

լեցուեր է ծովուն մէջ 60 ոտք բարձրութեամբ, որ հիմայ նաւահանգստին մեծ ամրութիւն է. բայց ծովուն տակը բոլոր լաւան տարածուած ըլլալով՝ յատակը բարձրացած է, որով մեծ նաւեր նաւահանգիստը չեն կրնար մտնել: Վաղաքիս գլխաւոր վաճառքն է բամբակ և մետաքսէ կերպաններ: Վաթանայի քովի երկիրներէն կ'ելլեն, ցորեն, գինի, կտաւ, ձէթ ու մետաքս: Բնակչաց թիւն է 45,000:

Այս հոս գրած պատկերին աջակողմը երեւցած չէ՛քը՝ Վաթանայի բերդն է, որ անցեալ տարի Աիկիլիոյ խռովութեանցը պատճառաւ շատ վտանգեցաւ:

ԾԱՂԿԱՔԱՂ ՀԱՅԿԱԿԱՆ

Բ.

Թագաւորահայ, Փիշ, Երեւոյ:

ՏԵՍԱՆԷԱՔ զթագաւորական հաւորոյ տեսակն ցանկալի էր, զի ընդ գեղնագոյն փետուրն փոքր ինչ կանաչութիւն համուարխառնեալ արտաքս ճողճայր, և լանջուցն կարմրանիշ գոյն այսր անդր տրոհէր շուրջ զպարանոցաւն առ միմեանս պատուածեալ, և նման գարնանային առաւօտու ցողոյ կայլակք յանդաստանս զոսկեծայր քսաից մարգարտաձև 'ի վայր կախեալ բոլորովմբ. այսպէս և բիբք աչացն, որ և սոնքաձև կտցոյն փողորտաձգութիւն 'ի վայր կոյս դարձեալ զբերանովքն կռանայր, որում բոլորատէգ զեղոյն ծայր՝ իբրու գնդանաց ցցեալ զբարգաւանգ ճուռողումն ձայնի՝ ըստ մարդկային բնութեանս խօսից ստէպ ստէպ առ բան հոլովէր: Եւ սա զոր օրինակ յառաջինսն անդ՝ Երոնի ումեմն կայսեր 'ի սենեակն լինէր գովող, այսպէս 'ի վերջնումն աստ յոգնաբաստիկ իշխանիս մերոյ՝ տեսաւ օրհնիչս:

1. Զուանդերի:

Ինչ որ թէպէտ առաւելաբանչ զարմացաք՝ սակայն ոչ այնչափ զոր հանդերձեալ եմ'ասել. զի յորժամ կամէր յորս ինչ ելանել կամ 'ի զբօսանս խաղու, տեսանէաք 'ի յելս արքայաչու կազմութեան՝ արտաքոյ պարսպին 'ի նախադրան ճանապարհին որպէս առն թագաւորի յերկրպագութիւն եկեալ՝ անարի, անբարի, անհեգեգ կենդանին վիմահասակն փիղ, որոյ գերանաձև սրբունքն որպէս լեառն ինչ 'ի վեր բարձեալ ունէին, և զխելապատակէ անտի ըստ չարութոյն սողնոյ նմանութեան 'ի վայր կոյս կախեալ՝ ձևանայր պատիճ, զոր առ գետնովն շրջըլջելով, այսր անդր ստէպ ստէպ դարձուցանելով, և ուղղորդաձև 'ի վեր կանգնելով, և մերթ յինքն քնթռնեցուցանելով. և նա ուժգնակի մոնչմամբ զտուրեւառութիւն շոնչոյն ընդ խռոչափողն արտաքս հոսելով. արդարեւ ասեմ' թէ իբրեւ բեհմութ շարժնոյն գլխոյ, ահաբեկ զարհուրումն լինէր զողութեամբ բնութեան մարդոյ:

Տեսանէաք և զերիվարս ածեալ սիգասարք պերճաստորդք, ճեմողք, ճեպողք և ևս ճախրապաղք, որք հողմավար թեթևութեամբ զարշաւանս առնէին, ոսկեսանձ թամբօք, և գեղեղեալ զինուք:

ՄՈՎՍԷՍ ԿԱՂԱՆԿ.

