

NAVASART

ORGANO DE LA U. G. ARMENIA DE CULTURA FISICA



ՊԱՇՏՈՆԱԹԵՐԹ Հ. Մ. Ը. Մ.-Ի

ՄԱՐՏ 1958

ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹԻՒՆ

| | | | |
|--|---|-----------------|----|
| Հայաստան եւ գաղութներ | # | ԽՄԲԱԳՐԱԿԱՆ | 1 |
| Հայաստան | | | 4 |
| Մարգարեքին մասնաւոր բանալտութիւնը | | Շ. ԳՐԻՍԵԱՆ | 5 |
| Ինչպէս ստեղծուեցաւ Հ. Մ. Ը. Մ. ք | | Գ. ՅԱԿՈԲԵԱՆ | 8 |
| Մտածումներ | | Հաւաքեց ՄԵՆԱՍԷՐ | 10 |
| Հայաստանի հեծելաճուղիները | | Վ. ԵՏԻԿԱՐԵԱՆ | 11 |
| Սկաւտական շարժում | | | 14 |
| Եգիպտոսի հայ սկաւտները միացան Հ.Մ.Ը.Մ.ի | | Գ. ՆԻԶԻՊԼԵԱՆ | 17 |
| Սկաւտութիւնը | | Մ. ԵԱՆԸԳԵԱՆ | 20 |
| Alma y Espíritu | | EDITORIAL | 21 |
| El tabaco y sus peligros | | | 22 |
| La medicina debe regular el deporte | | | 27 |
| A. Der Ghevontian | | V. KEVORKIAN | 26 |
| Un ejemplo destacado | | Dr. C. NOVOA | 28 |
| Maratón | | | 32 |
| Educarlos, de acuerdo, pero ¿con que criterio? | | R. MIRAKIAN | 33 |
| El trabajo | | | 35 |
| La danza Armenia | | | 37 |
| La literatura Armenia en los siglos XIII y XVI | | | 37 |
| | | R. ARTZRUN | 37 |
| Prometete a ti mismo | | | 38 |



ԽՄԲԱԳՐԱԿԱՆ

ՀԱՅԱՍՏԱՆ ԵՒ ԳԱՂՈՒԹՆԵՐ

(ԽՈՐՀՐԴԱԾՈՒԹԻՒՆՆԵՐ)

Բ.

Իրրև հետեւանք արշաւանքներու եւ պատերազմներու, յաճախ եւրոպայի քարտէսը փոփոխութեան ենթարկուած է: Այդպէս պատահեցաւ նաեւ մեզ հետ: Երկու անգամ Հայաստանի քարտէսը փոփոխութիւն կրեց եւ մենք մնայուն կերպով ունեցանք հազիւ երեսուն հազար քառակուսի քիլոմեթր տարածութիւն մը: Այդ սահմաններուն մէջ ալ Հայաստանը կը շարունակէ իր պետական կեանքը:

Անուրանալի է, որ քաղաքական, սոցիալական եւ մշակութային աւանդութիւնները մեծ դեր կը խաղան ազգերու կեանքին մէջ: Պատմական անցքերու բերումով թէ այդ աւանդութեանց հետեւանքով, մեր Տրդ հարստութիւնը (տինաստիա), որ ներկայ Հայաստանն է, իր պետութեան հիմը դրաւ հոն, ուր գոյութիւն էին ունեցեր մեր երեք հարստութիւնները: Այդ նշանաւոր վայրը Արարատեան դաշտն է:

Պատմական Հայաստանի ամենէն ընդարձակ, ամենէն արգաւանդ դաշտավայրը, որ հինէն ի վեր եղած է հայ ժողովուրդի եւ պետութեան քաղաքական, տնտեսական եւ մշակութային գլխաւոր կեդրոնը: Հո՛ն են, ինչպէս կը վկայեն պատմագիրները, հայ երեք հարստութեանց նշանաւոր մայրաքաղաքները — Արմաւիր, Արտաշատ, Վաղարշապատ եւ Տուխն: Երբակի հացառաս դաշտին մէջ է միջնադարեան Հայաստանի նոյնքան անուանի

Անի մայրաքաղաքը: Հո'ն է նաեւ ներկայ Հայաստանի մայրաքաղաք Երեւանը:

Մեր նորաստեղծ հայրենիքը, խաղաղութենէն օգտուելով, կրցաւ ոչ միայն իր վէրքերը բուժել, այլ ամէն ուղղութեամբ աննախընթաց նուաճումներ արձանագրեց, դառնալով նորագոյն եւ օրինակելի պետութիւն մը:

Ընդամէնը չորս տասնամեակ մը բաւական եղաւ, որ մեր աշխատասէր եւ ստեղծագործ ազգը ցոյց տայ թէ ինչպէս կարելի է չգոչէ պետութիւն մը ստեղծել եւ աւերակ երկիրը կերպարանափոխել անճանաչելի կերպով:

Մեր նորերը կ'ուզեն իմանալ թէ ի՞նչ է Հայաստանի իրական վիճակը:

Նախապէս ըսենք, որ մեր տեղեկութիւնները Հայաստանի մասին աւելի մանրամասն չեն քան ինչ որ դիտենք պաշտօնական աղբիւրներէն: Խորհրդային մամուլը օրը օրին կ'արձանագրէ այն աշխատանքները, որոնք կը կատարուին եւ որոնք լայն չափով արձագանգ կը գտնեն դաղութեան հայ բոլոր օրկաններուն մէջ անխորարար:

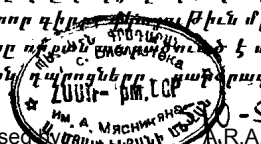
Այլ խօսքով, Հայաստանը միշտ ներկայ է ամէն դաղութի եւ ամէն հայու սրտին մէջ: Տարբեր բան է, որ դաղութեան կեանքը նոյն չափով եւ մանրամասնութեամբ արձագանգ չի գտներ մեր հայրենիքի սահմաններէն ներս:

Ըստ պաշտօնական տեղեկութեանց, խորհրդային մամուլ, վիճակագրութիւն, ռատիօ եւ այլն, մեր հայրենիքը աննախընթաց յառաջդիմութեան մէջ է թէ՛ վերակառուցման աշխատանքներով եւ թէ՛ տնտեսապէս եւ մշակութապէս:

Ինչպէս ըսինք, մեր հողային տարածութիւնը մնացած է նոյնը: Իսկ մեր աճը կրկնապատկուած է: 1926ին Հայաստանի բնակչութեան թիւը եղած է 881 հազար շուրջ: 1956 Ապրիլին այդ թիւը հասած է 1.633.000ի: Ուրեմն ներկայիս Հայաստանն ունի մօտ 1.700.000 բնակիչ: Խ. Միութեան 16 հանրապետութիւններէն միակ երկիրն է, որ ունի 85 առ հարիւր միատարր ազգաբնակչութիւն, իսկ 15 առ հարիւրը ուռւ, վրացի, քիւրտ, թաթար եւ այլն:

Հայաստանի մէջ ներկայիս անգրագիտութիւն գրեթէ գոյութիւն չունի: 1956ի ընթացքին Հայաստանի գրագրաններէն օգտուած են 250 հազար ընթերցողներ, որոնք կարդացած են չորս միլիոն 782.000 հատոր գիրք: Գրագրութիւն մը որ ցոյց կուտայ թէ ընթերցասիրութիւնը ուճանակալ է մեր հայրենիքին մէջ:

Մեր ամբողջական դպրոցները արագաճող վարժարանները



եւ մանաւանդ Հայաստանի համալսարանը հրաշքներ գործած են բարձրացնելով մեր կրթական մակարդակը:

Մշակութային նախարար Անդրանիկ Շահինեանի վերջին տեղեկութեանց համաձայն, հանրապետութեան քաղաքներն ու գիւղերը այսօր ունին 1394 դպրոցներ, ուր կ'ուսանին աւելի քան 330·000 աշակերտներ: Կան նաեւ 13 բարձրագոյն վարժարաններ, աւելի քան քսան հազար ուսանողներով:

Հայաստանի համալսարանը, որ նախապէս Հայաստանի աւաջին բարձրագոյն հաստատութիւնն էր, ներկայիս ան կը համարուի Խ· Միութեան մեծագոյններէն մէկը:

Կրթական եւ մշակութային տեսակէտէն մեծ դեր կը կատարէ նաեւ Հայաստանի Պետհրատը, լոյս ընծայելով գիտական, գրական եւ քաղաքական հազարաւոր հատորներ, միլիոնաւոր օրինակներով:

Վերջապէս, մեր մշակոյթի բոլոր ճիւղերը, գրականութիւն, թատրոն, նկարչութիւն, երաժշտութիւն, քանդակագործութիւն, սինեմա, եւայլն, կը վայելեն պետութեան խնամքը եւ անոնց մրշակները լիառատ կը վարձատրուին եւ կը քաջալերուին:

Ամենէն ուրախալին այն է, որ, չնորհիւ հայկական համալսարանի, ճշմարիտ գիտութիւնները մեծապէս կը շահագորդեն հայ ընթերցող հասարակութիւնը: Հայ գիտնականները առաջնակարգ դիրք կը դրաւեն նաեւ մեր հայրենիքէն դուրս: Հայ միտքը, իր մանկութիւնը ապրելէ յետոյ, կարծես կը թեւակոխէ ճշմարիտ եւ դրական գիտութեանց ոլորտները:

Երազատես եւ վիպապաշտ հայ մարդը այլեւս սկսած է իրապաշտ եւ դրական աչքերով դիտել աշխարհը եւ մարդիկ:

Հոգեկան եւ մտաւոր այս այլափոխութիւնը խիստ նշանակալից է եւ այն կը բացատրենք մեր պետական կեանքով:

Ըսե՞նք նաեւ, որ մարդական տեսակետէն ալ մեր հայրենիքը առաջնակարգ դիրքի վրայ է ոչ միայն Խ· Միութեան մէջ, այլ եւ համաշխարհային չափով:

Եւ այսպէս, մեր հայրենիքը կը ներկայանայ իրբեւ մարմնական, հոգեւոր եւ մտաւոր ներդաշնակութիւն մը, որ իր ստեղծագործ հանճարի թեւերը բացած կը խիզախէ գէպի յառաջ, նոր անակնկալներով եւ նորանոր նուաճումներով:

Այլեւս գաղթական եւ որբ չենք, այլ իրաւատէրը մեր երկրին, որ ձեռք բերած ենք արիւնով, պատիւով եւ քրտինքով:

Այսպէս է Հայաստանը, արդ ի՞նչ կը ներկայացնեն հայ գաղութները եւ ինչ պիտի ըլլայ անոնց ապագան:

Գ Ա Յ Ա Ս Տ Ա Ն

ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ Արուեստագէտներու Տան մէջ բացուած է լուսանկարներու ցուցահանդէս մը, ուր ներկայացուած են հարիւրէ աւելի լուսանկարներ՝ առնուած Հայաստանի պահպան շրջաններէն եւ արդիւնաբերական ձեռնարկներու կեդրոններէն:



ՌՈՒՄԱՆԻՈՅ պետական Հրատարակչականը լոյս ընծայած է Աւետիք Իսահակեանի բանաստեղծութիւններու հաւաքածոն, ուղեմաներէնով: Թարգմանութիւնը կատարուած է ուսերէնէ:



ԵՐԵՒԱՆԻ ոսկերչական գործարանը ձեռնարկած է ակնաքարերու արտադրութեան: Յարգ նման քարեր կ'արտադրուէին միայն Մոսկուայի մէջ: Երեւանի ոսկերիչները կարճ ժամանակի մէջ իւրացուցած են կիսաթանկար՝ ժէք ու Հրաբխային ծագում ունեցող կարծր քարերուն յղումն ու տեղադրման դժուարին գործը: Բնականէն զատ, գործարանին մէջ կը պատրաստուին նաեւ արուեստական ակնաքարեր:



ԳԱՒԱՌԱԳԵՏԻ ափին, ԹԹու ջուր կոչուած վայրին մէջ երեւան հանուեցաւ Հանքային ջուր, որ կը բխի 100-150 մեդր խորութենէն: Նախատեսուած է 1958 թուականին կառուցանել գործարան մը, որ երկրին պիտի տայ մեծ քանակութեամբ «Նոր Բայազէտ» անուն հանքային ջուրը:



ԵՐԵՒԱՆԻ մէջ բնակարաններու շինութիւնը հետզհետէ մեծ թափ կը ստանայ: Մրագրուած է մօտ ապագային երկու միլիոն երկու հարիւր յիսուն հազար քառ. մեդր տարածութեան վրայ բնակարաններ շինել: Նախապէս նոր բնակարաններու կառուցման համար կը փլցնէին հին տուները. այժմ կառավարութիւնը որոշած է թոյլ շտալ որ հին տուները քանդուին:



ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ դաշտերուն մէջ ներկայիս կ'աշխատին հինգ հազարէ աւելի թրաքէօրներ, հազար կամնիչներ եւ հազարաւոր այլ մեքենաներ, որոնց շնորհիւ Հայաստանի հաւաքական տնտեսութեան եկամուտը բարձրացած է 77½ միլիոն ուղայիի:

ՏՈՒՆ - ԹԱՆԿԱՐԱՆ

Գանձակի մէջ (Վրաստան), այն տունը ուր Վահան Տէրեան ծնած է 1885ին եւ անցուցած է իր մանկութեան տարիները, վերածուած է Վահան Տէրեանի նուիրուած թանգարանի: Տան մուտքին, մասնաւոր ցուցատախտակի մը վրայ հայերէն, ռուսերէն ու վրացերէն լեզուներով գրուած է «Վահան Տէրեան տուն - Թանգարան», իսկ ցուցատախտակին վրայ ամրացուած է բանաստեղծին դիմանկարը:

ՆՈՐ ԳՐԱԴԱՐԱՆ

Հայաստանի Գրողներու Միութիւնը որոշած է իր Տան մէջ հիմնել սփիւռքահայ գրականութեան բաժանմունք մը:

ՄԱՐԶԱՆՔԻՆ ՄԱՍՆԱԻՈՐ ԲԱՆԱԽՕՍՈՒԹԻՒՆԸ

Գրեց՝ ԵԱՒԱՐՇ ԲՐԻՍՅԱՆ

Հեւքը ընդհատեալն կը բացատրուի այն իրողութեամբ որ, արեւը դնդե-
րային աշխատութիւնէն վերջ անխային թթուով կը ծանրաբեռուի, եւ թոքը
իր շարժումները կ'արագացնէ դուրս փոնկու համար այդ չափազանցեալ ան-
խային թթուն եւ զայն փոխարինելու թթուածինով: Չափաւոր հեւք մը ուրե-
մըն սեւէ անպատեհութիւն չունենալի զատ, օպտակար իսկ է թոքերուն զա-
տաւ գործունէութիւն մը ապահովելու համար:

Թ. Դնդերային մասնակի կամ սեղակամ յոգնութիւն.— կը բուէ շարժում
մը բազմաթիւ անգամներ կրկնել, համոզուելու համար թէ վերջ ի վերջոյ
անկարող պիտի ըլլանք այդ շարժումին կատարումը շարունակելու. դը-
ղերները այլևս կը մերժեն գործել, որովհետեւ մենք այդ գործարաններուն
սովորութեան աստիճանը արդէն հասած եւ անցած ենք. այս դնդերային
յոգնութիւնը մասնաւորաւ է այն զնդերին մէջ որ շարժումը կատարած է
եւ քանի մը երկվարյկեանի հանգիստէ վերջ կ'անհետանայ:

Գ. Խոնջամբ.— Ասիկա այն ցաւալից զգացողութիւնն է զոր կը զգանք մեր
այն զնդերներուն մէջ, որոնք չեն վարժուած իրենց ընել արուած աշխատան-
քին: Այս երեւոյթը, օրինակի համար, յառաջ կուգայ երկար պտոյտէ մը
կամ, կուփամարտի, սուսերամարտի, թիավարութեան ու մարզանքի առա-
ջին դասէ մը վերջ:

Եթէ արուած աշխատութիւնը շատ բուռն է, խոնջանքը կրնայ ընկերա-
նալ նաեւ ջերմով մը եւ ճշմարիտ հիւանդութեան մը երեւոյթը առնել. անե-
ղարար խոնջանքը (կտարածութիւնը) շատ յաճախադէպ է զինուորներուն
ջով, որոնք առոր կ'ենթարկուին երկար քալելներուն կամ սազմափորձերու
պատճառաւ:

