

# NAVASART

ORGANO DE LA U. G. ARMENIA DE CULTURA FISICA



ՊԵՏՏՈՆԵՐԻԹ Հ. Մ. Ը. Մ. Ի

ԴԵԿՏԵՄԲԵՐ 1957

## ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹԻՒՆ

Բանաստեղծ Ա. Երսիկ Իսահակյան	ԿԻՄԲԱԳՐԱԿԱՆ	1
Արարատին, Հայրենիքիս, Դառն ալ տրտում Ա. ռ ԻՍԱՀԱԿԵԱՆ		6
Մարզամբը եւ Բժիշկները	Շ. ԳՐԻՍԵԱՆ	7
Գրին Առողջապահութիւնը	Դոկտ. Օ. ԿԵՐԿԵՐԵԱՆ	10
Մեծ հայն ու մեծ միտքը	ԶԻԹՈՒՆԻ	13
Մասիսին	Ս. ԿԱՊՈՒՏԻԿԵԱՆ	14
Սկառուութիւնը	Մ. ԵԱՆՆԳԵԱՆ	15
Մարզական Հանդիպումներ	Մ. ՏԵՐ ՄԵՍՐՈՊԵԱՆ	20
Մտածումներ	Հաւաքեց ՄԵՆԱՍԷՐ	21
Ատենացրութիւն Յունաստանի Հ. Մ. Ը. Մ. Ի Պատգմ. Ժ		22
Uno para todos, todos para uno	EDITORIAL	25
Evite el daño de su espíritu	RAFFI MIRAKIAN	27
Cena de camaraderia		31
Nota social		32
Estudios sobre Armenia	RAFFI MIRAKIAN	33
Medicina del deporte	C. A. de FILIPPI NOVOA	34

Օր. ՀԻԼՏԱ ՀԱՅՐԱՊԵՏԵԱՆ

Եւ

Պր. ՎԱՀԱԳՆ ԻՍՐԱՅԷԼԵԱՆ

Խօսեցեալք

Մեր շնորհաւորանքները:

ՆՈՒԻՐԱՏՈՒՈՒԹԻՒՆ Հ. Մ. Ը. Մ. Ի ՍԿԱՌԻՏՆԵՐՈՒՆ

Այրի Տիկին Սաբենիկ Սանդաբանի Մահաւան տարելիցի առթիւ Տէր եւ Տիկին Արամ Պիլեանան 100 փետ կը նուիրեն Հ. Մ. Ը. Մ. Ի Սկառուներու փոնտին:



ՊԵՏՈՎԱԹԵՐ

Հ.Մ.Ը.Մ.-Ի

Ե. ՏԱՐԻ, ԹԻՒ 55      ԴԵԿՏԵՄԲԵՐ 1957      ԳՈՒԷՆՈՍ ԱՅՐԷՍ

ԽՄԲԱԳՐԱԿԱՆ

# ԲՈՆԱՍԵՂԺ ԱՒԵՏԻՔ ԻՍԱՀԱԿԵԱՆ (1875-1957)

Ընդմիջտ լուց ժեր ծերունագարդ բանաստեղծը...

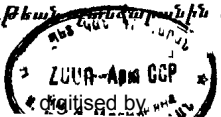
Ծնած էր Ալեքսանդրապոլի (Լենինական) մէջ, 1875 Հոկտեմբեր 31ին, անցաւ յաւիտենականութեան 1957 Հոկտ. 21ին:

Իր մահուան բոթը անմիջապէս հեռագրած է Ս. Միութեան Թաս գործակալութեան Երեւանի մասնաճիւղը, Հոկտ. 2 ին, տալով հետեւեալ մանրամասնութիւնները անոր յուղարկաւորութեան մասին.-

Աւելի քան 200,000 աշխատուորներ ներկայ եղան Հայ մեծանուն բանաստեղծ Աւետիք Իսահակեանի յուղարկաւորութեան: Բանուորներ, պաշտօնեաներ, զբաղէտներ, գիտուններ, ուսանողներ եւ դպրոցականներ երէկ եւ այսօր տողանցեցին անոր դագաղին առջեւ, որ զետեղուած է Ֆիլհարմոնիայի փողը դահլիճին մէջ: Թաղումը կատարուեցաւ «Կոմիտաս» զբօսայգիին մէջ:

Հայաստանի Հանրապետութեան Համայնաժար Կուսակցութեան Կեդրոնական Կոմիտէի առաջին քարտուղար Սուրէն Թովմասեան, խօսք առնելով Թաղման արարողութեան ընթացքին, յայտարարեց.

«Անհուն կսկիծով է որ Հոդին կը յանձնենք մարմինը Հայ Ժողովուրդի մեծ վարպետ Աւետիք Իսահակեանի, զոր բոլորս ալ կը սիրենք: Անոր անունը արժանաւոր կերպով անցած է միջազգային դրականութեան պատմութեան մէջ:



60-97

A.R.A.R.@

Digitised by...



«Իսահակեանի գործը, - ըսաւ Սուրէն Թովմասեան - անըստ-պառելի ազդիւր մըն է որ պիտի սնուցանէ Հայաստանի Գրականութիւնը իր հետագայ զարգացումի ճամբուն մէջ : Դամբանականներ խօսեցան նաեւ Հայ, Վրացի եւ Ատրպէյճանցի գրագէտներ եւ գիտնականներ: Յանուն արտասահմանի հայութեան խօսք առաւ գրագէտ Կարապետ Սիդալ:

#### Պատուոյ Պահակներ

Հայաստանի բոլոր շրջաններէն ժամանած հասարակական սմէն իսաւի ներկայացուցիչները իրենց յարգանքի վերջին տուրքը մատուցին հայ ժողովուրդի մեծ դաւակ՝ անդարձ մեկնող Աւետիք Իսահակեանին:

Իւրաքանչիւր երկու վայրկեանը անգամ մը Պատուոյ Պահակները հերթով կը փոփոխէին: Այս տեղ Պատուոյ Պահակ կեցած էին ահազեմիկոս Վիգթոր Համբարձումեանը, Երեւանի

Պետական Համալսարանի Տնօրէնը եւ դասախօսներն ու փրոֆէսորները, դրոշներ՝ Մ. Արմէնը, Սիլվա Կապուտիկեանը, Ս. Զօրեանը, Յովհ. Երրազը, ինչպէս նաեւ եղբայրական հանրապետութիւններէն ժամանած պատուիրակութեանց անդամները:

Թափօրը կը շարժի

Ժամը 3ին, Պատուոյ Պահակներ կեցած էին Հայաստանի Հանրապետութեան Նախագահ Ծմաւոն Առուշանեան: Կոմունիստ Կուսակցութեան Ընդհ. Քարտուղար Սուրէն Թովմասեան, նախարարներ եւ այլ բարձրաստիճան անձնաւորութիւններ: Նուազախումբի սրտամորձոք հնչիւններուն տակ՝ դազազը դուրս կը բերուի Հայֆիլհարմոնիայի դահլիճէն:

Տասնեակ հազարաւոր աշխատւորներ Լենինի անուան հրապարակին վրայ խոնուած էին իրենց յարգանքի տուրքը մատուցանելու անվերապահ Վարպետին: Երկինքն ալ կարծէք կը սզար մահը անմահ բանաստեղծին, իր թեթեւ արցունքները թափելով չիթ առ չիթ: Հակառակ տեղացրոյ անձրեւին աւելի քան 50.000 հոգի հետեւեցան թափօրին: Հարիւրաւոր ծաղկեպսակներ զըրկուած էին երկրի զանազան շրջանակներէն:

Յուզարկաւորներու թափօրը կանգ առաւ Պանթէոնին առջեւ, ուր սուգի միթինկին համար պատրաստուած էր յատուկ բէմ մը, որուն վրայ տեղ դրուած էին կառավարական թաղման յանձնախումբի անդամները:

Յանձնախումբի Նախագահը սուգի միթինկը բացուած յայտարարելէ ետք Հերթով խօսք առին Հայաստանի Կոմկուսի Գեղր. Կոմիտէի Քարտուղար Սուրէն Թովմասեանը, Հայաստանի Գրրոշներու Միութեան անունով՝ Ստեփան Զօրեանը, Սովիէթ Միութեան Գրրոշներու Կեդրոնական Վարչութեան ներկայացուցիչը, Լենինականի Աշխատւորներու անունով՝ Կ. Սէֆէրեանը, Վրաստանի Գրրոշներու ներկայացուցիչը՝ Կիարկին, Ազրպէյճանի Գրրոշներու Միութեան անունով՝ Մահմէտ Ռահիմը, Հայաստանի Գիտութիւններու Ակադեմիայի Նախագահ Ակադեմիկոս Վիքթոր Համբարձումեանը եւ արտասահմանի մէկ միլիոն հայերու անունով՝ ամերիկահայ բանաստեղծ Գարապետ Սիտալ:

Բոլոր խօսողներն ալ վեր առին Աւետիք Իսահակեանի հայ գրականութեան համար բերած մեծ նպաստը, դրուատելով անոր հայրենասիրական մեծ գործերը:

Վերջին ակնարկ մը իր գերեզման իջնելէն առաջ

Աւարտած է սուգի միթինկը:

Բոլոր ներկաները կ'ուզեն, վերջին անգամ ըլլալով, նայիլ հայ ժողովուրդի մեծանուն Բանաստեղծին:

Հայրենիքի հողը չաւտով պիտի ծածկէ զինք յաւերժականօրէն: Հայութիւնը կ'ուզէ զինք տեսնել դարձեալ վերջին անգամ:

Ներկաներէն իւրաքանչիւրը վերջին անգամ իր նայուածքին մէջ կ'ուզէ ունենալ բանաստեղծին վերջին դիմանկարը:

Նուազախումբի տխրահնչուն եղանակներուն կը յաջորդէ «Որսկան Աղբէր» եղանակը եւ զագաղը կ'իջնէ գերեզման, որ կը ծածկուի աշանային թարմ ծաղիկներու բլուրով մը:

• • •

Մարդը.— Մեր տաղանդաւոր բանաստեղծը միջհասակ, լայն ճակատով, թախծոտ աչքերով, Նաիրեան պատկառելի քիթով եւ խիտ պելս ու մօրուքով մէկն էր: Կը քալէր դանդաղօրէն, ա՛յն տպաւորութիւնը ձգելով որ յոգնարեկ է եւ երթալիք երկար ճամբայ ունի: Երեւութապէս անհոգ եւ անվիշտ կ'երեւնար՝ եթէ իր ծանրախոհ եւ խոշոր գլուխը որ հակած կը պահէր Մայր Երկրին, չմատնէր իր ներքին խռովքն ու յուզումները:

Դիւրահաղորդ, բարեհամրոյր եւ կենցաղազէտ էր, ու դիտէր շուտով մտերմանալ եւ իր ներկայութիւնը հաճելի դարձնել:

Ճարտասան չէր, բայց խօսելու եւ պատմելու գրաւիչ եղանակ ունէր եւ իր խօսակցութիւնը սովոր էր համեմել զուարճալի առակներով, մանրավէպերով եւ ժողովրդական կարճ եւ իմաստալից զրոյցներով:

Ընկերական, չէն ու ճոխ էր բնաւորութեամբ, մանրանկարը մեր համբաւաւոր Շիրակի, ուր մեր ժողովուրդը, աւանդաբար, սիրահար է կեր ու խումի, զուարճութեան, երգի ու պարի եւ ընտանեկան հաւաքոյթներու: Շիրակեցին զուարթամիտ է եւ հաճելիօրէն պարծենկոտ, խօսքի տակ չի մնար: Շիրակը հարուստ է նաեւ մեր բանահիւսութեամբ:

Մեր բանաստեղծը ծնունդն է այդ միջավայրի, ուրկէ քաղեց իր նախնական տպաւորութիւնները, որոնք թարմ մնացին մինչեւ իր խոր ծերութիւնը եւ որոնք անսպառ նիւթ դարձան իր ստեղծագործութեանց:

Մեր գրգականութեան հորիզոնին վրայ երեւաց նախորդ դարու վերջին տասնամեակին իր «Երգեր ու Վէրքեր» քնարական հատորիկով: Առաջին անգամ սրատես քննադատ Ն. Աղբալեանն էր որ զինք ներկայացուց հանրութեան, անոր մէջ տեսնելով ապագայ մեծ բանաստեղծը, եւ արժանաւորապէս իրականացաւ Ն. Աղբալեանի նախատեսութիւնը: Հետզհետէ լոյս կը տեսնեն իր այլ ստեղծագործութիւնները, որոնց մէջ նկատելի են իր յարատեւ կատարելագործութիւնը եւ զարգացումը լեզուի, ոճի եւ պատկերներու ճոխութեան, ինչպէս նաեւ այլազան նիւթերու բծախնդիլ մ'շակ ումը: Կարելի չէ զոյն համարել զուտ քնարերգակ բանաստեղծ. սահմանափակուած իր անձնական տարտերով ու վշտերով, իր ներքին կեանքով եւ ապրումներով: Եթէ

չափազանցութիւն չէ, գոյն կարելի է համարել համայնապար-  
փակ պոէտ, որ կրցած է ընդգրկել լայն հորիզոններ, հասնելով  
մինչեւ համամարդկային կեանքի բարձրագոյն ոլորտները:

Նախապէս անձնակաւմ, յետոյ համազգային եւ ապա հա-  
մամարդկային: Եւ հաւասարապէս յուզիչ ու գրաւիչ են իր ըս-  
տեղծագործութիւնները այս երեք ենթահոլիւմ վրայ:

Եթէ էճիշտ է որ գրողը պէտք է ըլլայ արտայայտիչը իր ժա-  
մանակաշրջանին, ապա Իսահակեանը լրիւ կատարած է իր առա-  
քելութիւնը իրրեւ հայ բանաստեղծ՝ հայկական չափանիշով եւ  
մարդ-բանաստեղծ՝ համամարդկային մտահոգութիւններով:

Բնական է, մեզ համար աւելի հաճելի են իր հայրենագրոջմ  
երգերն ու վէրքերը, մեր երկրի հովն օձ զովը, մեր նախշուն թըռ-  
չունները, հայ կնոջ եւ մարդու ամօթխած սէրը, հայ օճախի եւ  
մայրութեան քաղցրութիւնը, մեր պանդուխտ եղբայրներու հա-  
ռաչանքը, հայ ռազմիկներու սխրագործութիւնները, Հայաստա-  
նի եւ հայ ժողովուրդի մասին իր գովերգութիւնները, որոնք  
մեծ տեղ կը գրաւեն իր քերթողութեան մէջ:

Հայրենասէր եւ մարդասէր այս բանաստեղծը ամենէն բախ-  
տաւորն եղաւ իր գրչեղբայրներէն, որ իր փոխանցումը կատա-  
րեց հայրենի հողին վրայ, վայելելով մեր ժողովուրդի սէրն ու  
դուրգուրանքը: փառքով երգեց մեր կեանքը եւ փառքով մեռաւ  
մեր հայրենիքին մէջ:

Իր կեանքն ու գործը հպարտութեամբ պիտի ոգեկոչեն գալոց  
բոլոր սերունդները:

Քանատեղծ Եղիշէ Զարեմցեմ

Լսի՛ր, անգի՞մ,  
Պիտի տօնմ,  
Որ առաջուայ  
Զարեմցը չեմ...

Էլ չի տենչում  
Երգի յանգի,  
Այքան յայտու՞մ  
Ու անհանգիստ:

Սիրտս էլ չէ՛  
Այնքան շաշլ,  
Ծանր է՛ դարձել  
Ու քիչ ժլատ:

Ու հուրիւրամ  
Երգըս հիմի  
Դարձել է հիմ,  
Նստած գիմի:

ո՛ր

Էլ չի՛ հնչում  
Այնքան հնչեղ...  
Էլ առաջուայ  
Զարեմցը չեմ...

Ա Ր Ա Ր Ա Տ Ի Ն

Արարարի ներ գտնիքի,  
Կ-ր է Էհե Լայրիտի տեւ,  
Ու աշի:

Անհուն թում Կայմայնի,  
Աստի Էհեռե ազանաշի...  
Ու աշի:

Մահաբուն-ժայ սեղանայնի  
Այն է Գիշե Ե- - Գագաբի.  
Ու աշի:

Կիրճ Գ Կսե ինն է կեւ.  
Կին Է Զայե սեղանայնի...  
Ու աշի:

Ա - Գագաբի:

Հ Ա Յ Ր Ե Ն Ի Ք Ի Ս

ԴԱՌՆ ՈՒ ՏՐՏՈՒՄ

Ակութեանից հին հայրենի  
Մուխն է ելնում բարի,  
Ուղիներով ազատութեան  
Թռչում ես դու արի:  
Սայասրակ թռչում ես դու  
Նոր օրերի աստղին,  
Հաստարիւմ քեզ ուժ տուող  
Հին օրերի հողին:  
Խոչ ու խուփեր թշնամական  
Թռիչքդ չեն կասում,  
Աշխարհազան նշարտութեան  
Նոր խօսքեր ես ասում:  
Դու, հին երգեր, նոր ու պլածաւ  
Իմ ժողովուրդ, իմ հաց,  
Արեւաթեւ անմահ թռչուն՝  
Հուր ու սուրբց ծնած...

