

ՄԱՐՄԱՐ

ՊԱՏԿԵՐԱՁԱՐԴ ԱՄՍԱԹԵՐԹ

ԵՐ

ՕՐԿԱՆ ԱԶԳԱՅԻՆ ՖԻԶԻՔԱԿԱՆ ԿՐԹՈՒԹԵԱՆ

Գ. ՏԱՐԻ—ԹԻՒ 6

ԳԻՆ 50 ՓԱՐԱ

1913 ՅՈՒՆԻ



Պոլսոյ Հայ Մետուքներու Խւրոպական եզիքի խումբը

ԲԱԺԿԵՆՈՐԴԱՌՐՈՒԹԵԱՆ ՊԱՅՄԱՆՆԵՐ

Տարեկան կանգով՝ Թուրքիա 15 դռուշ, Արտասահման 5 ֆրանք

Հասցե՝

[մարմար] یک օջախ համար 19 ճր-սած բացից գոյ

ՄԱՐՄԱՐԱՄԱՐ

Եկեղ Վոլո խան, թի 19, Պահի Դարու, Կ. Պոյն

Rédaction de la revue MARMNAMARZ

Yeni Volto Han, N. 19, Baghtché Kapou

CONSTANTINOPLE

ՀՐԱՊԱՐԱԿ ԵԼԱԾ Ե ՍԵՐՆԴԱԳՈՐԾՈՒԹԻՒՆ

ԵՒ

ՍԵՐԱՅԻՆ ԱՌՈՂՋԱԲԱՆՈՒԹԻՒՆ

Անոն գործը, զոր Մարմամարգ հանդէսը ձեռնարկած էր հրատարակել։ Այս գործը թարգմանուած է ամերիկացի Նշանաւոր բժիշկ և ընկերաբան Մ. Վինֆիլտ Հօփ գրքին տասներեքերրորդ տպագրութենէն, և նպատակ ունի Հայ ընթերցողներ և մասնաւորապէս երիտասարդին սեռային կեանքի մասին բացատրել այնքան բան միայն՝ որքանին պէտք ունի առողջ և մաքուր կեանք մը ապրելու համար։ Մենք զանց կ'ընենք այս գրքին յառաջ բերելիք օգուտներուն մասին խօսիլ, միայն հոս կուտանք գրքին պարունակութեան մէկ ցանկ նիւթոցը, որմէ կարելի է իր մասին վիտիվ զաղափար մը կազմել։

ՍԵՐՆԴԱԳՈՐԾՈՒԹԻՒՆ. — Բնդիմանուր զործունեկութիւնի ապրող զործարանական Տեսակեցէն. — Բնդիմանուր զործունեկութիւնի ապրող զործարանական տրնաց. — Անձնանուր զործունեկութիւնի. — Ցեղապաշտական զործունեկութիւն։

Մէկ ՔԱՆԻ ԸՆԴՀԱՆՈՒՐ ԿԵՆՍԱԲԱՆՈՒԿԱՆ ՍԿԶԲՈՒՆՔՆԵՐ. — Զոհողութիւն եւ փառատրութիւն անձնանուր զործունեկութեաց մեջ. — Զոհողութիւն եւ փառատրութիւն ցեղազայտական զործունեկութեաց մեջ. —

ԱՐԲՈՒՆԵԲԸ ԱՐԲՈՒՆԵԲՈՒ Մէջ. — Բնդիմանուր փոխոխութիւններ մարմանյե եւ հոգույն մեջ. — Ծննդական դրութիւնը. — Խաղ ու աշխատան. — Բնկերութիւնը. — Կրօնը. —

ԱՆԴԱՄԱՉՆԵՍԻԹԻՒՆ եւ ԲՆԱԽՕՍՈՒԹԻՒՆ ԱՐՈՒԵՆ ԾՆԴԱԿԱՆ ԳՈՐԾԱՆԱՅ. — Առնականութիւն. —

ԶՈՒՑԱԾՈՍ ԱՐՈՒԵՆ ՍԵՐՈՅԻՆ ԱՌՈՂՋԱԲԱՆՈՒԹԻՒՆԸ. — Ապօքէն յարաք-րութիւն կիներու մաս. — զինութիւն. — Ժումկարութիւն. —

ԱՄՈՒՋԱՊԱՀՈՒԹԻՒՆ. — Անուն. — Լոգան. — Մարզան. — Քունին առող-ջարանական պահանջուններ. — Խորհուրդներու ասնանում. —

ՆԵՐՍՐԳԱՆԴԱՅԻՆ ԱՅՑԻՄ եւ ԶԱՐԴԱՅԻՄ. — Մայրութիւն. — Հայրու-թիւն. —

Յաւելուած առնակենակական խնդիրներու շուրջ :

Այս յայժ օգտակար գլոբին զինն է

7 Ղրուց

Կեդրոնատեղի Մարմամարգի խմբագրատունը եւ կամ՝ դիմել
բոլոր գրավաճառներուն:

ՄԱՐՍԵԱՄԱՐՁ

ՊԱՏԿԵՐԱԶԱՐԴ ԱՄՍԱԹԵՐԹ

Ե

ՕՐԿԱՆ ԱԶԳԱՅԻՆ ՖԻԶԻՔԱԿԱՆ ԿՐԹՈՒԹԵԱՆ

Գ. ՏԱՐԻ—ԹԻՒ 6

ԳԻՆ 50 ՓԱՐԱՅ

1913 ՅՈՒՆԻՍ

Ս. ՊԱՏՐԻԱՐՔԸ ԵՒ ՀԱՅԿԱԿԱՆ Գ. ՈՂԻՄՊԻԱԿԱՆԸ

Որքան ցաւալի բան է որ մեծ զործեր փոփոք հաշիւներու կը զոհ ուիմ շատ յաձախ: Տ. Ժիրայր Շիրակացի Բիւզնիլիոնի մեջ խօսելով կարգ մը բարձրաստիճան եկեղեցականներու հանրային համայնքներու նախագահելուն մասին, կ'անցնի Ս. Պատրիարքին Հայ Ողիմպիական խաղերը հովանաւորելու խնդրոյն, ու այդ բանը բոլորովին անհամապատասխան զննելով անոր հանգամանին, իր եղբակացութիւն կ'ըսէ. «Ոյ, Հայկական ճգնաժամի այս ժողովը շրջանին մեջ Հայոց Պատրիարքի խաղավայրի հետ զործ պէս յէ ունենայ. անոր զործը եպարբունին եւ Ներքին զործոց նախարարին հետ է, անմիջական դարման պահանջելու (մուրալու?) համար. Ողիմպիական խաղերը առանց Պատրիարքի աշ կրնան տեղի ունենալ» ու ուրիշ տեղ մը. «Կոմիտաս վրդ. բո՞յ հայուն վիշտը երգէ բեմին վրայէն. բայց երբէք ներելի յէ որ Արշարունիք Պատրիարք Հայուն վիշտը մոռնայ խաղավայրին մեջ. Ի՞նչպէս կրնայ ներուիլ խաղավայրի մը հովանաւորումը, զոր կ'ընծայէ Տ. Յովհաննէս Պատրիարք, երբ Հայոց վիճակը ոյ մեկ բարուղում կրածէ եւ երբ այդ հովանաւորութեան գերազանցապէս կը կարօփին Հայ որբերն ու այրիները, Հայ զրկեալները» . . . :

Վերոյիշեալ մէցրերումներէն բան մը յի կրցինք հասկնալ. յենի ուղեր ենթադրել թէ յիշեալ գրութիւնը յարամուրեամբ գրուած է, միայն թէ, երէ Պ. յօդուածագիրը համեր ֆիլ մը աւելի բարեխանութեամբ վերապ.

պերուիլ դեպի ուրիշները եւ հանրօգուս իրողութիւնները, ապահովաբար այժման իրար անցնելու պէտք պիտի ունենար. բանի որ Ս. Պատրիարքը, իրեն յատուկ պատճառներով անձամբ չէր հովանաւորած հանդես:

Մենք կը բարականանանք միայն հանրութեան պարզելով այն պատճառը՝ որ այս տարի մեզ ստիպեց Ս. Պատրիարքին հովանաւորութիւնը խնդրելու իր ազգին պէտք. այդ պատճառը Հայկական նարգիև աժմէութիւնն է:

Այսարին ընթացքը այնպէս է որ, երբ ազգեր ուրիշ ազգերու կը համարին, կը պրայտն նաև այդ ազգերուն անցեալ եւ ներկայ հայաստական վիճակները, անոնց մասուր, բարոյական եւ միզիքական ընդունակութիւնները. Հայութիւնը այդ վիճակին մեջ էր. միզիքական կենսունակ մարզականները արեւմտեան համոզումներու արդիւնք եւն ոյն իսկ ամենազեղեցիկ շարժումները, երբ շատ սահմանափակ շրջանակի մը մեջ կը կատարուին, յնն կրնար ուշադրութիւն գրաւել եւ ազգային նկատուիլ. ահա այս տեսակիցնով, ուզեցինք որ Ս. Պատրիարքին հովանաւորութիւնը վայելելով, մեր սկսած շարժումներ կարենայինք այս ազգային նկարագիր մը եւ եւրոպա իրաւամբ կարենար ըստ թէ. «Հայերը, այս բանին մեջ այ մեզի նման են . . .»: Կը ցաւինք միայն որ Ս. Պատրիարքի մեր այս նկատումը չի հասկաւ եւ անձամբ յեկաւ:

8. Ժիրայր Շիրակացի կը պահանջ որ Պատրիարքը Եպարքուին եւ ներփին զործոց նախարարին բովեն անպակաս ըլլայ ևւ աղաչէ Հայոց կենացին ապահովութեանը համար. մենք հակառակ կը խորհին եւ կ'ըսնենք. Հայոց Պատրիարքին տեղը տուաւելապէս պէտք է ըլլայ Հայ երիտասարդութեան բովիկը, այս երիտասարդութեան որ յուզեր լայու վարժուիլ, այլ որ կը վարժուի ճիգի, պայտարի, խնդալու եւ վայելիք. չի բաւեր Հայուն միայն մի լար ըստելը, այլ անհրաժեշտ է նաև անոր չի լալ եւ խնդալ սորվեցնել. ահա այս բանն է որ մենք ձեռնարկած ենք ըստել. մեր խոռաց բերելիք կեանքը՝ ճիգի, վերածնութեան եւ ազգային ապահովութեան եւ ուժի կեանքը պիտի ըլլայ. օրուան Պատրիարքը, Կարողիկոսը եւ բոլոր իրապէս հայրենաներ եւ բանիւաց անհատները պարտաւոր են այս բանը լաւ տեսնել, հասկնալ եւ մեզի օժանդակնել, ու Ազգ. Ժողովը որբան բանաւոր եւ ազգաշեն զործ մը ըրած պիտի ըլլայ, երէ անզամ մ'ալ իր ուշադրութիւնը դարձնէ դեպի երիտասարդութեան գացած ուղղութիւնը եւ ըստ. «Ապրիք, ձեր բայլը հայրենասիրական բայլ մ'է. ձեզի պէս ուժով երիտասարդութիւնն է որ այս ազգը կանգուն պիտի պահնէ»: Եւ Հայ մարզիկը այսիան միայն կը պահանջէ Ազգ. դեկանը մարմիններէն եւ Հայ մասուրականութենքն:

ԱՌՈՂՋ ԱՆՀԱՏ, ԱՌՈՂՋ ՑԵՂ

Հայ մարմնամարգվական հանդէսները, որ սկսան աղջւաս բարերախտ կանոնաւորութեամբ մը դառնալ տարեկան անխուսափելի անհրաժեշտութիւններ՝ այլ հանդէսներու կարգին, չենք կրնար չողջունել մեծ գոհունակութեամբ։

Հայ ժողովուրդը, մանաւանդ վերջին քառորդ դարէն ասդին, չնորհիւ իր կրած ազգային հալածանքներուն, ո՛չ միայն տուաւ բաղմանազար նահատակներ, ո՛չ միայն տումեց բարոյագէս ու անահասապէս, այլ չսրաչար վաստեցաւ նաև ֆիզիքապէս, առողջական տևակիւտով։

Մարմնական վատասիրմանն զրոյմը շատ խոչոր չափելով աչքի կը դարնէ գաւառի Հայութեան վրայ։ Դոք չ'ք տեսներ Հայաստանցի երիտասարդ մը՝ որ արդէն չունենայ արտայացատթիւնը վաղահաս տարէցութեան մը։ յոդնածութիւն ու բնկնում՝ որ կը տիրէ բովանդակ անձին վրայ, ոսքէն մինչեւ զլուխը, ֆիզիքական ձևավեղծութիւն մը՝ որ զգալի է կրացած ուսիրէն, ճակար խաւարէն և աչքերու մոայլ թախծութենչն։ և անհամարձակութիւն մը՝ որ եթէ մասամբ յասկանիչն է առհասարակ գաւառական բարքերու և փոքր քաղաքներու աղդեցութեան, նոյնքան սակայն վեպյաւթիւնն է կորովի և անձնավստահութեան պակստին։

Միջավայրի բոլոր պայմանները, ևս այս պահուն, շատ բնականորէն պիտի տային այն արդիւնքը՝ ինչ որ տուած են, — առաջ պիտի բերէն, մարմնա-

պէս, այն տիսեղծ ու վատուժ սերունդը՝ որ կայ։

Եւ մինչ անհրաժեշտ էր հակազդել այս վատանգին՝ որ ցեղային վտանգ մըն է միանդամայն, դժբաղիստաբար, դեռ մինչեւ այսօր ալ ազգային վարժարաններուն մէջ, Պալիս թէ գաւառները, մարմնամարգին և մարմնակրթանքի վերաբերող զանալան խաղերուն վրայ կը նային որպէս «պիրճանք», որպէս նոր սերունդի կրթութեան անմիջական մաս չկազմող աւելորդութիւն։ Ոչ միայն գարուցական շատ մը յայտագրերու մէջ տեղ անդամ արւած չէ այդ կենսական պէտքին, և կամ, արուածներուն մէջ ալ՝ թէրի ու անկարեւոր ձեւով մը լոկ գործադրուած, այլ դաստիարակներն ու ուսուցիչներն ալ հազիւ ուշաղրութիւն կը դարձնեն անոր։

Այսու մեր ուսուցիչներէն մեծագոյն մաս մը, թողունք այլ եւս զաւակի տէր ծնողները, ո՛չ լ'ջօրէն կ'ըմբռնեն մարմնակրթանքի խաղերուն արժէքը, ոչ ալ աեղեակ են թէ՝ եւրոպական, ամերիկեան և ճարոնական երկիրներուն մէջ ինչ բացառիկ կարեւորութիւն և ինչ մեծ մզում կը արուի այդ խաղերուն՝ մասնաւոր մարմիններու, ընկերութեանց, վարժարաններու, մինչեւ իսկ կառավարութեանց կողմէ։

Մարմնամարգն ու մարմնակրթանքի խաղերը, այսօր, այնքան առաջնակարգ նշանակութիւն ունիւ յառաջաղէմ աղգերու աչքին, որքան ո՛կ մտաւոր կրթութեան կամ ուսման առարկայ ժողովուրդ մը որ ֆիզիքապէս առողջ

չէ՝ ո՞չ կորովի, ո՞չ ձեռներէց, ոչ ալ մտաւ. ւորապէս ու բարյապէս ընդունակ կըրժնայ ըլլալ: Մարմնապէս տկար մարդը՝ երկշու է ու կրատրական, հակամէտ միշտ ստրկութեան ու ստորագամաններուն մէջ: Եւ այն ցեղը՝ որ բազկացած է կրատրական ու սարուկ անհամաներէ, հարկադրուած է վատասերիկ, միշտ տեղի տալ, մտշի և կրանցնել իր ազգային անհատականութիւնը:

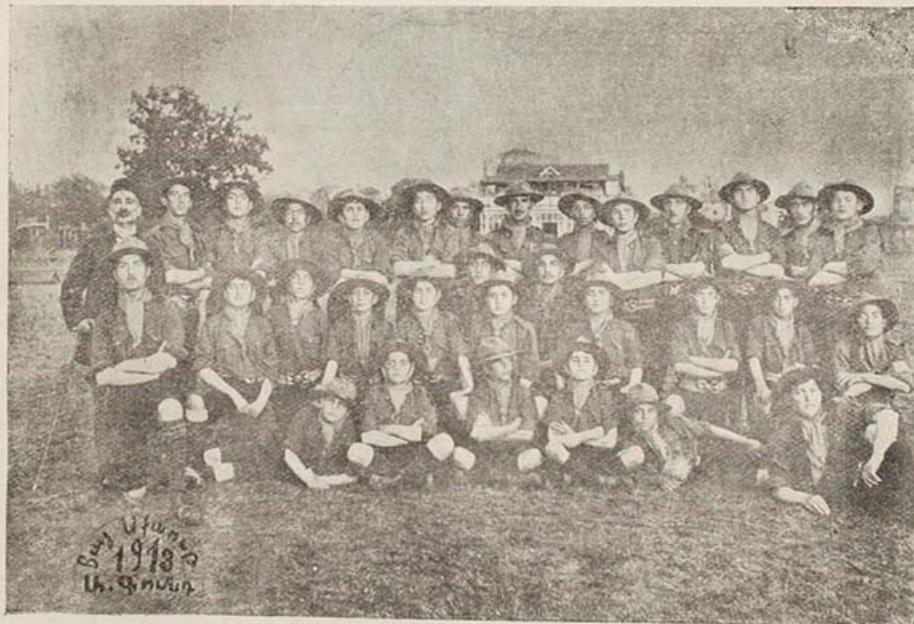
Այս պատճառով է որ՝ գոհունակութիւն յայանելով հանդերձ Պոլսոյ, Իզիրիի և ալ մէկ քանի վայրերու մէջ մեր երիտասարդութեան ցոյց տուած հետաքրքրութիւնը՝ գէպի մարմնակրթունքը, կը դանենք զայն դեռ չաս անբաւականն: Դաւառի մեր նոր սերունդն է որ պէտք է իր լայն բաժինը առնէ մարմնակրթունքի խոզերուն մէջ, կազմելով մամնուար խում-

բեր և ընդհանրացնելով՝ առողջութեան պաշտամունքը վանէն մինչեւ Սերաստիա, և արքերդէն մինչև Մուշ:

Ազգային վարժարանները, իրենց վարիչ մարմիններուն և ուսուցչութեան միջոցով, պարտաւոր են աշխատիլ այս ուղղութեամբ, — որովհետեւ, իւնինց պարտքն է՝ ուսման և կրթութեան հետ, մանուկին, պատանիին և երիտասարդին նախ սորվեցնել առողջութեան, ուժի, կեանքին զիտութիւնը:

Ի՞նչ բարի, և հազարդէալորէն արդիւնաւոր բան մը ըրած պիտի ըլլար Կեղրունի Ռւսումնական Խորհուրդը՝ եթէ այս իմաստով յատուկ չը արերական մը զրկէր բոլոր ազգ ային վարժարաններուն՝ սկսեալ մայրաքաղաքներէն մինչեւ զաւառական վիճակները:

(Խաղաքական ԱՌԱԿԱՆԱՐՑՈՒՄ 18 Յունիս)



Պոլսոյ Հայ Մատուքներու Եւրոպական Լգերի խումբը

ՄՐ. ՌՈՒԶՎԵԼԹԻ ԿԱՐՇԻՔԸ

ԱՄԵՐԻԿԵԱՆ ՊՕՅ-ՍՔԱՌԻԹՆԵՐՈՒԽՆ ՄԱՍԻՆ

— 2/2/2 —

Բոլորովին համամիտ եմ դասաւոր լինուէջին, երբ կ'ըսէ թէ Պօյ-Սքառութական շարժումը ամենամեծ կարևորութիւն ունի ամրող երկրին և ազգին համար, անիկա արդէն մեծ օգտակարութիւն մասաւցած է, և պիտի շարունակէ այդ ուղղութեամբ գործել, որովհետև իր ծրագիրը առաջնորդուած է շատ գործնական ոգիէ մը, որուն չնորհիւ ձեռք պիտի բերուի բարոյական դաստիարակութեան ամենակատարեալ ասահճանը, հաւասար ուժերավ պայցքաւելու կարութիւնը և որիցներու հանդեպ անոնց նէ մեզ համար պահանջած նկատումները ունենալու առաջինուրիւնը քաղաքացինը և պարկիչառ թիւնը այնպիսի ձեւով մը կուսացաւ պայցք. որուն նմանը ո հ է անզ, ո հ է ձեւի առկ ցարդ չէ յաջողած իրավու ծել յնձի համար մասնաւոր նշանակութիւն ունի միջիգագան կողիներէն Սքառութէ պիտի մը նախակին մէկ մասը, որ կ'ըսէ, «անառակակցած ձեզի համար շահեկան պիտի ըլլար զիտաւալ թէ Մանիլաի վերջին հրդեհին, որ ատեն մզմներով հողեր արեցան և 3000 հոգի անսուն մեացին, Մանիլաի Սքառութներէն երկու խումբեր հրդեհին վայրը հասան հրշէ խումբերուն հետ միասին և շատ դմնդակ պայմաններուն ներքեւ, զրիթէ չորս ժամ անընդաս կերպով օգնեցին շփոթած բնիկները միսիթարեյու և առաջնորդելու ապահով վայրեր, միեւնոյն ատեն ազատելով և փոխադրելով անոնց գոյգերը և կարասիները