Դ. Ընդհանուր յոգնութիւն.— Շատ բուռն փորձերէ կամ աշխատութիւնէ
մը վերջը, բացի այն յոգնութիւնէն զոր կը զգանք մեր զնդերային գրութեան
մէջ, կը զգանք նաեւ ընդհանուր թուլութիւն մը, եւ փափաք կը զգանք սը-
նունդ առնելու եւ քնանալու, այս զգացողութիւնը ընդհանուր յոգնութեան
նշանն է:

Ե. Չարախոնջութիւն.— Յարզ նկատի ունեցանք առողջ գործարանաւո-
րութեան մը յատուկ եղող յոգնութեան զանազան ձեւերը, բայց եթէ յոյնու-
թիւնը ծայրայիցութեան տարուի, ան խկապէս մեծ վտանգ մը կը դառնայ,
եւ այս վիճակը կ'որոշուի շարախոնջութեան (չափազանց յոգնութիւն) աւ-
ուումը: շարախոնջութիւնը էկուէ կ'ըսուի, երբ ան արդիւնք է ուժերու ծա-
րայեղութեան տարուելուն. այսպէս, կը պատուի թէ այն զինուորը որ Մա-
րաթօնի յաղթանակը Աթէնքի իմացուց, ամբողջ ճամբան վազելով, հասնե-
լուն պէս մեռած ինկաւ. այդ զինուորը իր կարելի արագութեամբը վազեց եւ
զոհ եղաւ սուր շարախոնջութեան:

Յոգնութեան բնախօսական բացատրութիւնը.— Այս բնութեան սկիզբը կ'ը-
սէինք թէ մարդ յոգնութիւն կը զգայ երբ իր ուժերը կը սպառին. առանց շատ
խորդին անասութիւններու մէջ մտնելու, օպտակար է յոգնութեան էութեան
կամ բնոյթին մասին կարգ մը լուսարանութիւններ առլ:

Յոգնած զնդեր մը իր սննդական նիւթերը վայելած, ծծած եւ սակայն չէ
կարողացած երկվարյկեանպէս մաքրուիլ, ազատիլ այն վնասակար նիւթե-

րէն՝ որոնք ամէն դործարանական սպառման եւ այրումի կ'ընկերանան. այս աւելորդ նիւթերը զնդերին համար այնքան աւելի աւելորդ բնո մըն են որքան ատոնք մեծ ըլլան, մինչեւ այն չափով որ, զնդերին կծկուելու կարողութիւնը այլեւս վերնայ: Հետեւաբար յոգնութիւնը դիզերին քունաւարումն է, աշխատութեան ժամանակ կազմուած վնասակար նիւթերէն. հետեւեալ փորձին կատարումը բաւական է զմեզ այս մասին համոզելու ելեկտրականութեան միջոցաւ, գորտի մը ոտքին զնդերները կը կծկենք, քիչ յետոյ կծկումները կը դադրին եւ կ'ըսենք թէ զնդերը յողնած է: Նոյն այս զնդերին զնդերային հիւթը ատնելով կը ներարկենք չի յողնած գորտի մը զնդերներուն, եւ կը տեսնենք թէ անոր կծկումները անկարելի կը դառնան, եւ կ'եղբակացը. նենք թէ յողնած զնդերին վնասակար, աւելորդ նիւթերը անչարթացուցած են առողջ զնդերները: Հիմա մեզի համար շատ պարզ եւ դիւրին է աշխատութեան յաջորդող հանգիստին օգտակարութիւնը հասկնալ. շնորհիւ հանգստի, զնդերները կը մաքրուին շարժումին ատեն կազմուած վնասակար նիւթերէն:

Մարզանքներու ատեն, պէտք չէ վախնալ չափաւոր յոչնութեան հասնելէ. եթէ չափազանց յոչնութիւնը աղիտաբեր հետեւանքներ կրնայ ունենալ գործարանաւորութեան համար, ընդհակառակն, ան չափաւորեալ ձեւի մը տակ օգտակար է եւ կը նշանակէ թէ սննդական փոխանակութիւնները երազուած են, այսինքն բաց խորտակ մը եւ աւելի զօրացուցիչ քուն մը արդիւնքներն են չափաւոր յոչնութեան:

Ինչպէս կը կուսիմք յոգնութեան դէմ. վարժութիւնները. — Շատ սովորական զննութեամբ մը կարող ենք տեսնել թէ՛ անոնք որ ամենէն աւելի մարզանքներու վարժ են, ամենէն քիչ կը յողնին, և թէ՛ ունէ մէկը պարտադրէինք դարբինի մը ըրածը ընել, պիտի տեսնէինք թէ ան շատ աւելի շուտ պիտի յոչնէր քան դարբինը, որ ժամանակի ընթացքին այդ շարժումներուն համար, հետին վարժութիւնը առած է: Տիրիքական ամէն աշխատութեան համար, ըլլայ առիկա արհեստ կամ մարմնամարզական փորձ մը կամ սփօր մը, պէտք է բաւական երկար ատեն այդ բաներուն ենթարկուիլ կամ վարժուիլ, այլեւս ատոնք մեծ յոչնութեան, ուրիշներու համար յոգնեցուցիչ վարժութիւններ կատարելու համար եւ այն մարդը որ այս կարողութիւնը ունի, կ'ըսենք թէ վարժուած է:

Վարժութիւն բառը հոս իր ամենայայն իմաստովը անուած է. աւելի խտացուած ձեւով մը ան ցոյց կուտայ անհատին ունեցած արժանիքը մասնաւոր սրօրի մը հանդէպ եւ ասիկա կը կոչուի սքօրդական վարժութիւն, վարժութիւնը ուրեմն կը կայանայ այն կարգ մը գործնական սովորութիւններէն (շատ կանոնաւոր կեանք, մասնաւոր սննդառութիւն եւայլն), որոնք ընդհանրապէս կարգ մը անհատներու, այսինքն փրոֆէսորներէն միայն կարելիութիւն կուտան հետեւելու, ինչպէս հեծանուորը, կոփամարտիկը, ֆութպոլ խաղացողը, սուսերամարտը եւայլն: Այսպէս հասկցուած վարժութիւն մը կը համապատասխանէ Տոքթ. Թիստիէի հետեւեալ բացատրութեան. մարդուն արտադրել տալ աշխատութեան առաւելագոյն չափը, գործածել տալով նուազագոյն յոգնութեան չափ մը:

Առողջութեան, ուժի, դիմացկութեան վիճակը, զոր վարժութիւնը մարմնոյ կուտայ, կը կոչուի վիճակ կամ ձեւ. հասարակութեան համար այն մարդը որ առանց մեծ յոգնութեան յայտնի նշանի, կը կարողանայ բաւական երկար ատեն ունէ ֆիզիքական աշխատութիւն մը կատարել կը կոչուի վարժ կամ ուժով մարդ:

3 ՄԱՐԶԱԿԱՆ ՓՈՐՁԵՐՈՒ ԱՐԴԻԻԿՆԵՐԸ ԳՈՐԾԱՐԱՆԱԻՈՐՈՒԹԵԱՆ ՎՐԱՅ

Մարզական փորձերը մեր մարմնոյն մէջ առաջ կը բերեն վասնակի եւ ընդհանուր արդիւնքներ :

Մասնակի արդիւնքներ.— Մասնակի արդիւնքը յառաջ կուզայ այն մասնաւոր անդամին մէջ, որ առաւելագոյն կ'աշխատի . օրինակի համար, վազքէն վերջ արեան շրջանը կ'արագանայ ստորին անդամներու մէջ, եթէ մարդանքը բաւական երկար տեւէ, այդ դնդերները կը յոգնին . ահաւաստիկ ասոնք մարզանքին մասնակի արդիւնքներն են :

Ընդհանուր արդիւնքներ.— Կարճ ժամանակով եւ կամ ոչ բուռն ճիգ պահանջող փորձ մը մասնակի արդիւնք միայն կրնայ տալ, եթէ մարզանքը կամ փորձը երկարատեւ ըլլայ, շնչառութիւնը, արեան շրջանը, զրոյնիլը եւ այլն իրենք ալ մասնակցելով գործողութեան, յառաջ կը բերեն փորձերուն ընդհանուր արդիւնքները :

Մարզագնէին նախատիրոջ յատկութիւնը.— Մարզանքները մեր գործարանաւորութեան վրայ մասնաւոր կերպով մը կը գործեն, նկատի ունենալով շարժումին մէջ նախատիրոջ յատկութիւններէն մին, որոնք են ուժ, արագութիւն եւ տեսողութիւն :

Ուժը.— Ուժի փորձերը (օրինակի համար գօտեմարտը, երկաթ վերցնելը եւ այլն) այնպիսի փորձեր են՝ որոնք դնդերային մեծ եւ երկարատեւ կրճկումներ յառաջ կը բերեն . անոնք աջալէսով յառաջ կը բերեն մասնակի եւ ընդհանուր արդիւնքներ . այս վերջինները երեւան կուզան շնչառութեան եւ արեան շրջանին մէջ . հեւքը շատ յուսով երեւան կուզայ :

Այս փորձերը դնդերուն անդաման արագութիւն մը առաջ կը բերեն, որ արդիւնք է ծանր աշխատանքի . անոնք պէտք է վերապահուին չափահասներու եւ արդիւնքին տղայոց եւ պատանիներու, որոնք յոգնութեան չեն կարող դիմանալ եւ որոնց ոսկրային շրութիւնը գիւրբաբի է : Անոնք արկածներ ալ կրնան առաջ բերել, ինչպէս ոսկրներու բեկանում, ոսկորներու շեղում, աղեթափութիւն, դնդերներու ճմլում եւ այլն :

Արագութիւնը.— Արագութեան փորձերը, օրինակի համար վազքը եւ այլն կը յատկանշուին իրենց արագութեամբը եւ դնդերային կծկումներուն արագ յաջողութեամբը . մասնակի արդիւնքները անկարելոր են, բայց ընդհանուր արդիւնքները շատ աչքառու են, որովհետեւ հեւքը երկարատեւ ու մեծ է : Այս փորձերը կամ վարժութիւնները չափահասներու չեն յարմարի, որոնց թոքերը կորսնցուցած են իրենց առաձգականութեան մէջ մասը, բայց այդ փորձերը յանձնարարելի են տղայոց եւ պատանիներու, անշուշտ բանաւոր պայմաններու մէջ եւ բժշկական ճննութիւններէն վերջ միայն :

Տեսողութիւնը.— Տեսողութեան մարզանքները, որոնք կը կուշուին նաեւ երկար կամ տողունութեան փորձեր, օրինակի համար երկար քալելները, շատ փոքր չափով մասնակի արդիւնքներ առաջ կը բերեն, որ աշխատութեան երկարատեւ ըլլալովը, շատ մեծ ազդեցութիւն ունին գործարանաւորութեան վրայ . շնչառութիւնը եւ արեան շրջանք բնաւ չեն խանգարուիր, եւ սակայն ընդհանուր անդամութիւնը մեծապէս կ'ազդուի : Չափահասները մեծապէս մասամբ այս փորձերուն հետեւելու են . ասոնցմով է որ թանձրամատութեան եւ ուրիշ կարգ մ'հրկանդութիւններ կը բուժուին կամ կ'արգիլուին : Այդ փորձերը, պէտք է արգիլուին տղայոց եւ պատանիներու, որովհետեւ անոնց գործարանաւորութիւնը չունի տակաւին պահեստի մեծ պաշար կամ ուժ, գորկարող ըլլայ օգտագործել յոգնութենէ վերջ :

ԻՆՉՊԷՍ ԱՍԵՂՈՒԻԵՑԱԻ Հ. Մ. Ը.Մ.Ը

Հ.Մ.Ը.Մ.ի հիմնադիրներէն եւ Հայ սկսուտներու Ազգ. Ընդհ. պետ, հանգուցեալ Գրիգոր Յակոբեան հետեւեալ գրութիւնով կը ներկայացնէ Հ. Մ. Ը. Մ.ի ստեղծման պարագաները:

Ուժը տարի հազիւ անցեր էր այն օրէն երբ քանի մը ընկերներու հետ հիմնադրուեց Հ.Մ.Ը.Մ.ին: Այդ օրերուն թերեւս մեր մտքէն չէր անցներ թէ կարճատեւութեան մէջ այսքան ծաւալ պիտի գտնէր մեր սկսած շարժումը, հակառակ իր ճամբուն վրայ ցցուող բազմազան խոչընդոտներուն, հակառակ Հայ Ժողովուրդին դիտուն պայթած ահաւոր փոթորիկներուն: Բայց մեծ էր, այն ատենէն, հաւատքը որ ճամբայ հանեց մեզ, եւ ոգեւորութիւնը որ շրջապատեց մեր առաջին իսկ քայլերը: Կը հաւատայինք թէ հոգիով ու մարմնով զօրաւոր նոր սերունդ մը պէտք է զայն եւ թէ, մանաւանդ մեր շարժումը կը քալէ դէպի այն նոր սերունդը: Դեռ կանուխ է դատելու համար մեր սկսած դործը, կանուխ է որովհետեւ ուժը տարին նշանակութիւն չունի համազգային այսպիսի կազմակերպութեան մը պատուը չարիելու համար, եւ մանաւանդ անոր համար՝ որ բնականոն պայմաններ չտրուեցան Հ.Մ.Ը.Մ.ին դէպի վաղը իր քայլերուն մէջ: Այսուհանդերձ, ամէն տարի որ կ'անցնի պէտք է հանդրուան մը թուի մեզի, կարենալ պահ մը դիտելու համար մեր կորած ճամբան, պատեպնուելու նոր ճամբուն համար:



Հ.Մ.Ը.Մ.ի նման կազմակերպութիւն մը ստեղծելու դազափարը վաղուց կար, պատերազմէն իսկ առաջ: Երբ Օսմ. Սահմանադրութենէն յետոյ Հայ Իրիտարդութիւնը սկսաւ շունչ առնել թուրքոյ մէջ, եւ հետզհետէ սկսան կազմակերպուիլ մարդական միութիւններ, անհրաժեշտութիւնը ծագեցաւ անհատական ճիգերը համախմբելու, եւ հաւաքական աշխատանքով իրկանացնելու մեր վաղուան սերունդին Ֆիզիքական դաստիարակութեան դործը: 1911ին, Հայկական առաջին ողիմպիականէն յետոյ, մարդական շարժման նըւէրուած քանի մը ընկերներով փորձեցինք մարմնակրթական ընդհանուր կազմակերպութեան մը կորիզը ստեղծել իրարու մօտ համախմբելով գոյութիւն ունեցող մարդական միութիւնները, որոնց գլխաւորներն էին «Բաֆֆիան», «Տորք», «Արաք», «Արտալազգ»ը, եւ այլն, - եւ անոնցմէ բիւցնելով ղեկավար մարմինը: Ապարդին անցան մեր առաջին փորձերը: Շուտ էին մեր ճամբուն վրայ խոչընդոտները: Մարդական միութիւններէն ոմանց անտարբերութիւնը եւ կարգ մը անձնական, եսի ինդիւիդուալ շարժման ղեկավարներուն մէջ, մեր ճիգերը կեցողցին, դառն է այդ խոչընդոտները յիշելը: Կ'ընեմ անոր համար, որպէսզի գիտցուի թէ պատերազմէն առաջ ալ հասունացած էր Հայ Մարմնակրթական Ընդհանուր Միութեան մը կազմութեան դազափարը եւ զայն իրականացնելու համար քանիցս ձեռնարկ իսկ եղած:



Պատերազմը խորտակեց նաեւ Հայ Իրիտասարդութիւնը: Ոչ միայն կոտորակեց անոր թիւը, այլ լրբեց անոր մարմինն ու հոգին: Եթէ նոր սերունդ մը չգար՝ սրտով ու մարմնով առողջ իր կամքին ու ջիղերուն տէր, անկարելի էր խորհիլ ցեղին վերականգնումին մասին: Դոնէ այս էր մեր մտաւանդութիւնը պատերազմի օրերուն: Այդ կէտը տանջեր է յաճախ իմ ալ ուղղո՞ւ երբ խորհեր եմ պատերազմէն առջև մեր անմիջական յոյսերուն, եւ այն հետանկարին մասին որ կը սպառնար մեզ գտնել պատերազմէն անմիջապէս յետոյ: Ո՞վ

պիտի տէր կանգնէր Հայ երիտասարդութեան, երբ բարի օր մը վերջ դտնէր Համայնաւեր սպանդը:

Զինադադարը եկաւ: Իր բերած առաջին սփոփանքին հետ բերաւ նաեւ եւ ահաւոր հոգեր: Հասաւ որբերուն եւ դադթականներուն առաջին կարաւանը: Կը խշխշար մարդուս սիրա՞ր՝ անոնց վիճակը տեսնելով: Հայ երիտասարդութիւնը շարժման մղելու եւ մարդական օգուտը կեանք մը վերսկսելու ծրագիրը բեւեռուած էր մտքիս մէջ, երբ տարագիրներու եւ որբուկներու պարզած աղէխարը պատկերը տեսայ: Ու խորհեցայ որ Հայ երիտասարդութիւնն ալ պէտք է բաժին ստանձնէ Հայ ժողովուրդի վերապրողներուն ուսերուն բարդուած բեռը վերցնելու աշխատանքին մէջ: Ահա ատկէ՛ ծագեցաւ մարդանքն ու սկառուտութիւնը միակ կազմակերպութեան մը մէջ միացնելու գաղափարը: Մարդանքը մեկի պիտի տար մարմնով եւ հոգիով ալ առողջ, սերունդ մը, եւ սկառուտութեան շնորհիւ՝ այդ նոր սերունդին մէջ պիտի մտնէր պարտքի դիտակցութեան, դժուարութեան, ժուժկալութեան եւ հայրենասիրութեան ոգին: Պէտք էր սակայն մարմին տալ այս գաղափարին: Խնդիրը կը դաւնար նախաձեռնութիւնը ստանձնելուն մէջ, առաջին աշխատանքը բարեկամի մը հետ ունեցանք մեր տունը: Պատրաստեցինք ծրագրի մը ուրուագիծը: Մարմնակիրթութիւնը ու սկառուտութիւնը հաւասարապէս հիմը կազմեցին ալ ուրուագիծին: Պէտք էր սակայն որդեգրել տալ մեր մարդական շարժման վերապրողներուն, ու հաւաքական աշխատանքով մարմին տալ գործին:

Որոշեցինք խորհրդակցութեան մը կանչել մեր մարդական շարժման վեթերաններն ու ամենամօտ քարեկամները շատ սահմանափակ թիւով: Նոյնմբեր մէկին էր որ մեր դրասենեակին մէջ տեղի ունեցաւ այդ պատմական նիստը: Հոն էին Հայկ ձիզմէճեան, Տիգրան Խոյեան: Գառլօ Շահինեան, Լեւոն Յակոբեան, Սիրունի եւ ես: Պարզեցի մեզ ողևերոզ իտէալը եւ հրաւիրեցի անմիջապէս աշխատանքի լծուիլ: Հարկ չեղաւ ըսելու թէ բոլորին ալ սրտին մօտիկ էր գաղափարը, մարմնակիրթանքն ու սկառուտից մը ծաւալել մեր ժողովուրդին մէջ՝ իբրեւ հոգիով եւ մարմնով առողջ սերունդ մը պատրաստելու ամենէն ուղիղ ճամբան, եւ աշխատանքը սկսիլ դպրոցներէն ու երիտասարդութիւնէն այսինքն ուշադրութեան առարկայ ընել վարչական սերունդին:

Այս ժողովն էր որ հիմը եղաւ: Ամէնքն ալ տոգորուած էին անմիջական աշխատանքի լծուելու տենչով, առանց միտքուելու ձեւակերպութեանց մէջ: Ներկաներն էին որ պիտի կազմէին առաջին խորիսխը՝ իբրեւ Կեդրոնական վարչութիւն, քանի մը բացականեր կցեցի իրենց, ինչպէս Յովհաննէս Հինդրիան, Ժիրայր Խորասանճեան, Վահրամ Փափաղեան, Գրիգոր Մերճանօֆ, Սիրունին էր միայն, որ չմտաւ վարչութեան մէջ՝ խոտանալով դուրսէն աշխատիլ: Յետոյ էր որ, երբ ցանցը տարածուէր, պիտի խորհուէր ընդհ. ժողովի հրաւիրելու եւ Հարսովի ստեղծելու կեդրոնական վերին մարմինը:

Ըստ այս առթիւ էր որ այս առաջին նիստին իսկ մարմնակիրթութիւնը եւ սկառուտիցը միացուեցան միակ դրօշի մը տակ, իբրեւ լրացուցիչ մաս իրարու: Ապագան ցոյց տուաւ թէ իրաւունք ունին հիմնադրները:

Ու աւելցնեմ որ առանց պատճառի չէր որ որդեգրեցին «Հայ Մարմնակիրթական Ընդհանուր Միութիւն» վերտառութիւնը: «Մարմնամարդական» բառը բաւական չէր հիմնադրներուն իտէալը պարզելու համար: Մեր որդեգրածը մարմնամարդը չէր միայն, այլ մարմնակիրթութիւնը՝ իր լայն, ամբողջական եւ բարեբար իմաստով:

Հետաքրքրական է յիշել թէ, այդ նիստին մէջ էր որ «Հ.Մ.Ը.Մ.» կըրճատուէր ալ ստեղծուեցաւ: Առաջին պահուն խորթ եկաւ մեր ականջներուն իսկ: Բայց ան կամաց կամաց ընդհանրացաւ, սիրուեցաւ, մինչեւ դարձաւ

Մ Ա Յ Ա Ձ Դ

Ցաւով կը յայտնենք

Ռէն ՎԱՐԴԱՆԵԱՆ-ի

անակնկալ մահը, որ տեղի ունեցաւ 31 Մարտ 1958, երկու-
շաբթի առաւօտ, իր բնակարանին մէջ:

Թաղումը կատարուեցաւ երեքշաբթի, 1 Ապրիլ, կէ-
սօրէ պերջ ժամը 3, 30ին, Անգլիական գերեզմանատան մէջ:

Հ. Մ. Ը. Մ. Ի ՎԱՐՁՈՒԹԻՒՆ

ԻՐ ԸՆԿԵՐՆԵՐԸ ԵՒ ԲՍԱՐԵԿԱՄՆԵՐԸ

Համազգային դուրգուրանքի առարկա: Տեսակ մը խորհրդանշան է ան հի-
մա բովանդակ հայ երիտասարդութեան համար:

Այսպէս ստեղծուեցաւ Հ.Մ.Ը.Մ.ը: Իր զարգացման փուլերը թուել մեր
մարդական շարժման պատմութեան տարրեր մէկ գլուխն է: Իմ նպատակս էր
պատմել շարժման առաջին բոլորները:

Հայ ժողովուրդին գլխուն պայթած փոթորիկները մեր գործն ալ խան-
գարեցին պահ մը: Բայց չկրցան ջնջել նետուած բարերար սերմը: Հ.Մ.Ը.Մ.ը
կանգուն է, եւ վստահութեամբ կը դիտէ ապագան: Ան կը հաւատայ իր ճի-
գերու ուժին, ու իր իտէալին յաւերժութեանը: Ան կը հաւատայ թէ պիտի
գայ իր երազած սերունդը:

Քրայնվա, 1926, Հոկտ. 17

ԳՐԻԳՈՐ Մ. ՅԱԿՈԲԱՆ

ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ՀԵԾԵԼԱՆՈՒՈՐԴՆԵՐԸ

Գրեց՝ Վ. ՆՏԻԿԱՐՆԱՆ

Դէպքը տեղի կ'ունենար ութը տարի առաջ, Մոսկուայի մէջ, Ս. Միութեան հեծելանուորգութեան արտոնական մրցումներուն: 35 տարեկան սեւաշեր ու կարճահասակ մարդ մը, որ կուրծքին վրայ «Տինամո» մարզական ընկերակցութեան խորհրդանշը կը կրէր, մեկնումի պատրաստուողներու շարքին կ'անցնէր: Բիշեր ուշադրութիւն կ'ընէին անոր, որովհետեւ անուրը ոչինչ կ'ըսէր իրենց. «Պոզս Դաւիթեան, զառաջին կարգի հեծելանուորգ»... Եւ ուրի: ոչինչ:

Բայց ահա կը արուէր մեկնումի սողանշանը: Ու այդ վայրկեանէն սկսուալ, դրժէ անտարբեր չէին մնար թրիպիւններու վրայ: Հեծելանուորգները մեծ արագութեամբ կ'ընէին բոլոր շրջաններն ալ:

Մրցումը կը վերջանայ: Ոսանակը կը յայտնէ, թէ, հարիւր քիլոմէտրը սփորի վարպետին մրցանիչ աւելի լաւ ժամանակի մէջ կատարուած է:

Այդ օրը Պոզս Դաւիթեանն էր, որ առաջին անգամ ըլլալով սփորի վարպետին նորման կը կտրէր: Բայց այս նշանակելի յաջողութեան ուղին դիւրին չէր եղած:

1946 թուականն էր: Տասնեակ հազարաւոր հայ հայրենասէրներ իրենց հայրենիքը կը վերադառնային: Անոնց միջեւ, Ֆրանսայէն կուգար Պոզս Դաւիթեան: Նոր կեանք մը կը սկսէր իրեն համար: Մորվելու եւ լաւ հեծելանուորգ մը ըլլալու փափաքով կ'այրէր Պոզսին սիրար:

Իրականութեան մէջ, Ֆրանսա եղած ատեն Դաւիթեան արդէն հեծելանուորգութիւն ըրած էր, բայց չէր կրցած աչքառու վազող մը դառնալ: Ընտանեկան հոգերով բեռնաւոր եւ իր կեանքը պետարութեամբ զահլով, լուրջ փորձեր կատարելու կարելիութիւն չէր ունեցած ան: Ու միայն Հայաստանի մէջ է, որ կրցաւ իր երազը իրականացնել սփորի վարպետ ու Հայաստանի ախոյեան դառնալով:

Բայց Պոզս չէր դռնանար իր յաջողութիւններով: Իր մարդիչին, սփորի վաստակաւոր վարպետ Ն. Յովհաննէսեանի թելադրանքով, 1946ի ձմեռն իսկ Դաւիթեան կը սկսի մարմնամարդ, դա՛ռուկորդութիւն ու աթլէթիզմ ընել: Ճիդիքական ընդհանուր պատրաստութիւն մը ստացած ըլլալով, Դաւիթեան կը վերսկսի յամառօրէն կատարելագործել հեծանուորգութեան թէքները: Այս ջանքերը իրենց պտուղն տուին ՍՍՌՄ-ի յաջորդ արտոնականակա խաղերուն:

1950ը նշանակելի տարի մը եղաւ Պոզս Դաւիթեանի կեանքին մէջ. Մոսկուա կ'երջային երկրին լաւագոյն հեծելանուորգները: Առաջին վայրկեանէն իսկ Դաւիթեան իր վրայ հրաւիրեց դիտողներուն ուշադրութիւնը: Երաւանցի վազողը շուտով շահեցաւ հեծելանուորգութեան սիրահարներու համակրութիւնը, որովհետեւ արտոնականակա մէկ խաղէն միւսը, ան ի յայտ կը բերէր ինքնատիրութիւն մը եւ յարճուն վարպետութիւն մը, ու մրցումին կը մասնակցէր աւելի մեծ ինքնավստահութեամբ:

Այդ օրը, հազարաւոր Մոսկուացիներ ծափահարեցին Դաւիթեանը որ 100 քիլոմէտր ճամբու վրայ ՍՍՌՄ-ի պատուակալ ախոյեանի տիտղոսը շահեցաւ:

Այսօր 42 տարեկան է Դաւիթեան, բայց կը շարունակէ ախոյեանական մրցումներուն մասնակցիլ իր աշակերտներուն հետ, որոնք բազմաթիւ են: Անոնցմէ մէկը Հայկ-Արամ Պոյաճեանն է:

Ասկէ եօթը տարի առաջ, Պոյաճեան առաջին անգամ ըլլալով եկած էր Երեւանի վելուորոճը: Նուրբ եւ նիհարկեկ պատանի մըն էր տակաւին: Այն ատեն ոչ ոք կրնար գուշակել, թէ երկրին ուժեղ հեծելանուորդներէն մէկը պիտի դառնար ան: Բայց անոր առաջին ճարտիքէն իսկ, մարդիչը նկատեց, թէ այս երիտասարդը շատ լաւ մարդիկ մը պիտի ըլլայ: Հայկ-Արամ շատ շուտով իւրացուց հեծելանուորդութեան թեքնիքը:

Երկրորդական վարժարանը լրացնելէ վերջ, Պոյաճեան դըրօշի տակ կը կանչուի՝ Սովետական Բանակին մէջ: Զինուորական ծառայութիւնը չազդեց անոր մարդական կարողութիւններուն վրայ: 1952ին, հանգրուանաւոր մրցումի մը մէջ, Պոյաճեան Ուքրանիոյ Կոնյան կը դառնայ ու առաջին անգամ ըլլալով կը կոտորէ սփորի վարպետի մրցանիչը: Տարի մը վերջ, Սովետական Բանակի Կեդր. Տան սելեքսիոնին մէջ աւանուելով կը մասնակցի Գերմանիոյ հեծանուորդութեան միջազգային մրցումին եւ ի յայտ կուգայ որպէս Սովետ. Միութեան լաւագոյն հեծելանուորդներէն մէկը:

Երբ Սարգիս Մանուկեան «Տինամօ» հեծանուորդութեան ճիւղին մէջ մտաւ, միայն տարտած գաղափար մը ունէր այս սփորին մասին: Այն ատեն Մանուկեան շէր խորհեր լրջօրէն զբաղիլ սփորով: Պարզապէս կ'ուզէր հեծիկ քելը սորվիլ: Հեծելանուորդութեան հանդէպ սէրը աւելի ուշ ծագեցաւ իր մօտ, հետեւեալ պայմաններու մէջ.

Հայաստանի մէջ, ամէն տարի տեղի կ'ունենան հանգրուանաւոր մըրցումներ, որոնց կը մասնակցին երկրին լաւագոյն հեծելանուորդները: Մըրցումին ամենադժուարին ճամբաները կ'անցնին լեռնային շրջաններէ եւ մարզիկը ստիպուած է անհարթ վերելքներէ եւ վայրէջքներէ անցնիլ: Եւ ահա Սարգիս Մանուկեան կ'որոշէ իր ուժերն փորձել այս դժուարին մրցումներուն մէջ: Անոր առաջին փորձը յաջողած ըլլալով, Մանուկեան կ'առնուի ազգային խումբին մէջ:

Յամառ եւ ուշադիր շախատանքի օրերը կը սկսին: Ու ժամանակ մը վերջ Մանուկեան հրապարակ կ'իջնէ Սովետ. Միութեան հեծանուորդութեան ասպարէզին վրայ: Առաջին անգամ իր մասին խօսիլ կուտայ 1952ին՝ երրորդ տեղը զբաւեռով Մոսկուա-Պարքով-Մոսկուա (1500 քմ.) հանգրուանաւոր մրցումին: «Տինամօ» խումբը, որուն անդամ էր Սարգիս Մանուկեան, երկրորդ տեղը կը զբաւէ խմբական դասաւորման մէջ:

Պէտք է նշել, թէ խումբին պատիւը պաշտպանող վեց վազողներուն չորսը, - Պ. Դաւիթեան, Ն. Յովհաննէսեան, Ա. Մանուկեան, - Երեւանէն էին:

Դեռ վերջերս Հայաստանի մէջ ի յայտ եկաւ հեծելանուորդութեան վարպետ մը եւս տասներկու տարու Տիգրան Աւագեանն է ան: Երկու տարի առաջ, չիչ մարդիկ կը ճանչնային Տիգրանը եւ ահա անցեալ տարի անոր անունը եւրեւցաւ հանրապետութեան թերթերուն մէջ: Հայաստանի շրջանի աւանդական մրցումին, իր մարզիչը՝ Դաւիթեանը, սփորի վարպետներ՝ Մանուկեանը, Ռասպեկեանը եւ ուրիշներ զերպանցելով, յաղթական դուրս եկաւ Աւագեան: Այս յաղթանակը իրաւունք տուաւ երիտասարդին, որ ՍՍՌ-ի ժողովուրդներու Սպարտակիտանի մասնակցող ազգային խումբին անդամակցի:

ՍՍՌ-ի ժողովուրդներու Սպարտակիտանի բացումէն շատ առաջ, Հայաստանի ազգային խումբը, որուն մաս կը կազմէին սփորի վարպետներ Պ. Դաւիթեան, Ա. Պոյաճեան Մ. Մանուկեան, Տ. Աւագեան եւ զառաջին կարգին վազող Կ. Տէր-Ղազարեան: Մասնակցեցաւ Մոսկուա-Պարքով-Քիեւ-Մինսք - Մոսկու հանգրուանաւոր մրցումին (2600 քմ.):