Դառն ու տրտում  
Օր ու գիշեր,  
Իմ հեզ սրտում  
Անյոյս վշտեր:  
Հայրենի տուն՝  
Աւար, աւեր,  
Արեւն, արեւն,  
Անհուն ցաւեր:  
Սուրբ մանկիկներ՝  
Մեր մայր ու բոյր  
Հրին, ջրին  
Ու սրին կալ:  
Կսկի՛ծ, կսկի՛ծ  
Այսքան կսկի՛ծ,  
Ինչպէ՛ս տանիւմ  
Այսքան կսկի՛ծ...:

Ա. ԻՍԱՀԱԿՅԱՆ

Ա. ԻՍԱՀԱԿՅԱՆ



## ՄԱՐԶԱՆՔԸ ԵՒ ԲԺՒՇԿՆԵՐԸ

Գրեց՝ ՇԱԽԱՐՇ ՔՐԻՍՏԱՆ

Ամէն բարիք իր թշնամիները ունի, ասիկա այլևս շատերու ծանօթ ճշշմարտութիւն մը ըլլալով աւելորդ է այդ մասին բացատրութեանց մէջ մըտնել, ու մարդանքը՝ որ մարդկութեան համար պէտք մը եւ բարիք մըն է, իբր թշնամի աւելի շատ քիչ բացատրութեամբ բժիշկները, դոնէ մեր մէջ:

Ճիգիբազան արմատական կրթութիւնը իր գոյութիւնը, իր գիտութիւն մը ըլլալը կը պարտի մի միայն անոր որ հիմնուած է գաղաղան գիտութիւններու, օրինակի համար բնախօսական, մարդակազմական, առողջապահական եւ ուրիշ կարգ մը գիտական նշմարտութիւններու վրայ, միւս կողմէ կը տեսնենք թէ բժշկութիւնն ալ իր կարգին բժշկութեան անուան տակ ուրոյն գիտութիւն մը ըլլալէ առաջ ու աւելի, նոյն այդ վերոյիշեալ գիտութիւններուն վրայ հիմնուած աւելի մանրամասն գիտութիւն մըն է, այս պարագային բուժական տարօրինակ ու դարձմանալի պէտք է թուի մեր այն յանդուգն խօսքը թէ մեր մէջ մարդանքի ամենամեծ թշնամիները բժիշկներն են:

Մեր ըսածը սխալ ու անտրամաբանական պիտի ըլլար եթէ փոխանակ բժիշկները բռնուր բժշկութիւն ըսած ըլլայինք, մենք այդ բան չէինք կրնար ըսել, բա գիտնալով որ նոյն ճշմարտութիւններէն բխած ու իրենց անջատութեանը մէջ երկու կամ աւելի ուրոյն ճշմարտութիւններ չեն կրնար իրարու թշնամի ըլլալ, իրար չէզոքացնել, այլ իրար կը լրացնեն: Կանոնաւոր մարդանքն ու բժշկութիւնը որ երկու անջատ ժամարտութիւններ են փոխանակ մեր մէջ իրար ամբողջացնելու, իրարու թշնամիներ դարձած են, ու այս՝ բժիշկներու շնորհիւ:

Մասնաւորապէս Թուրքիոյ ամէն ազգի պատկանող բժիշկները կը շարունակեն կարծել թէ իրենց բովանդակ պաշտօնը ու մարդկային պարտականութիւնը դեղագիր գրելուն եւ հիւանդներով միայն զբաղելուն մէջ կը կայանայ, մինչդեռ Նւրոպայի, Ամերիկայի գիտունները, մարդասէր բժիշկները սկսած են փոխանակ հիւանդներով, հիւանդութիւններու իբր դարձան կարծեցեալ դեղերով զբաղելու, աւելի օգտակար ու մարդկային դասած են առողջներով զբաղել, անոնց սորվեցնելով առողջ մնալու եւ հիւանդ չըլլալու միջոցները:

Ահաւասիկ այն անհունապէս մեծ տարբերութիւնը որ կայ շատ քիչ բացատրութեամբ մեր եւ եւրոպացի բժիշկներու միջեւ: Հոս բժիշկները կ'ապրին հիւանդութեան հետ ու ժողովրդին դէմ, իսկ հոն կ'ապրին ժողովրդին հետ ու հիւանդութեան դէմ, ու հոս եւ հոն բժիշկի մը ժողովրդի հետ ունեցած յարաբերութիւնները տարբեր պարագաներու տակ տեղի ունենալով, բնականաբար ժողովրդին ալ դէպի բժիշկը ունեցած վերաբերմունքն ալ որ այդ յարաբերութիւններէն կը ծնի, պիտի տարբերէր, ու ճիշդ ասոր համար կ'ըսենք թէ Նւրոպայի մէջ բժիշկները ժողովրդին բարեկամներն են, իսկ հոս՝ թշնամիները:

Աւելի պարզ խօսելով, ըսենք թէ Նւրոպայի եւ Ամերիկայի մէջ բժիշկները, ասն բարեկամները, մտերիմները են, որովհետեւ ասն մը հետ իրենց ունեցած յարաբերութիւնները անպատճառ հիւանդութեա նմ պարագային չեն որ կը սկսին, կը շարունակուին ու հիւանդին առողջանալուն կամ մեռնելուն հետ կը վերջանան, այլ յաճախակի այցելելով իրենց գիտունի խորհուրդներով, իրատեղիով օգտակար կ'ըլլան այն ամէն խնդիրներուն մասին, որոնք

իրենց հատուկեան ու փորձառութեան շրջանակին մէջ կ'իյնան, մինչդեռ հոս, ճիշդ հակառակը, թող ընթերցողներէս իւրաքանչիւրը յողնութիւնը յանձն առնէ վերիշէլու համար առիթ որ ատեն նոյնիսկ տան բոժիչը զոհողութիւնը յանձն առած է առանց կանչուելու տուն մը այցելելով առողջապահական խորատեսիլ եւայլն տալու, մէկ խօսքով ժողովուրդին ըսելու, հիւանդ մի ըլլա՞ք. ընդհակառակը, մեր բոժիչները շատ քիչ քաջատուութեամբ կ'ուզեն որ ժողովուրդը կարելի եղածին չափ հիւանդ ըլլայ, որպէսզի իրենք ալ նոյն համեմատութեամբ դրամ շահին, ու ճիշդ ասոր համար մենք ամենայն իրաւամբ կ'ըսենք թէ մեր բոժիչները մեր քահկներուն թշնամիներն են, ու եթէ մեր դրամը մեր քարեկամն է, կը հետեւի թէ բոժիչները մեր թշնամիներն են:

Պէտք է դիտնալ թէ հիւանդութիւնը ինքնաբերաբար յառաջ գալիք երեւոյթ մը չէ, այլ զանազան պատճառներու հետեւանքը միայն, օրինակի համար անհոգութեան, առողջապահական օրէնքներու, բնութեան պատուէրներու անտեսանալու պատճառաւ ներքին գործարաններու աններգաշնակ ու խանդարեալ գործակցութենէն առաջ եկած շատ բնական հետեւանք մը, ու այս պարագային ի հարկէ չէ կարելի ուրանալ բոժիչին կատարելիք դերը, որովհետեւ նոյնիսկ Եւրոպայի մէջ, ուր ժողովուրդը ընդհանրապէս այնքան զարգացած է, դարձեալ կարելի չէ հիւանդութիւնը արգիլել, բայց ահա հոս է բուն պարագան, Եւրոպայի բոժիչները սկսած են բնական դեղերով, օրինակի համար մաքուր օդ, մաքուր եւ առատ ջուր, արևու եւ ջուրի լուսանք, մարզանք եւ մարդական զբօսանքներ յանձնարարել ու այդչէպս ընելուն պատճառները պարզել, իսկ հոս տակաւին կը շարունակեն հին դրութիւնը, այսինքն դեղեր յանձնարարել, որոնք ընդհանրապէս ուրիշ բան չեն, բայց եթէ հիւանդութեան աւելի ծանր կրկնութիւնը, հետեւաբար իրենց ալ կրկին կանչուիլը ապահով միջոցներ միայն:

Միւս կողմէ հիւանդութեան մը հետեւանքը միշտ անստոյգ ըլլալով, սըխալ չէ ըսել թէ հիւանդութիւն եւ մահ շատ սերտօրէն կապուած են իրարու, ու այս պարագային ամենայն իրաւամբ կրնանք ըսել թէ բոժիչը եւ մահը նոյնպէս սերտօրէն գոչաւորուած են, գոնէ գաղափարով, կրնայ այս գաղափարը սխալ եղած ըլլալ, կարելորը աս չէ, այլ այն է թէ ժողովուրդին դէպի բոժիչը ունեցած վերաբերմունքը մարմնացնող գաղափարը այդ է, մենք մեր մասին համամիտ չենք ժողովուրդին այդ կարծիքին, որովհետեւ բոժիչները միշտ իրենց խնամած հիւանդները չեն մեռցներ, բայց միւս կողմէ պէտք է խոստովանիլ թէ բոժիչները իրենք իսկ են այդ սխալ կարծիքներուն բուն պատասխանատուն, որովհետեւ երբեք չեն հետաքրքրուած առողջներով, ու ոչ ալ անոնց առողջ մնալու միջոցներով զբաղած:

Ամէն պարագայի մէջ եթէ կարելի չէ բոժիչին դերը ուրանալ, նոյնպէս եւ աւելի կարելի չէ ուրանալ նաեւ թէ միշտ լաւագոյն է հիւանդ չլլալ քան թէ ամենաճարտար բոժիչի մը խնամքներուն կարօտ մնալ:

Ի հարկէ մեր այս դիտողութիւնները չենք կրնար վերաբուժութեան մասին ալ ընդհանրացնել, որովհետեւ ներքին գործարաններու բոժիչութիւնը եւ վերաբուժութիւնը բոլորովին տարբեր բաներ են, կրնանք կանոնաւոր կեանքով, մարզանքով եւ այլն առաջինին պէտք չունենալ, բայց վերաբուժական գործողութիւնները, որոնք արկածներու եւ ուրիշ պատճառներու արդիւնք են միշտ իրենց գոյութիւնը պիտի պահեն ալ աւելի զարգացած ու կատարելագործուած:



Ներկայ դրութեանս զորպայատեալս եղան երկու-երեք երիտասարդներ, որոնք ինձ գալով յայտնեցին թէ ժամանակին իրենք ալ ուրիշ շատերու պէս ներքին գործարաններու խանգարումէ տառապելով, վերարուժական գործողութեան պիտի ենթարկուէին երբ իրենց բարեկամներէն մէկ քանիին ստիպումներուն վրայ դիմեցին բժիշկի մը՝ որ իր հիւանդներուն երբեք փայլուն շիշերով դեղ չէր յանձնարարեր ու իր տուած ամբողջ դեղադիրները պարզապէս բնական ու կանոնաւոր կեանքի մը պայմանները յանձնարարող գրութիւններ էին եւ ամբողջ դրադեմէնդ կը բողբոջար կանոնաւոր ու նպատակաւարմար սնունդ, մարզանք, արիւտ, օդի եւ ջուրի յրաւանք յանձնարարելէ եւ ալն ։

Կան ներքին գործարաններու բարդ վիճակներ, որոնք վերարուժական գործողութիւն մը անհրաժեշտ կը դարձնեն, ու ենթականերէն մին որ արան-տիտիքէ կը տառապէր, բախտը կ'ունենայ վերոյիշեալ բժիշկին դիմելու որ ասանց դեղի եւ ասանց վործողութեան մի միայն ջուրով, կանոնաւոր սքնուղով եւ մարզանքով պիտի կատարելապէս կը բուժէ ։

Պատճառ մը շուտինք այդ երիտասարդին անունը դադարի պահելու, ընդհակառակի պատճառ մը աւելի ունինք իր անունը յայտնելու, որպէսզի բընական բժշկութեան մասին եթէ գերաճառածներ գտնուին, կարենան այդ ստուգել ։ Այդ երիտասարդը կը կոչուի Պր-Հայկ ձիւղիճեան, որ Պահլէ - Գարու եւ վերարուժական գործիքներ վաճառող մըն է, զինքը խնամող բըժիշկն ալ Տոքթ. Վահէ Մինասեանն է ։

Գիտութիւնը եւ ճշմարտութիւնը, որոնք իրարու հոմանիշ են, Հսկայաբայ կը յառաջդիմեն, նայիսկ Հայերու մէջ, այս բանը կրնանք Հաստատել անով որ Տոքթ. Վահէ Մինասեանը բարեբախտաբար չէ սահմանուած միակը մնալու մեր մէջ, որովհետեւ ուրիշ բժիշկներ ալ, ի մասնաւորի Տոքթ. Հ. Ճէզարիչեան, որ յատկապէս Փարիզ մեկնելով մարզանքի, կլեկարրակահնութեան ջրարուժութեան միջոցով շատ մը հիւանդութիւններու բուժման կարելիութիւնները ուսումնասիրած ու վերադարձած է, ուրիշ երիտասարդ բժիշկի մը եւս քանի մը օր առաջ անդի ունեցած մարմնամարդական հանդէսներու կարգադիր յանձնախումբին անդամ եղած է ։

Ահաւասիկ մենք այս կ'ուզենք, կ'ուզենք որ բժիշկները ամենէն տառժ ժողովուրդին առողջութեան մասին խորհին, փոխանակ յետոյ խօսող օգէժներ չինելով ու հիւանդութիւններով ու հիւանդներով դրողելու ։

Ինչպէս կը տեսնուի, մենք գիտական մարզանքի ջատագովներս, միշտ բժշկութիւնը կազմող գիտութիւններուն կը դիմենք առողջ ապրելու եւ առողջ ապրիլ ստիպեցնելու Համար, միւս կողմէ բժիշկներն ալ մնալով իրենց կոչումին նուիրական բարձրութեան վրայ պէտք չէ ժողովուրդին միամբուտութիւնը շահագործեն ։

Բժիշկներն իրենց ունեցած գիտական ծանօթութիւններով շատ լաւ կըրնան ժողովուրդին օգտակար ըլլալ, բայց ընդհանրապէս չեն ուզեր ու կ'ըսեն, ժողովուրդ, երևանդ եզիր ու հիւանդ ապրէ, բայց մի մեռնիր, այդ պարագային գործունէութեան դաշտս կը վերնայ, ես պատրաստ եմ քեզ խմամիջու գրամներով փոխարէն ։ Իսկ մենք կ'ըսենք, ժողովուրդ, բժիշկին թաժը թէ սուտ եւ թէ սխալ է. առօրեայ առաւել 30 վայրկեան մարզանքով առողջ մնացիր, հիւանդ մի ըլլար, առողջ եւ երջանիկ ապրէ ։

Ահաւասիկ մեր եւ բժիշկներուն ըսածը, մեր ընթերցողներուն խելքէն կախում ունի այս երկու հրաւերներէն միոյն կամ միւսին հետեւիլը ։

ԲԺԻՇԿԻՆ ԽՕՄԲԸ

### ՔԹԻՆ ԱՌՈՂՋԱՊԱՅՈՒԹԻՒՆԸ

Պէտք է լրջօրէն ուշադիր ըլլալ զի՞թին առողջապահութեան:

Քիթին ներքին մասը պիտի պատենք թաղանթով մը — մաղառային հու-  
ղաթաղանթ — որ շատ դերագրգիտ է եւ հարուստ մազաւ, խիճք, արտադրող  
գեղձերով: Ատնք երկու կարեւոր պաշտօններ ունին՝ հոտառական եւ շքե-  
շառական:

Քիթը, իբրեւ հոտառական զգայարանք ոչ միայն վայելք կը պատճառէ  
մեզի՝ հոտ առնելով այլ նաեւ կը պոռչացնէ մեզ, ապականած օդին, խար-  
զախուած սնունդներուն եւ ըմպելիքներուն դէմ: Սակայն իրականին մէջ,  
քաղաքակրթուած մարդը, կորսնցուցած է՝ զգացողութեան ուժգնութիւնը եւ  
կարեւորութիւնը:

Աւելի վայրենիներն ու կենդանիներն են, որ սուր հոտառութեամբ մը  
վննուած են: Այսպէս կենդանիները փարսախներով հեռուն գտնուող իրենց  
էգը կամ որք կը դգան պարզ հոտն առնելով: Գիտենք նաեւ օր հօտի եւ փո-  
շիի մասնիկներ օդին հետ կը մտնեն զի՞թին մէջ, կը փակին հոտառական թա-  
ղանթին, գրգռելով հոտառութեան յատուկ րջիչներն ու ջիղերը:

Հետեւաբար հոտ առնելու համար՝ պէտք է որ օդը ազատ ներք մտնէ եւ  
հոտառական հուղաթաղանթն ալ առողջ ըլլայ: 2) Երբ զի՞թին վարի մասը  
ժամանակաւոր կերպով կամ մշտապէս կը բորբոքի եւ կը խցուի — ինչպէս կը  
պատահի հարբուխի ընթացքին — կամ երբ հուղաթաղանթը չոր կը մնայ կամ  
տկար — ինչպէս կը պատահի օգէն կոչուած հիւանդութեան մէջ, ուր թաղան-  
թը կերպով մը կը փճանայ ու կը հօտի — զի՞թը հոտ չ'առնէր:

Բ. — Քիթին միւս կարեւոր պաշտօնն է շնչառութիւնը: Այդ պաշտօնը կը  
կատարէ միջին զթեղջիւրէն վար գտնուող մասը, զոր ծածկուած է թանձր չա-  
փազանց դերագրգիտ, մաղառային գեղձերով եւ մաղերով, հարուստ՝ բազ-  
մաթիւ երակներով եւ թփուած օրիւնաւատ թաղանթով մը: Այս պատճա-  
ռաւ, յաճախակի կը պատահին զի՞թին արիւնհոտումները: Ընդհանրապէս զի-  
թը կ'արիւնի միջնորմին վրայի երակէն: Ուստի, արիւնհոտութիւնը դադրե-  
ցնելու համար կը բաւէ հասկայ թէ ո՞ր ռուշէն կը վազէ պրիւնը, եւ անի-  
ջապէս այդ ռուշը սեղմել զի՞թին ոսկորին վրայ: Իսկ երբ տեղական չէ զի-  
թին արիւնհոտութեան պատճառը, այն ատեն պէտք է փնտռել ընդհ. հիւան-  
դութիւն մը, պնդերակութիւն, երկկամունքի արեան հիւանդութիւններն են:

Երբ օդ չնչինք, զի՞թին շնչառական մասն է որ օդին կոտայ յարմար ջեր-  
մութիւն մը (39 աստիճան) եւ խոնաւութիւն մը: Ինչպէս նաեւ իր մաղերով  
կ'որսայ փոշիները: Մաղասովը եւ հոյզովը կը փճացնէ մանրէները, թոքե-  
րուն հայթայթելով մաքուր եւ անվնաս օդ:

Կը տեսնուի թէ որքան կարեւոր է զի՞թով շնչառութիւնը, մասնաւորաբար  
մանուկներուն համար: Բայց որպէսզի այս պաշտօնը լաւ կատարուի, պէտք  
է որ հուղաթաղանթը ընկալն վիճակի մէջ ըլլայ եւ զթախորչերը առջեւէն  
կամ ետեւէն գոցուած ըլլան:

Դժբախտաբար անոնք յաճախ մասամբ կամ ամբողջովին խցուած կ'ըլլան  
մանուկներուն մօտ: Չափահասներուն ջով զթախորչերուն առջևի մասն է, որ  
կը խցուի միջնորմի թեքումին, ստորին զթեղջիւրի թաղանթի գերաճումին եւ

կամ յամբողջաց բորբոքումին հետեւանքով: Ինչ որ պատճառ կը դառնայ յաճախակի կամ մշտատեւ հարբուխի եւ անոր բարդութիւններուն: Ասոնց կարգին յիշենք կղակային եւ ճակտոսկրային խորշերուն թարախալից եւ վրտանգաւոր բորբոքումը, (սինիզիթ), ականջի ցաւերը, թարախոտումը, խլուութիւնը եւն: Յիշենք նաեւ կոկորդին տեւական բորբոքումը (Փարէնտիթ), որու հետեւանքով կոկորդը կամ ըմբանը միշտ կարծիր կ'ըլլան, պղտիկ բըշտիկներ՝ (բորբոքած գեղձեր) ցոյց կուտան, առատ եւ թանձր մաղառ (սլինք) կ'արտադրեն, որ կը փակէ եւ կը ստիպէ ենթական ուժեղ քիթը քաշելու, զիթէն հազալու մանաւանդ առաւօտները, դայն դուրս հանելու համար:

Շատեր ալ կը կլլեն կոկորդին խիւնքը, ինչ որ ոմտնց քով կլլնայ աղիքներու բորբոքում առաջացնել:

Իսկ մանուկներուն քով, զթախորշերու ետեւի ծակերն են, որ դոցուած կ'ըլլան մաքոյսերով, որոնք կը գտնուին ըմբակին մէջ. բացատրենք՝

Ըսինք թէ քիթը հտեւէն կը բացուի կոկորդին կամ ըմբանին մէջ (Փարէնքս) ուղղահայեաց խողովակով մը, եւ հաղորդակցութեան մէջ է, վերի մասով քիթին հետ – զքթային ըմբան – մէջտեղի մասով՝ բերանին հետ – բերանային ըմբան – եւ վարի մասով՝ խոշակին եւ որկորին հետ – խոշակային ըմբան – :

Այսպէս կը կազմէ քառուղի մը, որ յարաբերութեան մէջ կը դնէ իրարու հետ : քիթը, բերանը, խոշակը եւ որկորը. ասոր համար է, որ մեր կերածը կամ խմածը երբեմն, փոխանակ որկորը (դէպի ստամոքս) երթալու, դուրս կուգայ քիթէն կամ կը մտնէ խոշակին մէջ:

Արդ. ըմբանը վերէն վար ծածկուած է արիւնատառ եւ զգայուն թաղանթով մը, որ հարուստ է, մանաւանդ քթային մասին մէջ, բազմաթիւ գեղձերով եւ աւշային կծիկներով. ասոնցմէ երկուքը՝ նշագեղձերը (սմիկտայները) խոշոր են եւ կը գտնուին բերանային կոկորդին երկու կողմերը. իսկ միւսները փոքր են եւ շարուած քթային ըմբանին մէջ, զթին բացուածքներուն երկու կողմերը, պաշտպան գինուորներու պէս: Երբ ասոնք բորբոքին եւ մեծնան, կը կազմեն մաքոյսեր (վեթեթասիտներ), որոնք քիչ շատ ետեւէն կը խցեն քթախորշերը:

Ատոր հետեւանքով ալ մանուկը բերանէն կը շնչէ – մինչդեռ քնականօրէն պէտք է քթէն շնչէ – դիւրը կը խոկոյ, անհանգիստ, բերանը բաց կը քնանայ, կը հազայ, յաճախ հարբուխ կ'ուեննայ, մաքոյսերուն թարախը կը վարակէ՝ եւստաքեան փողերը (որոնք ճիշտ այդտեղ կը բացուին), եւ յետոյ կը վարակէ ականջները:

Միւս կողմէ մանուկը քթին եւ մաքոյսերուն թարախը կ'յլլայ՝ կը թունաւորուի կը գունատի, գէշ շնչելով բաւականաչափ օդ չ'առնէր եւ Ֆիզիքսայէս ու իմացայէս չ'աճիր, յաճախ կը ստանայ տկար եւ ապուշ երեւոյթ մը եւ կ'ըլլայ յետամնաց՝ գպրոցին մէջ:

Ահա թէ ինչու խիստ ուշադիր պէտք է ըլլալ թէ մանուկներու եւ թէ չափահասներու զանազան պատճառներէ առաջ եկած գէշ շնչառութիւններուն, քիթի սուր կամ յամբողջաց բորբոքումներուն, աղբիւր շատ մը տեղական եւ ընդհ. հիւանդութիւններու:

Գէտք է լրջօրէն ուշադիր ըլլալ քիթին առողջապահութեան, քիթին առողջապահութիւնը կը տարբերի՝

1) Նորածինին մօտ որ աշխարհ կուգայ եւ հսկողութեան կը կարօտի: Բորբոքում մը կրնայ տարածուիլ մինչեւ ևստաքեան փողերը, միջին ականջը եւ պատճառել կանխահաս խլութիւնը:

2) Տղաներու մօտ՝ նշազեղձերու մասբոյսերու բորբոքումը կրնան լսողութեան եւ շնչառութեան խանգարումներ պատճառել, մինչեւ իսկ մտային զորգացումը կը դանդաղեցնեն:

3) Զտիահասի մօտ

— Քթեղջիւրներու բորբոքում:

— Պաշտպանել ցուրտին եւ խոնաութեան դէմ.

— Փոշիի, հովի, հոսանքի, քթախորշերը եթէ հարկ է լուալ՝ դաղջ ջուր գործածել, հարիւրին եօթը աղ խառնելով:

1. Ամէն առաւօտ ուռնզերը մաքրել թաշկինակի մը ոլորած ծայրով.

2. Ինչեւ նախ մէկ ծակէն (գոցելով միւսը) յետոյ միւս ծակէն:

3. Երբ երկու ծակերը փակելով ուժգին խնչուի, աղետեղութիւնը յաճախ եւ կ'երթայ եւ կը մտնէ եւտաքեան փողերուն մէջ եւ կրնայ վարակել ականջը:

4. Երբ երկու ծակերը փակելով ուժգին խնչուի, կրնայ արիւնահոսութիւն պատճառել:

5. Միշտ պէտք է քիթով շնչել, լայն բանալով ուռնզերը:

6. Քննել տալ յաճախակի հարբուխները: Քիթին խցումին պատճառները եւ դարմանել տալ:

7. Զուր չբռնել քիթին մէջ, մաքրելու նպատակաւ (երբ յաճախ կրկնուի, ջուրը կը դրոշմէ):

8. Միշտ մաքուր թաշկինակ գործածել եւ խնչել սորվեցնել մանուկներուն:

«Մասին»

ԳՈՎՏ. Օ. ԿԵՐԿԵՐԵԱՆ

### Մ Տ Ա Մ Ո Ւ Մ Ն Ե Ր

Գրակամութիւնը մեր բարոյական վերակազմութեան իր օժանդակութիւնը բերելու համար, պարտինք տարածել մեր մէջ կեանքի ցաշակի եւ ազգային կեանքի իմաստը: Անտարակոյս ամէն բանէ առաջ հրատալը եւ հաճոյք է նա: Բայց կամ ախտաւոր հաճոյքներ եւ վատառող հրատալոյնք: Մատնագրութիւնը աւելի այրական, աւելի փայտկորով, որ փոխանցէ մեր աւանդութիւնն մեծցած. ահա՛ ինչ որ պէտք է մեզ մազթել:

ՀԱՆՐԻ ՊՈՌՏՕ

\*\*\*

Կը կարծեն մտադիկ թէ ամէն պաշտօն կրնան վարել առանց պատրաստուած ըլլալու, առանց պարտականութիւններն ուսած ըլլալու. այսպէս է որ անկումն կը հաւանի ընկերային մարմնայն բոլոր տարրերուն: Եւ ժողովուրդները կը պատրաստեն իրենց կարծաւումն իսկ: Եթէ կ'ուզենք փրկել մեր երկիրը եւ փրկել գնեզ, յուսաւորենք մեր խիղները, ուսանինք նախնայ մեր պարտքերը եւ գործադրել գանձնք:

Հ. ԺԱՆՎԻԷ

\*\*\*

Տա՛ր այսօրը ծուլութեա, եւ ան քեզմէ պիտի գողնայ վաղը:

\*\*\*

Տա՛ր այսօրը ծուլութեան, եւ ան քեզմէ պիտի գողնայ վաղը:

ՄԱՀՈՒԱՆ ՑԻՄՆԱՄԵԱԿԻՆ

## ՄԵԾ ԴԱՅՆ ՈՒ ՄԵԾ ՄԻՏՔԸ

Վան-Վասպուրական ու Խրիմեան Հայրիկ.

Վարազ ու Խրիմեան Հայրիկ.

Աղթամար ու Խրիմեան Հայրիկ.

Մուշ-Տարսն-Տուրուբերան ու Խրիմեան Հայրիկ.

Երուսաղէմ ու Խրիմեան Հայրիկ.

Էջմիածին ու Խրիմեան Հայրիկ.—

Մի՛թէ չի նշանակեր Հայութիւնն ու Խրիմեան Հայրիկ. Հայ Ընտանիքն ու Խրիմեան Հայրիկ. Հայ Վանքն ու Խրիմեան Հայրիկ. Հայ Մամուլն ու Խրիմեան Հայրիկ. Հայ Գրականութիւնն ու Խրիմեան Հայրիկ. Հայ Կեանքն ու Խրիմեան Հայրիկ. Հայ Դատն ու Խրիմեան Հայրիկ. . .

Մեծ Մարդ եւ Մեծ Հայ, մեծ Հայ եւ մեծ Դէմք:

Մեծութիւն ու մեծ յեղաշրջում:

Մեծութիւն եւ Ամամուտութիւն:

Հայ Հնատոհմ ցեղին մեծութիւններուն լուազոյն արտայայտիչը: Մեր դարերու նոր Խորհնացի, եւ Սահակ եւ Մեսրոպ. Եղիշէ եւ Նարեկացի: Եւ Արողեան եւ Պատկանեան. եւ Բաֆֆի եւ Արծրունի. եւ Աղայեան եւ Ահարոնեան. եւ Թումանեան եւ Իսահակեան. եւ Վարուժան եւ Սիմանթօ. եւ Զօհրայ եւ Թլկատեցի. եւ Անդրանիկ եւ Մուրատ ու Սմբատ. եւ անուան ու անանուն թիւր-հազար քաջեր-հերոսներ՝ իրեն պէս Հայ անունին ու Հայ Դատին դու:

Թղթատեցէք ու դարձուցէք իր մատենները.— Արծուի վասպուրական. Արծուիկ Տարօնոյ. Հրաւիրակ Երկրիմ Աւետեաց. Հրաւիրակ Արարատեան. Պապիկ եւ Թռռնիկ. Դրախտի Ընտանիք. Սիրաք եւ Սամուէլ. Մարգարիտ Արքայաւթեան Թրկնից. Խաչի շառ. Վանգոյթ. Հայգոյթ. Ժամանակ եւ Խորհուրդ Իւր. անթիւ շառնիւր. Խնդրագրեր. Կոնդակներ. Նամակներ. եւ զեռ էջն՝ ու էջեր. . . :

Ո՞վ է աւելի մեծ՝ մեր մէջ, մեր ազգին մէջ, քան Խրիմեան Հայրիկ: Մէկ անոռն, մէկ անձ. հազար դործ ու հազարներով մեծութիւն ու դանձ:

Մեր դարու Հայ մեծագոյն մարգարէն. Խրիմեան Հայրիկը:

Մեծ միտք ու մեծ բարբառ:

Համեստ խրճիթի դաւակ. անուռն ու եզական բարձրութիւններու հասած: Կիսաստուած մը:

Յայնկուններ Թաղի,— Վան Այգեստանի,— խոնարհ ոտտայնանկ շփէնով Մկօծն (Պարեգօտով Մկրտիչ), իր ատենին ամուսնացած, կիկ-տղի տէր. ընտանիքի Հայր դարձած, այս անձանօթ Հայը, մէկ օրէն միւսը՝ ՀՐԱ՛ՇԲ դարձաւ: Հրաշքն իջաւ վերէն. բարձունքներէն. որպէսզի Հրաշք-Տգան հասնէր բարձունքներուն բարձունքները:

Անժամանակ կորսնցուց կիկն ու գտաւկը. որպէսզի ՀԱՅՐ դառնայ ամէն Հայ զաւակի: Որպէսզի ՀԱՅՐին փաստազտակը շողայ իր լուսաւոր ճակտին: որպէսզի ոչ ոք զուրս մնայ իր հայրական հովանիէն:

Մնած օրը՝ Մեծութեան Ատողն իր ճակտին, այս զաւակը Հայ Մեծութեան՝ կրնա՞ր խուսափիլ իրեն վիճակուած մեծ ճակատագրէն:

Հարիւրամեակներ ու հազարամեակներ իրարու պիտի յաջորդեն, եւ Մեծ Վանեցիին ու Մեծ Հայուն շողն ու ճաճանչը պիտի մնան ու յաւերժանան ամեակներու հետ :

Մեծ Մարդիկ մահ չունին :

Ջահերը կրնան մարիլ, բայց Լոյս-Միտքերը մահ ու մար չեն ճանչնար : Արեւն ի սկզբանէ է . անվախճան ալ թաւալ ու հողով է իր ուղեգիծը :

Կա՞յ Հայ մը որ չպարծենայ իր ծնողքովը . գոյութիւն ունի՞ հայ անհատ մը որ ՀԱՅՐԻԿ-ի, ՈՐԻՄԵԱՆ Հայրիկի անունովը չերգնու :

Այս այն Հայն է որ՝ Հայուն, Թուրքին ու Քիւրտին յարգա՞նք պարտադրեց համահաւասար, Վանէն, Մուշէն մինչեւ Պոլիս ու Երուսաղէմ : Ար Յարերու մայրաքաղաքին մեծ հիւրն ու խնդրարկուն եղաւ : Ար Հայութեան Կեդրոնին, Արարատեան Մայր Աթոռին դահակալ, պայքարի դրո՞չ պարզեց դարերու մեծագոյն միապետներէն Ռոմանօֆ Տան բռնութեանց դէմ :

Որիմեան . . . Ան ծնած էր բազմազարեան մեծ ազգին ծոցը .- չքնազն Վան - Վասպուրական : Ան մեծցաւ իր հարազատ ժողովուրդին ու բնակավայրին մէջ : Ան սպրեցաւ Հայ Ժողովուրդին համար, Հայ Ժողովուրդին հետ, Հայ Ժողովուրդին ցաւերովն ու փառքերովը :

Ոտնարհնէք մեր գլուխը այդ Մեծ ՀԱՅՈՒՆ անմահ յիշատակին առջեւ :

(Ամենայն Հայոց Հայրիկ գիրքէն . Հրտրկթ . Ամբիկայի Համավասպուրական Միութեան)

ԶԻՓՈՒՆԻ

## Մ Ա Ս Ի Ս Ի Ն

Դու այսօր այնքան մաքուր ես Մասիս,  
Զիւներդ այնքան զինջ են, նրբերանգ .  
Անես չես նիւթուած քար ու աւազից,  
Այլ չբաներկով գծուած ես բարակ :

Այնքան խաղաղ ես աշխարհին նայում,  
Ու այնպէ՛ս մերն ես, մօտիկ, մտերի՛մ  
Անես չեն բերել քեզ ցաւ ու Արիւն,  
Քեզ չեն բաժանել քո որդիներից :

Անես չես խրուած գայգ տէգի նման  
Զոյգ գագաթներով սրտի մէջ Հայի,  
Անես չեն պղծել մանուկ մարդկութեան  
Երազի նամբան՝ տագնապըդ Նայի :

Անես Արաքսը գայբայթից գումատ  
Իմ եւ քո միջեւ չի սառել այսպէ՛ս,  
Ու քէ այս նամբով մի քի՛չ էլ գնամ,  
Մի քիչ էլ քայլեմ՝ հասնելու քո քեզ . . .

