

գիրներէ պատմութիւնից այն կողմը չի անցնում. այն ինչ լրագրութիւնը շատ երկրորդական տեղ պիտի բռնէր այնքան հեղինակների և նոյա գրական գործերի համեմատութեամբ:

Այս բոլորից երևում որ Հանգուցեալը գործնական կեանքում տաղանդաւոր գործիչ չի եղել ոչ էլ հակայ գրել. սակայն նորա գրական վաստակները երկար ժամանակ ամենից հարուստ շտամարան պիտի նկատուին Հ. գրակ. պատմութեան համար:

Ա. Յ.

Ա. ԱՇԿԵՐՏԻ ԽԱՍՏՈՒՐ ԳԻՒՂԻ ԲԱՐԲԱՌՈՎ.

ԱՄ ԻՄ ԴԱՐՏԵՐ

Դարտով ու ցաւով սիրտս լցվեր ա,
Հաց ուտելուց լէ բիւս կտրեր ա,
Դիշեր ու ցէրէկ դուշուրմիշ կէշնիմ,
Էտ թէրմաշ դարտիս ճարմի չդանիմ:

Իմ դարտի դուժան յաչքերս բռներ ա,
Իմ խելքն ու իմ միտք գլխէս առեր ա,
Կէնիմ որ մարդում մէկ բամի ըսիմ
Ըսած խօսքս կը մօռնամ, մէկ ուրիշ կըսիմ:

Դրելու մէջ լէ իտա համլայիմ,
Խաւամ բրտի առնիմ ձեռսի, որ բամի գրիմ,
Յեւիօր էտ դարտ էլման գիկայ մաքիսի,
Կրակ մի կէշնի, կը վառա սիրտսի:

Ուրիշներ գինան թէ ես գժուերիմ,
Զրուցել ու գրել բիւս մուցերիմ,
Իմ էղած չեղած առերիմ թալան,
Տուն տեղ չունիմ էղերիմ բօշկան:

Փիցան իմ գմշներ, տարան իմ եղներ,
Հարժկին իմ հարօր, մեռան տըղէկներ,
Եարալու կը տըբայ իմ սղտիկ աղջիկ,
Անգուման կորաւ իմ նորեկ հարսիկ:

Հնցեր ա իմ կարպետ, իմ եօղան դօշակ,

Հըղ-հղի յիրարուց, էղի կըտ-կըտոր,
Փշում խոտմ թալի հիւանդ աղջկա տակ,
Շիւարերիմ, չգինամ յուցկա էրթամ դժօր,
Ժուկ մի չուտէնք խաւիժ, բլրբէ փլաւ,
Իմ թային յօրական կէշնէր մէկ հատ հաւ,

Կը խըմէնք զ'խայվէն, զ'չայ, զ'րախն,
Կը հէծնէնք զ'քումէթ ձին, կ'իտէնք մըրխն:

Կը մանէնք մայտան, կէրթէնք ու գիկէնք,
Զանկուք կը դարկէնք, մըղրախ կը ժըթէնք,
Աշխարհ կը թափէր գիկէր թամաշէն.

«Խնչ աղէկ ձիաւոր ա» յիրարու կըսէն:

Կորաւ յըմէն բան, կոտորաւ իմ դութան,
Փըլաւի փոխնակ ձեռսի չընկնի թան,

Ա՛խ ֆալաք, թարս դառցուց զըմու չարիք
յակ:

Թողեր ա ընծի խըլղի պատի տակ:

Ժուկ մի կը պարզէնէնք, ես նամուսովիմ,
Իմ նամուսի համար կընկնիմ, կը մէռնիմ,
Մըկայ լէ տընկեցի մէղի խըլղի տան,
Դող ու բող անուն ընծի, իմ հարսին կիտան:

Իտա խըտըր ցաւ յըմէն տարերիմ,
Խելքսի ցնօրի ու կօրցուցերիմ,
Վախտմի «խունկ ու մոմէնք զօրքով սրբերուն»,
Խարիպ էրկրի մէջ ձութ ու ծաման էղայ բօշքերուն:

Յեւիօր յընկերիմ խըլղի դուռ ու փողան,
Կէս կիտան իմ աղէկ անուն, կէս լէ կըսնի,
«Սութ ըսան»,
Կէս կըսին աղէկ մարդ ա, աղէկ բան ըսողա,
Կէս լէ կըսին «անուն միտէք էնի մարդու խափող ա»:

Ըսէք-ըսէք, «եղն որ յընկնի դանակ լէ կը շատնայ»:

Իտա նեղ օրեր կընցնի, դուռնեն համալ չմաւ,
Դուժան լէ որ մի իմ յաչքէն կը հեռէնայ,
Իտա դարտ ու ցաւ խօ իմ հեռ գերեզման լէ չմտնայ:

Ի. Միքայէլեանց.

1900 թ. Յունիս 2-ին.



ԵՐԵՒԱՆԵՐԻ ԸՆԿՃՈՒԵԼՈՒ ՊԱՏՃԱՌՆԵՐԻՅ
ՄԷԿԸ.

ԱՌՈՂՋԱՊԱՆԱԿԱՆ ՆԳԱՏՈՂՈՒԹԻՒՆ.

Զղային հիւանդութեանց բժիշկ ուսուցչապետ Կրախտ Երվնդը հաղորդում է թէ մի ուսուցչի Զղային ինքնութեան դէմ խորհուրդ տուի ամենից աւելի օգտուել մաքուր

օգուի նա առաւօտեան 7 ժամից սկսած մինչև 2ը դասերով էր պարապում իսկ 3—9—րդ ժամը ման դպիւս լեռներէ վերայ: Ի հետեանս կեանքի այդպիսի անկանոն ընթացքի՝ նորա հիւանդութիւնն աւելի խստացաւ. որովհետև մինչև ճաշ նա լարում էր իւր մտաւոր ուժերն իսկ ճաշից յետոյ՝ ֆիզիքականը: Նստ մարդիկ են անցկացնում այդպիսի անկանոն կեանք. նոցա ջգերը գեւեւ չեն թուլացել, և ձգտում են ազատ մնալ այդ հիւանդութիւնից. նոքա յոգնեցնում են մարմինը, որպէս զի ողին թարմ մնայ սակայն չափազանց ջանք գնելուց յետոյ ձեռք են բերում միմիայն ջրդային թուլութիւն: Եւ հէնց ամենափափանց է, որ շատ ծնողներ և դաստիարակներ ուսանող երեխաներին ստիպում են փախել այդպիսի անկանոն կեանք: Երեխաների ջգային թուլութիւնն ահա շատ բաների վերաբերմամբ այժմուայ լուսաւոր դարի մի մեծ կողմը: Կարծում են, որ այդ ջգայնութիւնը զարգացան պարապմունքի պատճառած յոգնածութեան արդիւնք է, և աշխատում են այդ մտաւոր յոգնածութիւնը փարատել ֆիզիքական զբաղմունքներով — մարզանքներով: Եւ սակայն կուգէ, որ այդ միջոցը շատ նպաստակարմար է, սակայն նորա զործադրութեան համար հմուտութիւն է պէտք: Եւ հէնց այդ դիմամբ էլ մենք որոշեցինք համառօտակի խօսք ուղղել ծնողներին և դաստիարակներին այդ շատ լուրջ հարցի վերաբերմամբ:

Հասարակութեան ամենազարգացած և բարձր շրջաններում իսկ տարածուած է մի սխալ հայեացք, իբր թէ մտաւոր և ֆիզիքական աշխատանքները իրար հակադէմ են, թէ ֆիզիքական մարզանքները մարդու աւելի բնութենակ են դարձնում մտաւոր աշխատանքի: Այդ հայեացքից այն եզրակացութիւնն է հետեւում, որ մեր մարմնի մէջ ֆիզիքական և մտաւոր ուժերի առանձին — առանձին ազդեցութիւնը կան, և վերջապէս որ երբ մենք մշտածում ենք, մեր մկանները չեն լարում — չեն գործում, և ընդհակառակը, երբ մենք զբաղւած ենք ֆիզիքական աշխատանքով մեր մարմնը չէ կորցնում իւր ուժերից և ոչ մի կաթիլ:

Ոչ մի կերպ չեն հաստատում այդ հայեացքը: Հէնց վերջին տարիները շատ հրահանգի փորձեր են արուած այն բանի վերաբերմամբ, թէ մտաւոր գործունէութիւնն ի՞նչ ազդեցութիւն ունի մկանային ուժի վերայ: Տուրինի հոգեբանութեան ուսուցչապետ Ա. Մոսսոն և իւր ընկերներից ու օգնականներից շատերը չափեցին իրենց մկանային ուժը նախ քան մտաւոր լարում աշխատանքը և աշխատանքից յետոյ: Եկան այն եզրակացութեանը, որ մտածութիւնը յոգնեցնում է ոչ միայն ուղեղն ու ջղերը, այլ և մկանները: Գասսալսոսութեան քննութեան կամ այլ մտաւոր զբաղմունքից յետոյ նոքա չէին կարողանում բարձրացնել այնքան ծանրութիւն, կամ կատարել այնպիսի մկանային աշխատանք, որպէս անում էին կանոնաւոր — նորմալ պայմանների մէջ եղած միջոցին:

Միւս կողմից, մի շարք գիտնական դիտողութիւններ ապացուցանում են, որ ֆիզիքական լարում աշխատանքը աննպաստ ազդեցութիւն է ունենում մարդու հոգեկան տրամադրութեան վերայ: Երկարատեւ զբոսանքից կամ թիավարելուց յետոյ մարմնամարզական կամ սուսերամարտի վարժութիւններից յետոյ գէլի մտաւոր աշխատանքն ունեցած մեր տրամադրութիւնը նուազում է: Մենք պէտք է սուս ժամանակ հանգստանանք, մինչև որ կամայ կամայ կանցնի այն ազդեցութիւնը, որ ունեցել է մեր մաքի վերայ ֆիզիքական աշխատանքը, որը սակայն մարմնի համար շատ օգտակար է և կենդանացուցիչ:

Մկանների և ուղեղի գործողութեանց իրար վերայ ունեցած փոխադարձ ազդեցութիւնը շատ բնական է: Յայտնի է, որ գործող մկանը քիմիապէս կերպարանափոխւում է նա արտաթորում է, այսպէս ասած, յոգնածութեան արտադրութիւն, որը զոյացնում է մի առանձին անասի կղկղանք — կեղտ: Այդ կեղտը նուազեցնում է կենսական ջերմութիւնը իսկ յոգնածութեան արտադրութիւնը թուլացնում է մկանների և ջղերի զբոսուելու ընդունակութիւնը: Աշխատանքից յետոյ, երբ հանգստանում ենք, յոգնածութեան արտադրութիւնը բաժանուում է դուրս և զսպիւմարմնից: Պարզ է, որ մկանային յոգնածու-

Բնականական նորազոյն քննութիւններով

թեան արտագրութիւնը ժողովուրդ արեան մէջ փաստարար տղիցութիւն է, ունենում ուղեղի վերայ: Ֆիզիքական գործողութեան միջոցին յոյնում է և ուղեղը որովհետեւ մեր մարմինը մի անբաժան ամբողջութիւն է: Աի և նոյն արեանն է, որ կերակրում է մարմնի բոլոր գործարանները: Աի և նոյն կերպով էլ մտաւոր աշխատանքը յոյնեցնում է մեր մկանները:

Ո հարկէ, մենք պէտք է ջանանք, որ մեր ուսանող երեխաները հաւատարմաբար զարգանան թէ հոգեպէս և թէ ֆիզիքապէս և մի և նոյն ժամանակ պէտք է նոցա տանք որովհալ հանգիստ, որպէս զի խիստ յոյնածութիւնը չթուլացնէ, չընկճէ նոցա: Թէ ֆիզիքական և թէ մտաւոր վարժութիւններէց յետոյ հարկաւոր է հանգիստ:

Ասկայն ամենքիս էլ յայտնի է, թէ որպիսի անկանոնութեամբ են կարգադրուած կամ բաշխուած մեր ուսանող երեսասարգութեան այդ երկու տեսակի սրտապմունքները: Բանաւոր կամ գրաւոր պարագմունքից անմիջապէս յետոյ ամնում են նոցա երկարատեւ դրօսանքի կամ մօրմնամարդական վարժութիւններ անկուռ: Ապա մտքով յոյնած և ֆիզիքապէս զրդրուած երեխաներին նորից նստեցնում են մրտաւոր աշխատանքի: Իսկ դորա հետեանքն ինչ կլինի: Աւսուցչի յօրիցրածը չեն կարող լսմունքի, որովհետեւ յոյնած է ուղեղը, ֆիզիքական աշխատանք էլ անել չեն կարող, որովհետեւ թուլացել են նոցա մկանները: Աւահա յոյնած գործարանի (organъ) կառարած այդ աշխատանքն աւելի քան վատ է ազդում ամբողջ կազմուածքի վերայ և շատ հեշտութեամբ ընկճում երեխային հոգեպէս և ֆիզիքապէս: Անանքիս այսպէս տաւած, այդ աղաւաղեալ անկանոն ընկճաքով է բացատրուում այն տխուր իրողութիւնը, որ մեր երեխաներից շատերը, չնայած նոցա տրած ամեն տեսակ ֆիզիքական մարզանքներին և երկարատեւ դրօսանքներին աւելի և աւելի են ջգային դառնում ու վերջի վերջոյ ստիպուած լինում թողնել ուսումնարանն ու հետանալ:

Յանկուպի էր, որ միակողմանի մանկավարժներն ու շաղրութեան ու քննութեան առնչին յոյնածութեան այս երեւոյթները, իսկ

ծնողները լաւ հասկանային, որ անկանոն է ստիպել երեխային շարունակ պարապել և անընդհատ յոյնեցնել ուղեղը: Երեխաների համար պէտք է որոշել ժամեր, երբ նոցա կարողանան խաղալ հանգստանալ, այսինքն՝ ոչ մի գործ չանել—պարապ նստել: Այսպէս, շարունակ զարգացնել մանկան ուղեղն ի վնաս մարմնի և ոչ էլ ընդհատակաւ որպէս զի երեխան չընկճուի աշխատանքի ծանրութեան տակ—չյաղթուի: Աւելին կասեմ. մենք պէտք է միտքն ու մարմինը զարգացնենք ջոկ-ջոկ, իրարից անկախ և իւրաքանչիւր անգամ ուժերի լարումից յետոյ (ինչ տեսակի էլ լինի այն ուժը), հանգիստ տանք ամբողջ կազմուածքին:

Փոխադր. Մարկոս քհ. Տ. Մկրտչեանց:



ԽԻՂՃԸ...

Այս անգամ մի յետ ընկած գիւղ էինք ամարանոց ընտրել:

Յետ ընկած էր նա, հեռու կեանքի աղմուկից, բանուկ ճանապարհներից, այնտեղ չկային ոչ թաւորն, ոչ ժողովարան, ոչ պարահանդէսներ: Նա կպած էր լեռան կրճքին, պինդ, կարծես չլթայուած, ամուր սեղմուած մայրենի հողի սրտին, ստուերախիտ անտառներով պատած: Նրան չէր կարելի սրկել այդ հողից: Հին, մամուլապատ մի եկեղեցի, որ գտնուում էր նրանից փոքր ինչ հեռու,—ահա գիւղի հասարակական միակ ստացուածքը: Կեանքի աղմուկներից ճանճրացած մեր հողիները հենց այդպիսի տեղ էին որոնում—ընտրեան գիրկը՝ հանգիստ գիրկը:

Բնութիւնը... սխ, որքան հանդիստ է նորա գիրկը, միշտ թարմ, միշտ զովացուցիչ, բայց և հնչող ու աղղղող, խորատու զող—հակադիր տպաւորութիւններ՝ առանց յոյգերի, քաղցր ու անդորր, առանց որոնց կեանքը անբովանդակ է թւում, բնութիւնը՝ անխորհուրդ: Մի կողմից բարաւի գլխին