ՏՆՏԵՍԱԿԱՆ ԳԻՏՈՒԹԻՒՆ

ԱՌՈՂՋՈՒԹԻՒՆ

Սարսուղ-Բիւն:

ԴԺՈՒԱՐԱՄԱՐՍ ուտելեաց մէջ զլխաւորներն են անուշ բաներ, տհաս և թթու պտուղներ, որոնք նոյն օրուան մէջ կերուած ուրիշ բաներն ալ մարսելու շատ նեղութիւն կուտան: Իսկ շատակերութեամբ՝ ինչ և իցէ բանով ալ որ ըլլայ ստամոքսը ծանրացընելը միշտ փնասակար է. վասն զի կամ փխուր կուգայ անմարսողութեամբ կամ սաստիկ ստամոքսի ցաւ, ուսկից նաև ա-

ուջ կուգան փորի ցաւեր , տեսակ տեսակ ջերմեր և ուրիշ այլ և այլ հիւանդութիւններ : Որչափ մարդիկ կը մեռնին միայն անժուժկալ կերուխումի պատճառաւ մը . և ճշմարիտ է իրաւցընէ ան հին առակը թէ շատ աւելի մարդ կը սպաննէ որկորը քան թէ սուրը :

Արբոր մարմինը մարսողութենէ սկսի տանջուիլ , կարծես թէ մարմնոյն բոլոր կենդանական զօրութիւնը կը ժողվուի ստամոքսին վրայ՝ մարսողական զօրութեանը օգնելու , և այն ատեն փաստակար է առողջութեան ինչ և իցէ արտաքին մեծ աշխատանք կամ մտմտութեան պատճառաւ է որ վարպետները մէկ ժամ մը կամ աւելի հանգստեան միջոց կուտան տղոց կամ աշխատաւորաց՝ կերակուրէն վերջը : Բանը գիտցող մարդը ոչ երբէք իր չափէն աւելի կ'ուտէ . վասն զի լաւ գիտէ թէ մարդու այնչափ ուտել և խմել պէտք է որով որ անօթութիւնը և ծարաւը անցնէ . չխաբուիր ան մարդկանց խօսքերէն , որ շատակերութիւնը աղէկ ննունդ առնելու և ուժով կազմուածք ունենալու պատճառ կը սեպեն . վասն զի չափէն աւելի կերուածը՝ չէ թէ միայն ուժ չտար , հապա շատ անգամ անմարսողութիւն պատճառելով շատ տեսակ հիւանդութեանց դուռ կը բանայ : Իննդարար և դիւրամարս կերակուրները ընդհանրապէս ասոնք են . հաց , ալիւրեղէն բաներ , փոխինդ , ընդեղէն , բրինձ , գարի , պտուղ , կաթ , ձուկ , թուչուն , եղան , հորթու , խոյի , այծու , նապաստակի , և ուրիշ անտառաբնակ կենդանեաց միսը . որոնք բաց ի քանի մը տեսակ պտուղներէն և կանաչեղէններէն՝ թէ որ լաւ կերպով եփուին , դիւրաւ ալ կը մարսուին : Ստուղները , ընդեղէնները , աղցանները , և ան տեսակ ապուրներ որ կանաչեղէններով և ալիւրով խառնած են , ձկան մըսին չափ սննդարար չեն . անտառաբնակ կամ ընտանի կենդանեաց մսին սննդական զօրութիւնն ալ , ձկան մէն շատ աւելի է : Արկրագործները և ասոնց նման աշխատաւորներ՝ պէտք է որ աւել-

ի հաց , մարացորենի փոխինդ , խմորեղէն ընդեղէն և պտղեղէն բաներ ուտեն . իսկ մեղէն քիչ , վասն զի միշտ մեղէնի յաճախութիւնը փաստակար է :

