հաց կը կոչեն հաճարէ այն հացը որ 20 %ին, և նոյն իսկ մինչև 30-35 % գետնախնձոր կը բովանդակէ։ Հում կամ եփած գետնախնձորը ուղղակի այդքան քանակութեամբ հաճարի մէջ խառնելով՝ առաջ եկած զանգուածը յոռեգոյն հացն է։ Կտրելով՝ տեսքը խոզի ճարպի նմանութիւն ունի. ակռայի տակ թանձրամած մարմնոյ զգացումը կու տայ...։ Շաղուումը և եփումը գրեթէ միշտ գէշ կ'ըլլան. տեսակարար կշիռը 0.66է 0.68ի կը հասնի՝ մինչդեռ ցորենէ հացինը 0.29է մինչև 0.34 հազիւ կ'ըլլայ։

Այս հացը ամէն տեսակ հացերէ աւելի ստամոքսի նեղութիւն կու տայ՝ չի մարսուիր, աղիքները կը խանգարէ, և այլն. և սակայն Գերման բժիշկներու համաժողովը, հայրենասիրութեամբ հռչակեց թէ բոլոր այդ անհանգստութիւնները պիտի անյայտանան, երբ ստամոքսը վարժի, երբ KK լաւ ծամուի, և երբ կերողը ճաշէն վերջ իսկոյն ֆիզիքական կրթութիւններ ընէ։

ՎԵՐՋՆԱԿԱՆ ՀԱՑԸ

Ապագային համար օգտակար, և սննդական գիտութեան համար շահագրգռական է վերջնական ալիւրի և վերջնական հացի գիւտը։ Ֆինքլէրի գործելակերպով, որ խոնաւ վիճակի մէջ թեփը աղալով՝ զայն պրոտիններով և հանքային աղերով հարուստ ալիւրի մը կը փոխակերպէ, որ կենսունակութեամբը և 91էն մինչև 92 % մարդուս համար իւրանալի ըլլալու յատկութեամբը աժանագին գերազանց զանգուած մը կը ձևացնէ։ Այսպիսի ալիւրով թէ հաճարի հացը և թէ ցորենի հացն ըստ բաւականի սննդարար նիւթերով կը հարստանան։ Եւ ստուգիւ 20էն 30% վերջնական ալիւր խառնելով, ցորենի կամ հաճարի ալիւրին հետ՝ անոնցմէ շինուած հացը պրոտիններով կը ճոխանայ՝ նման մսի լուսածնի, կալիի և այլ հանքային աղերով կը հարըստանայ՝ նման բանջարեղէններու։

Գուցէ վերջնական ալիւրի խնդիրը այնքան կատարելութեան հասնի՝ որ ստուգիւ աճման մէջ եղող հասակներու համար անհրաժեշտ տարրը ձևացնէ, և առ հասարակ մարդկային սննդառութեան լաւագոյն և աժանագին հացը՝ անով պատրաստուի։

Հ. ՆԵՐՍԷՍ Մ.

ՀԵՏԱՔՐՔՐԱԿԱՆՔ

Որչափ զօրութիւն կրնայ բովանդակել լիպրա մը ածուխ. — Զարմանալի է իրաւցնէ այսչափ չնչին քանակութեամբ սովորական ածուխի մէջ պարունակուած ուժը։ Սա կը գոյացնէ 10,000 ջերմութիւն (calorie) որ կը համապատասխանէ 236 շոգւոյ ձիու մեքենական աշխատութեան, ուստի այս 236 շոգւոյ ձիու ուժը՝ որ կեդրոնացած լիպրա մը ածուխի մէջ, կարող է շարժելու հեպընթաց մը բաղկացած 8 կառքերէ 12 երկվայրկեան, կամ քալեցնել զայն ժամական 50 մղոն արագութեամբ՝ մղոնի մը վեցերորդ մասը, և կամ ելեկտրական հանրակառք մը լի ճանապարհորդներով ժամական 10 մղոն արագութեամբ քալեցնել $2\frac{1}{2}$ մղոն։

Ուժեղ մարդ մը, վարժ աշխատութեան, համարուած է թէ կրնայ հազիւ շոգւոյ ձիու տասներորդի մը աշխատութեան հաւասարիլ. օրական 8 ժամուան աշխատութիւնը որ կրնայ այսպիսի մարդ մը արտադրել՝ կ'ընեն 480 վայրկեան, և եթէ զեղչենք անկից տասներորդ մասը, որ կը կորսնցնէ հանգչելու, դիրքը փոխելու և ուրիշ մանր մունր կորուստներու ժամանակ, կը մնան 432 վայրկեան միայն։ Եթէ այս 432 վայրկեան աշխատութիւնն, ինչպէս որ պէտք է ի գործ դրուի, կարելի պիտի ըլլայ արտադրել 8 ժամուան անընդհատ աշխատութեամբ 432 շոգւոյ ձիու արդիւնքը, և որով 2600 այսպիսի ուժեղ մարդկանց համախումբ աշխատութեան պէտք կայ՝ արտադրելու համար այն գործը մէկ վայրկեանի մէջ՝ զոր կը կատարէ լիպրա մը ածխոյ մէջ բովանդակած ուժը։

Կտրիճ սղոցող մը կրնայ վայրկեանի մը մէջ 60 շարժում տալ սղոցին, մինչդեռ մեքենական բոլորակ սղոց մը 60 անգամ աւելի արագ կը գործէ։ Արդ լիպրա մը ածուխը 180 մեքենական բոլորշի սղոցներ միանգամայն կրնայ շարժել։

Ելեկտրական ծառ մը. — Անգղիացի հեղինակաւոր գիտնական մը վերջերս Հընդկաստանի անտառներու մէջ զարմանալի յատկութիւններով օժտեալ ծառ մը գտաւ։ Ասոր տերևները յետին ծայր աստիճանի զգայուն են և ելեկտրականութեամբ այնպէս բեռնաւորուած՝ որ իրեն դպչողներուն ուժով ցնցում կը պատճառէ։ Բունը՝ նոյն իսկ 20 մետր հեռաւորութեամբ մագնիսացեալ ասեղի վրայ կ'ազդէ։

digitised by A.R.A.R.@

Այս արտակարգ ծառին ելեկտրական զօրութիւնը օրուան ամէն ժամերուն մի և նոյն չէ, մեծագոյն ուժը միջօրէին է, և նուազագոյնը կէս գիշերուան, և եթէ օդը խոնաւ և անձրեւային ըլլայ՝ բոլորովին կ'անյայտանայ։ Թռչունները, առանց բացառութեան ամէնքն ալ, կը հեռանան անկից։

Լոնտրայի ընդարձակութիւնը. — *Երբ ո՛ և է տեղ մը մարդկանց խճողում ըլլայ, ընդհանրապէս կը համարուի իւրաքանչիւր քառակուսի մեղր տեղւոյ մէջ* 4 *հոգի, այս սկզբունքի վրայ յենլով հաշուագէտ մը՝ գտած է թէ ամբողջ աշխարհքի մարդկութիւնը կրնայ բովանդակուիլ Լոնտրայի կոմսութեան շրջանակին մէջ։*

Ամբողջ Փանատայի ժողովուրդը Hyde Park*ի* 400 *արտավար հողուն վրայ կրնան իրենց տեղ գտնել, և* Battersee Park*ի մէջ ամբողջ Աւստրալիոյ բնակչութիւնն կրնայ հիւրընկալուիլ։ Եթէ Գէորգ Թագաւորը ուզէր բացօդեայ հանդէս մը սարքել Նոր Զելանտացւոց՝ բաւական էր* Buckinghan Odace*ի* 50 *արտավար հողը։ Բովանդակ Գաղղիա կրնայ փոխադրուիլ ի* Richmond Park, *և եթէ քիչ մը աւելի խնամքով կարգադրուի՝ ամբողջ Ռուսիոյ բնակչութիւնն կրնայ զետեղուիլ* Epping Forest*ի մէջ։*

Հ. Հ.

Ամերիկահայ թերթերէն հետեւեալները երկու ամիսէ ի վեր չէինք ստացած. վերջերս մեզի հասան ամբողջութեամբ.

ԱԶԳ. — 789 Washington St. BOSTON.

ԱՍՊԱՐԷԶ. — P. O. Box 865 FRESNO Cal.

ԵՐԻՏԱՍԱՐԴ ՀԱՅԱՍՏԱՆ. — 606 Blue Isl. Av. CHICAGO Ill.

ՀԱՅՐԵՆԻՔ. — 7 Bennet St. BOSTON.

ՊԱՀԱԿ. — 814 Old Sout Bulding. BOSTON. *կանոնաւորապէս ստացած ենք.*

ԿՈՉՆԱԿ. — 115 E. 24th St. NEW YORK.

ՆՈՐ ԿԵԱՆՔ. — *Ֆրէզնոյի թերթը Օգոստոսէ ի վեր չենք ստացած։*

THE NEW ARMENIA. — 949 Broadway. NOW YORK.

ԳՐԱԽՕՍԱԿԱՆՔ

LA MUSIQUE EN ARMÉNIE. — *Բարիզու Հայ Ազգային Պատուիրակութիւնը՝ ազնիւ հոգատարութեամբ և շրջահայեաց արթնամտութեամբ մը, ամէն հայ և եւրոպական կեդրոններու՝ ուր Հայ հոգի մը կ'արծարծի, կը ղրկէ իր ծախքերով ո՛ և է հրատարակութիւն մը՝ որ Հայ կեանքի և բարքի մը վերաբերի։ Այսպէս ղրկած է մեզի* Histoire Moderne des Arméniens, *որուն մասին Ապրիլի թիւին մէջ խօսեցանք, և այս անգամ դարձեալ ղրկած է Միսբանութեանս Գրադարանին* Frederic Macler *հայագէտին նոր հրատարակութիւնը Հայկական երաժշտութեան վրայ։ Ասիկա համառ և ճոխ բանախօսութիւն մ'է՝ զոր հեղինակը կատարած է Ֆրանսացիներու հոծ բազմութեան մ'առջև։*

Կը սկսի հայկական երգերու ծագումէն, կը բացատրէ անոնց զանազան տեսակները, սիրերգ, պարերգ, ևայլն, մէջ կը բերէ Վահագնի, Սաթենիկի, Արտաշէսի բոլոր պատառիկները. կը խօսի շարականաց վրայ... և վերջապէս կը հասնի արդի հայ ժողովրդական երաժշտութիւնը բացատրելու համար։ Հոս աւելի կը ճոխանայ՝ աշուղներու պատառիկներ մէջ բերելով, ռամկին երգերը բացատրելով, և որ աւելին է՝ նո՛յն իսկ երգած են Օր. Պապայեան, Օր. Քավանոզ ևայլն։

Գրքին վերջը կը գտնուին չորս նմանատիպ պատկերներ՝ Բարիզու Հայ ձեռագրաց Շարականէ մ'արտատպուած։ Գրքին բովանդակութիւնը 40 *էջէ կը բաղկանայ, տպուած է ի* Librairie E. Mourry, 62, Rue des Écoles, 62 PARIS, 1917.

ԵՐԳԵՑՈՂՈՒԹԻՒՆՔ Ս. ՊԱՏԱՐԱԳԻ. — *Սա Բարիզու «Հայ Երաժշտասիրաց Խումբ»ին գլխաւոր երկերէն մին է, եռաձայն դաշնակաւորուած Պ. Լ. Զիլին-*

digitised by A.R.A.R.@