զրիթէ բոցերու մէջ կորսուած բնակարաններէ. անոնք իրենց կատարած զործին զիտակից զոհունակութեամբ մը ըրին այս ամէնը և տեղական մամուլը յանուն ժողովուրդին, զիրենք չնորհաւալութիւն յանոնց: «Վերջին Բարեկենդանի հանգէսներուն, կազմակերպիչները Սքառութներու օժանդակութէնը ինզրեցին և ամրող տառ օր անոնք ամէն տեսակ ծառայութիւն մասուցին հանգէսներուն համար սահմանուած գետիններուն վրայ. անոնք օտարականները պանդոկ կամ այլար առաջնորդեցին, և իրը առաջնորդ և այն օգտակար հանգիսացան հարիւրէ առկի պարագաներու մէջ»:

Ի՞նչ որ Ֆրիդակին կլիփիներու Սքառութները յրին, կը կարծեմ թէ միը իւրաքանչիւր քաղաքի և զիւլի Սքառութները յօժար և կարող պիտի ըլլացին ըներու: Այս շարժումը հայրենասիրական և պարկեցած չարժում մէջ, անիկոն նոպատակ չունի Սքառութներէն զինուորներ պատրաստելու, բայց նապատակ ունի պատրաստելու երիտասարդներ՝ որոնք իրը մարդ, կարող քաղաքացիներ պիտի ըլլան, և եթէ հայրենիքը իրենց պէտք ունենայ, պիտի փութան իրը լաւագոյն զինուորներ անոր ծառայելու, որովհետև լաւ սքառութներ եղած են: Եւ ոչ մէկը կրնայ լաւ Ամերիկացի մը ըլլալ, առանց լաւ քաղաքացի մը եղած ըլլալու, և իւրաքանչիւր տղայ պարտաւոր է ինքինքը այնպէս մը

կրթել և պատրաստել, որ իրը մարդ կարողանայ համբութեան հանդէպ իր վրայ ինկած պարտականութիւնը լիուլի կատարելու: Ես կը բադառ տեսնել Պօյ-Սքառթներուն ոչ միայն գեղեցիկ զգացումներ արայացակը, այլ գեղեցիկ և օգտակար գործեր կատարելը: Ճի բաւեր միայն երգել և ըսել թէ «Հայրենիք», քեզի համար էս, այլ անհրաժեշտ է աշխատի այնպիսի ուղղութեամբ մը, որով հայրենիքը մեծանայ և այլպիսի հայրենիք մը ունենանիս մեզի փառք համարենք և անով հպարտանանք աշխատի առջեւ: Ոչ մէկ մարդ լաւ քաղաքացի մէ, առանց գործադրել աշխատելու Սքառթական Տանարանեան և անոր Ռուբեցն Կանոնները իր ամբողջ կեանքին գործունէութեան համար ուղեցոյց ընտրելու: անարարակոյս որ ըսել չեմ ուզեր թէ պէտք է անոր պատուերները գործադրել մամաւոր պարագաներու մէջ միայն, այլ ինչ որ կ'ուզեմ երեւան հանել, այն իրողութիւնն է թէ այդ Տանարաննեայ Պատուերները պէտք է պատշաճեցնել առօրինայ կեանքի սովորական գործերուն: Վասահ եմ թէ Պօյ-Սքառթները պիտի սիրեն ճշմարտութիւնը և զիմացննուն հանդէպ յարգանք պիտի տածեն: անոնք պիտի վարժուիմ ձեռք բերելու քաջութիւն և պարկեշտութիւն, այնպէս որ երբ իրը երիտասարդ քաղաքացիներ սկրին իրենց անհատական գործերէն զուրս հանրային գործերով ող զբաղի, և հանրութիւնը կատավարել կարող ըլլան, գործնական կերպով ցոյց տալ Վեհափառ Ճշմարտութեան վրայ իրենց ունեցած յամար վասահութիւնը, ոչ միայն անհատական յարաբերութիւններու մէջ, այլ անհատանիրու և կառավարութեան միջն, որուն իրենք մաս կը կազմի: Մըլարե,

տղաք նոյն իսկ իրենց փոքր առարիքին կը բնան շատ մեծ ազգեցութիւն մը ունենալ հանրութեան տարեց անդամներուն վարքին և ապրելակերպին վրայ, որովհետեւ աղնուութիւնը և ուղղամտութիւնը մորթեան և ապականութեան նման վարակիչ են:

Ամէն առողջ տղայ պարտաւոր է զգալ և պիտի զգայ թէ բան մը արժելու, մարդ նկատուելու համար, ունենալու է ոչ միայն քանդելու, այլ՝ և մասսաւանդ, ստեղծագործող բնոյթ մը, եթէ ան կարողանայ իր այս զգացումը իր աստիճանական աճումին հետ պահել և զարգացնել, անիկա առած պիտի ըլլայ գէպի լաւ քաղաքացիութեան իր առաջին և ամենազլիաւոր քայլը:

Այն որ կը պառակտէ, կը քննագատէ և միշտ թերութիւն մը կը գըտնէ, կրնայ լաւ քաղաքացի մը ըլլալ, և սակայն բատին քայսասական իմաստովը միայն, ու եթէ ուրիշ բան ընկերութիւնը չունի, անիկայ երբէք կարող չէ լաւ քաղաքացի մը ըլլալու: Մարզը որ կը կշռէ, տղան որ կը հաշուէ, կրնան նըշկատուիլ մարդ մը և տղայ մը, որոնք երանդով կաշխատին բան մը ըլլալու, բան մը չինելու և բարելաւելու:

Սակայն, քայլ ապագային լաւ քաղաքացի մը ըլլալու համար իր թափած ջանքերէն, տղան նոյն իսկ ներկային մէջ մեծ շափով օգտակար կրնայ ըլլալ, ու այս բանը կարելի է միայն այն ատեն, երբ ան ուրիշ տղայց հետ կը միանայ և անոնց կը գործակցի: Պօյ-Սքառթները թող նկատի ունենան թէ իրենց քաղաքին կամ գիւղին հանրային պարտէզները և խաղալայրերը այդ գործին մեծապէս կը յարմարին, բնական արգելքներ կրնան խաղալայր մը անյանախելի վիճակի մը վերածած ըլլալ,

և եթէ շրջակայի Պօլ-Սքառթները իրենց գործին յարմար են, ցոյց պիտի տան թէ իրենք այդ տրդելքները կրնան և զիտեն վերցնել և հանրութեան հանգստին և առողջութեան նպաստել։ Կը կարծեմ թէ, բաց ասդի, տղայոց ուստացուելիք զիտելիքներուն զլխաւորներէն մին պէտք է ըլլայ նաև կուուիլ վանտալականութեան դէմ, թող անոնց համար պատուոյ խընդիր մը ըլլայ պատապանել թռչոնները, ծաղիկները և ծառերը, այսպէսով երկիրը վերածելով գեղեցիկ բնակավայրի մը։

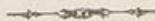
Այս նոյն յատկութիւնները որոնք ազգի մը ամբողջութեան համար յաջողութիւն կամ անկում կը նշանակեն, նմանապէս տղու մը և մարդու մը համար ալ անհատապէս յաջողութիւն կամ անկում յառաջ կը բերեն։

Պօլ-Սքառթները պէտք է կուուին այն նոյն թշնամիններուն և մոլութիւններուն դէմ, որոնք ազգին ամրոցվութեան այնքան կը վնասեն, անոնք պարտին աշխատիլ իրենց մէջ անհատապէս զարգացնելու այն առաքենութիւնները՝ որոնց ազգը մհծապէս պէտք ունի ազնուանալու և զօրանալու համար։ Ծուազ, լքեալ, կամ անփնամ ըլլալը տղան պիտի վերածէ ինկած վիճակի մէջ զանուող մարդու մը, որուն պէմները ազգի մը մէջ յառաջ կը բերեն այդ ազգին կորուատ։ Տղան թո՛ղ հաստատուն քայլերով կանգուն կենայ իր ներքին և արտաքին թշնամիններուն դէմ։ Թո՛ղ ան քաջութիւն ցոյց տայ անվախ կերպով անոնց մէկ մասը զիմազրաւելու և միւսները զափելու և ձգմելու համար։ Ո և է աղայ մը բան մը չարժեր, եթէ ուժ չունի իր ներքին փորցիչ մզումներուն դէմ կուերտու և քաջութիւնը՝ ուղիղ և մաքուր համբուն վրայ կենալու։ Իրեն համար հը-

պարտութեան խնդիր պէտք է ըլլայ այն զիտակցութիւնը թէ ինք ուեէ մէկէն չի վախնար, և թէ՛ ինք բան մը չի խնայեր որիցներու համովէպ աղնիւ և նկատալից ըլլալու, մասնաւորապէս անոնց հանդէպ՝ որոնք իրմէ տկար են։ Եթէ ան իր մօրը և քոյքերուն հետ լաւ չի վարուիր, ան խեղճ արարած մէ միայն, հոգ չէ թէ ատեկէ գուրս ուրիշ լաւ բաններ կարենայ կատարել կամ կատարած ըլլալ, ճիշդ այն մարդուն նման, որ իր կինը կը քանակուծէ, ունի ուրիշ շատ օդտակար յատկութիւններ և սակայն ան խեղճ ու ստորին քաղաքացի մը միայն կրնայ նկատուիլ։

Պէտք չէ տուիթը փախցնել աղուն սորվեցներու համար թէ քաղաքավարութիւնը, լաւ վարուելակերպը և ազնուութիւնը անհրաժեշտ բաններ են օգտակար ըլլալ ու զոյլ մէկու մը համար, անոնք փոքր ձեւակերպութիւններ չեն, որովհետեւ կեանքի ամէն մէկ գարձուածքի մէջ անոնց պէտքը կ'զգանք։ Թո՛ղ տղան յիշէ թէ բացի քաջութիւնէ, անշահամնզրութիւնէ և լաւ վերաբերումէ, ան պարտաւոր է ունենալ վնասականութիւն և ընդարձակ ծահօթութիւններ, ան պարտաւոր է մշակել զօրաւոր մարմին մը և ուժեղ միաք մը ու ինքնքը այնպէս մը պատրաստել, որ պահանջուած ատեն շուտափոյթ որոշումով մը ապատի ներկայացած զժուարութիւնն։ Աիսի, այց, միանունի՛, ամենքն ալ պէտք է զարդարան այնպէս մը որ աղան կարենայ ինքինքը կառավարել, և հետեւաշար սորվելի իր ճակատագիրը առաջնորդել և ոչ թէ անկէ առաջնորդուիլ։ ամենալաւագ զոյն մազթանքներս միշտ Պօլ-Սքառթական շարժումնեն և Պօլ-Սքառթիւնը հետ պիտի ըլլայ։