Ստեղծ համար ժողված խոտեղէններու մէջ զգուշութեամբ նայելու է որ թունաւոր և փաստակար խոտեր չգտնուին , որ թէ կենաց փաստ կ'ընեն և թէ մարսողութեան , ինչպէս է մուխինդը և ուրիշ քանի մը տեսակ խոտեր : — Ունկերուն ամէն տեսակն ալ դժուարամարս են , և ոմանք թոյնէն աւելի կը չարչարեն : Հասուն գետնախնձորները շատ առողջարար են . խիստ եղոտ մեղէնները , կծու , աղոտ , և շատ համեմատ կերակուրները այնչափ առողջարար և դիւրամարս չեն . պանիրի ալ շատ գործածութիւնը տեսակ տեսակ հիւանդութեանց պատճառ կ'ըլլայ : Ինուշեղէն և խմորեղէնները գրեթէ ամէն ալ ստամոքս կը թուլցնեն և տկարացնեն . ծնողք պէտք է ջանան որ տղաքնին պզտիկուց վարժեցնեն ամէն տեսակ կերակուրի նաև հասարակ բաներու , վասն զի պարզ կերակուրները ամենէն օգտակարներն են :

Կերակուր եփելու կամ տաքցնելու ամանները , և պղնձեղէն անօթները , միշտ պէտք է որ լաւ կլայեկած ըլլան , նոյնպէս հողէ ամաններն ալ լաւ վեռնիչոտ : Այ անոր որ պղնձէ ամանի մէջ պաղեցուցած կերակուր ուտէ . ատենով կօշկակարի մը կնիկ պղնձէ ամանի մը մէջ քիչ մը սալորի տապկոց եփելէն վերջը , կաթսան աւազանին քովը թողլով կերթայ իր դրացիին տունը հարկաւոր բանի մը համար . նոյն միջոցին էրիկը տնտեստուն մտնելով կը տեսնէ որ ան կաթսային տակը քիչ մը եփածէն մնացեր է , մատովը կը սկսի քերել ուտել , և վերջը դանակով կ'ափնէրը քերթելով կ'ուտէ կը լմնցնէ : Արբոր կնիկը տուն կը դառնայ , կը տեսնէ որ խեղճ էրիկը սաստիկ տաքութեան և ցաւերու մէջ կը տանջուի , մէկէն գաղջ ջրի մէջ քիչ մը ձէթ լեցնելով կուտայ անոր որ խմելով սիրտը ետ բերէ . բայց մարդը որ ամէն հիւանդու-

Թեանց դեղ օղին կը սեպէր , բաց 'ի
գաւաթ մը օղիէն ուրիշ բան չիմեր ,
Հազիւ ժամ մը կ'անցնէի վրան , խեղճին
ցաւերը այնպէս կը սաստկանան , որ կը
յուսահատին կենացը վրայ . կնիկը կը
վազէ բժշկի . առտուն բժիշկը կը հաս-
նի , բայց կօշկակարին մարմինը ինչուան
ան ատեն սաստիկ ուռելով , քիչ ատե-
նէն կը մեռնի : Երեւոյ՝ կինը կուլար յու-
սահատաբար , բժշկին ալ մեծ ցաւ ե-
ղաւ , տեսնելով որ ասոր մահուանը
պատճառ պարզ որկրամոլութիւնը և
տգիստութիւնը եղեր է . վասն զի սա-
լորին թթուութենէն ժանգառ կապե-
լով անօթը թունաւորեր է . վերջն ալ
խմած օղին աւելի վնաս ըրեր է և մա-
հր շուտով հասուցեր է :

Բմպեւեաց մէջ մէկհատիկ առողջա-
րարն է ջուրը, որ թէ կը զովացընէ,
թէ թեթեւութիւն կուտայ, և թէ
միշտ մարդուս գէշ արիւնները կը մաք-
րէ, մէկ խօսքով ստամոքսի, աղեաց և
ջղաց զօրանալուն մի միայն օգտակար
գեղ է: — Ինոնք որ սովորութիւն ու-
նին ամէն օր խահուէ, կաթ կամ ա-
սոնց նման տաքցուցիչ բմպեւիքներ խմե-
լու, այսպէսով արիւննին շատ կը տաք-
ցընեն, և գրեթէ ամէն ոգեղէն բմպե-
ւեաց յաճախութիւնը փնասակար է:
Տղաքը պէտք չէ վարժեցընել որ խա-
հուէ խմեն, ևս առաւել ուրիշ ոգեղէն
բմպեւիք՝ որ թոյնէն աւելի կը փնասեն
անոնց մատաղ հասակին: Եւ որ գինին
զուտ կը խմէ՝ առանց քիչ մը ջուր խառ-
նելու, շատ անգամ սաստիկ տաքութե-
ն և շնչարգելութեան մէջ կ'իյնայ, և
քանի՜ քանի գործաւորներ կը մեռնին,
անյսագաբար ջրի տեղ շատ անգամ գինի
կամ օղի խմեցնուն պատճառաւ:

Դատ փնտասկար բան է ջերմոտանե-
րու կամ ԾԾԻ ունեցող տղոց գեղի տեղ
պղպեղով խառնած օղի խմյրնելը . խո-
րունկ ձմեռուան մէջ ձիւնապատ տե-
ղեր բնակող կամ քաղղներն ալ պէտք
է զգուշանան աս ըմպելիքէն , որ ցրտէն
աւելի մեծ վտանգի մը չհանդիպին :

ጥናታዊ ምርመራ

ԵՐԿՐԱԲԱՆՈՒԹԻՒՆ

የኢትዮጵያ ፌዴራላዊ ዲሞክራሲያዊ ሪፐብሊክ የሕይወት ጉዳይ

ԼՍԵՐԻԿԱՅԻ մէջ Ս'իսիսի գետը զարմանալի երևոյթներ ունի դիտելու արժանի։ Ս'եծամեծ մրրիկներէ ու ջրերու յորդութենէ շատ անգամ կը հանդըպի որ լեռներու վրայի մեծամեծ ծառերն ու անտառները կը խլուին, ու ջրերու բռնութեամբ կը քշուին ձորերու մէջ, բայց անոնցմէ շատն ան խռովութեան ատենը կը թաղուին հողի ու աւազի մէջ։ շատն ալ կան որ Ս'իսիսի փիին երեսէն քշուելով չափաւոր տեղ մը երթալէն ետքը կ'արգելուին կը մընան։ ասանկ դիպուածի մէջ յայտնի է որ ճամբան գոցուելով վերէն եկած նորանոր փայտի կտորուանքը, խտան ու տերևը, ծառի ճիւղերը, կենդանեաց սատակներն, փրփուրը, և այլն, առջի արգելուած ծառերուն վրայ իրենք ալ կ'արգելուին կը մնան, և քանի կ'երթայ իրարու հետ կը խառնուին։ Ս'ամանակ անցնելով փոթորիկներէն վերացած հողն ու աւազը կը լեցուի ասոնց վրայ, որ հարկաւ ջրին տակը չեն կրնար իջնալ, և քանի կ'երթայ կը թանձրանան ջրին վրայ կեցած մարմինները ու կամուրջի պէս տեղ մը կը ձևանան, որուն վրայէն երկրցիք կրնան անցնիլ դառնալ, որուն լ'մերիկացիք իրենց լեզուով Ս'աֆի կ'ըսեն։ Եւ որովհետեւ ջրին երեսը կեցած են աս դիզուած նիւթերը, հարկաւ ջրին բարձրանալու ու ցածնալու ատենը կը բարձրանան ու կ'իջնան։ Իսկ եթէ ուրիշ անգամ ալ հանդըպի որ դարձեալ լեռներէն յորդ ջրերուն կոխելովը աս արգելած փայտերը խլուին, կ'երթան ինչուան ծով։

Հոս դիտելու բան մը կայ որ Միսի-
սիփիի ջրերուն սկզբնաւորութեան ձու-