Առաջին վայրկեաններէն իսկ բոլորն պայքար մղուեցաւ մարզիկներուն

միջև: Վազողներուն արագութիւնը ժամական 39 քիլոմեթրը կ'անցնէր: Հայկ - Արամ Պոյաճեան առաջին հանգրուանին յաղթական դուրս եկաւ: Սակայն դիւրին չէր պարագլուխ մնալ: Ասկէ զատ, անիւի պայթիւններ ու խանդարումներ սահմանափակեցին անոր կարելիութիւնները, ու ի վերջոյ ստիպուեցաւ ուրիշին ձգել պարագլուխի շապիկը:

Այսուհանդերձ, խումբին բարոյական կորովը բնաւ չազդուեցաւ Հայկ - Արամին պատահած դժբախտութիւններէն: Իրենց ուժերը հաւաքելով, հայ հեծելանուորիկները երրորդ տեղը զբաւեցին Խարզովի մէջ եւ զայն պահեցին մինչեւ Քիւ: Բայց վեցերորդ հանգրուանին, նոր դժբախտութիւն մը եւս պատահեցաւ: Տէր-Ղազարեան ինկաւ ու դաստակը կտորուած ըլլալով, լքեց մրցումը: Այս պարագան ազդեց խումբին ձեռք բերելիք արդիւնքին վրայ, որովհետեւ Հայաստանի խումբը հետզհետէ հինգերորդ կարգ նահանջեց, իսկ մրցումի վերջաւորութեան՝ մինչեւ եօթներորդ կարգ:

Վերջերս Երեւան գացող ճամբաներուն ու մայրաքաղաքի վելոտորմին վրայ տաք պայքար տեղի ունեցաւ: Հայաստանի հեծելանուորիկները մարզական բարեկամական Գ. խաղերուն կը պատրաստուէին: Մարզական յամառ պայքարէ մը վերջ, զտումի փորձերուն մէջ Հայկ-Արամ Պոյաճեան Մոսկուայի բարեկամական խաղերուն մասնակցելու իրաւունք ձեռք բերաւ:



Հ. Մ. Ը. Մ.ի Սկսուտներու բաճակումի համայնապատկերը
Գայլիկներու վճիռակի խմբանկարը



ԴԱՍԱԽՈՍՈՒԹԻՒՆ՝ ՀԱՅՈՑ ԾԱԳՈՒՄԻ ՄԱՍԻՆ

Հ.Մ.Ը.Մ.ի Սկսուտական Խորհուրդը ծրագրած ըլլալով կազմակերպիլ դասախօսութեանց շարք մը, անոր առաջինը տեղի ունեցաւ Մարտ16ի կիրակի օրը:

Կոկիկ բազմութիւն մը, դայիկներու եւ սկսուտներու կողքին, լեցուցած էր մեր Ակումբը, ունկնդրելու համար օրուան դասախօսը՝ Հոգւ. Տ. Գուրգէն Մ. Վ. Թաշճեանը, որ, մտադրած է տալու յաջորդական դասախօսութիւններ, ծանօթացնելու համար հայ ազգը, անոր ծագումը, անցուցած շրջանները մինչեւ ներկայ ժամանակները:

Դասախօսութիւնը սկսելէ առաջ, եղբ. Կարպիս Տէր Մեսրոպեան ներկայներուն ծանօթացուց դասախօս Հայր Սուրբը, որ մօտիկ բարեկամն է Հ. Մ. Ը. Մ.ի եւ Սկսուտներու, հրաւիրեց խօսելու:

Հոգեշնորհ Հայր Թաշճեան, նկարագրեց թէ՛ ինչպէս տեղի ունեցած է մեր ծագումը: Ապա թուեց Հայաստանի չորս հարստութիւնները՝ Հայկազեանց, Արշակունեանց, Բագրատունեանց եւ Ռուրիկեանց:

Սկսելով առաջինէն, Հայր Սուրբը ըսաւ որ հայ ազգի նախահայրը եղած է Հայկ նահապետը, քաջ հերոս մը, որ հանդիպեցաւ ուրիշ հսկայի մը, որ Բել կը կոչուէր: Անիկա իր իշխանութիւնը տարածել կ'ուզէր ամէն կողմ: Նոյնպէս, հրաւիրեց Հայկն ալ, հպատակելու իրեն: Սակայն, Հայկ, որ ազատութեան սիրահար էր, մերժեց քանակալին առաջարկը եւ պատերազմեցաւ անոր դէմ, սպաննելով Բել հսկային, յալթեց անոր բանակը:

Հայկ նահապետի յաջորդներն ալ իրեն պէս քաջեր էին, Զարմայրը, Պարոյրը, որ եղաւ նաեւ Հայոց առաջին թագաւորը եւ Տիրգրան Երուանդեան:

Դասախօս Հայրը, թուեց նաեւ թէ՛ ինչպէս ծնունդ առած է մեր ցեղը եւ ինչպէս կրօնեցաւ, Հնդեւրոպական ճիւղէն կը սերնդը նաեւ մենք, հայերս: Վերլուծեց մեր անունին կազմութիւնը:

Բոլոր ներկաները, մանաւանդ սկսուտները Հետաքրքրութեամբ հետեւեցանք այս դասախօսութեան եւ Հայր Սուրբը, մեղի ծանօթացուց մեր Ազգին ծագումը, թուելով ամոռանալի մեր նախահայրերու անունները:

Դասախօսութենէն վերջ, Հ.Մ.Ը.Մ.ի Ատենապետը՝ երբայր Ստեփանեան, շնորհակալութիւն յայտնեց Հայր Սուրբին, իր տուած Հետաքրքրական եւ դիւրահասկնալի դասախօսութեան համար եւ նաեւ ներկաներուն, որոնք պատուեցին ձեռնարկը:

Յաջորդաբար, պիտի տրուին նման Հետաքրքրական դասախօսութիւններ, որոնց կը սպասենք, օգտուելու համար:

ԱՐՄԷՆ ՄԵՀՐԱՊԵԱՆ
Արծի խմբակէմ

ՊԱՏԳԱՐՆԵՐ՝ ՍԿԱՌԻՏ ՊԵՏԵՐԷ



ԼՕՐՏ ՊԷՅՏԸՆ ԲԱՌԻԼ

Ա.

Միջազգային սկաուտիզմի Հիմնադիր Լորտ Պէյտըն Բաուլի ծննդեան 101 ամեակին առթիւ, կուռտանք իր ամփոփ կենսադրականը և պատգամը՝ ըսկաուտներու ուղղուած:

Պէյտըն Բաուլ ծնած է Անգլիա, 857 Փետր. 23ին: Մանկական խաղերով զարմանք պատճառած է շուրջիներուն: Զափահասութեան, Սպայից Վարժարանի եօթը Հարիւր թեկնածուներու մէջ Բ. Հանդիսանալով, զրկուեցաւ Հնդկաստան, Ենթասպայի աստիճանով: Եղաւ նաև ոստիկանական կազմակերպիչ՝ Ափրիկէի Մէյլէց քաղաքի:

Պօէրներու պատերազմին, Պէյտըն Բաուլի ցուցմունքներուն շնորհիւ, յաղթութեամբ պսակուեցաւ անգլիական բանակը:

1907ին, ջսան պատանիներով բանակում մը կազմակերպեց, Պրաունս կղզիին մէջ, ուր երեւան եկաւ իր կիրարկած մանկավարժական նորութիւնները:

Պէյտըն Բաուլը Հաստատեց «Սկաուտական Տասնարանեան», որ ծանօթ է ամբողջ աշխարհի:

1941ին, Յունուար 8ին, Ուիլիսի Քէնիա քաղաքի իր անձնական զոհակին մէջ, կեանքի բոլոր փառքերը վայելելէ վերջ, յաւիտենապէս փակեց իր աչքերը: Անոր մարմինը՝ իր սիրած սկաուտներու կողմէ զետեղուեցաւ ծառայարգ պուրակի մը մէջ, վայր մը, ուր ա՛յնքան սիրած էր:

Ստորեւ կուռտանք Սկաուտ Հիմնադրին Պատգամը, Թարգմանում՝ Ազեքսանդրիոյ Սկաուտ. Երջանային Պետ Ողբ. Արամայիս Յոհիկեանի կողմէ:

ԼՕՐՏ ՊԵՅՏՐԸ ԲԱՌՆԻ ԿԿՐՁԻՆ ՊԱՏԳԱՄԸ

8 Յունուար 1941ին Լօրտ Պէյտրն Բառւլ, Համաշխարհային սկաուտայե-
տը, ննջեց յաւիտեան :

Քենիայի մէջ, ուր հաստատած էր իր բնակարանը, կը հանդէպ իր մար-
մինը :

Ահաւաստիկ իր վերջին պատգամը, զոր թողուցած է սկաուտներուն :

Սիրելի Սկաուտներ,

Եթէ տեսած էք «Բիթթըր-Բան» խաղը, պիտի յիշէք թէ՛ մեծ յերուզակը
միշտ իր վերջին մնաք բարոյի ճառը կ'արտասանէր, որովհետեւ կը վախնար
որ, երբ ժամանակը գայ պիտի չկարենայ արտայայտուիլ : Նոյնն է նաեւ ին-
ծի Համար եւս . թէպէտեւ ներկայիս ճողեվարք չեմ, սակայն պիտի չուզեմ
չուտով եւ կ'ուզեմ, բաժանումէս առաջ, մնաք բարոյի խօսը ուղղել Ձեզ :

Այս վերջին պատգամն է որ պիտի թաննաք ինձմէ, մի մոռնաք եւ յիշե-
ցէք զայն :

Կեանքս մեծապէս երջանիկ եղաւ եւ կը փափաքեմ որ նոյնը ըլլայ ձեզմէ
իւրաքանչիւրինը :

Կը խորհիմ թէ՛ Աստուած մեզ այս զուարթ աշխարհը կը բերէ, որպէսզի
մենք հոս երջանիկ ըլլանք եւ վայելենք կեանքը : Երջանկութիւնը հարստու-
թենէ չի գար, կամ իր ասպարէզին մէջ գտնուած յաջողութենէ եւ կամ ինք-
զինքին հանդէպ ներողամտութիւն ունենալէ :

Առաջին քայլը որ դէպի երջանկութիւն կ'առաջնորդէ, փոքր տարիքէն
ինքզինքը առողջ եւ ուժով դարձնելուն մէջ կը կայանայ, որպէսզի երբ մեծ-
նանք, կարենանք օգտակար ըլլալ եւ վայելել կեանքը :

Բնութեան ուսումնասիրութեան մէջ պիտի գտնէք թէ՛ որքան Աստուած
այս աշխարհը լեցուցած է դեղեցիկ եւ հիանալի բաներով, Ձեր վայելքին Հա-
մար : Գոհացէք Ձեր ունեցածով եւ օ՞րտազործեցէք զայն : Խնդիրներու լաւ
կողմը դիտեցէ՛ք, փոխանակ հակառակին :

Բայց երջանկութեան իրական ճամբան այն է, որ կը մղէ Ձեզ ուրիշնե-
րուն երջանկութիւն տալու : Փորձեցէք թողուլ այս աշխարհը քիչ մը աւելի
լաւ վիճակի մը մէջ, որ գտած էք զայն եւ երբ մեռնելու կարգը Ձեզի գայ,
կարենաք գոհ կերպով մեկնիլ, դիտնալով որ շարճամարեցիք Ձեր կեանքը եւ
Ձեր կարելին ըրիք :

Ըլլանք ուրեմն միշտ Պատրաստ, երջանիկ ապրելու համար եւ նոյնպէս
մեռնելու, եւ պահենք մեր խոստումը, երբ դադրած ենք տղայ ըլլալէ :

Աստուած Ձեզ օգնակա՞ն ըլլայ :



Պէյտրն Բառւլէն առաջ, 1680 թուականին, Պոլտավիոյ Պոթոյան քաղա-
քին մէջ, Հիմնուած էր նման կաղճակերպութիւն մը, «Կտրիմներու Խումբեր»,
սաստիկու տարեկանէն վեր պատանիներու համար, որոնք այդ շարքերուն
մէջ կը մնային մինչեւ իրենց ամուսնութիւնը :

Որքան որ մենք ունեցանք Սկաուտիզմի նախակարապետութիւնը, սա-
կայն, Մեծ-Պետին կաղճակերպչական հանճարը դինքը Հասցուց Համաշխար-
հային համբաւի :

Հայը անմասն չմնաց այս շարժումէն : Ազգային Պետ Գրիգոր Յակոբեան
եւ Եւաւարչ Քրիսեան, 1912ին, Պոլսոյ մէջ Հիմը դրին սկաուտական շարժու-
մին, իսկ համազգային Մեծ Աղէտէն վերջ, 1918ին՝ «Հայ Մարմնակիրք-ական
Ընդհանուր Միաբնեան» : Հազարաւոր պատանիներ եւ երիտասարդներ խա-
ցուցին անոր շարքերը, «Բարձրացի՛ր- Բարձրացո՛ւր» եւ «Մի՛շտ-Պատրաստ»
նշանաբաններով :

ԵԳԻՊՏՈՍԻ ՀԱՅ ԱՐԻՆԵՐԸ ՄԻԱՑԱՆ "Հ.Մ.Ը.Մ.-ԱՐԱՐԱՍ"ԻՆ

Նկատի ունենալով, որ Հ.Մ.Ը.Մ.-ի ծրագրին անբաժան եւ հական մէկ մասն է սկառուտական շարժումը, Հ.Մ.Ը.Մ. Արարատի եւ Հայ Արիմերու վարիչները գովելի դադափարը ունեցան միացնել այս երկու կազմակերպութիւնները եւ ճանչցուիլ մէկ ընդհանուր անուան տակ:

Հ.Մ.Ը.Մ. Արարատ Հայ Արիմերու Ընկերութիւն:

Վերջերս այս կազմակերպութեան ծարգադաշտին վրայ արիները տօնեցին ճակատուտի օրը, կարգ կանոնի եւ եղբայրական միջնորդութիւնը գեղեցիկ ցուցադրութիւն մը: Այս առիթը օգտագործելով՝ տեսակցութիւն մը ունեցանք միութեան աստեղապետ եղբայր Վարուժան Մինասեանի հետ, որուն կրնկերանաբ արիներու փոխ-ընթացային պետ եղբայր Հայկ Պէյլէրեան:

Հարց տալիք եղբայր աստեղապետին, թէ ինչո՞ւ անհրաժեշտ նկատեցին միացնել այս երկու կազմակերպութիւնները. մեզի պատասխանեց հետեւեալ կերպով.

«Մենք Հ.Մ.Ը.Մ տկան ենք, ինչպէս բոլոր շրջանը Հ.Մ.Ը.Մ. ականները սփռուքի զանազան հայաշատ գաղութներուն մէջ: Նկատի ունեցած ենք այս իրողութիւնը. Հոն՝ ուր Հ.Մ.Ը.Մ. կանոնաւոր եւ աշխուրջ հսկած է իր ըսկառուտական բաժնին վրայ. յարգած է աւելի լաւ, քան այն շրջաններուն, երբ սկառուտական բաժինը անտեսուած է:

«Այս եղած է մեր մեկնակէտը եւ ուզած ենք կիրարկել մեր կանոնագրի այն յօդուածը, ուր որոշ կերպով ըսուած է - 15 արեկանէ վար բոլոր պատանիները պէտք է կազմակերպութեան անդամ ըլլան՝ սկառուտական բաժնին մաս կազմելով:

«Մեր բանակցութիւնները Հայ Արիմերու Միութեան հետ՝ հիմնուած էին գիրեւ յիշուած կէտերուն վրայ»:

Եղբայր Հայկ Պէյլէրեանի ուղղեցինք նոյն հարցումը. պատասխանը եղաւ շատ յստակ.