ՀԱՅԿԱԿԱՆ ԵՐՐՈՐԴ ՈՂԻՄՊԻՍԿԱՆԸ



Հայկական երրորդ Ողիմպիսկանը այս տարի Յունիս 16ին տեղի ունեցաւ Գատրպիւղի «Խւնիօն» խաղավայրին մեջ։ Պարտաւորուած նոք խստովանիլ թէ անցնալ տարի երրորդ Ողիմպիսկանին համար մեր ըրած մաղթանքները պէտք եղած չափով չիրականացան։ Կուզէինք երրորդ Ողիմպիսկանը իր նախորդներէն շատ աւելի փայլուն տեսնել, ու այս՝ թէ մրցորդներուն արժանիքներուն և թէ հանրային համակրութեան տևակէտէն։

Պալքանեան պատերազմը, և մանաւանդ անձեռւը, որ քանի մը ժամէ ի վեր անընդատ կը տեղաբ, և տակաւին ուրիշ պատճառներ իրենց որոշ գերը ունեցան հանդէսին ոչ այնքան փայլուն անցնելուն մէջ։

Օրուան ամենէն աչքարու և հաճելի նորութիւնն էր Հայ Սքառութներուն ներկայութիւնը, զինուորական տողանցքը և մարզանքները։ մանաւորապէս Խոսպական եղերքի Հայ Սքառութներուն իրենց խումբն իսկ նուազով (նիցը) կատարած տողանցքը ընդհանուր գոհունակութիւն պատճառեց ներկաներուն։

Կարգապահութեան կը հսկէն Ասիական և Եւրոպական եղերքներու Հայ Սքառութները, Պատը գիւղի «Մասիսց» ակումբի կողմանէ նշանակուած պաշտօնատարներու հետ միասին։

ՄՐՑՈՒՄՆԵՐԻՆ ԱՌԱՋ

Այլուր պարզուած պատճառներով այս տարի չունէինք ոչ օրուան թագուհի և ոչ ալ Պատ։ Օրիորդներ, այլ հանդէսը

դրուած էր Ամեն։ Սրբազան Պատրիարք Հօր բարձր հովանաւորութեան ներքեւ կարգադիր մամնախումբը կը կազմէին Տեարք Լ., Յակոբեան, Գ. Թէրձիմանեան, Ե. Քաջունի, Ժ. Խօրասանձեան, Մ. Մկրեան, Շ. Քրիսեան, Կ. Կիւլպէնկեան և Բ. Կէօզիւպէօյիւկեան, իսկ օրուան պաշտօնատար նշանակուած էին Տեարք Գրիգոր Յակոբեան, ճամբայ հանող (starter) Ժիրայր Խօրասանձեան, Սրամ Աղնաւուր, Բ. Կէօզիւպէօյիւքեան, Ժամ բանող (time keeper), Շ. Քրիսեան, արձանագրող (register), Է. Շնորհը, Ա. Եկրողոսեան, Մ. Մկրեան, գատաւորներ (judges), Կ. Կիւպէնկեան, Ս. Թէրձիմանեան, Ա. Պավանօցեան, ստուդիչներ (controller) և Լ. Յակոբեան յայտարարող (appouneer)։

* *

Մ Ր Ց Ո Ւ Մ Ն Ե Ր Ը

Ճիշդ ժամը երկու քուկէսին հանդէսը սկսաւ մրցորդներուն և Հայ Սքառութներուն անշատաբար կատարած տողանցքովը, որմէ վերջ եւրոպական եղերքի Սքառութները հաւաքական մարզանքներ կատարեցին առաջնորդութեամբ սքառութական խումբներու կազմակերպիչ և մերթիս Տնօրէն Տ. Շաւարչ Քրիսեանի։ Մասնաւոր ու շաղրութեան արժանացաւ Տ. Գէորգ Յափէթեան (Խղմիրէն) իր արագ վագելու և հեռաւորութիւն ցատկելու մէջ ունեցած առաջնակարգ յատկութիւններուն համար, հանդէսին վերջաւորութեանը մօտ Պատը գիւղի Սրամեան վարժարանի մանկապարտէղի երկսեռ աշակերտները լաւ ինամ-

ուած մարզանքներ կատարեցին առաջ-
նորդութեամբ իրենց ուսուցչուհոյն՝ Օր.
Ե. Պօյաճեանի :

Սաորե կուտանք անհատական մրցում-
ները և անոնց արդիւնքները իրենց նա-
խորդ լէ քօրներով միասին :

Հարիւր մեր վազի

(ՌԸՔՕՆ՝ 100 եարտա Յակոբ Պալթաւ-

Երկրորդ՝ Մարզիս թարիգեան (Ասա-
նարդութեամբ)

Երրորդ՝ Գրիգոր Բէլէկեան :

Զօյով բարձր ցատկել
(ՌԸՔՕՆ՝ Մարտիրոս Գույումճեան,
1912, 3,8 մէթր)

Առաջին՝ Վարագ Փողարեան, 2,53 մէթր

Երկրորդ՝ Մենակար Զամանեան

Երրորդ՝ Գրիգոր Պարոնվարդեան



Հայ Ամառուներու տողանցքը Հայկական Գ. Ազիմադիականին մէջ

եան, 1912, 11²/₅ երկլ.)

Առաջին՝ Գէորգ Յարէթեան (Եղմիք),
12²/₅ երկլ.

Երկրորդ՝ Գրիգոր Բէլէկեան

Երրորդ՝ Մարտիրոս Գլթեան :

Կեցած երկայնութիւն ցատկել

(ՌԸՔՕՆ՝ Բիւզանդ Կէօղիւալէօյիւկեան,
1912, 3,06 մէթր)

Առաջին՝ Եղիշէ Փափազեան, 2,70
մէթր

Բարձրութիւն ցատկել

(ՌԸՔՕՆ՝ Բ. Կէօղիւալէօյիւկեան, 1912,
1,70 մէթր)

Առաջին՝ Գառլո Շահինեան, 1,50 մէթր

Երկրորդ՝ Մենակար Զամանեան

Երրորդ՝ Հայկ Ճօլուեան :

800 մեր վազի

(ՌԸՔՕՆ՝ Կէս մղոն, Վահրամ Փափազ-
եան, 1911, 2 կ. 14⁴/₅ երկլ.)

Առաջին՝ Արմենակ Գալֆահան, 2 դ.

29½ երկվ.

Երկրորդ՝ Զենոբ Էմմանուէլեան
Երրորդ՝ Գարբիէլ Քէշիշան:

Երկայնուրիս ցատկել

(Պըքօն՝ Նուպար Էլմասհան, 1912,
5,57 մէթր)

Երկար նկատ

(Պըքօն՝ Վարագ Փողարեան, 1911,
10,51 մէթր)

Առաջին՝ Վարագ Փողարեան, 10, 60
մէթր

Երկրորդ՝ Սարգիս Թարիքեան
Երրորդ՝ Դրիգոր Պարոնվարդեան:



Հայ մարզիկներու տողանցքը Հայկական Գ. Աղիմայիականին մէջ

Առաջին՝ Գէորգ Յափէթեան, (Իզմիր)
5, 94 մէթր

Երկրորդ՝ Վահրամ Փափաղեան
Երրորդ՝ Նուպար Էլմասհան:

400 մէրը վազի

(Պըքօն՝ Քառորդ Տղոն, Պօղոս Նաւիպեան, 1912, 1 վայրկեան)

Առաջին՝ Սեպուհ Գարագաշեան, 1 դ.
5 երկվ.

Երկրորդ՝ Մարտիրոս Գլթեան
Երրորդ՝ Արմէն Խաչիկեան:

5000 մէրը հնձանիսի մրցում

(2 մզոն, Վաղարշակ Վարժապետեան, 1912, 6 դ. 40 երկվ.)

Առաջին՝ Վաղարշակ Վարժապետեան, 10 վայրկեան

Երկրորդ՝ Աշոտ Փափաղեան

Երրորդ՝ Սահման Շահնաղարեան:

Երեք խայլ ցատկել

(Պըքօն՝ Մատթէոս Գարիֆիեան, 1912,
12, 50 մէթր)

Առաջին՝ Մենակար Զամանեան, 12,
50 մէթր,
Երկորդ՝ Գէորգ Յափէթեան
Երրորդ՝ Արամ Նաղարեան :

1500 մեր վազ

(Մէկ մղոն վազք, Վահրամ Փափաղ-
եան, 1911, 4 վ. 59³/₅ երկվ.)

Առաջին՝ Արմէն Խաչիեան 5 վ. 35¹/₅
երկվ.

Երկորդ՝ Զանոբ Էմմանուէլեան :

Նիզակ նետել

(Բըքոս՝ Մարտիրոս Գույշումճեան,
1912, 41, 16 մէթր) :

Առաջին՝ Վարագ Փողարեան, 40,97
մէթր, Երկորդ՝ Մենակար Զամանեան,
Երրորդ՝ Ժիրայր Վասպանեան :

Ակումբներու միջն վազ (400 մեր)

1911ին շահուած Առաքերթ Գոլէճի Հայ

մարզի կներուն, իսկ 1912ին շահուած
«Տորք» ակումբին կողմէ :

Այս Տարի ակումբային մրցումը շահե-
ցաւ «Արտաւազդ» ակումբը :

ՄՐՑԱՆԱԿԱԲԱՇԽՈՒԹԻՒՆ

Մրցումներուն աւարտելէն վերջ կոմի-
տաս վրդ. որ ներկայ էր, կարգադիր
մասնախումբին հրատերով, օրուան հան-
դէսին պատշաճ ճառով մը վեր հանեց
այս օրինակ հանդէսներու բարոյական
մեծ նշանակութիւնը և աղջային դոյութեան
պայքարին մէջ երիտասարդութեան կա-
տարելիք մեծ զերս, յետոյ իրեն յատուկ
ներբառմասութիւններով համեմուած խօսքե-
րով, իրաքանչյուրին յանձնեց իր շահած
մրցանակը, չի մտանալով նաև համբուրել
անոնց ճականները :

Հանդէսը վերջացած էր ու ներկաները
մեկնեցաւ շատ գոհ ապաւորութեան մը
ներքեւ :

ՏՂՈՒՆ ՈՂՆԱՅԱՐԻ ՇԵՂՈՒՄՆԵՐԸ

Սոյն դասախոսութեամբ, կ'ուզեմ ձեզ
բացարել տղուն ողնայարի շեղումներուն
զիմաւոր պատճառներէն մին, և ձեզ ցոյց
տալ թէ՝ ո՞քան ատիպողական է որ ըն-
տանիքներն ալ ճանչնան այս պատճառը
և ջանան իրենց աղոց դաստիարակութեանը
մէջ ներմուծել բանաւոր դիրքեր առնելու
սպորտութիւնը և մարմնուզզական (օրթօ-
քադիկ) մարմնամարզը :

