



Բ. ՏԱՐԻ

ԹԻԻ 22

ԱՊՐԻԼ 1928

ԵՐԶԱՆԿՈՒԹԵԱՆ ՈՒՂԻՆ

Մարդիկ շարունակ երջանկութեան ետեւէն կը վազեն: Կը վազեն բայց յաճախ չեն համարիր, որովհետեւ իրենցմէ դուրս եւ հեռուն կը փնտռեն երջանկութեան տարրերը: Dr. Victor Pauchel, ֆրանսացի նշանաւոր փրարոյժը, իր նոր հրատարակած *Le Chemin de Bonheur* գրքին մէջ, ցոյց կուտայ թէ ուր պէտք է փնտռել զանոնք: Համաձայն ըլլալով հեղինակին հետ թէ երջանկութեան հիմը կը կազմէ ֆիզիքական եւ հոգեկան առողջութիւնը, յաջորդաբար «Բուժմանք»-ի մէջ պիտի հրատարակենք այդ շահեկան գրքին զանազան գլուխներու ամփոփումը:

ԻԺ. Լ. Գ.

ՅԱՌԱՋԱԲԱՆ

«Առողջութիւն, յաջողութիւն եւ երջանկութիւն ձեռք կը բերուին ինքնակրթութեամբ»:

Բա՛ղդը դեր ունի միայն ծնողքներէն ժառանգուած ֆիզիքական եւ բարոյական յատկութիւններուն մէջ:

Ճակատագիրդ՝ քեզմէ, այսինքն խառնուածքէդ կախում ունի. խառնուածքդ՝ զուգադրութիւնն է ֆիզիքական կազմուածքիդ եւ նրկարագրիդ. նկարագիրդ՝ սովորութիւններէ բաղկացած է. սովորութիւններդ՝ արդիւնք են միևնոյն դործերու եւ միևնոյն մտածումներու կրկնութիւններուն: Հսկէ՛ դործերուդ եւ մտածումներուդ վրայ եւ պիտի դարբնես ճակատագիրդ:

Կեանքին մէջ յաջողելու համար, պարագաներուն տէրը պէտք է ըլլալ. պարագաներուն տիրելու համար՝ պէտք է ինքն իր տէրը ըլլալ։ Զյուսախարուելու համար, կեանքիդ միակ նպատակը պէտք է ըլլայ ինքզինքիդ յարատև և աստիճանական բարեխառնումը։ Առօրեայ ամենադոյշն եղելութիւններէն օգտուէ, ըլլալու համար աւելի ուժեղ, աւելի խելացի, աւելի կորովի, աւելի բարոյիկ։

Անցեալ բոլոր նեղութիւններդ արդիւնքն էին տկարութիւններուդ։ Եթէ դորացնես տկար կէտերդ, պիտի յաջողես և երջանիկ պիտի ըլլաս։

1.- ԱՌՈՂ-ՋՈՒԹԵԱՆ, ՅԱՋՈՂՈՒԹԵԱՆ ԵՒ ԵՐՋԱՆԿՈՒԹԵԱՆ ԳԱՂՏՆԻՔԸ

Տարիներ առաջ անդրաշտանտեան նաւ մը, ցնցող լուր մը կը բերէր։ Ամերիկացի քանի մը մարդասէրներ իբրև թէ գտած էին առողջութեան, յաջողութեան և երջանկութեան գաղտնիքը։ Մահուցումներ կը յայտարարէին թէ հիւանդկախ, դժբախտ և թշուառ կ'ըլլան անոնք միայն, որոնք կ'ուզեն այդպէս ըլլալ և թէ ամէն ոք իր մէջ ունի առողջ ապրելու, յաջողելու և երջանիկ ըլլալու կարողութիւնը։ Լուրը Ամերիկայէն կուգար, հետևաբար պէտք էր անդամահատել նորածինը և զատել «պլըֆ»-ի, շարլաթանութեան բաժինը։ Այդ պատճառով ալ հանդարտութեամբ և բարեկամեցողութեամբ ուսումնասիրեցի նոր մեթոտը, ինչպէս որ կը յանձնարարէին անոր հեղինակները։

Տեսայ որ ամերիկեան մեթոտին մէջ, «պլըֆ» կար միայն ծանուցանելու ձևին մէջ, որ զայն կը ներկայացնէր իբրև համայնադեղ մը (panacée)։ Իրականին մէջ, նոր ձևերով կը ներկայացնէր իմաստուն և գործնական ֆօրմիւլներ։ «Մարդը՝ ինքն իսկ կը դարձնէ իր ճակատագիրը» կամ «Աւին ոք ունի այն առողջութիւնը, յաջողութիւնը եւ երջանկութիւնը, որոնց արժանի է»։ Այս ճշմարտութիւնները բողբոջութիւ դարերու կեանք ունին։ Բայց նորութիւն մըն էր այն փաստարկումը թէ մարդ իր մէջ Թաքուն ունի, իր նախնիքներէ մնացած, ֆիզիքական եւ մտային ընդունակութիւններու դրամագրով մը, որ կրնայ իրեն աւել առողջութիւն, յաջողութիւն եւ երջանկութիւն եւ զոր կարելի է արժէւորել։ Առողջութիւն ձեռք բերելու համար, պէտք է իմաստութեամբ սնուցանել և վարել մարդկային մեքենան։ Յաջողելու համար, պէտք է կրթել մեր լաւ ընդունակութիւնները և ձգել որ քնանան մեր ժառանգական մոլութիւնները։ Երջանկութիւնը՝ արդիւնք է յաջողութեան և առողջութեան։ Զկայ առողջ-

ջութիւնն առանց լաւ հոգեկան գիշակի, չկայ հշմարիտ խմատութիւն, չկայ հաստատուն նկարագիր, եթէ մարմնի գործողութիւնները խանգարուած են: Հարկ չկայ շատ խելացի բլլալ՝ երջանիկ բլլալու համար. հաստատ կամք մը կը բաւէ: Պէտք է կրթել կամքը և յարատեօրէն ինքզինք վարժեցնել հանգարտ, բարեակր և լաւատես բլլալու: Կը տեսնէք որ այս դազափարները նոր չեն, բայց նոր էր անոնց գործնական կիրառումը:

Այս բնիկ ետք անցնինք խնդրին գործնական կողմին:

Այսպէս ուրեմն՝ ամէն մարդ ունի ֆիզիքական և բարոյական ուժերու գրամագլուխ մը, որ կը բաւէ յաջողելու, պայմանով որ գիտակցի թէ ունի այդ ուժերը, և քանայ պահպանել ու զարգացնել զանոնք իր տենչերուն և փափաքներուն համեմատութեամբ: Հոգ է որ զեր կը խաղայ այն որ Ամերիկացիները կը կոչեն մարդկային մշակում: «Ամէն մարդ կը ստանայ երկու տեսակ կրթութիւն. մէկը՝ այն որ ուրիշէն կը ստանայ. միւսը՝ շատ աւելի կարեւոր, այն որ ինքն իրեն կուտայ (կրթւոյն):»

Ամերիկացիները տեական անրախտութեան չեն հաւատար Բախտը մեր գոյութեան ընթացքին հարիւր անգամ կը ներկայանայ: Ընդհանրապէս անրախտ կամ գժրախտ է ան որ՝ իր մէջ չէ զարգացուցած անհրաժեշտ բնգունակութիւնները բախտը բռնելու կամ բռնելէն ետք՝ պահելու համար: Անրախտ է ան որ յոգնած է, աղէտ է, շուտ նեւտուող (impulsif) է, երկչոտ է: Յաջողութիւնը կախում ունի ձեր անձնական արժանիքէն, զորս կրնաք կրկնապատկել, տասնապատկել, կրթելով և զարգացնելով ձեր մէջ քնացող ժառանգական յատկութիւնները:

Սովորութեան և յոռետեսութեան բերումով երբ ժառանգականութեան մասին կը խօսէք, նկատի կ'առնէք միայն բնտանեկան պակասութիւնները (tare) ու մոլութիւնները. կը մոռնաք լաւ բնգունակութիւնները: Կը մոռնաք նաև որ ձեր ուղեղին իւրաքանչիւր բըջիջը և ներծարային գեղձերուն իւրաքանչիւր տարրը կը պարունակեն ոչ միայն ձեր ծնողներուն և հանիներուն, այլ հազարաւոր սերունդներու, նախահայրերու հրաշալի յատկութիւնները կամ զազրկի մոլութիւնները. ասոնք կը քնանան ձեր ուղեղին ծաւերուն մէջ և ձեր ստացած կրթութեան համաձայն, կամ կ'արթննան կամ յախտեանս քունի մէջ կը մնան: Ընտրութիւն մը բրէք՝ թողէք որ թերութիւնները թմրած մնան և արթնցուցէք պրակտական յատկութիւնները, որոնք պիտի կազմեն գեղեցիկ միտք մը, գեղեցիկ նկարագիր մը և գեղեցիկ առողջութիւն մը:

Հիւանդ էք, անբախտ էք, գժրախտ էք: Այդ կը նշանակէ թէ ձեր ֆիզիքական և բարոյական կեանքը գէշ ձե առած է: Բարեփոխեցէք ձեր ապրելակերպը և վերստին հիմնովին կրթեցէք ձեր ֆիզիքականն ու հոգեկանը:

(Յաջորդով՝ Զիզիբական վերակրթութիւն)

Ամփոփեց՝ ԲԺ. Լ. Գ.

ՏՈՐԹ. ՎԻՔՏՈՐ ՓՈՇԷ