



## Հայկական գիտահետազոտական հանգույց Armenian Research & Academic Repository



Սույն աշխատանքն արտոնագրված է «Ստեղծագործական համայնքներ  
ոչ առևտրային իրավասություն 3.0» արտոնագրով

**This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial  
3.0 Unported (CC BY-NC 3.0) license.**

Դու կարող ես.

պատճենել և տարածել նյութը ցանկացած ձևաչափով կամ կրիչով  
ձևափոխել կամ օգտագործել առկա նյութը ստեղծելու համար նորը

You are free to:

**Share** — copy and redistribute the material in any medium or format

**Adapt** — remix, transform, and build upon the material

82-4

638



~~28~~ ~~28~~

14

28

Հանր. Ե. 2447 1876

613.6  
X-82

10A  
24457

# ԲՓԻՂԿ ԲՕԿ

ԳՈՐԾՆԱԿԱՆ ԽՐԱՏՆԵՐ ԵՐԵԹԱՆՆԵՐԻ ՄՏԱԻՈՐԱԿԱՆ ԵՒ ՖԻԶԻ-  
ԲԱԿԱՆ ԿՐԹՈՒԹԵԱՆ ՀՈՄԵՐ

ՏԵՆԸ ԵՒ ՈՒՍՈՒՄՆԵՐԵՆՈՒՄԸ:

Թարգմանու թիւն

ԱԻԵՏԻՔԻ Մ. 1. ՍՐԿԱՍԻՆԵԱՆՑ



ԹԻՖԼԻՑ

Ի ՏՊԱՐԱՆԻ ՅՈՂՀԱՆՆԻՄԻ ՄԱՐՏԻՐՈՍԵԱՆՑ

1876.



638. 62

Дозволено цензурою. Тифлисъ. 29 Февраля 1876 г.

Типография Мартиросянца на Михайла мосту



477-2013

### ՅԱՌԱՅԱՐԵՆ

Մեր գրականութիւնը առհասարակ աղքատ է գիտութեան ամենայն ճիւղի վերաբերեալ զբերով: Չունենք ոչ մի դիտնական, մանկավարժական, ընդհանուր կրթութեան և լուսաւորութեան վերաբերեալ այնպիսի շարադրութիւններ և կամ գոնէ թարգմանութիւններ, որոնք, կարճ ի կարճ այստեղ կարողանային ցոյց տալ մեզ, թէ ինչ միջոցներով պէտք է յառաջանանք, այս խօսքի ընդարձակ նշանակութեամբ, ինչ ուղի պիտի ընտրենք մեզ համար, որպէս զի ժամանակի համեմատ մենք ևս առաջ ընթանանք: Բայց այդ բոլորը միայն ժամանակի բերմունքն է, ժամանակն ինքն իրեն կ'ստիպէ մեզ այդ բոլորը ունենալ: Պահանջել որ մենք, հայերս, զարգացման դեռ ստոր աստիճանի վրայ կանգնած լինելով, ունենայինք այն, ինչ որ բարեկրթեալ երկիրներում ձեռք է բերուած դարերով և այն յայտնի հանդամանքներով, զա կը նշանակէր բնութեան հակառակ վարուել, զա կը նշանակէր պահանջել դեռ մատաղ տունկից արգէն հասած պտուղներ:

Բայց մենք ունենք մի այլ տեսակ զբերի պակասութիւն, որոնք ամեն ազգի առաջի պահանջը պիտի կազմեն. զբերի, որոնք նախ և առաջ ծանօթացնում են ամեն մարդու իւր սեպհական մարմնի և նորա պահպանելու հետ: Այդպիսի նպատակ ունեցող գիտութիւնը հիգիենա (hygiène, гигиена, առողջութիւն պահպանելու գիտութիւն) է կոչվում: Այժմ,



մենք, որպէս և ամենայն ազգ, մեծ և շատ մեծ կարօտութիւն ունենք այդ զիտութեան մէջ: Թող ընթերցողը չմոռանայ, որ՝ առողջ դատողութիւնը առողջ մարդու մօտ է: Բայց հիգիէնան չէ մնում միայն այդ նեղ շրջանակի մէջ. նա յառաջ է գնում: Բոլորովին այնպէս, ինչպէս իրենք կատարում է ընդհանուր զարգացման գործի մէջ մեծ դերեր խաղացող երկու իրեր՝ գոհար և ուսումնարանը, նոյնը կատարում է և հիգիէնան: Թէ հիգիէնական կողմից ինչ կատարեն ունեն այս երկու գորեղ տարրերը (տունը և ուսումնարանը) իրար հետ, այդ ընթերցողը կ'իմանայ այս գրքի բովանդակութիւնից:

Բժիշկ Բօկի այս շարադրութիւնը, որ մենք թարգմանեցինք, ինքն ըստ ինքեան չէ պարունակում իւր մէջ բոլոր հիգիէնական կանոնները, որոնց հետեւելով մարդ լինում է առողջ. այլ նա, ինչպէս որ այս գրքի վերնագրից կարող է ընթերցողը եզրակացնել, ցոյց է տալիս, թէ ինչ կապ ունէ տունը ուսումնարանի հետ, ծնողները ուսուցիչների և դաստիարակների հետ. ինչ է ուսուցիչների և ծնողների պաշտօնը նայեա՞ծ հիգիէնական կէտից: Նա ցոյց է տալիս հիգիէնայի կարևորութիւնը ամեն ազգի համար, եթէ մարդ ցանկանում է, որ ամեն նոր սերունդ լաւանալու, յառաջ գնալու տեղ, չլատանայ, յետ չմնայ:

Թարգմանութիւնս բառ առ բառ չէ. մի քանի տեղ մինչև անդամ ստորոջ տողեր են դուրս ձգուած ընթերցողներին չզփոթացնելու համար:

Ի վերջոյ կը խնդրենք մեր երիտասարդներին, մեր սեպհականը չունենալու պատճառաւ, թարգմանել եւրո-

պական հիգիէնականների այդ զիտութեան վերաբերեալ պարզ ու հասկանալի շարադրութիւնները: Մենք մեր կողմից ընդունում ենք ամենապատուական և հասկանալի շարադրութիւններից մէկը՝ Գերմանացի Կարլ Բեկլամի շարադրութիւնը, որոյ թարգմանութիւնը առ ի սրտէ կը ցանկայինք մեզ, հայերիս մօտ տեսնել: Այս գիրքը թարգմանած է ուսու լեզուով այս վերնագրով. Популярная гигиена. „Настольная книга для сохранения здоровья и рабочей силы въ средѣ народа“ մի քանի յաւելումներով: Ամբողջ գիրքը բաղկացած է 459 երեսից: Ի հարկէ այդ գրքի թարգմանութիւնը մեծ աշխատութիւն կ'ուզէ, բայց թարգմանիչը թող մտիթարուի գէթ նորանով. որ արդարև մեծ ծառայութիւն արած կը լինի իւր ազգին:

Աւետիք Արասխանեանց:





ՌԻՍՈՒՄՆԱՐԱՆԸ ԵՒ ՏՈՒՆԸ: ՌԻՍՈՒՑԻՉՆԵՐԸ ԵՒ ԱՇԱԿԵՐՏ-  
ՆԵՐԸ:

Իւրաքանչիւր աշգի ապագան խառնած է ուսումնարանից, որով-  
հետե իսկական անկախութիւնը, վերին մարդասիրու-  
թիւնը, բանականութիւնը և մաքուր բարոյականութեան  
ճանապարհը ուսումնարանով պիտի անցնի:

Ղշմարիտ է, որ եթէ ուսումնարանը պիտի հասնի  
այդ նպատակին, նա պէտք է բաւականացնէ աւելի և  
բաւականի բարձր պահանջմունքներին, քանթէ այդ մինչև  
այժմ ընում է: Ուսումնարանի, աթոռների, հանգստու-  
թեան մանկավարժական դասընթացների և այլ շինութեան  
և կարգաւորութեան ժամանակ, հասարակութիւնը և ու-  
սումնարանի կառավարութիւնը ըստ մեծի մասին պար-  
տաւոր են ի նկատի ունենալ երեխաների առողջութիւնը,  
նկատողական դասատուութեան համար պէտք է ունենալ  
բաւականի զրքեր. առարկաների և ժամերի ցուցակը



պէտք է ենթարկուի արմատական փոփոխութեան. երեւեանները ամենից առաջ պէտք է որոշուին ճիշտօրէն և զանազան աւելցողք բաների տեղ, որոնք ծանրաբեռնուած են միտքը, հարկաւոր է հաղորդել պատշաճաւոր տեղեկութիւններ այն օրէնքների մասին, որոնք տիրապետում են բնութեան և մտքի կայուն մարմնի մէջ: Այն ուսումնարաններում, որ տեղից փարձապետներ են դուրս գալիս, պէտք է հաղորդեն աւելի ուղիղ հասկացողութիւններ մարդու Ֆիզիքական և մտաւոր կրթութեան մասին, ուսուցիչները անպատճառ պէտք է ստանան մարդաբանական, մանկավարժական կրթութիւն և կարողանան ոչ թէ միայն սովորացնել այլ և կրթել. իսկ վերատեսուչները ուսուցիչների հետ միասին պէտք է մտածեն ուսումնարանի և աշակերանների բարօրութեան մասին և բանակալների դեր չխաղան:

Յաւաքի է տեսնել, թէ ինչ է անում այժմեան ուսումնարանը մտաւորական, Ֆիզիքական և բարոյականութեան կողմից, թէպէտ և մի փոքր ներելի է այն արդիւնների պատճառաւ, որոնց դէմ հարկաւոր է լինում կռուել անայն ծուռ կրթութիւն տալու պատճառաւ — մանաւանդ երեխայի առաջի տարիների ընթացքում: Այնու ամենայնիւ տանը այդպիսի փատ կրթելու պատճառը ուսումնարանն է, որովհետեւ ծնողները, նա մանաւանդ մայրերը, որոնք կրթուած են նոյնպիսի ուսումնարաններում և իրանք ևս չեն ստացել ոչ մի հասկացողութիւն. թէ ինչպիսի պահանջմունքներով պիտի մերձենալ մարդու Ֆիզիքական և բարոյական բնութեանը: Այս առից այն է առաջանում, որ մարդկանց մէջ շատ հա-

զիւ են դասնվում այն առաքինութիւնները, որոնք ցանկալի կ'լինէր տեսնել մարդու մէջ, այն է, ինքնատիրապետում և անձնանուկրութիւն, խիստական սէր դէպի մարդ և պատուի զգացում, պայծառ, ոչնչով չխանդարած միտք. ընդհակառակը, շատ մարդկանց կեանքը արտայայտութեան է ինքնասիրութեան, մնափառութեան, փառասիրութեան և ստրկութեան, մնապաշտութեան, նախանձութեան և չարախնդութեան:

Շէնց իսկ սրանից այն է առաջանում, որ միայն շատ քիչ մարդիկ կարողանում են մտածել. ներկայումս մարդիկ ձգտում են զանազան տղիտութիւններին, հաւատում են գերբնական երեոյթներին, դեւերին, կախարհներին, զաղանի միջոցներին, կոմմունիզմին և այլն և այլն... Եթէ ուսուցիչները և դաստիարակները կամենային երեխայից մի կանոնաւոր մարդ ստեղծել, պէտք է մտաբերեն հետեւեալ փաստերը, որոնք ենթարկուած չեն ոչ մի կասկածանքի. ինչ որ մարդ գործում է, ինչ չի անում է մարդու մարմնի մէջ, ինչ ոյժ որ պարգայնում է մարդ, — այդ բոլորը կապուած է ճիշտ որոշած հիւսելով և գործարաններով որոնք ունեն յայտնի կաշիւածք և որոշ փիւսկան բարոյութեան: Այս կազմուածքի և միտքից է գործարանի փոփոխութիւնները կը պատճառեն կամ խանդարումն և կամ նոր գործունեութեան կորուստ: Գործարանների (օրգանների) գործունեութիւնը միշտ կապ ունի նրանց յայտնի մասի գործադրութեան հետ և այս վերջինը սահման է դնում առաջինին: Այս գործածութեան ժամանակ գործարանների բազադրութեան այրելուց (թթուածնի միջոցով),



որը ուղեկից է լինում տաքութեան զարգացման, զոյսնում են այրման արգասիքը, որոնք մենք կարող ենք անուանել գործածմանի քայլերի համարձակող նիւթեր: Եթէ այդպիսի նիւթերը չեն հեռանում գործարանից այլ աւելանում են նորա մէջ, այն ժամանակ նորա ոյժը աւելի ու աւելի նուազում է և վերջապէս դադարում: Նոյն օրինակ գործարանը դառնում է աւելի ու աւելի անլինդունակ իւր պաշտօնը կատարելու, եթէ սպառած անլինդունակ նիւթերի մի մասի տեղը չեն փոխարինում նոր գործարանի բաղադրութեան բոլորովին նման նիւթեր: Այս կորուստը և մշտական բանող գործարանների նորագուելը կախուած են թիթուածնի նորա վերայ արած ազդեցութիւնից. իսկ վատացած նիւթերի հեռանալը կամ միւլենոյնն է՝ գործարանների նոր շինող նիւթերի հասուցանելը կատարվում է արեան շրջանառութեամբ: Այդ պայմանները կատարվում են մազեղէն անօթների մէջ: Ինչպէս որ կորուստը գործունէութեան ժամանակ է լինում, նոյնպէս էլ նորոգումը հանգստութեան ժամանակ է կատարվում: ասհն ինչու աշխատելուց հետո հարչուոր է հանգստանալ: Եթէ աշխատելը և հանգստանալը կատարվում են կանոնաւոր կարգով, այն ժամանակ գործարանները (ուղեղը, սկանջը, աչքը և այլն) ամբանում են և կարողանում են կարողութեան չափ գործ կատարել:— Էնտոյ աստացիները և դաստիարակները պէտք է յիշեն և այն, որ թէպէտ մարդ (ենթադրելով որ նա առողջ է ծնուած) աշխարհք է բերում այն ասպարտալ (գործիքը) որի միջոցով կարողանում է ծառայել, դէպք և ցանկաւ մի խօսքով

յայտել իւր հոգեւոր գործունէութիւնը, — բայց այնու ամենայնիւ նա հարկադրուած է այդ բանին հասնել սովորութեամբ: Այդ ասպարտալ ուղեղն է (սկապառակի մէջ) իւր ջղերով և զգալու ու շոշափելու գործարաններով: Բայց լոկ ուղեղը չունի երբէք ոչ մտաւոր գործունէութիւն, ոչ բնական ձգտում դէպի չար ու բարին, հաւասար ու անապաշտութիւնը. դէպի այդ բոլորը նա գոգովում է և կարողանում է կատարել այն մեծ պաշտօնը, որ իւր վերայ բարձած է, միայն սովորութեամբ, ինչպէս որ զանազան շարժողութիւն պահանջող ասպարտաները (որոնցով մարդ սովորում է երգել, պիանոյի վերայ խաղալ, պարել, մարմնամարզութիւն անել) վարժողութեամբ (սովորութիւն): Մարդ չի ծնում ոչ յանցաւոր և ոչ արդար: Եթէ մարդ ունենում է այդպիսի յատկութիւններ, նա դրանով պարտական է կրթութեան, — այդ բոլորը կրթութեան գործն է: Աւելի գոգովում է դէպի մտաւոր աշխատութիւն տպաւորութիւններով, որոնք մասամբ թելադրվում են նորա մէջ արտաքին աշխարհից գործարանների և ջղերի միջնորդութեամբ: Աւելի գործունէութիւնը բոլորովին համապատասխանվում է տպաւորութիւններին, նա աւելանում է և կատարելագործվում աստիճան առ աստիճան սովորութեամբ: Թէ ինչպէս պիտի յետոյ ուղեղը գործի, — դա պիտի լինի առաջուց տպաւորութիւնների և սովորութիւնների հետեանքը: Աւելի այլն աշխատութիւնը, ինչպէս անասուններինը, նոյնպէս և մարդունը, կարող է, նայեա՛ծ ուղեղի ստացած տպաւորութիւններին, զանա-



զան տեսակ վարդացած լինել: Որովհետև ուղեղը ունի այն ընդունակութիւնը, որ կարող է զարգանալ, ստանալ այս կամ այն ուղղութիւնը, ուստի որքան հեշտ է մարդուս կրթել զէպի լաուութիւնը, այնքան ևս դիւրին՝ է կրթել նորան դեպի չարութիւնը. և հենց մանկութիւնից արծարծել նորա ուղեղը մէջ զանազան իդէաներ (զաղափար), որոնց մէջ նա հաստատ համոզուած կ'լինի հասակ առած ժամանակ: Այդ պատճառաւ երեխայի կրթելու ժամանակ զլիաւոր կանոնը հետեւեալը պիտի լինի. հենց որ երեխան ծնուեց թէ չէ, իսկոյն նրանից պէտք է հեռացնել այն, ինչ որ չպէտք է սովորի, և ընդհակառակը՝ միշտ կրկնել այն, ինչոր նորա համար երկրորդ բնութիւն պիտի դառնայ: Սաստիկ սխալվում է նա, որ կարծում է թէ հասակ առած ժամանակ կարող է իւրեան սեպհականացնել այն՝ ինչոր հարկաւոր է զիտեւեալ երեխայութեան ժամանակ միտք զարգացնելու համար և կամ թէ կարող է ազատուել բոլոր թերութիւններից: Անհետեւութիւնը, սնապաշտութիւնը, մարդու պահասութիւնները, որոնք արմատացած են հասակաւոր մարդու զլիումը երիտասարդութիւնից, այնքան հեշտ չէ հեռացնել, որքան մեզ թուում է, — թէ խելացի ապացոյցներով և թէ փաստերով: Այդ պատճառաւ մարդու ապագայի համար ճնողաց տունը և ուսումնարանը պարտական են տալ նորա ֆիզիքական և մտաւորական կրթութեանը հաստատ հիմունքներ երեխայութիւնից արդէն:

Թէ որքան իսկ է այն՝ որ երիտասարդութեան ժամանակ մարդուս վերայ արած տպաւորութիւնները

մտում են հաստատ մինչ կեանքի վերջը, այդ պարզ ապացուցանում է զանազան կրօնական աղանդների հաստատ մնալը: Իւրաքանչիւր աղանդաւոր հաստատ համոզուած է իւր հաւատի ուղիղ լինելուն մէջ, և միայն այն պատճառաւ, որ մանկութիւնից նորան սովորեցրել են նայել իւր հաւատի վերայ, իբրև ամենաճշմարիտը: Ինչ անես որ հարիւրաւոր, հազարաւոր աղանդներ կան աշխարհիս երեսին և ամեն մէկը բաւականի զանազանվում է միւսից: — Ինչ որ մենք աստցինք հաւատի վերայ, նոյնը մենք կարող ենք ասել և սնապաշտութեան վերաբերութեամբ: Արմատախիլ անել նորան համարեայ անկարելի է, եթէ միայն մարդ երիտասարդութիւնից սովորել է հպատակ լինել նորան: Բայց թէ որքա նորժգաղտութիւններ և անմարդկօրէն բաներ են յուսալացնում երիտասարդութիւնից արմատացած կրօնամոլութիւնը և սնապաշտութիւնը, որոնք վերաւորում են մարդկային պատիւը. այդ կարելի է իմանալ նրանից թէ որքան զարմանք զողող հալածանքներ են լինում չարահոգիների դէմ, որքան պատերազմներ հաւատի համար, որքան անհաւատների անարժան հալածանքներ առաջուայ ժամանակներում. ուղեղը այս հիւանդութիւնները համարվում էին սատանայի և մեղքի ծնունդներ: Բայց տեսէք թէ ինչպէս են նայում այժմ այդ բոլոր անցեալ տարիների սարսափների վերայ, որքան փոխուել են այն հայեացքները, որոնք վերաբերում են մարդասիրութեան և ինչ որ նորան հակառակն է: Այս պատճառաւ ապագայում մարդիկ բոլորովին ուրիշ աչքով կ'ընայեն մեզ այժմ թուող



հերոսական քաջութիւնների վերայ և մեր ապագայ սերունդը: Հաւանական է, որ միւսնոյն կարծիքի չե լինիլ մեզ հետ այժմեան պատերազմների մասին: Նորերումն ծրանալայի ազգը ցոյց տուեց, թէ որքան դժուար է խելքից հանել այն, ինչ որ մտածէ նորա մէջ սովորութեամբ:

**Մենք** ունենք իրաւանք սպասել ուսուցիչներէից և դաստիարակներէից, որ նոքա կարողանային լաւ վարուել երեխայի այն գործարանների հետ, որի մշակելը նոցա զլսաւոր խնդիրն է. այն է՝ հոգոյ համ ուղղել գործարանը, որի հետ հարկաւոր է վարուել համաձայն երեխայի բնութեան: Բայց որովհետեւ ուսումը առանց առողջութեան մեծ նշանակութիւն չունի, ուստի ուսուցիչներից պէտք է պահանջուի նմանապէս, որ նոքա իւրեանց մետողով ոչ թէ չվնասեն երեխայոց առողջութիւնը, այլ և սովորացնեն պահպանել նրան և հասցնեն այն կեանքին, որ նոքա կարողանան հիւանդութեան արգելք դնել: Միայն առողջ մարդը կարող է մարդ լինել և աշխարհը յօգուտ ինչպէս ժամանակակիցներին, այնպէս և սպագոյ սերնդին. որովհետեւ այն, ինչոր այդպիսի մարդուն հարկաւոր է պարզ միտք, հաստատ կամք և խելական մարդկային զգացմունք, կարող է ծրել միայն առողջ մարմնում և այն լաւ սելողութեամբ (կրթութեամբ): Թող չմոռանանան երբէք ուսուցիչները և դաստիարակները, որ աշակերտների Քիւրիակոս Բնուկեան ղանդանուկիւնը պահանջում է ղանաղան մեղայնէր որդէն մտաւոր գործունէութեան զարգացման համար, այնպէս և առողջութեան համար:

Բայց որովհետեւ ուսումնարանների վերատեսուչները և ուսուցիչները ըստ մեծի մասին չեն քննում այդ հարցը, ուստի աշակերտներին անպատճառ հարկաւոր է ենթարկել Բժշկական Կնուկեան, ինչպէս բնորոնելիս, այնպէս էլ շարունակ ուսանողական տարուայ ընթացքում: Անկասկած, մարդկութեան Գիղիքական առողջութիւնը աւելի կը լաւանար, եթէ այժմեան ինսպէկտորներին փոխարինէին այնպիսիները, որոնք ստացել են դիւանական մանկաբարձական ուսում: Սակայն առողջութիւն պահպանելը պէտք է լինի առաջին պահանջը ոչ թէ միայն ուսումնարաններում, այլ և բոլոր քաղաքական և հասարակական կառավարութիւններում:

Յայտնի է, որ երեխաների մեծ մասը ենթարկում է լինում այնպիսի ցուտերի, որոնք յատկապէս այդ հասակին են պատկանում և որոնք ըստ մեծի մասին շարունակվում են հետեւեալ տարիները: Բողբոլին իսկէ, որ այդ ցուտերը, որոնց կարելի է անուանել գոտոմարտնական հիւանդութիւնները յառաջ են զարկն վատ կրթութիւնից, որը երեխան ստանում է մինչ ուսումնարան մտնելը և ուսանողական տարիների ընթացքում: Սակայն անարդարութիւն կ'ըլնէր այդ հիւանդութիւնների սկզբնամեղը բոլորը կամ մեծ մասամբ ձգել ուսումնարանի վերայ, որովհետեւ ծնողաց տունը այդ բանում աւելի մեղաւոր է: Այդ բանում ուսումնարանը միայն այն կողմից է մեղաւոր, որ արգելք չդնելով այդ հիւանդութիւններին, մինչև անգամ աւելի տեղի տալով նոցա իրանց վարվողութեամբ, չէ ծանօթացնում աշակերտներին այդ հիւանդութիւնների հետ



և թէ ինչպիսի արգելքներ պիտի գործ դրուին նոցա դէմ: Բողորովին այնպէս, ինչպէս որ մարդու անհաստատ բնութեան և անբարոյականութեան պատճառը յառաջանում է բարոյականութեան անկանոն կրթելուց, որը ծնողները տալիս են մարդուն նորա մանկութիւնից, նոյնպէս և շատերի առողջութեան քայքայած դրութեան պատճառը աւելի ծնողների տունն է, քան թէ ուսումնարանը: Թեպէտ և այս ուսումնարանական հիւանդութիւնները կեանքի համար շատ երկիւղալի չեն, այնու ամենայնիւ նոքա արժանի են մեծ ուշադրութեան, որովհետեւ նոքա ունենում են մեծ ազդեցութիւն աշակերտի կեանքի վերայ:

Նոքա վերաւորում են ըստ մեծի մասին ուղեղի և ջղային սխեմները, գետնաբանական գոյժարանը, ողնաշարը և ուրիշը, հետեւողաբար շնչառութեան և սննդի բոլոր գլխաւոր գործարանները: Ահա այդ հիւանդութիւնները. ուղեղային և ջղային կաթուածներ (գլխացաւեր, գլխաշրջողութիւն, ձայն ականջների մէջ, կիճկումն, մանաւանդ էպիլեպսիա և Վիտտովտի պարը, նմանապէս հոգեղէն խանդարումն) կարճապետաբան և գետնաբան լուսաբան, արեան սուսառաբան, ողնաշարի լիբրումն, արեան հոսանքները (դէպի գլուխը, կուրծքը և փորը):

Այդ իսկ պատճառաւ, ինչպէտ ուսուցիչները, նոյնպէս և ծնողները սրտով պիտի հեռացնեն այն սկզբունքները, որոնցից կարող են այդ հիւանդութիւնները յառաջանալ:

Ով կը ցանկայ համողվել մեր արտայայտած մտքին, այսինքն թէ ուսումնարանական «հիւանդութիւններին»

սկզբնաւորութեան մէջ աւելի մեղաւոր է տունը, քան թէ ուսումնարանը, թող քննէ միայն երեխայի կեանքը նորա ծնուելուց սկսած, մինչև ուսումնարան մանելը: Ծծի երեխային, փոխանակ կաթ տալու, շատ վաղ սխտում են կերակրել զանազան կերակուրներով, որոնք, պարունակելով իրանց մէջ աւելի ալիւր և շաքար, չեն պնդացնում ոչ երեխայի ոսկրները, ոչ ուղեղը և ոչ ջղերը: Դեռ երեխայի ոսկորները ինչպէս հարկն է չեն ամրացել (ոսկրացել), դեռ մարմինը միս չէ բռնել, խեղճ երեխային հանում են փաթաթելու լիհերից և ստիպում են նորան նստել. սղէտ ծծմայրը բռնած մի ձեռքի վերայ ման է ածում նորան ամբողջ ժամերով, ստիպում է նորան վաշորօք կանգնել, մանգալ և կամ թէ զուարճացնելով նորան, նստեցնում է մի աթոռի վերայ, որը կամ չունի մէջք կամ նա շատ անյարմար է: Տարակոյս չկայ, որ ողնաշարը չէ կարող պահել իւր ուղղահայեաց դրութիւնը և երեխան վաղ սովորում է նստել կամ մանգալ մէջքը ծռած: Մէկ էլ պիտի ասած, որ ծնողները ստիպում են որդուն միայն աջ ձեռով բանանել, վերցնել, տալ, դրել, մի խօսքով բոլորը. այդ այն վնասը ունի, որ ողնաշարը զուրս դալով իւր նշանակած դրութիւնից, ծռում է աւելի դէպի աջ կուրծքի մասը: Երբ երեխան մեծանում է, նորա հետ չեն վարվում ինչպէս երեխայի հետ և վնասում են նորա առողջութեան (մանաւանդ նորա արեան բաղադրութեան) անպէտք կերակուրներով, տաքացնող խմիչքներով, ինչպէս են. սուրճ, չայ, զարեջուր և գինի, դժուարամարս կերակուրներով և զոգոբիչ խմիչքներով, կերակրե-



լով անորոշ ժամանակ. վնասում են նմանապէս և նրանով,  
որ թոյլ չեն տալիս նորան քնել (վերցնում են իրանց  
հետ հասարակութեան մէջ, հրապարակական տեղեր, քնից  
զարթնեցնում են շատ վաղ, վատ օրով, անյարմար շո-  
րերով, ուշադրութիւն չեն դարձնում մարմնու խտախու-  
թեան վերայ, հիւանդութեան երևոյթներն վերայ (մենք  
ասում ենք մանաւանդ կատարրի, հազն, ախորժակ չու-  
նենալու և անկանոն գնալու մասին): Նրք երեխան գրում  
է, գծադրում, նկարում է բոլորովին ուշադրութիւն չեն  
դարձնում, թէ ինչպէս է նա նստած, աստիկ է թէ  
թոյլ է լոյսը և այլն:

Արովհետեւ ծնողների նայեցողութիւնը երեխայի մե-  
ծանալուն պէս օր ըստ օրէ պակասում է, ուստի և այդ  
վնասները օր ըստ օրէ աւելի ներպործում են երեխայի  
ոչնաշարի և աչքի վերայ, երբ նա սկսում է աւելի  
զրել, կարգալ մանաւանդ մանր տառերով գրած գրքեր,  
որոշել մանր նոսերը, երբ սկսում է պարապել ձեռագոր-  
ծութեամբ և այլն: Մի խօսքով, եթէ մենք ունենայինք  
բժիշկ—ինսպեկտորներ, նոքա կը վիպէին, որ այն հիւան-  
դութիւնները, որոնք յայտնվում են ուսումնարաններում,  
սկզբնաւորվում են ծնողների տանը, այսինքն մինչև ու-  
սումնարան մտնելը: Այս պատճառու դաստիարակները  
և ծնողները միւսնոյն ոյժով պիտի ընծայեն իւրեանց ու-  
շադրութիւնը այդ հիւանդութիւններին: Երեխան մինչև  
ուսումնարան մտնելը արդէն բաւականի փչացած է լի-  
նում. և այդ գործում ծնողները կարծես մտնակցում են:  
Երեխային, զեռ. աչքը աշխարհ չբացած, սովորեցնում են

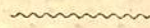
կամակորութիւն, ինքնասածութիւն. սկսում են նրան օ-  
րօրոցում օրօրել, սենեակի մէջ զրկում բռնած ման ածել,  
մի խօսքով անել այն բոլորը, ինչոր միայն ախորժակ է  
մանկան: Ծնողները և բոլոր ազդականները անձնախաբ  
խաթրներով դառնում են մանկան ստրուկներ և թոյլ են  
տալիս նորան անել այդ բոլորը, մխիթարելով իրանց այս  
խօսքերով. «է հ, զեռ երեխայ է, ոչինչ չէ հասկանում,  
մի ժամանակ կը խնջօքսնայ». կարծես թէ մարդու զի-  
տակցութիւնը միայն մի որոշած ժամանակ է մտնում  
մարդու ուղեղի մէջ և ոչ առաջին օրից սովորութեամբ,  
որոշած կանոններով: Առաջի սկզբնական մեղքերը, որոնք  
արժանի են պատժի, մինչև անդամ բարձրացնում են երե-  
խային ծնողների աչքում. երբիս այնպէս հասկացող է,  
զուարճալի է, որ ասել չեմ կարող: Վերջը նրանից դուրս  
կգայ զող և լաւ զող, որին կը պատժեն դատաստանով,  
— իսկ ծնողները լաց կ'լինեն, բոլոր մեղքը ձգելով իրանց  
բաղդի վերայ, որ Աստուած պարզեց նորանց այնպիսի  
զաւակ: Երեխաների փչացած բնութեան պատճառը նախ-  
կին կրթութիւնն է, որի մեղաւորը ըստ մեծի մա-  
սին մայրերն են: Թո՛ղ հասկանան վերջապէս, որ թէպէս  
բնութիւնը մեզ պարզւում է մի գործարան, որի միջո-  
ցով մենք դառնում ենք բարոյական և հաստատ կամքով  
մարդ, բայց ամենից առաջ մեզ հարկաւոր է ուղղութիւն  
տալ այդ գործարանին, այսինքն ուղեղին. նրան պիտի  
այդ բոլորին սովորացնենք: Այն ժամանակ միայն մեր  
պարտքը կատարած կը լինենք երեխայի վերաբերու-  
թեամբ:



ԵՐԵՒԱՅԻ ԱՌՈՂՋԱՊԱՀՈՒԹԵԱՆ ՎԵՐԱԲԵՐԵԱԼ ԴՊՐՈՑԱԿԱՆ  
ՊԱՐՏԱԻՈՐՈՒԹԻՆՆԵՐԸ:

Այդ պարտաւորութիւնները երբեք պէտք էն: Մի կողմից ուսումնարանից պիտի պահանջուի, որ նա եւր պէտք վարկաւորութեամբ երեխայի գործարարներին հետ չխանգարէ նորա ստաւ ջուրիւնը, որ ուսուցիչը խսկապէս խմանայ, ինչ կարող է երեխային վնասել: Նթէ իսկը քննենք, ուսումնարանի համար երբէք չպիտի նշանակուեն այնպիսի ուսուցիչներ, որոնք հիգիենական կողմից երեխաների հետ վարվելում անկարող են ներկայանում: Ուսումնարանը պիտի ունենայ տեղ աշակերտների թուին համարապատասխան և իւր ամենակարեւոր ու պիտանացութեանը նպաստներ (մանաւանդ նա պիտի ունենայ նկատողական ուսման առարկաներ): Նա աւելի ուշադրութիւն պիտի դարձնի դասատան ընդարձակութեան վերայ, նորա օդի, ջերմաչափութեան, լոյսի, վառելիքի, վառարանի, սեղանների և աթոռների վերայ: Միւս կողմից ցանկալի կլինէր հողորդել աշակերտներին ճարտարագիտական վերաբերեալ պէտքեւութիւններ. թէ ի՞նչպէս պէտք է վարվել նորա հետ, թէ ի՞նչ կարող է վնասել առողջութեան և ամենակարեւոր կենսական պահանջներին, որոնց հետեւելով մարդ առողջ է մնում, իսկ հակառակ դէպքում անառողջ: Այդ կարեւոր պահանջների անհասկանալուց ուսումնարանը մեղադրում էր և մեղադրում է

այժմ շատերին, թէ նոցա կեանքը փչանում է առաջի օրից սկսած մարմնոյ և հոգւոյ հետ անկանոն վարուելուց, թէ ուսումնարանները լիքն են ֆիզիքապէս և բարոյապէս փչացած հիւանդներով, թէ որքան երիտասարդներ վերջերքում չեն կարողանում կատարել մարդու կոչման համեմատ բոլոր պարտաւորութիւնները և այսքան աղքատ կերք, որոնք չեն կարողանում պաշտպանել կանանց կոչումը, լինել կին և մայրեր. փոխանակ պիտանի մշակներ դուրս դալու, դուրս են դալիս այնպիսիքը, որոնք ըստ մեծի մասին առողջ մարմնու անդադար կարօտութիւն են զգում և շատ մարդիկ, ըստ մեծի մասին թուլացած, ունենում են սարկական բնութիւն և կեանքը վաղօրօք է հանգում: Այս պատճառաւ, ուսումնարանի իսկ պարտաւորութիւնն է ծանօթացնել աշակերտին նորա ճեսի հետ. այդ ինքնաձանաչութիւնը կը ներդրծէ և որդկերանց վերայ. մի խօսքով, որ պատանին մեծանալով վարէ իւր կեանքը խելացի, օգտով և զուարճութեամբ որպէս իւր, նմանապէս և ուրիշների համար,—կարճ ասեմ, որ դասակարգին և նա պատկանէր, բայց խմանար. ի՞նչու մն է բաղկանում իւր և ուրիշների բաղդաւորութիւնը:



II.

ԱՇԱԿԵՐՏՆԵՐԻ ՀԵՏ ՎԱՐՈՒԵԼԸ:

Մեր նպատակը զննելով աշակերտի օյժերը և զարգացումը ցոյց տալը, պիտի ասենք, որ վարուողութիւնը



նորա հետ պիտի յարմարեցրած լինի նորա զարգացող  
 ընդունակութեան հետ, որը կախուած է ուղեղի յատ-  
 կութիւնից:—Նօթը սարեկանից ցած երկխաների ուղեղը  
 այնքան փափուկ է և ջրային, որ չէ կարող առանց վնաս-  
 սի կրել ուժեղ տպաւորութիւններ: Այս պատճառաւ,  
 էրեւոյնի ուսումը պիտի ունենայ ոչ պակաս ուժ պարէնից և այն  
 շատ զգուշութեամբ: Նատ անդամ պատահում են առողջ-  
 ջակալմ երեխաներ, որոնք առաջի տարիներում մեծ յա-  
 ռաջողիմութիւններ են ցոյց տալիս, բայց ուսումնարանա-  
 կան դասերի շատութիւնից, ծանրաբեռնվում են նորքա, թու-  
 լանում են Ֆիզիքապէս, իսկ մտաւորապէս ոչ թէ առաջ  
 չեն գնում առաջուպ նման, այլ և յետ են մնում: Մի քա-  
 նի երեխաների ուղեղը շատ փոքրիկ է (միկրոէֆալիա,  
 որը առաջ է դալիս դըլաւորապէս սկաւառակի վաղորօք  
 ոսկրանալուց) կամ թէ ուղեղը ենթարկվում է փոփոխու-  
 թիւնների առաջուպ հիւանդութիւնների պատճառաւ,—  
 այսպիսի երեխաները միշտ մնում են իդիօտ (յիմար) և  
 նոցա տեղը ուսումնարանը չէ: Միքանիաների ուղեղը մեղ-  
 դեռ անյայտ պատճառներից ազատ չէ, ծանր է,  
 բայց ոչ ուժեղ. այսպիսիները խելքը պակաս կամ ան-  
 ընդունակ մարդիկ են և նրանց անպատճառ պէտք է իրեն-  
 անհնչին ուսումնարաններում հասկացող ուսուցիչների հսկո-  
 ղութեան ներքոյ և ոչ թէ ծխական ուսումնարաններում,  
 ուր նորքա կարող են արդիւք լինել ընկերների յառաջա-  
 դիմութեան: Միւսնոյն է, այդպիսի երեխաները շատ քիչ  
 օգուտ կարող են քաղել այն միքանի ժամ նշանակած  
 դասերից. նրանց օգուտը այն կ'լինի, որ կրտօնըն միայն

477-2013

կարդալ, դրել և համարել և ոչ թէ հիմք դնել նորա  
 դործնական կեանքին: Այդպիսի երեխաները պիտի լինին  
 լաւ պետադօղի ձեռի տակ, որը կարողութեան չափ աչքը  
 չպիտի հեռացնէ նրանցից թէ պարապելու և թէ խաղալու  
 ժամանակ:

Շատ անգամ պատահում է, որ աշակերտները, ըստ  
 մեծի մասին լաւ չկերակրուող—մանաւանդ աղջկերքը դու-  
 նահատ դէմքով, ուսուցիչների աչքին թւում են ծոյլ և  
 միայն այն պատճառաւ, որ ուսումը նրանց ծանր է  
 թւում. քանի որ նորքա միայն մտաւորապէս թոյլ են նո-  
 ցա ուղեղի լաւ անունը չստանալու պատճառաւ (սակաւորու-  
 նութիւնից կամ աւելորդ ճգնելուց և ոչ սակաւ վնասա-  
 կար սեռական աւելորդութիւններից): Այդպիսի երեխաների  
 ուղեղը շատ շուտ դադարում է ուսումից. այդպիսի երե-  
 խաներին պիտի առանձին ուսում տալ, որովհետեւ նորքա  
 առանց վնասի չեն կարող առողջների հետ շարունակուել.  
 այդպիսի երեխաները ուսուցիչների անկանոն վարվելուց  
 կարող են ենթարկվել զանազան ջղային և հոգեկան հի-  
 ւանդութիւնների: Այսպիսի մտաւորապէս թոյլ երեխա-  
 ները, որոնց վերայ ուսուցիչները առանձին ուշադրու-  
 թիւն պիտի դարձնեն, ուսումնարանից դուրս դալուց շատ  
 անգամ տանում են կեանքի հետեւեալ տարիները ուղեղի  
 և ջղային հիւանդութիւններ (դըլաւցաւեր, էպիլեպսի):  
 Ահա սոյն օրինակ մտաւորապէս թոյլ երեխաների համար  
 մեծ ուսումնարաններում թող առանձին օդնող դասեր  
 նշանակեն և ոչ թէ թոյլամիտների համար:—Եւ այսպէս  
 առողջ երեխայի





ա) Ուղեղը

մի գործարան է, որի վերայ բարձած է ամենադժուար խնդիր և ամենաչարաչար գործ, որի հետ ուսուցչիչը պիտի վարուի ամենազոյշ կերպիւ, եթէ միայն նա չէ կամենում մի վնաս պատճառել երեխային մինչ ցմահ. Ահ թէ ուսուցչի պաշտօնն է կրթել մի գործարան, որը հարկաւոր է ամենայն տեսակ մտաւոր գործունէութեան ժամանակ և մշակել նրան, որ երեխան խելացի և հասկացող մարդ դառնայ: Այս պատճառաւ ուսուցչից պահանջել որ նա հաստատ անդեկութիւններ ունենայ երեխայի սուղեղի մասին, չէ նշանակում շատ բան պահանջել նրանից: Ի նկատի ունեցէք միայն այն, որ մտաւոր գործունէութեան զարգանալը և կատարելագործուիլը բաղկանում է միայն ուղեղի հետ լաւ վարվելում և այդ գլխաւոր պայմանի քանդելը կարող է ունենալ շատ վատ հետեանքներ: Իսկ խանդարումը կարող է յառաջ դալ անյատկանիշ կերակրից և ուղեղի մէջ անկանոն արիւնաշրջութիւնից, նմանապէս և ուղեղի անչափ գործունէութիւնից և գործի համեմատ հանգստութիւն չունենալուց: Բոլոր գործարաններից աւելի խնայողութեան արժանին է ուղեղը և ոչ մի գործարանի համար այնքան հարկաւոր չէ ծանրաբեռնող նիւթերի բացակայութիւն, որքան ուղեղի համար: Բայց որովհետև ուղեղը աշխատելուց դադարում է, ուստի գործունէութեան անդ տայու համար ամենազլխաւոր կանոնը այս է. ուղեղին տալ հանգստութիւն գործունէութեան համար: Ենթանապէս ուղեղի գործունէութեան և ուղեղի պիտի յորհարայնել ուղեղի որո-

ւեան հետ և այդ պատճառաւ այս դիպուածում ինկատի պիտի ունենալ հասակը և երեխայի մտուղը (արեան քանակութիւնը): Բայց թէ մտաւոր զարգացման մակերեւոյթը պիտի բարձրանայ աստիճանաբար և զուգնթաց ուղեղի սննդին,—այդ ինքն ըստ ինքեան հասկանալի է: Հարկաւոր է շատ զգոյշ վարվել սակաւարին, շուտ դադրող և վատ կերակրվող ուղեղի հետ,—և աւելի զգոյշ, քան թէ այդ պիտի լինում է: Ուղեղի սաստիկ ճգնիլը կարող է յառաջ բերել թուլութիւն և մինչև անգամ մտաւորական աշխատանքի անընդունակութիւն:

Ասածիցս պարզ երևում է, որ ուսումնարանը չպիտի զբաղեցնի երեխաներին շարունակ մի քանի ժամ այնպիսի դասերով, որոնք պահանջում են մտաւոր աշխատութիւն (մանաւանդ երբ սովորում են մտածել). այլ այդպիսի դասերից յետոյ միշտ պէտք է հերթեն այնպիսիք, որոնք չեն պահանջում մի առանձին գլխի աշխատանք, ինչպէս են, վայելչագրութիւն, նկարչութիւն և այլն: Առհասարակ բոլոր դասերի մէջ պիտի անցնի դոնէ քառորդ ժամ դասամիջոց, որը աշակերտները պիտի գործադրեն իրանց ոյժերը վերանորոգելու համար: Մինչև անգամ՝ 7—8 տարեկան երեխաների համար միանգամից մի ժամ պարապելը շատ է. դոցա համար կէս ժամն էլ բաւական է:

Նրեխայի ուղեղի համար շատ օգտակար կը լինէր, եթէ նոքա կարողանային շարժողութիւններ անել ազատ օդում. որովհետև նոքա աւելի ուժեղ շնչառութիւններ անելով՝ կարող են և աւելի մեծ քանակութեամբ թթուածին ներշնչել (որը մեծ դեր է խաղում առ հասարակ, և



մանաւանդ ուղեղային գործունէութեան մէջ) և անպէտք նիւթերի փոխարինուելը նորով, աւելի պիտանացի նիւթերով աւելի շուտ կարող են լինել: Ճաշից յետոյ դասեր տեսնելն չպիտի լուրջ դաս, սրովհետև այդպիսի պարապմունքը խանգարիչ գործունէութիւն կարող է ունենալ մարտողութեան պրոցեսի վերայ, որով կարող են յառաջանալ սակաւարինուութիւն և հիւանդոտ մարտողութիւն: Չեմ ասում և այն, որ ճաշից յետոյ երկխան և առհասարակ ամեն մարդ անուշապիր է լինում ամեն բանում: Թող միայն այնքանը մտածեն, որ մեծ ուշադրութեան ժամանակ շնչառութիւնը լիակատար չէ լինում: միւս կողմից լի ստամոքսը հուպ է տալիս կրծքափորային թաղանթը դէպի թոքերը:— Ենչուստեմք (խոր ներշնչելով) բնութիւնը օգնում է անլիակատար շնչառութեան և ուսուցիչն էլ լաւ կ'անէր, եթէ ստիպէր երեխային խոր ներշնչել:

Ուղեղի մեծ ուժգնութիւնը կարող է անբնական բարձրացնել սրտի և խողովակների գործունէութիւնը և այդպիսով առիթ տալ դարմանութեան (застой) յառաջանալուն, արեան անբնական հաւաքուելուն նոցա վատ հետեանքներով և այն ոչ թէ միայն ուղեղի մէջ, այլ և կեանքի ուրիշ պիտանացու գործարանների մէջ (տես ցած): Անմաքուր օդը այն կողմից վնաս է ուղեղին, որ նա՝ անցնելով արեան մէջ և նորա հետ դէպի ուղեղը, կարող է վատ ազդեցութիւն ունենալ ուղեղի բաղադրութեան վերայ: Իսկ դաստան օդը մանաւանդ վնաս կարող է տալ այն պատճառաւ, որ նա պարունակում է իւր մէջ ածխածին և գոլորշիներ: Ցայտնի բան է, պիտի միշտ հեռանալ

այն ամենից, ինչ արտաքին կողմից կարող է վնասել ուղեղին. դիւրի հարուածներից, սաստիկ տաքութիւնից և ցրտից: Երբէք չէ կարելի ներել ուսուցչին, երբ նա ապտակներ է տալիս կամ սաստիկ մասներով խփում է աշակերտի դէմին, ինքը չզգալով այդ հարուածների ոյժը, որովհետև պատահմունքներ եղել են, երբ այդպիսի պատիժներից յետ աշակերտի մահն էր հետևել: Չենք ասում արդէն, որ դիւրի հարուածներ տալուց տեսողութեան և լսողութեան գործարանները կարող են վնասուել:— Ցետոյ, անկարելի է լուրթեամբ անցկացնել և այն, որ ուղեղին կարելի է վնասել դպրատանների գործարաններից, որովհետև բոլոր ջղերը արմատանում են ուղեղում և այդ գործարանների սաստիկ գազուելը կարող է վերաւորել ուղեղի այն մասերը, որոնք մասնակցում են զգայարանքների այդ անբնական տպաւորութիւններում:

Շատ անգամ աշակերտը ուսումնարանից դուրս գալուց յետոյ դժուարանում է ուղեղ այն վնասը, որը դիպչել է նորան ուսանողական տարիների ընթացքում որպէս նորա ուսուցիչներից, նոյնպէս և ծնողներից՝ նորա հետ վատ վարուելով, այսինքն պահանջելով նրանից անհամեմատ մեծ ջանք և սովորցնելով նրան միևնոյն ժամանակ շատ ուսանողական առարկաներ: Այդ վնասը ջղային թուլութեան, հոգեկան հիւանդութիւնների, անձնասպանութեան, մտաւոր և մարմնաւոր խանգարման, գլխացաւերի և ջղային շատ հիւանդութիւնների յառաջանալու պատճառներից մէկն է: Իրա նման բաներ չէին լինիլ եթէ երեխաներին չստիպէին այնքան վաղ սկսել մտաւոր



աշխատանքով պարապել և եթէ աւելի յարմար նշանակեն ուսանողական առարկաները և դասատուութիւնը աստիճանաբար լինէր և ոչ թէ միանգամից (եթէ ուսանողական տարին աւելի երկարացնէին),—մի խօսքով չպիտի շտապել և պահանջել դեռ չամրացած ուղեղից շատ բան: Բայց դժբաղդաբար, շատ ծնողներ շտապում են տեսնել իրանց որդւոց մէջ խելօք մարդիկ: Նոքա չեն կամենում իմանալ, որ միանգամից շատ առարկաներ սովորելուց երեխայից անհայտանում է այն բոլոր աշխատութիւնը, սիրտը և սէրը դէպի ուսումը, որը առաջ կար: Մեր ծնողներին վնաս էր լինել, եթէ մի խորը մտածէին Կիտտէսի խօսքերի վերայ իւր «Grundriss der Erziehungs und Unterrichtslehre» գրքի մէջ: «Ուսանողական առարկաների և ժամերի անչափ մեծ քանակութիւնը նուազեցնում է մեր արդի սերունդը: Միակն ուսումնարանների ցածր դաստաներում միանգամայն բաւական կը լինէր նշանակել 12, շատ շատ 16, իսկ բարձր դաստաներում 24 ժամ շաբաթը. և դասերի մէջ անպատճառ միջոցներ, որ աշակերտները կարողանան հանգստանալ: Իսկէ՛ այնքան զարմանալի հետեանքներ չէին դուրս գալ այդպիսով, սակայն նոցա սովորածը աւելի հաստատ և առանց վատ հետեանքների կը լինէին: Աւելորդ է ասել ի հարկէ, որ թոյլերից և վատ կերակրուողներից (աղքատներից) պահանջը բաւականի սահմանափակ պիտի լինի. այդ է պահանջում առողջ դատողութիւնը և մարդկութիւնը: Առհասարակ այնքան կարևոր չէ աշակերտին իմանալ ամբողջ ժամանակագրութիւնը, թագաւորներին, գեոռւնների տե-

տակները սիրերական քաղաքները և այլն. բայց շատ կարևոր բան է—ունենալ լաւ առողջութիւն, առողջ դպչարանքներ և առողջ մարդկային խելք»: Շատ անգամ ծնողները մեղանշում են երեխայի ուղեղի դէմ նրանով, որ թոյլ չեն տալիս նրան քնել ինչպէս հարկն է. թեպէտ և զիտեն, որ հենց քնելու ժամանակն է կատարվում ուղեղի վերականգնումը. բացի դրանից քունը ունի և այն օգուտը, որ թթուածինը, բոլոր կեանքի գործունէութեան աղբիւրը, այսպէս ասել, շոգային զօրութիւնն է, որը շարժում է մեր կեանքի մեքենան, անցնում է արիւնը այնպիսի քանակութեամբ, որ մենք կարող ենք սպրել աշխոյժ և գործունայ գրութեան մէջ: Որովհետև աշխատանքի ընդունակութիւնը կախուած է թթուածնի այն քանակութիւնից, որը մարդ հաւաքել է մինչ գործի սկսելը: Այժմ ժամից պակաս աշակերտը երբէք չպիտի քնէ:

Ինչպէս որ Տարմամարդաբան համար նշանակած անգլո ծառայում է մեր Տարմամարդաբան (մանքները) պնդացնելու, հարմարացնելու և թեթեւացնելու համար, նոյնպէս ևս ուսումնարանը այնպիսի տեղ է, ուր զարգանում է, պնդվում (ամրանում) և աստիճանաբար կատարելագործվում է այսպէս կոչուած մտաւոր կամ ուղեղային գործունէութիւնը:—Ուսումնարանի ուսուցիչը ուղեղի Տարմամարդաբան ուսուցիչն է:—Այդ երկու ուսուցիչներն էլ միեւնոյն կանոններով են գործում և հրահանգվում են նրանով, որ ջղերը, նմանապէս և ուղեղը, միայն սովորութեամբ են դառնում գործունէայ, և թէ այդ կարելի է թեթեւացնել պատշաճ ուսումով:—Բայց ուղեղի դիտաւոր մարմնամար-



գուլթիւնը (զպարոցական ուսում) բաղիւնում է ըստ մեծի մասին այն ուղեւորութիւնների գործարարութեամբ, որոնք ստացվում են արտաքին զգայարանքներից. որպէս զի այդ աղբիւրները թիւնները բաղդատելով կազմեն միորեկից հասարակութիւն, որից ծնունդ են առնում դատողութիւնները և եղբայրութիւնները, հետեւաբար և հասարակութիւնը. որանից յետոյ պիտի հետեւի պայմանների և հասարակութիւնը, որոնք զժբաղտաբար մեզանում մեծ արհամարհանքի մէջ են:—Նկատողական ուսումնով միայն կարելի է տպաւորել աշակերտի մէջ նորա ուղեղ մտածողութեան համար ուղեղային ընդհանրութիւնները. և այդպիսի ուսումնով կ'հասնենք սխտեմական կրթութեան, զգացմունքների զարգացողութեան և կեանքի մէջ հարկաւոր զննողական ընդունակութեան: Գժբաղտաբար մեզանում ուսուցիչների աշխատութիւնը շատ անգամ կորչում է այնպիսի առարկաների վերայ, որոնք չեն պահանջում ոչ հասակացողութիւն և ոչ մտածողութիւն: Ինչպէս որ մարմնամարդութիւնը ամբողջում է ոչ թէ մէկ հարմիր մե մասը, այլ բոլորը հասարակութեան, նոյնպէս և ուսուցիչը պիտի աշխատէ զարգացնել և կատարելագործել ուղեղային բոլոր ուղղութիւնները, հետեւաբար և բանականութիւնը, զգացումը և կամքը: Սթէ ուսուցիչը կամենում է զարգացնել պատշաճաւոր կերպիւններսայի մտաւորական գործունէութիւնը, նա պարտաւոր է իմանալ այն բոլորը, ինչ օգուտ է և անօգուտ ուղեղին, նորա օգնող գործարանների և առհասարակ աշակերտի առողջութեան համար:

Աշխատութիւնից յետոյ միշտ հանգստութիւն: Մար-

մնամարդութեան ինչպէս և մտքի զարգացնելու ժամանակ միշտ պէտք է ի նկատի ունենալ բանող գործարանների յատկութիւնները և որպիսութիւնները և երբէք չափակել թոյլ գործարանին զօրեղ գործարանի հետ հաւասար բանելը աշխատելը: Ուղեղի կրթութեան ժամանակ անպատճառ պիտի ուշադրութիւն դարձնել, որ միշտ աստիճանաբար լինի, թեթեւից հասնել դժուար վարժողութիւններին և ոչ թէ ընդհակառակը. երբէք չզփոթել երեխայի միտքը նրան բոլորովին անյայտ և անմասշտի տեղիկութիւններով: Այդ պատճառաւ չափազանցութիւնը ոչ մի տեղ այնքան չէ վնասում, որքան ուղեղի վարժելու ժամանակ:

բ) Աշակերտի զգայարանքները:

Ուղեղից յետոյ ուշադրութեան և հոգացողութեան արժանի գործարանները զգայարանքներն են, մանաւանդ տեսողութեան զգայարանքը: Արովհետեւ ուղեղը սովորում է մտաւորական աշխատանքին, եւթարկուելով զգացողական տպաւորութիւններին: Ուղեղը իւր կերպով սպասում է հարապ զգայարաններից, որով պիտի օգտուի ուսուցիչը, ընտրելով իւր աշակերտի համար այնպիսի կերակուր (մտաւոր), որ աշակերտը կարողանայ մարտել: Այդ պատճառաւ ներկայ ժամանակի համապատասխան դասատուութիւնը այն է, որ նկատելի կերպով ծանօթացնել բնութիւնից վերջածոտարիաների կէտ. ուսումնարանական վարչութիւնը պիտի հոգայ այդպիսի առարկաներ ձեռք բերելու համար (մանաւանդ մարդակազմութեան հետ ծանօթացնող գրքեր) իսկ ուսուցիչների պարտաւորութիւնը կը լինի—ծանօթա-



ցնել աշակերտին բնութեան այն անփոփոխ օրէնքների հետ, որով կառավարվում է բոլոր տիեզերքը. որպէս զև երեխան բոլորովին ազատ լինի սնապաշտութիւնից, հրաշքներին հաւատալուց, որոնք դժբաղդաբար շատ տարածուած են մեզանում: Ահա ինչ պատճառաւ հենց իսկ այժմ կան շատ յիմար և հիւանդ (խելքով) մարդիկ, որոնք բնաւ ոչինչ ծանօթ չեն մարդկային մարմնի կազմակերպութեան հետ, իսկ շատ ուսուցիչներ մինչև անգամ նոքա, որոնք աւելի երիտասարդ են, չեն կամենում ոչինչ գիտենալ դորա մասին:

1) **Տեսողութեան գործարան:**—Բոլոր զգայարանքներից ուսումնարանում աւելի հարկաւորը և բանեցնուողը տեսողութեան գործարանն է: Միանգամ ֆնասուած աչքը, էլ չի առողջանում: Մնկասկած, շատ մարդիկ նոյն իսկ ուսումնարանում անկանոն վարվելուց փչացնելով իւրեանց աչքերը զրկվում են մի քանի տեսակ պարապմունքներից, որոնք պահանջում են առողջ աչքեր, սուր տեսողութիւն: Բայց երբ այդ օրինակ պարապմունքներ յանձն են առնում, այնու ամենայնիւ նոքա շուտով դադարում են, շարունակելու անընդունակութեան պատճառաւ՝ ոչ թէ միայն պէտք է աչքերը պահպանել ամենայն տեսակ ցաւերից երեխայութեան ժամանակ, այլ և յետոյ (ուսումը աւարտելուց յետ). միօրեւիցէ պարապմունք յանձն առնելու ժամանակ, մարդ պիտի 'ի նկատի ունենայ աչքի դրութիւնը:

Մենք այս տեղ կարճաւօտ կերպիւ կը յիշենք այն կանոնները, որոնց պիտի հետեւել, եթէ կամենում են, աչ-

քերի ոյժը չկորչէ կեանքի բոլոր շրջանում:—Ամենից առաջ պիտի հեռացնել աչքերից ֆնասուած օդի աղբիւրները. այսինքն այն օդը, ոյր լի է թոզով, ծխով, սուր գոլորշիով. սաստիկ տաքից և ցրտից (նմանապէս սաստիկ սառը ջրից՝ անկողնից իսկոյն վերկացած երես լուանալու ժամանակ) և հակաշունչ (СКВОЗНОЙ ВѢТЕРЬ) քամից:—Յետոյ՝ պիտի հեռու պահել ամենայն տեսակ գլխի հարածներէրէր (այսպէս պատժում են շատ ուսուցիչներ իրանց աշակերտներին) աչքի վերայ սեղմելուց (օրինակ երբ նորան ձեռքերով հուպ են տալիս ետեւից) նմանապէս պիտի հողար, որ աչքի մէջ չընկնեն կողմնակի բաներ:—Բայց ամենից հարկաւորն է լուսոյ վերայ թէ բնական և թէ արուեստական ուշադրութիւն դարձնել, որովհետև լոյսը բազմատեսակ աչքացաւերի ամենահասարակ պատճառն է,—մանաւանդ երբ նա սաստիկ աժեղ և կրօնք է, որովհետև այս դիպուածում չափազանց գոգոռումը թուլացնում է աչքի խնձորի ջղային մաշկը (нервная оболочка глазаного яблока): Կուրացուցիչ լոյսը աւելի ֆնասում է այն ժամանակ, երբ նրա հարուածը յանկարծ է ներդործում, սաստիկ մութ տեղից նոյն սաստիկութեամբ փայլուն տեղ անցնելու ժամանակ, կամ երբ լոյսը ընկնում է տակից, կողքից, կամ երբ լոյսը չափազանց փայլուն առարկայից է ընկնում: Ուրեմն աչքի համար ֆնաս է երկար և շատ անգամ նայել արեգակի, լուսնի, կրակի, բոցի և հայելային, փայլուն մակերևոյթների ու արեգակով լուսաւորուած սառուցի և ձիւնի վերայ. բան անել արեգակի տակ (կարդալ, գրել, նկարել և այլն). աչքի



Համար փնտս է նաև, երբ արթնանալու ժամանակ արե-  
գակի ճառագայթները ընկնում են նորա վերայ: Բայց նոյն-  
չոն էլ փոս է չափազանց լայն լոյսը. մանաւանդ փնտս է նա-  
յել մանր առարկաների վերայ, երբ լոյսը շատ  
թոյլ է:

Ս նաստկար է նմանապէս անյարատև առկայծող  
լոյսը, բնական և արուեստական լոյսերի խարնուրդը:  
Վերջապէս աչքերին կարող է փնտսել և ինքը գործը:  
Այս դիպուածում աչքերի փնտսուելու աղբիւրը կարող է  
լինել աչքերի չափազանց երկարադիւրութիւնը, մանա-  
ւանդ, երբ գործը շատ մանր է կամ փայլուն, սաստիկ  
ձերմակ կամ մութ գոյնի է: Այս պատճառաւ, աչքերը  
չփնտսելու համար այդպիսի գործով պարապելու ժամանակ  
շատ հարկաւոր է հանգստութիւն տալ աչքերին, ուղղե-  
լով աչքերը դէպի կիսալոյս, մալլաւմոխրազոյն ա-  
ռարկաներ կամ թէ գործը փոխել: Բայց մանաւանդ փոս  
է առարկայի և ոչ թէ եղած սաստիկ մեղադրութիւնը,  
որովհետև նա յառաջ կրբերէ կարճատեսութիւն (երբ  
աչքերը նկատում են լաւ միայն մերձաւոր առարկաները):  
Առհասարակ այն բոլորը, ինչոր ստիպում է առարկան  
շատ մօտացնել աչքերին, կարող է յառաջայնել կարճա-  
տեսութիւն:

Այս կողմից հսկողութիւն պիտի անել ինչպէս ու-  
սումնարանում, այնպէս ևս անում. բայց զլրաւորապէս  
այս վերջինում, որովհետև տանը երեխայի վերայ շատ  
քիչ են ուշադրութիւն դարձնում. առանց ուշադրութեան  
են թողնում, օրինակ, երբ երեխան մէջքը ձուսցրած,

գլուխը քաշ արած, կուրծքը սեղմած սեղանին գրում է,  
կարդում է արեգակի տակ, դիրքը մօտիկ պահած աչքե-  
րին: Այս պատճառաւ ուսուցիչը պիտի ծանօթացնէ աչ-  
քերի հոգացողութեան հետ. նա պարտական է այդ ա-  
նել սկսած ամենացածր դասասանից մինչ բարձր դաս-  
աները. խորհուրդ տալ նրանց շատ չմօտիկացնել դիրքը  
աչքերին (բնական տարածութիւնը նոցա մէջ կարելի է  
ընդունել 10—12 պրուսական կամ ըէյնի մատնաչափ, =9,  
7—11, 6 փարիզեան մատնաչափ (մօտ 5 վերջով). սաս-  
տիկ չը ձգել նոցա և չբանել անկանոն լուսաւորութեան  
ժամանակ (երբ լոյսը շատ է կամ անբաւական, անյարատև  
կամ խռոն):

Բժիշկ Կօնը Բրեսլաւում հետազօտել է մեծ քա-  
նակութեամբ աշակերտների աչքերը և եզրափակեց այդ  
հետազօտութիւնից, որ չէոյ ոչ մի ուսումնարան տառնց չար-  
ճապէս աշակերտներ. նա գտաւ, որ կարճատեսութեան զլրա-  
ւոր պատճառը ոչ այնքան մեր վերև յիշած անկանոնու-  
թիւններն են, որքան ուսումնարանի արտաքին հանգա-  
մանքները և մանաւանդ պարտիք շինուածքը. այսինքն,  
սոքա այնպէս են շինում, որ երեխաները ստիպուած են լինում  
նայել շրիթթի վերայ շատ մօտիկ և առաջ թեքած դըլ-  
խով և մարմնով (նայիր ցած): Յետոյ՝ նա գտաւ, որ  
գիւղական երեխաների միայն շատ քիչերն են կարճատես,  
քանի որ քաղաքում ութն անգամ աւելի է կարճատեսների  
թիւը. նա գտաւ, որ պարտիքն և ծխական ուսումնարան-  
ներում կարճատեսները աւելի քիչ են պատահում, քան թէ  
բարձր ուսումնարաններում. նա գտաւ, որ բոլոր ընտանական ուսու-



մարաններում, կանանց բարձր ուսումնարանական հիմնարկութիւններում և զիմնագներում կարճատեսուցութիւնը շատանում է սաստիկ աճող յառաջատու թեամբ ստորինից սկսած դէպի բարձր դասասները: Միջնակարգ ուսումնարաններում կարճատեսների թիւը բոլոր աշակերտների մի տասներորդից աւելի է, բնալականներում համարեայ հինգերորդ մասն է, իսկ զիմնագներում մի քառորդից էլ աւելի է: Միջին թուով բոլոր ուսումնարաններում վերին դասարանների կարճատեսների թիւը աւելի է, քան ստորիններինը: Յիշեալ բժիշկը չէ գտել զիւղական ուսումնարաններում կարճատեսութեան այն աստիճանը, որից հետևում է աչքի իսկական թուլութիւնը, մինչդեռ քաղաքական միջնակարգ ուսումնարաններում այդպիսի կարճատեսների թիւը բաւականի մեծ է. իսկ բնալական ուսումնարաններում և զիմնագներում արդէն նշանաւոր թուի է հասնում: Բացի դորանից, տղաների մէջ երկու անգամ աւելի կարճատեսներ կան, քան աղջիկների մէջ. ուսումնարաններում հասակի մեծանալուց աւելանում են և կարճատեսները:— Յիշեալ բժիշկ Վօնը նկատել է կրկին, որ քանի նեղ է այն փողոցը ուր գտանվում է ուսումնարանը, քանի բարձր են նորա դէմ շինած տները և քանի ցածր է տան յարկը, ուր դասատներն են, այնքան ևս աւելի է կարճատեսների թիւը:— Մենք կարծում ենք, որ ուսումնարանների կառուարիչները պարզ կը տեսնեն, որ ինքը մարդկութիւնը պահանջում է առանց ժխտութեան սարքել այն բոլորը, ինչ որ կարող է ծառայել երեխաների օգտին: Կարճատեսութիւնը նախագրուշացնելու համար

հարկաւոր է շինել տալ պարտերը երեխաների հասակի համեմատ և զբասեղանի տախտակը լինի աշակերտներից պատշաճաւոր տարածութեան վերայ (10—12 մատնաչափ, 26—31 սանտիմետր), այնպէս որ հարկաւորութիւն չլինի աշակերտին շատ թեքել գլուխը և սաստիկ ծռացնել իրանքը (ТУ.ЛЮБИЩЕ), այլ նստել ուղիղ և հագիւ կռացնել իրանքը: Այդ պատճառաւ զբասեղանի տախտակը պիտի մի փոքր թեքած լինի (մօա 2 մատնաչափ 12 մատնաչափ լայնութեան): Աշակերտը երբէք չպէտք է պահի զիրքը 26—31 սանտիմետրից մօտիկ, իսկ եթէ նա չէ կարողանում այդ հեռաւորութեամբ որոշել տառերը, այն ժամանակ պիտի տալ նորան կամ ակնոցներ կամ գտնել աւելի մեծ տառերով գրուած գրքեր:— Անբաւական լոյսը և մանր տառերը նմանապէս ստիպում են աշակերտին տալ աչքերին անյարմար դրութիւն, այսինքն աչքերը սաստիկ մծոացնել գրքին և գլուխը սովորականից աւելի առաջ թեքել. ուրեմն պարզ է, ինչու անբաւական լոյսը և շտո մանր տիպը կարող են փնտսել աչքերին: Նրեխաները երբէք չպէտք է կարդան, գրեն, նկարեն, կարեն անբաւական լոյս եղած ժամանակ, որովհետև ոչինչ տյնքան չէ փնտսում աչքերին, որքան այդ կանոնի զանցառութիւնը: Այդ պատճառաւ դասատները պիտի օրինաւոր կերպիւ լուսաւորած լինին և այն դասերը, որոնք պահանջում են աչքերի մեծ ուժգնութիւն, երբէք չպիտի լինին մթին ժամանակ: Մինչև անգամ մնայլ օրը դասատան մէջ պիտի այնքան լոյս ընկնի, որ ամենավերջին նստած աշակերտը կարողանայ բոլորը լաւ և պարզ տես-



նել: Երեխային գրութիւն և կարգալ սովորեցնելու ժամանակ երբէք չպիտի գործածուեն մանր գրեր (մանր գեղա-գրութիւններ) թէ գրած թէ տպած) և ինայել թղթին, ստիպելով նրան գրել մանր և նեղ նեղ տողերով: Աչաթուրութեանը (որի հասարակ պատճառներից մէկը, կարելի է համարձակ ասել, զճութիւնն է) ընդիմադրելու համար պիտի չտիպել աշակերտին պարապել այնպիսի գործերով, որոնք պահանջում են աչքի մեծ ուժղնութիւն: Սակայն այդ բանի դէմ գործողը աւելի տունն է (ստիպելով առանձին դասեր տալ և կանացի գործերով պարապցնել) քան ուսումնարանը:

Ուղեղի նման աչքն էլ պահանջում է պարապմունքից յետ հանգստութիւն: Կնչպէս մթնումը վնաս է պարապել, նոյնպէս և սաստիկ լուսում վնաս է կարգալ, գրել, կարել և այլն. այդ պատճառաւ ուսումնարանի վարչութիւնը պիտի ուշադրութիւն դարձնէ և դասատան պատերի, յատակի, պատուհանների և այլն գոյների վերայ և թէ ինչպէս է լոյս ընկնում և այլն: Աշակերտների աչքերի համար ամենալաւը այն է, որ լոյսը ընկնի բարձրից կամ ձախակողմից մեծ և լայն պատուհանների միջոցով: Ուղղակի աշակերտի երեսը ընկնող լոյսը վատ հետեանքներ է յառաջացնում: Երկու կողմից լոյս ընկնելը թղթի վերայ ունի այն վնասը, որ ձեռքը շուտք կ'ձգի թղթի վերայ: Բայց երբէք լոյսը չպիտի ընկնի տակից, այդ պատճառաւ լուսամուտի ներքնատախտակը պիտի դնէ զրասեղանների տախտակների հետ մի գծի վերայ լինի: Պայծառ (яркій) լոյսը աւելի լաւ է մեղմացնել քաթանից

շինած պատուհանի վարագուրով կամ մարկիզներով (զրսի վարագոյր): Արհեստի մէջ համար ամենահարմարը գաղն է, իսկ եթէ զազը չկայ, այն ժամանակ պիտի գործածել իւղային լամպեր, բայց ոչ երբէք մամեր, պետրեւէումը և Ֆոտոգէնը (նաւթ) մեծ մաքրութիւն են պահանջում: Պիտի պահպանել աչքերը անմաքուր օդից (վատացած՝ ծխով, թողով, սուր գոլորշիով), որովհետեւ նա զրգուում է և բորբոքում է աչքերը և հակառակը քամայ, մանաւանդ երբ մտքի մտքացած է:— Պատժելով աշակերտին ղլխի հարուածներով, սպառակներով և այլն. ուսուցիչը կարող է վնասել աչքը և վնասել մինչև անգամ ամբողջ կեանքի համար:

2) Ստղութեան գործարանը ակնոյն, թեպէտ և աչքի նման մեծ հոգացողութիւններ չէ պահանջում, այնուամենայնիւ ուսուցիչը անուշադրութեան տակ չպիտի թողնէ և այս գործարանը: Այս կարևոր է և այն պատճառաւ, որ տանը պատշաճաւոր ուշադրութիւն չեն դարձնում այդ գործարանի վերայ և ականջային հիւանդութիւնների և լսողութեան ծանրութեան առաջի սկզբունքները աւելի ուսումնարանում են բացվում, քան թէ տանը: Այդ դիպուածներում պիտի դիմել իսկոյն գիտնական բժիշկ մասնագէտին վատ հետեանքներից փախելու համար: Իսկ ուսուցիչը պիտի զգուշանայ աշակերտի ականջին (սպառակ տալ) և գլխին խփելուց, որովհետեւ լսողութեան ջղերի տատանմունքից կարող է իսկոյն խուրութիւն յառաջանալ. իսկ ականջի դափին սեղմելուց—լսողութեան բթութիւն: Պիտի սաստիկ արգելել աշակերտներին կոխել կողմնակի



բաներ արտաքին ականջային անցքը: Պիտի պահպանել ականջը հակաշունչ քամուց և սաստիկ շոգից (չնստել վառարանին շատ մօտիկ):—Ուսուցիչը երբէք չի կորցնիլ իւր արժանաւորութիւնը, եթէ ուշադրութիւն դարձնէ աշակերանների ականջների իստակութեան վերայ: Աշակերտի լսողութիւնը կարող է զարգանալ նրանով, որ ուսուցիչը պարզ արտասանէ բառերը և ոչ թէ աղաղակէ:

3) Հոստառու-լեւան գործարանի՝ 4-ի վերայ նոյնպէս պիտի ուսուցիչը ուշադրութիւն դարձնէ, որովհետև երեխաները մասերով քթթելով քիթը և կոխելով նորա մէջ կողմնակի մարմիններ, շատ անգամ դորանով ստաջանում են քթի յամառ հիւանդութիւններ:—Հոտառութեան ջղերը պիտի պահպանել հակառակ և զրգռող հոտերի ազդեցութիւնից:—Ուսուցիչը պիտի նմանապէս հսկէ աշակերաններին պատշաճաբար խնչել:—Երբեմն պատահում է, որ աշակերտի քթից վատ հոտ է փչում, որը շատ անախորժ է լինում իւր ընկերներին այն ժամանակ պիտի դիմել բժշկին:

4) Պաշտի գործարանը՝ Եղան, նմանապէս և բերանի միւս մասերը նոյնպէս ուշադրութեան արժանի են ուսուցչի համար թէ պարզ արտասանութեան և թէ բերանի հոտի և առամների դրութեան կողմից:—Հարկաւոր է միշտ ուշադրութիւն դարձնել թէ ինչպէս է աշակերտը բերանը բացում խօսելու և երգելու ժամանակ:

5) Անցնելով վերջապէս շոշոնի գործարանին, ձեռի և մատերի կաշուն, և յիշելով մաքրութեան կարևորութիւնը, առանձին ուշադրութիւն դարձնենք

կաշու մրսեցնելու վերայ, ոչ թէ միայն ուսումնարան դնալու ժամանակ, այլ և նոյն իսկ դասատան մէջ: Մատերին և ձեռներին խփելու իրաւունքը բոլորովին պիտի վերացնել ուսումնարանից:—Պիտի արգելել աշակերտներին բղրենգները կրծոտել, նմանապէս և նոցա երկար թողնել:

ՇԱՐԺՈՂՈՒԹԵԱՆ ԱՊԱՐԱՍԸ:

Այս ապպարատը, որը բաղկացած է ակնների նոյս կապերով և անբաժնելով—անշարժ մասերից—և մկանունքից իւր կամքի (ուղեղի) գործարանից դուրս եկող ջղերով—սոքա շարժող մասերն են, որոնց մէջ ծնում է շարժողութեան ոյժը,—ամենից աւել փնասուած է լինում մէջքի կողմում (ողնաշարի և մէջքի մսերի մէջ). այս փնասը արտայայտվում է առհասարակ կողքի ծռութեամբ: Թէ ինչպէս պիտի վարուել մանուկների հետ, երբ նոքա գործունեութեան մէջ են (մարմնամարզութեան և ուղեղ նստելու ժամանակ), մենք վերևը ասացինք:

Սղակի-բուլեան, ողնաշարի ծռութեան (scoliose) թիւը նոր ժամանակներումս հասել է միանգամայն զարմանալի աստիճանի: Բայց որովհետև այդ հիւանդութիւնից բժշկուած մի օրինակ չկայ, ուստի ծնողների և դաստիարակների մեծ խնդիրը պիտի լինի նորա նախազգուշութիւնը:—Ողնաշարի այդ ծռութիւնը պատահում է աւելի գունահաստ կաշի և թոյլ մասնք ունեցող երեխաների



(մանուսանդ աղջիկներն) մէջ, և ըստ մեծի մասին առաջանում է վատ սովորութիւնից մէկ դրութեան մէջ մնալ երկար ժամանակ, մանուսանդ ծուռ նստած դրութեան մէջ (օրինակ, գրութեան ժամանակ): Իզուր չեն մեղադրում ուսումնարանին այդ այլանդակութեան զարգացողութեան մէջ, վերաբերելով դա սեղանների անյարմար շինուածքին: Սակայն ուսումնարանը միայն չէ մեղաւոր այդ բանում, այլ աւելի մեղաւոր է դրանում ծնողաց տունը, որ բոլորովին ուշադրութիւն չեն դարձնում թէ ինչպէս է նստում կամ կանգնում երեխան, մանուսանդ երբ նա պարսպում է և ուր զանազան վնասակար ազդեցութիւններ սկսում են վնասակար կերպիւ ներգործել ողնաշարի վերայ դեռ առաջի տարիների սկզբում: Բայց թէ այդ խկէ, մենք կը համոզուենք նրանով, որ շատ երեխաներ ուսումնարան մտնելիս արդէն ունենում են այդ պակասութիւնը. որը ծնողները չեն նկատում մինչև այն ժամանակ, երբ այդ հիւանդութիւնը զարգանալով թուելի է լինում արդէն ամենի աչքին և երբ արդէն անբուժելի է դառնում:—

Աթէ ուսումնարանների ինսպեկտորները բժիշկներ լինելին, այն ժամանակ նոքա աշակերաններին ընդունելիս բացի ողնաշարի ծուռութիւնից, կը դանելին նոցա մէջ նաև շատ ուրիշ մոլութիւններ, որոնք, օգտակար կը լինէր, եթէ ուսուցիչներին յայտնի լինէին: Բայց իբրև պատասխան մեր այս խօսքերի, մարմնամարզութեան դահլիճը, կասեն, օրտօպետական հիմնարկութիւն չէ, իսկ ուսումնարանը— հիւանդանոց: Հեղինակը ինքը զիտէ ուսումնարանները

իսկ ներքին կառավարիչներն, որոնք իրանք ոչ մի հասկացողութիւն չունենալով մարդակալմութեան և նորահոգացողութեան վերայ, չեն կամենում անգամ լսել, որ երեխաներին հիգիենական կոնտրոլ է հարկաւոր այդ բանում դիտուն մարդկանց կողմից (այսինքն ինսպեկտորները ընտրուեն բժիշկներից): Այդպիսի մեծաւորները կը ցանկանային անսխալական թաղաւորներ լինել ուսումնարանում:

Որպէս զի մի որոշակի հասկացողութիւն ունենանք ողնաշարի կռելու մասին և արգելաօրէթ լինենք նորա ծագմանը, պիտի մտաբերել հետեւեալը. ողնաշարը քլիթ քայնալ նեղու է ստատիւն է, որի վերայ ամրացած են կրծքի արկղը (ձեռներով) և կոնքը (тазъ) (ոտներով): Ողնաշարի այդ ոսկրը, որը բաղկացած է նշանաւոր թուի առանձին ոսկրներից, կռած է օձանման, ունէ միջին մի խողովակ, որի մէջ պարունակում է մէջքի ուղեղը և աստիճանաբար հաստանում է դէպի ներքեւի կողմը: Ասկրային այդ սիւնը, որին կարելի է շոշափել ձեռներով, չնայելով իւր պնդութեան, սաստիկ արագաշարժ է. նրան կարելի է կռել ամենայն կողմ և շօջել իւր կենդրոնի վերայ: Սիւնի այդ շարժողութիւնը յառաջանում է նրանից, որ նա բաղկացած է քսան և վեց ոսկրներից, որոնք կապուած են միմեանց հետ բաւականի ամուր կերպիւ ոսկրների և կապերի միջոցաւ, որոնք կաղմում են բաղմաթիւ անդամներ, մէկը միւսի վերայ դարսած. այդ կաղմուածքի դիւրաթիւթեան պատճառաւ ողնաշարի բոլոր սիւնը դառնում է շարժող:



Ողնաշարը իւր բնական դրութեան մէջ հայոց Տ տառի ձև է ունենում: Ողնաշարի այդ ծուռ ձևը անհրաժեշտ է, որովհետև մարմնի ամենամեծ ծանրութիւնը առաջի մասում լինելով (թոքերը, փորը իւր մասերով, կարող էր վայր ձգել մարմինը. այդ դիպուածում ողնաշարի ծուռ լինելը հաւասարակշռութեան դեր է խաղում. հաւասարակշռութիւնը պահպանվում է նաև մէջքի ջղերով, որոնք գտանվում են ողնաշարի երկու կողմերում (ջղերը, որոնք թեքում են մէջքը): Ահա, այդ պատճառաւ ողնաշարի օձանման ձևը մարդու մարմնի մի առանձին պատկանելութիւն է:

Ուշադրութեան աւելի արժանին մեզ համար ողնաշարի կրծքի մասն է, որովհետև ողնաշարի ծուռը ամենից շատ պատահում է կողքում և այն կրծքի մասում դէպի աջ. նա հաւասարակշռվում է թեքուելով դէպի ձախ, և այսպէս բաղկացնում է Հայոց Տ կամ Լատինացւոց Տ: Կրծքի ողնաշարի մասի թեքելը աւելի հաճախ դէպի աջ, քան դէպի ձախ, բաղկանում է զլխաւորապէս նրանում, որ կուրծքը դեռ ամենափոքր հասակում թեքած է լինում դէպի աջ, յետոյ ինքն իրան ծուռ է: Սա մեկնվում է կրծքի արկղի բնական անսխիմտորիայ լինելով (որի աջ կողմը ձախից աւելի է) և միայն աջ ձեռքի գերադաս գործածութեամբ: Փոքր երեխաների վերայ, որոնք դեռ չեն սկսել աջ ձեռքի գործածութիւնը, այդ ծուռութիւնը դէպի աջ չկայ, որը, սակայն այնքան աննշան է, որ աննկատելի է լինում:

Գլխաւորն այն է, որ այն ոյժերը, որոնք ներգոր-

ծում են ողնաշարի վերայ, պէտք է միմեանց հաւասարակշռացնեն. հաւասարակշռութեան այդ պայմանների քանդելը յառաջ է բերում արդէն կողքի ծուռութիւնը: Բայց այդ պայմանի քանդելը շատ անգամ սկսում է նկատելի լինել երեխայի վերայ նորա առաջի տարիների ժամանակ— և ահա ինչու մինչ ուսումնարան մտնելը արդէն երեխաները ունենում են ողնաշարի ծուռութիւնը, որին նպաստում են մեծացող ողնաշարի այդ ժամանակ դիւրաթեքութիւնը և մէջքի ջղերի թուլութիւնը: Փոքր երեխաները հեշտութեամբ թիւրակող են դառնում, այդ նորանից է զլխաւորապէս, որ նոքա շատ վաղ հանում են լիհեքներից և ստիպում են նրանց նստել հանգիստ մի տեղում երկար ժամանակ, կամ մի ձեռքի վերայ երկար ժամանակ ման են ածում: Յետոյ կողաթիւրութեան նպաստում են. ծուռ կանգնելու և նստելու սովորութիւնը, միևնոյն ձեռքով բարձր սեղանների և այլ բաներին յենուլը, մէկ ուսի բարձրացնելը, մի ձեռքով ծանրութիւն տանելը և մէջքի մէկ կողմի անբաւ և անհաւասարաչափ գործունէութիւնը: Այդ ծուռութիւնը աւելի զարգանում է հասակը բարձրանալու ժամանակ (12-ից մինչ 14 տարեկան): Առհասարակ երբ երեխայի վերայ նկատուեցաւ ողնաշարի ծուռութիւն, անմիջապէս հարկաւոր է աստիճանաբար և մեծ ջանքով բժշկելը, որպէս մի դժուարաբուժ հիւանդութիւն: Շատ անգամ ողնաշարի կրծքի մասի դէպի աջ ծուռը յառաջանում է ուսումնարանում. կամ թէ տան սկսածը, աւելի զարգանում է ուսումնարանում: Իբրաւ պատճառը պարունակվում է նրանում, որ ուսու-



ցիչը ուշադրութիւն չէ դարձնում երեխաների նստելու, կանգնելու վերայ: Աշակերտի ուղեղ զրութիւնը պարապելու ժամանակ (թէ գրելու և թէ նկարելու) պիտի լինի հետեւեալը. իրանքի վերի մասը պիտի ուղեղ պահուի, որ երկու բազուկները համարեա մինչ մէջ տեղը (և ոչ արմունկները միասին) սեղանի վերայ լինին և որ իրանքի ընդմիջող առանցքը և սեղանի կողքը զուգահեռական, իսկ ուսերը մի գծի վերայ պիտի լինին: Խհարկէ դասատան սեղանները պիտի շինուին համապատասխան աշակերտների հասակին, սեղանը շատ բարձր չպիտի լինէ. իսկ նստելու տեղը այնպէս, որ ոտերը բոլոր դարձապարով յատակի վերայ լինին: Պարտերի լաւ կազմակերպութիւնն էլ մինչև անգամ չէ կարող արգելք լինել երեխայի կողաթիւրութեան, եթէ ուսուցիչը ստիպէ նորան ուղեղ նստել աւելի, քան այդ կարող են տանել նորա մէջքի ջղերը: Այդ յառաջանումէ նրանից, որ ուսուցիչը, ինկասի չէ ունենում ջղային սխտեմի յատկութիւնները և կարծում է, որ աթոռների մէջքերը շինած են իբրև յինարան նստելու ժամանակ և ոչ թէ նորա համար, որ աշակերտը կարողանայ յարմար ձգուել նոցա վերայ և այդպիսով հանգստացնել ջղերը, որոնք բաւականի դադարում են նստելու ժամանակ: Թէպէտ մարմինը և զուխը կարող են երկար ժամանակ հաւասարակշռութեան մէջ պահուել ողնաշարի օձանման լինելու պատճառաւ, բայց այնու աճնայնիւ դորան պիտի նպաստեն և մէջքի և ծործորակի ջղերը: Այս վերջինները, եթէ երեխան ստիպուած է լինում երկար ժամանակ նստել կամ կանգնել,

թուլանում են. սա նմանապէս կարող է պատճառ լինել յաւիանական կողաթիւրութեան:

Այդ բանը նախազգուշացնելու համար, ուսուցիչը պարտական է չստիպել իւր աշակերտներին, նա մանաւանդ նիհար և գունատ թոյլ ջղերով աղջկանց երկար ժամանակ ուղեղ նստել և այդպիսի նստելուց յետ թոյլ տալ նրանց հանգստանալ ձգուելով աթոռների մէջքերի վերայ: Հենց իսկ սորա համար հարկաւոր է շինել ուսուցիչների տխրանքը ձգչէրով և այն մէջքը լաւ է, որ պատշաճաւոր բարձրութիւն ունի և մի քիչ թիւր է:

Այդ երջապէս երեխան կարող է հանգստանալ իրանքի վերին մասով արմուկները յինելով սեղանի վերայ, միայն թէ ուսերը մի գծի վերայ լինին: Տանը պիտի ստիպեն երեխաներին, որոնք երկար նստելուց դադարել են, պառկել հորիզոնական զրութեան մէջ: Խհարկէ կան այնպիսի աթոռներ, որոնք բոլորովին չեն կարողանում ծառայել այդ մեր վերոյիշեալ նպատակին. այսպէս են, օրինակ, ցածր մէջքերով աթոռներ:

Այն պարտերն, որ շինած է համապատասխան իւր նպատակին, պիտի բաւականացնէ հետեւեալ պահանջներին. նա պիտի ամեն աշակերտի համար (թէ մեծ և թէ փոքր) հանդիստ և յարմար նպատակ լինի թէ պարապելու և թէ հանգստանալու ժամանակ. նստարան, որ չստիպէ աշակերտին ընդունել այս կամ այն անկանոն զրութիւնը: Աթոռի և սեղանի տարածութիւնը պիտի ոչ շատ մեծ լինի և ոչ էլ շատ փոքր, և աթոռը պիտի տայ կարողութիւն աշակերտին նստել զանազան կերպիւ,



այսինքն, որ նա կարողանայ նստել կամ աւելի ազդերի վերայ, կամ յետոյքի: Բոլորովին անհրաժեշտ է սեղաններին ունենալ յարմար (համաձայն մէջքի ձևին շատ թիւր դրած) մէջքեր ծոծորակի և մէջքի ջղերը հանգրտացնելու համար: Հասկանալի է, որ ուսումնարանում պիտի լինին պատրաստ այնպիսի սեղաններ, որոնք յարմարացրած են երեխաների տարբեր հասակներին: Արպէս զի շատ պարտեր չլինին ուսումնարանում, կարելի է փոքր երեխաների համար մի բան դնել աթոռների վերայ, այնպէս որ սեղանը շատ բարձր չլինի աթոռից. նմանապէս չպէտք է աշակերտներին նստացնել նրանց յառաջադիմութեանը նայած, այլ հասակին և ուրիշ մարմնաւոր յատկութիւններին (կարճատեսութեան և ականջի ծանրութեան): Չէ կարելի բացասել, որ վերին դասատուների համար նստարաններ պատրաստելը դժուար է որովհետև այնտեղ լինում են աշակերտներ բոլորովին տարբեր հասակի: Չէ կարելի բացասել նաև, որ աշակերտներին յառաջադիմութեան նայած տեղաւորելը միայն բթամիտ ուսուցիչների մօտ կարելի է տեսնել: Ի վերջոյ պիտի յիշել մի քանի ուսուցիչների և դաստիարակների հակառակ հայեացքի մասին, որոնք ստիպում են երկար նստելուց դադարած երեխաներին իրանց մարմինը ամրացնել մարմնամարզութեամբ, այսինքն մի ուրիշ դադարեցուցիչ եղանակաւ:

Պառկած հանգստանալը—ահա ամենագեղեցիկ միջոց երեխայի համար այս դիպուածում:

Դ) ԱՐԻԻՆ, ԱՐԻԻՆԱՇԻՐՁՈՂՈՒԹԻՒՆ ԵՒ ԱՐԵԱՆ ԿԱԶՄՈՒԹԻՒՆԸ:

Աշակերտների արիւնը, արիւնաշրջողութիւնը և արեան կազմութիւնը շատ անգամ այնքան անբաւական է լինում, որ ոչ թէ միայն մի գործարանի, այլ և բոլոր մարմնի հիւանդութեան պատճառ է դառնում: Արիւնը Գեմայի աշխարհ է: Միայն նա կարող է ապրել և առողջ լինել, ով ունի պատշաճաւոր քանակութեամբ արիւն և ում մէջ նա կանոնաւոր շրջում է: Այս պատճառաւ իւրաքանչիւրի գլխաւոր խնդիրն է արեան զարգացումը և նորա շրջողութիւնը բնական դիրքի մէջ պահպանել և հեռանալ այն ամենից, ինչոր կարող է վատ ներգործութիւն անել արեան քանակութեան, յատկութեան և նորա շրջողութեան վերայ: Իսկ թէ ներկայումս մարդկանց բազմութիւնը այդ չէ հասկանում և այդ անհասկացողութիւնից շատերը տանում են միայն թշուառ կեանք,—այդ միայն ամօթ նուցա համար, որոնք ուսումնարանի ուսուցիչների պատասխանատուներ են:

Պապաշահուոր Կանտոն-Լեմբը արիւն ունենալ, ահա ուսման տարիների ամենագլխաւոր պայմանը, որովհետև այս տարիներում արեան մի մեծ քանակութիւնը գնում է ինչպէս բոլոր մարմնի բարձրութեան, այնպէս և ուղեղի մտաւոր և ջղային ուժերի կազմութեան վերայ:

Հասկանալի է, որ ծնողները նախ և առաջ պիտի



հոգան այն բանի վերայ, որ երեխան ունենայ պատշաճաւոր քանակութեամբ և յատկութեամբ արիւն և այս պատճառաւ նրան լաւ կերակրել և հոգս տանել մաքուր օդի համար (մանաւանդ ննջարանում) :

Բայց և ուսումնարանը կարող է փաստել աշակերտի արիւնը, տալով նրան մարմնաւոր և մտաւոր չափազանց պարապմունքներ, սափակելով նորան վատ օդ ծծել կամ վերջապէս արգելելով դասի ժամանակ ջուր խմել երեխային, որով արիւնը գրկվում է ջրի անհրաժեշտ քանակութիւնից: Աշակերտութիւնների մեծ մասը ուսման կարգը աւարտելուց յետ սակաւարիւն է լինում և սորա պատճառը ոչ թէ միայն ծնողներն են, այլ և ուսուցիչները: Ի հարկէ սակաւարիւնութեան (անեմիա) հիմքը դնվում է ծնողների տան մէջ: Այս հիւանդութիւնների պատճառը անբաւարար կերակուրը և չափազանց գործերն են (մասնաւոր դասերը, կանացի և սուհասարակ անային գործերը), ուղեղի հետ անկանոն վարուելը և շատ անդամ սեռական չարութիւնները, — սակայն ուսումնարանը ևս քիչ չէ նպաստում այս հիւանդութիւնների շուտ գարգանալուն, սորանք են, ուղեղի և զգայարանքների չափազանց ուժգնութիւնը, սաստիկ ոյժ պահանջող մարմնաւոր վարժողութիւնները (մանաւանդ երկար ժամանակ նստեցնելով և երկարատե մարմնամարզութեամբ) և դասասանների անմաքուր օդը: Այս կողմից փնասակար են ձաշից յետոյ պարապմունքները, որովհետեւ ձաշից յետ երեխան, չկարողանալով ուղեղ նստել, վատ ներդործութիւն է աւնում ծանրոցած պատմութի վերայ, սեղմում է նրան և

արեան սննդարար հիւթերի և աղէքների շրջողութիւնը դժուարացնում է: Արջապէս մտաւոր ուժգնութիւնը, հարկաւոր շարժողութեան պակասութիւնը և վատ օդը խանգարում են ախորժակը և մարսողութիւնը և այսպիսով, թեպէտ և ոչ ուղղակի, բայց պատճառ են դառնում սակաւարիւնութեան:

Բայց պիտի ասած, որ սակաւարիւնութիւնը ունի ահագին նշանակութիւն ուսման տարիներում, որովհետեւ նա նպաստում է ոչ թէ կարճատեսութեան և տեսողութեան թուլութեան, կողաթիւրութիւն. (մէջքի մկանունքների թուլութեան պատճառաւ), ուղեղի և ջղերի տանջանքներին (մանաւանդ էպիլեպտիկական դրութեան), այլ, զարգանալով և կենաց հետեւեալ տարիներում, հեշտութեամբ կարող է պատճառ դառնալ մշտական Ֆիլիքրական և մտաւորական թուլութեան, ջղային տանջանքներին և հոգեկան հիւանդութիւններին: Այս հիւանդութեան ժամանակ ուղեղի և մկանունքների արեան պակասութիւնը պատճառում է գլխացաւ, գլխի պոռոյա գալը և մինչև անգամ ուշաթափութիւն, ձայն ականջներում, սրտի սաստիկ խփելը, շնչարգելութիւն, Ֆիլիքրական և մտաւորական դանդաղութիւն և ծուլութիւն, հոգեկան խանգարում և թուլութիւն: Այն ուսուցիչը, որ երեխայի սակաւարիւնութիւնը ՚ի նկատի չէ ունենում և պահանջում է նրանից նոյնքան, որքան առողջ և լիարիւն երեխայից, նա մեծ գժբաղտութիւնների պատճառ կարող է լինել: Բայց ի՞նչ եմ ասում, ի՞նչ գործ ունի ուսուցիչը



աշակերտի առողջութեան հետ:—Ահ որ այդ բժշկի բանն է:

Այն ուսումնարանում, որը կամենում է մարդասէր լինել, սակաւարիւններին, ուրեմն մտաւոր թոյլ աշակերտներին պիտի ուսուցանել առանձին և համապատասխան նոցա դանդաղ բանող ուղեղին, որովհետեւ նոքա սովորելով առողջների հետ, չեն կարող վերջինների հետ համեմատուել: Իսկ եթէ կարողանում են համեմատուել, միայն իրանց առողջութիւնը վնասելով: Աւսումնարանի պարտքն է միեւնոյն ժամանակ երեխայի ծնողների ուշադրութիւնը դարձնել այդ հիւանդութիւնների վերայ և այլ և այլ միջոցներ դործ դնել նոցա դէմ: Սակայն սակաւարիւնութիւնը հեշտութեամբ կարելի է իմանալ գունատ դէմքից, սառը և բարակ, կանաչ կամ դեղնաւան կամ մոմագոյնմաւեա կաշու միջից երևող գունատ մանուշակագոյն երակներից և շրթունքներից (մանաւանդ ներքին մակերևոյթի) ընդերի և կոպերի գունահաստութիւնից: Կարմիր թշերը լաւ առողջութեան ապացոյց չեն կարող լինել:

Անցնենք դէպի այն առողջութեան համար ոչ անվնաս փոփոխութիւնները, որոնց ուսումնարանում ենթարկվում է արիւնը իւր Բնական Բողոքաւթեա՞ք, այսինքն, իւր այն դրութեան մէջ, որում արիւնը պիտանի է կեանքի և առողջութեան համար, և որի մէջ նա պահվում է բացի կերակրիցը նաև առողջարար օդով, պատշաճաւոր քանակութեամբ թթուածինով: Այդ փոփոխութիւնները յառաջանում են մասամբ վատառողջ օդի և արիւնադարձութեան արգելքներից:

Արեխայի արեան վատանալու գլխաւոր պատճառը դասատան աշակերտներից դուրս շնած և կամ գոլորշից բաղկացած օդն է, որովհետեւ այդպիսի օդով աշակերտները երկար ժամանակ են շնչում: Օդի վատանալը բաղկանում է նրանում, որ աշակերտները ներշնչելով մաքուր օդը դուրս են շնչում վատացածը, այսինքն ածխաթթուն, որի մի պրօցենտը և մինչև անգամ կէսը վնասում է մարդու: Սենեակում փայտ վառելիս նմանապէս հաւարվում է ածխաթթու: Բացի ածխաթթուն, դուրս շնչող օդը պարունակում է իւր մէջ շատ ջրային գոլորշիներ, և նմանապէս արիւնից դուրս եկող լուծման բերքեր և այլ գոլորշիներ: Այդ բերքերը բացի դրանից և նրանով են վնաս, որ նոցա փոքրիկ քանակութիւնը կարող է կշտացնել օդի մեծ քանակութիւն և արգելք լինել մեր մարմնից սաքութեան դուրս գալուն, որովհետեւ արդէն կշտացած օդը չէ կարող ընդունել կրկին տաքութիւն մեր մարմնից:

Բարեխիղճ ուսուցչի պարտականութիւնը պիտի լինի նայել դասատաների օդի հատկութեան վերայ: Հարկաւոր է նմանապէս, չնայելով արհեստական օդափոխութիւններին, ամեն դասից յետոյ (եթէ կարելի է և բոլոր դիշերը) բաց պահել դասատան դռները և պատուհանները: Սակայն, աշակերտներին հեռացնել դասատաներից ժամամիջոցներում այն օգուտը ևս ունի, որ նա կր խանգարէ աշակերտին անձնատուր լինել զանազան տեսակ չարութիւններին (շատ կարելի է որ սեռական), որը շատ



է պատահում այն աշակերտների հետ, որոնք մնացել են առանց վերատեսչութեան:

ՂԺբաղտարար, շատ տեղերում ուսուցիչները մինչև անգամ այդ արհեստաւոր օգափոխութեան դէմ ընդդիմանում են. այդ այն ուսուցիչներն են, որոնք կորցրել են հոտտելիքը, որոնք վախենում են մաքուր, զովարար օրից և որոնք շատ քրտնում են: Թողը (փողօցից, վառելիքից և այլն) իբրև ամենամեծասպասար բան շնչառութեան գործարանին և իբրև լաւ օդը վատացնող, պիտի շուտով հեռացնել: Ափսոս որ շատ ուսումնարաններում սենեակները շատ հազիւ են լուսցվում, ինչու և նոցա մէջ Թողը անպակաս է լինում: Ինքն ըստ ինքեան հասկանալի է, որ բետիրատի անախորժ գազերը պիտի հեռու պահել որքան կարելի է սենեակներում մուտք ունենալուց: Կայ նաև մի այլ վտանգաւոր գազ, որը կարող է ձմեռը վառելու ժամանակ խառնուել սենեկի օդի հետ. այդ ածխաօքսիդըն է (ОКИСЬ УГЛЕРОДА): Նա կարող է անցնել ոչ թէ միայն ձմերից և վառարանի դռներից, այլ և երկաթեայ պատերից անգամ, որովհետև գազերը կարող են անցնել մինչև կարմրութեան աստիճանի տաքացած երկաթից: Այդ չափազանց թոյնաւոր գազը փոքր քանակութեամբ անգամ զլտացաւ է յառաջացնում:

Բացի վիտտելիացիօնի (օդափոխութեան) պակասութիւնից, դասատան վատ օդի պատճառը կայանում է և սենեկի փոքրութիւնից աշակերտների մեծ քանակութեան համեմատ:

Ահասարակ ամեն մի աշակերտի համար պիտի

նշանակուի 8—12 քռ. սոնաչափ մակերեւոյթ և 100-150 կուբիական սոնաչափ տարածութիւն, հաշուելով սենեակի բարձրութիւնը գոնէ 12 սոնաչափ: Այնպէս որ 50 աշակերտների համար հարկաւոր էր ունենալ սենեակ 400—600 քռ. սոնաչափ և պարունակութիւն 500—750 կուբ. սոն: Բայց սրտեղից գոնենք այդպիսի դասատներ: Դասատնում լայնատերև բոյս ունենալը կարող էր այդ կարիքին բաւականացնել, որովհետև բոյսերը ծծելով աշակերտներից գուրս շնչած ածխաթթուան, տալիս են դուրս տեղ նոցա հարկաւոր թթուածինը: Բայց լաւ յատկութիւն ունեցող արիւնը միայն այն ժամանակ կարող է պահպանել մարմնի առանձին մասերը կեանքի առողջ և գործունէութեան ընդունակ դրութեան մէջ, երբ նա կարող է ազատ առանց արգելքի խաղալ նոցա մէջ: Այն բոլորը, ինչ որ կարող է արգելք լինել ազատ արեան շրջութեան, կարող է նաև արեան յատկութեան և առանձին գործարանների վերայ վատ ներգործութիւն անել: Եթէ, օրինակ, արիւնաշրջութիւնը թոքերում դժուարանայ, դորանից ոչ թէ միայն թոքերը կը վնասուեն, այլ բոլոր արեան յատկութիւնը կը վատանայ նրա գործունէութեան արգելք լինելու պատճառաւ: Միևնոյնը կարելի է ասել նաև միւս արիւն շինող և մաքրացնող գործարանների մասին (կաշի, ПЕЧЕНЬ, երիկամն և այլն): Բայց անկանոն արիւնաշրջութիւնը մանաւանդ վնասում է այն գործարաններին, որոնք ծառայում են մասուր գործունէութեան (բանականութեան, զգացմունքին և կամքին), — մեր խօսքը ուղեղն վերայ է նորա ջղերով



միասին, և 2) այն գործարաններին, որոնք զրգուով են մտաւոր գործունէութիւն, որպէս են զգայարանքները և շոշափման գործարանը, որոնք ամենահարկաւորն են աշակերտին ուսումնարանում:

Հնչառութեան գործարանը ուսումնարանում դանդան ճանապարհներով է վնասվում. վատ օդով, որը գոյանում է աշակերաներով լեքը դասասաներում, և մարմնի անկանոն դիրքով, որը դժուարացնում է արիւնաշրջողութիւնը: Կնչ որ վերաբերում է ներշնչելու օդին, կանէք, որ թողը և ամխազքսիդը մանաւանդ վնասակար են: Դասասանի օդը ոչ շատ շք և ոչ էլ շատ ցուրտ պիտի լինի: Սաստիկ ջերմութիւնը կարող է յառաջացնել թոքերի հիւանդութիւններ: Նա մանաւանդ վնասակար է երեխաներին սաստիկ շք դասասանից դուրս դալ ցուրտ բակը. այդպիսի սուր փոփոխութիւնները կարող են յառաջացնել թոքերի բորբոքումն հնչառութեան գործարանի մէջ: Երեխաները աւելի շուտ կարող են ստանալ այդ հիւանդութիւնը, երբ նոքա շք դասասանից դուրս եկած դէպ ՚ի տուն գնալիս ցուրտ քամիի ժամանակ իրար հետ երկար խօսեն. մանաւանդ երբ դրանից առաջ բաւականի խօսել են, երգել և այլն:

Մյուս պատճառաւ ուսուցիչը պարտական է թախանձանօք խորհուրդ տալ աշակերաններին բաց չանել բերանները ցուրտ եղանակում, այլ աշխատել քթով շնչել: Առհասարակ ուսուցիչը աւելի, քան այժմ լինում է, պիտի ուշադրութիւն դարձնէ աշակերանների շնչառութեան վերայ և թոյլ տայ նոցա դասամիջոցներին որ-

քան կարելի է աւելի խոր շնչել մաքուր և զովարար օդը: Թող նա ստիպէ աշակերանների կուրծքը դուրս ձգել, իսկ ուները յետ և սորանով ամենից լաւ կարելի է հասարակչուել հնչառութեան և արեանշրջութեան ապարատների խանգարումը, որը յառաջացել է երեխայի երկար ժամանակ մէջքը ծռած նստելուց:

Արեանշրջութեան վերայ չափազանց վնասակար ազդեցութիւն ունի նաև դիրքի այն անկանոնութիւնը, որը աշակերտը տալիս է իւր մարմնին մանաւանդ նստելու ժամանակ, կուացնելով գլուխը և իրանքը և կամ թէ յենելով կուրծքը սեղանին: Գորանով արեանշրջութիւնը դժուարանում է այն գործարաններում, որոնք այդ անկանոն դիրքով սեղմուած են. և ծուացնելով մեր գլուխը, մենք խանգարում ենք արեան շրջողութիւնը վզի խողովակներում և ուրեմն դժուարացնում ենք լաւ արեան հոսանքը դէպի գլուխը և անպէտք արեան յետ գառնալը: Գորանից կարող են յառաջանալ այսպէս կուչուած մեքենական կամ պաստիլական անշարժութիւն, որը արտայայտվում է զլխացաւով, զլիւի սրտոյտքով, կուծով, քթից արիւն գնալով, և սոքա այնքան սաստիկ են լինում, որքան սաստիկ են սեղմվում վեզը կամ կուրծքը (նաև շորով, որը ըստ իւր հերթին նոյնպէս սեղմում է վեզը և կուրծքը):— Բայց փորի գործարանների սեղմուելը նոյնքան խանգարում է հնչառութեան գործարանի գործունէութեանը, որքան և մարտողութեան գործարաններին և դորանից մարդ կորցնում է ախորժակը և յառաջանում են մարսողութեան և փորի գործարանների



արիւնաշրջողութեան անկանոնութիւններ: Տկարութեան այդ երեւոյթները աւելի հեշտ են զարդանում այն ժամանակ, երբ աշակերտը իսկոյն ճաշից յետ դնում է ուսումնարանը և երկար ժամանակ իրանքը ծռած նստում է: Բացի մեր յիշած մի քանի գործարանների արեան շրջողութեան խանգարումները, յառաջացած մեքենական կերպիւ, երևում են նաև արեան մեքենական կոյտեր, այսպէս կոչուած *սիփ-սիփ* (խկական, էական) *էպիէր* սրտի և խողովակների (արտերիանների) սաստիկ գործունէութեամբ: Այդ տեսակ արեան կոյտերը նոյնպէս կարող են յառաջացնել *գլխացաւ*, մանաւանդ աղջկերանց (որի հետ միասին երեսը, ականջները կարմրում են, գլուխը ծանրանում և շրջում, երևում է *քնափութիւն* և երբեմն *փսխումն* . աշակերտը զգում է, որ աչքերը աղօթում են և ճակատը այրում). *քթից* արեան հոսանք, մանաւանդ տղայոց և առաւելապէս բարձր դասատուների. կոկորդացաւը, որը առհասարակ աներեւոյթանում է արձակուրդի ժամանակ. *խածի* (30ՕՆ) (ուսումնարանական *խածի*), որը քչանում է ուսումն աւարտելուց յետ:—Այդ հիւանդութիւնները այնքան շուտ են երևում, որքան դասատան բարեխանութիւր բարձր է, որովհետև ջերմ օդը աւելի է նպաստում խողովակների լայնանալուն և հետևապէս այն բոլորին, ինչ որ դորանից յառաջանում է: Մէկ էլ որ ջերմութիւնը ներգործում է երեխաների վերայ (որովհետև նոքա դեռ մեծանում են) աւելի անաջող, քան հասակաւորների վերայ և այդ պատճառաւ անխղճմտանքութիւն կը լինի

ուսուցչի կողմից ստիպել երեխաներին շոք ժամանակ ճիշնել մտաւոր բնդունակութիւնները: Ամառը 10—12 դաս չպիտի լինի, նմանապէս ճաշից յետոյ, հենց որ Բէօմիւրի ջերմաչափը ցոյց կուտայ առաւօտը 9 ժամին 19 աստիճան շուաքում: Բայց դասատան շոքը կարելի է բարեխան օգտփոխութիւն անելով, ջուր ցրելով (քացախի հետ), պաշտպանելով արեգակից որքան կարելի է և ջանք անելով, որ աշակերտները շատ նեղ չնստին իրար հետ անյարմար, ուժգին դրութեան մէջ:—

Ի) ԱՅՆ ՀԻՒՆԳՈՒԹԻՒՆՆԵՐԸ, ՈՐՈՆԻ ԵՐԵՍԱՅԲԸ ՈՒՍՈՒՄՆԱՐԱՆ ԵՆ ԲԵՐՈՒՄ.

Բացի վերոյիշեալ հիւանդութիւններից, որի սկիզբը կամ յառաջանալը վերաբերում են ուսումնարանին, կան նաև այնպիսի հիւանդութիւններ, որոնց հետ աշակերտը զալիս է ուսումնարան և որոնց վերայ ուսուցիչը կարող է և պարտական է ուշադրութիւն դարձնել: Այդ հիւանդութիւններից մի քանիսը (այն երեխայքը, որոնք ունին այդ հիւանդութիւնները, Սակսոնեան օրէնքներով չեն կարող ուսումնարան յաճախել) կարող են ուրիշ աշակերտներին էլ վնասել, ինչպէս են ապականարար (մանաւանդ կաշու հիւանդութիւնները) և զղուանք զրգոող հիւանդութիւնները, առաւելապէս նոքա, որոնք վերաւորում են տեսողութիւնը և հոտառութիւնը. միքանիսը ապագայում կարող են վնասել հենց իրանց երեխաներին, որոնց ծնողքը առհասարակ շատ քիչ ուշադրութիւն են դարձնում այդ հիւանդութիւնների վերայ, նոցա աննշան



բան համարելով: այսպէս են զգայարանքների և շնչառութեան ապպարատի հիւանդութիւնները (հազ): Այն աշակերանները որոնց հիւանդութիւնների հետ երևում են նաև միանքների կծկումն, մանաւանդ սուրբ Վիտտի պարը (пляска св. Витти), այդ հիւանդութեան սաստիկ ուժղնաճ ժամանակ լաւ տեսարան չէ բացում իւր բնկերների առաջ և մինչև անգամ կարող են միւլնոյն կծկումն (судороги) յառաջացնել իւր բնկերների մէջ (այսպէս կոչուած հոգեղեն փոփոխութեամբ):—Մանաւանդ պիտի զգուշանալ որ մի երեխայ չանցկացնէր միւսին բորտութիւն և կենդանիներ, որոնք շատ անդամ պատահում են մարմինը կեղտոտ պահելուց:

III.

Եթէ մարդ կամենում է կատարել որպէս հարկն է իւր բարձր նշանակութիւնը բնութեան մէջ և վարել այն կեանքը, որը պատշաճ է մարդուն, նրան ամենից հարկաւորն է ծանօթանալ իւր սեպհական և բնութեան այն օրէնքների հետ, որոնց նա ենթարկուած է: Միայն այն դաստիարակները, որոնց հոգը չէ ոչ իրանց կողման վստմութիւնը, ոչ նրանց վերայ բարձաճ պարտաւորութիւնները, միայն նոքա կարող են աւելի նշանակու-

թիւն տալ զանազան շնչին բաների, որոնք միայն ծանրացնում են աշակերտի յիշողութիւնը, քան թէ այն օրէնքներին, որոնք թաղաւորում են տիեզերքի և մարդու մարմնի մէջ. ասում ենք այն շնչին բաների համար, որոնցով լքցնում են այժմ շատ ուսումնարաններում աշակերանների գլուխները, որոնցով աշակերտը յետագայ կեանքում մինչև անգամ փող չէ կարողանում ճարել, իսկ լուսաւորութեան համար բնաւ չեն ծառայում: Անօթ և շատ ամօթ այն ուսումնարանին, որը չէ ծանօթացնում մարդկանց նոցա սեպհական մարմնի հետ, որպէս զի նոքա կարողանան պահպանել, որպէս իրանց առողջութիւնը, նոյնպէս և նոցա բարեկամներինը և ծանօթներինը ամենալուսաւորութեան խանդարման ժամանակ: Բայց ամենայն կիսալուսաւորեալ մարդ շատ լաւ զիտէ, որ միայն առողջ մարդը, կարող է կատարեալ մարդ լինել, այսինքն ունենալ կատարեալ բանականութիւն, զգացմունք, կամքի և բնութեան ոյժ և թէ Ֆիզիքական տանջանքները թուլացնում են բանականութիւնը, խանգարում են քէֆը և թուլացնում են կամքի ոյժը:

Սակայն մինչև անգամ ցածր դասասանների աշակերտներին ծանօթացնել մարդակազմութեան հետ դժուար բան չէ, եթէ միայն կարողանայ մարդ գործը լաւ սկսել և յանձնել այդ բանը զիտուն ուսուցիչներին: Հենց առաջի դասերում կարելի է հաղորդել աշակերտին բաւականի շատ հիգիէնական (առողջապահական) կանոններ, որոնց նոքա շուտով կարող են գործադրել: Օրինակ, ծխական ուսուցիչը (բոլոր ուսուցիչներից նա պիտի լինի ամենալաւ դաս-



տիարակ) քննելով «բերան» բառը, համեմատելով նրան  
 սննեկի դռան հետ, որը կարելի է բանալ և փակել և  
 որից կարելի է դէպ 'ի սննեակը օդ մտցնել և դուրս բե-  
 րել և այլն, շատ հեշտութեամբ կարող էր հասկացնել  
 երեխային, որ ցրտում պիտի փակել բերանը և շնչել  
 քթով, ցոյց տալ թէ, ինչ պիտի արած հազի ժամանակ  
 և այլն: Անտրոպոլոգիայի (մարդաբանութեան) դասերի  
 ժամանակ կարելի է անատոմիական օրինակներով: (\*)  
 Բայց 'ի հարկէ անտրոպոլոգիան միայն մի յիշողականու-  
 թեան գործ չպիտի դառնայ և չպիտի բաղկանայ ոսկր-  
 ները, ջղերը և այլն անունները անդիւր անելում:

Ա երջապէս երեխայի համար միևնոյնն է, թէ մար-  
 դուն որքան ոսկր կամ ջնդ ունէ և կամ թէ ինչպէս են  
 նորա կոչվում, թէ որտեղ է musculus petrosalpin goptery  
 gostaphylinus և կամ թէ աջ ցածածն Թաղանթը որքան  
 խաւ ունէ: Նմանապէս մի մեծ անհրաժեշտ բան չէ ի-  
 մանալ՝ զիտէ մարդ՝ քանի բաժանմունք ունէ սիրտը և

\*) Հրատիրում ենք անտրոպոլոգի ուսուցանելու ժամանակ մասնա-  
 ւանդ հետեւեալ դրերը. 1) Գոկտր Ֆիդլերի անատոմիական պատի ցու-  
 ցակները հրատարակուած Սակոնեան ազգային լուսատրութեան նախա-  
 բարի կարգադրութեամբ, 2) Ֆլեխմանի պրատիքական օրինակներ Նի-  
 տեմբերգում, յիանաի եւ ամենից ընդունված իբրեւ մի չափազանց օգ-  
 տաւէտ մեռնարի, 3) Անատոմիական լուսանկարչութիւններ Գոր Թեոփի-  
 վերի շատ զեղեցիկ պատկերներ, որը մենք առաջարկում ենք մինչեւ ան-  
 դամ բժշկութիւն ուսանողներին. 4) Շատ ժամանակ չէ, որ քանդակա-  
 արտ Շտիգլերը Ալպպիգում այդ բրոշիւրի հեղինակի մեռնարկութեամբ  
 պատրաստում է շատ հիշող եւ արժան գնով զամից. մարդու գործարան-  
 ների օրինակներ. 5) Այդ բրոշիւրի հեղինակի գրքոյկում:

ուղեղը և կամ թէ որքան օդաշնչելի ցանցեր (КЛѢТОЧКИ)  
 ունին թոքերը: Բայց անպատճառ պիտի պահանջել,  
 որ երեխան ուսումնարանում զիտենայ գոնէ հետեւեալը  
 (վերջնում ենք հիգիէնայից մի քանի հարցեր).

Ինչո՞ւ արիւնը կեանքի աղբիւրն է և ինչպէ՞ս պի-  
 տի պահպանել բնական դրութեան մէջ նորա քանակու-  
 թիւնը, յատկութիւնը և նորա ջղերը մեր մարմնի բո-  
 լոր մասերում: Ի՞նչու մարդ չէ կարող առանց կերակրի  
 (ուտելիք կամ խմելիք) սպրել և ի՞նչ պիտի հասկանալ  
 սննդարար նիւթեր «բառերով և ինչպէ՞ս պիտի նրանց  
 գործածել, որ մարդ առողջ լինի. ի՞նչու և ինչպիսի՞ օդ  
 մենք պիտի ծծենք, եթէ մենք կամենում ենք ապրել և  
 առողջ մնալ և ի՞նչ պիտի անենք, որ մեր շնչողական  
 ապպարատը իւր նշանակութիւնը, որպէս հարկն է կա-  
 տարէ:

Ի՞նչ նշանակութիւն ունեն առողջ ասամները պինդ  
 սննդարար նիւթերը մարսելու համար և որքան հեշտ  
 բան է խանդարելուց նոցա պահպանել:

ստամոքսը որքան կարևոր է բոլոր մարմնի համար  
 և ինչպէ՞ս պահել նրան առողջ դրութեան մէջ, կամ թէ,  
 եթէ նա խանդարված է, ի՞նչպէս կարելի է ուղղել նո-  
 րան կերակրում զգոյշ լինելով, ի՞նչ կարևոր կեն-  
 դանական նշանակութիւն ունէ մարմնի կաշին և ինչպէ՞ս  
 պահպանել նորան, քանի որ ըստ մեծի մասին ոչ ոք չէ  
 հոգում նորա վերայ: Ի՞նչպէս պիտի փախչել այն թոյ-  
 ներից, որոնք շատ անգամ պատահում են անայլին կանա-  
 քում և այլն և այլն:



Այս մի քանի, բայց կեանքի և առողջութեան համար ծառայող գործարանների հետ, միքանի տարուայ միջոցում կարելի է այնպէս ծանօթացնել աշակերտին, որ այդ գիտութիւնը, ինչպէս հաւատի գիտութիւն, կը մանի բոլորովին մարդու գլուխը և կարող է օգտիւ գործադրուել աւելի հասակ առած ժամանակ: Եթէ պատշաճաւոր ուշադրութիւն դարձնենք այն գործարանների վերայ, որոնք հարկաւոր են հողոյ գոյութեան և զանազան պաշտօններ կատարելու համար, այսինքն ուղեղի և զգայարանքների վերայ, և, եթէ աշակերտներին ծանօթացնէին այդ գործարանների հոգատարութեան հետ, այն ժամանակ նոյն իսկ ուսումնարանում կը դնուէր ապագայ, բնութեան համեմատ դաստիարակութեան հիմքը և այն ժամանակ մարդիկ, առաջն տարիներից սկսած, չէին ստանալ ամենաանպիտան կրթութիւն, ինչպէս որ այժմ կրթում են երեխաներին պառաւեների յիմար խորհուրդներով: Ուսուցիչը, համեմատելով այստեղ մարդու կենդանի մարմինը վառարանի կամ բանող շոգեայ մէքենաների հետ, շատ հեշտութեամբ կարող էր հասկացնել աշակերտներին մեր մարմնի սննդի պրոցեսի հետ, որը ամեն մարդ պիտի ամեն բանից առաջ զիտենայ: Նւ. մինչև անգամ փոքր երեխաներին կարելի է հասկացնել, թէ ինչպէս է մեր մարմինը գործածելուց փչանում, և թէ փչացած նիւթերի տեղ ինչպիսի նոր նիւթեր պիտի գործածել, որ առաջինների տեղը փոխարինէ և թէ փայտը, կամ ածուխը այրվում է այն պատճառաւ, որ առանց արգելքի օդ (թթուածին) է մանում վառարանը

և թէ այրվելուց յետոյ ստացվում են գազեր (ածխածիւթութու, միսիւր, մուր, որոնք պիտի հեռացրած, եթէ կամենում ենք, որ ապարարատը շարունակէ գործել: Յետոյ նրանց պիտի հասկացնել, որ միւլնոյնը լինում է և մեր մարմնի մէջ. նրան էլ ոյժը զարգացնելու համար վառելիք է հարկաւոր (մանուսանդ իւղ, օսլայ և շաքար) նա էլ (մարմինը) անդադար աշխատելուց յետ մեխվում է, նրան էլ միշտ նորանոր նիւթեր են հարկաւոր և նրանից ևս պիտի հեռացնել անպէտք մասերը, նմանապէս և այրման բերքերը (ածխածիւթութու, մէզ, ջուր և այլն): Ուսուցիչը կարող է հասկացնել, որ մեր մարմինը ևս պահանջում է անընդհատ օդի մաքրութիւն: Մեր մարմինը միշտ նորոգվում է, որովհետև միշտ էրանից մեխում է և նորերը ընդունում. և այդ նորոգումը կատարվում է արեան միջոցաւ: Բայց այսպիսի անխոնջ աշխատող մէքենային հարկաւոր է հանգստութիւն: Սաստիկ ուժգնութիւնից յետ, ջղերը և զգայարանքները պիտի պատշաճաւոր կերպիւ հանգստանան, ուղեղին հարկաւոր է քուն և այլն: Նոյնը կատարում են նաև յայտնի միջոցներում և այն գործարանները, որոնք միշտ գործում են. օրինակ. սիրար, ջղերը, որոնք գործում են շնչառութեան ժամանակ, մարտողութեան գործարանները և այլն:

Սորանից այն է հետևում, որ մենք միշտ աշխատանքից յետ պէտք է հանգստութիւն տանք մեր բոլոր գործարաններին և մանաւանդ նոցա, որոնք գործում են ըստ մեր կամաց (առաւելապէս ուղեղի զգայարանքներին): Նրկար աշխատանքը (առանց հանգստութեան) կարող է



Թուլացնել զործող զործարանին: Այս պատճառաւ առողջութիւն պահպանելու գլխաւոր միջոցն պիտի ըննի կանոնաւոր հերթողութիւն զործունէութեան և հանգրստութեան:

Արջայէս, նկարագրելով մեր մարմնի կազմութիւնը, ուսուցիչը շատ հարմարութեամբ կարող էր համեմատել մեր մարմինը տան հետ, պատմելով թէ՛ ինչպէս է շինվում նաև նորոգվում:

Վերջ մենք տուն ենք շինում, մենք զանազան նիւթեր ենք գործածում: փայտ, քար, երկաթ, կիր, ապակի և շատ ուրիշ բաներ: Բայց որպէս զև այդ բոլորից պատեր և սննեակներ շինենք, հարկաւոր է նոցա պատշաճաւոր կերպիւ կատարելագործել (փայտից տախտակներ շինել, երկաթից թերթեր և մետեր և այլն): Միևնոյն կերպիւ շինվում է և մարդու մարմինը: Սորա համար հարկաւոր են զանազան քանակութեամբ նիւթեր օրինակ. ջուր, սպիտակուց, իւղ, աղ, կիր, երկաթ), որոնք նախ և յառաջ կատարելագործվում են մեր մարմնի մէջ մանր մասնիկներ կազմելով (փամփուշաներ, մանրաթելեր, խողովակներ մորթիք, իսկ յետոյ նոցանից կազմվում են մարմնի յայտնի մասերը և գործարանները (աճառ, ոսկրներ, ջղեր, մկանունք և այլն: Ամեն շնութիւն փուլ է գալիս, և ահա այս տեղից բղտում է հարկաւորութիւն նորոգելու փրացած անդերը. իսկ նորոգել այն տեղերը կարելի է միայն նրանով, ինչից որ նա առաջ շինած էր (ապակին—ապակիով, պատերը քարերով կամ աղիւաներով և այլն): Նոյնպէս

ևս մարմինը գործածուելով զգում է կարօտութիւն մշտական նորոգման և ի հարկէ միևնոյն բաներով, ընչից որ մեր մարմինը կազմուած է (ջղերը սպիտակցով, ոսկրները կիրով, մկանունքները սպիտակցով և իւղով և այլն: — Ինչպէս որ մենք, եթէ կամենում ենք ապրել, ցուրտ ժամանակ վառում ենք վառարանը. նոյնպէս ևս մենք պիտի պահպանենք մեր մարմնոյ բնական տաքութիւնը, այրելով վառելիք օդի միջոցաւ: Ինչպէս որ վառարանը վառելուց յետ մոխիրը դուրս ենք բերում, իսկ վառելու ժամանակ—ծուխը, նմանապէս և մեր մարմնիցը պիտի հեռացնենք անպէտք բաները և այլն: Ասածիցս առաջ է գալիս այն, որ երեխային նախ և առաջ պիտի մեկնել. ինչ նիւթերից է շինուած մարդկային մարմինը, ինչ սննդարար նիւթեր են հարկաւոր նորա մշտական նորոգութեան համար և ինչպէս պիտի նոցա գործածել. ինչու այն նիւթը, որը հարկաւոր է գործարանների նորոգելու համար և որը պատրաստվում է սննդարար նիւթերից մարտողութեան և շնչառութեան (ներշնչելով թթուածին) միջոցաւ, պիտի անարգելք տարածուի արեան շրջութեամբ մեր մարմնի բոլոր մասերում: Ինչպէս և ի՞նչ տեսակ օդ պիտի ծծենք, որպէս զև մեր արեանը տանք թթուածնի այն քանակութիւնը, որը անհրաժեշտ հարկաւոր է գործարանները գործունէութեան մէջ պահելու համար:

Բայց գործարանները նկարագրելիս հարկաւոր է ըննել նոցա մանրամասնաբար և կարելի է ազատել երեխային ամեն մի մասի մանրամասն նկարագրելի ճանճրալի



պարագմունքից: 'Ի հարկէ կեանքի մէջ մարդուս աւելի հարկաւոր է իմանալ Ֆեղիօրօզական (մարդակազմական) մասը, քան թէ անատոմիականը (մարդաբանականը):

Այսպէս, աշակերտին նոյն իսկ ուսումնարանում պիտի սովորեցրած մարդու առողջութեան շահերին, թէ ինչպէս պիտի վարուել, երբ նա իրան լաւ չէ գտում և երբ ինքը գտում է, որ իւր առողջութեան մի հարուած է դիպել: Բայց սորանից բոլորովին չէ յետևում այն, թէ ուսումնարանը իւրաքանչիւրին բժշկութեան ուսանող պիտի պատրաստէ: Բայց ով այդպէս է կարծում, թող թոյլ տուած լինի մեզ այս հարցը առաջարկել. որպէս զի մարդ իւր նշանակութեան համեմատ կեանք վարէ, որը՞ աւելի հարկաւոր է դիտենալ. Պաղեստինը կենդրոնական Ասիայի սարերը և դէտերը, այլ—ազգի թագաւորող աների անդամների անունները, լուսաւորութեան արգելք եղող պատերազմները և մարդկային կոիւնները հին և նոր ժամանակների և այլն,— թէ իմանալ, ի՞նչ պարզ և բնութեան համեմատ միջոց պիտի գործ դնել և խորհուրդ տալ, երբ հիւանդ է ինքը կամ միւսը: Միթէ՞ այն պատճառաւ, որ միքանի ուսուցիչներ ոչինչ չեն հասկանում այդ բանում և չեն էլ ուզում զիտենալ. միթէ՞ այդ պատճառաւ այդ դիտութիւնը դասատուութեան առարկաների թուից պիտի ջնջել: Այնքանը մտածէք, որ խիստ երկիւղալի հիւանդութիւնները (մանաւանդ շնչողական ապարատի հիւանդութիւնները) կարելի է հիշտութեամբ կամ ոնչնչացնել և կամ աւելի թեթեւացնել, եթէ գործ դնուի պատշաճաւոր նախազգուշութիւններ առաջն նշան-

ների ժամանակ: Հենց նորանուամն էլ է ուսումնարանի մեղը, որ իւր օգիտութեան պատճառաւ, մինչև անգամ լուսաւորեալ հասարակութեան մէջ միքանի կախարդների բժշկութեան շատ անգամ վտանգաւոր միջոցները համակրութիւն են դանում: Ընդունելով այն սնասպաշտութիւնը, թէ հասարակութիւնը աւելի հաւատ է ընծայում ինքնակոչ բժշկներին, քան թէ այն բժշկներին, որոնք ստացել են դիտնական կրթութիւն, թէ աղքատ ժողովուրդը վճարում է անպէտք դեղորայքի համար իրանց արիւնաթաթախ փողերը, որոնցով նա կարող էր իւր ընտանիքը կերակրել. մի խօսքով, թէ կան ներկայումս դեռ շատ անհեթեթ դատողութիւններ առողջութեան և հիւանդութեան մասին:

Միթէ՞ այսպէս կոչուած մտաւորական զարգացման արդելք կը լինի, եթէ աշակերտները դիտենան, օրինակ, թէ հիւանդութիւնների հետ բնական և հիգիէնական վարուելու գիտաւոր կանոնը հետևեալն է. վնասուած մարմնոյ մասը որչափ կարելի է պիտի աւելի պահպանել: Հիւանդացած աչքը չձգնել, իսկ կաղ ոտով—վազել և թռչկոտել. կերկրեալ ժամանակ երկար բարձր ձայնով խօսել. սրտաբախութեան ժամանակ հարկաւոր է հեռանալ առհասարակ ամենայն տեսակ ուժգնութիւնից և այլն.

Թէ ամենայն տեսակ վնասման ժամանակ (երբ լինում է վէրք, հարուած, ուռոյցներ, ոսկրի խախտման, բեկման և այրած ժամանակ) ամենաօգտակարը կը լինէր ցրտի գործադրութիւնը (սառուցի, ձիւնի, ցուրտ ջրի հետ սառը կոմպրեսների ձևով):



Թէ ջերմի ամենայն տեսակ դրութեան ժամանակ (երբ մարդ զգում է որ քէֆը տեղումը չէ, երբ դողանում է, տաքութիւն է գալիս, երբ արագանում է շնչառութիւնը կամ բազկի զարկերը (ПУЛЬСЪ) հիւանդի համար ամենալաւ կը լինէր՝ պառկել շուտով անկողնում (բարեխառն տաքութիւն) շնչել ամենամաքուր օդ, ամենայն տեսակ դրդողութիւնից հեռանալ, ընդունել թեթեւ կերակուր և խմել, երբ ծարաւ է, զով կամ միքիչ տաք հեղանիւթներ (ամենից լաւը ջուրն է)։

Թէ հազել և առհասարակ շնչողական գործարանների հիւանդութեանց ժամանակ առողջանալու համար անհրաժեշտ է ծծել բարեխառն տաք մաքուր օդ (ծխից և թոզից զուրկ) ոչ թէ միայն ցերեկը այլ և գիշերը։

Թէ խանդարած ստոաւքսը (որին ուղեկից է լինում ախորժակի բացակայութիւնը, զգալի տակի ցաւը կամ սեղմումը, ձգոտումը, ժխորիլը և փսխումն) կարելի է բժշկել կարճ միջոցում համապատասխան եխտ զիւտով (կերակրի մէջ զգուշութիւն, և միևնոյն ժամանակ չպիտի դործածել ստոր, զրդռող և դժուարամարս կերակուր)։ Թէ շատ անդամ մարտդութեան փսաս և մահաբեր հետեանքները (տաքացած, քրանած մորթու յանկարծ սառեցրած ժամանակ) կարելի է առաջուց սղլել քրախիք զրդռող միջոցներով, այն է՝ մրսած ժամանակ հարկաւոր է տաք անկողնում տաք հեղանիւթների մեծ քանակութիւն (Թէյ, ջուր)։

Թէ մկանունքները և ջղային թուլութիւնները, որք յառաջանում են սակաւարիւնութիւնից, կարելի է ուղղել

միայն լաւ և արիւն կազմող կերակրով և մաքուր օդով և հանգստութեամբ և ոչ դեղորայքով։

Եւ միթէ՞ անկարելի է մարդուն դեռ ուսումնարանում գիտենալ յօգուտ իւր մերձաւորներին, թէ որպէս օգնել մեռնողին և ցնորվածներին և այնպէս վարուել թոյնաւորած ժամանակ։ Չէ՞ թէ այդպիսի դիպուածներում բժիշկները աչքի առաջ չեն լինում։ Բայց ուսումնարանի կառավարիչները կը հարցնեն, որտեղից պիտի ձարած այդ բոլորի համար ժամանակ։

Այդ հարցին պատասխանել շատ հեշտ է. մարդարանութեան և հիդիէնայի (առողջապահութեան առարկայի) դասաւորութիւնը պիտի սկսել ոչ թէ բարձր դասատներում և չքաւականաւ միայն վերջի դասատնով։ Թէ այս զրքի հեղինակի պահանջները շատ—շատ չեն, պահանջելով, որ ուսուցիչները աւելի շատ ուշադրութիւն դարձնեն աշակերտների առողջութեան վերայ, քան թէ այդ մինչև այժմ լինում է, այդ կարելի է հաստատել առաջուայ տարիների հոչակաւոր մանկավարժների ամենայն քննադատութիւններին բաւականացրած շարադրութիւններով, որպէս են, օրինակ, Զայլցմանինը, Բարտինը, Բադեղովինը, Վամպէինը, Վենտերինը և այլն։

Այսպէս Զայլցմանը իւր «Etwas die Erziehung» վերնագրով շարադրութիւնումը, հրատարակած 1774, ասում է հետեւելը. «Մի մեծ պահատութիւն նրանում է բաղկանում, որ երեխաներին չեն ուսուցանում, թէ որպէս պիտի պահել իւր առողջութիւնը և ուղղել փնասած ժամանակ։ Իմ մարմինը, իսկն ասած, ինձ ամենից մօտիկ



է և ինձ աւելի հարկաւոր է իմանալ ինչպէս պիտի նրան պահես: Ինձ հարկաւոր չէ հոգս տանել քաղաքական նարտապրապետութեան կատարելագործուելու և կամ մի ուրիշ գիտութեան մասին, որը ուղիղ ինձ չէ վերաբերում, քանի որ դեռ ես չգիտեմ տուն պահելը, ուր ես բնակում եմ և չգիտեմ ինչպէս պիտի նորոգել տունս փուլ եկած ժամանակ: Այդ պատճառաւ հենց առաջի դասագրքում, որ տալիս են երեսայի ձեռքը, առաջի կարգում պիտի կանգնած լինին հետեւեալ հարցերը. ի՞նչն է ամենից լաւ պահպանում ատամը ցաւից: Արն է ամենալաւ միջոցը տեսողութիւնը սուր պահպանելու համար: Ի՞նչ պիտի արած հազի, խօսքուխի, թանջի ժամանակ: Ի՞նչպէս հեռանալ սիրտ խառնելուց, յօդացաւուց (10-моща) ժամանակ: Ի՞նչպէս պիտի բժշկել վերքերը, ուռցցները: Ի՞նչպէս պիտի պնջացնել որովայնի կալուածքը: Այս բոլոր հարցերը, կարծեմ, շատ հարկաւոր են երեսային: Սակայն որ ուսումնարանում են այս բոլորը անցկենում: Միթէ՞ ամենալաւ ուսումնարաններում չեն դիմում բժշկին երեսայի ամենավատթար դրութեան ժամանակ: Միթէ՞ նրանց սովորեցնում են իրանք իրանց օգնութիւն հասցնել: Եւ այդ, իմ կարծիքով մի ղլծաւոր պակասութիւն է կազմում մեր մանկավարժութեան մէջ: Պահանջել, որ երեսան կարողանար իւր համար տուն շինել, իւր հագուստը, կոշիկները կարել, սեղաններ, աթոռներ շինել, այդ կրնչանակէր շատ պահանջել. բայց պահանջել, որ ամեն ոք կարողանար իւր մարմինը պահել և օգնութիւն հասցնել իրան հիւանդութեան ժամանակ,

նակ, այդ պարտական է իւրաքանչիւրը, ով կամենում է բաղտաւոր ապրել: Ի՞նչ հարկաւոր է քեզ շքեղաշուք պալատ, երբ քո մի ատամը սաստիկ տանջվում է և միայն մի ատամը: Միթէ այն գիւղացու համար, որը առողջ ատամներ ունէ, նրա խաշը քո փլոււիցը համեղ չէ: Միթէ այն ժամանակ նա աւելի հանգիստ չէ քնում իւր յարդեա զոշակի վերայ, քան դու քո աղուամազեա բուբերի վերայ:

Այդ պակասութեան թշուառ հետեւանքները ականատես են: Այն մարդը, ով ոչինչ չգիտէ իւր մարմնու մասին, հիւանդութեան ժամանակ իրան թողնում է բժշկի անսահման կարգադրութիւններին: Բայց որովհետեւ ամեն դասում կան տգէտ և արծաթասէր մարդիկ, և բժիշկների դատում (ես միայն դէպի նոցա եմ կրում լիակատար պատիւ, որոնք իսկապէս հասկանում են իրանց գործը և գործում են խղճմտաբար) սակաւ չեն տգէտ և արծաթասէր մարդիկ, այնպէս որ միշտ բիսկ ես անում եմ ստամոքսը մի որեւիցէ տգէտ, նիւթապաշտ մարդու:

Այն մեր մանկավարժութիւնը պատշաճաւոր ատիճանի զարգացողութեան հասած լինէր, այն ժամանակ այն անձինք, որոնք ստացել են ամենալաւ կրթութիւն, ամենաառողջ մարդիկ կը լինէին. բայց ընդհակառակը, այժմ նրանց միայն պիտի առողջութեան վերաբերեալ ամենաթշուառը անուանենք: Հասարակ երեւոյթ է, որ երկու սեռի մարդիկ, որոնք շատ կանոնաւոր կերպիւ դատողութիւն են տալիս երաժշտութեան, նկարչութեան, քանդակագործութեան, բանաստեղծութեան և հռետորա-



des Kind beim Austritt aus der Elementarschule gebracht sein»  
 բրոշխուրում: նա դրում է (53 տարի սորանից առաջ)  
 մէկ առաջուայ սեմինարիստին, իսկ այժմ ուսուցչի Վ.ում.  
 Վրօնից ամենահարկաւոր զիտելիքը այն է, ինչ վերաբե-  
 րում է կեանքի ազատելուն և պահպանելուն, առողջու-  
 թեան և մարմնոյ ամրապնդութեան: Տում շատ երե-  
 իտաներ կարողանում էին պատմել սարսուռի և կողբրի  
 մասին (թեպէտ և հենց միւսնոյն ժամանակ ինձ հաւա-  
 տացնում էին, թէ Ափրիկան մի մեծ զեռ է), բայց թէ  
 ինչպէս պիտի վարուել կասկածաւոր մեռածի հետ՝ դորս  
 մասին նորա երբէք ոչինչ չէին լսել: Եւ ահա ինչ պիտի  
 դասատրուի ուսումնարանում. զլիաւոր տեղեկութիւններ  
 աչքի, ականջի, կրծքի, թաղանթի, աղինքների և մոր-  
 թու կազմութեան մասին. և այն, թէ ինչպէս պիտի  
 վարուել նոցա հետ. նախազգուշութեան միջոցներ լողա-  
 լու և փոթորիկի ժամանակ: Աւսումնարանը պիտի ծանօ-  
 թացնէ աշակերտներին մեր երկրի թոյնաւոր բոյսերի  
 հետ (չէ՞ թէ նոցա թիւր շատ չէ), այն բանական միջոց-  
 ների հետ, որոնց պիտի դործադրել հիւանդութեան ժա-  
 մանակ. պիտի նախազգուշացնել ինքնակոչ բժիշկներէրց,  
 սքանչելազործ զեղորայքից. պիտի սովորեցնել, թէ ինչպէս  
 պիտի վարուել կասկածաւոր մեռածների հետ. մեկնել  
 պահպանողական ծաղկի նշանակութիւնը և այլն: Ի հար-  
 կէ շատ անբաշխ կը լինէր, եթէ մեր երեխաները կարծէին,  
 թէ Պրանսիան, օրինակ, սահմանակից է Վաներիկային.  
 բայց աւելի լաւ է թոյլ տալ այդպիսի տգիտութիւն,  
 քան թէ վերոյիշեալ բաների չիմանալը: Վեցերորդ պա-

տուիրանքը ասում է «մի սպանիր», բայց եթէ մեկննք,  
 ինչ է նա նշանակում. կարելի կը լինէր լիակատար ար-  
 դարութեամբ աւելացնել. դու, պարոն ուսուցիչ, քո տգի-  
 տութեամբ չպիտի պատճառ լինես այն բանին, որ քո  
 աշակերտները կրճատէին իրանց կեանքը իւրեանց տգի-  
 տութեան պատճառաւ:

Այժմեան մանկավարժների մեծ մասը շատ հեռու է  
 այս մտքից: Յանկալի կը լինէր վարժապետացուներին ծա-  
 նօթացնել մարդու մարմնի հետ. կրկնում ենք, զա ան-  
 հրաժեշտ բան է, թէպէտ և զիտենք, որ դա զեռ եր-  
 կար ժամանակ կը մնայ pio desidero.

Ի վերջոյ հեղինակը խնդրում է իւրաքանչիւրին,  
 ով ունի կամ պիտի ունենայ ազդեցութիւն ուսումնարա-  
 նի վերայ, հիմնաւոր հայեացք կազմել ուսման մեծ նշա-  
 նակութեան մասին և այն կրթութեան մասին, որի նպա-  
 տակն է մարդու մարմնաւոր և հոգեւոր առողջութիւնը  
 զարգացնելը:—Թող չմոռանան հետեւեալը:

Ուսումնարանների դրութիւն ով կարելի է լաւ զաղա-  
 փար կազմել այն երկրի դրութեան մասին. հասարակու-  
 թեան և կառավարութեան գնահատելու համար ամենա-  
 ճիշդ միջոցը ուսումնարանն է: Ուր ուսումնարանները  
 լաւ են, — այնտեղ կարելի է հաստատ ասել, ժողովուրդը  
 յառաջադիմութեան մէջ է, այն տեղ ընդհանուր բարօ-  
 բութիւնը աւելանում է, այն տեղ ամեն լաւ բան զար-  
 ցանում է: Նայեա՛՛ թէ ինչ հսկողութեամբ է հասարա-  
 կութիւնը նայում երիտասարդութեան կրթութեան գոր-  
 ծի վերայ, կարելի է ամենաճիշդ կերպիւ զատել այն



կան ճարտարապետութեան մասին, ամենասատիկ կերպիւ սխալվում են իրանց առողջապահութեան վերաբերութեամբ: Հազուադիւտ բան չէ տեսնել քսան և չորս տարեկան մարդու քսան և չորս ատամով: Մեր հասարակութեան մեծ մասը տանջվում է խտերիկով, (\*) երկու երրորդ մասը — իպոխինդրով (\*\*) և հինգ վեցերորդը — կարճատեսութեամբ, որոնք չեն կարողանում զմայելել Արարչական ձեռով ստեղծած սքանչելի տեսարաններով:

Բարտը իւր «Katechismus der Natuerlichen Religion» գրքում 1790 թ. ասում է. «Որո՞նք են հանդատութեան և հօգուտ պայծառութեան պահանջները: Հոգւոյ և մարմնոյ առողջութիւնը, ահա նոցա հիմքը, ահա ինչի վերայ է հիմնվում բարոյաւոր լինելու ընդունակութիւնը: Ար մարդն է քո կարծիքով հոգեղէն առողջ: Ես այն մարդուն եմ հոգեղէն բարոյաւոր համարում, ով ձգտում է իւր բանականութիւնը այնպէս զարգացնել, որ նա կարողանար իւր ձգտումները ուղղել կանոնաւոր կերպիւ, չափաւորացնել իւր զղացմունքները և հաղորդել իւր գործողութիւններին կանոնաւորութիւն և մարդասիրութիւն: Ի՞նչն է սա դու անուանում մարմնաւոր առողջութիւն:

Աս առողջ եմ, երբ իմ ստամոքսը կանոնաւորապէս մարսում է կերակուրը, երբ իմ հիւթերը դիւրին և կանոնաւոր կերպիւ են շրջում իմ մէջ և երբ իմ բաժանմունքները բնական ընթացքով են գնում: Առողջութեանս վերայ հիմնված է իմ յաջողակայութիւնը: Արովհետեւ

\*) Խտերիկա մի տեսակ կանանց զգային հիւանդութիւն է, երբ ու ծիծաղը յայտնվում են յերթով:

\*\*\*) Հոգւոյ մի տեսակ հիւանդոտ դրութիւն է:

երբ ես հիւանդ եմ, իմ հողին ևս ուրախ չէ և նորա գործունէութիւնները խանդարված են: Այն ժամանակ բոլոր ուրախութիւնները ինձ համար երջանկութիւն չեն: Գործը թոյլ է կատարվում կամ բոլորովին չէ կատարվում թուլութիւնից և անընդունակութիւնից: Ըսկսում ես քրտմնջել՝ սիրելի չես լինում, մտաւոր և դատողական ընդունակութիւնները թուլանում են: Բայց կան արդեօք այնպիսի միջոցներ, որոնցով մարդ կարողանար միշտ առողջ մնալ: Եթէ մարդկանց սովորեցնէին զնահատել առողջութիւնը, այս անգին դանձր և ուշադրութիւն դարձնէին նորա վերայ, այն ժամանակ նոքա աւելի քիչ կը հիւանդանային և կը կարողանային առանց բժշկի դիմանալ (եօրա դնայ): Հետեւեալ կանոնները պիտի դիտել. 1) ուշադիր լինել պատանեկութիւնից մարմնի բնական բաժանմունքներին, մանաւանդ կղկղանքին և գորրչիներին 2) նայողաբար ընտրել կերակուրը և խմելիքը, գործածելով նրանց չափաւոր և իւր ժամանակին. 3) մաքուր օդում ամեն օր շարժողութիւններ անել, 4) չնչել ազատ, մաքուր և առողջարար օդ. 5) չափազանց շատ հոգալ մարմնի, շորի և խմելիքի խտակութեան վերայ. 6) ջանասիրութեամբ ամենայն օր աշխատել և հանդստանալ իւր ժամանակին, որպէս զի ոչ մի ոյժ չկարողանար յաղթել մարմնուն. մանաւանդ քնել բաւականի ժամանակ — այդ չափազանց ամրացնում է մարդու ոյժը. 7) հեռանալ ամեն տեսակ սաստիկ հոգեղէն շարժողութիւններից. ոչինչ այնքան չէ խանդարում մարմինը, որքան կրքերը: —

Պիետերը իւր «Minimim oder so weit wenigstens sollte je-



Հասարակութեան մտաւոր և բարոյական դրութեան և ազգի ու երկրի քաղաքական զարգացման մասին:

ՄԻ ՔԱՆԻ ԽՕՄԲ ՄԱՆԿԱԿԱՆ ՊԱՐՏԵՋՆԵՐԻ ՄԱՍԻՆ:

Մարդու կրթութիւնը պիտի սկսել իւր ծնած օրից և շարունակել ճիշտ որոշած կանոններով: Ծնողները իրանց որդւոց առաջի դաստիարակներ են և նոքա պիտի շատ լաւ ծանօթ լինեն կրկութեան օրէնքների հետ և ոչ թէ մի բանով եօյա տանեն: Յաւօք սրտի պիտի ասենք, որ այժմեան ծնողներից շատ շատերը երեխայի կրթութիւնը, դաստիարակութիւնը այնքան հեշտ բան են համարում, որ, նոցա կարծիքով, գորա համար հարկաւոր չէ մինչև անգամ ոչ մի գիտութիւն: Հենց այդ պատճառաւ և նորանից, որ ուսումնարաններում շատ քիչ են ծանօթացնում աշակերտներին այն օրէնքների հետ, որոնք տիրապետում են մարդու մարմնը, հենց դոցանից յառաջանում է այն, որ երեխաներին նոյն իսկ առաջի տարիներից սկսած փոխանակ կրթելու, դաստիարակելու, ընդհակառակը խանգարում են:

Մինչև անգամ բարեկիրթ ծնողները բաւականա՛նում են նորանով, որ լաւ մեծացնում են նրան չորսից մինչ եօթ և ութ տարեկան հասակը, այսինքն, մինչ ուսումնարան տալը: Իսկ այդ հասակիցն է սկսում այն կրթութիւնը, որը պատրաստում է մարդու հետեւել հասա-

րակական կեանքի համար. այդ հասակումն է սկսում մեծ ցանկութիւն դէպի 'ի գործունէութիւն, յաղորդակցութիւն իւր հասակի երեխաների հետ և դէպ'ի գիտութիւն. այդ հասակում սկսում են միքանի պակասութիւններ. > ինքնակամութիւնը, (դա յառաջանում է առաջի տարիներում առեւած կրթութիւնից) և այլն: Այդ հասակում երեխաները միշտ կամենում են մի բանով պարապել և եթէ այդ ժամանակ զբաղեցնել նոցա մի որեւիցէ բանով, կարելի է երեխաներին հեռացնել անգործունէութիւնից յառաջացած միքանի պարապմունքներից: Հենց այդ հասակում միայն հարկաւոր է տալ նրանց ամանկական պարտեզը կամ ժողովրդի ուսումնարանը. ուր նրան դաստիարակում է մասնագէտ—դաստիարակ կամ աւելի լաւ է ասել, դաստիարակուհի, որը բռնում է մօր տեղը, կրթում է նրան որոշած կանոններով համեմատ նորա բնութեան հետ, խաղերի մէջ և միասին ուրիշ երեխաների հետ: Մանկական պարտիզի նպատակը չպիտի լինի միայն ազատից առ ժամանակ մայրերին իրանց լղջձուկ (լեթուած) երեխաներից և ծառայել սոցա իբրև ժամանակ անցկացնելու տեղ: Նա չպիտի ծառայէ իբրև մի հասարակ միջոց երեխային անական կեանքից դէպ'ի ընկերական կեանք անցկացնել: Այլ նա պարտական է միջնորդ լինել խաղերից դէպ'ի ուսում, ընտանեկան կեանքից դէպ'ի ուսումնարանական անցնել: Այս տեղ երեխան (իսկ է որ խաղալով) պիտի վերառնի ձեռք առաջին դասագիրքը, որով երեխան պիտի սովորէ օգտուել իւր ուղեղով և զգայարանքներով, շարժողութեան և շոշափման ապպարատնե-



րով. ահա այս տեղ հարկաւոր է դաստիարակական ներգործութիւն անել նորա խելքի, սրտի և կամքի վերայ 'ի միջե այլոց, 'ի նկատի ունենալ ձեռների և լեզուի արագութիւնը և մկանուկներէ ամրացնելու: Մանկական պարտեզը պիտի ծանօթացնէ բնութեան հետ և հիմք դնէ մարդակայել խելք և զգացմունք, հաստատ բնութեան և դէպ 'ի մարդիկ սէր ձուգ բերելու: Այս տեղ պիտի արգելք դնել երեխաների կռուելու, նախանձելու, փառասիրութեան, մեծահոգութեան, ինքնասիրութեան և և ինքնահաւանութեան սովորութիւններին:

Մանկական պարտեզներում տուած կրթութեան վերայ հարկաւոր է նոյնպիսի, եթէ ոչ աւելի, ուշադրութիւն դարձնել, որպէս ուսումնարանական կրթութեան վերայ. մանկական պարտեզներում ևս, ինչպէս որ ուսումնարաններում, պիտի պարապեն պատշաճաւոր կերպիս. զարգացած և լուսաւորեալ դաստիարակներու նատ ցանկալի կը լինէր, եթէ ամեն մի ազգային ուսումնարան կից լինէր մանկական պարտիզի հետ: Մանկական պարտեզները, ինչպէս և մանկական ապաստարանները, պիտի ծառայեն ոչ թէ միայն երեխաների կրթութեան, այլ նոքա միևնոյն ժամանակ պիտի լինեն դաստիարակական հիմնարկութիւններ հասակ առած աղջիկների համար, ուր սոքա պիտի սովորեն մանկան վերայ հոգատարութիւն անել, հետևապէս նոքա պիտի ապագայ մայրերի և դաստիարակահիների համար դպրոց լինեն, ուր տէօրեան պիտի կից լինի պրակտիկայի հետ: Ի նկատի ունենալով այդ նպատակը, օգտակար կը լինէր ապագայ

սերնդի համար միացնել Մանկական պարտեզը մանկական ապաստարանի հետ (զոնէ աղջկերանց բարձր ուսումնարանական հիմնարկութեան հետ): Արովհետև միայն այն ժամանակ կարելի է յուսալ ապագայ սերնդի լաւութեան վերայ, երբ մայրերը կը լինեն աւելի լաւ դաստիարակահիներ, քան թէ այժմ:

ԱԶԳԱՅԻՆ ՈՒՍՈՒՄՆԱՐԱՆԻ ՊԱՐՏԵԶԸ:

Ազգային ուսումնարանի զարգացման վերայ մանաւանդ լաւ ազդեցութիւն կարող է անել ազգային ուսումնարանի գործէջը, ուր երեխան մերձենալով դէպ 'ի բնութիւնը, նորա ազնիւ ընկերն է դառնում և լսելով աչքի առաջին եղող բնութեան երևոյթների բացատրութիւնները, աւելի հեշտ կարող է առողջ, բարի և հասկացող մարդ դառնալ, քան թէ դաստան չորս պատերի մէջ: Նոր ժամանակներումս պրօֆէսոր դօկտօր Նվարը Օլմենցում, համոզաբար հաստատեց այդ կրթողական միջոցի շահերը և առաջարկում էր ազգային ուսումնարանի պարտիզի նման ուսումնարաններ շինել. և այդ շատ խելացի բան է և կարող էր ծառայել իբրև—երեխաների մաքուր և անմեղ զուարճութիւնների աղբիւր և միևնոյն ժամանակ կարող էր ազգային ուսումնարանը շինել ազգային առողջութիւն տարածելու տեղ:

Թէ ինչպէս կրթութիւնը բնութեան մէջ ազնուաց-







3

19 APR 2013

7999

ՀՀ Ազգային գրադարան



NL0568837





2