Պէտք է խոստովանիլ թէ, այս շեղում-
ներուն մեծ մասին պատճառն է անհոգու-

թիւնը, տղան յրջապատճներուն տղիառու-
թիւնը, ինչպէս նաև բազմաթիւ ծնողք-
ներու չափաղանց լաւանառութիւնը. «Բան
մը չէ այդ, տարիքին հետ կ'անցնի» խօս-
քերը պատասխանառու ֆորմիւլներ են, մա-
նաւանդ կոր կոնակի մը, շատ բարձր կամ
շատ ցած ուսի մը համար :

Աւելի լաւ հասկնալու համար, անհրա-
ժեշտ է ողնայարին կազմութեան էտկան
կէտերը եւ մեքենականութիւնը յիշել, ա-
ռանց մանրամասնութեանց մէջ մտնելու :

Պառկած նորածինին ողնայարը իր բոլոր երկայնքին վրայ նոյն ձեւը ունի. հորիզոնական մակարդակի մը վրայ բոլոր ողները անոր կը դպչին. հասած տղուն ողնայարը միակ կորութիւն մը ունի: Երբ տղան քարի կ'սկսի, ողնայարը որոշ ձև մը կ'առնէ, որ միայն յարմար է հաւասարավայրին բրդահերու համար, այսպէս, միջային (մէջքին) կորութիւն մը՝ ետեւէն գողածե (concave), թիկնային կորութիւն մը՝ կորութիւն մը՝ ետեւէն գողածե:

Ախտաբանական կորութիւններ. — Այս կորութիւնները մէկ քանի պարագաներու մէջ կը չեւառեն. ետեւէն կորութարթ կորութիւններու չսփազանցութեան cyphose, իսկ ետեւէն գողածեններուն ալ՝ lordose կ'ըսն:

Բնականոն ողնայարը կողմնակի տեսական չեղումներ չունենար. եթէ ունենայ ախտաբանական պէտք է նկատել զայն:

Շարժումներ. — Թէե տառանձինն ողներուն շարժումները փոքր են, բայց ամբողջ ողնայարին չարժումները մեծ են. ասոնք առաջ, ես և կողմնակի ծուելու շարժումներն են, ինչպէս նաև ուղղահայեաց առանցքի մը շարջը հորովումի կամ զարումի շարժումներ:

Մոռումը և ձգումը ամենէն ընդարձակ շարժումներն են, մանաւանդ մեջինն և վիճը, իսկ թիկնային (dorsale) մասին կողմնակի ծոռումը շատ սահմանափակուած է և շատ ալ իիջ շարժուն: Տեսական չեղումներ յառաջ գալու տեսակեաէն, այս կողմնակի ծռումի և հողովումի շարժումները կարեւոր են: Կողմնակի ծռումի շարժումները միշտ անդի կ'ունենան, ամէն դիրքի մէջ և ամէն մէկ քայլին. կոնքին ուղղութեան փափուութենէն կորութիւններ յառաջ կուգան մարմնոցն հաւասարակշռութիւնը պահպան համար:

Ամէն նախապատրաստուած չեղում չարունակական կերպով աւելնալու ձրդատում ունի. մարմնոյն ծանրութիւնը կը ձգուի կորութիւնները ընդլայնել, ամէն աղեղի ձայրերը իրար մօտեցնել:

Ողներուն մէջաեղի սկաւառակներուն առաձգականութիւնը ունիրային մասերուն ընդդիմութեամբ այսպէս պիտի չքանալ:

Պէտք է գիտնալ թէ՝ ողնայարին զարգացումը ո՞րքան զանդաղ է, և ասիկաշատ լաւ կը բացատրէ յամբ ձեւագեղծութիւնները. վասն զի զինքը կազմող ոսկրային մասերուն վերջնական կցումը միայն քսանէն քսանէնինք տարեկանին մէջ կ'ըրլայ: Այս երկայն շրջանը գերազանցօրէն հակամէտ է մեքենական պատճառով ձեւագեղծութիւններ յառաջ բերելու:

Ողնայարին տեղափոխումը, ձեւագեղծութիւնը յառաջ կը բերէ նաև կողերու տեղափոխում, կուրծքին շրջագծի ձեւագեղծութիւն. այսպէսով կողերը չեն կրնար իրենց շարժումները բնականոն կերպով կատարել, ուրիշ յառաջ կուգայ շնչառական կարողութեան նուազում, են.

Պահառապայիտիւն(1) (étiologie). — Ողնայարի չեղումները շատ հասարակ են. շատ գժուար է ձդիւ զանոնք հաշուել, որովհետեւ բոլոր վիճակագրութիւնները միւնիոյն ձեւով հաստատուած չեն: Այսպէս, բազմաթիւ հեղինակներ դպրոցական աշակերտեան 100ին 2 և 3 կը նշանակեն, իսկ Տուազման, որուն վիճակագրութիւնը 28,125 աղոց վրայ եղած է, 100ին 1,3 համեմատութեան կը հանի, ինչ որ բացարձակապէս ծիծաղելի է:

Շթութկաւթի դպրոցներուն մէջ 709ը աշակերտաներէն 640ը ողնայարի չեղում ունին: Տիւպուիսէյ, Զուլցերիոյ մէջ 709էն 640ը այսպէս գտած է:

(1) Թժշկութեան այն ճիւղը որ հիւանդութեաներուն պատճառներովը կ'զբաղի:

Ճշմարտութիւնը սա է որ, քաղաքներու մէջ, ողնայարի չեղում ունեցող աղոց թիւը՝ ուղիղ աղոցմէն աւելի չատ է: — Այսպէս, Բարիդի աղջկանց լիսէի մը մէջ, 15 աշակերտուհներէն երկութը միայն լաւ կը կհնան: Տիւժարտէն-Պօմէց, որ աղջը կանց վարժարանի մը բժիշկն է, 20ին 17ը, նոյնիսկ 20ին 20ը ողնահարի չեղում ունեցող գտած է:

Շատ զիւրին է համոզուիլ որ, նոյնն է նաև նախնական, միջնակարգ վարժարաններու մէջ, երբ տղաքը գարոցէն մեկնած ատհննին քննենք, դիւրութեամբ մը կը տեսնենք թէ, անոնցմէ որքան քիչը լաւ կը կինայ, առանց կոնևալի կորցնելու, առանց փորը առաջ տանելու, առանց միկ ուսը միւսէն վեր բարձրացնելու:

Բոլոր վիճակազրութիւններուն մէջ, ուր անըլ նկատի առնուած է, կը տեսնուի որ աղջիկները Scoliose-ի հանդին հակամէտութիւն մը ունին, 100ին 93ը, ընդդէմ մանչերուն 100ին 6ին, ըստ Տրախմանի: Այս ասրբերութիւնը թիրեւս անկէ յառաջ կուգայ որ, թիրեւ scoliose-ը, մանչերուն մօտ մակերեսային քննութեամբ մը կ'անյալտանայ քան աղջիկներուն մօտ, որոնց քաղուածքը, ծոծրակին չըլակագիծերը, հասակը, ու ուստովիներուն և զիստերուն ցցուածքը միայն մայրերուն և գերձակուհներուն ամենամեծ մասզրադութիւնը կը կազմնն:

Միկ ուրիշ պատճառն ալ սա՞ է որ, մանչերուն մօտ մարզանքը, նոյնիսկ նրուազ առողջապահակոն պայմաններու մէջ, կրնայ չարիքին առաջ առաջքը առնել և ծռած ողնայարները շակել:

Իսկ ցիրոսը, այսինքն կոր կրնակները, մանչերուն մէջ աւելի չատ է, քան աղջիկներուն, վասնդի առջիններուն դրացոցական չըլանը աւելի երկայն է:

Թէև այս չեղումները կրնան շատ կանուխին, 6էն 8 ամսու եղած ատեն յառաջ գալ, և կամ աւելի ուշ 6—7 տարեկանին, աճումի գորաւոր մզումէ մը, բայց կը բանքը ըսկէ թէ՝ դպրոցական տարիին է, 10էն 14, որ ամէնէն աւելի scoliose ունեցողներ կը հայթայինէ:

Ամրող մանկութեան ընթացքին, առողջապահութեան բազմաթիւ սխալներ կը ձգտին ողնայարը ձեւագեղեկը. նոյնպէս տղան միշտ միւսնոյն յոտի դիրքին մէջ մնալով, կը ձգտի այս անձողակի դիրքը ժեւական շնորւմի մը փափսէ:

Այսպէս, եթէ նորածինները միշտ իրենց աջ կողմին վրայ պառկեցնենք, և կամ անստուն միշտ ձախ ձեռքին վրայ առնէ գայն, ասոր հետեւանքը կ'ըլլայ ողնայարի շնորում:

Եթէ քիչ մը աւելի մեծ է, կը նստեցնենք զայն նախարազու կին վրայ. տղան զինքը զրկույին զէպի կուրծքը կը յառաջանայ և անոր ուսը կը բանէ, իր աջ ուսն ալ քիչ կամ չատ վեր հանելով: Նոյնպէս ասոր հետեւանքը կ'ըլլայ ողնայարի չեղում:

Եւ կամ, երբ մազը կ'աշխատի և տղան նստած կ'ըլլայ իր մօրը ձախ սրունքին վրայ, որպէս զի անոր աջ բազուկին շարժումներուն արգելք չըլլայ, այս պարագային կռնակը կը կրի և հետեւանքը կ'ըլլայ կատարեալ ցիրոս:

Բայց կ'ուզմէ ծանրանալ դպրոցական ծագում ունեցող շնորւմներուն վրայ, որոնք մանաւանդ սայն ուստովին թեանս նպատակը կը կազմնն:

Ծէն 12 ասրեկան տղաք իրենց դասը կը պատրաստեն նստած դիրքի մէջ, ըլլայ դասարանին մէջը, ըլլայ իրենց առնը, և ասիկա ժամերով՝ որ ասրիքին հնտ կը չատնայ. այս դիրքը, հաղուազիւտ բացառութիւններէ զատ, ոդրափի է և բոլոր յաճախաղէպ չեղումներու պատճառ:

Դժուար է, նոյնիսկ անկարելի, ուղիղ նաև որպէս այս զիրքը միայն իրանին մշաններուն կծկումովը կրնանք առնել, եթե ասոնք յոդին, տղան հանգստանալու համար, իր արմուկներուն և նախարարուկներուն միջոցաւ յենարան մը կը վիճակ:

Եթե տղան կարդացած ատեն երկու արմուկները գրասեղանին վրայ կը դնէ, և զլուխն ալ երկու ձեռքերուն մէջը կ'առնէք, ինչ որ արգիլուած զիրք մըն է, դարձեալ լուագոյն զիրք մըն է այս, զոր կրնայ առնել այս պայմաններուն մէջ:

Բայց ընդհանրապէս, անհամաչափ (asymétrique) զիրք մը կ'առնեն, որ գրասեղանէն, նախարանէն, լոյսէն . . . կախում ունի: — Էսա Շէնքի, 200 արցոցէ 160ին կուրծքը, բազդատմամբ կոնքին, գէպի ձախ ծռած է, իսկ 34ինը զէպի աջ:

Միեւնոյն զիրքը, ամէն օր, ամէն ժամու, և տարիներու ընթացքին պահուելով, բնական զիրք մը կ'ըլլայ, և սօլլօսէն ալ գպրոցականին ան ական հիւմնդութիւնը:

Կանչարգել դարմանում. — Կը բաւէ միայն մասածել սզնայարի չեղումներուն պատճաններուն վրայ, տեմնելու համար թէ՝ կրթութիւն մէջ ի՞նչ մնձ տեղ պէտք է տալ հասակի տնեւութիւններու դարմանման առողջապահուկան միջոցներուն:

Պէտք է միայն հիմնապէս առողջ ստուտու ունենալ, պառկած կամ նստած արցոց զիրքին մօտէն նսկել, և ամէն բանէ առաջ անսաց զիրքը վիշել:

Տղոց հագուստին թիւը և ծանրութիւնը նուազագոյն չափին պէտք է վերածել: Անոնք լայն պիտի ըլլան, որպէս զի տղան լայն չնշառութիւն մը կարենայ կատարել, առանց հագուստին նսկուելու:

Մանչերուն մօտ, breteleները պէտք

չէ շատ պրիել, աւելի լաւ է թոյլ գոտիի գործածութիւնը:

Ընդհանուր կերպով, հագուստները տղուն ծոծրակին աւակը ծանր կերպով կը ճնշեն, ան զօրաւոր ճիգէ մը վերջ կը նայ ուզուիլ: Թերեւցնենի կամ ջիջինի օձիինը:

Ֆիզիքական մարդանքներուն աւելի մեծ ժամանակ պէտք է յատկացնել, և երբէք աղուն աճման շրջանին խաղերն ու մարդանքները չարգիւել:

Իսկ արդի կրթութիւն ամենամեծ սխալներէն մին սա՛ է որ՝ յոյնի յիշերը դասարանին մէջ, օրուան մէկ մնծ մասին ընթացքին պահուեկէ վերջ, կը կրկնուին ամէն օր և տարիներու ընթացքին, իսկ մարմամարզը դպրոցին մէջ՝ չարաթական մէկն մէկուկէն ժամ միայն կը զրաւէ. բայց, ժամանակէ մը ի վեր, մէկ քանի հասաւառութիւններ ամենօրեայ մարմինաւմարզ ներմուծած են:

Սին օրը ուր ամենօրեայ մարմինամարզը դպրոցին մէջ, ինչպէս նաև տան մէջ սովորութիւն մէլ, պէտք մը պիտի դառնայ, այն օրէն անշուշտ scoliosը մասա իր պիտի կրասուի:

Նստարանի և զրասեղանի ինդիրը չառ կարեւոր է: Ան բազմաթիւ ուսումնասիրութիւններու և նոր տեսակ գասարանի կարսանդիրու հնարման պատճառ եղած է:

Աւագին պայմանը սա՛ է որ՝ նստարաններուն և զրասեղաններուն բարձրութիւնը փոփոկելի ըլլայ, տղուն հասակին պատշաճի, ինչ որ յաճախ բաւական բարձր և սուզ կ'ըլլայ: Բայց, առանց այս պայմանին, հիմնապէս լաւ գպրոցական կարսակի չենք կրնար ունենալ:

Շէնք՝ լաւագոյն գպրոցական կարսակ մը հնարմած է, որուն տարբերութիւնը կը կայանայ նստարանին և յենարանին մէջ,

որոնք դէպի առաջ ծռած են և տղան կը ստիպեն նատարանին բոլոր խորոնկութիւնը գրաւել և յենարանին կոթնիլ. գրասեղանը կարելի է առաջ և եսեւ տանիլ, ինչպէս նաև բարձրութիւնը փոխել:

Բայց, դպրոցական լաւագոյն կարասիները վնասելով հանդերձ, պէտք է նախ ըսկել թէ՝ զրասեղանին առջեւ և տղուն առած դիրքը որքան ալ լաւ ըլլայ, պէտք չէ շատ երկայն ժամանակ պահուի: Եղբարձրացնելով, դպրոցական կեանքին մէջ պէտք է ներմուծել մարմանուղական առողջապահութեան կանոնները, ինչպէս նաև անեօրեայ մարմանամորքը: Դպրոցական կարասիներն ալ վերը յիշած սիրունքներուս համաձայն պէտք է ըլլան:

Տարւոյն սկիզբը բոլոր աղաքը պէտք է քննել, և անոնց գէշ դիրքերը նշանակել. բժշկին քննութեան արդիւնքին համաձայն ուսուցիչը պակասութիւններուն դարձա-

նումները պիտի գործադրէ: Հիմա, բաւական ուսուցիչներ կը հետեւին մարմնաւկրթական վարժարանին, որ անշուշտ իր արագ ու թանկագին արդիւնքները պիտի տայ:

Լիիի մէկ վարժարանին մէջ դպրոցական տարւոյն սկիզբը բոլոր աշակերտները քննեցինք և անոնց գէշ գիրքերը նշանակեցինք, ինչպէս նաև անոնց ընդհանուր կազմուածքը. ամէն մէկ ձեւաղեղծութեան համար մասնաւոր դարձանումներ կիրառեցինք, և տարւոյն վերջը ասոնց արդիւնքները հիմնալի էին և ապացուցիչ:

Այսպէս չարժելով, սա՛ համոզումը ունինք թէ ցեղը կատարելագործելու կ'ախտախինք, և տղոց ա՛յնպիսի փիզիքական յատկութիւններ կուտանք, որ զիրմանք լաւագոյն կերպով պիտի պատրաստեն կեանքի պայքարին:

Թարգմ. ՅԱՊՈԲ ՔՐԻՍԵԱՆ

Տօքթ. Հ. Կ. Կ. Կ. Կ.

ՖՈՒԹՊՈԼԻ ՄՐՑՈՒՄ ԻԶՄԻՐԻ ԵՒ ՊՈԼՍՈՅ ՄԻԶԵՒ

Սրօրի Պոլսոյ և մանաւանդ ֆութպոլի սիրահար երիտասարդութիւնը առիթը ունեցաւ Պոլսոյ մէջ ողջունելու իզմիրի «Հայ Որսորդաց ակումբ»ի ֆութպոլի խումբին ներկայութիւնը:

Կանխասպէս եղած կարգադրութիւններու համաձայն, իզմիրի խումբը Յանիս 2ին պիտի խաղար կալաթա-Աէրայի, Յունիս 7ին Ֆէնէր-Պահէի, իսկ Յունիս 9ին ալ Պոլսոյ ֆութպոլի խումբերէն կազմուած խառն խումբի մը դէմ:

Իրապէս ալ մրցումները որոշուած կարգով տեղի ունեցան, բացի պաշտօնական

մրցումներէն, ֆութպոլի մրցում մ'ալ տեղի ունեցաւ Պոլսոյ ֆութպոլի ակումբներէն «Արաքս»ի և Խզմիրի միջև, վերջինը երկու կուտանք յաղթական ենելով:

Առաջին մրցումին մէջ Կալաթա-Աէրայ 1ի դէմ 2 կորով յաղթական նկատուեցաւ, թէև այս որոշումը չի գոյացուց և չի համապեց հանգիստականներուն ֆութպոլի հասկցող մասը: Օրուան թէփրիին ֆութպոլի օրէնքներուն մասին ունեցած աղիսութիւնը և մանաւանդ անոր parti-prisով շարժիլ որոշած ըլլալը ակնյայնի էր: Բայց քանի որ իզմիրցիք յայտարարուած ար-

գիւնքները ընդունեցին, այլ ևս խօսք չի կրնար ըլլար առաջին մրցման արդիւնքին մասին, որուն մէջ հայերը պարտուեցան:

Գալով երկորդ մրցումին, այսինքն իզմիրի և Ֆէնէր-Պահէի խումբին միջև տեղի ունեցող մրցումին, արդար է խօսավանիլ թէ այս վերջինը շատ գեղեցիկ և զիտական խաղ մ'էր զոր խաղաց և երեք

ցինք թէ բերդապահը բնաւ իր գործին մարդը չէր և թէ ծայրի յառաջապահները ի վիճակի չէին իրենց յանձնուած պաշտօնը պէտք եղածին պէս կատարելու. խումբին միջնապահները (half backs) և վերջապահները (backs), ինչպէս նաև կեղծնի յառաջապահները (central forwards) ամենահիանալի կերպով խաղացին, բայց



Բգմիրի Հայ Արարդաց Ակումբի Ֆուրայօլի խումբը

կօլով յավթական ելու : Ֆէնէր-Պահէի խաղացած խաղը գերազանցորդէն ամենին շնչել խաղերէն մին էր որուն ներկայ գանուած ըլլայ Պոլսոց հանրութիւնը. Իզմիրցիք շատ լաւ և պատուաւորապէս խաղացին և սակայն իրենցմէ աւելի ձկուն և գերազանց խաղացողներու առջն Յ կօլով յաղթուեցան, և այս խաղը շատ օրինաւոր էր :

Գալով վերջին մրցումին, որու մէջ կա-

լաթա-Աէրայի և Ֆէնէր-Պահէի լուագոյն խաղացողները չափուեցան իզմիրի գէմ, հոսալ կրկն օրուան բէֆբրիին կողմնակարութիւնը երեւան եկաւ և իզմիրցիք յաղթուած նկատուեցան 2 կօլով :

* *

Տոմինք այս այնքան ոգեւորեալ խաղին արդիւնքները և սակայն չնոք կրնար քանի մը դիտողութիւն չընել իզմիրցւոց

պարագաներուն զվասաւոր պատճառներուն մասին . կը կարծենք թէ Պոլիս եկած խումբը Խղմիրի Հայոց բուն և ամբողջական խումբը չէ . մասնաւորաբար դիտերը մարդ ի հարկէ չէին կրնար ուրիշներու գործն ալ կատարել . ուրիշ պարագայ մը, ընդհանուր առմամբ — բացի երկու-երեք խաղացողներէ — ամբողջ խումբը վաղելու մէջ շատ տկար էր և չէր կարող գնդակին շարժումներուն հետ տեղափոխուիլ : Տկար էր նաև խումբին բարոյական կորովը, ուրովհանեաւ դիտուեցաւ որ ու է կերպով կօլ մը ստանալէ վերջ, բոլորովին կը կոր-

մնցնէին այն կորովը՝ որով խաղը սկսան : Անտարակոյս թէ այս դիտազութիւնները իրենց օգուտը պիտի ունենան : Պոլսոյ խումբերը բացի իրենց ֆութազի վարժութիւններէն, կը կատարեն նաև Շուէտական մարզանքի վարժութիւններ, որուն ընդհանուր յօրինուածքին վրայ յառաջ բերած արդիւնքները այս խաղին մէջ ալ երեւան եկան :