«Նկատի աւելելով Հ.Մ.Ը.Մ. Արարատի վարիչներուն անկեղծութիւնը եւ այն իրողութիւնը, որ երկու երիտասարդական շարժումներ գիրար կը լըյաղան, որոշեցինք այս երկու միութիւնները միացնել եւ՝ հրապարակ գալ մէկ ընդհանուր կազմակերպութեան պիտուով:

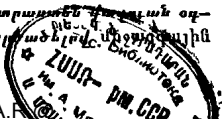
«Ինչպէս գիտէք, ըսաւ եղբայր Հայկ, սկառուտական շարժումը համաշխարհային է եւ անոր նպատակն ու ծրագրերնրը յայտնի են բոլորին:

«Ոչինչ փոխած ենք ընդհանուր նպատակէն, երդումէն ու դաւանանքէն: Աւելցուցած ենք մէկ բան միայն՝ հայկականութիւն: Կը պատրաստենք Եգիպտոսի համար կարգապահ քաղաքացիներ:

«Ուրախութեան ժպիտ մը կար եղբայր Վարուժան Մինասեանի դէմքին վրայ: Ան հետեւեալը ըսաւ մեզի:

«Մօտէն կը հետաքրքրուինք սկառուտական շարժումով, մեր ընթացային պետերը՝ եղբայր Անդրանիկ Արթիւնեան եւ եղբայր Հայկ Պէյլէրեան, ընթացաւորաբար՝ իրենց պատրաստած անձնուէր վարիչներով, վստահ ենք որ մեր սկառուտական գործը նախանձելի վիճակի մը պիտի հասցեն, քրակով եւ քանակով: Հայ ծնողներ աւանց վերապահութեան կրնան վստահիլ իրենց սակները մեզի:

«Մենք վստահ ենք, որ մեր վարիչները պիտի պատրաստեն մեր անհրաժեշտ օգտակար հայ երիտասարդութիւնը, իրրեւ միջոց գործառնելով:



սկաուտութեան վրայ հիմնուած Հ.Մ.Ը.Մ.ի հայկականացած սկաուտութիւնը:

Հ.Մ.Ը.Մ. Արարատի վարիչները եւ իրենց նմանները կը ծառայեն նոյն զեղեցիկ նպատակին, որ է՝

Պատրաստել վաղուան գիտակից ու կարգապահ հայ երիտասարդութիւնը:

Յաղողութիւն կը մագթենք Հ.Մ.Ը.Մ. Արարատի եւ Հայ Արիւնքու Բնակարկութեան վարիչներուն:

ԳՐ. ՆԻԶԻՊԼԵԱՆ

Ռ. ԶՄՇԿԵԱՆ ԱՇԽԱՐՀԻ ՆՈՐ ՄՐՅԱՆԻՇ ՀԱՍՏԱՏԵՑ

Աշխարհի արտոյեանական մրցումներէն անմիջապէս վերջ, Թեհրանի մէջ տեղի ունեցան ծանրարարձութեան անհատական մրցումները՝ դանապան ձեւերով: Փետուր դասի աշխարհի նախկին արտոյեան եւ Հելսինքի Ոլիմպիականին ոսկի մետալի արժանացող Հայ մեծ արտոյեան՝ Ռ. Զմշկեան, այս մրցումներուն, իր նախկին մրցանիւններուն վրայ, կէսական քիւրկրամ աւելցրնելով, հաստատեց երկու նոր մրցանիւններ: Ան պոկեց (սուալէ) 110 քկ. 500 կ. եւ հրեց (էփոյէ է ժըթէ) 143 քկ. 500 կ.: Հոս անգամ մը եւս յիշենք, որ Ռաֆայէլ Զմշկեան չմասնակցեցաւ աշխարհի արտոյեանական երեք փորձով մրցումներուն: Խորհրդային Միութենէն անոր, փոխարէն կը մասնակցէր աւելի երիտասարդ մարզիկ մը՝ Եւքենի Մինաւա, որ երեք փորձով 362 քկ. 500 կ. վերցուց եւ արտոյեան հանդիսացաւ: Զմշկեանի երեք փորձով աշխարհի նախկին մրցանիւնը 360 քկ. էր:

ՀԷՆՐԻԿ ԹԱՄՐԱԶԵԱՆ ԹԷԵԻ ԱԲԱԽՏ՝ ԲԱՅՑ ԱՍԻՈՅ ԱԽՈՅԵԱՆ

Թեհրանէն կը հաղորդեն, որ իրանահայ մեծ մարզիկ, Իրանի թեթեւ դասի արտոյեան՝ ծանրարարձ Հէնրիկ Թամրազեան, որ մասնակցեցաւ աշխարհի արտոյեանական մրցումներուն, կշտի ընարութեան մէջ տեղի ունեցած մէկ սխալի պատճառաւ, կորսնցուցած է աշխարհի երրորդութիւնը, եւ լեճ մարզիկէ մը վերջ՝ 360 քկ.ով, չարբորդ տեղը զբաւած է: Սակայն այս արդիւնքը Ասիոյ լաւագոյնն է: Յիշենք որ, թեթեւ դասի արտոյեանութիւնը շահեցաւ Պոլուեւ (Ս. Մ.)՝ 380 քկ., Բ. Հանդիսացաւ պուլկար մը՝ Ապաճիւե 372 քկ. 500 կ., Իսկ Գ. Յեփուլըովսքի (Լեհաստան) 365 քկ.:

* * *

Քիչ մը ուշը շատ ուշ է:

Փագաֆավարութիւնը ազնուականութեան կէսն է:

Օրէնքի հնազանդելով է որ մարդս ազատ կ'ըլլայ:

ԶԱՓԱԶԱՆՑՈՒԹԻՒՆ

Մեր աօրեայ կեանքը ցոյց կուտայ չափազանցութեանց վնասները: Հի-
ները կուզան մեզ յիշեցնելու այդ վնասներէն տմանք:



- Չափազանց հաճոյականտարութիւնը՝ ցածութիւն է:
- Չափազանց յանդգնութիւնը՝ անխոհեմութիւն է:
- Չափազանց հրամայականութիւնը՝ բռնակալութիւն է:
- Չափազանց հլու ըլլալը՝ ստրկութիւն է:
- Չափազանց կրկնութիւնը՝ միօրինակութիւն է:
- Չափազանց հաճոյքը՝ կ'արագացնէ կեանքի վախճանը:
- Չափազանց ճնշումը՝ ըմբոստութիւն կը ծնէ:
- Չափազանց մտերմութիւնը՝ յուսախաբութիւն յառաջ կը բերէ:

ՀԱՅՐ ԵՒ ՈՐԴԻ

Ի՞նչ կը մտածէ ընդհանրապէս որդին իր հօրը մասին, զանազան տարիքի.
Եօթը. տարեկանին՝ հայրս գիտուն մըն է. ամէն ինչ գիտէ:
Տասն եւ չորս տարեկանին՝ ինձ կը թուի թէ՛ հայրս իր ըտածներուն մէջ
կրթման կը սխալի:

Քսան տարեկանին՝ հայրս քիչ մը յետամնաց է իր տեսակէտներուն մէջ.
ժամանակակից մարդ չէ՛:

Քսան եւ Հինգ տարեկանին՝ մեր ծերուկը բան մըն ալ չգիտեր...: Քար-
ծեռ թէ՛ մանկութեան կը վերադառնայ:

Երեսուն տարեկանին՝ արդեօք երթամ խորհրդակցի՞մ այս խնդրոյ շուրջ՞
մեր Ծերուկին հետ. թերեւս խորհուրդ մը տայ:

Քառասուն եւ Հինգ տարեկանին՝ աստու որ արդէն մեռած է խեղճ հայ-
րըս: Պէտք է խոստովանիմ, որ շատ պայծառաստեալ էր:

Վաթսուն տարեկանին՝ խեղճ հայրիկս, ինչքան իմաստուն էր. ասի-
ոտ որ շատ տուչ դիմք հասկցայ:

ՕՍԿԱՐ ՌԱՅԻՏԻ ՍՐԱՄՏՈՒԹԻՒՆ

Եւ լուութիւն տիրեց Աստուծոյ Դատասարահին մէջ, եւ մեղաւորին
մերկ հողին յառաջադաւ գէպի Տէրքը:

— Անշուշտ դուն շատ կեղտոտ կեանք մը աւնեցած եմ, — կ'ըսէ Տէրը, եւ
մի աւ մի կը մասնանշէ անոր գործած մեղքերը: Աստի ստիպուած եմ քեզի
դժոխք դրկել:

— Ձեռ կրնար գլխ գժոխք դրկել:

— Ինչո՞ւ համար:

— Որովհետեւ հոն անցուցած եմ իմ բոլոր կեանքս:

Խոր լուութիւն տիրեց Աստուծոյ Դատասարահին մէջ:

— Լա՛ւ, քանի որ այդպէս է, կ'ըսէ Տէրը, ուստի որոշեցի քեզ դրախտ
դրկել:

— Ձեռ կրնար:

— Ինչո՞ւ համար:

— Որովհետեւ չեմ կրցած Ծոյնիմ կրեակալել անոր գաղութիւնը:

Նորէն երկու՞ր բաւութիւն տիրեց Աստուծոյ Դատասարահին մէջ...:

Հաւաքեց՛ Է. Ա.

Ս Կ Ա Ո Ւ Տ Ո Ւ Թ Ի Ի Ն Ը

Սկսուածը մինչ փոսին կէս ճամբուն հասաւ յանկարծ թշնամի սկսուածէ մը իր վրայ կրակ բացուեցաւ: Երբ իրաւաւարը հարցաբնեց կրակ ընող սկսուածը որ շահած էր կռիւը, թէ ինչպէն փոսը հասած էր նախ քան միւսը եւ առանց տեսնուելու, հակառակորդ ըսկաւորը պատմեց թէ տեսնելով որ անկարելի էր թշնամիին կողմը հետախուզել առանց նշմարելու, երկու հորթեր դառաւ պատահամար եւ անոնց մէջտեղը մտնելով պոչերնին բռնեց եւ զուգահեռաբար քշեց դէպի փոսը ուր հասնելէն հտքը ներս սահեցաւ ու թող տուաւ կենդանիները:

Գիշեր ժամանակ պէտք է աշխատիլ միշտ ցած գետնի կամ փոսիցու մէջ պահուելի, որով միւս կողմէն եկող թշնամի մը դուրսաւ կրնայ տեսնուել աստղերու լոյսովը, մինչդեռ փոսին մէջ պահուողը մութին մէջ աննշմար կը մնայ:

Հողամասի մը վրայէն անցնելու միջոցին մեծ կարեւորութիւն սալու է պահելու համազգեստի գոյնին նոյնութիւնը՝ պահուողած գետնին հետ: Մեծ անխոհեմութիւն է իսաքի համազգեստով երթալ եւ կանգնիլ ճերմակ կիրով պատի մը առջեւ կամ մութ գոյն մացառի մը առջեւ: Երկու պարագային ալ համազգեստին գոյնը բոլորովին ներհակ ըլլալուն շրջակային գոյնին հետ, անմիջապէս աչքի պիտի դարնէ եւ ուշադրութիւն հրաւիրէ: Մինչդեռ եթէ համազգեստին գոյնը յարմարի շրջակայ գետնին հետ, նամանաւանդ կոնակի կողմը գտնուող տեղի գոյնին հետ, այն ժամանակ սկսուած մը կարող է խիստ շատ մօտենալ հակառակորդին, առանց յայտնի ընելու իր ներկայութիւնը:

Վարժ սկսուած մը մեծ զգուշութեամբ կը քալէ, երբ կը մօտենայ թշնամիին գիշեր ատեն: Քայլերը ամուր ամուր գետնին չի կտիւր, այլ թեթեւ կերպով՝ մտանբու ծայրին վրայ: Ոտքի կրունկին ձայնը շատ հեռուէն կարելի է լսել գիշերը, այդ պատճառաւ պէտք չէ ամենափոքր կասկածն իսկ արթնցնել թշնամիին մէջ, առիթ տալով որ անիկա զգոյշ եւ աշաւուրջ գտնուի:

Դարանակալ ըլլալու գաղտնիքներէն մէկն ալ է զգոյշ ըլլալ որ հովը դէպի ձեզ փչէ: Վայրի կենդանիները եւ մարդիկ խիստ զօրաւոր հոտառութիւն ունին, այս պատճառաւ պէտք չէ թող տալ որ հովը ոտքերուն վրայէն դէպի մարմինը փչէ, այլ այնպիսի դիրք մը բռնել որ հովը անպայման ճիշտ դիմացի կողմէն դէպի ձեզ փչէ:

Երբ դժուարանցանելի կէտեր կ'անցնիք, օրինակ գետի մը ծանծաղուտէն, լիբան մը հեղեղատէն եւայլն. միշտ ետ դարձէք եւ ուշադիր նայեցէք շրջակաները գտնուող աչքասու. նշաններու, որոնք կրնան առաջնորդ ըլլալ ձեզ, եթէ ածապարտածք ետ նահանջելու հարկին տակ գտնուիք: Եթէ ժամանակ կայ լաւ է որ երկրորդ անցանելի կէտ մը գտնաք, որ մեծապէս պիտի դուրացնէ ձեր նահանջը: Բազմաթիւ սկսուածներ իրենց կեանքը կորուսած են պարագ պտեղը. եթէ կանխամտած ըլլային տարբեր անցք մը գտնելու, ա նոնք իրենց կեանքը պիտի կրնային փրկել:

Ամերիկեան հնդկիկները, երբ հետախուզութեան կ'ելլեն գիշերը, դէպի թշնամի բանակը, գայլի մորթ կը կապեն իրենց մարմնին վրայ եւ չորս ոտքով կը սկսին քալիլ, նոյն ատեն գայլի հաշուներ կեղծելով:

Նոյն սկսուածները երբ ժայռի մը վրայէ պիտի դիտեն, գայլի գլխու մորթ մը ականջներով միասին, կ'անցնեն իրենց գլխուն, այսպէսով կը շփոթեցնեն հակառակորդը, որը յաճախ ճշարմիտ գայլ կը կարծէ:

Նրա Ետք

ՄԿՐՏԻՑ ԵԱՆՉԳՅԱՆ

NAUASART

AÑO 5 - Nº 58

MARZO DE 1958

BUENOS AIRES

En el deporte, las fuerzas del espíritu son las verdaderas propulsoras del esfuerzo físico; tanto así, que vale mucho más la fortaleza espiritual que la material.

En el espíritu del deportista es donde las fuerzas de la voluntad encuentran el punto de apoyo para desarrollar una acción física que permita realizar el máximo esfuerzo con el mejor de los resultados.

No vale más en los hombres que las fuerzas con el mejor del espíritu. Ellas le nutren, le alientan, le llevan a realizar acciones inverosímiles, soportar enormes fatigas y realizar los mayores esfuerzos, teniendo siempre como palanca ejecutora el vigor de sus músculos.

De ahí que tan importante es para un atleta educar el físico como el alma.

De nada puede servir a un hombre de lucha poseer un cuerpo perfecto si éste no está dotado de las virtudes espirituales necesarias que le impulsan a realizar todo lo que es capaz de hacer y soportar.

Por ello estimamos que los formadores de atletas deben ir moderando y cultivando al hombre, tratando siempre de ir educándolo en su faz espiritual a la par que la física, buscando entre ambas la perfecta armonía.

Así como todos los días ejecutan ellos los ejercicios adecuados de entrenamiento físico buscando su perfeccionamiento, del mismo modo deben ir ejercitando la voluntad para ir formando el alma, tan necesaria para luchar. Un espíritu y un alma forjados en los mismos principios armoniosos del deporte, harán que la voluntad del hombre se encuentre siempre dispuesta a cumplir con los propósitos que se haya impuesto.

Sus resoluciones serán más firmes, más claras y más fácilmente ejecutables, puesto que encontrarán en la voluntad indispensable para el éxito.

Por eso, educar el alma de los hombres es dotarlos del bien supremo de la vida.

En la Unión General Armenia de Cultura Física, es propósito de la Comisión Directiva de trabajar día y noche para guiar el espíritu de los deportistas, para dar un alma a los asociados y poder realizar su suprema ambición, que es el bien de nuestra entidad.

En las fuerzas espirituales de los asociados están las reservas de la entidad, y en el vigor físico de su juventud, la acción realizadora de esta maravillosa obra que es la Unión General Armenia de Cultura Física.

EDITORIAL

Alma y Espíritu

El Tabaco y sus Peligros

Alejandro Dumas, hijo, dijo que el alcohol y el tabaco son los más terribles enemigos de la inteligencia.

Ya veremos en la rápida ojeada que vamos a realizar, cuánta razón tuvo el célebre dramaturgo expresarse en esos términos, a los que se puede agregar las funestas consecuencias que ambos tóxicos tienen sobre la salud del hombre, sobre su longevidad y en el vigor de las razas humanas.

El tabaco es una sustancia nociva, peligrosa, de la que voluntariamente se usa y abusa, por imitación, por distracción, por la moda de los adultos y por vanidad y ostentación de hombría en el niño.

