

ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԴԱՍՏԻԱՐԱԿՈՒԹՅԱՆ ՈՒ ԱՌՈՂՋ ԱՊՐԵԼԱԿԵՐՊԻ ՀԱՐՑԵՐԸ ՀԻՆ ԵՎ ՄԻՋՆԱԴԱՐՅԱՆ ՀԱՅԱՍՏԱՆՈՒՄ

Հոգվածում Հին և Միջնադարյան Հայաստանում ֆիզիկական դաստիարակության մասին եղած պատկերացումները քննարկվում են հելլենիստական ու քրիստոնեական մշակույթների ներքո: Հեղինակը նշում է, որ հիշյալ ժամանակաշրջաններում, ֆիզիկական դաստիարակության ու առողջ ապրելակերպի հարցերը դիտարկվում էին դաստիարակության այնպիսի մշակույթի համատեքստում, որի հիմքում դրված էր մարմնականի ու հոգևորի ներդաշնակության գաղափարը:

Հանգուցային բառեր և արտահայտություններ՝ ֆիզիկական դաստիարակություն, առողջ ապրելակերպ, դաստիարակության հելլենիստական ու քրիստոնեական մշակույթներ, հոգի և մարմին, մարդու հոգեմարմնական առողջություն, ասպետական ու երիտասարդական միություններ:

Պատմական տարբեր դարաշրջաններում մարդու ֆիզիկական դաստիարակությանն ու առողջ ապրելակերպին առնչվող խնդիրները հայ ժողովուրդը լուծել է յուրովի՝ կախված ինչպես հասարակարգի բնույթից, այնպես էլ ռազմաքաղաքական իրավիճակներից, միջանձնային, սոցիալ-տնտեսական ու սոցիոմշակութային հարաբերություններից և հասարակությունում գերիշխող կրոնական, գաղափարական ու փիլիսոփայական (բարոյագիտական, գեղագիտական) պատկերացումների բովանդակությունից:

Պատմության ընթացքը ցույց է տալիս, որ հայ ժողովուրդը իր անկախությունն ու պետականությունը պահպանելու նպատակով հարկադրված է եղել խաղաղ ու ստեղծարար աշխատանքի

հետ մեկտեղ զբաղվել նաև սեփական երկրի պաշտպանությամբ: Դրա համար նա պետք է կարողանար համախմբել իր նյութական, ֆիզիկական ու հոգևոր բոլոր ուժերը, մարտական պատրաստվածության բարձր մակարդակ ապահովելու համար ունենալ ֆիզիկական դաստիարակության եթե ոչ համալիր, ապա գոնե որոշակի ծրագիր: Ինչպես նկատում է Կ. Աթոյանը՝ «Հայ ժողովուրդն իր գոյության ողջ ընթացքում անհամար ազատագրական հերոսամարտեր է մղել տարբեր ազգի թշնամիների դեմ, ուստի ելնելով հայրենի երկրի պաշտպանության սրբազան շահերից, ժողովուրդը մեծ ուշադրություն է դարձրել ռազմասպորտային մենամարտի մեջ կատարելագործվելու, նրա տեխնիկայի ու տակտիկայի տարրերին հմտորեն տիրապետելու գործին: Հարձակումների ամենօրյա վտանգը ժողովրդին ստիպել է միշտ կազմ ու պատրաստ լինել: Նման պայմաններում բնական է, որ ժողովրդի կարևոր զբաղմունքներից մեկն էլ մենամարտերի ինտենսիվ կրկնություններն ու կիրառումն էր, հետևաբար և նրա զարգացումն ու կատարելագործումը» [2, էջ 50–51]: Բնականաբար, ազգաբնակչության ֆիզիկական դաստիարակության նպատակը միայն ռազմական մարտունակության բարձրացումը կամ մենամարտային արվեստի զարգացումը չէր, այլև կենսական սոցիալ-տնտեսական հարցերի լուծման համար փորձի ձեռքբերումն ու կուտակումը: Սա նշանակում է, որ երիտասարդության մարմնակրթական, ֆիզիկական դաստիարակության, առհասարակ առողջ ապրելակերպի հարցերը պետք է գտնվեին թե՛ հայոց ռազմաքաղաքական վերնախա-