Աշնան մէջ Պոլիսն է որ փոխադարձարար իշմիր պիտի այցելէ, այդ առթիւ ամէն կարելի յաջողութիւնն կը մաղթենք մեր իշմիրի հայրենակից ֆութազի խատներուն :

ՍԿԻՒՏԱՐԻ „ՀԱՅ ՄԱՐՄՆԱՄԱՐՁԱՐԱՆ”ԻՆ ԴԱՇԱՅԻՆ ՄՐՑՈՒՄՆԵՐԸ ԵՒ ԱՐԴԻՒՆՔՆԵՐԸ

Մայիս 26, կիրակի օր, Ակիւտարի մէջ տեղի ունեցաւ Պ. Մ. Մկրեանի հիմնած Ակիւտարի «Հայ Մարմնամարզարան» առնուն ակումբին տարեկան մրցումները :

Օրուան թագուհին էր Տիկին եկից Յակոբ կորեան . կարգադիր մասնախումբը կը կազմէին Տ. Տ. Մ. Ալարեան, Ս. Արծրունի, Խ. Խոկիլյանսկան, Կ. Կիւլպէնկ-

հան, Կ. Կոսաննեան, Զ. Մեծատոքեան, Գ. Յակոբեան և Վ. Քէրէստէճեան :

Հանդէսը սկսու յա ըլ Զին(Բ. Ե.) ֆան Փարուլ, որմէ վերջ տեղի ունեցան հաւատկան մարզանքներ և բուրգեր կազմելու վարժութիւններ, առաջնորդութեամբ Տ. Գ. Յակոբեանի, որմէ վեջ սկսան սրբութական խաղերու մրցումները հանեւեալ արգիւնքներով . —

Ա. ՄԱՍ

- | | | |
|--|--|------------------------|
| 1.— 50 մեր վազել | 2.— Ակրատակ նետել | 3.— Կեցած հեռու ցամկել |
| (1912. Ս. Սինանեան 6 ² / ₅ երկ.) | (1912. Հայկ Պատմածեան (1913. 8. Սէմէրձնապաշեան 8 | |
| Ա. — Ն. Ճէլալեան | 81 ոտք 10 ինչէզ) | ոտք 10 ինչէզ) |
| Բ. — Ս. Սինանեան | Ա. — Ն. Ճէլալեան | Ա. — Գ. Սրապեան |
| Գ. — Լ. Պէշիրեան | Բ. — Գ. Թահտածեան | Բ. — Լ. Պէշիրեան |
| 6 ¹ / ₅ երկվայրկեան | Գ. — Հ. Պասմածեան | Գ. — Խ. Գարամածեան |
| | 25,68 մէթը | 2,58 մէթը |

4. — Բարձրութիւն ցատկել	5. — 800 մեր վազք	6. — 1500 մեր վազք
(1912. Մ. Զամանեան 4 սով. 11 խչէղ)	(1912. Ն. Ճէլալեան, 2 դ. 23 ² / ₅ երկվ.)	(1912. Ն. Ճէլալեան, 5 դ. 3 ³ / ₅ երկվ.)
Ա. — Ն. Ճէլալեան	Ա. — Ն. Ճէլալեան	Ա. — Զ. Մբատեան
Բ. — Գ. Սրապեան	Բ. — Զ. Մբատեան	Բ. — Յ. Մբատեան
Գ. — Յ. Վալիտէեան	Գ. — Մ. Լիլիթեան	Գ. — Ա. Վալիտէեան
1.53 ¹ / ₂ մէթր	Գ. — Մ. Լիլիթեան	4 դ. 59 ³ / ₅ երկվ.

ՀԱՆԳԻՄ ԵՒ ՆՈՒԱԳ

* *

Բ. ՄԱՍ

1. — Կեցած բարձր ցատկել (Նոր ճիւղ)	2. — Երկար նևել	3. — Զօղով բարձր ցատկել
	(1912. Հ. Պասմաճեան սով. 10 խչէղ)	(1912. Հ. Պասմաճեան, 8 խչէղ)
Ա. — Գ. Սրապեան	Ա. — Հ. Պասմաճեան	Ա. — Հ. Պասմաճեան
Բ. — Հ. Պասմաճեան	Բ. — Գ. Սրապեան	Բ. — Բ. Թահտաճեան
Գ. — Բ. Թահտաճեան	Գ. — Ն. Ճէլալեան	Գ. — Օ. Թահտաճեան
1.24 ¹ / ₂ մէթր	9,50 մէթր	2.70 մէթր

4. — 3000 մեր վազք (Նոր ճիւղ)	5. — Եիզակ նևել (մէջտեղին)	6. — Երկայնութիւն ցատկել
	(1912. Հ. Պասմաճեան 37 մթ.)	(1912. Հ. Պասմաճեան 17 մթ. 10 խչէղ)
Ա. — Զ. Մբատեան	Ա. — Բ. Թահտաճեան	Ա. — Լ. Պէշիրեան
Բ. — Ս. Վալիտէեան	Բ. — Հ. Պասմաճեան	Բ. — Գ. Սրապեան
Գ. — Ա. Փափաղեան	Գ. — Լ. Պէշիրեան	Գ. — Հ. Պասմաճեան
10 դ. 36 երկվ.	39,51 մէթր	5 մէթր

7. — 400 մեր վազք

(1912. Ն. Ճէլալեան 62²/₅ երկվ.)

Ա. — Ն. Ճէլալեան
Բ. — Լ. Պէշիրեան
Գ. — Յ. Պաղտասապեան

59⁴/₅ երկվ.

Մբցումներուն աւարտումէն վերջ մըրթ ցանակիները բաշխուեցան Օրուան Թագուշ հիմն կողմէ ու ներկաները մեկնեցան ամենալաւ տպաւորութեան մը տակ:

Մենք եւս միշտ նորհաւորութիւնները կը իր մէջ ալ պօրի ճաշակը հետզնետէ արշայտնենք մարզիկներուն, իրենց պետին, թնդնելու:

**ՊԵՐՊԵՐԵԱՆ ՎԱՐԺԱՐԱՆԻ
ԴԱՇՏԱՅԻՆ ԽԱՂԵՐՈՒՆ ԱՐԴԻՒԽՆՔՆԵՐԸ**

Մայիս 23. Համբարձման հինգչարթի դաշտային խաղերուն մրցանանդէս մը տեղի ունեցաւ Պէրպէրեան վարժարանի առաջակերպութեան միջեւ:

Տեղուոյ անձկութեան պատճառաւ վերաբեր դաշտային խաղերուն մրցանանդէս մը կան մրցումներուն արդիւնքները այս թիազակերաններուն միջեւ հաղորդել մեր ընթերցողներուն. —

- | | | |
|--|---|--|
| 1. — 50 եարտաարշաւ | 2. — Քառորդ մղոն վազի | 3. — Կես մղոն վազի |
| (Միհրան Պլոճեան, 6 երկվ.) | (Միհրան Պլոճեան, 73 երկվ.) | (Նշան Մուրատեան, 2 վրկ. 58 երկվ.) |
| Ա. — Մ. Զարիֆեան | Ա. — Գ. Գարաքաչեան | Ա. Նշան Մուրատեան |
| Բ. — Մ. Պլոճեան | Բ. — Ն. Զաքարեան | Բ. — Զ. Զաքարեան |
| Գ. — Ն. Զարդարեան | Ժամանակ՝ 65 երկվ. | Գ. — Գ. Թէքէեան |
| Ժամանակ՝ 5 ³ / ₅ երկվ. | | Ժամանակ՝ 2 վ. 31 ¹ / ₂ երկվ. |
| 4. — Մեկ մղոն վազի | 5. — Բարձր ցատկել | 6. — Զողով բարձր ցատկել |
| (1609 մէթր) | (Միհրան Պլոճեան, 4 ոտք 8 լինձէդ) | (Հ. Մկրտիչեան, 7 ոտք 5 ¹ / ₂ լինձէդ) |
| (Հրանտ Մկրտիչեան, 6 վ. 20 երկվ.) | Ա. — Միհրան Պլոճեան | Ա. — Հ. Մկրտիչեան |
| Ա. — Հ. Մկրտիչեան | 4 ոտք 8 ¹ / ₂ լինձէդ | Բ. — Ա. Տէտէեան |
| Բ. — Մ. Տէր Յակոբեան | | Գ. — Լ. Թագւորեան |
| Գ. — Ն. Ճըեան | | 7 ոտք 3 ¹ / ₂ լինձէդ |
| Ժամանակ՝ 5 վ. 56 ⁴ / ₅ երկվ. | | |
| 7. — Եռափայլ ոսում | 8. — Վազերով հեռու ցատկել | 9. — Կեցած հեռու ցատկել |
| (Ն. Զարդարեան, 35 ոտք) | (Հ. Մկրտիչեան, 16 ոտք 2 ¹ / ₂ լինձէդ) | (Մ. Պլոճեան, 8 ոտք 6 լինձէդ) |
| Ա. — Մ. Զարիֆեան | Ա. — Մ. Զարիֆեան | Ա. — Մ. Պլոճեան |
| Բ. — Ն. Զարդարեան | Բ. — Ն. Զարդարեան | Բ. — Հ. Մկրտիչեան |
| Գ. — Մ. Պլոճեան | Գ. — Հ. Մկրտիչեան | Գ. — Ս. Տէտէեան |
| 40 ոտք 6 ¹ / ₂ լինձէդ | 19 ոտք 1 ¹ / ₂ լինձէդ | 8 ոտք 8 ¹ / ₂ լինձէդ |
| 10. — Սկրատակի նետել | 11. — Երկար զուն նետել | |
| (Վ. Անտոնեան, 71 ոտք 6 լինձէդ) | (Մ. Տէտէեան, 27 ոտք 5 ¹ / ₂ լինձէդ) | |
| Ա. — Մ. Զարիֆեան | | |
| Բ. — Ս. Տէտէեան | Ա. — Մ. Զարիֆեան | |
| Գ. — Վ. Անտոնեան | Բ. — Ս. Տէտէեան | |
| 99 ոտք 6 լինձէդ | | 31 ոտք |
| 12. — Կարգերու միջև պարանակուրիւն | բան, ժամանակ 64 ¹ / ₂ երկվ.): | |
| Շահեցաւ Երեց դասարանը | Շահեցաւ Կրտսերագոյն դասարանը, | |
| 13. — Կարգերու միջև դրօշարշաւ (1/4 մղոն) | ժամանակ 58 ¹ / ₅ երկվ. | |
| (Նախորդ թէքօր, Կրտսերագոյն դասա- | | |

(*) Մըցումներուն անուններուն տակը փակագիծի մէջ ցոյց տրուած թէքօրները անցեալ տարուանն են:

ԱՄՍԱԿԱՆ ՔՐՈՆԻԿ

ԱԲԱՌԻԹԱԿԱՆ ԼՈՒՍԱՆԿԱՐՆԵՐ

Պոլսոյ ասիական եղերքի Հայ Սքառութեաներու Ա. գունդը պատրաստած է սքառութեաներու զանազան գարթ-քօստալ լուսանկարներ և 13×18 սանդիմեթր մեծութեամբ լուսանկարներ լաւ քարթօնի վրայ:

Այս բոլորը սքառութեաներու աշխատութեան արդինք է. գարթ-քօստալները կ'արժն 1 դրու, իսկ 13×18 մեծութեամբ լուսանկարները 3,50 դրու. զիմել ասիական եղերքի Հայ Սքառութեաներու առաջին գունդի պետ Գառլո Շահինեանի և Մարմարացի Խմբագրութեան:

* * *

ԱԲԱՌԻԹԱԿԱՆ ՊՏՈՅՑ

Հայ Մատութեարու Պոլսոյ Եւրոպական եղերքի առաջին գունդը Յունիս 29ին առաջնորդութեամբ թերթիս Տնօրէն և սքառութական խումբերու կազմակերպիչ Տ. Շաւարչ Քրիսեանի, քննական և զրոսական պատոյա մը կատարեց Վասիրի ասիական եղերքին վրայ մինչև Զէնկէլքէօյի բարձունքը գտնուող ինասիլիք ըսուած լուր, ուրիշ նաւակով վասիրի Եւրոպական եղերքը անցնելէ վերջ, կրկն հատիտան և զինուորական քաղուածքով վերադարձաւ ներա ներա, ուրիշ սքառուդները իրարմէ բաժնուեցան լուսազոյն տպաւորութիւններու տակ:

* * *

ՀՅՅ ԵՐԻՑԱՍԱՐԴՆԵՐՈՒԻՆ

Զանազան թագերու երիտասարդները կը հրաւիրուին Մարմարացի հասցէով յարաբերութեան մէջ մանել Հայ Սքառութեաներու կազմակերպութեան հետ, տեղական խումբեր կազմելու համար:

* *

Պատաս. Տեղեկ
կ ՈՒՆՃԵԱՆ

ՏՊԱԳՐՈՒԹԻՒՆ Օ. ԱՐՁՈՒՄԱՆ
Կ. ՊՈՂԻՍ

ՀՈՅՑԻ ՄԻ ՅԱԶՈՂՈՒԹԻՒՆԻ.

Ազէքսանդրիոյ մարմարացական մըրցումին մէջ Հայ անդամները շատ յաջողութեամբ անցուցած են իրենց խաղերը: Մանաւանդ քաջալերութեան արժանի է Տ. Անտոն Յովսեփիեան (իր մասին խօսած և լուսանկարը անցեալ տարի Հոկտեմբերին հրատարակած ենք), որ առաջին հանդիսանալով արծաթ բաժակին և միմւնյատեն հատիպոյ գեսպանին ջերմ ծափահարութեան արժանացած է:

(Յուսաքեր-Արեւ)

* *

**«ՄԱՐՄՆԱՄԱՐԶ»Ի ԳՈՐԾԱԿԱԼԵՐՈՒԻՆ
ԵՒ ԲԱԺԱՆՈՐԴՆԵՐՈՒՈՒՆ**

Մարմարացի սոյն թուով թերթին վեցամսեան լրացած ըլլալով, հարկ կը տեսնենք պահանջել որ ցարդ մեզ հետ հաշիւնին չի փակած գործակալները և բաժանորդները հածին հաշիւնին փակել. հիմք չունի այն առարկութիւնը թէ Պալքանեան պատերազմը կրնայ մէկուն վրայ այնքան ազդել որ չի կարենայ 15 դահեկան վճարել. անհատներու համար 15 զահնեկանը արծէք չունի, բայց թերթի մը համար որ այդ 15ական զահնեկաններով պիտի հրատարակուի, կեսանքի և մահու պայքար է զոր սպափուած է կրել իր գործականներուն և համակիրներուն անհոգութեանը պատճառաւ:

Կը յիշենանքնեան թէ թերթին անցեալ տարուընէ հաշիւ ունեցողներն ալ փութան հաշիւնին փակել:

Վարչութիւն
ՄԱՐՄՆԱՄԱՐԶ

Արտօնացի
ՇԱՀԱՐԵՐ

ԿԱՐԵՒՈՐ

Խմբագրատուններ բաց է, բացի կիրակին՝ ամեն օր կէս օրէ վերջ 1—6 (ը. ե.):

ՍՏԱՑՈՒԱԾ ՀՐԱՏԱՐԱԿՈՒԹԻՒՆՆԵՐ

Ստացանք Պ. Գևորգ Մելուսի ՀԱՅՈՑ ՊԱՏՄՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ գասրիթացքի Տարր. Բ. հատորը, սիրուն և խնամուած պատկերներ, մանուկներու համար զիւրմբունելի լեզու: Յանձնարարելի գործ մէ իր տեսակին մէջ: Գին 4 դրուչ:

Կեղրոնասանդի՝ «Փարոս» հրատարակչական ընկերութիւն, Արզուման տպարան, Յակոբեան խան, Զաքմաքճըլար Կ. Պոլիս:

ՊԱՏՄՈՒԹԻՒՆՆԵՐ ՀԱՅ ԼԵԶՈՒԻՒ ԵՒ ՔԱՆԱՀԻՒԹՈՒԹԵԱՆ. — Պատրաստեց Գաղիկ Օզանեան, 350 էջերով կը ներկայացնէ խնամուած և օգտակար գործ մը, գինն է 15 դրուչ, լաթակազմ 18 դրուչ, դիմել ուղղակի հեղինակին, Մարզուան կամ Գլըշճեան գրաստուն Կ. Պոլիս և Սըրապեան գրաստուն, Մարզուան.

ՃՈՒՇԱՆ, Պատկերազարդ շաբաթաթերթ վիպական և թատրոնական. — Յարդոյս տեսած են 10 թիւեր, բաժանորդագրութեան պայմաններն են Թուրքիա տարեկան 40 դրուչ, Եւրոպա տարեկան 15 ֆրանք, ձեռքէ հատը 1 դրուչ. Դիմել Խմբագրութիւն «Շուշան»ի, Պապը Ալի Շատակսի, Ֆէյզիէ խան, թիւ 2, Կ. Պոլիս:

ՅՈՅՄ առողջապահական, գիտական, հակալքողական պարբերաթերթ և օրկան Թուրքիոյ հակալքողական ընկերութիւնց, տարեկան բաժանորդագինն է 12 դրուչ, ձեռքէ 1 դրուչ: Հասցէ՛ Տօքդ. Վ. Հինդլան: 454, Շիտակ ձմերայ, Բերա, Կ. Պոլիս:

Զերմապէս կը յանձնարարենք մեր բոլոր ընթերցողներուն:

ՄԻՆԵՐՎԱ

ՈՍԿԻ ՄԻՏԱԼ, ԱՌԱՋԻՆ ՄՐՑԱՆԱԿ

Օ. ԶԵԿՈՒԹԻՒՐԵԱՆ, Ա. ԹԱՐՈՍԵԱՆ



Պոլսոյ Հայ մարմնամարզիկները սկսած են իրենց հագուստները մեր մօտ շինել տալ, ինչ որ կապացուցանէ մեր ապրանքներուն տոկունութիւնը, վայելչութիւնը և գիշերուն ալ օրինաւորութիւնը:

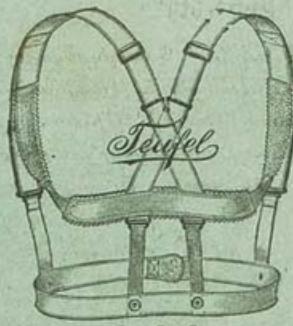
Կը պատրաստենք նաև այրերու և կանանց ամէն տեսակ հագուստներ. մեզէ սկզբունք ընտրած ենք յաճախորդը գոհ ձգելով տեւականօրէն սախամել որ մեզ դիմէ, հասցէ:

ՄԻՆԵՐՎԱ

ԲԵՐԱ, ԹԻՒՆԵԼԻ ՀՐԱՄԱԿ

Մարափ Օղու Արարդիման, Բ. յարկ

ԶԵԶԻ ԱՆՀՐԱԺԵՇՏ ՊԻՏՈՅՔՆԵՐԸ



Կանանց



Արանց

Իրք Մարմնամարզիկներ, պարտաւոր էք զիանալ թէ լաւ Molletier մը և հե Suspensoir մը ձեր անհրաժեշտ պիտոյքներն են. բերել առած ենք աշխարհի առաջնակարգ առունէ մը վերոցիշեալ ապրանքները, զոր ամէն կերպով կ'երաշխասորինք:

Ամբողջ ասի՞ մը տեսականօրէն կրնաք քայիլ, առանց որ ձեր մենէ առած Molletier քակուի կամ ո և է անհանգստութիւն պատճառէ. թերեւս ձեր առարկութիւնը գինին մասին ըլլայ, բայց երք ձեզ վստահացնենք թէ մեր ապրանքները ուրիշներէ առևտուազն չորս անկամ աւելի դիմացկուն են, այդ առարկութիւնն ալ ինքնին կը վերնայ: Գինն է 30 դրուշ: Փոստի ծախքը միշտ գնողին վրայ է:

Աւելորդ կը նկատենք Suspensoirի մը բժշկական առաւելութիւններուն մասին խօսիլ, միայն կ'ուզենք նկատել տալ թէ, եթէ որոշէք Suspensoir մը զնել, միմիայն զնեցէք Teufel տան «Olympia» Suspensoirը. Գինն է 10 դրուշ: Փոստի ծախսը միշտ գնողին վրայ է:

ԻՆՉՈ՞Ւ ԶԵՐ ՈՒՍԵՐԸ ՇԻՏԱԿ ԶԵՆ

Փափաքելով նաև դրապէս օժանդակել մեր ընթերցողներէն անոնց՝ որոնք կ'ուզեն իրենց ուսերը շտկել, մարմինը ուղղել, կուրծքը զարդացնել, յատկապէս բերել առած ենք կարգ մը առողջապահական breteleներ (ասիր), որոնք սովորական երետելեներու գործը տեսնելէ զատ, մարդուն մարմինն ալ ուղիղ կը բանեն, անոր աալով վայելուչ իրեւոյթ մը: Ասպարելու պարագային յիշատակել թէ՝ արական թէ իգական անորի համար կ'ուզուի, ու նշանակել նաև անձին տարիքը, որպէս զի յարմար մեծութեամբ ուղարկուի: Գինն է 25 դրուշ, զաւառի համար 27 դրուշ, փոստայի ծախսով:

Աւելի դիւրութեան համար կարելի է զիմել նաև Պահչէ Գարու, Հայկ Ճիզմէճեանի խանութը, ուր ցուցադրած ենք արդէն մեր ապրանքներէն մաս մը, իսկ կերպոնատեղին է Մարմնանարզի խմբագրաստունը: