և ուրիշ բազմաթիւ ջղային ու գործարանային անկանոնութիւններ ու ակարութիւններ։

Եսյնպէս, գարոցականներու մէջ հաւասարակ բան մըն է ողնայարանի ծռուսութիւնը, ուսուցիչներու խրատները ո՞չ մէկ օգուտ կ'ունենան անսնց շտկուելուն համար։

Խաղը ամէնէն զօրաւոր գէնքն է այս բարոր հիւանդութիւններուն դէմ կուռելու համար, ու մանուկին առողջապահութեանը մէջ ամէնէն մեծ տեղը կը բռնէ։

Եթէ մենք ալ չենք ուզեր որ մեր մանուկները ֆիզիքապէս ֆձանան, պէտք է շատ մեծ կարեւորութիւն տանք խաղին և գալրցական ժամերու մէկ կարեւոր մասը անոր նուիրենք։

Գ. խաղին հոգեբանութիւնը

Խաղին հետ կ'ընկերանան երկու հոգեբանական վիճակներ, մին զգացական,

կամ հաճոյքը, խակ միւսոք մեսային, խամ պատրանիքը։

Խաղը, կեսանքի անհրաժեշտ մէկ մասը գործած է իր հայթայթած հաճոյքով։ Խաղը միշտ նկատուած է զբօսանք մը, մասյին աշխատաւթիւններէ վերջ հանգստանալու միջոց մը։

Հսի որ, խաղը՝ աւելցած ուժի մը գործադրութիւնն է, և այժմ, բարոր հոգեբաններէ հաստատուած է որ՝ ամէն աւելցած ուժի կամ դասազութիւններու գործադրութիւնը աղքարի աղքիւր է։

Նուև, խաղը՝ բնադրին գործադրութիւնն է, բայց բնադրն ալ տեսակ մը հաւաքուած կամ աւելցած կարաղութիւններու ամբազչութիւն ըլլացով, անոր գործադրութիւնն ալ անպայման հաճոյքի աղքիւր է։

Խաղը հաճոյքի աղքիւր մըն է, վասն զի հմտ տրան կ'ունենայ պատճառ ըլլարուն հաճոյքը։ «Խազ մը վերլուծենք, կ'ըսէ Տքի։ Սիրուաքի. տղան թուզթ մը կը ճամթքէ, յետոյ յանկարծ կը կիսայ մտիկ ընելու համար թէ՝ արգեօք տղմուկ յառաջ կուզայ, երբ ինք գաղքած է զայն յառաջ բերենք, անշուշտ տղուն ուշագրութիւնը չկառչիր իր հանած աղմուկին, այլ այն պատճառին որ զայն կ'արտադրէ, այն իրականաթիւնն որ արդ աղմուկը իր շարժումներէն կախում ունի։ Երբ տղան կ'սկսի այս պատճառի տուընջութիւնը հասկնուլ, մեծ գահանակութիւն մը ցոյց կուտայ, յառաջացող իր բռն ուժի զգացումէն, իրը պատճառ երեւոյթներու, իրը կ'ենդանի շարժիչ սկզբունք՝ անկախ իր շրջապատէն»։

Պատճառը ըլլալու հաճոյքին հետ սերտ կերպ կապուած է յարբախան կղերու, յոջողելու հաճոյքը, «Ուրիէ կուգայ, կը հարցնէ Սիւլի, շրջանակին յաւխտենական ժողովոդականութիւնը, անոր ա՛յնքան կենդանի հաճոյքը, եթէ ոչ այն զգացումէն որ, տղան կրնայ դասավարել բան մը, որ իր կամայական շարժումներով, կը թուի հնագանդիւ տղուն կամքին»:

Յազթական ելլելու հաճոյքը ամէնէն առելի տիրափան է խաղին մէջ. տղաքը իրենց բոլոր ջանքը կը թափին, իրենց բոլոր ուժը կը վասնեն որպէս զի չյաղթուին, և հոտ է արդէն խաղին ամենամեծ հաճոյքը: Այսպէսով տղաքը կը սպարին պայքարիւ ամէն գժուարութեանց դէմ և շուտ մը չյուսահատիլ:

Խաղին հայթայթած հաճոյքին ամէնէն բարձր աստիճանն է ազատութեան զգացումը: Խաղին մէջ տղան ինքզինքը բոլորովին ազատ կ'զգայ զինքը ձնչող շրջապատէն. ազատ՝ գործելու այնպէս՝ ինչպէս որ կ'ուզէ. այսպէսով ինքզինքը իր գործողութիւններուն բացարձակ պատճառը կը նկատէ: Օրինակ. երբ տղան ջուրի մը վրայ նաւակներ կը շարժէ, հոն ինքզինքը բոլորպին ազատ կ'զգայ իր շրջապատէն, կը գործէ ինչպէս որ կ'ուզէ:

Բայց շատ անգամ այս ազատութիւնը պատճամի մըն է, և պատրանքը գրեթէ միշտ տիրող է խաղին մէջ, որ նոյնպէս հաճոյքի աղբիւր մըն է:

Աղջկան համար, քուրջի կառուէ մը շնուռած պուպրիկը իրական պէտէք մըն է. զայն կը հագուեցնէ, անոր հետ կը խօսի, անոր ուտելիք կուտայ, և երբ պուպրիկին զարնելու ըլլանք կը տիրի ու նոյն խոկ կուրջ:

Խաղին ամէնէն մէծ հաճոյքիններէն մին ուրեմն պատրանըն է, և երբ ան դադրի

հաճոյքն ալ կ'անհետանայ: Խաղերու մէջ խխատ օրէնքները, շնորու կանաներն ու սահմանափակումները պատրանքը կ'անհետացնեն: Նոյնպէս, խաղացողներուն մէջ, խանդավառութեան պակասը նոյն արդիւնքը կուտայ:

Ուրեմն, անհրաժեշտ պայման է որ խաղին մէջ կենայ պատրանքը, ասանց անոր խաղը անհրապար ու նոյն խոկ անտանելի կը գտանայ:

Դ. խաղին նոգերանական օգուտները

Ըստ արգէն որ, խաղը հաճոյքի ամէնէն մեծ աղբիւրն է: Կեանքի մէջ մարդ ո՛քան յոցնած ու լնկառած ըլլայ, այնքան առելի խաղի պէտքը կ'զգայ. անոր մէջ մարդ ամէնէն մեծ հոգեկան բաւարարութիւնը կ'ունենայ: Առանց խաղի կանքը անտանելի պիտի ըլլար:

Բայց, խաղին ամէնէն մեծ կարեւուրութիւնը կը կոյանայ իր հոգերանական օգուտներան մէջ: Խաղը կրթութեան ամէնէն հիանալի միջոցն է և ան՝ վարպետ ուսուցչի մը ձեռքը հրաշճներ կրնայ գործել: Բարոր հոգեկան կարողութիւնները զարգացնելէ զատ, ուսուցչն առիթ կուտայ տղոց թոյլ կողմերը գիտելու և ըստ այնու աշխատանքու: Ֆրէօպէլի մանկապարտէզը ամբողջովին խաղերու վրայ հիմնուած է, հոն աղան միայն խաղերով կը կրթուի, իրաւցնէ խոէալ կրթութիւն մը՝ առանց ձանձրոյթի ու յոգնութեան:

Խաղը՝ զայարանիները կը կրէ, զեղափրական ճաշակ կուտայ: «Խաղալով է որ, կ'ըսէ Տքթ. էլլի Բէքօ, տղան իր մտային ուժերուն առաջին փորձը կ'ընէ. աչքը և ձեռքը կը հրահանգուին, ձեռերը և գոյները թուել ու նմանցնել կը սովորի: Ամէն աեսակ մասնաւոր փոքրիկ գործիքներու — ըլլան անոնք փայտի կտորներ, յար-

զի շւղեր, գաւաղանիկներ, գծաղրութեան համար ծալուած թուղթեր, գունաւոր գնտակներ — զործածութեամբ է որ տղան իր զգայարանքները կը կրթէ, միւսնոյն տաեն իր նախաձեռնութիւնը և հնորելու կարգութիւնը զարգացնելով, և կուննոյ ներգաղնուկութեան, կարգ ու կանոնի բնազգբար:

Երգով ընկերացած խաղերը՝ չափուած ու կանոնաւոր շարժումներով, շատ օգտակար են, վասն զի միաններն ու թոքերը զարգացնելէ զաս, ականջն ալ կը զարգացնեն:

Խաղին մէջ տղան իր աւագական ու լազգական զգայարանքները լորսաւծ գրարութեան մէջ պահելու ախառուած ըրաւով, անոնց զարգանալուն պատճառ կ'ըւայ: Իր հակառակորդին ոչ մէկ շարժում, ոչ մէկ ձայնը իր աշագրութենին կը վրիպի:

Խաղը կը զարգացնէ խնացականուրիմիր: Տղան չաղթուելու համար ամէն խելացութեան, սրամութեան ու հնարամառաթեան կը գիմէ: Նաև, երբ տղու մը ձեռք խաղալիք մը իրնայ, անմիջապէս իր հետոքքրբութիւնը կը գրգռուի, կ'աղէ զինքը զարգացնող երեւոյթներուն պատճառու հասկան: ու բանի կը զարգանայ նաև անոր զատկորիմիր: Շատ մեծ սխալ մը կընեն չնողքները, երբ տղուն ձեռք խա-

ղալիք մը տաղով կը պատասխիմն որ զայն չի կատրէ, ընդհակառակը, պէտք է զայն կատրէ և իր հետաքրքրութիւնը զահացնէ, հասկնայ թէ ինչէ շմաւած է: Այս պէտք է որ տղան խորհիլ, երեւոյթներու պատճառը հասկնալ կը սորմի:

Խաղը՝ զի ողուրի՞ց իր սրէ: Խաղին ծաղման պատճառաներէն մին նմանողաթիւնն է ըսի, բայց նմանցնելու համար պէտք է նախ զիսուել: «Փրէօպէլի խաղերուն մէկ մասը, կ'ըսէ Քէյրա, այս նրապատճիլու պատճառաւած են, և կը ներկայացնեն կեանքի ու օրուան եղելութիւններ: Այսպէս, զի զայգիմն շարժումներու կը ցանէ, կը հնձէ, ցորենը կը ծեծէ, կամ շաղեկացն է որ կը յասաջանայ իր բազմաթիւ վակրներով, և կամ թոշուններ են որ բայնէն կը թոշմն ու զարձեալ կը վերադանան, կամ չափացրին անխին է որ չուրը զայն կը գործնէ: Աւագցահին նմանողաթեան վրայ կը ծանրանայ, շարժումներ կը կտարէ, զիսուզութիւններ և բազմատաթիւններ կ'ընէ. ան միայն հոգ չի տանիիր մորմնական զարգացման, այլ մասյին զարգացման ալ կը նպաստէ: Այսպէտակ ուսումնը և խողը միեւնոյն բանը կ'ըլլան:

ՅԱԿՈՅ ԳՐԻՍԵՑ

(Տարուեակիզի)



Ի ՆՉ Է ՊՈՅԵՄԻԱԿԱՆ “SOKOL,” ՄԻՌԻԹԻՒՆԸ

(Մարմնամարզական 6 րդ համաժողովը Բրակայի մեջ)

Այս տարի, Յունիս 28-30 (Ն-8), Բըրակայի մէջ տեղի պիտի ունենայ «Sokol» (Բոզէ) մարմնամարզական ընկերութեան վեցերրորդ համաժողովը, ու այս առթիւ գարձեալ աեզի պիտի ունենան մարզական հանդէսներ, որոնց իրենց ընդդրձակաւթեամբը և վեհութեամբը՝ շատոնց ի վեր Պոհեմիական համազգային բնոյն են տառցած :

Մարմնի վերածնութեան նույիրուած այս տօնը, որ ամէն հիմք տարին անգամ մը կը կրկնուի, այս անգամ մասնաւորապէս շատ փառայեղ ըլլալ կը խոստանայ, որովհետեւ «Sokol»-ը այս անգամ կը տօնէ նաև իր գոյութեան յիշնամեակը ու այս առթիւ հրատիրած է երկրին և օտար երկիրներու լաւագոյն մարմնամարզիկները հաւաքուելու իր գրօշին տակ :

Կազմակերպիչ մասնախումբը այս առթիւ պատրաստած է Բրակայի և շրջականներու ուղեցոյցը էարեւանդրոյի (միջազգային լիգու), ինչպէս նաև հրատարակած է կոչ մը նոյն լեզուավ, ամբողջ հետարքիր մարզկութեան աշադրութիւնը հրաւիրելու համար :

Ստորեւ կուտանք այդ յայտարարութեան թարգմանութիւնը :

* *

«Ինչպէս որ Գերմանացիք ունին իրենց Turen-vereinները իրենց մարմնները զարգացնելու համար, իտումէնները՝ նոյն նպատակին ծառայող Գիմնազիանները,

նոյնպէս ալ Սլավներն ունին իրենց այդ նպատակով կազմուած «Sokol»ները։ Այս ընկերութիւնները իրենց ծագումն ստուցած են 1862ին և յիսուն տարուան ընթացքին հետզհետէ զարգանարավ, այժմ պատկանելի կազմակերպութիւն մը կը ներկայացնեն։

Միմիայն Պոհեմիական երկիրներու (Պոհեմիական թագաւորութիւն, Մոռաւիտական մարզիզութիւն և Սիլէզիական դքսութիւն) և Վիէննայի մէջ ունին աւելի քան հազար ընկերութիւններ, 100,000է աւելի անգամներավ, որոնցմէ 45,000ը կիմներ են։ Այս անգամներէն կանսնաւորապէս մարզանք կը կատարեն 45,000 այր, 5,000 կին, 45,000 է աւելի երկու երիտասարդներ, 16,000 գպրոցական արդարքներ և 12,000 ալ գպրոցական աղջիկներ։

Մտաւորական զարգացման համար ընկերութիւնը ունի գրագարաններ, 200,000է աւելի հաստրներավ, Մէկ ասրուան մէջ կազմակերպած է 3000է աւելի գտասիսութիւններ և 600է աւելի գլատական երկար պատյաններ (excursion). Իսկ իրը պարզ զրուական պատյա, կազմակերպած է 3000է աւելի շրջագայութիւններ։

Այսպիսի գործունէութիւն մը, անշուշտ միմիայն կարելի է չնորհիւ այն անշահամնպիր աշխատանքին, զոր յանձն առած են մարզանքի բազմաթիւ գիտակից ուսուցիչներ, վայելելով փոխադար-

ձարար բոլոր անդամներուն սէրն ու յարգահանքը, որոնք զիրար և լրացր կը կոչեմ, և իրաւ ալ զիրար եղօր պէս կը սիրեն և իրարու կ'օգնեն ու միթէ ընկերութեան նախառակը որ է «վրբել և զարգացնել Պոմելիսական ժողովուրդին զիզիական և բարյական ուժը», բաւական չէ հըրապութեան և արինքներու ամէն մէկ զգայուն հայրենասէրի սիրտը և զգացումները:

Ծնկերութեան յիմնասեայ գործունէութիւնը կարաղացած է տասնեւկ հազարներով կարաղի անհատներ պատրաստել, որոնք «Sokol»ի ինքնակամ կարգապահութեան, գիտակցական ինքնախառնութեան դպրոցէն անցած են:

Այս ապառան հանդէսները տեղի պիտի ունինան Բրակոյի Լեռն հօջուած բնագործակ դաշտավայրին վրայ. «Sokol» համարակութեան պիտի ներկայացնէ իր ամենաընտիր մարզիկները (12,000 ոյր և 4,000 կին) յատկապէս շնուած վիթխարի ամփիթէատրի մը մէջ որ կարող է 400,000է տեղի հանդիսականներ հիւրընկալել:

Մարզանքներու կարգին, Ուլի թեւենները (նուազով կատարուող բարդ և սքանչելի վարժութիւններու շորք մը), ինչպէս միշտ, այս անդամու ալ զվասւոր վարժութիւնները պիտի կազմեն, մասնաւոր կանանց համար: Նուազի ընկերակցութեամբ անմեր հետզհետէ դիւրին շարժումներէ գէզի տեղի բարդ և զեղարուեսական համարավի մարզանքներու պիտի անցնին, այս փորձութեան

կարգապահութեան հրաշալի օրինակներ են, ու հրամանատարին մէկ փոքր նշանը բաւական է մարզիկներու ամերով շարքերը շարժելու և նոյն վայելուչ ու փառայեղ վիճակին հնմթարկերու. շարժումներ՝ որոնց առաջ բերած զօրակիւնը ողեւութիւնն և յուզում յառաջ կը բերէ ներկանելուն մէջ, ու վերջին (հիմպերուրդ) համաժաղավին, մենք տեսանք թէ ինչպէս շատերը հիսցաւմէ և յուզումէ մզուած, չէմ կարող իրենց արցանքները զոպել...:

Հիմնկուց խոկ հազարաւոր Սրու «Sokol» եաններ (Խրվասններ, Սլավոններ, Սերպեր, Պուլկարներ և Ռուսեր), ինչպէս նաեւ ֆրանսական, պելժիական և վերաբէնապուրկեան համանման խմբակցութիւններ ներկայացնուցիչներու միջոցաւ իրենց մասնակցութիւնը խոստացած են:

Աչ միտյն ուրախսւթեամբ և արգարացի հպարտութեամբ «Sokol» կը թեւակուսէ իր յորելեանական տարին, այդ և ալ աւելի մեծ յօյսով և հաստատուն կամքով նա կը նայի գէզի ասագան: Հետեւելով իր հիմնադիրներուն ուղեցոյցն, ան չէ ծառայեր և ոպագային ալ չպիտի ծառայէ որ և է քաղաքական կուսակցութեան. «Sokol»ի համար լաւագոյն քաղաքականութիւնն է «աշխատամելը». Անապելով և յախուած անշահամենիցիր աշխատամելը ժողովուրդին մը զիզիական և բարյական կատարուածման նույնուած: Ահա այս է եղած «Sokol»ի նշանաբանը և առար իրականացնան է նու իրաւուծ իր բոլոր ջանքերը»:

Կ. ՎԱՐԴԵՎ

ՆՈՐ ՍԵՐՈՒՆԴԻՆ ԹԵՇՆԱՄԻ ՎԱՐԺԱՐԱՆ ՄԸ

Խւոկիւտարի կարապետեան վարժարանի Աւաննողութեան մէկ մասին կողմէ «Մարմնամարզ»ի խմբագրութեան աղպաւած է գրութիւն մը որուն մէջ այդ աշակերտները շատ գաւառորէն կը գոնզատին իրենց վարժարանին մէջ տիրող անշարժութեան և մեռելութեան համար :

Յարմար գատեցինք այդ գանգատաները հանրութեան ներկայացնել, հանրութեան ձգելով իր ուղած եղբակացութիւնը անփէ հանելու գործը :

Պատուարման խմբագրութիւն
«Մարմնամարզ»ի .

Կարապետեան հանրածանօթ վարժարանին Տնօրէնը, որ ասկէ վեց-եօթը տմիս տատչ իր գոյնը ի յայտ բերած էր մարմնամարզական խնդրոյ մը շուրջ և որուն համար ժամանակին Զեր օգտագոատ անսաթերթին մէջ գունաթափ եղած, կրկին ձիգեր կ'ընէ աւաննողութեան ֆիզիքական շարժումի ի նպաստ ըրած արդէն ակար ձիգերն առ ջատելու :

Վերջերս պատուած միջադէպ մը կը բռուէ բաւականաշափ կերպավ ընթերցողներուն ծանօթացնելու մեր մանկավարժ անօրէնը :

Աշակերտութիւնը երբ ինքնարերար պարագէզ ենելով մարզանք կ'ընէ, — որպէսիւտեւ մարզանքի ուսուցիչ չունինք—վագերու, ցատկերու ու քարնետելու ձևերուն տակ, վարժարանիտ գեր-Տնօ-

րէնը արգելը կը հանդիսանայ ու բոլոր ձայնովը կ'ոկտի պուտալ «պուրաք թիմանանեկ Տեյլ» . . .

Վերջերս մարզանքի ամէնէն սովորական գարձած ձեւը՝ ֆութազոն ալ արգիլուց հեցու այն պատրաստակաւ թէ պարագէզը փոքր է, խոսզլ վատանգաւոր է և դրացիները անհանգիստ կ'ըլլան : Այս կերպակի, այսինքն 21 Ապրիլին, Պէրպէրեան վարժարանի հետ մրցում մը կ'ուզէնք ընել, գացինք Տնօրէնէն հրաման առնելու, որպէսզի զիմացի գաշտը երթաբազ վարժաթիւն ընենք : Տնօրէն էֆենտին չուզեց հրաման տալ և ըստ որ Պէրպէրեան վարժարանի աղայոց նասմակ գրեցէք և ըսէք որ տիրա և քե մենի վուրպօշի, մարզանի մէջ իր յարուինի, բայց երկ կ'ընա մեզի ներ թթւրինելու և զիտուրինելու մէջ մցումի երիք» . . .

Կ'աղաջնիք, աղապիսի գպրոցէն ինչ օգուտ կը յուսան իրենց զաւակները հոն ու զարկող ծնողքները, որոնք՝ աղահամբար կարապետեանին թէմէննայցէն և դրացի վրացի խոշոր զբերէն խարուելով զաւակնին հոն կ'ուզարկին :

Վարժարանին բարոյական մթնոլորտը արդէն մնայլ է, ու դեռ կուզն որ ուսանողութիւնը ֆիզիքապէս ալ ընկճուած մնայ :

Ամէն օր, գասերու ժամանակ կը կրկնին թէ առողջ միտքը առողջ մարմնոյն մէջ միայն կարելի է . արդ կը հարցնէնք, ինչպէս կարող ենք մեր միտքը առողջ պահել, երբ մեր մարմինները տկար են,

ու այդ՝ որովհետեւ մարմնամարզ չեն ընել
տար մեզի:

Կանխայալու շնորհակալութիւններու
յայտնելով:

ի գիմաց 25 աշակերտներու
Զերդ յարգանօք
Ճ. Ա. ԽԱՅԹՅԱՆ.

* *

Մեր ժամանակին մեր ըսելիքը ըսած
ըլլալով, չենք ուզեր կրկին հանրային
կարծիքը? իր անուշ թմրութենէն ար-
թնցնել . . . :

Միայն մէկ նկատելի պարագայ մը
կայ որ կարժէ այդ 25 ուսանազներուն
նկատաւածն յանձնել. իրենք որ ամէն օր
այդ անվանատ մանկավարժութեան հն-
թակալէ են, ի՞նչպէս կը շարունակին տա-
կաւին յաճախել այդ վայրը ու իրենց
առկից հեռանալը արգեօք բաղրքի լաւա-
գոյն արտայարաւութիւնը չպի՞տի ըլլար,
որուն վրայ ապահովարոր իրենց ուզած
հանրային կարծիքը ինքնին պիտի կազ-
մուէր:

ՄԱՐՄՆԱՄԱՐԶ

ԱՐԱՔՍ Ա. ԱԿՈՒՄԲԸ

—o—

Սոյն թիւին տարբեր մէկ էջին վրայ
երեցած Արաքս Ա. Փութպօլի խումբին
անգամներուն անունները, իրենց գրաւած
տեղերուն կարգաւ, ձախէն ոչ.

Այսի կեցած

Հայկ Մրտիկեան (Ռեզիրի)

Գալրեզին Դարբինեան (Ահենապէս) և աջ

ալէք

Լևոն Նասեան (Կոլ-Շինըր)

Օննիկ Ֆրանկեան (Չափ պիշ)

Ցովհաննէս Պէտրէսկեան (Գևորգիսէս):

Շունիկի կեցած

Մուրաս Մուրասեան (Աջ համպիկ)

Միհրան Մրտիկեան (Կերտոնի «)

Պիտրս Մավաեան (Չախ « :

Նստած

Համազ. Փանսուեան (Ֆեղլըրը)

Հայկ Ճօլոլեան »

Աստիկ Աստաւորեան »

Բարսեղ Ցովհաննէսեան »

Պօղոս Նասիպեան »

Համ պիշիր

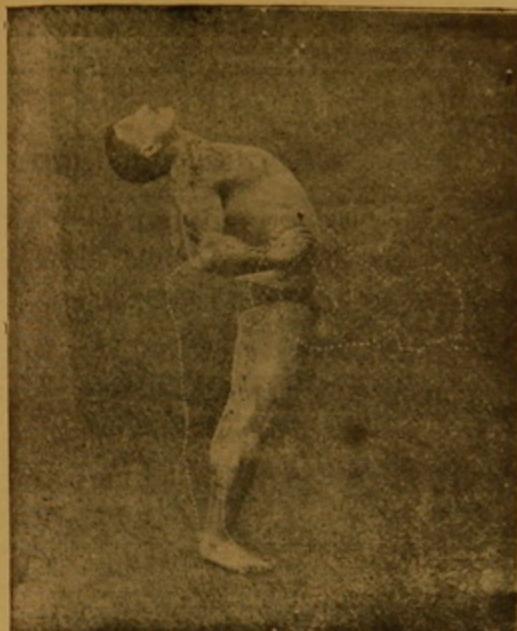
Մուրաս Մուրասեան (աջ)

Միհրան Մրտիկեան (կերտոն)

Բարսեղ Ցովհաննէսեան (ձախ)

Լևոն Նասեան (Կոլ Շինըր):

ՇՈՒԷՏԱԿԱՆ ԱՌՏՆԻՆ ՄԱՐԶԱՆՔ



Փորձ 17

ԱԴԻԲՆԵՐԸ ԵՒ ՆԵՐՔԻՆ ԳՈՐԾԱՐԱՆՆԵՐԸ

ԶՈՐԱՑՆԵԼՈՒ ՀԱՄԱՐ

Ազ ոսքը դեպի աջ, ձևովերը վզին եւելը, կոնֆին (մեղ) վրայ դառնալ, դեպի աջ, առաջ ձափ եւ եւել : (2հճ 6 անգամ):

Կարեւոր է նաև նոհնան անգամ աղ հակառակ ուղղութեամբ դառնալ:

—ο—

ԵՐԻԿԱՄԵՆԵՐԸ ԶՈՐԱՑՆԵԼՈՒ ՀԱՄԱՐ

Չուփերը մեզը, մեզին վրայ դեպի առաջ եւ եւել ծոխ, առանց զրուխը կախերու եւ ոփերը ծաղեցու: (10 հճ 15 անգամ):

—ο—



Փորձ 18



Փորձ 19

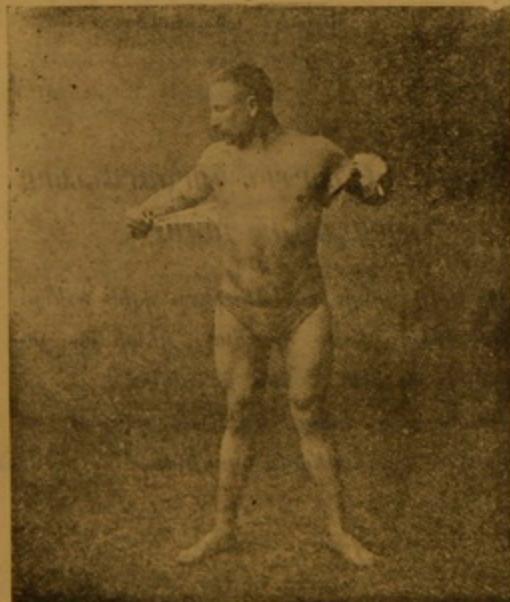
**ՄՈՐԹԻՆ ՍԼՈՂ ԶԱՊԱՀՈՒԹԵԱՆ ԵՒ
ԱՐԵԱՆ ՇՐՋԱՆԵԼ ԶՈՐԱՑՆԵԼՈՒ ՀԱՄԱՐ**

Լուսցուելին անմիջապիս վերջ պհսք և շորցուիլ. սկսելով նախ զլյակն, վիզքն, կրունակին, կուրծին և աւայի: Զորցուելի վերջ պհսք և ամբողջ մարմինը ձեռփերով շփել ու հաղուիլ:

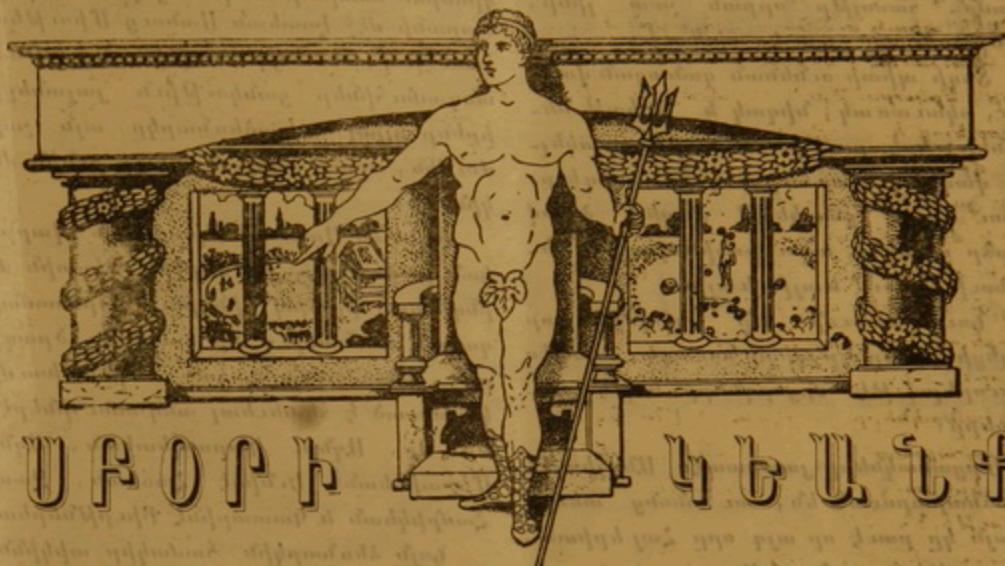
ՎԵՐԴ

**ԶԳԱՅԻՆ ԴՐՈՒԹԻՒՆԸ
ԿԱՆՈՆԱԿԱՐԵԼՈՒ ՀԱՄԱՐ**

Մարզակի ամիջապիս վերջ, անմիտամեջ և խոշոր աղունգով մը եւ կամ ուղղակի շրջանով (douche) մը մարմինը ամբողջութեամբ լուադ: Նախ՝ գրվանապու եւ յևոյ դուրս եղած աղտևղութիւններին մարմինը մայրելու համար: Սկսելու առեն կարելի և զաղչ շուրջով վարժուիլ:



Փորձ 20



ՍԲՈՐԻ ԿԵՍՆԻ

ՀԱՅԿԱԿԱՆ ԵՐԿՐՈՐԴ ՈՂԻՄԲԻԱԿԱՆԸ

Մայիս 20 ին, կէս օրէ ետք, ժամը ճշգ 2 1/2 ին (լ. և .) Գասարգիւղի խնիօն ակամքին խաղաղայրին վրայ տեղի պիտի ունենաց Հայկական երկրորդ Ողիմբիականը :

Գործեր կան որմէք պէտք է որ ապրին, ու համրութիւնը իր հնագհետէ առեցող հնատաքրքրութեամբը և համակրութեամբը զերազանցապէս ապացոյցը տուու թէ Հայ ցեղին Փիզիքական վերածնութեան համար ի գործ գրաւած Հանքերը յատկացուած էին ցեղին զոյտեթեան համար անհրաժեշտ արդ շարժուածը յատաջ թերելու ու գործ մը հիմնելու :

Ի՞նչ է ոսկայն այդ գործը, որուն մասին այնքան գուրգուրանքով կը խօսսինք :

Կ'ուղենք հիմնել կեդրոնական մարզարան մը, ուր Հայ երիտասարդութիւնը իր պարապայ ժամերան մէկ փոքր մասը միայն անցնելով, մարզէ իր մարմինը, մարզէ իր զգացումները, մարզէ իր կամքը, մէկ խօսքով կ'ուղենք որ Հայ երիտասարդն ալ իր բարը կարողաթիւններով արտայացուի ու կատակալ մարդ մը ըլլայ:

Այս տարաւան Մայիս 20ը հայ երիտասարդութեան համար տօնի օր մը պէտք է ըլլայ ու հնու պէտք է զիմէ տեսնելու և վայելելու համար Հայ զնզերին ձարպիկութեան, համարձակութեան և տակունութեան չափը. ան հնու պէտք է զիմէ ոչ այն ապօրական անտարբերու-

թեամբ ու միայնակ՝ այլ սպեորուած և ընկերներու և ծանօթներու ընկերակցութեամբ։ հասոյթը որքան շատ լինի, զործը այնքան շուտ կը հիմնուի։

Տեղի պիտի ունենան զանազան վազքեր, սկաւասակ, նիզակ և երկաթ նետեներ, երկարութիւն և բարձր ցատկելներ վազելով և առանց վազելու, արգելքներու վրայէ ցատկելով վազել, ձօղով բարձր ցատկել, ակումբային վազք, հետառուի մրցում ևայլն ևայլն։

Նստագախումբ մը ընդմիջարար գեղեցիկ կտորներ պիտի նուագէ, արտէս ոգեւորելով թէ մրցորդները և թէ ներկաները։

Մրցնակները յատկապէս Անդլիայէն յանձնաբարուած են, ու անձնց տեսքը միայն կը բաւէ որ այդ օրը Հայ երխուասարդութիւնը հն դիմէ։

Տամակներուն գիներն են 5, 10 և 20 գանձկան, զորս կարելի է ստանալ ամէն թաղի ակումբներէ կամ հանդէսին օրը խաղափայրին կիշէէն։

Ուրեմն հանդէսին օրը կրկն տեսութիւն։

ԿԻՆԵՐՈՒ

ԱՌԱՋԻՆ ՄԱՐՄՆԱՄԱՐՁԱԿԱՆ ԱԿԴԻՄԲԸ

Խմբագրութիւնն անհուն հրաժանակ ունի յայտներու թէ կիներու համար մարմակրթական ակումբներու կազմութեան մասին իր թելադրութիւնները ըսկած են պասկուիլ արգէն, և կասեան Սանուց Միութիւնը՝ որ չորս տարիէ ի վեր աննկուն գործունէութեան մը ջղնէ կազմած երերայի մէջ՝ առաջին օրինակ կը կուտայ այդ առթիւ։

Մարմեակարգի խմբագրութեան անդամ Պ. Շառարը Քրիստոն անցեալ կիրակի կիներու մասին բանախօսեց կասեան վարժարանի մէջ կատարեան Սանուց Միութեան հրաւերավ, և այդ առթիւ Միութեան անդամունիներ ցանկութիւն յայտնեցին իրենք ըլլալ նախաձեռնարկը այն շարժումին, որուն այնքան պէտք ունին մեր կիները։

Կատարեան Սանուց Միութեան վարչական խորհուրդը իր վերջին նիտոին մէջ ընդունած ըլլալով կիներու մարմակրդական մասնաճիւղ մը կազմելու ծրագիրը, Մարմակրդական մասնախումբը կազմուած է հետեւեալ անդամունիներէն։ Օր. Օր. Ազնիւ Կարապետեան, Ազնիւ Մերտինեան, Եւնիկէ Հաճեան, Զապէլ Համբիկեան և Կատարինէ Քիւրթներեան։

Նոյն ձեռնարկին համակիր տիկիններըն ու օրինակները կը հրաւերուին արձանագրուիլ Օր. Զապէլ Համբիկեանի մօտ (ուսուցուհի կասեան վարժարան), որպէս զի պէտք եղած թիւը լրանալէ ետք ձեռնարկուի փորձերու։

ԱՄԱՐՄՆԱՄԱՐՁ,, ՆՈՒՐՈՂՆԵՐ

Տիկին Ազանիւ Մ. Յակոբեան տարեկան մէկ օրինակ «Մարմակրդ» կը նըռուիրէ Գում-Գարուի Գարուցանէր Տիկինանց միութեան Օժանդակ Օրինրդաց գրագրաբանին։

* * * Տիկր Միհրան Ազագարեան տարեկան մէկ օրինակ «Մարմակրդ» կը նուիրէ Ալպիսթանի Ընթերցասիրաց միութեան։

* * * Կեսարիայէն Տօքդ. Լեւոն էֆ' Փանուարեան ասթեկան մէկ օրինակ «Մարմակրդ» կը նուիրէ Կեսարիոյ Կիւմիւշեան վարժարանին։



ԿԱՐԴԱՑԵՔ ՊԻՏԻ ՌԻՃՌՎԱՆԱՔ

ինչո՞ւ կը յամախիք կարծելու թէ ամէն մարդ անպատճառ հիւանդ ըլլալու սահմանուած է, բայց տակէ առելի ինչո՞ւ կը պնդէք թէ մարդ իր սուողջութիւնը վրայ տակէ վերջ անպատճառ բժիշկներու կողմէ յանձնաբարուած զեզերով միայն կառողջանայ:

ԱՍԻԿԱ ՍԻԱԼ Ե

Որովհեաւ մենք պատրաստ ենք ապացուցաներու թէ զանազան հիւանդութիւններ կարող են մարզանի, ցարուցուրեան, բացոյնայ կեանի և մանաւանդ մարզանի զանազան ձևերով բուժուի:

Ձեր առողջուրեան, եղանակուրեան և ապագային համար փախեցէք այդ կարծիքը:

Առողջ մարդիկ հետեւերով մեր հրահանգներուն, մինչեւ վեց ամիս իրենց ուժը կրկնապատկուած պիտի տեսնեն:

Մարմանան սկսուրիններ ունեցողներ մեծապէս պիտի օգտանի:

Իսկ անմարտղութենի, փորհարութենի, պնդութենի, պարախմութենի, շիղերու և պարութենի, բույրու և պարութենի, անենութենի են. առաւապողներ պարզապէս իրենց բուժութենը հրազը պիտի նկատեն, այնքան պարզ և զիւրին պիտի ըլլայ ատիկա:

Նիմարեն կը զերցունենի, զերեր կը նիմարցունենի:

Ահաւասիկ առանք մէկ մասն են այն առօրեայ տիարութիւններուն որոնցմէ վըստ ենք թէ շատեր կը տառապին:

Ինչ հիւանդութենի աղ տառապիի, առանց յապապերու գրեցէք մեզի, մենք մեր մասնաւոր բժիշկները ունինք, որոնց խորհուրդով, եթէ ու է մէկը անբուժելի նկատուի, կրնայ վասահ ըլլալ թէ իր հաւասարը չպիտի շահագործալի, որովհեաւ այն հիւանդները զորու բուժել յանձն կ'առնենք անպատճառ.

ՊԻՏԻ ԲՈՒԺՈՒԻՆ

Իսկ միւսները պիտի մերժենք ստանձնել:

ԲԱՆ ԱԾ ԶՊԻՏԻ ՎՃԱՐԵՔ

Կթէ պարագային համեմատ, Մարմանազի 5-10 նոր բաժանորդ գտնէք, այդ պիտի բայց ձեր ամբողջ վճարածը:

Մի դանդաղիք, այսօր իսկ զրեցիք, որովհեաւ թիրես վազը շատ ուշ ըլլայ:

Բոլոր մանրասնանութիւնները ձրի:

MENS SANA, IN CORPORE SANO ԱՄԷՆՈՒՄ ՄԱՐՄՆԱՄԱՐԶԸ

L. Ճ. ՔԻՒՄԼԻՔՆ

ԹԱՐԳՄԱՆԵՑ ԵԶՆԻԿ ՔԱԶՈՒՆԻ

Կը խօսի աղայոց, կանանց և այրերու մարզանքներուն մասին, բացատրական պատկերներով։ Գլուն է 6 զրուշ, փոստայի ծախսով 7 զրուշ։

Կեդրանատեղին է «Մարմնամարզ»ի խմբագրատունը։

ՈՍՏԱՆ ՊԱՐԲԵՐԱԳԻՐ

(Բ. ՏՈ.ՐԵՇԹՁԱՆ)

ՈՍՏԱՆ թրքահայ մեծագոյն գրական, գիտական, գեղարուեատական պարբերականն է որ իր Յ. տարեշրջանը կը թեւակիսէ։

ՈՍՏԱՆ իր խրաքանչիւր թիւով կուտայ տահմային կեանքէ քաղուած վեպ մը, գրուած մեր լաւագոյն վիպագիրներէն։

ՈՍՏԱՆ իր ամէն մէկ թեւով կուտայ եւրապական գրական գլուխ զործոցի մը թարգմանաւթիւնը, գործին հեղինակին մասին ուսումնասիրութիւնով մը։

ՈՍՏԱՆ նուիրուած է նաև ընկերական լուրջ հարցերու պարզաբանութեան և հայկական կեանքին հետ սերտ առնչութիւն ունեցող խնդիրներու։

ՈՍՏԱՆ տուած է և կուտայ մեր լաւագոյն բանաստեղծներու քերթուածները։

ՈՍՏԱՆ ունի իր գեղարուեատական բաժինը։

ՈՍՏԱՆ տեղեկատուաթեանց բաժին մը ունի ուր հայ և միջազգային գրական և ընկերական կեանքը կը վերլուծուի։

ՈՍՏԱՆ կը բազկանայ 240 ՄԵՇԱԴԻՐ էջերէ։

Բացուած է տարեկան բաժանարդագրութիւն։ Պոլիս 40 զրւ. Գաւառ 45 զրւ. Արտասահման 12 ֆր։

Հասցէ՝ Պահցէ Գարու, Եէնի Վոլթօ Խան, թիւ 49։