վի, և թե՛ հայ մտածողների, հոգևոր գործիչների ուշադրության կենտրոնում: Ճիշտ է, հայոց մատենագրության մեջ չենք հանդիպում այնպիսի աշխատությունների, որոնք ամբողջությամբ կամ մասամբ նվիրված են մենամարտերի, ռազմական և մարզական խաղերի, պատանի ու երիտասարդ սերնդի մարմնակրթական, ֆիզիկական դաստիարակության ու առողջ ապրելակերպի հարցերի լուսաբանմանը, այնուհանդերձ, 5-րդ դարից սկսած գրական, պատմագրական, իմաստասիրական և այլ աղբյուրներում պահպանվել են դրանց վերաբերյալ գործնական ու տեսական բնույթի բազմաթիվ տեղեկություններ, որոնց հիման վրա կարող ենք որոշակի պատկերացում կազմել պատմական Հայաստանում ֆիզիկական ու ռազմական դաստիարակության դրվածքի վերաբերյալ: Մեզ հետաքրքրող հիմնախնդրի մասին բավականաչափ տեղեկություններ ենք քաղում նաև հայ ժողովրդի կենցաղում տարածված տարաբնույթ խաղերի ուսումնասիրության միջոցով: Մարզական, մարտական-մրցակցային ու ծիսական-պաշտամունքային բնույթի այդ խաղերը հնագույն ծագում ունեն և, պետք է ենթադրել, որ դրանք ձևավորվել են դեռևս նախնադարյան-համայնական հասարակարգում: Այս շրջանում ֆիզիկական դաստիարակությունն առավելապես գործնական-կիրառական բնույթ ուներ, այսինքն՝ կոչված էր բավարարելու մարդկանց առօրյա կենսական-նյութական պահանջմունքները: Ֆիզիկական կոփվածությունն ու դիմացկունությունը գոյապայքարի անվիճելի հաղթաթուղթն էին. գոյության կռիվում հաղթում էր նա, ով ֆիզիկապես ավելի ուժեղ էր, ավելի ձկուն ու հնարամիտ: Հետևաբար ֆիզիկական դաստիարակության նպատակը դիմացկուն, շարժունակ, ճարպիկ, տարբեր իրավիճակներում արագ կողմնորոշվող և նմանատիպ այլ ունակություններով օժտված մարդկանց պատրաստումն էր,

ովքեր կարող էին հաջողության հասնել ինչպես թշնամիների դեմ պայքարում, այնպես էլ որսորդության ժամանակ:

Ֆիզիկական դաստիարակության մշակույթի տարրերը հետագա զարգացում են ապրում հայ ժողովրդի կազմավորման ու համախմբման, պետական առաջին միավորումների ստեղծման ժամանակ, հատկապես հելլենիզմի դարաշրջանում, հայոց պետականության հզորացման ժամանակներում: Այդ ժամանակաշրջանի հայկական պետությունը հելլենիստական տիպի պետություն էր ոչ միայն կառավարման համակարգով, վարչական կառուցվածքով, այլև առաջին հերթին իր հոգևոր ու մարմնակրթական դաստիարակության մշակույթով:

Հելլենիզմի դարաշրջանում Հայաստանում տիրապետող էր ֆիզիկական դաստիարակության անտիկ հունական ավանդույթը, որում մարդու դաստիարակության գործում անչափ կարևորվում էր մարմնակրթական բաղադրիչը: Այնտեղ, որտեղ արմատավորվել է հելլենիզմը, – գրում է Ա. Մարուն, – երևան եկան գիմնազիաներ (մարմնակրթաբաններ), մարզադաշտեր, մարզական կառույցներ: Դրանք մենք գտնում ենք ամենուր՝ Մասսի-լիից մինչև Բաբելոն ու Սուգ, հարավային Եգիպտոսից մինչև Ղրիմ, ընդամենը, ոչ միայն մեծ, այլև փոքր քաղաք-գաղթավայրերում, ինչպես, օրինակ, Ֆայումում: Սպորտը հույները ընկալում էին որպես լուրջ զբաղմունք, որը սերտորեն կապված է ինչպես հիգիենայի ու բժշկության, այնպես էլ հավասարապես՝ գեղագիտության ու բարոյագիտության հետ [12, էջ 165]: Այսպիսով, ֆիզիկական դաստիարակությունը մշակութային կյանքին հաղորդակցվելու էական կողմերից մեկն էր: Եվ քանի որ Հայաստանը գտնվում էր ընդհանրապես հելլենիստական, մասնավորապես ֆիզիկական դաստիարակության մշակույթի ազդեցության տակ, ուստի ազգային տոնախմբությունների

ու մարզական-մարտական մրցումների կազմակերպման ձևերը նման էին հունահռոմեականին: Պատահական չէ, որ հայ մարզիկները հաջողությամբ մասնակցում էին Օլիմպիական խաղերին: Օրինակ, 265-րդ օլիմպիական խաղերի (281 թ.) ըմբշամարտի մրցումներում հաղթել է Տրդատ Գ., իսկ 291-րդ օլիմպիական խաղերի (385 թ.) մրցումներում՝ հայոց թագավոր Վարազդատը:

Առհասարակ, հարկ է նկատել, որ ֆիզիկական դաստիարակությունը, որպես տվյալ դարաշրջանի մշակույթի բաղադրամաս, անմիջականորեն կապված է մարդու մասին ուսմունքի հետ: Այսպես, անտիկ հունական մշակույթում իդեալական մարդը ներկայացվում էր որպես հոգու և մարմնի ներդաշնակ միասնություն, որպես մարմնական-ֆիզիկական գեղեցկության և հոգևոր, մտավոր կողմերի համադրում: Հին հունական մշակույթում գոյություն ուներ մրցակցության երկու տեսակ. մեկը կապված մարմնական (ֆիզիկական), մյուսը՝ հոգևոր (ստեղծագործական) ոլորտի հետ: Օրինակ, օլիմպիական խաղերի ժամանակ մրցում էին ոչ միայն մարզիկները, այլև պոետները, գրողները, հռետորներն ու փիլիսոփաները: Պատոնը դաստիարակության մշակույթը բաժանում էր երկու խմբի՝ մարմնամարզություն (գիմնաստիկա) և երաժշտություն, հռետորություն ու փիլիսոփայություն: Իդեալական պետության նրա նախագծում իշխանությունը նախ պետք է մտածեր մատաղ սերնդի ֆիզիկական, մարմնակրթական, այնուհետև, որոշ տարիքի հասնելուց հետո նաև՝ հոգևոր դաստիարակության մասին: Քաղաք-պետության կառավարիչներ պետք է դառնային այն մարդիկ, ովքեր անցնում էին դաստիարակության այդ երկու փուլով [13, էջ 347-351]: Անտիկ ու հելլենիզմի շրջանում դաստիարակության նպատակը մարդու ֆիզիկական, մտավոր, գեղագիտական ու բարոյագիտական կողմերի ներդաշնակ ու համաչափ զարգացումն էր: Ձգ-

տումը կատարելության ու գեղագիտության իր արտահայտությունը գտավ հին հունական մրցումների մասնակիցների անվանման մեջ՝ «aisthetikos», ինչը նշանակում էր գեղագիտական, զգացմունքային, այսինքն՝ գեղեցիկ [14, էջ 9]:

Ինչպես հունահռոմեական, այնպես էլ հայկական հեթանոսական և վաղ քրիստոնեական մշակույթում բարձր էին գնահատվում մարդու մարմնական գեղեցկությունը, ուժը, քաջությունը, առհասարակ՝ ֆիզիկական տվյալները: Հայ պատմիչ Ագաթանգեղոսը, թեև քրիստոնյա էր, այնուհանդերձ, հայոց թագավոր Տրդատին ներկայացնում է հեթանոսական՝ հունահռոմեական ու հին հայկական, ավանդույթին բնորոշ եղանակներով: Նա Տրդատ թագավորին պատկերում է որպես քաջարի, խրոխտ, հաղթանդամ, քաջ ու պատերազմող զորավար, որը ձակատամարտերում տարել է բազում հաղթանակներ. «Վասնզի իրոք սեգ էր հանդերձանքով և մեծ ուժով, զորությամբ, ամուր ոսկորներով և հաղթ մարմնով, քաջ էր և կատաղի պատերազմող, բարձր ու լայն հասակով: Իր կյանքի բոլոր տարիներին նա պատերազմել էր և մարտերում հաղթություն ձեռք բերել: Քաջության փառքի մեծ անուն ստացավ և հոյակապ, փառավոր հաղթանակներ տարավ ամբողջ երկրում, թշնամիներին հարվածեց՝ ցանկանալով իր հայրերի վրեժը լուծել»: Քերթողահայր Մովսես Խորենացին պատմում է, որ հայոց թագավոր «Վարազդատը երիտասարդ էր տարիքով, սրտոտ, հաղթահասակ, ուժեղ, լի արիության բոլոր գործերով և շատ հզոր նետաձգության մեջ: Շապուհից փախչելով նա գնացել էր կայսեր դուռը և այնտեղ քաջ հանդիսացել: Նախ Պիսայում բռնցքամարտիկներին հաղթելով, հետո ելլադացիների Արեգ քաղաքում կես օրում մի քանի առյուծ կոտորեց, որի համար Օլիմպիական հանդեսի ըմբշամարտիկների խաղերում փառք վաստակեց և հարգանք» [1, էջ 79]: 7-րդ դարի

պատմիչ Սեբեոսը պատմում է, թե երբ իշխան Սմբատ Բագրատունուն մտցնում են կրկեսի հարթակ, որպեսզի դառնա գազանների կեր, նա, նախ, սպանում է արջին, այնուհետև գետնին տապալում ցուլին՝ ջարդելով դրա եղջույրները ու պոկելով ոտքի կձողակը, իսկ վերջում խեղդամահ անում առյուծին: Ահա այսպես է Սեբեոսը ներկայացնում Սմբատ Բագրատունուն. «Սա հաղթանդամ այր էր՝ գեղեցիկ տեսքով, բարձրահասակ ու լայնալանջ, ուժեղ ու ջղուտ մարմնով: Անձնյա էր ու պատերազմող և շատ պատերազմներում էր ցույց տվել իր քաջությունն ու զորությունը: Ահա նրա զորությունը. երբ սա ամեհի ու հզոր երիվարի վրա անցնում էր խիտ անտառով և գորավոր ծառերի տակով, ձգվելով բռնում էր ծառի ճյուղից և ազդրերով ու ոտքերով ամուր գրկելով երիվարի մեջքը՝ ազդրերով բարձրացնում էր գետնից, մինչև որ ամբողջ գորքը տեսնելով զարմանքից ահաբեկվում էր» [1, էջ 79]: Հետագոտողները իրավամբ նկատել են, որ միջնադարյան պատմիչների կողմից իշխաններին ու զորավարներին տված նմանատիպ գնահատականները, ինչպես նաև մրցախաղերի, մենամարտերի, ուժային վարժությունների, փառապանծ հերոսների հաղթանակների նկարագրությունները դաստիարակիչ նշանակություն ունեն՝ դրանք ծառայել են «քաջերի ուժը հավերժացնելու և դրանց օրինակը վարակիչ դարձնելու նպատակին» [7, էջ 10]:

Պահպանված որոշ տեղեկություններից կարող ենք եզրակացնել, որ վաղ միջնադարում Հայաստանի ռազմաքաղաքական վերնախավի՝ թագավորի, նախարարների ու իշխանների զավակները մարզվում էին և մասնակցում ոչ միայն տեղական ու միջազգային մրցումներին, այլև՝ նույնիսկ պատերազմական գործողություններին: Ըստ Մովսես Խորենացու, 371 թ. տեղի ունեցած Ձիրավի ճակատամարտին մասնակցում էին «հայոց քաջ նախարարների» պատանի-

ները, որոնք կռվում էին իրենց հասակակից պարսիկների հետ: «Պատերազմը խմբվեց Ձիրավ կոչված դաշտում, և ճակատներն իրար մոտեցան: Հայոց քաջ նախարարների պատանիներն իրենց կամքով խիզախելով՝ մտան երկու ճակատների մեջ, առաջնորդությամբ իրենց սպարապետ Սմբատ ասպետի, Բագրատի որդու, որ Բագրատունյաց ցեղից էր: Պարսից զորքերի միջից էլ դուրս եկան նրանց հասակակիցները, երկու ճակատների մեջ այս ու այն կողմը շարժվեցին և ցրիվ եկան: Երբ Պարսից պատանիները հետ էին դառնում, մերոնք անմիջապես հասնում էին նրանց հետևից և ինչպես փոթորիկ, որ անտառը տերևաթափ է անում, այնպես էլ նրանք արագորեն նիզակներով նրանց վեր էին գցում ձիերից, դիակները գետնի երեսին փռում, քանի որ նրանք չէին կարողանում իրենց ճակատի մեջ մտնել: Իսկ երբ պարսիկներն էին մերոնց շուր տալիս, սրանք մտնում էին Հունաց՝ վահաններով պատսպարված ճակատը, իբրև մի ամուր քաղաք և ամենևին չէին վնասվում» [11, էջ 274]: Բնականաբար, նման փաստերից կարող ենք եզրակացնել, որ հայոց նախարարների տներում կային ոչ միայն մարզական համապատասխան շինություններ, այլև մարտուսույցներ, ֆիզիկական դաստիարակության ուսուցիչներ, ովքեր զբաղվում էին պատանիների և երիտասարդների ֆիզիկական ու մարտական դաստիարակությամբ՝ սովորեցնում էին մենամարտի գաղտնիքները, զենքի հետ վարվելու ձևերը: Ընդ որում, ուսուցիչը պատասխանատու էր երիտասարդների ոչ միայն ֆիզիկական ու հիգիենիկ-առողջական, այլև բարոյահոգեբանական ու գաղափարական պատրաստվածության համար, իսկ աշակերտը հաշվետու՝ իր ցույց տված արդյունքների համար: Այդ մասին է մեզ հայտնում 5-րդ դարի մատենագիր Եզնիկ Կողբացին իր «Եղծ աղանդոց» երկում: «Մարտուսույց մարդը, - գրում է Եզնիկ Կողբացին, - բոլոր միջոցները գործադրում է

իր աշակերտներին վարժեցնելու և սովորեցնելու կռվի եղանակները, նրանց ուղարկում է մրցասպարեզ՝ հակառակորդների հետ կռվելու, և խրատում է հետամուտ լինել հաղթանակի՝ մինչև անգամ կյանքն արհամարհելով, որովհետև նախընտրել է համարում, որ հանուն բարի անվան մեռնեն, քան թե մնան ու վատահամբավ լինեն: Եվ նրանք, ուսուցչի թելադրանքները մտքում պահելով ու հաղթանակի դիմաց պարզևներ ակնկալելով, հաղթում են հակառակորդին և վարձատրված՝ ուսուցչի մոտ են գալիս ու պսակը, որպես թշնամու դեմ (մղած) դժվարին կռվի նշան, բերում են նրան: Իսկ եթե մարտուսույցին չմտաբերեն և հաղթանակի չձգտեն, հակառակորդից կպարտվեն՝ վատ անունով. այնուհետև իրավամբ կնախատվեն ու կտանջվեն և վատության դիմաց մահվան պատիժ կկրեն» [5, էջ 56]:

Հայ ժողովրդական խաղերն ուսումնասիրող Վ. Բդոյանի համոզմամբ՝ հայկական նախարարություններն ունեցել են իրենց նեղ շրջանակներում մենամարտերի կազմակերպված մրցություններ անցկացնելու սովորույթներ: Դրանց շնորհիվ մարտունակությունը բարձրացրած մենամարտիկներին հավաքում էին մայրաքաղաքում՝ միջազգային հանդիպումներին մասնակցելու համար: Միջազգային մրցումներին մասնակցելը միջոց էր նաև ռազմական նպատակներով հարևան պետությունների մենամարտիկների կարողությունները շոշափելու, հայտնաբերելու և ըստ այդմ ուժային հավասարակշռություն պահպանելու համար: Հայ բանահյուսության և մատենագրության մեջ պահպանվել են տեղեկություններ, ըստ որի պատերազմների ժամանակ հակառակորդ բանակները զանգվածային կոտորածներից փրկելու համար առաջարկվում էր հաղթողին որոշել և ճակատամարտն ավարտել դրանց գլխավոր գորավարների մենամարտով: Օրինակ, այդպիսի առաջարկ է անում արաբ ծերունին Սա-

սունցի Դավթին [9, էջ 323]: Ազաթանգեղոսը ևս «Հայոց պատմության» մեջ ներկայացնում է մի այդպիսի դեպք. գոթերի և հույների միջև պատերազմ է սկսվում, և գոթերի իշխանը դիմում է հույների իշխանին. «Ինչու ենք անմտորեն ելնում պատերազմի, մեր զորքը սպառում և միաժամանակ երկրին վտանգ ու տագնապ հասցնում: Ահավասիկ ես քո դեմ եմ դուրս գալիս իբրև ավսոյան մեր զորքի միջից և դու էլ իմ դեմ՝ հունական կողմից: Գնանք հասնենք մարտի վայրը, և եթե ես քեզ հաղթեմ, հույներն ինձ կհնազանդվեն, իսկ եթե դու ինձ հաղթես, մեր կյանքը քեզ կպատկանի ու կհնազանդվենք քեզ և առանց արյան ու կոտորածի երկու կողմերի համար էլ խաղաղություն կլինի» [1, էջ 35]: Այս տեղեկությունը արժեքավոր է այն իմաստով, որ հույների իշխանի փոխարեն մենամարտում է ապագա հայոց թագավոր Տրդատը և հաղթում գոթերի իշխանին: Պատմական Հայաստանում տարածված խաղերի տեսակներից էին՝ մարմնամարզական, ռազմական ու մրցակցային խաղերը, զվարճախաղերը, սեղանախաղերը, մտավարժական խաղերը, որոնց մի մասը պահպանվել է մինչև մեր օրերը: Ռազմամրցակցային խաղերից էին՝ գնդակախաղերը (հետիոտն ու ձիավոր), ձիարշավները, նիզակախաղերը, նետաձգությունը, սուսերամարտի վարժությունները, տեգախաղերը, պարսաքարերը, կռվամարտերը, ըմբշամարտը և այլն: Ռազմական նպատակով, նկատում է Վ. Բդոյանը, պետությունը խրախուսում էր կենցաղում մենամարտերի անցկացումները: Կրոնական բոլոր հաստատություններում և ուխտավայրերում տարեկան մի քանի անգամ կազմակերպվող մասսայական հավաքություններում ժողովրդական տոներին համապատասխան ծեսեր կատարելիս հոգևոր և աշխարհիկ ավատական ուժերը մեծապես նպաստում էին մենամարտերի և ամեն կարգի խաղ-մրցումների սովորույթների կիրառմանը: Դրանք

գինավարժությունների մի մասն էին կազմում և վճռական գործոն էին ճակատային մենամարտերի, սրամարտերի, նիզակակռիվների և տեգամարտերի մեջ [8, էջ 15]:

Հայոց պետականության ու նախարարական տների անկումից հետո մրցախաղերը հիմնականում ձեռք են բերում տարերային ու կենցաղային բնույթ, այսինքն՝ դրանք կազմակերպվում էին միայն ժողովրդական ու կրոնական տոների (Բարեկենդանի, Համբարձման, Վարդավառի, հարսանիքների) առթիվ:

Քրիստոնեությունը պետական կրոն ընդունելուց հետո (301 թ.) փոխվում է վերաբերմունքը ֆիզիկական դաստիարակության և առհասարակ մարմնական-երկրային արժեքների հանդեպ: Միջնադարյան հայ մտածողները մարդու ֆիզիկական դաստիարակության ու առողջության հետ կապված հարցերը քննարկելիս հենվում էին ինչպես անտիկ աշխարհի փիլիսոփաների (Դեմոկրիտես, Պլատոն, Արիստոտել) ու բժիշկների (Հիպոկրատես, Գալիանոս, Ասկլեպիաս), Ս. Գրքի և քրիստոնյա ջատագովների ու եկեղեցու հայրերի (Նեմեսիոս Եմեսացի, Գրիգոր Նյուսացի) աշխատությունների, այնպես էլ սեփական փորձի ու դիտարկումների վրա: Աշխարհիկ, ֆիզիկական-մարմնական և հոգևոր արժեքների, աշխարհիկ և եկեղեցական իշխանությունների հարաբերակցության հարցը հայտնվում է օրակարգում և, կախված երկրի ռազմաքաղաքական իրավիճակից, ստանում համապատասխան լուծումներ:

Հիշյալ շրջանում դատապարտվում են հեթանոսական աստվածներին նվիրված մարզական-մարտական մրցախաղերն ու միջոցառումները: Սակայն եկեղեցին չէր կարող գործնականում արգելել ֆիզիկական դաստիարակության հետ կապված բոլոր մրցումներն ու վարժությունները, որովհետև, նախ, իր իշխանությունը հաստատելու համար նա նույնպես կարիք էր զգում գինված ու-

ժերի, երկրորդ, ավատատիրական հասարակությունում իրենց դիրքերը դեռ պահպանում էին ազնվականները՝ նախարարներն ու իշխանները, ովքեր հայրենիքի պաշտպանության համար իրենց զորքերը վարժեցնելու և մարտունակ պահելու խնդիր ունեին:

Բացի դրանից, քրիստոնեությունը նորովի է առաջադրում մարմնականի և հոգևորի հարաբերակցության հարցը, որը հետագա դարերում դառնում է լուրջ քննարկման առարկա միջնադարյան աստվածաբանական-փիլիսոփայական մտքում: Այսպես, եթե հին հունական մշակույթում «ասկետ» բառը նշանակում էր գեղեցիկ, մարզվող, մարզանքներ անող մարդ, ապա քրիստոնեական շրջանում ձեռք է բերում «ձգնող» իմաստը, այսինքն՝ մարդ, որ զբաղվում է ձգնակեցությամբ, սեփական մարմինը մեղցնելու կամ հանուն Քրիստոսի՝ խոշտանգելու, վնասելու գործողությամբ:

Միջնադարյան հայ մտածողների համոզմամբ մարդու առողջության պահպանման կարևոր սկզբունքներից է չափավորությունը, չափի պահպանումը, որ վերաբերում է թե՛ մարմնական, և թե՛ հոգեկան կողմերին, գործունեության թե՛ ֆիզիկական, թե՛ հոգևոր ոլորտներին: Միջնադարի նշանավոր բժշկապետ Ամիրդովլաթ Ամասիացու (15-րդ դ.) կարծիքով՝ չափի խախտումը հանգեցնում է հիվանդությունների առաջացմանը, օրգանիզմի գործառական վիճակի վատթարացմանը:

Մարդու հոգեմարմնական առողջությունը կախված է նաև ճիշտ դաստիարակությունից: Ի բնե մարդը օժտված է տարբեր կարգի ունակություններով ու հնարավորություններով, որոնք կարող են դրսևորվել միայն համապատասխան պայմանների առկայության դեպքում: Ճիշտ դաստիարակությունը պետք է խարսխվի մանուկների հոգեբանական առանձնահատկությունների իմացության վրա: Հովհաննես Պլուզ երգնկացին, որը պահանջում էր երեխայի

դաստիարակությունն սկսել ամենավաղ հասակից, նշում է, որ երեխայի հոգեկանը մի հստակ հայելի է, որում տպավորվում են թե՛ լավ և թե՛ վատ, թե՛ բարի և թե՛ չար արարքները: Եվ եթե դա թողնվի անխրատ, այսինքն՝ երեխան ժամանակին չստանա դաստիարակություն, ապա նրանում կնստի մեղքերի ժանգը՝ ապականելով ամբողջը, փչացնելով մարդու բարի բնությունը, նրան մղելով չար գործերի: Երզնկացին գտնում է, որ մարդ դաստիարակության կարիք ունի ոչ միայն մանկական հասակում, այլև ողջ կյանքի ընթացքում, միայն թե ըստ տարիքի փոխվում են պահանջներն ու ձևերը: Ուշագրավ է, որ այստեղ ևս նա առաջնությունը տալիս է ոչ թե բռնության և երկյուղի միջոցներին, այլ մարդու կողմից իր սխալների գիտակցմանը և կամավոր հրաժարմանը, որովհետև ականա հրաժարումը ծառայական մտքի արդյունք է և ըստ էության մարդուն չի մաքրում նոր արատներ գործելու ախտից, այլ միայն ետ է պահում տվյալ հանցանքը գործելուց [3, էջ 109]: Երեխայի դաստիարակության այս մեթոդները պաշտպանում էր նաև Տաթևի համալսարանի ուսուցչապետ, նշանավոր աստվածաբան-փիլիսոփա Գրիգոր Տաթևացին: Նա մարդկային հոգին նմանեցնում է «անգիր պնակիտի» կամ «լուացած մագաղաթի», որը ժամանակի ընթացքում՝ մարդու իմացական գործունեության ծավալմանը համընթաց, «լցվում» է գիտելիքներով: Աստված մարդուն բնականապես «դատարկ» է ստեղծել, որպեսզի մարդը քրտինքով և աշխատությամբ ձեռք բերի իրեն անհրաժեշտ գիտելիքները [6, էջ 48]:

Բագրատունյաց հարստության անկումից հետո հայերը, կորցնելով պետականությունը, միաժամանակ կորցրին նաև սոցիալ-քաղաքական ու մշակութային կյանքին առնչվող շատ իրողություններ: Թուրք-սելջուկյան, այնուհետև մոնղոլական արշավանքների հետևանքով Հայաստանի քաղաքական ուժերն ու

նախարարական տներն աստիճանաբար անկում ապրեցին, ընդհատվեց մշակութային բնականոն զարգացման ընթացքը: Սակայն Կիլիկիայի հայկական պետության ստեղծմամբ հայոց մեջ վերականգնվեցին քաղաքական, ռազմական, մշակութային, այդ թվում ֆիզիկական դաստիարակության ավանդույթները: Կիլիկիայի հայկական պետության բանակը կազմված էր հետևակից և հեծելազորից: Վերջինս, պահպանելով հայոց այրուձիու ավանդույթները, միաժամանակ խաչակիրներից, եվրոպական ասպետներից փոխառում էր նոր սովորույթներ, ֆիզիկական պատրաստության և մարտի վարման նոր ձևեր: Հեծելազորում հատուկ տեղ ու դեր ունեին ձիավորի (ասպետի) կոչում ստացած մարտիկները, ովքեր հիմնականում թագավորի, իշխանների և ազատների զավակներն էին: Այդ կոչումը ստանալու համար զինվորականը պետք է հրապարակավ քննություն հանձնեք ձիավարությունից, նիզակի գործածությունից, նետաձգությունից ու զինվորականի համար անհրաժեշտ այլ վարժություններից ու գիտելիքներից: Կոչման շնորհումը տեղի էր ունենում հանդիսավոր արարողություններով և իմաստասերների ձառերով ու հոգևորականների մաղթանքներով [10, էջ 753-754]: Միջնադարագետ Է. Բաղդասարյանի կարծիքով, «Կիլիկիայի հայկական պետության մեջ, ռազմաքաղաքական իրավիճակի թելադրանքով, ասպետական զորամիավորումներ էին ստեղծվում ոչ միայն պետության, այլև հայոց եկեղեցու հովանու ներքո» [4, էջ 44-55]:

Միջնադարյան Հայաստանում, թեև եկեղեցին չէր խրախուսում ֆիզիկական ուժի ցուցադրումը, մարզական մրցումները, այնուհանդերձ, տարբեր նպատակների համար համայնքներում, հիմնականում քաղաքներում, ստեղծվում էին մանուկների և երիտասարդական միություններ: Հնուց ի վեր, ինչպես վկայում է Հովհաննես Երզնկացին, հայոց մեջ

տարածված էր մանկտավագությունը: Մանկտավագները որդեգրում էին մանուկներին և զբաղվում նրանց ֆիզիկական ու բարոյական դաստիարակության գործով: Մանկտավագը հասարակական ծանաչում ունեցող մարդ էր. նա պետք է լիներ կրթված, ունենար սուրբ և օրինակելի վարք, լիներ մարդասեր, ենթարկվեր եկեղեցուն և առաջնորդվեր նրա խորհուրդներով: Մանկտավագները իրենց վրա էին վերցրել նաև կնքահոր պարտականությունները: «Բացի այդ, մանկտավագը հանդես է գալիս ոչ միայն որպես առանձին անհատների, այլև մանուկների, երիտասարդների ամբողջ խմբերի հոգևոր և աշխարհիկ դաստիարակ: Ըստ որում նույն մանկտավագի որդեգիրները կոչվել են եղբայրներ» [3, էջ 71]: Այսպիսի միությունների օրինակով հետագայում Հայաստանի և արտերկրի տարբեր քաղաքներում ստեղծվեցին «Կտրիձվորաց եղբայրություններ», որոնց նպատակներից մեկը հայ ազգաբնակչության պաշտպանությունն էր օտարների ոտնձգություններից:

Վերոշարադրյալից կարող ենք բխեցնել հետևյալ եզրակացությունները. ա) Ինչպես հելլենիստական մյուս պետություններում, այնպես էլ Հին Հայաստանում դաստիարակության նպատակը մարդու ֆիզիկական-մարմնական և հոգևոր-մտավոր, աշխարհայացքային՝ փիլիսոփայական, գեղագիտական ու բարոյագիտական կողմերի ներդաշնակ ու համաչափ զարգացումն էր: բ) Հայաստանում քրիստոնեությունը պետական կրոն հռչակվելուց հետո սկսվում է հարձակումն ամենայն հեթանոսականի,

այդ թվում ֆիզիկական դաստիարակության, մարմնակրթական մշակույթի դեմ: Տեսականորեն դատապարտվում են մարզական-մարտական այն մրցումները, խաղերն ու միջոցառումները, որոնք նվիրված էին հեթանոսական աստվածներին: Քրիստոնեությունը արմատական փոփոխությունների է ենթարկում հատկապես մարդու մասին անտիկ հեթանոսական ուսմունքը: Կատարյալ մարդու իդեալ է դառնում ձգնավորը, սուրբը, ով հանուն իր հոգու փրկության պատրաստ է ամեն կարգի (թե՛ հոգևոր և թե՛ ֆիզիկական) տանջանքներ կրելու: Սակայն, ժամանակի ընթացքում եկեղեցին փոխում է իր վերաբերմունքը մարմնականի ու աշխարհիկի նկատմամբ: Միջնադարյան հայ մտածողները մարդու առողջությունը պայմանավորում են թե՛ մարմնական և թե՛ հոգեկան կողմերի իրավունքների պահպանմամբ, դրանց չափավոր ու համաչափ զարգացմամբ: գ) Հայոց պետականության անկումը ծանր հարված հասցրեց նաև ֆիզիկական դաստիարակության մշակույթի զարգացմանը: Այնուհանդերձ, Կիլիկիայի հայկական պետությունում և Հայաստանի տարբեր վայրերում ստեղծվեցին ասպետական, մանկական ու երիտասարդական միություններ, որոնց գերխնդիրն էր հայ բնակչության ֆիզիկական անվտանգության ապահովումը: Հավելենք նաև, որ ժողովրդական տոնախմբությունների ու կրոնական արարողությունների ժամանակ կազմակերպվում էին ավանդական մարզական ու մարտական մրցումներ տարբեր մարզածներից:

ՓԲԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

1. Ագաթանգեղոս, Հայոց պատմություն, Եր., 1983, էջ 35-79:
2. Աթոյան Կ., Ռազմա-սպորտային մենամարտերը Հայաստանում, Եր., 1965, էջ 50-51:
3. Բաղդասարյան Է. Մ., Հովհաննես Երզնկացին և նրա խրատական արձակը, Եր., 1977, էջ 71-109:
4. Բաղդասարյան Է. Մ., Հովհաննես Երզնկացին Կիլիկիայի զինվորական կազմակերպությունների մասին, «Բանբեր Մատենադարանի», թիվ 16, էջ 44-55:
5. Եզնիկ Կողբացի, Եղծ աղանդոց, թարգմանությունը, ներածությունը և ծանոթագրությունները Ա.Ա. Աբրահամյանի, Եր., 1970, էջ 56:
6. Զաքարյան Ս. Ա., Գրիգոր Տաթևացի, «Հայ իմաստասերներ», մատենաշար, Գիրք երրորդ, Եր., 1997, էջ 48:
7. Հայ ժողովրդական խաղեր, հ. 1, աշխատասիրությամբ Վ. Բդոյանի, Եր., 1963, էջ 10:
8. Հայ ժողովրդական խաղեր, հ. 2, աշխատասիրությամբ Վ. Բդոյանի, Եր., 1980, էջ 15:
9. Սասունցի Դավիթ: Հայկական ժողովրդական էպոս, Եր., 1989, էջ 323:
10. Հայ ժողովրդի պատմություն, հ. 3, Երևան, 1976, էջ 753-754:
11. Մովսես Խորենացի, Հայոց պատմություն, էջ 274:
12. Анри-Ирене Марру. История воспитания в античности (Греция). «Греко-латинский кабинет» Ю. А. Шичалина. М., 1998, с. 165.
13. Платон. Сочинения в 3-х томах. т. 3, ч. 1, М., 1971, с. 155, 188, 347-351.
14. Соломченко М. А., Пеленицина Т. А. История физической культуры и спорта: конспект лекций для высшего профессионального образования. ФГБОУ ВПО «Госуниверситет-УНПК», Орел, 2012, с. 9.

ВОПРОСЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ В ДРЕВНЕЙ И СРЕДНЕВЕКОВОЙ АРМЕНИИ

АРМЕН ГРИГОРЯН

В статье анализируются вопросы физического воспитания и здорового образа жизни в древней и средневековой Армении в аспектах эллинистической и христианской культуры. Автор, рассматривая проблему в данный исторический период, подчеркнул, что физическая культура и здоровый образа жизни обусловлены идеей гармонии телесного и духовного.

PHYSICAL EDUCATION AND HEALTHY LIFE ISSUES IN ANCIENT AND MEDIEVAL ARMENIA

ARMEN GRIGORYAN

The paper analyzes the issues of physical education and healthy lifestyles in ancient and medieval Armenia, which are represented in the aspects of Hellenistic and Christian culture. The author, considering the problem in a given historical period, underlined that physical education and healthy lifestyle are due ideas of physical and spiritual harmony.