El tabaco es de origen americano, los indios antes y después del descubrimiento del Nuevo Mundo, lo fumaban bajo diversas formas.

Un misionero del séquito de Cristóbal Colón, llamado Ramón Pamé, lo aprendió de ellos. En 1560, Juan Nicot, embajador de Francia en Lisboa, lo introdujo en el país. En la composición del tabaco entra una variedad considerable de productos cuya enumeración completa en este momento nos parece innecesaria; sólo diremos que contiene un alcaloide, la nicotina, de un enorme poder tóxico y que la combustión del tabaco produce óxido de carbono y alquitrán.

El tabaco tiene una acción nefasta sobre el organismo, tomado como unidad, pero que resulta cientos de millones si se tiene en cuenta la enorme cifra de seres humanos que viven sometidos a su deplorable influencia. No solamente los hombres, sino las mujeres y aun los niños, se encuentran encadenados a este engañoso y fatal agente de destrucción de nuestra salud y de nuestra felicidad. En el siglo XVI,

cuando fué introducido en Europa, los que fumaban se contaban por miles; en el siglo actual se ha extendido en una gran parte del mundo.

Diversas formas se utilizan para el consumo del tabaco: se fuma en cigarrillos, en cigarros, en pipa, se mastica y se aspira en forma de rapé.

Todas ellas implican graves peligros, aunque en graduaciones distintos, aunque en graduaciones distintas. Todas producen ese envenenamiento especial y característico que se llama tabaquismo, agudo y crónico.

El envenenamiento agudo era frecuente en los primeros tiempos en que se usaba el tabaco como remedio en forma de emplastos, de enterocolitis y en píldoras, para curar los parásitos de la cabeza y las lombrices en el tubo intestinal.

El tabaco se empleaba en época ya lejana para curar la tartamudez en los niños; el resultado, como es fácil de suponer, era negativo pero dejaba, en cambio, todas las lamentables consecuencias de un vicio difícil de curar.

El tabaquismo agudo se observa también en los fumadores que se inician en el uso del deplorable veneno.

Pero la forma más universal del envenenamiento tabáquico es la crónica, derivada de la acción permanente del tóxico.

La intoxicación es general: ningún órgano de nuestro cuerpo escapa a la acción destructiva de nuestra salud: el corazón, los pulmones, la mucosa bucal, los labios, el estómago y el sistema nervioso sufren las consecuencias de su acción morbígena.

Seguiremos en cada aparato y sis-

tema los perjuicios que causa el tabaco, así pondremos al alcance comprensivo de los lectores una síntesis de los males que produce en nuestro cuerpo el uso de una substancia que tan nociva es para nuestra salud, y de paso denaremos también, uno de los deberes más importantes que incumbe a la medicina social, cual es el de señalar a los hombres los peligros que amenazan su salud, con el uso innecesario de substancias que conspiran contra su salud.

Los trastornos del corazón son graves, originando vértigos, latidos, intermitencias, síncope y como la nicotina tiene una acción constrictiva sobre los capilares, esa propiedad hace que aumente la presión arterial.

En el aparato respiratorio es fácil encontrar laringitis, cambio de tono de la voz, bronquitis, dilaciones bronquiales, depósitos, en las vesículas pulmonares, de alquitrán de tabaco, sustancia eminentemente cancerígena, como lo han demostrado entre nosotros las notables experiencias del profesor Roffo, que fué director del Instituto de Medicina Experimental.

La acción del humo de tabaco sobre el aparato respiratorio es muy marcada en los predisuestos a la tuber-

culosis, y peor aún en los tuberculosos con proceso abierto.

En el aparato digestivo son de observación frecuente los fenómenos que preceden al cáncer: placas blancas en los labios, en la lengua, en la mucosa bucal o dureza constituyen asiento probable para el desarrollo de neoplasma. El estómago y el intestino son sitios frecuentes para el desarrollo del cáncer, pues el fumador traga la saliva impregnada con los productos de la combustión del tabaco, los que actúan, por consiguiente, durante muchos años.

El sistema nervioso es continuo y violentamente sacudido por la acción del tabaco.

En párrafos anteriores hemos dicho que en el niño se producen fenómenos de intoxicación tabáquica aguda, cuando se inicia en tan lamentable vicio. El niño siente un desfallecimiento general, vértigos, mareos, su piel palidece, se enfría; un sudor helado cubre su cuerpo; tiene náuseas, vómitos; su corazón late precipitadamente, el sueño o un síncope lo sumergen en una apariencia de muerte. ¿No se percibe fácilmente, en este cuadro sintomático, la dramaticidad del envenenamiento agudo por el tabaco

*Proximamente se festejará con gran
brillo el 30º Aniversario de la
Unión General Armenia de Cultura Física*

Comisión Organizadora

y su acción profundamente nociva sobre el cerebro?

Se había observado que las obreras que trabajaban en la manufactura de tabaco, veían su gravidez interrumpida y cuando ésta llegaba a su término sus hijos eran de menor peso y talla y su vitalidad deficiente. Pierracini ha constatado en Florencia estos mismos fenómenos en las manufacturas de tabaco. Drysdale comprobó la presencia de nicotina en la leche de madres obreras de fábricas tabacaleras y el doctor Jorge Pitot ha demostrado que la presencia de mujeres en grandes manufacturas de tabaco tiene una influencia nociva sobre el producto de la gestación y sobre la mortalidad durante los dos primeros años de vida.

Estos hechos perfectamente comprobados, ¿no nos colocan ante una evidencia clarísima de que el tabaco en el sexo femenino no sólo es un serio peligro para las madres, sino que plantea un grave problema de orden biológico, pues que amenaza la vitalidad de las generaciones del futuro? Este interrogante interesa al sexo femenino en general; felizmente, la ley 5.291, promulgada en 1906, prohíbe trabajar a las mujeres y a los niños menores de dieciséis años en las manufacturas de tabaco.

Dividiremos a los fumadores en dos clases: los que inhalan el humo y los que la expelen.

Previamente diremos que en el humo de tabaco hay una mezcla de ácido prúsico, de nicotina, de piridina, de óxido de carbono, alquitrán y otros productos.

Algunos de estos productos tienen un poder morbígeno notable, pues la piridina inyectada en animales en dosis débiles los ha hecho morir de congestión pulmonar y de parálisis respiratoria. El óxido de carbono se fija en los glóbulos rojos, inutilizándolos para las funciones fisiológicas de la

respiración, y en cuanto al alquitrán tabáquico, las pacientes y convincentes experiencias del profesor Roffo han demostrado su terrible poder cancerígeno.

El alquitrán penetra con el humo en toda la extensión del aparato respiratorio y en parte del aparato digestivo, boca y faringe.

Sabiendo que la combustión del tabaco produce esa mezcla de gases y de resinas altamente nocivas, es fácil llegar a la conclusión de que los ambientes cerrados, como las cervecerías, los cafés, los sitios donde hay aglomeración de fumadores, en habitaciones cerradas, constituyen un verdadero peligro, aun para los que no fuman, porque inhalan el humo peligroso. La mucosa del árbol respiratorio y las vesículas pulmonares se van cargando lentamente del mortífero alquitrán, constituyendo una seria amenaza para el fumador. Esto explica el creciente aumento del cáncer en los pulmones, que se comprueba en la época actual. Los incrédulos dicen: ¿Por qué, entonces todos los fumadores no mueren de cáncer? Porque para ello se ne-

Todos los del Sud
prefieren
prendas Sport

Sport

Avda. MOQUE DE OCA 965 T. E. 21-1173

cesita la predisposición; un estado de disposición del sujeto. ¿Se puede saber eso antes de tener el cáncer? No podemos saberlo por anticipado; por eso es tan peligroso fumar.

Hay estados llamados precancerosos: son placas blancas en los labios, en la lengua y en las mejillas, que son los órganos que están bajo nuestra observación directa.

Se ha dicho que el organismo se acostumbra al tabaco. Eso es falso; no hay fumador que no padezca del corazón, de los bronquios, del estómago, de cefalalgias y que pierda su memoria, su inteligencia y sus energías para el trabajo.

Investigaciones realizadas en los Estados Unidos han llegado a esta verdadera e inquietante conclusión: que los niños fumadores, por lo general eran retardados pedagógicos en la clase por su inteligencia perezosa y falta de voluntad para el estudio.

El tabaco debe prohibirse en absoluto a la mujer y al niño; en éste es mil veces peor, por ser un organismo que está en evolución y por que nece-

sita realizar la doble ley de su desarrollo orgánico y espiritual para que sea sano y fuerte de cuerpo y para que tenga la plena lucidez de su inteligencia para el estudio.

Vamos a poner fin a esta información, con una observación, que la juzgamos necesaria y formulando un voto que lo creemos indispensable a los fines de la enseñanza social.

La observación es que el placer de fumar se acompaña desgraciadamente de alcoholismo y como complemento, del cafeísmo, y para aminorar las cefaleas, las neuralgias y los trastornos que producen estas intoxicaciones, los fumadores completan sus males con el uso desmedido de analgésicos.

El voto es: de que se combata por medio de la escuela el uso innecesario y peligroso del tabaco. Es la escuela el sitio más adecuado para estas divulgaciones científicas; se graban en los niños las ideas y los sentimientos con la firmeza de una sugestión que sale de los labios de un profesor que no tiene más interés que un ideal científico puesto al servicio de la salud pública.

PIELES

MODELOS

FINAS

REFORMAS

PELETERIA "PAPAZIAN"



SUIPACHA 942

T. E. 32-0705

—:— BUENOS AIRES —:—

La Medicina Debe Regular el Deporte

PARIS (AFP). — Como un preludeo para el Congreso de la Internacional de Medicina del Deporte, que se reunirá en Moscú el 29 de mayo próximo, se han celebrado en Francia unas jornadas preparatorias en las que varios especialistas europeos eminentes han estudiado las influencias patológicas y fisiológicas del deporte en el atleta. El comportamiento del organismo, se han celebrado en Francia unas de descubrimientos y de adelantos para la medicina en general, y hasta, a veces, llegó a trastornar las nociones consagradas. Cada órgano del ser humano tiene una fisiología y una patología particulares. Y la actividad, la persistencia del esfuerzo físico, características de los deportistas, provocan en ellos reacciones cuyo estudio es siempre interesante. Por ejemplo, el examen del corazón de los atletas proporciona enseñanzas preciosas para la cardiología. Se ha considerado durante mucho tiempo como una cosa anormal la brusca elevación de la tensión arterial, sobre todo cuando la máxima llega, como sucedió algunas veces, a 30. También resultaba sorprendente el corazón que podía latir a cuarenta pulsaciones por minuto, cuando la cadencia normal es de 70 a 80. Tales son los casos de un Zatopek, de un Coppi y otros que, como ello, pueden permitirse un esfuerzo extremadamente violento y prolongado sin experimentar una sensación excesiva de ahogo. La medicina ya no juzga anormales esos fenómenos, o lo hace cada vez menos, y hasta llega a admitir que un corazón "grande" de latir muy lento, puede ser sencillamente el resultado de un entrenamiento continuado y bien dirigido.

Pasando a un caso totalmente opues-

to, el doctor Plas, de los Hospitales de París, ha precisado en las mencionadas Jornadas médicas que también los "cardíacos", es decir, aquellas personas que tienen de 90 a 140 pulsaciones por minuto, pueden llevar a cabo una actividad deportiva, a condición de que hagan ejercicios rigurosamente dirigidos. En los niños, por ejemplo, se puede bajar considerablemente el ritmo de las pulsaciones mediante una reeducación racional. Se habló mucho igualmente de los accidentes que se producen en el boxeo. Cuando se recibe un golpe violento en la cabeza, la masa encefálica se proyecta contra las paredes de la caja craneana y se produce un gran vacío. Este vacío produce lesiones microscópicas en las meninges, o sea en las membranas que envuelven el cerebro, lesiones que se cicatrizan sin que uno se dé cuenta, cuando no hay hemorragia. Estos accidentes, de indudable gravedad y muy frecuentes, pueden determinar la destrucción de numerosas células, y a la larga disminuyen progresivamente las facultades mentales del boxeador. Se puede evitar tal degradación antes de que sea demasiado tarde, y para ello no hay más que someter a los púgiles, tantas veces como se juzgue oportuno, al examen denominado electroencefalograma. Sólo con esta precaución se podría reducir considerablemente el número de boxeadores ciegos, semi-paralíticos o privados de las facultades mentales. En las citadas jornadas surgieron también diferentes problemas referentes a los deportes acuáticos. Se habló principalmente de esos deportistas que se creen en el agua como en su elemento y consideran que el hecho de nadar como un pez justifica todas las imprudencias.

A. DER GHEVONTIAN

Nació el 23 de febrero de 1887 en Tiflis. Su contacto con la música tiene lugar en la escuela secundaria. En 1907 se traslada a San Petersburgo y asiste a las clases de la Universidad y también estudia música con el profesor Gnessin, alumno y compañero de Rimsky-Korsakoff. Luego en 1909 ingresa al conservatorio local teniendo como profesor al famoso Glazunov.

En 1915 se recibe con dos títulos: abogado y músico. Dos años más tarde lo vemos de vuelta en Tiflis, donde es nombrado profesor del Conservatorio. Es uno de los mejores músicos de Armenia. Ha sido director de los Conservatorios de Ereván y de Bakú.

Sus obras son muy populares en Armenia y en el Cáucaso. En la actuali-

dad dicta curso de orquestación en el conservatorio de Ereván. Citemos algunas de sus obras: "Aghtamar" (Poema sinfónico), "Esquisses de Shirak", la ópera "Seta" sobre el conocido drama del escritor León Shant "Antiguos dioses", el ballet "Anahid", sobre la leyenda homónima del escritor Ghazarós Aghayán. También ha compuesto muchas canciones, entre las que se encuentran: "La Canción de la Rueda", "Entré al jardín", "Pasa nube negra", "Yo amo", "Canción de la Perdiz", etc. Y he aquí lo que dice él de su música: "Mi música se inspira en los cimientos de las canciones del pueblo armenio. Mi música es optimista, porque tengo fe y alegría en el porvenir más brillante del pueblo armenio".

Varoujan Kevorkian

Hoy día, la caba o la pesca submarina es una distracción deportiva muy de moda. Luego de lanzarse a la conquista del fondo del mar, al volver a la superficie causa extrañeza el sentirse medio sordo, porque se ignoraba que las diferencias de presión —un kilo cada diez metros— provocan una inflamación aguda de los oídos. Se agranda el tímpano y después se retrae, pero pocas veces vuelve a su forma inicial. Esto sucede en las personas que no están entrenadas para deportes de ese género y que tienen deli-

cados el sino, las fosas nasales o los oídos. Antes de lanzarse a la aventura, todos aquellos a quienes gusta zambullirse en el agua debieran someterse a un examen otorrinolaringológico serio. En resumidas cuentas, los eminentes médicos que han participado en las mencionadas Jornadas demuestran que el deporte, aun siendo beneficioso para el organismo humano, debe practicarse con cierta prudencia, y que antes de hacerlo intensivamente, los deportistas o aficionados deben ro- dearse de garantías.

TALLER ELECTROMECHANICO

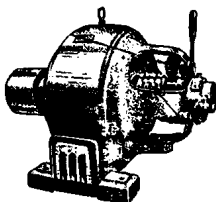
V. SARIAN

MOTORES ELECTRICOS
TRANSFORMADORES
BOBINAJES

MOTORIZACION DE MAQUINAS

JUFRE 165

BUENOS AIRES



MEDICINA DEL DEPORTE

Un Ejemplo Destacado de Organización Sanitaria Deportiva: Melbourne 1956

En las anteriores notas nos referimos al objeto de la medicina aplicada al deporte.

Las consideraciones hechas en esa oportunidad abarcaban el aspecto formativo substancial y orientador de la misión del médico en el deporte. La prevención y selección deportiva son aspectos de la medicina del deporte, que se podrían denominar demología deportiva en su más amplia acepción. En el aspecto asistencial es conveniente establecer dos circunstancias. La asistencia médica del deportista durante las distintas formas de su actividad y la asistencia de los deportistas durante las competiciones. A este último aspecto nos referiremos.

La existencia de un servicio médico asistencial en los clubs, federaciones o estadios, etc., forma parte de la labor asistencial que compete al estado y a las instituciones (ello precisamente, será el tema de nuestra próxima colaboración).

Hablaremos ahora de la prestación de asistencia médica a los competidores en las justas internacionales y tomaremos como ejemplo lo acontecido en Melbourne con motivo de la última Olimpiada. Estamos convencidos de que su divulgación significa un aporte al conocimiento de quienes deban en el futuro emprender y cargar con la responsabilidad de la asistencia de los equipos en competiciones internacionales en particular y como ejemplo de la organización médica para competencias internacionales, rindiendo de

paso un justiciero homenaje y reconocimiento a sus organizadores, por cuanto su acción se desarrolló sin fallas, permitiéndole alcanzar el más alto grado de eficiencia en todos los aspectos. Los problemas a resolverse en competencias internacionales son de tal magnitud que comprenden todo el campo de la medicina en sus aspectos preventivos y asistenciales. Los problemas de orden sanitario de urgencia, al servicio médico rutinario permanente y la prestación de los servicios auxiliares (farmacia, laboratorio, etc.).

Esto que de por sí constituye ya un gran problema se agudiza por la diversidad de razas, costumbres, usos y creencias de los integrantes de las numerosas delegaciones. A ese respecto Melbourne dió muestras de una eficacia y sentido común encomiables.

II ASPECTOS SANITARIOS

Los problemas sanitarios de medicina preventiva comprenden: 1º Lo relacionado con la salubridad de los elementos de la vivienda (la casa, habitación). 2º La alimentación. 3º Los servicios sanitarios y su conservación, y 4º La higiene y preservación de los alimentos.

Vivienda: La ciudad de Heidelberg sirvió de sede a la villa Olímpica construída en forma de casas y pabellones que fueron distribuidos entre las distintas delegaciones de acuerdo al número de sus integrantes.

En la misma villa, pero en forma

separada, se ubicaron las viviendas de las representantes femeninas. Los servicios de lavadero, prensa, correo, iglesia, etc.; fueron establecidos contemplando la ubicación que permitiera el cómodo acceso a los mismos desde distintos lugares. Las condiciones de salubridad de las viviendas se podía comparar con su confort. Buena ventilación, aguas corrientes, desagües y orientación adecuada de las habitaciones que además gozaban de una buena y eficaz iluminación.

El pueblo olímpico estaba destinado posteriormente a constituir una zona de residencia para los habitantes de ese suburbio.

Alimentación: El problema de la alimentación a los integrantes de las distintas delegaciones implicaba por la trascendencia del mismo una preocupación muy grande. Su solución fué perfecta. En primer lugar se contó con las condiciones naturales de la región. Australia es en el aspecto geográfico muy similar a nuestro país y dispone por lo tanto de una extraordinaria y variada producción agrícola ganadera, lo que permitió la provisión a las distintas delegaciones de los elementos habituales de su dieta en forma exhaustiva. No careciendo de los ingredientes naturales de la alimentación para confeccionar los menús de las diversas delegaciones de acuerdo a sus costumbres, la forma práctica de llevarlo a cabo es digna de destacarse. En grandes instalaciones de comedores se agruparon las distintas delegaciones. Muchos comedores eran ocupados por una sola delegación cuando ésta por su número así lo permitía. En otros se agrupaban varias dietas similares y en esos casos la elección fué acertadísima.

La delegación argentina ocupó la misma dependencia que la delegación italiana. Los demás representantes de Latinoamérica se agruparon en come-

dores que implicaba un conocimiento de la similitud de usos y dietas populares. Los menús no solamente eran variados sino completos y abundantes. El sistema de auto-servicio permitió a cada integrante de las delegaciones su propia regulación en las dietas. Por lo tanto fué muy simple a los médicos establecer los distintos regímenes a sus integrantes cuando esto fué necesario. La presencia de una báscula en los comedores de algunas delegaciones, la norteamericana por ejemplo, para efectuar el pesaje diario de los atletas que así lo requerían, constituía una prueba elocuente de la importancia y significación que el control del peso tiene en la actividad deportiva. La provisión de bebidas refrescantes y refrigerios entre las comidas se aseguró por medio de instalaciones en forma de quioscos distribuidos en el interior de la Villa Olímpica.

SERVICIOS ASISTENCIALES

La prestación de los servicios médicos a las delegaciones fué contemplada también en forma amplia y eficiente. Las sociedades médicas del estado de Victoria con sede en Melbourne movilizaron a todos sus integrantes en forma activa y eficiente. Se contemplaron todas las posibilidades y el mecanismo marchó con la regularidad de una perfecta sincronización. Los problemas del idioma fueron resueltos de dos maneras: Por la pluralidad de intérpretes a disposición y por la confección de un vademecum en forma de diccionario dividido en los distintos capítulos que se requieren para levantar una historia clínica, traducción a cuatro idiomas, permitiendo en esa forma aún sin conocer su idioma tomar en forma perfecta los antecedentes del enfermo guiándose por las preguntas ordenadamente establecidas y completas en su magnitud. En ese mismo manual se establecía las explica-

ciones para el paciente y el medio de formular la medicación y poder adquirir los medicamentos.

La organización de la asistencia médica de los juegos estuvo a cargo del Dr. H. G. Furnell, Chairman of Medical Committee VIth Olympiad. Es justicia rendir homenaje a su extraordinaria como imponderable y magnífica labor. No solo demostró un gran conocimiento del problema sanitario y asistencial sino que además reveló las condiciones de un perfecto hombre de mundo y un excelente anfitrión.

A cargo del hospital de la villa y con la responsabilidad de la atención de los atletas en el campo estuvo el Dr. R. Davis, médico de la Fuerza Aérea en cuyo escalafón ostenta el grado de Group Captain. Su simpatía y buena disposición no fué menor que la disciplina y eficiencia que logró en los servicios a su cargo.

Con la dirección de estos médicos eminentes la prestación de los servicios se efectuaba de acuerdo al siguiente esquema; la asistencia de las enfermedades o accidentes estaba asegurada en el hospital de la villa que contaba a tal efecto con los elementos de internación contando con un cuerpo de nurses y auxiliares en número suficiente y los servicios complementarios de rayos y laboratorios y fisioterapia se brindaban a toda hora. Los servicios de urgencia y las guardias en cada sección era cubierta durante las veinticuatro horas. Los casos que necesitaban, como lo hubo, la internación especializada, psiquiátrica por ejemplo o los pacientes cuyo aislamiento fuese necesario, así como los que requerían intervenciones quirúrgicas de mayor magnitud eran trasladados mediante ambulancias a los centros dependientes de la Universidad de Melbourne. La prestación de los servicios médicos era

efectuada por los médicos del hospital a los integrantes de las delegaciones que carecían de médicos, pero en las que contaban con su cuerpo médico de profesionales, éstos actuaban con toda comodidad y soltura teniendo a su disposición el personal auxiliar requerido, los elementos de laboratorio, rayos, fisioterapia, etc., cuya utilización era dispuesta en el acto y sin limitaciones con la simple indicación del médico tanto del hospital como de la delegación, quien previamente había sido reconocido y presentado a los colaboradores por el Captain Davis. Si se requería una consulta con un especialista, éste era traído en el acto. Los servicios de rayos y fisioterapia fueron posteriormente cobrados a las delegaciones de acuerdo al uso que de ellos se hizo.

El hospital contaba con una farmacia central que mediante la receta correspondiente facilitaba los medicamentos requeridos y el material sanitario cuya utilización se necesitaba: tela adhesiva, gasa, alcohol, etc., cuyo cobro se realizaba con posterioridad de los juegos; a las delegaciones que de ellos habían hecho uso.

La Asociación Médica del distrito de Victoria, rama de la Medical British



Association prestó la colaboración de sus integrantes en dos aspectos: la prestación de servicios médicos y la colaboración en el mantenimiento de las relaciones entre los distintos médicos de las delegaciones. La prestación de los servicios médicos no asistenciales comprendía la revisión previa de los atletas antes de las competencias. Antes del pesaje correspondiente en el caso de los boxeadores y luchadores o en el momento de ratificar la inscripción en los otros atletas.

Durante las competiciones existía un servicio de guardia permanente en el campo lo que permitía en casos de accidentes la inmediata atención a los accidentados. Estos puestos sanitarios eran atendidos por personal auxiliar de las fuerzas armadas, cabos, enfermeros, camilleros, etc., y un médico. El Dr. Furnell cuidó mucho de estrechar vínculos entre los distintos integrantes de las delegaciones entre sí y con los médicos de la ciudad de Melbourne. A tal fin se organizaron varias reuniones de carácter social y sobre todo paseos, de los cuales el más concurrido fué el organizado por la Asociación Médica deportiva del Estado de Victoria con su secretario, el doctor Norman Long como anfitrión.

ASPECTO CIENTIFICO

En el aspecto científico tres acontecimientos marcaron un rumbo. En primer lugar por su importancia y trascendencia, el Congreso Mundial de Educación Física realizado bajo la dirección del Departamento de Educación Física de la Universidad de Melbourne y a cuyas deliberaciones asistiera por la Argentina como delegado el miembro de la delegación argentina, mayor Leonhardt en su carácter de profesor de Educación Física, cu-

piéndole destacada y brillante actuación en la comisión que se le asignara y en la sesión plenaria sobre el tema "Educación Física y Edad". Este Congreso reunió representantes numerosos y calificados de todas partes del mundo y contó con el concurso y concurrencia de los médicos y profesores de educación física que acompañaban a las distintas delegaciones en su casi totalidad. Se enriqueció con la presencia de invitados especiales, los profesores Dr. Mario Ynutake de la Universidad de Tokio, el Dr. E. Jokl de la Universidad de Kentucky, EE UU. y el doctor F. Hepp de la Universidad de Budapest. La cantidad de sus delegados y la trascendencia de los temas tratados permitió a este Congreso alcanzar una jerarquía que difícilmente podrá ser superada. En segundo término, la reunión de la Asociación Médica de Victoria con los médicos de las delegaciones, en la que se trataron temas de cardiología aplicada al deporte y por última la organización de visitas a hospitales como el Royal Melbourne Hospital, visitas comentadas y sumamente instructivas. Posteriormente por medio de la Asociación Médica local se pudieron realizar paseos a los diversos centros médicos de particular interés para cada uno de los concurrentes.

Se podrá, a través de esta somera enunciación, interpretar de qué manera la organización sanitaria forma parte importante de la Organización de las competencias deportivas que alcanzan su máxima jerarquía en la Olimpiada y el valor y el significado que la medicina representa para la práctica del deporte.

Dr. Carlos A. de Filippi Novoa

MARATON

CONDICIONES ORGANICAS DEL ATLETA

Es la carrera más exigente y que mayor desgaste físico causa al atleta. Su nombre y su historia se origina en la hazaña de un mensajero que corrió desde Maraton hasta la ciudad de Atenas, para llevar la noticia de la victoria de los ejércitos griegos sobre los persas.

La distancia aproximada entre la partida y la llegada de esta carrera es de 42,195 kilómetros, en un todo semejante a la distancia recorrida por el mensajero clásico. Reclama del atleta una energía tan grande que nadie debe intentar la prueba sin un certificado médico que asegure, después de concienzudo examen, el estado general de su organismo y el funcionamiento normal de sus órganos vitales. Una vez establecido el buen estado de salud como medida previa, recién se procurará alcanzar las condiciones físicas que permitirán una preparación adecuada. El estómago y los intestinos deben funcionar perfectamente y han de mantenerse así durante todo el período de entrenamiento, que dura cuatro meses. Son cuatro meses de trabajos metódicos, que se irá intensificando gradualmente. Es interesante notar que el campeón olímpico de Los Angeles de esta prueba, Juan Carlos Zabala, no llegó a la plenitud de su estado físico sino después de cinco años de intensa dedicación. Claro está, empezó a correr a la edad de 14 años y todo el tiempo dedicado a su preparación atlética fué, en realidad un período de crecimiento, de formación de su cuerpo de hombre.

El trabajo regular tenderá a preparar todo el cuerpo, especialmente el tronco. En cuanto al trabajo formal,

especial para la prueba, conviene que se cumpla corriendo sólo tres veces por semana, limitando los demás días a caminar durante varias horas.

Durante el primer mes sólo debe correr de 1.500 a 5.000 metros, distancia esta última que recorrerá una o dos veces a lo sumo durante este primer período. El segundo mes podrá extenderse la distancia de 5.000 a 10.000 metros y sólo al final del tercer mes se podrá recorrer toda la distancia. El ejercicio del cuarto mes se reducirá a correr algunas carreras de 15.000 a 30.000 metros con intervalos de días a fin de gozar de algún descanso. Pero de todas maneras, al terminar este mes, el atleta debe estar en condiciones perfectas de recorrer toda la distancia. Dos o tres días antes de la prueba el ejercicio se reduce a rápidas caminatas.

Llegado el día de la prueba, la carrera ha de comenzarse a paso moderado, el cuerpo casi vertical, moviendo los brazos con naturalidad. Y al contrario de lo que se observa en otras carreras, la atención del hombre no ha de fijarse en la carrera misma sino más bien en el paisaje, en los accidentes del camino, a menos que la actuación de algún contrario le exija mayor esfuerzo. Todo lo que distraiga al corredor ayudará a alejar la fatiga que lo acecha y se apoderará de él.

ADIESTRAMIENTO

En el adiestramiento para esta carrera es muy importante mantener un horario fijo. El atleta debe ejercitarse en las horas del día en que se va a realizar la prueba en el torneo. Si esto es imposible debido a la profesión del atleta, es preferible que se "entrene" por la tarde más bien que

ORIENTACIONES A LOS PADRES

Educarlos, de Acuerdo, pero ¿Con que Criterio?

En nuestra época en que parece estar en crisis todos los valores y son objeto de revisión, no está de más que los educadores tomen posiciones respecto a lo que se proponen. Según nuestro criterio padres y maestros deben tratar de educar con miras a hacer de los niños de hoy, hombres útiles de mañana aptos para una vida social en que el espíritu constructivo y de colaboración sustituya al de destrucción y rivalidad. Creemos que un educador ha de mostrar el mayor respeto por las características del niño para que surjan personalidades robustas. Propugnamos por una educación que por una parte afirma la personalidad del ser humano con sus matices propios, y por otra parte la dote de ideales que estén por encima de los intereses primarios y mezquinos

del individuo. Llevar a la práctica este tipo de educación no es cosa fácil, debido a la misma naturaleza humana. Hay en el niño un predominio de las tendencias anárquicas y destructivas que si no se derivan y canalizan, pronto arraigan y crecen con más bríos que las del tipo constructivo y social. A nuestro entender ocurre todo lo contrario de lo que pensaba Rousseau cuando venía a decir que el hombre es naturalmente bueno y la sociedad lo pervierte. Todos los que sin "parti pris" quieren observar la conducta de los niños de pocos años pueden notar en ellos tendencias de toda clase como en los adultos, puestas por cierto bien al descubierto. Y justo es reconocer, en honor a la verdad, que las antisociales predominan.

en la mañana. También debe acostumbrarse el atleta, durante el período de adiestramiento, a almorzar de 2 horas a 2 horas y media antes de la hora de la ejercitación.

Es muy importante que el adiestrador lleve notas del tiempo, que el atleta tarda en recorrer cada kilómetro sin fatigarse.

El adiestrador no debe permitir la participación deportiva en esta prueba de un atleta que no se haya ejercitado por cuatro meses por lo menos. Aunque parezca hallarse en condiciones de seguir corriendo después de recorrer 16 kilómetros no es seguro que podrá soportar la fatiga de los 42 kilómetros.

Además de la larga y concienzuda

preparación para la maratón misma, es muy importante que después de cumplida la prueba, siga el atleta su adiestramiento regular en forma suave. La cesación brusca del ejército intenso después de un torneo, tiene consecuencias perjudiciales para la salud.

DEFECTOS COMUNES EN LAS CARRERAS DE FONDO

- 1) Correr sin elasticidad.
- 2) Dejar de correr con pasos acompañados (sin ritmo).
- 3) Correr la primera parte de la distancia demasiado ligero.
- 4) Precipitar, antes de tiempo, la arremetida final.

Por ejemplo es frecuente ver gozar a un niño del sufrimiento de otro. Delatar a un compañero para que sea reprimido o castigado es cosa corriente. Quitar al amiguito un juguete y retenerlo mientras el otro quiere recuperarlo, ocurre entre niños cada día. Este mismo juguete queda abandonado pocos instantes después y ya no interesa en sí.

Si consideramos malas las tendencias que se oponen al bienestar común, a la honradez, a la verdad, a la salud, a la belleza hemos de reconocer que el niño está mejor provisto de ellas que el adulto. En éste por lo común las tendencias sociales han adquirido suficiente desarrollo para servir de freno a las irreflexivas y brutales. Intereses de orden ético, intelectual y estético, han venido a aportar nuevas posibilidades de satisfacción haciéndole menos esclavo de los placeres de orden físico o rudimentario. Creemos peligroso quedarse con el concepto de la bondad nata en el niño porque nos deja demasiado confiados. Si damos por supuesto que es bueno, inocente y sin ninguna más intención no le ayudaremos suficientemente en la lucha que ha de conte-

ner contra sus propios enemigos, las tendencias egocéntricas, y el afán de placeres inmediatos. Justamente para ayudar a la formación de personalidades robustas hay que empezar creando pronto en los niños sólidos hábitos de higiene física y mental aun a costa de contrariarlos y aun violentarlos en sus deseos anárquicos. Tan pronto puedan comprender los razonamientos y sean capaces de gozar del bienestar de los demás y ocuparse en pequeños trabajos dispondremos de valiosísimos aliados. Resumiendo, educar consistirá en apoyar las fuerzas nacientes en el niño para el bien, estimular y alimentar sus intereses de orden superior para que el mismo aprenda a controlar sus tendencias bajas y por sí mismo y a conciencia dirija su vida de acuerdo con sus peculiares aptitudes y manera de ser. Pero al mismo tiempo y en tanto sea necesario, será fácil también educar, hacer que sienta con rigor las consecuencias de sus aptitudes inmorales. El amor y el dolor son los dos grandes maestros del hombre y también del niño.

RAFFI MIRAKIAN

**UNICAMENTE CON UN PIANO BIEN AJUSTADO SE PUEDE
PROGRESAR TECNICAMENTE**

Por cualquier falla de su piano diríjase a:

H A I G S T E P A N I A N

Florida 165, Galería Gral. Güemes

T. E. 30 - 7194

COMPRA Y VENTA DE PIANOS

TRIUNFOS DE LA VIRTUD

EL TRABAJO

Vida es movimiento, y movimiento es trabajo. El hombre no puede escapar a este principio que procede de la naturaleza misma, y es por eso que todo aquel que cae en la ociosidad y en la inercia camina en línea recta hacia su propia desdicha, hacia su pronta destrucción.

Casi todos los inventos que dieron impulso a la civilización fueron el fruto de una intensa labor. Edison reconoció que todas sus creaciones, con excepción del fonógrafo, tuvieron por base el trabajo y no la casualidad; y el fonógrafo mismo, para lograr pureza de tono, demandó a él y a sus ayudantes meses enteros de esforzada labor.

Dijo una escritora a Worsworth que había hecho una poesía en seis horas, y el poeta le contestó que él hubiera necesitado seis semanas. Carlyle no titulizaba jamás una página sin haber consultado a todas las autoridades en la materia, de modo que cada una de sus frases constituía la quintaescencia de numerosos libros.

Leonardo Da Vinci se ocupó en un lapso de diez años en el modelado de una estatua ecuestre, hasta llegar a dominar la anatomía del caballo. Demóstenes, el más ilustre de los oradores atenienses, nunca aceptó hablar sobre un tema sin haberlo estudiado antes a fondo. Hamilton, por su parte, dijo una vez: "La gente cree que soy un genio, pero la verdad es que estudió profundamente los asuntos que llegan a mis manos. Día y noche los tengo ante mí. Bajo todos sus aspectos los examino, y empapo mi cerebro en ellos. Luego la gente considera que este esfuerzo es fruto del genio, cuando en realidad lo es del trabajo y del pensamiento".

Edmond Kean, el gran actor, antes

de estrenar el papel protagónico de "El caballero felón", que desempeñaba con arte supremo, durante un año y medio ensayó ante el espejo todos los gestos, ademanes y actitudes del personaje que se disponía a encarnar. La noche del estreno, lord Byron, que se encontraba entre los espectadores, al ver el aspecto tan malvado y villano de Edmond Kean y oírle narrar las consecuencias espantosas de su homicidio, se desvaneció. ¡Tal era el realismo que aquel actor imprimió a su papel!

Hasta la misma rapidez y facilidad con que se hacen muchas cosas no son más que la consecuencia de muchos años de labor. Un hombre muy rico pidió a Howard Burnett que le escribiese algo en su álbum personal, y que le cobrase por ello. Satisfecho el pedido, Burnett le presentó una factura de mil francos, ante lo cual le dijo el otro:

—¡Pero si ha hecho usted esto en menos de cinco minutos!

—Cierto es, caballero; pero me costó treinta años aprender cómo hacerlo en menos de esos cinco minutos que usted ha calculado tan bien.

EL IGNORANTE

Si el médico visita a un enfermo y le dice: "Tienes fiebre, debes guardar cama, una dieta absoluta y beber sólo agua", el paciente le cree, le obedece, y hasta le paga por ello. Pero si un filósofo advierte a un ignorante: "Tus deseos son desenfrenados y tus temores bajos y serviles", el necio se encoleriza, herido en su amor propio, y nada hace por enmendarse. ¿De dónde proviene la diferencia? De que el enfermo reconoce su mal, pero el ignorante no. —

(Epicuro). A.M.A.R. @

LA DANZA ARMENIA

El pueblo armenio, poseedor de una de las más vastas culturas de Oriente, ha dado en el pasado y en el presente verdaderos titanes del arte, quienes han brillado con su talento en el campo universal. Señalaremos entre ellos algunos de los que se han destacado en los siglos XIX y XX: Egmalián, Spendirián, Gomidás, Jachadurián, Mamoulián, Stepanián, Saryán, etc.

En estas líneas, queremos tratar solamente un aspecto del arte armenio, la danza, que es el más desconocido tanto para las naciones europeas como para las americanas.

Todas las danzas armenias están inspiradas en la vida diaria y por eso tienen un significado singular. No es posible encontrar una danza que no tenga un sentido especial. Todas están inspiradas en una historia heroica y, por esa característica, las podemos clasificar como pura y exclusivamente armenias.

Las normas siguientes definen las danzas armenias. 1) Son en general mixtas y pluripersonales. 2) Son simples. Los bailarines forman un círculo, extienden sus brazos sobre los de sus compañeros y los dedos meñiques se unen formando una cadena en el centro de este círculo se coloca la orquesta, representada exclusivamente por un clarín y un tambor. 3) Las danzas folklóricas armenias se acompañan siempre de música y canto, en tal forma que comprenden al mismo tiempo canto, baile y música. Armenia es un país enclavado entre montañas y rodeado de pueblos que han sido siempre acérrimos enemigos. Por eso la

mayoría de las danzas masculinas son guerreras. Estas son muy ágiles, con saltos ornamentales y con muchos movimientos. 4) Las danzas femeninas son diametralmente opuestas a las masculinas. Las bailarinas no saltan ni realizan movimientos bruscos. Los medios de expresión son movimientos suaves del tronco y mímicas que acompañan a las danzas. Se destacan especialmente los movimientos de los brazos.

Además de las danzas pluripersonales, se danza también en solos o dúos. Estas tienen generalmente un valor lírico.

En cuanto a las vestimentas, podemos decir que son multiformes y que tienen una tradición histórica de más de tres mil años. Las que hoy están en uso corresponden a los estilos de Armenia oriental. Son famosas las vestimentas masculinas llamadas de "tchujla", usadas en las regiones de Lori, Gumri y Bayazid. En cuanto a las vestimentas femeninas, blancas y rosadas, son extraídas generalmente de un modelo presentado en un cuadro del célebre pintor Panés Terlemezián, el cual representa el noviazgo de la hija de Vahrán Bahlavuni, que fue el último rey de Aní, en 1072. Otro tipo lo constituyen vestidos de colores azul y rojo, con delantal, que son típicos de las regiones de Gharapagh y son usados hasta hoy.

Por último digamos que el uso tradicional de los cabellos largos es mantenido hasta hoy en Armenia.

La Literatura Armenia en los Siglos XIII Y XVI

Es este uno de los periodos mas importantes de la literatura armenia en cuanto a su evolución, porque en él aparece el empleo del armenio medio en la literatura laica.

En la primera mitad del siglo XIII se produce la invasión de los mongoles, cuya crueldad y saqueo sistemático del país y sus habitantes insurrecciona a Armenia en la mayor desolación. Esta situación es descrita con todo detalle por el historiador Gauragon de Gandzak, amen de otros. Con todo, el reino armenio de Cilicia, por la alianza de Hetum I con los mongoles, y algunas ciudades con Ierzinka, Sepastia y Tmid, situadas en la gran ruta comercial de Persia y la India, consiguen substraerse a la dominación tártara.

Durante los siglos XIII y XIV Cilicia es el centro de la cultura armenia, pero a fines del siglo XIV se produce el ataque de los mamelucos de Egipto, y el reino de Cilicia desaparece. A partir de ese momento, Armenia es dominada por los turcomenos, y en el siglo XVI es repartida entre Persia y el naciente imperio otomano. Sin embargo, durante toda la Edad Media, Armenia debe padecer las luchas que se libran en su territorio, originadas en la rivalidad de estos dos imperios.

A pesar de su sojuzgamiento, el pueblo armenio continúa batallando contra el opresor. Pero su vitalidad no se manifiesta sólo en esa lucha ancestral, pues la actividad cultural no se interrumpe y continúa su evolución. Esto lo demuestran, según lo señala el profesor Marr, más de 20.000 manuscritos armenios de la época, los que representan un incalculable tesoro para la cultura universal.

En este periodo se hace mas intenso la lucha del pueblo contra el feudalismo y el clero, llevando su influencia a la literatura, que se populariza demostrándose con la introducción de la nueva lengua.

Por supuesto que la literatura eclesiástica-religiosa, ya bastante debilitada, no interrumpe su curso, pero no alcanza a producir ninguna figura de relieve.

Ya desde antiguo se habían introducido en el armenio clásico (trapar) algunos elementos dialectales, como puede notarse en Gregorio de Narek y Nerzes Shoushab. En el siglo XIII la literatura laica abandona por completo la lengua clásica, cuyo empleo se limita al ambito eclesiástico, y comienza a expresarse en un idioma mas accesible al pueblo. El nuevo idioma, que marca la transición del armenio clásico al moderno (ashjarapar), participa de elementos y formas dialectales y cultas. Además, con la inclusión de temas laicos, la literatura llegó definitivamente a las masas.

La creativa popular sigue su curso. Es necesario señalar la lirica y los aforismos, que a menudo encierran críticas al feudalismo, al clero, a la ignorancia, etc.

En otros órdenes de la cultura, alcanzan a una gran perfección las miniaturas de Cilicia, que influyen también a la literatura eclesiástica en las ornamentaciones de los textos, en los cuales aparecen escenas tomadas de la vida real. Los mejores miniaturistas de la época fueron Thorós Roslin y Sarkis Pitzak.

En cuanto a la arquitectura, son notables los monumentos de Airivank y Gueghard. La imprenta comenzó a

funcionar en Armenia a partir de 1512.

A este período pertenecen algunos de nuestros más grandes historiadores, como Vartán, Guiragós de Gandzak, Esteban Orbelián, Simbaud Guindistabl, Hetum y Tomás de Metzoph. A diferencia de los que cultivaban empleando el armenio clásico.

Los poetas laicos de los siglos XIII-XVI son numerosos, pero a medida que se van estudiando los manuscritos aparecen nuevas figuras. Los poetas más conocidos son Frik, Constantino de Ierzingá, Juan de Thelkurán, Bautista Nagash, Gregorio de Ajtamar, Nahabed Khuchag, Hovasan de Sepastí, Nersés de Mok, David de Saladzor, Minás de Thojath. Los aforismos más famosos son de Vartán de Aiguek. La poesía religiosa es expresada por Jachadur de Kecharr, Arakel de Siuní Arakel de Bashishé.

Es interesante observar la acentuación y afirmación de la literatura popular en las obras de la época, al enunciarse ideas humanísticas con respecto a la lucha contra el feudalismo (Frik, Nahabed Kuchag). Otros escritores, como Juan de Ierzingá, Jachadur de Kecharr, Arakel de Bashishé y Arakel de Siuní, permanecen fieles a los clásicos y tratan de insuflar nuevos bríos a la literatura religiosa, en plena decadencia.

Refiriéndose a la poesía medieval armenia, el poeta ruso Valeri Briusov (1873-1924), que tradujo a su idioma varios poemas armenios, afirma: "La lírica medieval armenia no tiene casi ninguna dependencia de la poesía europea. Por otra parte, ¿qué creación lírica podía darle la poesía de la Europa occidental de los siglos XII-XIV, aun en trance de formación?". Asimismo, Briusov señala que es un error creer que las poesías persa y árabe han influido en la poesía medieval armenia, pues dentro de la literatura orien-

tal de la época, las poesías armenia, persa y árabe se encuentran en el mismo rango.

RUBEN ARTZRUNI

Prometete a ti mismo

1. Ser tan fuerte que nada pueda turbar la paz de tu mente.
2. Hablar a todos de felicidad, salud y prosperidad.
3. Dar la sensación a todos los amigos de que valen algo.
4. Mirar todas las cosas por su lado luminoso y actualizar tu optimismo en realidad.
5. Pensar sólo en lo mejor, trabajar únicamente por lo mejor y esperar únicamente lo mejor.
6. Ser tan justo y tan entusiasta con respecto al éxito de los demás, como lo eres con respecto al tuyo.
7. Olvidar los errores del pasado y concentrar tus energías en las conquistas del futuro.
8. Mantener siempre tu semblante alegre y tener una sonrisa para todo ser que a tí se dirija.
9. Emplear el mayor tiempo en la perfección de ti mismo y ninguno en criticar a los demás.
10. Ser demasiado grande para sentir desasosiego; demasiado noble para sentir cólera; demasiado fuerte para sentir temor, y demasiado feliz para sentir cotrariedad.
11. Tener una buena opinión de ti mismo y proclamarlo así ante el mundo, no con palabras altisonantes, sino con obras.
12. Tener el firme convencimiento de que el mundo está a tu lado mientras te mantegas fiel a lo mejor que hay en ti.

TEX-TRICO

Soc. Resp. Ltda. - Capital \$ 800.000

FABRICANTES DE TEJIDOS

ENGOMADORA DE HILADO

Adminis. y Ventas
LARREA 557

T. E. 48 Pasco 8743
Buenos Aires

"ANTEX ARGENTINA"

EDUARDO ATAMIAN

POPLINES

Larrea 667 — T. E. 48-5639

Doctor
ANTRANIK EURNEKIAN
Cirujano

Especialista en Neurocirugía

Actualmente en los EE. UU.

Cnel. N. Vega 5531 — 54-0765

**FABRICA DE TEJIDOS
DE ALGODON**

TEXTIL

MURAD

de Miron Leonian

VICTORIA 701
Hurlingham **F.C.N.G.S.M.**

FOTO

A P O L O

ESTUDIO

CORDOBA 4671 T. E. 54-8147

ESTUDIO NERSESSIAN

**ECONOMICO . CONTABLE . IMPOSITIVO
ASUNTOS JURIDICOS**

Florida 165
Gal. Gal. Güemes P. 3, of. 343-4

Tel. 30-6377

ADHESION

DANUBIO S. A.

EL CISNE

Soc. Resp. Ltda.

BUENOS AIRES

CORDOBA

MERCERIA-NOVEDADES

"EL PORVENIR"

El Hogar de los Hilos y Botones

M. CHEBEKDJIAN E HIJOS

Azuénaga 417

T. E. 48-3654

T E R R A

- de -

GREGORIO TERTZAKIAN

TINTORERIA Y ESTAMPERIA DE SEDA,
RAYON Y ALGODON

LAPRIDA 1458

T. E. 791-8429 y 795 0044

Vicente López, F.C.N.G.B.M.

« NAVASART »

REVISTA MENSUAL

ORGANO DE LA
U. G. ARMENIA DE C. FISICA

GALERIA GRAL. GOEMES
FLORIDA 165 Piso 6º

SUSCRIPCION

Ejemplar suelto 5.- Pesos

Anual 50.- Pesos

Exterior 4.- Dolares

AÑO 5 . Nº 58

MARZO DE 1958

BUENOS AIRES

ALFOMBRAS

SPARTA ATLANTIDA S. A.

INDUSTRIAL Y COMERCIAL

| | |
|--------------------------------------|---|
| GOBIERNO ARGENTINO CENTRAL (P) | FRANQUEO PAGADO Concesión Nº 5952 |
| | TARIFA REDUCIDA Concesión Nº 5431 |