Երեւան

Միլվա ԿԱՊՈՒՏԻԿԵԱՆ



# Ս Կ Ա Ո Ւ Տ Ո Ւ Թ Ի Ի Ն Ը

Մարզանքի բոլոր տեսակները իրենց շնորհալի կամ անշնորհ ձևերն ունին, բայց որքան յարգել են այն մարդիկները, որոնք իրենց դերը կատարած միջոցին՝ շնորհ մը, բարեհաճութիւն մը ունին։ Սկստուած վաղքին մէջ ալ կայ տձեւ եւ վայելուչ եղանակ մը, եւ զիչ վերը յանձնարարուած ձեւով վազելու փորձերը մեծապէս պիտի օգնեն սկստուածներուն՝ ըլլալու ընտիր եւ շնորհալի վաղողներ :

Թէեւ Հինգերորդ դիտելիքը զուտ սկստուական վաղքի յատկացուած է, բայց զայն յաջողապէս գործադրած ըլլալը, իրաւունք կուտայ իրեն իր քըննութիւնը լրացուցած նկատել նոյն դիտելիքին վրայ : Այն ժառանգ ունէ առարկութիւն աւելորդ է . բայց չափազանց դժահատելի աշխատանք մը պիտի ըլլայ՝ եթէ խմբապետները հոգ տանին սկստուածներու մարմնակրթութեան, որ մեծագոյն ազդակներէն մին է տղայոց մկանունքները զարգացնելու, ինչպէս նաեւ կրթելու անոնց կարգապահական ոգին :

Շուէտական մարզանք, վազել, ցատքել, Ֆուլպոլ խաղալ, ասոնք ամէնքն ալ խմբապետին գծած յայտադրին մէջ միշտ պէտք է դանուռին . ասկէ զատ սկստուական միւս դասընթացներու կողքին՝ մարմնակրթանքը պէտք է իր որոշ տեղը ունենայ : Այն խմբապետը որ դիտէ սկստուական դիտելիքները համեմել մարմնամարզի զանազան խաղերով, այդ խմբապետը կատարուալ յաջողութիւն մը շինելու բացարձակ վստահութիւնը կրնայ ունենալ :

Շատ մը խմբապետներ իրենց ամբողջ կարողութիւնը զուտ մարմնակրթանքի, այսինքն զինուորական մարզանքի կամ ուղիմպիական խաղերու կը յատկացնեն : Պէտք է բռն թէ այդպիսի խմբապետներ երկրորդական, չըսեմ խող, սկստուածներ կրնան ըլլալ : Այդ խեղճները կ'ուզեն մարզանքի ձեւերով զօգարկել իրենց սկստուական ապիկարութիւնը, այնպէս որ երբ նեղը մնան, իրենց օգնութեան կը կանչեն կամ Ֆուլպոլը եւ կամ զինուորական մարզանքը, որ երբ անդադար կրկնուի, սկստուածներուն տաղտուկ կը պատճառէ եւ միեւնոյն ապարդիւն կերպով կը յողնեցնէ տղաքը, բան մը՝ որմէ պէտք է զգուշանալ : Սկստուական յայտագիրը մեծ այլազանութիւնները կը պարտենակէ իր մէջ, եւ ժամանակը թէ օգտակար եւ թէ հաճոյալի անցընելու հազարումէկ պատահելիքները դտնել չափազանց դիւրին է :

Լաւ խմբապետ մը ըլլալու ամենամեծ գաղտնիքը կը կայանայ սկստուածները դաստիարակելուն մէջ՝ բարոյական, մտաւորական ու ֆիզիքական գիտելիքներու պատուական մէկ խառնուրդով : Մի միայն մէկ նիւթի, նոյն խի սկստուտին սիրելի, միօրինակ դաստիարակութիւնը տղայոց համար անհաճոյ կը թուի : Պէտք է բոլոր նիւթերէն մէյ մէկ զիչ խառնել իւրաքանչիւր դասաւանդութեան կամ բանակումներու միջոցին . ահա այն ատեն է որ հաճոյալի եւ տպակորիչ կը դառնայ արտասանուած իւրաքանչիւր խորատ եւ հրահանգ :

Ամէն մէկ սկստուտ իրեն մտասեւեռում պէտք է ընէ իր աջ թիւին վրայ կրել «Մարմնակրթանք»ի եւ «Մարդիկ»ի մասնագիտական նշանները :

ՀԵՏՔ ՃԱՆՁՆԱԼ ԵՒ ԱՆՈՐ ՀԵՏԵՒԻՒ —

«Նորընծայ», «Երկրորդ կարգ»ի եւ «Առաջին կարգ»ի դիտելիքն է որ շահաւոր բառին (որ կը նշանակէ հետախոյզ կամ խուզարկիչ) իրական իմաստով գործադրութեան կը դրուի : Ընթերցողը թող հետաքրքիր ըլլայ աչքէ անցընելու տրուած բոլոր պայմանները եւ պիտի զարմանայ դիտելով որ

սկսուական ընդհանուր դատաբանական մէջ միասին մէկ պարտաւորել գիտե-  
լիք կը գտնուի, իսկական հետախուզական իմաստով:

Ճշմարիտ է թէ մնացեալ պայմանները այս կամ այն ձևով որոշ կապակ-  
ցութիւն մը ունին իրական սկսուականութեան հետ, բայց միայն թիւ հինգ գի-  
տելիքն է սահմանուած՝ հետախուզական բաժինը կիրարկելու:

Հետախուզական այս գիտելիքին՝ հակառակ իր խրթին հանգամանքին եւ  
չափազանց ընդարձակ սահմանին, բոլոր սկսուականները ամենամեծ եռանդով եւ  
հետաքրքրութեամբ հետեւած են:

Հետք ճանչնալ եւ անոր հետեւիլ, ահա պայման մը՝ որ ամբողջութեամբ  
զաղանդէ է եւ կը պահանջուի նախ ճանչնալ այդ զաղանդիքը եւ ապա անոր  
հետեւիլ: Կըսեն թէ երբ յարմար է, զոր մարզ կարող է կարգաւ, առաջին՝  
գիր, երկրորդ՝ մարտն գէճք, երրորդ՝ թողուած սեւէ միտք: Եւ ասորպէս  
ինչպէս որ մարդ կարող է գրուած սեւէ բան կարգաւ ամենայն դիւրութեամբ,  
նոյնպէս եւ կարող է միտքեր կարգաւ եւ հետեւութիւններ հանել աննոյն՝  
կատարեալ ճշգրտութեամբ:

Եւ որովհետեւ միտք ճանչնալու գիտելիքը ամենամեծ չափով սերտորէն  
կապուած է դիտաւորական սկսուական ճիշդին, առաջ այս գլուխի ուսում-  
նասիրութիւնը ժամանակը ուղարկութեանը կը յանձնեմ մեր հայ զինուորնե-  
րուն: Անոնք պահովաբար իրենց պարտականութեանը կիրարկման պահուն  
պիտի հանդիպին այնպիսի գէպքերու, որոնց վրայ չափազանց մեծ լոյս պի-  
տի սփռէ սկսուական այս գիտելիքը, եթէ հետամուտ ըլլան ուսումնասի-  
րելու կը զտոնան քաջովարժ զինուորներ հետախուզական զաղանդիքներու:

Հետախուզութիւնը զոր մենք սկսուականութիւն կ'անուանենք, բոլորովին  
անստեղծած մէկ ճիշդն է գիտելական դասին: Դեռ մինչեւ վերջին համե-  
լտական պատերազմը, սկսուական լուսատիները պէտք եղած զարգացում  
ու կրթութիւնը չէին ստացած իրենց ճիշդին մէջ, հակառակ անոր՝ որ ընդ-  
հանուր պատմութեան մէջ բազմաթիւ օրինակներ կարելի է յիշել այն անգը-  
նահատելի ծառայութիւններէն, զորք սկսուական լուսատիներ՝ նոյնիսկ  
անհաս սկսուական կատարած են:

Պատմութեան յանձնուած իբր ամենաաշխատու օրինակներէն մին է Սա-  
տովայի պատերազմը, ուր գերման սկսուած մը կարողացաւ թշնամի Աւս-  
տրիական բանակին դէրժը գտնել անսպասելի կեղծոնի մը մէջ: Գերման բանա-  
կը իր ուղղութիւնը փոխեց նոյն գիշերը՝ եւ յաջողօք օրը պատերազմ մղեց,  
որ վերջացաւ Աւստրիական բանակին շարաշար պարտութեամբը:

Երկրորդ օրինակ մը կարելի է յիշել 1870ի Ֆրանսո-գերման պատերազ-  
մէն, ուր ուրիշ գերման սկսուած մը Ֆրանսական զորաբաժնի մը գերքը կը  
հետախուզէ եւ կը տեսնէ որ օդնական զօրասիւններ չկան մտտեղքու Գերման-  
ները, այս տեղեկութեան վրայ, կը պաշարեն այդ զօրաբաժինը եւ ամբող-  
ջութեամբ կը քանջնան:

Արեւելքի բանակներուն մէջ սկսուականութիւնը բոլորսովին անստեղծած է,  
որով զինուորները անկարող են ունենալու այն տառաւելութիւնները եւ յաւ-  
կութիւնները զոր հակառակը կը ներկայացնէ: ՎՍկառուտ բառը ինքնին ար-  
դէն հոմանիշ է զաւթութեան, ձեռներէցութեան եւ տոկոսութեան, ախպէս  
որ պարտականութեան վրայ գտնուող սկսուականներուն կը նայուի ամենամեծ  
յարգանքով եւ հրացամբ: Դեռ վերջերս Անգլիոյ կարգ մը Հենտիալ կա-  
մաւորներու եւ Վիլիամ հետեւակներու լուսատիներ խնդրած են որ իրենք  
իբր հակառակ կոչուին:

Այսպէս ջերմօրէն կը յանձնարարեմ մեր հայ զինուորներուն եւ զինուո-

բազաններու հետեւիլ ստորեւ յիշատակուած նօթերուն, որոնք դադարաւորը կ'արտայայտեն սկառուական արտոյանին Սըբ Պէյտըն Բաուէլի:

Նախ պէտք է շնորհիլ թէ սկառուակները բան մըն է, զոր կարելի է սորվիլ, բայց կարելի չէ սորվեցնել: Ակառուակներէն մեծագոյն մասը անհաստական ճիգով եւ ձեռներէցութեամբ կր. արդիւնութի, մնացեալը շատ չնչին մասն է, որ ուրիշին օժանդակութեան կը կարտի:

Ձինուարականութեան մէջ ունէ մէկը սկառուակ ըլլալու համար, պէտք է լրացնէ հետեւեալ պայմանները: Պէտք է խիստ աշխոյժ, ճարտիկ, մտադի եւ վստահելի ըլլայ: Եւ լաւ լսողութիւն ունենայ: արողը եւ շարքաշ ըլլայ: մէկը որ ոգելից ըմպելիներու սիրահար է եւ կամ կրկնուող հիւանդութեանց ենթակայ, անօգուտ է իբր սկառուակ Պարտատ ըլլալ յօտարակամ կատարել ունէ աշխատանք: Քաջ ձիւտը եւ կարող լուրջով պէտք է ըլլայ, պէտք է նաեւ դրօշախօսութեան ալ հմուտ ըլլայ: Ասոնց հետ նաեւ անտարակոյս կարողալ եւ դրել դիտնայ:

Ձինուար մը, վերեւ յիշուած առաւելութիւններով օժտուած կը գատուի իբր սկառուակ, բայց դործնական դերը կատարելու միջոցին, ան ինքզինք ասակ պէտք է ընէ:

Ա.-Քաջութիւն, ինքնավստահութիւն եւ դատողութիւն:

Բ.- Կարող ըլլալ՝ իր ճամբան գտնել պնծածօթ երկրի մը մէջ:

Գ.- Աչքերը եւ ականջները գործածել:

Դ.- Պատուել դիտնալ:

Ե.- Հետքեր ճանչնալ եւ անոնց հետեւիլ:

Զ.- Կարենալ հողամասի մը վրայէն անցնիլ:

Է.- Իր անձին եւ ձիւն հող տանելու միջոցներուն տեղեակ ըլլալ:

Ը.- Գծել դիտնալ եւ ճշգրիտ տեղեկութիւն հաղորդել:

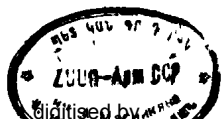
Բայց այս յատկութիւնները մի միայն դիտուող հետախոյզներուն յատուկ չեն, այլ հասարակապէս պէտք է բոլոր մեր պատանի սկառուակներուն արժանիքները դառնան, քանզի առանց այս պատրաստական առաւելութիւններուն սնած սկառուակ մը՝ ոչ մէկ տտեն կրնայ իր փառաւոր անունին արժանի համարուիլ:

Սկառուար պարտաւոր է ցոյց տալ այն բարձրութիւնը՝ զոր իր կրած անունը կը պահանջէ. այլապէս լաւ է որ ան իր տկար նկարագրով եւ մարմնով չարատաւորէ «սկառուակ» անունը:

Եթէ կը ստիպուիմ լայնօրէն բացատրել «Երկրորդ կարգ» թիւ հինգ դիտելիքը, պատճառը այն է որ միտք ժանչնալու եւ հետեւելու պահանջը իր մէջ խիստ ընդարձակ դադարաւոր մը կ'ընդգրկէ: Եւ որպէսզի ունէ պատանի ընդունակ դառնայ իսկական սկառուակ ըլլալու, ան իր վրայ պէտք է կրէ շատ մը առաւելութիւններ, որոնք մեծ չափով կը զարգանան եւ կամ պէտք է զարգանան «հետք ճանչնալ եւ անոր հետեւելու» պահանջին մէջ:

Քաջութիւն, ինքնավստահութիւն եւ դատողութիւն. ասոնք յատկութիւններ են՝ որոնք պէտք է խմորը ըլլան սկառուակին: Կան տղաքներ որոնք կը կարծեն թէ վախկուտ են, թէ եւ երբեք յարմար առիթը չէ ներկայացած ցոյց տալու թէ իրենք ալ իրենց երակներուն մէջ հասարակ արիւն ունին, ինչպէս անվախ նկատուող տղաքները: Ամերիկացի անուանի զօրավար Կրէյթ կ'պատմէ թէ պատերազմի առաջին քանի մը անգամներուն չափազանց կը վախանար թշնամիէն, բայց օր մը կը դիտէ որ թշնամի դիտուողներն ալ իրեն պէն վախերնուն ծառերու եւ ժայռերու հետեւ կը պահուրտին: Ասիկա իրեն պատ-

60-94



ուսական օրինակ մը կ'ըլլայ, եւ իր կորսուած քաջութիւնը կը վերստանայ եւ աստիճ վերջը քաջարի գինուորի մը անունը կը շահի: Քաջութիւնը ինքնավարութեան խնդիր մըն է, անգամ մը որ սկստուար ինքնավարութեան դառնայ, ալ անկէ յետոյ քաջ կ'ըլլայ ան: Քաջութիւնը, ինչպէս ըսի, ոմանց համար կորսուած յատկութիւն մըն է, երբ առիթով մը մէկտեղ ելլէ, պիտի տեսնուի թէ վստիկութեամբ տղայ մը իսկապէս քաջ մէկն է եղեր:

Քաջութիւնը, զոր երբեք պէտք չէ շիտթել անխուստ յանդգնութեան հետ, իրեն կը լծորդէ առողջ դատողութիւնը, որով այս երեք բնտիք յատկութիւնները՝ քաջութիւն, ինքնավարութիւն եւ դատողութիւն իրարու դուրսդուած՝ ճշմարիտ սկստուարի մը ստացուածքը կը դառնան:

Հոս զանց պիտի ընեմ խօսիլ այն յատկութեան մասին, որ կը պահանջէ զհարող ըլլալ իր ճամբան դանկելու անծանօթ երկրի մը մէջ, քանզի այս նիւթի միայ պիտի խօսուի մանրամասնօրէն Վերկորդ կարգի վերջին դիտելիքին զիողմնացողի 16 բաժանորդները դիտնալու բաժնին մէջ:

Անհար բան մըն է սկստուարի մը համար հետքեր ճանշնալ եւ հետեւիլ՝ տոանց սուր աչքի եւ արթնամիտ ըլլալու:

Դիտուած է որ վայրենիները աւելի սուր դիտողութիւն ունին, քան քաղաքակրթեալ մարդիկ, պատճառն անշուշտ առաջիններուն աչքի յարատեւ վարժութիւնն է:

Սուր աչք ըսելով կը հասկնուի՝ տեսնել առարկայ մը, ետեւզ կամ առհեւ, Հնարաւոր հեռի կէտի մը վրայ:

Սկստուար մը պարտաւոր է իր գիտուն ետին ալ աչք ունենայ եւ տեսնել դիտնալ: Պատուոյ հարց է սկստուարի համար նախ ինք տեսնել առարկայ մը եւ յետոյ ուրիշները: Այս բանին համար սկստուարի աչքը անդադար Հոս Հոն կը նայի, երբեք հանդիսա չընէր, եւ ոչ ալ իր աչքէն բան մը կը վրիպեցնէ:

Եստ անգամ պատահած է որ հեռուն փոքր ծուխի սիւնակ մը կայ վայրկեանական ցորացուող փայլուն կոճակի մը կամ սուրի արեւուն ճառագայթու վր, թշնամիին դիրքը մասնած է. բայց այս եղան է անշուշտ աշարուրդ դիտելով, այսինքն աչքը Հոս Հոն պորտցնելով եւ տեսնելով:

Բայց երբեմն սկստուարներ անմիջապէս սխալ եզրակացութեան կուգան, երբ ուէւ նշան կը տեսնեն, ինչ որ արդիւնք է հեռու գտնուող առարկաներ տեսնելու անվարժութեան: Այսպէս շատ անգամներ ոչխարներու խումբ մը անդեկագրուած է իրր ձիաւորներ. պատր՝ իրր ջոկատ, կառքեր իրր թնդանօթ, ջայլամներու խումբեր՝ իրր պօզըներ եւ այլն:

Հեռուն դիտելու մարմամով՝ սխալ տեսիլը յաճախ կը մոռնան տեսնելու իրենց ստորերուն ներքեւ գտնուող հետքերը, որոնք թողուած են ձիաւորներու, կառքերու եւ կամ հետիոտն գացողներու ետով: Իսկ ասոնցմէ զատ կորնան նաեւ գտնուիլ անթիւ ուրիշ նշաններ կամ հետքեր, որոնք պատուական յոյս կրնան սփռել հետապնդուած թշնամիին վրայ, այսպէս կրակի աճիւններ, մսի թիթեղներ, կերակուրի աւելցուկներ, համազգեստի կոճակներ եւ այլն: Բայց ասոնց մասին առանձնապէս պիտի խօսուի, ուստի հարե չկայ Հոս կրկնելու, միայն պէտքը կը յեշտուի որ սկստուարներ աչքերնին բաց պորտեյով, չմոռնան նաեւ օգտուել իրենց մօտերը ձգուած հետքերէն:

Երբ յերան մը գազաթէն պիտի դիտուի հակառակորդ կողմը, սկստուար պէտք չէ անմիջապէս իր գլուխը ցցէ գազաթէն վեր եւ ալքպէսով ուշադրութիւնը հրաւիրէ միւս կողմին: Զուլու սկստուարները, որոնք չափազանց վարպետ են, երբ թշնամիին պիտի շրտեսնեն, յերան մը վրայէն, մեծ զգուշութեամբ եւ կամայ կամայ կը հանեն գլուխնին ժայռէն վեր եւ Հոն կը մնան

անշարժ երկար ատեն. յետոյ աստիճանաբար վար կը սահին եւ ժայռին ետեւէն կը կորուսին: Թշնամին եթէ նոյն իսկ դիտէ, պիտի խաբուի կարծելով թէ ժայռ է տեսածը, մինչդեռ սկառաւի մը գլուխն է որ քարացած կը մնար եւ որ յետոյ կ'անայտանար:

Սկառաւ մը երբ ոեւէ տեղի կը մօտենայ, օրինակ աղարակի մը, պուրակի մը կամ շէնքի մը, ուր կը կասկածի թէ թշնամի կայ պահոււրտած, լաւ միջոց մըն է զործել՝ իբր թէ նշմարած էք դինք եւ անմիջապէս կենալով ձեռքերով ձեր ընկերին ցոյց տալու ձեւեր ընէք, կամ հեռադիտակով նայել սկսիք եւ կամ անմիջապէս սկսիք դէպի ետ արշաւել: Եթէ իրապէս ոեւէ հակառակորդ կայ պահուրտած, ան հաւանաբար ինքզինք յայտնի պիտի ընէ:

Պէտքըն Բաուէլ, Պէօրնիբու հետ ունեցած պատերազմին, իր մէկ հնարքը կը պատմէ: Ինք սողոսկելով կը յաջողի Պօէրնիբու բերդին մօտենալ, բայց կը նշմարուի անոնցմէ, որոնք խմբակ մը կ'ուղարկեն բռնելու գինքը, սակայն Պէտքըն Բաուէլ առանց շուարելու կը սկսի ձեռքերով դրօշախօսութիւն ընել օգնութեան կանչելով իր ընկերները: Պօէրնիբու այս տեսնելուն պէս փախուստ կուտան, առանց դիտնալու թէ ո՛չ ընկեր կար եւ ո՛չ ալ օգնութեան հասնող զինուոր այդ մօտերը: Պէտքըն Բաուէլ հնարք մը գործած էր, որ իրապէս խաբեց Պօէրնիբու:

Լաւ հնարք մըն է նաեւ, երբ տեղէ մը անցած էք, ուր կասկածիք թէ պահուած թշնամի կայ, յանկարծ ետեւ դառնալ եւ դիտել այն կողմը: Եթէ կայ ոեւէ մէկը հոն հաւանաբար անխոհեմութեամբ ինքզինք պիտի ցուցադրէ, խորհելով որ դուք անցած էք իրմէ եւ չէք կրցած նշմարել:

Գիշեր ժամանակ ընկան է թէ անկարելի է աչքով տեսնել, որով սկառաւներուն համար հոտատութիւնը մեծ արժէք կ'ունենայ: Զինուորներուն մէջ անոնք որ չեն ծխեր, սկառաւական այս ճիւղին մէջ մեծապէս կը դնահատուին, քանզի չծխող սկառաւ մը աւելի սուր հոտատութիւն կ'ունենայ քան ծխող մը, որուն հոտատելիքը բթացած է ծխախոտին յարածուի մուխովը:

Շատ հասարակ սովորութիւն մը դարձած է գիշերուան գնացքի պահուն պետէն ափ մը հող առնել եւ հոտուրտալ, հասկնալու համար թէ մաքո՞ւր վաշտ է, թէ պարզ ճանապարհ մը՝ կենդանիներու աղբերով լեցուած:

Հեռաւոր առարկաներ տեսնել վարժուելու եւ գտնոնք ճանչնալու համար լաւ է փորձել հեռադիտակով մը: Այսպէս շերտն մը կողէն նախ կը դիտէք հեռուն գտնուող մարդիկ, կենդանիներ եւայլն, յետոյ նոյն առարկաներուն ուշադիր կը նայիք պարզ աչքերով եւ այսպէսով բազդատութեան կը դնէք երկուքն ալ եւ փախն ի փոխ այս ընկելով, գրեթէ անխալ կըրակացութեան պիտի յանդիք: Հեռուն նշմարուող առարկաներու մասին:

Սկառաւի մը աչքէն ոչ մէկ բան պէտք է վրիպի, եւ մօտը կամ հեռուն զանազան ոեւէ առարկայ պէտք է նախ սկառաւը տեսնէ եւ յետոյ ուրիշները: Ամօթ մըն է սկառաւին համար եթէ ուրիշներ նախ տեսնեն եւ յետոյ ինքը, հող չէ թէ այդ առարկան մօտ է թէ հեռուն, առջեւ կը գտնուի թէ ետեւի կողմը:

Նիւ Եոթ

ՄԿՐՏԻՉ ԵԱՆՔԳԵԱՆ

# Մ Ա Ր Զ Ա Կ Ա Ն Հ Ա Ն Դ Ի Պ Ո Ւ Մ Ն Ե Ր

Ինչպէս ամէն տարի այս տարի եւս, նախաձեռնութեամբ Հ. Մ. Ը. Մ. Ի Կեդր. Վարչութեան, տեղի ունեցան զանազան մրցումներ Պ. Այրէսի եւ Գորտոպայի միջեւ: Մեր պատգէթ պոլի ընտրեալ մարզիկները պիտի մրցէին Գորտոպայի Ա. Ե. Մ. Անդրանիկ խումբին դէմ: Այս առիթով, Հ. Մ. Ը. Մ. Ի պատուական Վարչութեան կարգադրութեամբ եւ թոյլատուութեամբ, տեղուոյ նորակազմ սկաուտներ եւս մասնակից եղան արշաւին: Նախապէս եղած կարգադրութեանց համաձայն, մարզիկները եւ սկաուտները հաւաքուեցան «Հայ Կեդրոն», ուր ողջերթ մաղթելու եկած էին մեկնողներու ծնողները եւ բաւական թիւով հայրենակիցներ:

Ներկաներու եւ ծնողաց խանդավառ ցոյցերով բեռնատար ինքնաշարժը ճամբայ ելաւ դէպի Գորտոպա:

Այս երկար ճամբորդութեան ընթացքին երգերն ու բացազանչութիւնները անպակաս եղան: Ուշ առտին, բարձր տրամադրութեամբ, հասանք Գորտոպա, ուր մեզ դիմաւորելու եկած էին տեղւոյն մարզիկները իրենց անձնական ինքնաշարժերով: Խանդավառութիւնը ակելի մեծ եղաւ, երբ հասանք Անդրանիկ խումբի ակումբը, ուր, կանուխէն, Գորտոպայի հայրենակիցները կը սպասէին մեր ինքնաշարժի ժամանան:

Ա. Ե. Միութեան Վարչութիւնը պատրաստած էր կէսօրուայ սեղան մը: Օրուան սեղանապետը, Պրն. Աղասի Բարսեղեան, բարի դալուատ մաղթելով, շնչոտց որ նման հանդիպումները յաճախ տեղի ունենան, հայ երիտասարդութեան մէջ ամրացնելու եղբայրութեան կապը: Տեղի ունեցան նրգեր, արտասանութիւններ եւ բարեմաղթութիւններ:

Հիւրընկրտողներուս կողմէ խոսեցաւ սկաուտներու ընդհ. պետ Եղբ. Կ. Տէր Մեսրոպեան, խրախուսելով մարզիկները եւ շնորհակալութիւն յայտնելով Գորտոպայի մեր եղբայրներուն, անոնց ցոյց տուած ջերմ ընդունելութեան համար: Ապա՝ սկաուտներս տեղաւորուեցանք հայրենակիցներու տուները: Կէսօրէն ետք այցելեցինք կենդանաբանական պարտէզը, իսկ յաջորդօրը արշաւ մը կազմակերպեցինք դէպի Գարլոս Բասի նշանաւոր լեռը, ուր խաղացինք սկաուտական խաղ մը: Բարեհաճութեամբ մեզի կ'ընկերանար Պր. Աղասի Բարսեղեան, որ մեզի հրամցուց ուտելիք եւ զովացուցիչներ: Յետմիջօրէին տեղի ունեցաւ Թրեպոլի մարզադպաշտին վրայ, մրցում մը, որ վերջ վտաւ Գորտոպայցիներու յաղթանակով: Իսկ երեկոյան Հայ Կեդրոնի սրահին մէջ, տեղի ունեցաւ սկաուտական հանդէսը եւ շարժատակերի ցուցադրութիւնը, որոնք վերջ վտան Եղբ. Լեւոնեանի երախտադիտական խօսքերով, սզղուած Գորտոպահայ Հիւրընկալ Ժողովուրդին:

Կիրակի առաւօտ ներկայ եղանք Ս. Պատարագի արարողութեանց եւ նւերիբցինք սկաուտական օրացոյցներ:

Մեկնումի ճաշը տրուեցաւ կէսօրին, ակումբին մէջ, ուր խանդավառութիւնը ծայր աստիճանի հասաւ: Երգեք, պարեր, բարեմաղթութիւններ կը յաջորդէին իրար, մեր հանդիպումը դարձնելով ջերմ հայրենասիրական եւ եղբայրական:

Ակելի քան 1000 քրիտմեղք հեռաւորութիւն ունեցող այս արշաւին կը մասնակցէին, Հ. Մ. Ը. Մ. Ի Կեդր. Վարչութեան անդամներէն Եղբ. Արամ Կիւպէշեան, Վ. Թիւթիւնճեան եւ Հ. Լեւոնեան, իսկ սկաուտական Խոր-

Մ Տ Ա Ծ ՈՒ Մ Ն Ե Ր

Մարդը մէկ աչիքն աւելի կը հաւատայ քան քէ երկու ականջիքն :

\* \* \*

Տղան պզտիկ մարդ չէ՛, մարդը պզտիկ տղայ մըն է :

\* \* \*

Ցաւը ստեղծագործ ոյժ մըն է :

\* \* \*

Փառք չկայ հոն, ուր առաքինութիւնը կը պակսի :

\* \* \*

Քիչով գոհացողը ազատ չէ :

\* \* \*

Քայլ մը պարտաւորութենէ դուրս կրնայ զմեզ շատ եեռուները տանիլ :

\* \* \*

Քաղաքավարութիւնն ու յարգանքը ինքնին մեծ գումար մը չեն արժեք, բայց դրամէն աւելի մեծ գործեր կրնան տեսնել :

\* \* \*

Քննադատութիւնը աղտոտ նկարագրի խոզամակն է :

\* \* \*

Տիեզերքէն աւելի կատարեալ աշխարհ մըն է յեղափոխութիւնը՝ որ կեանք կուտայ այնու գոյութիւն չունեցող բանին :

ՄՈՊԱՍԱՆ

Տարածուն եւ յարաճուն ջրացաւորութիւնք արագօրէն կ'անհետն միայն ջրարուժութեամբ :

ՏՈՔԹ. ՖԼԵՕՌԻ

Տղոց ահոյ բունելու ցաները կը մեղմանան, երբ կրում (սափրան) փակցուի լինտերուն :

ՏՈՔԹ. ՏԸՊՈՒ

Տաւը մտերիմ բարեկամներ բանտարկեցէք քոց սենեակի մը մէջ եւ ըսէք իրենց քէ՛ միլիոն մը հարստութիւն կայ վերջին ապրողին պիտի տեսնէք հետեւանքը :

ԿԷՕԹԷ

Վերցուցէ՛ք խոհեմութիւնը, եւ առաքինութիւնը մոլորութեան պիտի փոխուի :

Ս. ԲԵՌՆԱՐԴՈՍ

Վա՛յ ամուլ գիտութեան, որ չփոխուիր սիրելու եւ որ ինքզինք կը մատնէ :

ՊՈՍԻԻԷ

Հաւաքեց՝ ՄԵՆԱՍԷՐ

Հուրդէն՝ Եղբ. Ընդհ. Պետ Կ. Տէր Մեսրոպեան, խմբապետ Պ. Զանիկեան, Վարիչ Առաջնորդ՝ Օ. Գալիպոզեան, Գ. Աճէմեան եւ Յ. Մառուկեան, ինչպէս նաեւ առաջնորդական կազմը :

Սկսուածներու համար անմոտանալի կը մնայ այս արշաւը :

ՄԵՍՐՈՊ ՏԷՐ ՄԵՍՐՈՊԵԱՆ

# Ա Տ Ե Ն Ա Գ Ր Ո Ւ Թ Ի Ի Ն

Հ.Մ.Ը.Մ.Ի ԵՌՈՒՆԱՍՏԱՆԻ 30րդ ՊԱՏԳԱՄԱՆՈՐԱԿԱՆ ԺՈՂՈՎԻ

Հ.Մ.Ը.Մ.Ի Երևանաստանի 30րդ Պատգամաւորական ժողովը գումարուեցաւ Կիրակի 3 Նոյեմբեր 1957 թիւի Կաթողիկէ Հայոց Հաստատութեան սրահին մէջ, առաւօտեան ժամը տասին, եւ իր աշխատանքները վերջացուց գիշերը ժամը ութին, խանդավառ եւ եղբայրական ջերմ մթնոորտի մը մէջ:

Օրակարգի բոլոր հարցերը քննուեցան ամենայն բժախնդրութեամբ եւ տրուեցան համապատասխան որոշումներ, լաւազոյն արդիւնաւորելու համար մեր սիրելի Միութեան վեմը վարժը, որ մեծ դեր կատարած է եւ պիտի կատարէ Սփիւռքի մէջ Հայապահպանման սրբազան եւ նուիրական գործին:

Պատգամաւորական ժողովի աշխատանքներուն հետեւեցան Երևանահայոց Ազգ. Կեդր. Վարչութեան Ասենապետ Պր. Ներսէս Յակոբեան եւ անդամ՝ Տոքթ. Եղիա Արշակունի, որոնք զնահաստական խօսքերով ողջունեցին Հ.Մ.Ը.Մ.Ի հայաչին գործունէութիւնը զաղութներու մէջ եւ յաջողութեան լաւազոյն մաղթանքներ ըրին, պաշտօնապէս յայտարարելով թէ՛ Ազգ. Կեդր. Վարչութիւնը միշտ պատրաստ է օգնելու եւ քաջալերելու Հ.Մ.Ը.Մ.Ի յասաջարանները: Պատգամաւորական ժողովին ներկայ էին նաեւ Վեպա Օրձի Հայ. Կ. Ուշի Երլ. Վարչութեան եւ Հայրենակց. Միութեանց ներկայացուցիչները եւ մեծ թիւով հայրենակիցներ՝ որոնք լարուած ուշադրութեամբ հետեւեցան ժողովի աշխատանքներուն: Պատգամաւորական ժողովին ներկայ էին Պատ. Նախագահ Եղբ. Գ. Յարէթեանը եւ Երլ. Վարչութեան բոլոր անդամները: Հ.Մ.Ը.Մ.Ի Երլ. Վարչութեան Ասենապետ Եղբ. Պ. Սարգիսեան բարի գալուստ մաղթեց բոլոր ներկաներուն եւ Պատգամաւորներուն եւ առաջարկեց ընտրել ժողովին Մայր Դիւանը: Ընտրուեցան՝ Նախագահ, Եղբ. Ժիրայր Կիւղէչեան եւ Քարտուղար, Եղբ. Կարօ Մինասեան:

Դիւանը ստուգելէ վերջ Պատգամաւորներու լիազօրազրեբու ճշտութիւնը յայտնեց թէ՛ Երեսուն Պատգամաւորներ կը մասնակից ժողովին, իրաւասու ձայնով, հետեւեալ շրջաններէն՝

Հ.Մ.Ը.Մ.Ի Երլ. Վարչութիւն, Եղբ. Դանիէլ Դանիէլեան: Սկառու Ոճընամակաւութիւն, Եղբայրներ՝ Պերճ Գրիգորեան, Վրէժ Ապաճեան եւ Կարօ Աւագեան:

ՍԵԼԱՆԻԿ — Համապատասխան Լիազօրազրեբով նշանակուած — Համբարձում Կիւտէնեան, Ուչո Սաչատուրեան, Վարուժան Գնունին, Լեւոն Վարժապետեան եւ Քոյր՝ Ա. Սվազլեան:

ԿՐԵՏԷ — Քոյր՝ Թադուհի Գայեան եւ Երլ. Վարչութեան կողմէ նշանակուած Գ. Գոհարունի:

ԳՈՔԻՆԻԱ — Կարօ Մինասեան, Ստեփան Պալեան, Եղիա Ճարմուգեան եւ Սաարթէոս Աջապահեան:

ՃԻՔՍ — Վրէժ Գալայճեան, Դրիգոր Ետրղանճեան, Աբրահամ Յարութեան եւ Քոյր՝ Պերճուհի Ծահնազարեան:

ԱՔԷՆՔ — Ժիրայր Կիւղէչեան, Վարուժան Սարաֆեան, Վահէ Փաթուկեան եւ Քոյր՝ Սրբուհի Եպիփանեան:



**ԲՆՈՒԹԵՆԱՍԷՐՆԵՐ** — Զաւէն Թօքաթեան, Մանուկ Մանուկեան, Արամ Էսկիճեան եւ Քոյր՝ Սիրգաբա Աթանասեան:

**ԿԵՍԱՐԻԱՆԻ** — Երուանդ Քեմէնչէճեան, Կարպիս Եագուպեան եւ Քոյր՝ Զապէլ Մելքիսեան:

Բանսածուի Թանճն.սխումբի Ընդամ ընտրուեցան Եղբայրներ՝ Մանուկ Մանուկեան, Արամ Էսկիճեան եւ Լեւոն Վարժապետեան:

**Օ Ր Ա Կ Ա Ր Գ Ե Ր .-**

**Ա.** — Մասնաճիւղերու եւ Երջանային Վարչութեան Նիւթա-Բարոյական Տեղեկագրերու ընթերցում:

**Բ.** — Զնախատեսուած Հարցեր եւ առաջարկներ:

**Գ.** — Հացուեքննիչ Մարմնոյ ընտրութիւն:

**Դ.** — Երջանային Վարչութեան ընտրութիւն:

Բոլոր Մասնաճիւղերու Պատգամաւորները (վարի գրուած կարգով) կարգացին 1956-1957 տարեշրջանի նիւթա-բարոյական միամեայ տեղեկագիրերը, կարգացուած եւ վաւերացուած Մասնաճիւղերու Ընդհանուր Ժողովրէն եւ Հացուեքննիչ Մարմիններէն: Սեղմ տողերու մէջ կուտանք ամփոփագատկերը, մեր բոլոր Մասնաճիւղերու գործունէութեան եւ Պատգամաւորական Ժողովի կողմէ՝ ամէն մէկ շրջանի մասին քուէարկուած Բանսածուը:

**ԿԵՍԱՐԻԱՆԻ** — Կեսարիանիի Մասնաճիւղը ունի տասը սկաւուտ եւ երեսուն երկսեռ անդամներ, ընդհանուր թիւ քսաութու: Կանոնաւոր կերպով գումարած են 42 Վարչական եւ Ընդհանուր Ժողովներ: Մարքած են գասախօսութիւններ եւ հաւաքոյթներ, կազմակերպած են պարահանդէս մը, ելած են Աւետիսի շրջապայութեան:

Պատգմ. Ժողովը տեղեկանալով Կեսարիանիի Մասնաճիւղի գործունէութեան հանդէպ թեր ու դէմ յայտնուած կարծիքներն ու Գոթ. Վարչ. Գեան տեսակէտը, Կեսարիանիի Մասնաճիւղի գործունէութիւնը կը գտնէ **Ն.Յ.ՂԱՏԵՆԻ**:

**ԱԹԻՆՔ** — Աթէնքի Մասնաճիւղը ունի վաթսու զործօծ եւ օժանդակ անդամներ. գումարած են Վարչական եւ Ընդհանուր Ժողովներ. կազմակեր-



Հ. Մ. Ը. Մ. Ի Աթէնքի սկաւուտական խումբը

պած է դաստիարական և զինարանական հրապարակային հաւաքոյթներ, ինչպէս նաեւ՝ Հայրենի գասաւանդութիւնը. հիմնած են զրգարան մը և ելած է Աւետիսի շրջազայութեան. ձեռնարկած է հանդանակութեան, իսկ ամենէն նշանակալիցն ու կարեւորը, Աթէնքի կեդրոնին մէջ ակումբի մը հիմնումը եղած է, ուրկէ մեծապէս կ'օգտուին ըլլորովին հայկական շրջանակներէ հետու մնացած հայրգիները: Պատգէթի Մայր խումբին կը մասնակցին մարզիկներով:

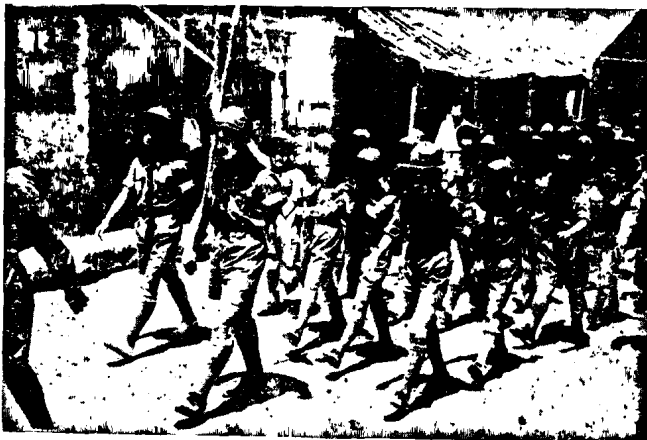
**Պատգ.** Ժողովը լսելով Աթէնքի Մասնահիղի գործունէութիւնը՝ զայն կը գանէ յոյժ ԳՆԱՀԱՏՆԼԻ:

**ՃԻՔՍ.** — Ճիբքի Մասնահիղը ունի 75 անդամ և 35 Պատուոյ անդամներ. դումարած է Վարչական Ընդհանուր Ժողովներ և հրապարակային դաստիարակութիւն. կազմակերպած է հաւքոյթներ, ելած է Աւետիսի շրջազայութեան. ունի 35 Արիներու Սկաւառական խումբ մը. ունի Ֆուլպոլի և պատգէթպոլի խումբեր՝ որոնք առանցքը կը կազմեն Մայր խումբին. Անդամավճարներու գանձումները եղած են թերի:

Ժողովը լսելով Ճիբքի Մասնահիղի գործունէութիւնը, կը գանէ՝ Բարոյականը և Մարզականը ԳՈՀԱՅՈՒՅԻՁ, իսկ նիւթականը՝ ԹԵՐԻ:

**Պատգ.** Ժողովը ցաւով տեղեկացաւ՝ որ երբեմնի այս կենսունակ Մասնահիղը, երկու-երեք տարիներէ ի վեր, չէ կրցած պէտք եղածին պէս գործել. առ այդ կը թելադրէ ԵՐՂ. Վարչութեան, փորձառու և տարեց Եղբայր մը տրամաշարել Մասնահիղի Վարչութեան և Վարչութիւնը օժտել ժրջանակներով: Ամսական գանձումները կատարել կանոնաբ կերպով:

(Վերը յաջորդով)



Աթէնքի Արքանայ Հ. Մ. Հ. Մ.ի Սկաւառները կը տողանցն իրդումէն վերջ

# NAUASART

AÑO 5 - Nº 55

DICIEMBRE DE 1957

BUENOS AIRES

**C**ADA familia es como un organismo viviente que tiene sus auge y declives, sus días de gozo y de abatimiento, sus angustias y sus horas de serenidad y de paz. Desde que una familia nace hasta que muere, para por tantas vicisitudes y situaciones, distintas que bien puede compararse su historia a la de un pueblo. Y como a los pueblos ocurre, no todos los miembros que lo forman poseen una cabal conciencia de este vivir, y avanzar, y dejar de ser lo que se era, y evolucionar y transformarse. Los bebés se vuelven niños, y luego personitas mayores. Los padres jóvenes se convierten en personas maduras, para llegar a abuelos.

Que haga cada cual memoria de su infancia y trate de evocar la historia de su familia, y se dará cuenta de que ha formado parte de un organismo viviente, el cual ha crecido, a luchado, y se ha defendido en un afán constante de salir adelante y persistir.

Lo deseable, lo normal para el buen desarrollo de este ser viviente que es la familia, es que entre sus componentes perdure una cohesión tal entre sus miembros que nada logrará destruirla. Es un ideal perfectamente realizable.

No queremos decir con esto que se haya de perseguir la quimera de una placidez y una armonía perfectas, sin diferencias, discusiones, incomprensio-

nes, distanciamientos, faltas, aversiones, disgustos y desaveniencias. Todo esto es inevitable donde conviven seres humanos. No podemos pretender, por poco numerosa que sea una familia, que los hijos piensen y sientan igual, que todos tengan buen carácter y estén siempre dispuestos a ayudarse.

..Lo corriente y lo probable es que los padres tengan un modo de ser distinto, que entre hermanos haya grandes diferencias, físicas y espirituales, que salga uno con mal genio y otro algo haragán, que no tenga inclinación por el estudio y otro que no pueda ver

libros, que a uno le agrade el fútbol y a otros la música, etc.

Esto es la normal, como lo es también que se produzcan choques a consecuencia de egoísmos, malas in-

terpretaciones y diferencias individuales. No hay que asustarse por ello. La familia sigue realizando un ideal elevado si a pesar de todas estas cosas inherentes a la vida, permanece unida, y en todos sus miembros o en la mayoría de ellos, hay el sentimiento de la unidad que forman, y la voluntad de defenderla dignamente.

..Nada otorga mayor grandeza a un pueblo heterogéneo que la voluntad de vivir en común. Lo que lo eleva a la categoría de nación, no es la unidad de lengua, religión, límites geográficos naturales u otras características

**UNO PARA TODOS,  
TODOS PARA UNO**

que pueden sin duda contribuir a ello. Lo que en definitiva cuenta y vale, es la voluntad colectiva de seguir una dirección histórica.

A las familias les ocurre algo parecido. A pesar de todas las diferencias, si persiste entre sus miembros la voluntad de ser y perdurar como familia, lo más importante está a salvo. Un ideal de existir a través del tiempo, supone una actitud erecta dispuesta al esfuerzo y a la lucha contra posibles tormentas o enemigos exteriores; supone un gran amor por una obra emprendida, y el deseo de verla cumplida; significa confianza en la ayuda de los demás y disposición de transigir y sacrificarse, a ser preciso.

Lo que más valor tiene en toda colaboración no es lo que se realiza con el fácil asentimiento general, sino lo otro, lo que más cuesta, lo que se lleva a cabo con esfuerzos y sacrificios.

Precisamente el mayor mérito reside en saber poner la obra por encima del interés particular humano; aunque cueste, aunque sea doloroso saber transigir, prestarse a lo que uno creía excesivo, renunciar a lo que se estima irrenunciable.

Cuando una familia ha conseguido el grado de cohesión espiritual que requiere la colaboración dolorosa, puede decirse que ya ha alcanzado su madurez; es una célula social, viva, fuerte, robusta. Y su temple justamente se aprecia sobre todo, en los días duros, en los trances difíciles, cuando uno de sus miembros está en grave riesgo. Entonces vemos a los hermanos distanciados unirse; a los perezosos no regatear energías; a los egoístas dar lo que tienen, a los frívolos asumir irresponsabilidades serias.

Es evidente que a los mayores incumbe esta misión de dar temple y altura a las relaciones de los que integran el organismo familiar,

Son los padres quienes pueden tener conciencia de lo que es y ha de ser un hogar, ellos deben en primer término templarse para crear la atmósfera propicia. Cada casa tiene la suya, es inevitable, y sus cualidades dependen de los seres que la habitan.

Todos conocemos hogares que tienen un poder de atracción especial, no sólo para los que lo habitan y los parientes próximos o lejanos, sino también para todo el mundo. Poseen no se sabe qué imán, son centros de gravitación a lo que acude a gusto. Cuando un hogar tiene este encanto no hay duda que allí vive una familia en el alto significado de la palabra. Los padres que quieren mejorar la atmósfera de su hogar pueden hacerlo siempre, a condición de que quieran aprender la ciencia y el arte de hacerse querer más. ¿Cómo? Sería muy largo de explicar, es preferible sugerir.

En primer lugar, los padres no deben perderse en minucias, ni tonar partido declarado en las discusiones o diferencias entre hermanos, sino colocarse por encima de las pequeñeces efímeras; y aún en las grandes desavenencias o cuestiones importantes, no poner en juego nada que pueda comprometer lo que importa más que todo: al futuro. Nada de ultimátums ni actitudes definitivas. El amor paterno no ha de ser puesto nunca en cuestión. En segundo lugar, los padres no han de mostrarse duros ante el que fracasa, sea en exámenes, en el trabajo o en los que fuere, ni permitir que nadie se ensañe con los que están abrumados por un error o por un contratiempo, aunque sean culpables. Nada se agradece más en las horas de abatimiento que la palabra de aliento o el silencio comprensivo. Es el bálsamo que deja perfume para siempre. No hacer diferencias entre hijas y nueras, entre yernos e hijos. Este es uno de los gran-

## *Evite el Daño de su Espiritu Tanto como el del Cuerpo*

"Mens sana in corpore sano", se ha dicho y repetido muchas veces, pero esta gran verdad no ha sido completada con la reversibilidad de ese concepto, que ha de permitir la obtención del equilibrio en que se ha de fundar y encarar el sistema de la salud del hombre. Dicho principio de reversibilidad afecta a todos los equilibrios dinámicos que suelen presentar los sistemas naturales, siendo ello la causa de que la naturaleza se nos presente como un organismo perfectamente equilibrado.

Para mejor claridad de los expresado presentaremos un ejemplo, que se observa en el movimiento de traslación de la tierra alrededor del sol. En ese sistema nuestra madre Tierra a la poderosa fuerza de nuestro padre Sol opone la de ella, de alejamiento, y del encuentro de esas fuerzas centrípetas y centrífuga celestes surge el

armonioso equilibrio que hace posible la existencia de nuestro mundo, con sus estaciones, sus días, la posibilidad de la vida y cuanto puede interesarnos. Por otro equilibrio análogo, determinado por la reversibilidad que se establece entre la evaporación de las aguas y las precipitaciones y aportes de los ríos, puede explicarse la causa de que no se modifique el nivel de las aguas de los mares.

Para el caso que motiva este estudio, el concepto de reversibilidad que se establece entre la evaporación de las aguas y las precipitaciones y aportes de los ríos, puede explicarse la causa de que no se modifique el nivel de las aguas de los mares.

Para el caso que motiva este estudio, el concepto de reversibilidad se plantea entre hacer el cuerpo físico sano, como base de una buena mente, y considerar a ésta como el factor pre-

des secretos de unir la familia, extender la paternidad y la maternidad más allá de la sangre.

No interponerse jamás, sino servir de lazo y de cemento, limando asperezas, deshaciendo incomprensiones, siempre desde gran altura, con los ojos puestos en el bien de la familia sagrada a todos.

Otro resorte podesoro es celebrar las fiestas con toda la devoción y pompa posible. Las grandes festividades son momentos que encarnan, para grandes y chicos el espíritu de la familia. Las luces, los colores, los cantos, la música hablan a estas regiones profundas del espíritu donde se fraguan los afectos y de donde surgen las fuerzas para todo.

Cada vez que la familia se reúne alrededor de un árbol simbólico o festeja un cumpleaños echa nuevas raíces y hace que las viejas se robustezcan. Y en los momentos duros, en los días amargos, en las horas ensombrecidas por el temor al naufragio, sin debilidades ni vacilaciones los padres en su puesto deben dar a los hijos la seguridad de su fortaleza, mostrar contra la adversidad su espíritu de lucha, y con el ejemplo de su energía y de su actividad, movilizar los brazos y los corazones de grandes y chicos para convertir en realidad este ideal: uno para todos, y todos para uno.

**EDITORIAL**

ponderante de la salud del cuerpo. El equilibrio que tal reversibilidad determina hace que sea imprescindible, para bien del ser humano que se preocupa de su salud y de su bienestar, el cuidado de lo que atañe a su físico como de lo que corresponde a lo mental. El estado de salud que el hombre aspira a poseer, como cualquier otro bien que pretenda, no lo ha de encontrar prodigado naturalmente, sino que deberá conquistarlo con el esfuerzo que ha de permitirle alcanzar la realización de lo que quiere, si su aspiración es justa y racional.

### UNA CONDUCTA ERRONEA

Por ese empeñoso esfuerzo, el hombre, que físicamente ha sido considerado con relación a los otros vertebrados de su tamaño como el más desamparado de todos, que aparece en un mundo hostil, sin armas naturales propias que puedan competir con las de sus adversarios, ni abrigos donados por la naturaleza que le defiendan contra la inclemencia meteorológica, ni medios de defensas especiales, como la velocidad o el vuelo que permiten a otros animales escapar de la persecución de sus enemigos; por el empeñoso esfuerzo que merced a su inteligencia el hombre puede realizar, se ha impuesto a todas las otras especies y ha vencido muchas limitaciones, con que la naturaleza ponía vallas a su acción y presencia, y merced a esa facultad mental vuela actualmente por aerostación hasta en la estratosfera, adonde no llegan las aves de alas más pujantes, o se sumerge dentro del submarino en las profundidades de las aguas.

En lo tocante a su salud física, el esfuerzo realizado por su inteligencia para conseguirla, recuperarla o conservarla se mide por los vastos conocimientos conquistados por la medicina y la higiene. Por todo ello la humanidad debería presentar un pro-

medio de estado de salud mucho mejor que el que presenta. Pero las desviaciones de la conducta de los hombres, sus impulsos irracionales, sus vicios y degeneraciones, sus miserias económicas y morales, etc., anulan y sobrepasan en la acción, lo que las ciencias médicas no permitirían obtener y por ello el ser humano parece en general prematuramente y suele vivir debatiéndose en la angustia de sus pesares, entre los cuales las enfermedades constituyen el mayor porcentaje; de modo que el hombre que por poseer sus atributos mentales ha sido considerado como hecho a semejanza de su Creador, ve convertida su vida en algo tan amargo que le hace decir de este mundo que es un valle de lágrimas.

### "USTED NO PIENSA LO QUE HACE"

¿Cómo evitar esas inconductas, esas desviaciones, esos apetitos desenfrenados que llevan a los vicios, a las miserias y a todas las lacras que determinan los males del hombre? ¿Cómo poder hacer que los hombres en su mayor parte y en mayor grado actúen en forma mejor y con mayor conformidad con la propia naturaleza humana? Es un problema de higiene, pero de higiene mental. Si recordamos lo expresado por un sabio proverbio hindú, que dice: "El pensamiento precede a la acción como la pezuña del buey a la rueda de la carreta", tendremos aclarado hacia donde se deben orientar las actividades tendientes a conseguir una mejor conducta de los hombres. Por ello un sabio filósofo argentino ha dicho: "Dime lo que piensas y sabré lo que eres". Y eso de que a cualquiera actuación nuestra está siempre supeditada a un previo movimiento mental, es verdad tan evidente, que puede ser comprobada por quienquiera, si indaga en sus actuaciones diarias la causa

de por qué procedió como lo hizo. Se ha dicho por alguien que la idea es un acto que tiende a realizarse; cuando varios pensamientos concurren a la vez a dirigir ese estado de incertidumbre, de hesitación, en el que no sabe qué actitud tomar, y si uno de aquellos pensamientos, imponiéndose por más fuerte, no aporta la decisión del ser, probablemente éste acudirá a solicitar la ayuda de un consejero, a quien se estime lo suficientemente preparado (esto es, inteligente, razonable y con conocimiento de lo que se le consulta) para facilitar la solución del problema.

Hechos como éstos se experimentan continuamente en el diario vivir. "Piensa lo que vas a hacer", "Sé razonable; no te dejes llevar por el apasionamiento", constituyen consejos buenos, que con muchos otros de su misma índole se suelen dar todos los días. Ratifican todas estas cosas la elocuente verdad considerada; esto es, que cualquier actitud que el hombre asuma, es regida por uno o muchos pensamientos que la hacen realizable. Cualquier hombre de la calle se sentiría ofendido, si se le dijese: "Usted no piensa lo que hace". Resulta pueril y hasta de ingenuidad insistir en cosas como éstas, que se presentan a la observación de todos en todas partes; pero lo que es inexplicable es que hasta el presente no se haya dado a esta cuestión de la vinculación de la mente con la conducta del humano la dedicación científica intensiva que, como se ha hecho para otros sectores del conocimiento, requerían tales comprobaciones.

#### "BUENAVENTURA" QUE RESULTA "MALAVENTURA"

En una sección consultiva de un importante órgano periodístico montevideano, un apreciado letrado decía contestando sobre lo que opinaba respecto a la buenaventura que ofrecen decir

las gitanas: "Lo grave es que, en la mayoría de los casos, en lugar de predecir la buenaventura, auguran toda clase de infortunios. Y eso es lo malo, porque, como decía en la consulta a que usted se refiere, las ideas tienden a realizarse: la idea de un mal, de una desgracia engendra frecuentemente ese mismo mal, esa misma desgracia. Quien sugiere a una persona la certeza de que ha de sufrir una enfermedad, crea en la mente de esa persona una fuerza que, si no genera la misma enfermedad —muchas veces lo hace— siempre crea un estado patológico. Ese estado se desarrollará más o menos, según el vigor del individuo y las circunstancias concomitantes; pero siempre causará un serio perjuicio a la salud. Este daño es el que no ha previsto nuestro legislador, porque sólo castiga a las "adivinas" cuando ejercen la adivinación para obtener lucro: castiga el daño económico, que siempre es pequeño, y deja impune el daño moral y somático, que siempre es muy grande". Y expresa más adelante, después de un breve comentario sobre lo que al respecto establece el código de los delitos de difamación e injuria: "Yo estoy seguro de que cuando se compruebe mejor el dinamismo de la idea, cuando la ciencia admita sin discusión que los conceptos contienen una fuerza que tiende a realizar lo que ellos representan, el legislador dictará severas prescripciones para pensar a quienes infectan el medio en que actúan, envenan a los seres que los rodean con palabras torvas, llenas de amargura y de dolor, plenas de mezquindad y de miseria. Y otra vez vuelvo a repetir lo que dije el otro día, mientras el legislador no dicte esas disposiciones que reclama la salud moral y física de la sociedad, es preciso que nosotros, celosos de nuestra dicha, nos apartemos de quienes nos sugieren ideas de fracasos, derrota o ruina, o de achaques, vicios, lacras, huyendo de

su lado con más premura que de la proximidad de un leproso". Todo ello es muy razonable e importante y solamente podría ser objetable la parte final en donde aconseja la higiene del pánico, que mentalmente significaría librarse de un peligro para caer en otro. Para evitar tales contagios mentales establezcamos un parangón, con lo que realiza la higiene, cuando debe impedir la propagación de una epidemia.

### EL MIEDO LIMA LAS RESISTENCIAS DEL SER

Conociendo como conoce cuál es la causa del contagio para cada enfermedad, ante la aparición de focos virulentos, conoce los elementos requeridos, cuya aplicación ha de extinguirla y con la eficacia de ello renace la confianza en el pueblo y el miedo desaparece. Más mató el miedo que el cólera, decía un antiguo refrán al observar lo que acontecía cuando se presentaba una epidemia. El conocimiento científico, al vencer a la ignorancia, causante en tales casos de dicho miedo, anula la posibilidad de la presentación de éste. El miedo es un estado mental deprimente que lima las resistencias del ser y, por lo tanto, se resiente el equilibrio que entre lo físico y lo mental determina el estado de salud.

Este equilibrio estará mejor estabilizado cuando más poderosas sean las fuerzas que lo constituyan. Si una fuerza obra más que la otra, no existe reversibilidad posible y, por lo tanto tampoco habrá equilibrio. El estado de salud se destruye. Es el caso de aquel que poseyendo una buena salud física no trata de mantenerla cuidando su comportamiento mental. Los excesos a que le han de llevar sus malas situaciones, destruyan aquella salud. El equilibrio que ha de servir de base para que nuestra especie goce de un mayor grado de salud se ha de establecer, por un lado, mediante los cuidados que el cuerpo requiere y que son los establecidos por la higiene y, de especial manera, por la educación física; y por el otro lado, a expensas de vigilancia o control mental, que ha de permitir eliminar las causas de los desvíos de la conducta (vicios, excesos, encolerizamientos, holganza, etcétera), que pueden socavar y destruir todo lo que la higiene construya. Y con ello deberá hacerse posible lo que la ciencia propició, pero que todavía no consiguió: que el hombre perezca naturalmente por senectud y no por enfermedad.

RAFFI MIRAKIAN

## UNICAMENTE CON UN PIANO BIEN AJUSTADO SE PUEDE PROGRESAR TECNICAMENTE

Por cualquier falla de su piano dirijase a:

**H A I G S T E P A N I A N**

7

Florida 165, Galería Gra. Güemes

T. E. 30-7194

COMPRA Y VENTA DE PIANOS



# Cena de Camaradería

La nueva comisión directiva de la Unión General Armenia de Cultura Física, agasajó a un grupo numeroso de asociados que han colaborado activamente en los labores de la entidad, en estos últimos años.

El agasajo consistió en una cena de camaradería, que con la presencia de cerca de doscientos asociados, se realizó en los salones de la entidad, el día 20 del corriente, a las 20,30 horas.

A los postres, a raíz de una invitación del miembro de la comisión directiva, señor Haik Levonian, hicieron uso de la palabras los Sres. Garo Kalilikian, Pedro Magazian y el doctor Miguel Seropian. En representación del diario "Armenia" habló además, el señor Sócrates Terzian. Todos los oradores destacaron la labor de la U. G. Armenia y convinieron en que la colectividad debe apoyar a esta gran institución, para bien de sus hijos.

Participaron con su simpatía, ofreciendo canciones armenias, la señora P. F. Feljini y los señores V. K. E. Erian y Carlos Berberian.

En esta ocasión se leyó una nota del presidente de la Institución Administrativa Iglesia Armenia, don Armen Lezanieli, dirigida a la U. G. Armenia felicitando a la nueva comisión directiva deseándole éxitos en su labor.

La última palabra fué la del señor Juan Stepanian, presidente de la U. G. Armenia. Los concurrentes escucharon con gran atención sus palabras, ya que en ellas estaba condensado el criterio que seguirá la nueva comisión en su labor directiva.

El señor Stepanian con palabras claras y concisas, dijo: "Luego del nerviosismo de las dos listas en puja en las últimas elecciones, vino el momento de la calma, en que todos aunados de-

bemos apoyar a la comisión directiva electa para llevar adelante la entidad".

Continuó diciendo: "La comisión directiva compuesta por once miembros, si la jamás podrá llevarla adelante. Necesitamos el apoyo y la colaboración de todos los asociados, sin distinción alguna. Ya no existen dos listas. Ahora la entidad es una sola y por eso debemos trabajar todos como un solo hombre, si queremos que la U. G. Armenia llegue al lugar destacado que aspiramos. En nuestra labor futura queremos que nos critiquen, pero que ésta sea sana. Prestaremos oídos a todo socio que quiera hacernos alguna indicación, pero que ésta sea en beneficio de la entidad. No debemos guiarnos por pasionalismos ni personalismos. Cuando entren al Club, los intereses personales deben quedar fuera



**Todos los del Sud  
prefieren  
prendas Sport**

**Sport Club**

**SPORT**

Avda. MONTÉS DE OCA 985 T E 21 1123

Debe persistir en nuestra entidad, el espíritu de colaboración en bien de todos".

"Tenemos un gran edificio material. Pero si éste, por más grande y hermoso que sea, no cobija a un elemento humano que sea capaz de mantenerlo y engrandecerlo, para mí no tiene ningún valor". "Debemos ir al espíritu de las cosas. El exterior no nos interesa. Nuestra labor del presente período será la de formar hombres moralmente constituidos para llenar este hermoso edificio, que es la U. G. Armenia".

"Cada uno de nosotros puede te-

ner sus defectos. Por eso para mantener la armonía y la unión en toda organización, debemos utilizar la siguiente fórmula: ver y elogiar en nuestros adversarios, sus virtudes; ver y corregir en nuestros amigos sus defectos". "De esta manera podremos constituir en nuestra querida institución una gran familia unida. Así podremos trabajar mejor y adelantar el club".

Luego de las palabras del señor Stepanian, que fueron rubricadas por insistentes aplausos, se dió por finalizada esta magnífica reunión de camaradería.

## NOTA SOCIAL

### EL SEÑOR GARO KALIKIAN Y SEÑORA CUMPLEN SUS BODAS DE PLATA

El día 24 del corriente, en su residencia de Vte. López, el señor Garo Kalikian y su señora esposa Nevart Abrosian de Kalikian, agasajaron a un grupo de invitados con una cena fría, con motivo de sus bodas de plata.

Entre los concurrentes se destacaba la presencia del señor Juan Stepanian, presidente de la U. G. Armenia y su señora esposa, acompañados de algunos miembros de la comisión Directiva de dicha entidad.

Los esposos Kalikian, rodeados del afecto de sus hijos y numerosos familiares y amigos, rememoraron en un ambiente cálido y de afecto, sus veinticinco felices años de casados.

El señor Garo Kalikian, socio honorario y vitalicio de la U. G. Armenia, fué uno de los fundadores de la institución y su primer presidente. Desde hace treinta años, colabora en forma desinteresada en los labores de la en-

tidad, mereciendo la simpatía y el afecto de los asociados. Actualmente cumple funciones de presidente de la Comisión Administrativa, de la revista "Navasart".

Con este motivo, deseamos a los esposos Kalikian, muchos años de vida y de felicidad.



# Estudios Sobre Armenia

Por RAFFI MIRAKIAN

(Continuación)

## EL ARTE Y ARMENIA

Muchos creen en la ineptitud militar de los armenios. Hemos demostrado ya en otra ocasión, la estupidez de tal afirmación. Lo mismo sucede a veces, con el arte. Hay todavía personas que creen que porque los armenios son buenos comerciantes, no sirven para otra cosa. Pero la realidad es diferente. Los armenios son espíritus finos y cultivados.

Los monjes armenios han dejado vestigios numerosos de la cultura antigua. Estos santuarios, que aún existen, eran verdaderas universidades.

Visitando las ruinas de Aní, se nota claramente que la arquitectura romana tuvo su origen en Armenia. Solamente existen datos de la Edad Media. M. Federico Macler, profesor de la Escuela de Lenguas Orientales Vivas de Francia, ha hecho un estudio de este período que es el más perfecto en la materia (1917). Este estudio se llamada "Francia y Armenia a través del Arte y de la Historia".

Antes de los acontecimientos de 1914, las escuelas armenias formaron una "élite" que representó en Constantinopla al pueblo armenio. El "Masis", fundado en 1851 fué durante treinta años el único periódico en Turquía, digno rival de los órganos europeos.

París ha sido el principal centro intelectual para los armenios del exterior.

Antes de hablar de los artistas, recordaremos los nombres de los escritores armenios durante esas épocas: J. Daschin, Kaloust Ter-Mgrdichian, Le-

von Chant, Varoujan, Varandian, Ketchian y muchos otros.

"El teatro, la música, las bellas artes, ejercen una poderosa atracción sobre la juventud armenia", ha dicho M. Macler. Y continúa: "¿Quién no recuerda a Gulbenkian?, alumno de Paul Mounet, que murió en el seno de la gloria. La señora Babaian, en 1917 dió un espléndido concierto en la sala Pleyel, que quedó en la memoria de todos los auditores. En la pintura y en la escultura recordemos a Edgar Chahian, Babaian Carbonel, Nichanian, etc."

Todos los nombrados, son algunos pocos exponentes del arte armenio. Actualmente surgen nuevos valores en todo el mundo.

## EL EMPERADOR JULIANO Y EL CELEBRE ORADOR ARMENIO BARUIR

En el siglo IV los jóvenes armenios estudiaban en Atenas o en Roma. Uno de ellos fué Baruir. Joven aun, se dirigió a Antioquía y consiguió ser admitido en la academia de la elocuencia, fundada por Ulpiano.

Luego se dirigió a Atenas, donde ya era conocido y se hizo amigo de Hefestion. Se consagró como orador célebre haciendo nacer numerosos celos. Fué exilado de Atenas, pero poco después pudo volver, debido a que la ciudad cambió de príncipe.

La reputación de Baruir, había franqueado las fronteras del mundo oriental, y el emperador Constantino lo llamó a Galia, en donde lo asombró con su elocuencia.

Regresó a Roma cubierto de gloria,

## MEDICINA DEL DEPORTE

*Orientación y Selección Deportiva*

Por CARLOS A. DE FILIPPI NOVOA

Al establecer que la orientación deportiva significa la adecuación de la vocación a las condiciones físicas, determinamos la existencia de complejos hechos que se presentan a la consideración del médico que vincula su actividad a la práctica del deporte.

La acción médica en la actividad física debe ejercerse en relación al individuo desde su más temprana edad. Sólo de esa manera se cumple el ideal médico de la terapéutica por la prevención.

La práctica deportiva forma parte del complejo grupo de elementos que constituyen la educación física. Esta debe ser integral. La educación física tiende a lograr la armonía de la forma del individuo y la excelencia de las funciones orgánicas. La educación atlética o deportiva busca el perfeccionamiento de una función o de un grupo restringido de funciones. Por lo tanto en las consideraciones que sobre la orientación y selección deportiva se plantean al médico se debe establecer previamente dos condiciones fundamentales. En primer lugar, la determinación de la actividad física según la edad del individuo y en segundo lugar en relación al sexo.

de donde volvió a Atenas para ocupar la cátedra de elocuencia. En ese entonces Juliano fué nombrado emperador. Baruir, —que era cristiano—, no quiso aceptar órdenes de un pagano y perdió la cátedra.

(Cont. en el pmo. número)

## DEPORTE Y EDAD

Es obvio establecer que el deporte no debe practicarse en forma intensa y competitiva hasta una vez superada la adolescencia.

Hay que diferenciar bien actividad o educación física que comprende la práctica de la gimnasia, sea ésta formativa, correctiva u ortopédica, y en la que el deportismo o práctica de juegos deportivos constituye un complemento, y lo que se considera como práctica del deporte, o sea la forma de ejercer la actividad física con determinación concreta y que exige por lo tanto el entrenamiento y la realización de un esfuerzo máximo, que debe ser superado en forma constante, y de manera brusca cada vez que se actúe.

La educación física está indicada para todos los individuos en las diversas etapas de su vida y deben establecer sus condiciones según la edad, sexo y estado orgánico o condiciones biológicas de salud o enfermedad. La educación física desarrolla los reflejos posturales fundamentales y crea reflejos condicionados. Los sistemas de educación física varían o pueden variar según los países o los fines que se persiguen. En la práctica del deporte en relación a la edad deben establecerse desde el punto de vista médico los límites máximo de actividad.

En principio, cada deporte en particular puede ser objeto de una determinación y consideración especial existiendo características individuales que representan variaciones a veces notables, pero nosotros estamos en condiciones de establecer las reglas generales basadas en la experiencia y en la observación estadística. La práctica

deportiva como tal, con el entrenamiento y las competiciones no deben empezarse nunca antes de la adolescencia. Durante el período de crecimiento los jóvenes encuentran en la educación física una ayuda y un estímulo para el desarrollo armónico de su organismo. Pero las obligaciones entrenamiento que exige una actividad determinada así como el desarrollo unilateral que la práctica de ciertos deportes ejerce sobre el organismo, hace que se contraindique la realización de éstos en las edades tempranas de la vida.

Algunos deportes como la natación, por sus características especiales, permiten su iniciación más temprana, otros, especialmente los de fuerza, exigen una maduración biológica y orgánica mayor para su ejercicio. La máxima velocidad se adquiere alrededor de los 20 a 22 años, la resistencia y la fuerza se obtiene en grado máximo entre los 27 y los 30 años. El caso de atletas que superan estos límites son excepcionales y no constituyen una invalidación a la regla. En los adultos por encima de los 30 años la realización de esfuerzos aumento la esclerosis y en los ancianos determina la aceleración de los signos de senilidad. El deporte en los jóvenes estimula y desarrolla el crecimiento cuando es controlado, pero ocasiona, cuando se realiza imprudentemente desgastes que provocan la decadencia orgánica y alteración de la salud.

### DEPORTES SEGUN EL SEXO

En general la práctica deportiva en la mujer debe hacerse teniendo en cuenta las diferencias orgánicas y biológicas fundamentales entre ambos sexos.

Las pruebas de agilidad y destreza deben privar sobre las de fuerza. Asimismo cabe considerar que el aspecto de la edad debe ser respetado fun-

damentalmente. Si se quiere aplicar un criterio humanista hay que abstenerse de propiciar los deportes de fuerza en mujeres jóvenes cuyo aspecto hombruno puede acentuarse con la práctica del deporte. Si el deporte debe favorecer la creación de un tipo humano armónico y estético no es justificable desde el punto de vista médico aconsejar y mantener la práctica de actividades deportivas que virilizan, o dentro de las que sobresalen las mujeres cuya diferenciación con el sexo opuesto es casi imposible de establecer. Los diversos estados biológicos, cíclicos y pasajeros de la vida femenina no determinan impedimento para la práctica deportiva sino cuando entren dentro del campo de la patología por presentar alteraciones de su evolución normal. En ese caso la prohibición se fundamentará sobre el aspecto de la patología.

### DEPORTE Y ACTIVIDAD PROFESIONAL

Establecidas a grandes rasgos las condiciones generales de edad y sexo hay que considerar otros aspectos generales que deben determinar el criterio médico de orientación deportiva.

Son los aspectos de la actividad y se plantean tres situaciones:

- 1º) Personas de actividad sedentaria.
- 2º) Trabajadores manuales o de actividad pesada.
- 3º) Deportista en actividad.

**Personas sedentarias:** Las personas cuya actividad diaria y permanente es de carácter sedentario deben realizar ejercicios compensadores cuya intensidad y característica estará condicionado a la edad, sexo y estado de salud.

Los deportes más aconsejables son aquellos de tipo completo, sobre todo que exijan movimientos respiratorios. La natación, tennis, el basquet-ball y

el volley, son entre los más conocidos, los deportes más aconsejables.

Las personas que realicen tareas pesadas deben por medio del deporte establecer un equilibrio orgánico que compense, en primer lugar, el desarrollo unilateral de su organismo y en segundo lugar les permita una distracción mental y física que evite la fatiga. La práctica deportiva puede realizarse durante los periodos de descanso, al fin de la jornada laboral, o durante los días festivos. Debe cumplir dos condiciones esenciales, una de carácter general, y es la de no ser fatigante ni exigir un gran esfuerzo físico, y la otra de carácter particular. Por esta segunda condición el deporte será elegido de manera que comprenda las posibles unilateralidades físicas y deformidades que pueda ocasionar el trabajo. A tal efecto el médico debe establecer las condiciones de este último y sus efectos físicos secundarios.

En los deportistas en actividad, el entrenamiento provoca a veces una tendencia a la deformación que debe ser compensada por la acción de los deportes complementarios, los que además servirán para mantener la forma en los periodos en que se considere la necesidad de un descanso, o que las circunstancias hagan que se imponga una relache en su actividad deportiva específica. Estos deportes complementarios deben ser cuidadosamente seleccionados y establecidos no solamente en relación al deporte del sujeto, sino que a sus condiciones físicas y mentales.

Hay que recordar que Joe Louis, por ejemplo, señala a la práctica intensa del golf durante su entrenamiento para su primera pelea con Ehmeling como causa de su derrota.

Se suele dar el caso que un atleta sobresaliente en una actividad determinada, se destaque posteriormente en otra actividad deportiva a la que

durante el training intenso de su actividad anterior le asignará el carácter de deporte complementario.

## DEPORTE Y CARACTERES MORFOLOGICOS Y PSIQUICOS

Antes de establecer el consejo médico el sujeto en estudio debe ser considerado dentro de estos dos aspectos: médico clínico, antropológico y psicológico.

El estudio médico clínico requiere un examen médico completo, para establecer las posibles alteraciones patológicas en actividad o latentes. Descartadas las enfermedades o establecidas las mismas, si en este segundo caso se consideran compatibles con la actividad deportiva (a este respecto hay que manifestar que en la actualidad existe una tendencia a efectuar terapéuticas deportivas en ciertas incapacidades físicas e incluso hay juegos internacionales de heridos) se procede a realizar el estudio antropométrico.

El estudio antropométrico merece una consideración especial. La determinación de la forma del individuo y la relación de sus distintas partes entre sí por el establecimiento de medidas, ha dado origen a un verdadero capítulo de la medicina: la patología de la forma. Se considera en especial que todos los individuos poseen características morfológicas o somáticas relacionadas de manera íntima con las otras características de la personalidad psíquica y funcional.

Estos caracteres morfológicos se constituyen por acción de elementos hereditarios o constitucionales, relativamente estables o fijos, y elementos adquiridos durante la edad del crecimiento. En ese sentido sobre la fijez de los caracteres o su variabilidad existen estudios estadísticos que demuestran de manera evidente que tanto la práctica deportiva, la gimnasia

o la actividad profesional constante, pueden modificar la forma del cuerpo. De acuerdo a la integración morfológica del individuo se establecen según distintos autores diferentes tipos fundamentales: individuos bajos y gruesos, altos y delgados, etc.

Según algunos autores pueden ser los individuos del tipo digestivo, respiratorio, cerebral o muscular (Di Giovanni), longilíneo, braquílíneo, normotipo (Viola). Otros autores (Pende) relacionan estos tipos orgánicos a las manifestaciones de las glándulas endocrinas. A cada tipo humano se le adjudican características psicológicas y propiedades físicas especiales y condiciones y posibilidades patológicas determinadas de acuerdo a esos caracteres. En nuestro país el Dr. Godofredo Grassi ha realizado mediante un estudio estadístico minucioso y completo una clasificación de la personalidad física desde el punto de vista tipológico, en nueve tipos fundamentales, estableciendo un cuadro y determinando las medidas fundamentales requeridas para lograr la ubicación del sujeto en el cuadro, a los efectos de establecer de acuerdo a cada uno de esos nueve tipos, las características más salientes en relación a las condiciones físicas generales y particulares. El aporte del Dr. Grassi a la medicina deportiva es trascendental.

El hábito morfológico y la vocación, están ligados de manera indudable; raramente se da el caso de que un sujeto altere o fuerce las posibilidades naturales de su físico por la vocación equivocada. Esto demuestra de manera evidente que el hábito morfológico y las condiciones de carácter poseen una estrecha vinculación. Ciertas condiciones anatómicas favorecen la práctica de algunos deportes y especialidades. La velocidad que caracteriza a los individuos de la raza negra está en relación con la longitud del calcáneo (hueso que forma el talón del hombre). La talla y la longitud de las piernas ha sido estudiada en relación a la velocidad y la altura en el salto.

Establecidas las condiciones físicas la determinación de las condiciones fisiológicas o funcionales deben hacerse en base a la configuración de una apreciación general de idoneidad basada en la determinación por ausencia de defectos o anomalías funcionales.

Posteriormente, mediante pruebas especiales se consideran: 1o. el equilibrio, 2o. la flexibilidad, 3o. la agilidad, 4o. la robustez, 5o. la potencia y 6o. la resistencia orgánica; estas determinaciones permiten establecer el estado funcional y los caracteres fisiológicos más destacados. Por último el examen médico debe determinar los

## TALLER ELECTROMECHANICO

V. SARIAN

MOTORES ELECTRICOS  
TRANSFORMADORES  
BOBINAJES

MOTORIZACION DE MAQUINAS

JUFE 165

BUENOS AIRES



caracteres psicológicos mediante la ejecución de tests especiales que establecerán primero y la medida general de la inteligencia y secundaria-mente la preeminencia de algunas características psicológicas sobre otras.

El estudio no se completa al se omite la consideración de algunos otros factores. Son los factores ambientales que derivan del estado social del sujeto. El estado económico, la actividad laboral o medio de vida, y el medio familiar, el que influye a través de los hábitos y por la determinación de tradiciones y vocaciones en la elección de la actividad deportiva.

Únicamente un completo análisis de estos elementos permite orientar desde el punto de vista médico la actividad deportiva en forma científica.

#### SELECCION DEPORTIVA

En la selección deportiva hay que establecer con claridad el alcance del papel que desempeñará el médico. No se debe caer en el grave error de confundir el criterio médico con el con-

cepto deportivo en lo que a la práctica se refiere. Las selecciones deportivas tienen por objeto, de un determinado grupo de practicantes seleccionar o elegir los más aptos a los efectos de que mediante la práctica intensiva y lo entrenamiento constante superen el nivel medio en la realización de una especialidad deportiva. En segundo término establecer cuáles son los que en un momento determinado poseen mayor chance o posibilidades para desempeñarse en las competencias.

El criterio médico sólo puede establecer la integridad física en lo que a la salud se refiere, controlar el estado físico y establecer con fines profilácticos la ausencia de anomalías o padecimientos ocultos o latentes que puedan secundariamente alterar el estado de salud del sujeto. Es un criterio de medicina preventiva altamente especializada. No tendrá para nada en cuenta las performances, marca o rendimiento deportivo. Solamente establecerá el estado sanitario.

PIELES

MODELOS

FINAS

REFORMAS

PELETERIA "PAPAZIAN"

X

SUIPACHA 942

T. E. 82-0705





**TEX-TRICO**

Soc. Resp Ltda. - Capital \$ 800.000

**FABRICANTES DE TEJIDOS**

**ENGOMADORA DE HILADO**

Adminis y Ventas  
**I. ARREA 557**

**T. E. 48 Pasco 8749**  
**Buenos Aires**

**"ANTEX ARGENTINA"**

**EDUARDO ATAMIAN**

**POPLINES**

Luzera 667 - **T. E. 48-5639**

**Doctor**

**ANTRANIK EURNEKIAN**

**Cirujano**

**Especialista en Neurocirugía**

**Actualmente en los EE. UU.**

**Cnel. N. Vega 5531 - 54-0765**

**FABRICA DE TEJIDOS  
DE ALGODON**

**TEXTIL**

**MURAD**

**de Miron Leonian**

**VICTORIA 701**  
**Hurlingham F.C.N.G.S.M.**

**FOTO**

**A P O L O**

**ESTUDIO**

**CORDOBA 4671 T. E. 54-8147**

**ESTUDIO NERSESSIAN**

**ECONOMICO . CONTABLE . IMPOSITIVO  
ASUNTOS JURIDICOS**

**Florida 165**  
**Cnl. Gral. Güemes P. 3, of. 343-4**

**Tel. 30-6577**

**GEVAERT**ARGENTINA S. A.  
DE PRODUCTOS FOTOGRAFICOS**Afianza**

el

Prestigio de la Industria Argentina

con los Rollos

de Pelicula para Fotografia

**REXOPAN y REXOCROM**

**GEVAERT ARGENTINA S. A. de Productos Fotográficos**  
 Bmé. MITRE 1902 - T. E. 48-9011 - BUENOS AIRES

**ALBERT TRITSMANS, Director y Gerente General**

ADHESION

DANUBIO S. A.

EL CISNE

Soc. Resp. Ltda.

BUENOS AIRES

CORDOBA

MERCERIA-NOVEDADES

"EL PORVENIR"

El Hogar de los Hilos y Botones

M. CHEBEKDJIAN E HIJOS

Azcuénaga 417

T. E. 48-8654

TERRA

- de -

GREGORIO TERTZAKIAN

TINTORERIA Y ESTAMPERIA DE SEDA,  
RAYON Y ALGODON

LAPRIDA 1458

T. E. 791-8429 y 795 0044

Vicente López, F.C.N.G.B.M.

**« NAVASART »**  
REVISTA MENSUAL

ORGANO DE LA  
U. G. ARMENIA DE C. FISICA  
GALERIA GRAL. GUEMES  
FLORIDA 105 Piso 6º

**SUSCRIPCION**

Ejemplar suelto ..... 5.- Pesos  
Anual ..... 50.- Pesos  
Exterior ..... 4.- Dolares

AÑO 5 - Nº 55

DICIEMBRE DE 1957

BUENOS AIRES

*ALFOMBRAS*

*SPARTA ATLANTIDA S. A.*

INDUSTRIAL Y COMERCIAL

CORREO ARGENTINO CENTRAL (B)	FRANQUEO PAGADO Concesión Nº 5952
	TARIFA REDUCIDA Concesión Nº 5431