

28(667)
30.09.2022

Հրատարակվում է
1999թ. սեպտեմբերից

Ճանաչել զինաստրուկին եւ գիտարար, իմանալ զբանս հանճարոյ

ԼՍՐԱՐԱՐ

Лусарар ●

ԿՐԹԱԳԻՏԱՄՇԱԿՈՒԹԱՅԻՆ ԹԵՐԹ

● Lusarar

ԱՆԿԱՆՈՒԹՅԱՆ ՃՆՉՈՎ



Երկրագնդի մի փոքրիկ անկյունում, աստվածային այս գողտրիկ հողակտորում՝ Արցախ աշխարհում կրկին աշուն է, և կրկին սեպտեմբերի 2 ոչ սովորական, ոչ նվիրական, ոչ բաղձալի ու սպասված ձևով... Արցախցին, որ տարիներ շարունակ իր օրրանում մեծ շուքով է տոնել Հանրապետության հռչակման

օրը, այսօր մտախոհ ու վրդովված է նայում իրականությանը: Իսկ այն ճառը է, սարսափելի, անհամապատասխան: Այն մեզ մտածելու տեղիք է տալիս. ինչո՞ւ, ինչպե՞ս, որտե՞ղ թերացանք... Հարցեր, որոնց պատասխանները պետք է գտնենք յուրաքանչյուրս մեր մեջ: Այո, թերացանք... Թերացանք մեր գործում, թերացանք մեր հավատքում, թերացանք ազգային դիմագծի պահպանման հարցում, թերացանք մեր ինքնասիրությունը բարձր պահելու և այլոց չթերագնահատելու մեջ... թերացանք միասնականության մեջ: Ասածս թող նախատինք չլինի, այլ ինքնակատարելագործվելու և համախմբվելու առիթ դառնա, յուրաքանչյուրս ուժ գտնենք մաքրվելու և հայրենիքի շահը բարձր դասելու ամեն տեսակ շահերից:

Մյուս, երբ ազգս ցնծալով պետք է տոներ Անկախության 31-րդ տարեդարձը, խառն ու հակասական մտքերով, անորոշ հայացքներով, ինքն իր աղոթքներին չհավատալով մի միտք է փայփայում. «Տե՛ր ամենագոր, պահիր, պահպանիր երկիրս, թույլ մի՛ տուր անգութ թշնամուն՝ իրագործելու վաղեմի երազանքը»:

Իհարկե, մտամոլոր է արցախցին, բայց ամուր է կառչած իրեն սնող, իրեն ուժ տվող այս հողակտորին, որն Արցախ է կոչվում,

հայրենիք, որը սահմանագծված չէ աշխարհի քաղաքական քարտեզում, բայց գծագրված ու դաջված է յուրաքանչյուրիս սրտում ու մտքում: Եվ մենք պետք է գիտակցենք, որ ամենքս անելիք ունենք մեր երկրի կայունացման, զարգացման, բարգավաճման, լիարժեք անկախության կերտման ճանապարհին:

Պատերազմից հետո առավել լավ սկսեցինք գիտակցել շատ բառերի և արտահայտությունների իմաստները, ինչպիսիք են՝ «հայրենիք», «հերոս», «կյանքը գոհել հանուն հայրենիքի»... Պատերազմից հետո առավել լավ հասկացանք, որ իսկապես հայրենիքը հեռվից սիրելը շատ հեշտ է, այստեղ ապրելն է դժվար, երբ խեղդվում ես շուրջ տիրող դառն իրականությունից, որդեկորույս մայրեր, այրիացած հարսներ, որբացած մանուկներ, տեղահանված հայրենակիցներ, խորտակված հույսեր ու նպատակներ... կրթօջախներ, որոնց մանուկները չեն կարողանում լիարժեք թմբալ իրենց դպրոցի

բակում, քանի որ թշնամու ուղիղ նշանառության տակ են: Ի վերջո՝ ազգի անորոշ ճակատագիր...
Բավ է, այլևս չենք ուզում հուսահատվել. մի՞թե հերոս չենք մենք, որ այսքանով հանդերձ հաստատական կանգնած ենք այստեղ՝ մեր հայրենիքում և շարունակում ենք հնարավորինս նպաստել ազգի և հայրենիքի պայելուն, ծաղկելուն ու ծլարծակելուն: Հերոս ենք, հերոսական ժողովուրդ ենք և դեռ կապացուցենք համայն մարդկությանը, որ այստեղ է մարդկությանը քաղաքակրթության բնօրրանը, սա բիբլիական հող է և հավերժ կանգուն է մնալու:
Թող խաղաղ բացվեն երկրիս արշալույսները, թող վերաիմաստավորվի Սեպտեմբերի 2-ը, և արցախցին հար ու հավետ ապրի, արարի ազատ, անկախ, ապահով Արցախում:

Հրանուշ ԳԱԲՐԻԵԼՅԱՆ
Սոսի միջև. դպրոցի հայոց
լեզվի եւ գրականության
ուսուցչուհի

ԱՆՈՒՄ, ԴԱՐՁԻՐ ՀԱՂԹԱԿԱՆ

Սեպտեմբերի 27, 2020թ.:
Հանգիստ, քաղցր քնով քնած էր Արցախ աշխարհը: Օրը կիրակի էր: Մարդիկ պիտի վայելեին հանգստյան օրը: Եվ հանկարծ դղրդոց ու պայթյուններ, ծուխ ու տագնապ: Մարդիկ քնաթափափ վազում էին դեպի փողոցները, տներից դուրս՝ հասկանալու, թե ինչ է կատարվում: Կարծում էինք՝ հերթական գորավարժություններ են: Ավա՛ղ... Դառն էր իրականությունը:
Նորից պատերազմ: Կարծեցինք՝ թշնամու այս ագրեսիան կարճ կտևի, բայց սխալվեցինք: Երկար, մեզ համար շատ երկար էր 44-օրյա պատերազմը, քանզի մեզ դավաճանեց ողջ աշխարհը: Ավելի ստորացնող էր ներքին դավաճանությունը, գերագույն հրամանատարի անճարակությունը: Բանակը ղեկավարում էր վառողի հոտը չառած, զինծառայությունից խուսափած անձը:
Իմ հերոսական բանակը ջլատել էր ներքին թշնամին՝ պաշտոնագուրկ անելով նրա նվիրյալ գեներալներին (ինչը շարունակվում է մինչև այսօր):
Հետևանքն այն է, ինչ ունենք. Արցախի մի փոքրիկ կտոր, որի գլխին դարձյալ կայսրած է թուրքի յաթաղանը: Մինչև հիմա հստակեցված չէ գոհերի թիվը, անուն առ անուն չենք հիշատակում նրանց սխրանքները: Հայտնի չէ նաև անհետ կորածների ու գերիների թիվը: Մինչև ե՞րբ...
Գերության մեջ է Արցախի 75 տոկոսը:
Տարիանված է արցախցին, դեգերում է արցախցին, բույնը կորցրած հավքի նման իր տեղը չի գտնում արցախցին: Անորոշության մեջ է արցախցին: Անհավատ է դարձել արցախցին: Ի վերջո, դաժանացել է արցախցին՝ տեսնելով համայն աշխարհի անտարբերությունը իր ճակատագրի նկատմամբ:
Դաժանացել է: Ոչ, չպիտի դաժանանա, քանզի ուրիշը չի լուծելու մեր խնդիրը, դարձան չի լինելու մեր ցավին:

Մենք՝ արցախցիներս, ինքներս պիտի թոթափենք մեզնից ամեն բացասականը՝ մի կողմ թողնելով մեզ պատած խաբկանքներն ու հուսահատությունը: Եվ առաջ նայենք, ոտքի կանգնենք, ցույց տանք արցախցու կամքը, իր սեփական հողում ապրելու և արարելու ձգտումը: Մեր չսպիացած վերքերն ու հերոսական արյունով շաղախված հողն է դա պահանջում:
Այո՛, պահանջում է, որ մեզնից յուրաքանչյուրն անի այն, ինչի ընդունակ է՝ չսպասելով, որ իր փոխարեն ուրիշը կանի: Ոչ ոք պարտավոր չէ մեր փոխարեն պաշտպանել մեր հայրենիքը: Վառ ապացույցը՝ Աղավնոն, Բերձորն ու Սուսը:
Մենք հապաղեցինք, չկանգնեցինք մեր հայրենակիցների կողքին, դուրս չեկանք հրապարակավ դատապարտելու 2020 թվականի նոյեմբերի 9-ի չարաբաստիկ փաստաթուղթը, ըստ որի տարիանվեցին նրանք՝ առանց մի կրակոցի, խաղաղ պայմաններում: Իսկ հիմա պատկերացնենք նույն իրավիճակը Ստեփանակերտում, Իվանյանում, Ասկերանում, Մարտակերտում, Մարտունիում, ընդհուպ՝ Երևանում: Չէ՞ որ Երևանն էլ, մեր գեղեցկուհի Սևանն էլ է թուրքը իրենը համարում: Պատկերացրի՞ք ինչ էին զգացել մեր հայրենակիցներն իրենց օջախը լքելիս, Մարտուռ չզգացի՞ք:
Հասկացե՞ք, որ նույնը սպասվում է մեզ, եթե ուշքի չգանք, չմիաբանվենք, գործենք մեր ղեկավարությունից տարանջատված:
Երբ Բաքուն մեզ հանձնեց հինգ գերիների, վատ կանխագագսում ունեի: Քանզի այդպիսի գործողություններին պետք է հետևեր նոր արհավիրք: Ցավոք, սա ևս հաստատվեց: Դեռ ուշքի չեկած վարչապետի նոր փաստաթուղթ ստորագրելու հայտարարությունից, տեղեկանում ենք, որ սեպտեմբերի 13-ին թշնամին հարձակվել է Մայր Հայաստանի վրա: Կրկին ուխտադրուժ, գաղտա-

գողի, գիշերը, կայծակնային: Կրկին հավատարիմ մնալով իր ձեռագրին՝ անակնկալի բերեց բոլորիս: Նորից կորուստներ, խլված կյանքեր, անորոշություն ու ցավ... Միանշանակ սա ցեղասպանություն է:
Հայոց երկնքում աստղերի փոխարեն մեր լուսավոր տղաներն են: Եվ այս ամենը՝ խոստացած խաղաղության ժամանակ, որի մասին խանդավառությամբ գոռում է ՀՀ իշխանությունը: Սա է նրա պատկերացումը խաղաղության մասին: Համոզվեցի՞ք ինչ խաղաղություն է մեզ հրամցնում մեր դարավոր թշնամին, որը նույն արնախում գազանն է մնացել: Ինչպես նա վերաբերվեց հայ կանանց դիակների, վիրավոր գերու հետ: Թուրքը բավականություն է ստանում ամեն մի հայի թափած արյունից, կործանված կյանքից: Բացվել է նրա ախտոժակը: Եվ միայն մեր միասնական պայքարը կարող է զսպել նրան: Անհրաժեշտ է պայքարել մինչև վերջ՝ օգտագործելով մեր դաշնակիցներին՝ Ռուսաստանի և Իրանի աջակցությունը՝ չդավաճանելով և չպարսավելով նրանց: Մենք տեսանք, թե ինչպիսին է դավաճանության գինը: Գուցե և ժամանակն է, որ Հայաստանը ճանաչի մեր անկախությունը: Արցախցիների միասնությունը բոլոր օղակներում օրինակ կծառայի հայաստանյան ուժերին միավորվելու, բռնուցք դառնալու և միասին ունենալու մեր հաղթական ապագան: Չկա՛ ապագա թուրքի տիրապետության տակ: Թշնամին խաղաղություն չի ուզում: Ի վերջո, խաղաղությունը չեն մուրում, այն հաստատում են հաղթանակով: Կա՛ ապագա մեր միասնական ուժով, պայքարով, ուժեղ բանակով ու հայրենիքով, ապրող և արարող հայերով: Մի՛ լքեք ձեր օջախը, մի՛ դարձրեք այն անշունչ շինություններ ու երբեք մի՛ վիատվեք:
Հավանում առ Աստված ու հայի բազկի:

ԽԱՂԱՂՈՒԹՅՈՒՆ
ԵՎ ՀԱՂԹԱՆԱԿ
Ամեն անգամ այս բառերը հիշելիս սիրտս բաբախում է, ու ակամա հիշում եմ, թե ինչպես էինք մեծ շուքով նշում և՛ Արցախի անկախության օրը դպրոցի բակում՝ մեր զոհված ազատամարտիկների նկարների առջև, և՛ Մայիսի 9-ը՝ որպես Եռատոն: Մեծ հույսով գնում էինք Հայրենական մեծ պատերազմում զոհված մեր հայրենակիցների հիշատակին կառուցված հուշարձանի մոտ ու անց կացնում հավաք, որից հետո մեր աշակերտները գյուղի հասարակության առջև հանդես էին գրաված գեղարվեստական մոնտաժով: Ափսոս, այս ամենը երազ դարձավ թաղավարդիցներին համար: Այդ երազանքը մեզնից խլեց մեր թշնամին: Եվ հիմա ուզում են խաղաղություն կնքել մեզ հետ, որի տակ թաքնված են չար մտքեր:
Այդ ստոր ազգը գիտեր, որ մեր գյուղի վերին մասում պղնձի և ոսկու հանք կա: Մեր ոսկուն տիրանալու համար գազանաբար քանդեց գեղատեսիլ Թաղավարդի վերին մասի տասնյակ տներ ու հողին հավասարեցրեց:
Այդ տների մեջ էին իմ հայրական տունը իմ որդու տունը, որն ունի չորս տղա, որոնցից երեքը մասնակցել է այս վերջին չարաբաստիկ պատերազմին, և փառք Աստծո, երեքն էլ ողջ են մնացել, հիմա էլ ծառայում են մեր բանակում:
Բոլոր ծառայող տղաներին ցանկանանք հաջողություն, պողպատյա առողջություն:
Իմ չքնաղ Ղարաբաղ, դու մի գորգ էիր՝ տարածված Քիրսա սարից մինչև Մռավ, բայց այդ գորգի մի մասը քո ձեռքից խլեց մեր դարավոր թշնամին: Նա գիտեր, որ այդտեղ գանձեր կային ու ամենակարևորը՝ Շուշի քաղաք կար, և խարդախությամբ տիրացավ դրանց:
Հիմա էլ խաղաղության քողի տակ ուրիշ բան է ուզում՝ ամբողջովին տիրանալ մեր Արցախ աշխարհին: Բայց դա երբեք չի՛ լինելու: Հույսով ապրենք և լավ ապագա ցանկանանք մեր հայ ժողովրդին:
Թող Արցախի անկախությունը հավերժ լինի:

Մարիտա ՀԱՆՆԱԶԱՐՅԱՆ

Սեդա ԲԱՂԱՍՅԱՆ

ԳՈՅԱԲԱՆԱԿԱՆ

ԱՄՈՒ ՊԱՇՏԵՔ ՄԵՐ ԻՆՔՆՈՒԹՅԱՆ ՀԻՄՆԱՍՅՈՒՆԵՐԸ ՄՇԱԿՈՒՅԹ

Ձգո՛ւյշ քայլիր այս հողի վրայով և զգո՛ւյշ ամեն մի քարի հետ... Ձգո՛ւյշ, որովհետև եթե եղունգով փոքր-ինչ մամուռը քերես, նրանցից ամեն մեկի վրա նախնադարյան մարդու գծանկարներ կտեսնես, արամեական, խուրիտական, ասորական արձանագրություններ... Այս քարերը մե՛ր քարերն են, նրանցից ամեն մեկի վրա մեր ինքնության դրո՛շմը կա, ճիշտ այնպես, ինչպես այս հողի վրա՝ մեր ինքնության քարե ծանր կնիքը ճարտարապետական կոթողների տեսքով...

Հայոց հողի ամեն էջի վրա, ամեն դաշտում, ձորում, լեռան ծերպին մի կոթող կա՝ մի քարե վանք, մի խաչքար, մի կամուրջ, մի իջևան, քարե մի կնիք առ այն, որ այս հողը մերն է, մեր սեփականը...

Պատահակա՞ն է, արդյոք, որ ամեն թշնամի ու նվաճող աշխատել է առաջին հերթին ավերել մեր ճարտարապետական կոթողները, փշրել մեր խաչքարերը, այսինքն՝ ջնջել մեր ստորագրությունը այս հողի վրայից կամ քերել մեր ինքնության կնիքը...

(Ըստ Գևորգ Էմինի)

Մշակույթ կոչվում է մարդկային հասարակության արտադրական, հասարակական ու հոգևոր կյանքի նվաճումների ամբողջությունը: Հասարակության մտավոր և հոգեկան կյանքի պահանջները բնառաջին փուլում բնագավառների ու դրանց մեջ ունեցած նվաճումների ամբողջությունը, արվեստ և գրականության բոլոր ճյուղերի ամբողջությունը, այդ նվաճումների մակարդակը որևէ ժողովրդի մոտ: Արվեստն իրականության ստեղծագործական վերարտադրությունն է գեղարվեստական ձևի մեջ:

Հայկական լեռնաշխարհում անհիշելի ժամանակներից մարդիկ են բնակվել (սա անվիճելի փաստ է): Նրանք աշխատանքային գործիքներ և այլ իրեր են պատրաստել քարից, ոսկորից, հետո նաև մետաղներից՝ պղնձից, բրոնզից, երկաթից, ավելի ուշ գարդեր սկսել են պատրաստել ոսկուց, արծաթից, ազնիվ թանկարժեք քարերից: Ք.ա. 3-րդ հազարամյակում, երբ լեռնաշխարհում տիրապետող են դառնում հայկական ցեղերը, գրեթե ողջ Հայքի տարածքում ստեղծվում է հայկական մշակույթը և արվեստը: Արվեստ ստեղծվում է, երբ մարդն իր ամենօրյա օգտագործման գործիքները, զանազան պիտույքները, առարկաներն սկսում է նաև գեղեցկացնել, զարդարել: Ստացվում է, որ առաջինների թվում զարգացել է նկարչական և գարդարարական արվեստը, իսկ դրա լուռ, սակայն անջնջելի վկաներն են ժայռապատկերները, որոնց կարելի է հանդիպել Մեծ Հայքի շատ լեռներում: Ժայռերի վրա արված տարբեր կենդանիների՝ եղջերուների, այծերի, առյուծների, նաև մարդկանց պատկերները գրի հնագույն տեսակներ լինելով հանդերձ, արվեստի հետաքրքիր նմուշներից են: Հայերը ժայռապատկերներ նկարել են հնագույն ժամանակներից մինչև միջնադար: Հարուստ են ոչ միայն Մեծ Հայքի ժայռերն իրենց ժայռապատկերներով, այլև հողաշերտերը, որտեղից հայտնաբերվել են տարբեր կենդանիների արձաններ՝ քանդակված քարից, պատրաստված կավից, փայտից, ինչպես նաև մետաղներից:

Իսկ սա վկայում է, որ քանդակագործությունը նույնպես հնագույն արվեստի ճյուղերից է և մեծ տարածում է ունեցել Հայքում: Իսկ Շենգավիթում (Երևան) գտնված հնագույն բնակատեղիում անտաշ քարից պատրաստված պարիսպն իր աշտարակներով, իսկ պարսպի ներսում տները վկայում են ճարտարապետության՝ որպես արվեստի այդ տեսակի շատ հին լինելը: Հայկական հզոր պետականության ստեղծումը (Վանի Արարատյան թագավորություն) նպաստեց մշակույթի և արվեստի ծաղկմանը: Հայոց հեթանոսական շրջանի արվեստի անկրկնելի գարդեր էին պահվել Արդինիի տաճարում՝ շքեղ քանդակագործ թագավորական գահ, ոսկե և արծաթե հրաշագեղ վահաններ, թագավորների բրոնզե արձաններ, կենդանիների հոյակերտ արձաններ: Հենց այդ ժամանակներից է առյուծը, որպես քաջություն, ուժի խորհրդանիշ, արտացոլվել հայկական արվեստում: Ասորեստանի Սարգոն թագավորը, արշավելով Հայաստան, կողոպտեց Արդինիի տաճարի հարստությունը և վերադառնալով՝ արվեստի այդ եզակի նմուշները նկարել տվեց իր պալատում: Դա տեղի էր ունեցել Ք.ա. 714/3 թ.: Արդինիի հեթանոսական տաճարի մասին տեղեկությունները մեզ են հասել այդ նկարների միջոցով: Արվեստի հրաշալի հուշարձաններ են երվանդերեունի, Թեշիբայի թերթերը, վերջինս բաղկացած էր շուրջ 150 սենյակներից, ուներ մուտքի մոտ երկու բարձր աշտարակներ, երկու պարիսպ: Այդ ժամանակներից մեզ են հասել գեղարվեստական բանահյուսության նմուշներ՝ գրույցներ, երգեր, դյուցազնավեպեր: Քչերը գիտեն, որ հայկական «Սասնա ծռեր» ժողովրդական դյուցազնավեպը սկսել է ստեղծվել հայոց Ռուշա թագավորի ժամանակներում Ք.ա. 681թ: Ասորեստանի Սենեքերիմ թագավորի երկու որդիները, սպանելով իրենց հորը, փախչում են Հայաստան, ապաստանում Սասունում: Այստեղ էլ ժողովրդի կողմից ստեղծվում է նրանց մասին գրույց: Դա մեր էպոսի «Սանասար և Բաղդասար» առաջին ճյուղն է: Հետագայում արաբական նվաճումների ժամանակ այդ հին գրույցը մի քիչ փոխվեց: Օրինակ՝ Ասորեստանի թագավորը փոխարինվեց արաբական խալիֆով: Այդ ժամանակաշրջանի առասպելներին, ասքերին, երգերին, բանաստեղծություններին մեծ տեղ է տվել պատմահայրն իր «Հայոց պատմություն» գրքում: Շատերը մեզ ծանոթ են դասագրքերից:

Եթե փորձենք հասկանալ տնտեսության, քաղաքականության զարգացման նախադրյալներն ու դինամիկան, հեռանկարները, ապա հիմքում պետք է ունենալ կրթական համակարգի զարգացման անհրաժեշտությունը: Եթե ակնկալում ենք գիտելագործոցներ արվեստի, ընդհանրապես մշակույթի ասպարեզում, ապա ամեն ինչ պետք է կապել կրթական համակարգի դրվածքի հետ: Ասել է թե՛ հասարակության զարգացման տեմպերը, մակարդակը, ուղղվածությունը, առաջընթացը, բոլոր-բոլորի հիմքում զարգացած կրթական համակարգ ունենալն է:

Կրթությունը՝ որպես մշակույթ, նույնպես ձևավորվել է նախաքրիստոնեական շրջանում: Մեզ հայտնի

հայ առաջին կրթատունը Երազանուն տաճարի քրմական դպրոցն է (նեթադրվում է՝ եղել է Զվարթնոցի տեղում): Հայոց դպրոցի պատմությունն անխզելիորեն կապված է գրերի գյուտի հետ: Դպրոցների բացումը Մեծ Հայքի տարածքում նախաձեռնել են Ս. Մաշտոցը և Ս. Պարթևը: Առաջին դպրոցը՝ վարդապետարանը, բացվել է Վաղարշապատում:

Դպրոցը պատրաստել է ուսուցիչներ, բարոգիչներ, եկեղեցու գործիչներ: Այդ ժամանակներից սկսած դպրոց է գործել նաև Արցախի Ամարաս վանքում: Դպրոցներում դասավանդվել են Մուրբ Գիրք, վարքաբանություն, քերականություն, ճարտասանություն, բարոյագիտություն, թվաբանություն: Հայտնի է, որ մեծանուն գիտնական Դավիթ Անհաղթը որպես աշխարհիկ գիտություններ բարձր տիպի դպրոցներում առաջարկեց դասավանդել երկրաչափություն, աստղագիտություն, թվաբանություն, երաժշտություն: Այդ առաջարկությունը կյանքի կոչեց մեկ ուրիշ մեծանուն գիտնական՝ Անահիպ Շիրակացին: Նա ստեղծեց աշխարհիկ առաջին դասագիրքը՝ «Քննիկոն»-ը, ուր գետեղված էին «Յոթ ազատ արվեստները»: Գրքի աշխարհիկ բովանդակությունը մերժվեց եկեղեցու կողմից: Միայն 400 տարի անց Գրիգոր Մագիստրոս Պահլավունին ձեռք բերեց դասագիրքը ու նրանով դասավանդեց Սանահինի ու Բջնիի դպրոցներում: Միջնադարում կրթության զարգացման ու տարածման գործում մեծ դեր են ունեցել Սանահինի, Գլածորի, Տաթևի համալսարանները: Կրթության գործը զարգացում է ապրել ոչ միայն բուն Հայաստանում, այլև Եվրոպայի, Կովկասի, Ղևդիստանի, Ռուսաստանի գաղթածայիններում: Միայն Թուրքիայում 20-րդ դարի սկզբին գործում էին 800-ից ավելի դպրոցներ՝ շուրջ 82 հազար աշակերտներով: Այդ դպրոցներում դասավանդում էին ավելի քան 2150 ուսուցիչներ: Այս տվյալների մեջ հաշվառված չեն Կ. Պոլսի 50-ից ավելի դպրոցներ՝ հազարավոր աշակերտներով հանդերձ:

Հայ կրթական գործին մեծ չափով նպաստել են Մոսկվայի Լազարյան ճեմարանը, Աստրախանի Աղաբաբյան, Թիֆլիսի Ներսիսյան, Վենետիկի, Փարիզի Ռաֆայելյան, Մուրադյան, Ջմյուռնիայի Մեսրոպյան վարժարանները և շատ այլ դպրոցներ տարբեր հայաշատ բնակավայրերում: Կրթությունը մի առանձին թափով զարգացավ հորիզոնային Հայաստանում: Բավարարվեց մի քանի համեմատական թվերով: 1932-1933 ուստարում գործել է 1099 դպրոց. 782 տարրական, 302 յոթնամյա, 12 միջնակարգ՝ 179 հազար սովորողներով: 1985-1986 ուստարում գործել է 1479 հանրակրթական դպրոց՝ շուրջ 600 հազար աշակերտներով, նրանց դասավանդել են 46,1 հազար ուսուցիչներ: Այդ նույն ուստարում Հայաստանում կար 13 բուհ՝ 59778 ուսանողներով: Սովորում էին 156 մասնագիտությամբ: Բուհերում աշխատում էին 5389 դասախոսներ, այդ թվում՝ 21 ակադեմիկոսներ և 400 գիտության դոկտորներ: Կրթության համակարգը լուրջ փոփոխություններ կրեց 1991թ. անկախությունից հետո:

Հայ հին գրականության ձևավորումն ու թռիչքային զարգացումը

սկսվել է 5-րդ դարից (նախաքրիստոնեական բանահյուսության մասին մի քիչ խոսվեց վերևում): 5-րդ դարը հանդիսացավ ազգային դպրոցի ամենաբարձր աստիճանը հաջորդ մի քանի դարերի համեմատությամբ: Գրերի ստեղծման դարում ծնվեցին հին գրականության դասական շրջանի նշանավոր հուշարձանները: Ազաթանգեղոսի, Կորյունի, Եղիշեի, Փավստոս Բուզանդի, Մովսես Խորենացու, Ղազար Փարպեցու, Եզնիկ Կողբացու երկերը հսկայական նշանակություն ունեցան հին և միջին դարերի գրականության զարգացման ընթացքի վրա: Բուռն զարգացում ապրեց թարգմանչական գրականությունը: Թարգմանվեցին հին աշխարհի հայտնի մտածողների՝ Արիստոտելի, Պլատոնի, Սոկրատեսի, Արքիմեդի և շատ ուրիշների գործերը: Իր որակով առանձնանում է 10-12-րդ դարերի գրականությունը: Այդ ժամանակաշրջանը տվեց գրականության անկրկնելի մեծություններ՝ Գրիգոր Նարեկացի, Ներսես Շնորհալի, Մխիթար Գոշ և ուրիշներ:

Բանաստեղծական արվեստի վերելքն ամենից առաջ կապված է Նարեկացու ստեղծագործությունների հետ: Նրա ներբողները, տաղերը, «Մատյան ողբերգության» պոեմի համաշխարհային գրականության զանգեղից են ձևով և բովանդակությամբ, թեմատիկայով: Հատկապես «Մատյան ողբերգության» պոեմը, որը բաղկացած է 95 գլխից: Այն քնարական պոեմ է և նվիրված է մարդու կատարելության խնդրին: Նարեկացին մեկն է այն 40 մարդկանցից, որ արժանացել է «Տիեզերական վարդապետ» կոչման: Այդ դարերում գեղարվեստականության տեսակետից լիակատար ձևավորվեց «Սասնա ծռեր» դյուցազնավեպը: Սասունցի Դավիթը դարձավ ազատության համար պայքարող հայ ժողովրդի իղձերի մարմնացույց: Հետագա դարերում իրենց ստեղծագործություններով հայտնի դարձան Ֆրիկը, Մխիթար Գոշը, Վարդան Այգեկցին: Ավելի ուշ գրականության մեջ մեծ հետք թողեցին Մկրտիչ Նաղաշը, Նահապետ Քուչակը, Գրիգոր Արթամարցին և ուրիշներ:

Հայ գրականության զարգացման ուրույն շրջան էր 19-րդ դարը, 20-րդ դարի սկզբի տասնամյակները: Այդ ժամանակաշրջանը բնորոշվեց որպես հայ նոր գրականության զարգացման շրջան: Հայ նոր գրականության դրոշակակիրը դարձավ Խ. Աբովյանն իր անմահ «Վերջ Հայաստանի» վեպով: Արդեն 60-ական թվականներին իր խրոխտ մարտական քնարով հանդես էր գալիս Ս. Նալբանդյանը, իր հայրենասիրական քնարն էր հնչեցնում Ռ. Պատկանյանը, ազատագրական պայքարի գաղափարներով հանդես եկավ Ռաֆֆին իր վեպերով: Ձևավորվում էր հայ ռեալիստական գրականությունը: Այն դրսևորվում էր Շիրվանզադեի, Սունդուկյանի ստեղծագործություններում: Հայ գրականությանը մի առանձին քնարական շունչ հաղորդեցին Տերյանը, Իսահակյանը, Թումանյանը:

Մեր բազմադարյան գրականության մեջ իր թեմատիկայով, բովանդակությամբ, հասարակական կյանքի պատկերմամբ առանձնանում է սովետահայ գրականությունը: Հոկտեմբերյան հեղափոխությունը, սո-

ցիալիստական շինարարությունը, Առաջին և Երկրորդ աշխարհամարտերը, Հայոց ցեղասպանությունը, անձի պաշտամունքը, 60-ականներին սկսված, այսպես կոչված, ծնիալը անմասն չմնացին մեր գրողների ուշադրությունից:

1920-1930-ական թվականներին մի առանձին թափով հնչեց Ե. Չարենցի քնարը: Հենց նրան էր վիճակված Իսահակյանի հետ միասին զարդարել 20-րդ դարի ճակատը եվրոպական և ռուս գրողների հետ միասին: Խորհրդային վաղ շրջանի գրողներից առավել հայտնի էին Բակունցը, Թորոպեցը, Ջորյանը, Դեմիրճյանը, Նար-Դոսը և շատ ուրիշներ: Ավելի ուշ իրենց ստեղծագործություններով փառավորվեցին Պ. Սևակը, Ս. Կապուկիյանը, Գ. Էմինը, Ն. Ջալալյանը, Վ. Դավթյանը, Զ. Շիրազը: Արձակի ասպարեզում մեր գրականությունը հարստացրին Ս. Խանգույանը, Զր. Քոչարը, Մ. Գալշոյանը, Զ. Մաթևոսյանը, Խ. Դաշտենցը և շատ ուրիշներ:

Ճարտարապետությունը, որպես մշակույթի մաս, որպես արվեստ, սկսել է ձևավորվել, ինչպես նշեցինք, Հայկական լեռնաշխարհում Ք.ա. 3-րդ հազարամյակում, երբ սկսեցին կառուցվել առաջին բնակավայրերը, քաղաքները: Սովորականի համաձայն քաղաքների կառուցումը նախագծելիս առաջին հերթին հաշվի էին առնում նրա պաշտպանության կառուցումը: Համարյա բոլոր քաղաքները պարսպապատ էին, ունեին միջնաբերդ, աշտարակներ, պաշտպանիչ օժանդակ շինություններ: Մայրաքաղաք Տիգրանակերտի պարիսպների բարձրությունը 25 մետր էր, իսկ հաստությունը այնքան, որ հնարավոր է եղել տեղավորել հեծելազորի ձիերի փարախները, պահեստները: Հեթանոսական շրջանի ճարտարապետության հոյակապ հուշարձան է Գառնիի տաճարը (մ.թ. 1-ին դար):

Ավատատիրական հարաբերությունների զարգացման հետ միասին որոշ փոփոխություններ են ի հայտ եկել քաղաքաշինության մեջ: 4-7-րդ դարերում կառուցված քաղաքներին հատուկ էին նաև արվարձանը, շահաստանը: Միջնաբերդի որոշ ֆունկցիաներ անցնում են շահաստանին, այն դառնում է գաղափարապաշտամունքային և առևտրաարհեստագործական կենտրոն: Դվին, Կարին քաղաքները նման ձևով էին կառուցված: Այս քաղաքներում պատշաճ մակարդակով լուծվում էին ջրամատակարարման, ջրահեռացման հարցերը, կային կոմունալ շենքեր, ուշադրության էին արժանի միկրոկլիմայի բարելավման (շրջապատում արհեստական անտառների տնկում) հարցերը:

Քրիստոնեական հավատքին անցնելուց հետո որոշակի ակտիվություն նկատվեց ճարտարապետական արվեստի ասպարեզում: Այս բնագավառում ինչ-որ չափով զգացվում էր հելլենիստական մշակույթի ազդեցությունը: Այդ տեսակետից Հայաստանի բազիլիկ եկեղեցիները որոշ ընդհանրություններ ունեն վաղ-քրիստոնեական շրջանի եկեղեցիների հետ: Ճարտարապետական հրաշալի կոթող է Էջմիածնի մայր տաճարը, որ կառուցվել է 301-303 թվականներին, վերակառուցվել 484թ. և 18-րդ դարում, այժմ էլ գտնվում է վերակառուցման մեջ:

ՀԱՅ ԶԻՆԿՈՐ

ԱՆԱՆՈՒՆ ՑԱԿ՝ ԱՆՎԱՆԻ ՍԽՐԱՆՔՈՎ

Նվիրվում է Տարոն Անդրեասյանին



Քուն ու դադարս կորել է ցավից, Մաշուն է սիրոսս անհուն կարոտից. Երկիրս մոռնում երկունքի ցավից, Դուրհեր մանուկ է տենչում եղեգնից...

Թե ով ես դու, անհայտ իմ զինվոր, կարևոր չէ (շատ շուտով կհամանանք քո անունը), բայց որ իրական ու իսկական հերոս ես, անժխտե-

լի փաստ է: Շատ մեծ ցավ ապրելով՝ օրը հազար անգամ դիտում էի այդ տեսանյութը ու հազարերորդ անգամ համոզվում, որ դու Դայ-կի սերնդից ես սերվում, որ քո երակներով ոչ թե սովորական՝ կարմիր արյուն է հոսում, այլ կապույտ՝ ազնվական հայի արյուն: Քո արարքով աշխարհին ի ցույց դրեցիր մեր ազգի ու մեր հարևանների՝ բարոյակաճության, հերոսության, հայրենասիրության, ասպետության մասին ունեցած հայացքների ու համոզմունքների տարբերությունը:

Դու քո խրոխտ ու ըմբոստ կեցվածքով հակադրվում ես աշխարհում տիրող բռնի ու հակամարդկային օրենքներին՝ փորձելով հետագա սերունդներին թողնել արդարության համար և նվաստացման դեմ ուղղված հերոսական ու իրական դասեր: Դաս, որ մեր ազգի համար պիտի լինի առաջինը, առաջինը՝ ծննդյան առաջին ճիշի ազդարարումից սկսած, հայերենի առաջին՝ այբ-ից սկսած՝ մինչև քե...

Անանուն իմ հերոս, հայի իմ իղեալ, գուցե ծնողներդ ու հարազատներդ համար մինչ այժմ համարվում էիր աննշան մահով զոհված, անհայտ ճակատագիր ունեցող, անհետ կորած կամ գերեզմարված մի զինվոր, որ խեղճացած կամ նվաստացած է եղել ոխերիմ թշնամու առաջ կամ բազում ստորացումների միջով անցնելով՝ կնքել է իր մահկանացուն: Հիմա, սակայն, երբ իմացանք քո սխրանքի ու ըմբոստ մահի մասին, նրանց սիրտը, ինչպես որ այժմ իմն է զգում, ուռչելու է անսահման

հպարտությունից իրենց զավակին հերոսի դերում տեսնելուց հետո: Ձավակ, որ գիտակցորեն մահն ընտրեց՝ խաժամուժների կեղտոտ ձեռքերից անխառն պահելով իր ազնիվ հոգին: Ծնողներ, որ իրենց զավակին օրորոցային են ասել ռազմի երգերով, հայկյան նետի սույլ ու շառաչով:

Ուսուցիչներ, որ կրթել են նրան մաշտոցյան 36 ամսահ ու խիզախ զինվորների օրինակով, որ դարեր շարունակ հային են մնացել՝ որպես անկողոպտելի ու նվիրական մի գամ: Դարերն էլ ի գորու չեղան մաշելու ու փոշով պատելու դրանք: Վարդան ու Գևորգո՞վ ես սնվել, թե՞ Առյուծ Մեհերով ու Սասնա Դավթով, որ չիպատակվեցիր ու չանցար Մարա Մելիքի ժամտ թրի տակով:

Արշակ Երկրորդ արքայի պես հանդգնորեն ու ամուր կանգնած հայկական հողի վրա՝ դու քո արարքով ձեռնոց նետեցիր ոսոխին, որ դա քո Դայրենյաց հողն է, ու արմատներդ խորն են խրված այդ հողի մեջ: Դու սպառնացիր թշնամուն, որ նա մոտ չգա, ու իր կեղտոտ ձեռքը չհասնի քեզ:

Ընդամենը մի քանի րոպեում տված քո դասը սերունդներին չի կարող տալ և ոչ մի ուսուցիչ ոչ 45 րոպեի և ոչ էլ բազում տարիների ընթացքում:

Իմ անանուն հերոս, ցավն ու կսկիծը խեղդում են ինձ, բայց սիրոսս ուռչում է այն զգացողությունից, որ հայ ժողովուրդը քեզ պես առյուծ է ծնել (երանի քո ծնողներին...), որ, անհ ու մահը արհամարհելով, ոսոխի առաջ

ծնկի չեկավ ու բարձր պահեց մեր ազգի արժանապատվությունը: Այսքանով հանդերձ՝ դառնանք ոսոխին. քաջություն ու ասպետություն են համարում նաև այն հանգամանքը, որ 2 տարի անց թշնամի զինվորը իր նկարահանած տեսանյութը աշխարհին է ներկայացնում (նրանց մեջ էլ կան ասպետներ), որով փարատում է ծնողների ամենամեծ վիշտը՝ անհայտության շղարշը ցրելով, ներկայացնելով իսկական հայ զինվորի կերպարը, որը ներշնչանքի ու ոգևորության նյութ է դառնալու ապագա հայրենյաց պաշտպանների ու սերունդների համար:

Դու՝ անանուն իմ Ցավ, իմ Դայարտություն, իմ ազգի Արժանապատվություն, խավարից ճառագող իմ Լույս ու Ապավեն, հայ Զինվոր. սրանք են քո բնութագրիչները:

Դայարտ եմ, որ դու իմ հայ ազգի արժանավոր զավակն ես, փառք քո հերոսածին ծնողներին:

7. 9. Շատ կարճ ժամանակում հայտնի դարձավ տողերիս հերոսի անունը՝ Տարոն Անդրեասյան՝ 44-օրյա պատերազմի իսկական հերոս, որը, առյուծի պես ծառս լինելով հակառակորդի մի ողջ վաշտի դեմ, իր ուղերձը հղեց աշխարհին, որ հայը կա ու լինելու է առհավետ, որ «բարբարոսներ շատ կզան ու կանցնեն անհետ, Արքայական խոսքը մեր կմնա հավետ...»:

Սուրբյա ՂԱԶԱՐՅԱՆ

ՄՇԱԿՈՒՅԹ

5-րդ դարի վերջից բազիլիկ եկեղեցիներին փոխարինելու եկան գմբեթավոր եկեղեցիներն իրենց բազմազան տարբերակներով: Նմանատիպ են Օծունի (4-րդ դար), Գայանե (630թ.), Բազավան (631-639), Թալինի մեծ տաճարները և այլն: Հայկական ճարտարապետության եզակի նմուշներից է Զվարթնոցի տաճարը՝ 7-րդ դար: Բազրատունյաց մայրաքաղաք Անիի պեղումները Ն. Մառի, Գ. Օրբելու, Թ. Թորամանյանի մասնակցությամբ իրուստոս նյութ տվեցին միջնադարյան քաղաքների առանձնահատկությունների, նրանց կառուցվածքի զարգացման ուղիների մասին: Իր ճարտարապետական տեսքով առանձնանում էր Անիի մայր տաճարը (989-1001թթ.), քառամույթ գմբեթավոր հորինվածքը Տրդատ ճարտարապետի հանձնարով նոր տեսք է ստացել: Միջնադարյան ճարտարապետության մեջ ուշագրավ էր առավել հայտնի վանական համալիրների առաջացումը: Այդ համալիրներն ընդգրկում էին մի շարք եկեղեցական և աշխարհիկ շենքեր, աչքի էին ընկնում շրջակա բնության և վանական կառույցների ներդաշնակությամբ: Տաղանդավոր Մանուել ճարտարապետը Աղթամար կղզում կառուցեց Սուրբ Խաչ եկեղեցին՝ հայ ճարտարապետության գլուխգործոցներից մեկը: Անիի մայր տաճարը նույնպիսի համալիր է: ճարտարապետության արվեստի հրաշալիք է Այրիվանքի (Գեղարդավանք) վանական համալիրը ժայռերի մեջ փորված բազմաթիվ եկեղեցիներով, խցերով ու տնտեսական բնույթի կառույցներով:

յոց եկեղեցին (ճարտարապետ՝ Նեքեմատ): Մահմեդականները կործանեցին եկեղեցին, որովհետև իր գեղեցկությամբ գերազանցում էր քաղաքի մզկիթներին: 17-րդ դարում հայ ճարտարապետության մեջ տարածում գտավ եկեղեցիներին կից գանգակատների կառուցումը: Էջմիածնի մայր տաճարի գանգակատունը նույնպես կառուցվել է այդ ժամանակ:

17-րդ դարում Հայաստանում կառուցվեցին նաև շատ ինքնատիպ միաթռիչք և բազմաթռիչք կամուրջներ Հրազդան, Քասախ, Որոտան, Մեղրի գետերի վրա: Այդ կառույցներն ունեին կարևոր տնտեսական նշանակություն: Նրանց մի մասը գործում է մինչ այսօր: Այդ տարիներին հայ ճարտարապետության կարևոր առանձնահատկություն էր եկեղեցիները, վանական համալիրները պարիսպներով շրջապատելը: Նրանք վեր էին ածվում բերդ-ամրոցների (Տաթև, Գեղարդ, Բջնի, Խոր վիրապ, Հալիձոր, Ազուլիս և այլն): Շատերը նույնիսկ ունեին ստորգետնյա ուղիներ՝ պաշարումների ժամանակ դրսի աշխարհի հետ կապ ունենալու համար:

Հոյտորտացող Թուրքիան հայերիս է պարտական միայն 4. Պոլսում կառուցված հարյուրավոր պալատների, մզկիթների, շատ այլ գեղեցիկ շինությունների համար՝ նախագծված ու կառուցված հայազգի Սինա ճարտարապետի կողմից, նաև Պալյան գերդաստանին, որոնք ոչ ավել, ոչ պակաս 3 դար եղել են արքունի ճարտարապետներ:

Յենց միայն այն, որ Արևելյան Հայաստանում ճարտարապետական հուշարձանների թիվն անցնում է 5 հազարից, իսկ Արևմտյան Հայաստանում՝ 3 հազարից, վկայում է, որ արվեստի այս ճյուղը միշտ էլ եղել է ուշադրության կենտրոնում:

Արվեստի այս ճյուղը մի առանձին թափով սկսեց զարգանալ Խորհր-

դային Հայաստանում: Թամանյանի նախագծով՝ հատակագծով կառուցված Երևանը անճանաչելիորեն փոխեց իր դեմքը: Հազարավոր նորակառույց հոյակապ շենքեր քաղաքը դարձրին գեղեցիկ ու գրավիչ: Կառուցվեցին տասնյակ նոր քաղաքներ: Այն, որ Հայաստանը թանգարան է բաց երկնքի տակ, միանգամայն արդարացի է: Գրեթե ողջ աշխարհում չկա մի երկիր, որտեղ հայ ճարտարապետների կողմից նախագծված ու կառուցված հոյակապ շենքեր չլինեն:

Արցախ աշխարհն էլ հայտնի է իր պատմամշակութային հուշարձաններով, ճարտարապետական կոթողներով (Ամարաս, Գանձասար, Դազանչեցոց և շատ այլ վանական համալիրներ, եկեղեցիներ): Արցախի գրեթե բոլոր գյուղերում էլ կան նմանատիպ հուշարձաններ: Սակայն ցավալի է, որ նրանց մեծ մասի ճակատագիրը վտանգված է: Եվ նրանք թուրք-ազերական հրոսակների կողմից ենթարկվելով վանդալիզմի՝ ոչնչացման եզրին են, ինչպես դա կատարվել ու կատարվում է Թուրքիայում, Ադրբեջանում: Նրանք փորձում են արմատներից կրծել մեր ինքնության այս հիմնասյունը, որ հազարամյակներ շարունակ ապահովում է մեր հաստատուն տեղը համաշխարհային քաղաքակրթության մեջ:

Ճարտարապետական զարգացմանը զուգահեռ զարգանում էր քանդակագործությունը: Վանքերը, եկեղեցիները, թագավորական պալատները հաճախ զարդարում էին շքեղ քանդակներով: Առանձնապես ուշադրության կենտրոնում էին շենքերի շքամուտքերը, աչքի զարնող տեղերը, որ պատված են զարդաքանդակներով: Ջարդաքանդակների մի ինքնատիպ ամբողջություն է ներկայացնում Աղթամարի տաճարի զարդագոտին: Այստեղ ամբողջությամբ ներկայացված են իշխանական կենցաղը, զորավարների քաջագործու-

թյունները, հիացմունք են առաջացնում շինականների առօրյա կյանքից վերցված տեսարանները. այգու մշակում, բերքահավաք, գինու պատրաստում և այլն: Քանդակագործության յուրահատուկ ուղղվածություն է խաչքարերի քանդակումը: Խաչքարը քրիստոնեության խորհրդանիշ խաչի պատկերումն է սալե քարի կենտրոնական մասում: Քանդակագործական այս ձևը մեզ մոտ սկզբնավորվել է 9-10-րդ դարերում, զարգացման բարձր աստիճանի է հասել 12-14-րդ դարերում: Այս ժամանակաշրջանի շատ խաչքարերի կարելի է հանդիպել մեր հին եկեղեցիներում, մատուռներում (մեզ մոտ՝ Եմիշճանում նույնպես նմանատիպ խաչքարեր են հայտնաբերվել): Երբեմն խաչի վրա քանդակվում է նաև Քրիստոսի պատկերը: Այդպիսի խաչքարն անվանում են «Ամենափրկիչ»: Խաչքարերի մեծ մասը դրվել է մահացած մարդկանց հիշատակին: Քիչ չեն որևէ պատմական դեպքի առիթով կանգնեցված խաչքարերը: Այս ավանդույթը շարունակվում է, և մենք դրա ակնատեսներն ենք: Ողջ Հայաստանում հայտնի են Մոմիկ քանդակագործի, ճարտարապետի, մանրանկարչի քանդակած խաչքարերը: Ողջ տարածաշրջանում հայտնի էր հայ խոջաների՝ Հին Ջուղայի գերեզմանատանը կանգնեցրած շուրջ 10 հազար գեղեցիկ ու անկրկնելի խաչքարերի մասին: Հայտնի է նաև, որ այդ խաչքարերը հոշոտվել են բարբարոս ազերի-թուրքերի կողմից:

Կերպարվեստը, առավել ևս մանրանկարչությունը, կիրառական արվեստը, երաժշտությունը մեր մշակույթի հնամուտ տեսակներից են և ժամանակի ընթացքում զարգացել ու շատ օրինակներով մուտք են գործել մշակույթի համաշխարհային գանձարան, ճանաչելի դարձել միջազգային հանրությանը:

Ես նպատակ չունեի, բնականաբար, հնարավոր էլ չէ թերթի մեկ հոդ-

վածի շրջանակում ներկայացնել մեր բազմադարյան մշակույթը: Իմ նպատակն է շատ թե քիչ կանգ առնելով հին և միջնադարյան մշակույթային արժեքների ուղղվածությանը՝ ցույց տալ, որ լինելով փոքր ժողովուրդ, այնուհանդերձ, համաշխարհային մշակույթի գանձարանում ունենք մեր մշտական ու հաստատուն տեղը: Մեր մշակույթը համաշխարհային քաղաքակրթության ինքնատիպ օղակներից է, որի արմատները սնվում են հազարամյակների խորքից: Մեր մշակույթի հարուստ գանձարանից առայսօր սնվում են շատ այլ ժողովուրդներ՝ փորձելով ի մի բերել իրենց ունեցած-չունեցածը, իսկ մեր թշնամիները, եթե փորձեն վարձել աշխարհի ամենահմուտ քարտաշներին, զինեն նրանց ամենահզոր մուրճերով, մեր անունը մեր մշակութային կոթողներից ջնջել չեն կարող, պատմության էջերից ջնջել չեն կարող, մեր վարպետների ստեղծած գոհարակերտ գլուխգործոցները հաշվի չառնել պարզապես չեն կարող:

Ես «Լուսարար»-ի էջերում փորձեցի ներկայացնել իմ պատկերացմամբ մեր հայ ժողովրդի ինքնության հիմնասյունները, առանց որի պարզապես գոյատևել անհնարին է: Մեր լեզուն, մեր հավատքը, մեր պետականությունը, մեր մշակույթը. ասա՛ այն հիմնասյունները, որոնց վրա խարսխված ենք մենք ազգովին: Սրանք մեր ամենահուսալի գեներն են, որոնց վրա մենք խարսխված ենք ազգովին, սրանք մեր ամենահուսալի գեներն են ամենատարբեր փորձություններից, մարտահրավերներից դիմակայելու համար: Իսկ մեր երկիրը ամենահայասեր անգլիացու՝ Բայրոնի խոսքով՝ «Հավերժ պիտի մնա որպես աշխարհի ամենահետաքրքիր երկրներից մեկը:

Լ. ԱՌԱՔԵԼՅԱՆ Գ. ԵՄԻՇՅԱՆ

ԽՈՐՀՈՒՐԴ ԽՈՐԻՆ

ԵՐԵՒԱՆԵՐԻ ԴԱՍՏԻԱՐԱԿՈՒԹՅԱՆ ՄԱՍԻՆ



Յուրաքանչյուր Սուրբ Ներսիս Մեծը (20-րդ 347թ., Անտոխիոս - 407թ. սեպտեմբերի 14, Կոնստանդուպոլիսի պատրիարք, աստվածաբան, քրիստոնյա եկեղեցու հայրապետ, քրիստոնյա ընդհանրական եկեղեցու սուրբ: ԳՐՎԱԾՔՆԵՐԸ

Յուրաքանչյուր Սուրբ Ներսիս Մեծը է մատենագրական հարուստ ժառանգություն (մեկնություններ, դավանաբանական և հակաճառական գրվածքներ, ճառեր, քարոզներ, ներբողներ, նամակներ և այլն), որոնք կարևոր դեր են կատարել քրիստոնեական մտքի պատմության մեջ: Նրա երկերից շատերը թարգմանվել են հայերեն դեռևս հայ վարդապետների կողմից 5-րդ դարում: Գրերի գյուտից և Աստվածաշնչի թարգմանությունից անմիջապես հետո:

Խնդրում և աղաչում են ձեզ, սիրելիներս, եկեք մեծ խնամքով վերաբերվեք մեր երեխաներին ու ամեն կերպ հոգ տանեք նրանց հոգու փրկության մասին: Ընդօրինակեք երանելի Յուրաքանչյուր Սուրբ Ներսիսին, ով վախճանվելով նրանց մտովի մեղսագործությունից, նրանց համար զոհեր մատուցեց և երևան բերեց մեծ հոգատարություն, ընդօրինակեք Աբրահամին, որ նույնպես ձեռն ու ոտ չէր ընկնում հարստության և ունեցվածքի համար, այլ հոգ էր տանում աստվածային օրենքների մասին, թե ինչպես դրանք պահպանել և անվնաս ժառանգել սերունդներին:

Եվ երբ Դավիթը մեռնում էր, ապա մեծ ժառանգություն թողնելու փոխարեն նա կանչեց իր որդուն, նույնը ներշնչեց և հանգամանորեն ասաց, որ՝ եթե կցանկանաս, տղաս, ապրել Աստծո օրենքներով, ոչ մի անսպասելի բան չի պատահի քեզ հետ, քո բոլոր գործերը կընթանան ըստ ցանկության, մեծ ապահովություն կվայելես, իսկ եթե գրկվես այդ օգնությունից, ապա ոչ մի օգուտ չես ունենա թագավորությունից ու այդ մեծ իշխանությունից: Չէ՞ որ երբ բարեպաշտությունը բացակայում է, ապա այն հարստությունը, որ կա, ոչնչանում է վտանգով և ծայր խայտառակությամբ, իսկ եթե առկա է, ապա այն բաները, որոնք չկան, գալիս են:

Այդ պատճառով ծնողները չպետք է մտածեն այն մասին, թե ինչպես իրենց զավակներին արծաթով ու ոսկով հարստացնեն, այլ այն մասին, թե ինչպես նրանք բոլորից հարուստ դառնան բարեպաշտությամբ, իմաստությամբ և առաքինության ինչքով, որքան էլ

նրանք շատ բաների պակասություն ունենան, կենսական ու պատանեկան ինչպիսի հրապուրանքներ էլ որ ունենան: Եվ ջանադրաբար հարկավոր է քննել նրանց ներս ու դուրս ամելը, նրանց գրույցներն ու հավաքները, իմանալով, որ եթե դրանք մերժելի են, ապա Աստծուց ոչ մի վարձատրություն չեն ստանա:

Չէ՞ որ եթե մեզմիջև հաշիվ է պահանջվում ուրիշներին հոգ տանելու համար, իսկ ասված է՝ «ոչ ոք միայն իր օգուտը թող չփնտրի, այլ նաև ընկերոջինը» (Ա Կորնթ. 10, 24), ապա որքան ավելի է պահանջվում երեխաների համար: Իսկ դու ամեն ինչ անում և ձեռնարկում ես, որպեսզի նրանք գեղեցիկ ծի ունենան, հրաշալի տուն, մեծարժեք հողեր, իսկ որպեսզի հոգին լավը լինի և ունենա բարի կամք, դու ամենակն ուշադրություն չես դարձնում:

Թեկուզև մեկի ունեցածը մեծ և թանկարժեք լինի, բայց եթե նա լի չէ դա առաքինաբար տնօրինելու եռանդով, ամեն ինչ կոչնչանա և նրա հետ կվերանա. իսկ երբ հոգին ազնվաբար է և իմաստությամբ լեցուն, ապա տանը թեկուզ ոչինչ կուտակված չլինի, աներկյուղ կարող է տիրանալ ցանկացած բարիքի:

Իսկ որ ծնողներից շատերը շատ բան են քաշում երեխաների ձեռքից, ապա դա նրանից է, որ չեն ցանկանում քոթակել, խոսքով խելքի բերել և դառնացնել անառակ ու անօրեն կյանքով ապրող իրենց զավակներին, այդ պատճառով քիչ չի պատահում, որ նրանք ականատես են լինում, թե ինչպես են վերջիններս հայտնվում ծայր դժբախտության մեջ, քարշ են գալիս դատարաններում, և դահիճները կտրում են գլուխները:

Իսկապես, երբ ինքը չես դաստիարակում, երբ ինքը խելքի չես բերում, ապա նա, միանալով սրիկաներին ու փչացած մարդկանց խմբին ու մասնակից լինելով նրանց անառակություններին, կարգի է հրավիրվում հասարակական օրենքներով և պատժվում բոլորի աչքի առաջ, իսկ մահապատժին հետևում է ավելի մեծ խայտառակություն, որովհետև նրա վախճանից հետո բոլորը մատնացույց են անում հորը, որն ամաչում է անգամ շուկայում երևալ: Իրոք, ի՞նչ երեսով նա պիտի երևա իրեն հանդիպողներին իր զավակի այդպիսի խայտառակությունից ու դժբախտությունից հետո: Ի՞նչը կարող է անմտությունից ավելի վատը լինել:

Ասա ինձ, մի՞թե քեզ համար ամոթ չէ, և չէ՞ս կարմրում, երբ դատավորը պատժում ու խրատում է քո որդուն, իսկ վերջինս, կյանքի սկզբից այդքան ժամանակ ապրելով քեզ հետ, կարիք ունի օտար մեկից դաստիարակվելու: Մի՞թե ցանկություն չես ունենում փակվելու և թաքնվելու: Բայց դու, այնուամենայնիվ, ասա՛ ինձ, դեռ հանդգնո՞ւմ ես քեզ հայր անվանել, որ այդ կերպ մատնեցիր որդուդ՝ նրան անհրաժեշտ օգնություն ցույց չտալով և ուշադրության չառնելով այն արատները, որոնք նրա կործանման պատճառ դարձան:

Երբ նկատում ես, որ ինչ-որ օտարական քո երեխայի ականջակոթին է հասցնում, դու վրդովվում ես, գայրանում, չարանում և գազանային ցասումով ապտակում ես հարվածողին, իսկ երբ նկատում ես, թե ինչպես է ամեն օր սատանան քո որդու ականջին հասցնում, թե ինչպես են դեղերը նրան դեպի արատները հրում, դու հանգիստ քնո՞ւմ ես, չէ՞ս վրդովվում, չէ՞ս գայրանում, որդուդ չէ՞ս խլում ամենասարսափելի գազանից: Եվ ի՞նչ մարդասիրության կարող ես արժանանալ:

Ի վերջո, ինչո՞վ կարող ես արդարանալ: Քեզ կսավի, թե արդյո՞ք այնպես չտնօրինեցի, որ երեխաները սկզբից ևեթ քեզ հետ ապրեն: Նրանց գլխին քեզ ուսուցիչ կարգեցի, դաստիարակ, խնամարկու և ղեկավար, նրանց վրա ողջ իշխանությունը քո ձեռքը չտվեցի՞: Այդքան քնքուր էակին չկարգադրեցի՞՞ մշակվել ու կարգավորվել: Ի՞նչ արդարացում կստանաս, եթե անհոգությամբ ես նայել նրա թռչկոտուններին: Ի՞նչ կասես: Որ նա անզուսպ և սանձարձակ է:

Բայց հարկ էր, որ այդ ամենին հենց սկզբից հետևեիր՝ սանձեիր, երբ նա դեռ փոքր էր, ու սանձի ենթակա, ջանադրությամբ ուսուցանեիր, անհրաժեշտ ուղղությամբ տանեիր, զսպեիր նրա հոգեկան պոթելումները, երբ նա դեռ ավելի ընկալունակ էր ազդեցությունների նկատմամբ, մոլախոտը այն ժամանակ պիտի հանել, երբ տարիքը դեռ փխրուն է, և հեշտ է դուրս քաշվում, ահա այդ ժամանակ անուշադրության մատնված կրթերը չէին ուժգնանա ու անուղղելի չէին դառնա:

Չպետք է անտարբեր լինել երեխաների նկատմամբ, իմանալով, որ եթե նրանք իրենց լավ պահեն Աստծո հետ ունեցած հարաբերություններում, ապա հարգված ու փառաբանված կլինեն ներկա կյանքում: Բոլորը մեծարում և հարգում են նրան, ով ապրում է առաքինի ու ազնիվ կյանքով, թեկուզ նա բոլորից աղքատ լինի, ճիշտ այնպես, ինչպես բոլորը անառակին նայում են խորշանքով ու ատելությամբ, թեկուզ նա մեծահարուստ լինի:

Ով անփութ է իր երեխաների հանդեպ, նա, թեկուզև մյուս հարցերում լավ և կարգին մարդ լինի, միևնույն է, այդ մեղքի համար արժանանալու է ծանրագույն պատժի: Իսկ եթե ուզում եք ճիշտն իմանալ, որ նույնիսկ այն ժամանակ, երբ մեր մյուս գործերը գտնվեն կարգին վիճակում, իսկ երեխաների փրկության մասին հոգ չտանենք, մենք կենթարկվենք ծանրագույն պատժի:

Ինչպես որևէ մեկը չի կարող արդարացում և ներողամտություն ակնկալել իր սեփական մեղքերի համար, այնպես էլ ծնողները՝ իրենց զավակների մեղքերի համար: Եվ դա շատ ճիշտ է: Եթե մեղքը մարդուն հատուկ լիներ բնությանը, ապա ուրիշ մեկը իրավացիորեն կարող էր արդարացման հույս ունենալ, իսկ քանի որ մենք մեր բարի կամքով ենք լինում չար և բարի, ապա ինչպիսի՞ բարեհույս ուղի կարող էր ցույց տալ նա, ով թույլ է տալիս իր ամենասիրելիներին (երեխաներին) փչանալ ու անառականալ:

Այնպես որ, զավակներիդ հարստություն մի՛ ժառանգիր, այլ բարեպաշտություն: Եվ մի՞թե ծայր անմտություն չէ, երբ քանի դեռ ողջ են, նրանց չեն հանձնում իրենց ունեցվածքի տնօրինումը, այլ մեռնելիս են մեծ ազատություն տալիս թեթևամիտ պատանեկությանը: Ողջ լինելով, ծայրահեղ դեպքում կարող էինք նրանցից հաշիվ պահանջել, իսկ երբ հիմար ձեռք օգտվելու լինեին, խելքի բերել ու սանձել, իսկ երբ մեռնեց, ապա երեխաներին զրկելով ծնողից և նրանց տնօրինության տակ թողնելով երիտասարդությունն ու հարստությունը, նրանց զցում ենք անհաշիվ աղետների ու դժբախտությունների անդունդը:

Այդ պատճառով պետք է ձգտենք ոչ թե այն բանին, որպեսզի նրանց թողնենք հարուստ վիճակում, այլ այն բանին, որպեսզի բարեպաշտներ լինեն: Չէ՞ որ եթե նրանք հարստության հույս փայփայեն, ապա ոչ մի այլ բանի մասին չեն մտածի, որովհետև փողի լիությունը նրանց աչքին կնսեմացնի իրենց բարեբերի արատավոր լինելը, իսկ եթե տեսնեն, որ այդ կողմից լրիվ զրկվել են մխիթարությունից, ապա ամեն ինչ կձեռնարկեն, որպեսզի առաքինության օգնությամբ մեծ մխիթարություն գտնեն աղքատության մեջ: Ուրեմն, չենք սկսի զբաղվել մասնավոր կամ հասարակական գործունեությամբ ավելի շուտ, քանի դեռ նրանց հոգիներին ուղղություն չենք տվել: Եթե դուք դաստիարակում եք ձեր զավակներին, ապա նրանք իրենց հեթոթի դաստիարակում են իրենց զավակներին, իսկ այս վերջիններն էլ վերստին կսովորեցնեն իրենցիցներին՝ այդպես շարունակելով մինչև Քրիստոսի գալուստը, և այդ գործի ողջ պարզևր կհասնի նրան, ով ծառայել է որպես արձատ:

Եվ իրոք, եթե լավ ես դաստիարակել երեխային, իսկ նա՝ իր որդուն, իսկ սա՝ իրենցին, և

մինչև վերջին սահմանը կարծես թե ձգվում է ինչ-որ շղթա և անցած կյանքի հետևողականություն, որ սկիզբ ու արմատ է առնում քեզմից և սերունդների ջանքով քեզ էլ հասցնում է իր պտուղները: Իսկ այն հայրերը, որոնք հոգ չեն տանում իրենց զավակների պարկեշտության ու համեստության մասին, մանկասպաններ են և ավելի դաժան, քան մանկասպանները, քանի որ այստեղ խոսքը վերաբերում է հոգու կործանմանն ու մահվանը:

Այդ պատճառով նման այն բանին, երբ տեսնում ես, որ եթե ծին տանում է դեպի անդունդ, ցած ես նետվում ու բռնում նրա սանձից ու ողջ ուժով ձգելով՝ ստիպում ծառս լինել, երբեմն նաև հարվածելով, ինչը այլ բան չէ, քան պատիժ, բայց չէ՞ որ պատիժը փրկության մայրն է, ճիշտ այդպես վարվիր զավակներիդ հետ, եթե նրանք մեղք են գործում. կապկպիր մեղսագործին, քանի դեռ Աստծո գութը չես շարժել, նրան արծակ մի թող, որպեսզի առավել ևս հարկ չլինի կապել Աստծո բարկությամբ:

Եթե դու կապես, Աստված այնուհետև չի կապի, իսկ եթե չկապես, ապա նրան սպասում են անասելի շղթաներ: Բայց կասես, թե նա բավական երկար ժամանակ պատիժ է կրել: Չարցնում են՝ ինչքա՞ն: Մեկ տարի, երկու, երեք: Սակայն ես պահանջում եմ ոչ ժամանակի տևականություն, այլ՝ հոգու ուղղում, դու այն ասա՝ արդյոք զղջացե՞լ է, փոխվե՞լ է, ամեն ինչ կատարե՞լ է, եթե այդպես չէ, ապա ոչ մի օգուտ չկա ժամանակից:

Այսպես, մենք պահանջում ենք ոչ թե հաճախական վիրակապում, այլ որպեսզի վիրակապումը ինչ-որ օգուտ տա, եթե այն օգտակար է եղել շատ կարճ ժամանակում, ապա այլևս չի դրվում, իսկ եթե ոչ մի օգուտ չի տվել, ապա տասը տարի անց էլ դեռ պետք է դրվի՝ կապվածին ազատ արձակելու ժամկետը այս է՝ նրա ստացած օգուտը:

Այդպես նաև նա, ով խոչընդոտում է վերջի բուժմանը, շատ ավելի պատժի է արժանի, քան նա, ով հասցրել է վերջը, որովհետև նույն բանը չէ՝ վիրավորել և խանգարել վերջի բուժմանը, վերջինը վերջնականապես հանգեցնում է մահվան, իսկ առաջինը՝ ոչ այնքան:

Ինչպես այն դեպքում, երբ պատժվում են չարագործները, մյուսները ավելի լավն են դառնում, այդպես էլ այն դեպքում, երբ ոմանք ճիշտ են վարվում, շատերը ձգտում են ընդօրինակել նրանց:

Եվ երեխան, քանի դեռ գտնվում է խիստ դաստիարակի հսկողության տակ, զարմանք չի հարուցում, թեկուզև խոնարհ լինի, թեկուզև պարկեշտ կյանքով ապրի, սակայն պատանու խոնարհությունը վերագրում են դաստիարակի նկատմամբ ունեցած վախին, իսկ երբ դրա անհրաժեշտությունը (դաստիարակի) վերանում է, իսկ երեխան շարունակվում է պահպանել միևնույն մաքուր բարեբերը, այն ժամ բոլորը հենց նրան են վերագրում նաև նախորդած տարիքի խոնարհությունը:

Այդ պատճառով հարկ է դաստիարակներին ավելի գնահատել ու սիրել, քան հայրերին. այս վերջիններից պարզապես կյանքն է սկիզբ առնում, իսկ դաստիարակներից՝ լավ կյանքը: Եվ եթե հայրը իր ողջ կյանքում սուրբ է եղել, մի փքվիր, հենց դա քեզ համար դաստիարատման առիթ կհանդիսանա, երբ տանն ունենալով ազնվաբարության օրինակ՝ դու քեզ նախահայրերիդ առաքինության հանդեպ անվայելուչ ես պահում:

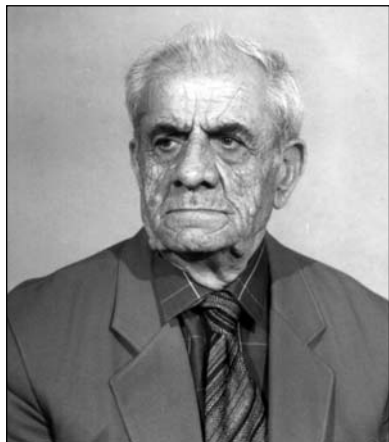
Մեծ բարիք է ամնիջական բարի արարքներով փրկվելու հույս ունենալ, որովհետև այնտեղի կյանքում ոչ մի դեպքում ոչ մի ընկեր քեզ չի պաշտպանի:

Ս. Յուրաքանչյուր Սուրբ Ներսիս Մեծի «Երեխաների դաստիարակության մասին» ճառից քաղեց Արթուր կարկ ԱՐԲԱՅԱՅԱՆԸ

ԲԱՐՔԱՆ

ԱՐՑԱՆՑԻՆ՝ ԲԱՌԱՍՏԵՐԾ

(Սկիզբը՝ «Լուսարար»-ի 25-26, 27 համարներում):



Գուրգեն ԲԱՌԱՍՏԱՐՅԱՆ Բ.Գ.Թ.

Կ

ԿՅԵՓ - 1.Գար: 2.Ուտների ծնկներից վերը, ազդր:
ԿՁՆՎԵԼ - Բարկանալ, ջղայնանալ:
ԿՁՆՎՈՑ - Բարկություն, ջղայնություն:
ԿՁՆՎՑՆԵԼ - Բարկացնել, ջղայնացնել:
ԿԸՆԴ - Կենս:
ԿԸՆԴԱԿ - Մենակ:
ԿԸՆԴԵԼ - Կարտոֆիլի հողը փխրեցնել:
ԿԸՆԹԵԼ - 1.Շիվը ելուստներից մաքրել:
2.Ախորժակով ուտել:
ԿԸՆՁԱԸՆՁՈՒԿ - Ուտելի կանաչու մի տեսակ:
ԿՅԸՇԸԿՅՐՈՂ - Շատ տգեղ, այլանդակ:
ԿԸՌԵՉԱՆ - Կեռ ծայրով ծող:
ԿԸՌԸՅՅԱՔԻ - Կեռ պոչով թունավոր միջատ:
ԿԸՌԿՈՒ - Ծեր, զառամյալ:
ԿՅՈՆԸԿՅԱՐԻ - Գարնանը հասնող գարի:
ԿԸՌՔԸՅԸՄԲԱՐԵ - Բրդոտ, բազմոտանի թրթուր:
ԿՅԸՐԱՂԵՆՔՅ - Աղիք:
ԿԸՐՏԸՊՐՏԱՆՔ - 1.Անասնակերի մնացորդ: 2.Անպետք բաներ:
3.Երեխաներից վերջինը:
ԿԻԼՏԻ - Թվվատ:
ԿՅԻՆԱՉՈՒՆ - Դաշտային բույսի տեսակ, որի ցողունները թթու են դնում:
ԿԻՐԾԻ - 1.ժլատ: 2.Ազահ, անկուշտ:
ԿՅԻՑ - 1.Երկու ձեռքերի ափերը կցելուց գոյացած զոգավոր փոս, մեծ բուռ: 2.Կիցի պարունակությունը իբրև չափ:
ԿԻՑԿ - Կից:
ԿԼԱՓ - 1.Կոկորդի, ոսկորի բերան, երախ:
2.Ծոռոտ, դունչ, կզակ:
ԿԼԱՓԵՆ ՏԱԼ - 1.Բերանը բացուխուփ անել ուշագնացության կամ մեռնելու ժամանակ: 2.Ուտելու կամ խմելու սաստիկ պահանջ զգալ: 3.Մեկին ունենալու, նրա հետ ապրելու բուռն ցանկություն ունենալ:
ԿԼԽԵԼ - Սպառվել, վերջանալ:
ԿԼԽՑՆԵԼ - Սպառել, վերջացնել:
ԿԼՆԳԵԼ - Ճաշի ամանը ուտելով մաքրել:
ԿԼՈՒՆ-ԿԼՈՒՆ - Լիքը, բերնեբերան:
ԿԾԵՅՆԸ - ճկույթ:
ԿԾԸՆԻՐԵԼ - Տխրել, տրամադրությունը ընկնել:
ԿԾԸՂԵԼ - 1.Չհնձվելուց արտը փչանալ: 2.(փխբ.) Աղջիկը ժամանակին չամուսնանալը:
ԿԾԸՊՈՒԴԻ - Ուժեղ, եռանդուն, գործունյա:
ԿՅՈՒ - Գոմ:
ԿԸՃԸՄԹԵԼ - Կսմբել:
ԿՄԱՆ - Բացի:
ԿՆԹԵՆԱՎԵՐՍ: Այգեկության հետո մնացած միրգը քաղելը:
ԿՆԹԵՆԸ: Խաղողի փոքրիկ ճուփ:
ԿՆԹՈՒԹ ԵՎՈՒԼ: Շատ բանեցրած ավել:
ԿՈՁԻ: Թեկուզ, թեև:
ԿՈՒՍՈՒՄ: Կուս, ուսմա:
ԿՈՆԴ: 1.Գլուխ: 2.Սոխի, սխտորի,

ճակնդեղի, կաղամբի և այլնի գլուխ:
ԿՈՆԴ: 2.Չաշմանդամ, անդամալույծ:
ԿՈՆԴԱՆԱԼ: Անդամալույծ դառնալ:
ԿՈՆՉՈՒԼ: Ջրալի կերակրատեսակ:
ԿՈՒՆԸ: 1.Ձեռք,
ԿՈՒՆԸ: 2.Ծոռան թոռը:
ԿՅՈՔ ՏԱԼ: Ոգեշնչել, քաջալերել:
ԿՈՒՄԵԼ: 1.Ծնկի հետևի փոսի հաստ ջիղը: 2.Սրունքի հետևի ջիղերը:
ԿՈՒՆԴԵԿ: 1.Փայտե մեծ օղակ, որն անց են կացնում արորի գլուխը և փոկով կապում լծին: 2.Ծիպոտից շինած շրջանակ, որն անց են կացնում ամասուների վիզը ու մտուրում կապում, որ վիզը չկարողանա այս ու այն կողմ դարձնել և միայն իր առջևի ամասնակերը ուտի:
ԿՈՒԿՈՒ: Ջառամյալ:
ԿՈՒՄԵԼ: Աղի, շաքարի, քարի կտորները ջարդելով մանրացնել:
ԿՈՒ: 1.Անարգական անուն, որ արևելահայերը տալիս են արևմտահայերին: 2.Դժվար կոտրվող և միջուկը չհանվող ընկույզ:
ԿՈՒՆԸ: Քարի, աղի, շաքարի, չոր ցեխի և այլնի ամուր կտոր:
ԿՈՒՍԵԼ: Ամորձատել:
ԿՏՈՐԵԾ: Դնակի, խոզի ճարպի անհալ մնացած կտորներ:
ԿՐԿԵՆԵ: Սաջի վպա թխած անթթխոր հաց:
ԿՐՄՁՈՒԿ: Վայրի կանաչեղենի տեսակ, եփում են կամ թթու դնում:
ԿՐՈՈՅՆԸ: Թոնրահացի կողը:
ԿՈՒՂՔԱՅԱՍՍ (փխբ.): Չամառ, կամակոր:
ԿՅՈՒՂԿԱՆԵ: Պահմտոցի:
ԿՈՒԾԻ: Փոքր:
ԿՅՈՒԾ: 1.Միակտոր փայտից պատրաստած կամ կավե մեծ աման:
ԿՈՒՊԱՐ: Ձյունի կամ պինդ ցեխի վրա արահետ:
ԿՈՒՌԵ: Ձայնարկություն, որով անասուններին մղում են ջուր խմելու:
ԿՈՒՍԱՆԱ: Թոնրի կողից ընկած և պողի վրա թխված հաց:
ԿՈՒՐԿՈՒՏ: 1.Ձավար: 2.Կերակրատեսակ:
ԿՈՒՐԿՈՒՓ ԿՅԱԼ: 1. Լռել: 2.Փակվել:
ԿՈՒՓԵ ՏԱԼ: Չրել:
ԿՈՒՓԾԻԳՅ: Բարեձև մարմին ունեցող:

Յ

ՅԱԼԱ: Դեռ, դեռևս, տակավին:
ՅԱԼԱԿ: 1.Ներքնաշապիկ: 2.Օձի շապիկ:
ՅԱՆԿ: Վարձ, վճար, աշխատավարձ:
ՅԱՆՈՒԵԼ: Ամբողջ երախով կծել:
ՅԱԿ: Բեռնատար ամասունի երկու կողմից կախված բեռներից յուրաքանչյուրը:
ՅԱԿԱԼ: ՅԱԿԱԼԸ ԸՆԳՆԵԼ: Շրջապատումից, վտանգավոր վիճակից ազատվելու համար վերջին ճիգերը գործադրել: 2.Աշխատանքը ավարտելու վրա լինել:
ՅԱԿԱԼ-ՅԱԿԱԼԸ ՔՅԻԼ: 1.Չետապնդվողին հաղթել: 2.Աշխատանքը ավարտին մոտեցնել:
ՅԱԿԵՆ ԿԵՆԱԼ: Օգնել:
ՅԱԿՈՒ ՏԱԼ: Կաղալ:
ՅԱՄ ԵԼ: Բացի դրանից, նաև:
ՅԱՄ (Շաղկապ): Չամ հարաքյաթ, համ բարաքյաթ:
ՅԱՆՑ: Այնպիսի, այնպես:
ՅԱՆՑՈՒ: Որպեսզի
ՅԱՄ: Խորիզ, թխվածքի միջուկ:
ՅԱՍԵ: Ահա, այս, այս է:
ՅԱՍԻ: 1.Չորաքույր, մորաքույր: 2.Չորեղբոր կին: 3.Եղբոր կին: 4.Տարեց կանանց դիմելու կոչական բառ:
ՅԱԿ: Չով, պաղ:
ՅԱԿԱՆ: Չածելի, հավանելի:
ՅԱԿՎՈՒՐ: Տեսողությունը տկարանալու հիվանդություն, որով տառապողները արևը մայր մտնելուց հետո չեն տեսնում:
ՅԱՍԵ - Այ, այդ է:

ՅԱՐՁԱԿ - Ազատ, ընդարձակ:
ՅԱՐՎԱՍԿ - Չավաքված սեր, մածուն խնոցի հարելու համար:
ՅԱՓՈՒԵԼ - Բռով վերցնել:
ՅԱՓՈՒՐ - Բուռ:
ՅԵՂԵ - Դեռահաս ցորենի աղանձ:
ՅԵՉ - Բնավ, ամենևին ոչ:
ՅԵՌ - 1.Եռալը: 2.Ցավ: 3.Ձող:
ՅԵՌԱԼ - Ցավել, կսկծալ:
ՅԵՏ - Անգամ:
ՅԵՏԵ - 1.Չամար: 2.Անգամ:
ՅԵՐԵ - Կենդանիների առաջին ազդրերի վերին մասը, թիակ:
ՅԵՐՈՒ - Անցյալ տարի:
ՅԸՂՈՒ - Բեղմնավորելու պատրաստվող ցուլին քաջալերող բացականչություն:
ՅԹԵԹԱ - Սպառնալիք:
ՅԻՇՏԱՄ - Երանի թե:
ՅԴԵ - Ճանապարհ:
ՅԴԹ - 1.Կոտրված կավե ամանների թզաչափ տակը: 2.Խաղի համար փորած փոս:
ՅԴԹԱՌ - Շատախոս:
ՅԴԹԱՐ - 1.Պատրաստակամ: 2.Չամաձայն:
ՅԴՈՒ - Ոլորած չիվ:
ՅԴՎՈՒՉ - Ջրամբար:
ՅԴՎՈՒՐ - 1.Մի քիչ ժամանակ, մի պահ: 2.Կրակից առաջացած ջերմություն:
ՅԴՐ - Ինչու:
ՅԴՐԵՆՔՅ - Ուրազ:
ՅԴԱԾԱԾ - Թանապուր:
ՅԴՇԵՆԵԼ - Կարմրատակել:
ՅԴԱԿԱՇ - Միասին աշխատող:
ՅԴԻՆՑ - 1.Ինչպես: 2.Ինչպիսի:
ՅԴՈՒՇՏ - Թռչուններից հեռացնելու ձայնարկություն:
ՅԴՈՒԹ - Երդիկ:
ՅԴՈՒՔՅ - Ջերմություն, տաքություն:
ՅԴՈՒՔՅՈՒՊՅՈՒՍ - 1.Կարևոր դեպքի համար պահված հազվագյուտ ուտելիք: 2.Նեղ օրվա համար պահված խնայողություն:

Զ

ԶԵՅՆԸ - 1.Եղունգ:
ԶԺԺԿ - Չորձանուտ:
ԶԺԻ ՏԱԼ - Մի բան ցույց տալով դիմացինի նախանձը շարժել:
ԶԻ ԱՆԵԼ - Անասուններին քշել:
ԶԻԴԻ - Խտուտ:
ԶԻԺՏԻ - Շիլ աչքերով:
ԶԼՂԱՆ - Աստղափուշ:
ԶՆՁԴԵԼ - Տհաճությունից քիթը-մոտքը ծռել:
ԶՆԻՐ - Փշրանք:
ԶՈՐՄԱ - Չարած խոտի կույտ:
ԶՐՁՎԵ - Ի հեճուկս:
ԶՐԴՃԱՆ - Կռճիկ:

Ծ

ԾԱԹ - Կորեկի այլուրից թխած հաց:
ԾԵՐՄ - Տեմոց:
ԾԵՐՄԵԼ - Տեմոցել:
ԾԸՆԹԸՌ - Ցնցոտի:
ԾՈՒԱՆ - Փայտե սարք, որ շարժելիս ճռում է:
ԾԻԹ - Խաղողի ողկույզ:
ԾԻԼ - 1.Ջիղ: 2.ճկուն: 3.Դիմացկուն:
ԾԻԼՈՒ - Լողանալու հարմարանք:
ԾԻՃԱՆ - Շատախոս:
ԾԻԾԻ - 1.Ամռանը թթնու վրա երգող միջատ: 2.(փխբ.) Շատախոս:
ԾԻՆՁԵՆ - Ծոճք:
ԾԻՎ - Թռչուն:
ԾԻՏ - Վիզ, պարանոց:
ԾԼԱՁ - 1.Նիհար: 2.Չորացած, սմբած: 3.Աղոտ, նվազ:
ԾԼԽԵԼ - Շատ բողբուջուկ կամ եփելուց կերակուրը թանձրանալ:
ԾԼՄԲՈՐ - Չվածեղի տեսակ:
ԾԼՈՐԵԼ - Թառամել, թռչնել:

Չ

ՉԱՂԻ - 1. Կրան: 2. Մեծ շալ թուֆ թափելու համար:
ՉԱՂԻԱ - Ծածկոց, որի մեջ ոտից-գլուխ փաթաթվում են արևելքի մի քանի երկրների կանայք:
ՉԱՅԴԱՆ - Մեծ թեյնիկ:
ՉԱՐԻՆ - 1. Իր առանցքի շուրջը պտտվող անիվ: 2. Բրուտի անիվ: 3. Սայլի, ֆուրգոնի և այլնի անիվ: 4. Բոլորածև պտտվող հեսանաքար: 5. Ջրաղացի անիվ: 6. Պտտվող կարուսել: 7. Բախտախաղի անիվ:
ՉԱՐ-ՂԱՄԲԱ - Չար, չարածճի (երեխա):
ՉԱՓՈՒԱՍՏ - Ճարմանդ:
ՉԱՓՈՒԾ - 1. Էզ ուլ: 2. (փխբ.)Դեռահաս աղջիկ:
ՉԵՇՄԱ - Ընտիր (առանձնապես մրգերի մասին):
ՉԵՇՄԱԿ - Ակնոց:
ՉՐԱՂ - Ճրագ, կանթեղ, լույս:
ՉՐԱՂՎԱՆ - Պայծառ լուսավորված:

Պ

ՊՐԻՇԱԿ - Ավերակ:
ՉԱՂՈՒ - 1. Կախարդ, վիուկ: 2. Կախարդանան, չար:
ՉԱՄ - Պղնձե աման:
ՉԱՆ - 1. Մարմին: 2. Չոզի, շունչ, կյանք, կենդանություն: 3. Չոզակ, սիրելի:
ՉԱՆԱՎԱՐ - 1. Գայլ, գազան: 2. Վիթխարի, ահռելի:
ՉԱՆՁԱԼ - Քաջքուկ սիրող, ձգձգող:
ՉԱՆՍԸՁ - Վտիտ, տկար, հիվանդոտ:
ՉԱՐԳ - Շարք:
ՉՈՒԴՄԱՅՈՒՐ - Տեսակ-տեսակ:
ՉՈՒՐԱՆ - Տեսակ:

Ռ

ՌՅԱՄՈՒՉ - Դեմք, դեմքի արտահայտություն, տեսք:
ՌԱՆԳՅ - 1. Գույն: 2. Ներկ:
ՌԱՆԴԱ - Ռանդա (հյուսնի գործիք), խառաբուրդ:
ՌԵԳԱՆ - Չրի:
ՌՈՒՉԻ - Ապրուստի կենսամիջոցներ, մթերքներ, պաշար, հանապազօրյա հաց:

Ս

ՍԱՁ 1 - Երկար կոթով, բարակ պղնձե լաբերով արևելյան փայտե նվազարան:
ՍԱՁ 2 - Չարմար, պատշաճավոր:
ՍԱՁ 3 - 1. Առույզ: 2. Առողջ: 3. Դիմացկուն ՍԱՁԱՆԴԱՐ - Նվազողների խումբ:
ՍԱՅԱ - 1. Մաքուր, չգրված: 2. (փխբ) Միամիտ, պարզամիտ:
ՍԱՐԴԱՐ - 1. Պարսկական գործի պետ, դեկավար: 2. Պարսից շահի կողմից նշանակված որևէ նահանգի կուսակալ:
ՍԱՐԸ - Գլուխ:
ՍԱՐԸ ԼԱԿ - Գիծ, հիմար:
ՍԱՐԹ - 1. Չամառ: 2. Խիստ թունդ:
ՍԱՐԻՈՇ - Գինով:
ՍԱՐԳԱՐ - Սահման, սահմանագիծ:
ՍԱՐՍԱՐԻ - Թեթևամիտ:
ՍԱՐՈՒ - Շեկ, շիկահեր:
ՍԵԳՅԱՐ - Արևելյան երաժշտական մեղեդի:
ՍԻՄ - Սագի և նման լարավոր նվազարանների վրայով ձգվող մետաղե լար:
ՍԻՆԻ - Սկոտեղ:
ՍՈՎ - 1. Քաղց: 2. Չացի և ընդհանրապես սննդամթերքի սուր պակասություն: 3. Կենսականորեն անհրաժեշտ բաների սուր պակասություն:
ՍՈՒԼՈՒԿՆԸ - Տզրուկ, վամպիր, որ սնվում է ուրիշի արյունով, օգտագործվում է բժշկության մեջ:
ՍՈՒԲՈՒԼ - Խոտի հասկ:
ՍՈՒՐՄԱ - Սուրմա, թեքերի գլանաձև ուլունքներ:

ՄԱՐԶԱԿԱՆ

ԶՈՒՄԲԱՅԻ ՊԱՐԱՊՄՈՒՆԵՆԵՐ ԱՐՅԱՒՈՒՄ



Առողջ ապրելակերպի հետևորդներին անշուշտ կհետաքրքրի, թե արդյոք Արցախում ի՞նչ տարբերակներ կան մարզվելու, առողջ եւ գեղեցիկ կազմվածք ունենալու կամ առհասարակ հաճելի մթնոլորտում հետաքրքիր եւ օգտակար ժամանց ունենալու, բացասական հույզերից ազատվելու համար: Վերջին շրջանում տարբեր մարզածեւերին ու մարտարվեստներին զուգահեռ լայն թափով աճել է նաեւ ֆիթնես մարզումների պահանջարկը: Գնարավոր է, որ դա պայմանավորված է ոչ միայն նրանով, որ առողջ ու գեղեցիկ մարմին ունենալը կրում է արդիական բնույթ, այլեւ՝ ֆիզիկական ակտիվությունը՝ պատերազմի եւ հետպատերազմյան շրջանում առաջ եկած հոգեւորական հիվանդությունների, սթրեսների հաղթահարման միջոց դիտարկելով: Իսկ ինչպէս ցույց է տալիս փորձը, դիտարկումը հիմնավորված է. ֆիզիկական վարժություններն իսկապէս կարող են փոխարինել բազմաթիվ դեղամիջոցների եւ կանխել զանազան հիվանդություններ:

Մարզական էջի հերթական հաճելի զրուցակիցը ԼՈՒԻՐԱ ՄՆԱՏԱԿԱՆՅԱՆՆԵՆ է, որը պարզաբանումներ տվեց Արցախում նոր զարգացող ֆիթնեսի՝ զումբայի մասին եւ՝ ոչ միայն:

Ծնվել է 1987թ. հունիսի 2-ին Ստեփանակերտում: 7 տարեկանում ընտանիքի հետ տեղափոխվել է ՌԴ, որտեղ ստացել է դպրոցական կրթությունը: Արցախ է վերադարձել եւ ավարտել Ստեփանակերտի «Ռուս-հայկական ժամանակակից հումանիտար ակադեմիան»՝ ստանալով մենեջմենթի մասնագիտություն: Ներկայում աշխատում է իր մասնագիտությամբ, ինչպէս նաեւ զբաղվում է զումբայի դասավանդմամբ:

- Լաուրա, շատերի համար զումբան թերեւս անծանոթ տերմին է, կարգաբանե՞ք, թե ինչ է դա:

- Զումբան մկանների բոլոր խմբերի մարզանք է՝ ցածր եւ միջին ինտենսիվությամբ, որն ավելի շատ միտված է ճարպ այրելուն: Այն ներառում է պարարվեստի տարրեր, որոնք պարզ ու հեշտ են կրկնելու համար: Մեկ պարապմունքը կարող է այրել 500-ից մինչեւ 1000 կալորիա: Զումբան դասվում է կարդիոմարզանքի շարքը, որը կարելի է բաշը նվազեցնելու համար: Ամրացնում է հոդերը, լավացնում է ճկունությունը, նպաստում է սթրեսներից ազատվելուն: Զումբայի դպրոցներն ամբողջ աշխարհում արդիական են. աշխարհի 125 երկրներում կա 120 000 դպրոց:

- Հետաքրքիր է զումբայի ծագման պատմությունը:

- Զումբան որպէս ֆիթնես բավականին երիտասարդ է: Այն սկիզբ է առել 2001թ.: Կոլումբիայում սկսեցին խորեոգրաֆ կար Ալբերտո Պերես անունով, որը լքում է Կոլումբիան ու տեղափոխվում Մայամի իր վերջին փողերով: Մայամիում նա պարարվեստի դասեր էր տալիս: Մի անգամ նա մոռանում է իր հետ վերցնել անհրաժեշտ երաժշտության կասետան: Եվ ստիպված է լինում միացնել ձեռքի տակ եղածը, քանի որ խումբն արդեն հավաքվել էր, իսկ նրանց սպասել տալ կամ դասը տապալել չէր ուզում: Միացնելով իրեն ծանոթ այլ ռիթմիկ երաժշտություն՝ նա հարմարեցնում է շարժումներն այդ երաժշտության հետ եւ ցույց տալիս: Այդպէս անցնում է առաջին

զումբա դասը: Կոլումբիայի ժարգոնով «զումբա» տերմինը նշանակում է՝ «Շարժվիր արագ եւ ստացիր հաճույք»: Պերեսի խմբում մեծահասակ կին կար, որի որդին հայտնի գործարար էր՝ նույնպէս Ալբերտո անունով: Մայրը նրա մոտ անընդհատ գովում էր, թե ինչ հոյակապ մարզիչ ունի, որը ցույց է տալիս հրաշալի շարժումներ, որոնք նա ոչ մի տեղ տեսած չկա: Որդին որոշում է ծանոթանալ Պերեսի հետ: Նրանք՝ հայտնի միլիարդատերն ու սկսնակ խորեոգրաֆը համատեղ ստեղծում ու զարգացնում են զումբան՝ դարձնելով այն ֆիթնեսի համաշխարհային բրենդ:

- Ովքե՞ր կարող են հաճախել զումբայի պարապմունքների:

- Զումբան հարմար է բոլորին՝ անկախ մարմնի կառուցվածքից, մարզական վիճակից, տարիքից ու սեռից: Զումբան ունի տեսակներ. Զումբա բիգը նախատեսված է երեխաների համար, զումբա աքվան ներառում է ջրի մեջ կատարվող շարժումներ, զումբա տո-միգը ներառում է ուժային վարժություններ, իսկ զումբա գոլդը նախատեսված է ծերերի համար:

- Հետաքրքիր է, ի՞նչ առնչություն ունեն 2եր մասնագիտությունը եւ զումբան: Ինչպե՞ս սկսվեց զումբայի հանդեպ 2եր հետաքրքրությունը:

- Նշեմ, որ զումբայով մարզվելու համար մասնագիտությունը նույնպէս կապ չունի: Պարապմունքների են այցելում ամենատարբեր մասնագիտություններ ունեցող մարդիկ: Բայց զումբան միավորում է մարդկանց, որոնց համար կարելի է իրենց առողջությունը, կամ որոնք ցանկանում են ակտիվ ֆիզիկական կյանք վարել: Տարիներ առաջ բժիշկներն ախտորոշեցին, որ ինձ մոտ առկա է մկանային խնդիր՝ առաջացած ոչ ճիշտ ֆիզիկական ծանրաբեռնվածության պատճառով: Ինձ պետք էր այնպիսի զբաղմունք, որը կտար եւ ակտիվ ու ճիշտ ֆիզիկական դաստիարակություն, եւ հաճելի ու դրական լիցքեր: Ստեփանակերտում փնտրեցի տարբերակներ եւ գտա զումբան: Դա նորույթ էր ինձ համար, բայց եւ շատ գրավիչ էր հասկապես պարային տարրեր ներառված լինելու առու-

մով: Սկսեցի հաճախել մարզիչ Գայանեի մոտ, ուսումնասիրեցի, փորձեցի, եւ արդյունքն ինձ գոհացրեց: Շուրջ երկու տարի հաճախելուց հետո ցանկացա նաեւ մարզական գործունեությամբ զբաղվել: Ուզում էի կիսվել իմ հմտություններով ու օգնել մարզկանց: Արցախում եւ Հայաստանում մարզական ուսումնառություն չկար: Փնտրեցի եւ համացանցի միջոցով գտա համապատասխան մարզիչ, որը ՌԴ-ում է: Անցա օնլայն ուսումնառությունը, քննություն հանձնեցի եւ ստացա լիազորագիր որպէս մարզիչ աշխատելու համար:

- Դիմորդների խնդիր Արցախում հավանաբար չունենք: Իսկ ի՞նչ ակնկալիքներով են դիմում 2եր այցելուները:

- Շուրջ 100 մարզվող ունենք Արցախում տարբեր մարզիչների մոտ: Մենք պարապում ենք Շառլ Ազնաւուրի անվան մշակույթի կենտրոնում: Պարապմունքները շաբաթական երեք կամ երկու անգամ են՝ կախված այցելուների համար հարմարությունից: Ակնկալիքները տարբեր են՝ միևարելու, հետաքրքիր ժամանց ունենալու, գեղեցիկ կազմվածք ձեռք բերելու, իսկ ոմանք բարդույթներից ազատվելու ակնկալիքով են դիմում:

- Ի՞նչ խորհուրդ եք տալիս նրանց, ովքեր դժվարանում են կողմնորոշվել որեւէ մարզանք ընտրելու եւ զբաղվելու հարցում: Ո՞րն է դեպի զումբա ուղղորդող առաջնային տարրը:

- Զումբան անցկացման առումով անսովոր է, յուրահատուկ: Մթնոլորտը աշխույժ է, թեթեւ: Ամմիջական մթնոլորտում կատարվող պարզ, հեշտ շարժումները շատերի մոտ նույնիսկ պարապմունքի տպավորություն չեն թողնում: Վարժություններն այնքան բնական են, որ թվում է, թե պարզապէս շարժվում ես քո հաճույքի համար: Բայց դրանից ստացվող արդյունքը շատ մեծ է: Դա օգնում է, որ պարապողները դառնան ավելի գեղեցիկ, կարգավորեն քաշը (ինչպէս նվազեցնել, այնպէս էլ ավելացնել՝ անհրաժեշտության դեպքում), լինեն առողջ ու ինքնավստահ, իսկ ցանկացած սթրես կամ լարվածություն կարողանան հաղթահարել:

ՉԻՆԱԿԱՆ ՑԻՓՈՒՆԸ` ՀԱՋՈՂՎԱԾ ՕՐՎԱ ԵՐԱՇԽԻՔ

Չինական Ցիգուն մարմնամարզությունը հնուց ի վեր հայտնի է որպէս կենսական էներգիան ակտիվ պահելու եւ առողջությունն ամրացնելու արդյունավետ միջոց: Բայց ի տարբերություն բոլորին հայտնի յոգայի, ֆիթնեսի կամ աերոբիկայի, ցիգունի պարապմունքների ավելի հազվադեպ ենք հանդիպում:

Ներառում է ոչ միայն բուն մարմնամարզություն, այլեւ շնչառական վարժություններ եւ մեդիտացիա:

«Ցիգուն» բառը բաղկացած է երկու բաղադրիչից. «Ցի»՝ էներգիայի հոսք, կենսական ուժ, հիմք, որի վրա կառուցվում է ողջ չինական փիլիսոփայությունը եւ «գուն»՝ աշխատանք:



Չնարավոր է՝ դա պայմանավորված է նրանով, որ չինական մարմնամարզության բոլոր ձեւերն իրենցից ներկայացնում են անհատական ուղի, կենսակերպ ու փիլիսոփայություն, եւ դժվար է պատկերացնել ցիգունի պարապմունքներ նույն դասի ժամ, որտեղ պատի մյուս կողմում ռիթմիկ երաժշտության ներքո աերոբիկա են պարապում:

Բայց ինչպէս ասում են, ով փնտրում է, նա միշտ գտնում է: Հոգեւոր «ես»-ը գտնելու բոլոր ճանապարհները տանում են դեպի Վինգչուն-քունգֆուի մարզադահլիճ, որտեղ կան բոլոր նախադրյալները չինական ցիգունը պարապելու, առողջ, ուժեղ եւ գեղեցիկ լինելու, ինչպէս նաեւ ակտիվ ու հաջողված կենսագործունեություն ապահովելու համար:

Ի՞նչ է ցիգունը: Դա պարզապէս մարմնամարզություն չէ, այլ բազմադարյա ավանդույթներ են, որոնք հիմք են հանդիսանում ժամանակակից պարապմունքների համար: Գիտական լեզվով ասած՝ դա ամբողջական համակարգ է, որն ուղղված է առողջության պահպանմանը: Ցիգունի մեթոդական իր մեջ

տանք, ձգտում: Այսինքն՝ Ցիգունը կարելի է թարգմանել ինչպէս «աշխատանք էներգիայի շրջանառության, կենսական ուժի հետ»:

Պատմական տեղեկություն: Ցիգունի համակարգը հասունացել է չինական ժողովրդական բժշկությունից եւ ձեւավորվել է կրոնական տարբեր ուղղությունների ազդեցությամբ՝ ներառելով դաոսիզմը եւ կոնֆուցիոսիզմը: Ժամանակի ընթացքում պարապմունքների շեշտը տեղաշարժվել է ավանդա-

կան փիլիսոփայությունից եւ մշակույթից դեպի առողջության համար առավելության, բժշկության եւ մարտարվեստի մեջ կիրառելու ուղղությամբ:

Նրբություններ: Ցիգունը դասակարգվում է արտաքին եւ ներքին ուղղություններով: Արտաքին ցիգունն ունի երկու ճյուղ. Ստատիկ ցիգունը՝ անշարժ դիրքեր, որոնք պահելով կատարողը թուլանում է, մեղիտացիա է անում, կատարում է շնչառական վարժություններ՝ եւ Դիմամիկ ցիգունը՝ վարժություններ ու ինքնամերսան տարրեր:

Ո՞ւմ է համապատասխանում Ցիգունը:

Ցիգունի պարապմունքները յուրահատուկ մեդիտացիաներ են, որոնք թույլ են տալիս հանգստացնել մտքերը, թուլացնել մկանները եւ ձեռքազատվել սթրեսներից, որն էլ իր հերթին դրական է անդրադառնում մարդու տրամադրության եւ առողջության վրա: Ամենակարեւոր են թերեւս սկսնակների համար ամենահետաքրքիր հարցն այն է, թե ինչով են տարբերվում ցիգունի պարապմունքները յոգայից: Ցիգունի մեջ նշանակություն չունի, թե ինչ աստիճանի ձգվածություն ունեն մկանները: Յոգայի տարրերը ճիշտ կատարելու համար մկանների լավ ձգվածությունը անհրաժեշտ է: Չինական մարմնամարզության վարժությունները կարող են կատարել նույնիսկ հենաշարժիչ համակարգի սահմանափակումներ ունեցող մար-

դիկ: Ցիգունը չունի հակացուցումներ: Այն համապատասխանում է բոլորին:

Կենտրոնանալու հատկության զարգացում: Շարժումների վրա պարբերաբար կենտրոնանալու արտացոլվում է ուղեղի աշխատանքի վրա՝ սովորեցնելով լինել ուշադիր եւ կենտրոնացած:

Չանաչափ կեցվածք: Ձեռքերը բարձրացնելու հաշվին կատարվում է ողնաշարի ձգում: Մի կողմից դեպի մյուս կողմ պտտվելիս զարգանում է մեջքի մկանների՝ առավելապէս գոտկատեղի ճկունությունը: Սկաններին եւ հյուսվածքներին ճկունությունը թույլ է տալիս ուղիղ կեցվածք պահել:

Լարվածության եւ հուզական հոգնածության վերացում: Պարապմունքների ընթացքում շատ ժամանակ է տրամադրվում մտքերին եւ հույզերին կենտրոնացմանը, ինչին էլ ուղղված են մեդիտացիաները: Պետք է լրիվությամբ կենտրոնանալ պարապմունքների վրա: Իսկ եթե խանգարող մտքեր կան, պարապմունքը դադարեցվում է, հանգստացնում են մտքերը եւ հույզերը եւ հետո շարունակում: Ցիգունի սահուն եւ թեթեւ շարժումները՝ զուգորդված համապատասխան շնչառությամբ, թեթեւացնում են ծանր հույզերը, օգնում հաղթահարել սթրեսային վիճակները:

Առավոտյան մարզումներ: Առավոտյան մարզումների գաղափարը, եթե մոտենանք մի քիչ փիլիսոփայորեն, հասարակ է ու դրանով իսկ հանճարեղ: Ոչ մի առանձնահատուկ բան չի պահանջվում առավոտյան մարզվելու համար: Բայց ոչ, պահանջվում է. մեծ կամքի ուժ

ԲԱՐՈՅԱՆՈՒԹՅԱՆ ԱԿՏ

ԻՆՉՊԵՄ ԴԻՄԱՆԱԼ ԾԱՆՐ ԺԱՄԱՆԱԿՆԵՐՈՒՄ

Արդեն երկու տարի է, սեպտեմբերը մեր ուղեղում զուգորդվում է արյունահեղության, ավերածությունների, վախերի ու սթրեսների հետ: 2020-ի սեպտեմբերի 27-ին վրա հասած սարսափելի պատերազմը չնայած ավարտվել, սակայն շարունակում է մնալ չավարտված մեր հույզերում ու ապրումներում: Վախի, տագնապի եւ անորոշության զգացումներն ավելի սրվեցին 44-օրյալի երկրորդ տարեկիցը դեռ չբոլորած՝ կրկին սկսված պատերազմով:

Պատերազմը, մեր դեպքում նաեւ անորոշ ապագան մեծ ազդեցություն ունեն մարդու բարոյահոգեբանական վիճակի վրա. ոչ բոլորն են կարողանում ճիշտ հաղթահարել լարվածությունն ու սթրեսը: Ինչպես՞ դիմանալ այն դեպքում, երբ երկրում մարտական գործողություններ են ընթանում, կրկին զոհեր կան, վտանգված է հայրենիքը, ապագադ, ինչպես՞ կարողանալ խուճապի չմատնվել եւ չկորցնել ինքնատիրապետումը: Բնականաբար, ցանկացած մարդու մոտ կարող է վախ, հուսահատություն, սթրես առաջանալ:

Վախից չպետք է ամաչել: Վախը բացարձակ նորմալ բնական եւ օգտակար զգացում է, որը մեզ զերծ է պահում վտանգներից: Բայց ոչ մի դեպքում չպետք է թույլ տալ, որ դա հասնի խուճապի մակարդակի:

Չոգեբանները խորհուրդ են տալիս ինքներս մեզ համար նախապես ձեւավորենք ուղեկցողներ ու հասցնենք դրանք համոզմունքների աստիճանի, ինչպես օրինակ՝

- նույնիսկ ամենասարսափելի իրավիճակում ողջ մնալու հավանականություն կա, որն այնքանով է մեծ, որքանով ճիշտ են կատարված անհրաժեշտ պահանջները (ԱԻՊԾ-ը պարբերաբար հանրության ուշադրությանն է ներկայացնում համապատասխան պահանջները),

- շատ դեպքերում զոհվելու հավանականությունն ավելի քիչ է, քան հուշում են մեր հույզերը, դրա համար էլ պետք է առաջնորդվել ոչ թե հույզերով, այլ բանականությամբ եւ կատարել այն, ինչ անհրաժեշտ է,

- պետք է հասկանալ, որ խուճապն ավելի վատ թշնամի է, քան ինքը վտանգը: Դա պետք է կարողանալ ընկալել ենթագիտակցության մակարդակում: Այդ պատճառով էլ եթե առաջացել է խուճապ, անհրաժեշտ է թուլացնել այն կամային ճիգերով, այդ դեպքում հնարավոր է, որ սկսեն գործել նախապես ձեւավորած կողմնորոշիչները:

Եթե ձեր կողքին կա որեւէ մեկը, կարելի է դիմել օգնության: Կամ հակառակը, ինքներդ օգնեք որեւէ մեկին, դա նույնպես օգնում է կառավարել սեփական վա-

խը: Մի՛ վախեցեք ասել. «ես վախեցնում եմ»: Այդ խոսքերն ինքնին նվազեցնում են վախը: Սկսե՛ք ակտիվ գործել, փնտրել ելքեր դժվար իրավիճակներից դուրս գալու համար: Ակտիվությունը լավ միջոց է սթրեսը հաղթահարելու համար: Միասնական աղոթքը, հանրահավաքները, խմբովի հնչեցվող համընդհանուր կարծիքը, միտքը, պահանջը զոտեպնդում են ու նպաստում սթրեսի նվազեցմանը:



Մինչդեռ վատ է եւ մյուս ծայրահեղությունը, երբ վախը ժամանակի ընթացքում բթանում է, գրեթե անհետանում է, եթե այն արհամարհում են: Առաջանում է հուզական հոգնածություն եւ ապատիա: Այդ դեպքում պետք է գիտակցաբար ինքներս մեզանից պահանջենք պահպանել անվտանգության կանոնները (իրավիճակից կախված), եթե նույնիսկ դրանք ավելորդ են թվում:

Չոգեբանները մտերմիկ գրույցը եւ գրկախառնությունը եւս կարող են օգնել նվազեցնել սթրեսը:

Շատ կարեւոր է պահպանել սոցիալական հաղորդակցությունը եւ շփվելու հնարավորությունն ինչ ձեւով էլ լինի (ավելի լավ է՝ անմիջական կամ ծայրահեղ, քան գրությամբ): Հասարակ գրույցն ընդունակ է էական իջեցնել սթրեսի աստիճանը: Եթե ինչ-որ մեկն ունի տրավմատիկ սթրեսի վառ նշաններ, հատկապես հետվնասվածքային խանգարում, պետք է դիմել մասնագետի, հոգեբանի կամ հոգեթերապեւտի: Բայց մինչ դիմելը լավ կլինի որեւէ աջակցություն ցուցաբերել, օրինակ օգնել, որ արտահայտվի: Չարժեք հանգստացնել «մի մտածիր», «հանգստացիր» խորհուրդներով: Հակառակը, լավ է, եթե մարդ ազատություն տա հույզերին, լացի: Լավ աշխատում են սովորական մարմնական հպումները, գրկախառնությունը, շոյանքը:

Ինչպե՞ս խոսել երեխաների հետ պատերազմի մասին: Պետք է շատ շփվել երեխաների հետ, կիսվել նրանց հետ ապրումներով, գրկել, ասել, որ սիրում եք նրանց, դուք միասին եք եւ հավատում եք, որ այս սարսափն անպայման կանցնի: Ձեր հավատն ու հույսը, դրական հա-

մոզմունքները, ինքնավստահությունը կփոխանցվեն երեխաներին, ու նրանք ավելի հեշտ կտանեն նույնիսկ ամենաուժեղ սթրեսները: Իսկ ձեր ցրվածությունն ու խուճապը կարող են զրկել երեխային նվազագույն պաշտպանվածության զգացումից: Եթե երեխան ուժեղ էնոցիոնալ տրավմա է ապրում, իսկ պարզ միջոցները չեն օգնում, ուրեմն պետք է դիմել մանկական հոգեբանի:

Անհրաժեշտ է ամեն կերպ խուսափել մեղքի զգացումից: Դուք մեղավոր չեք նրանում, ինչ կատարվում է շուրջը, մեղավոր չեք, որ ինչ-որ մեկի համար ավելի ծանր է ու դժվար, քան ձեզ համար: Մի՛ մեղադրեք ձեզ, ինչպես նաեւ ուրիշներին: Դա ընդամենը վատթարացնում է սթրեսային վիճակը եւ չի նպաստում իրավիճակի լավացմանը:

Պատերազմը փոխում է կյանքը: Հետպատերազմյան շրջանն էլ նորմալ հունով չի անցնում. շարունակվում են կորուստները, ողբերգական դեպքերը: Մարդիկ կորցնում են ոչ միայն տներ, հարազատներ, իրեր, այլև հանգստություն եւ ծրագրավորելու հնարավորություն: Հենց ծրագրավորելու մասին չպետք է մոռանալ նույնիսկ ամենածանր ժամանակներում, չէ՞ որ դա հոգեպես առողջ մարդու կյանքի հիմքերից մեկն է: Չոգեբանները հիշեցնում են, որ բոլոր պլանները չէ, որ պետք է իրականանան, եւ նորմալ է, որ դրա պատճառով մարդիկ զգում են ջղայնություն եւ դյուրագրգռություն: Ծրագրավորվածն իրագործվելու երաշխիքներ ցավոք չկան: Պետք է սովորել, որ այն, ինչ այսօր պլանավորել ենք, չենք արել վաղը կատարվելու ակնկալիքով: Բարդ ու դժվարին ժամանակներում պլանը երաշխիք չէ, բայց պլանը մեր էներգիան է, որը մենք ուղղորդում ենք տարբեր ուղիներով մոտենալու նրան, ինչին անհրաժեշտ ենք համարում:

Հույզերը չպետք է զապել: Եթե տխուր եք, թույլ եք կամ ուզում եք լացել, թույլ տվեք ձեզ: Հուսահատությունը եւ հուզական վիճակը կարող են անընդհատ փոխվել: Փոփոխությունը լավ է, դա նշանակում է, որ հոգեկանն «աշխատում է»:

Մենք շատերին ենք կարոտում, նորից ու նորից ապրում կորստի վիշտը: Կարոտում ենք ոչ միայն մարդկանց, այլ նաեւ նյութական բաների կամ ամենօրյա արարողությունների, սովորությունների, որոնք հնարավոր չէ կատարել: Մինչդեռ նույնիսկ ծանր պահերին պետք է շարունակել ինչ-որ բան անել ինքը քեզ համար, ինքնաքաջալերվել, եւ ամենակարեւորը՝ չմոռանալ հարազատների, մտերիմների ու համախոհների հետ շփվելու մասին:

Ս. ԱՎԱԳՅԱՆ

և օրվա ընթացքում պիտանելիությունը բարձրացնելու անկեղծ ցանկություն: Սա հաշվի է առնվում մարդիչների կողմից, եւ ցանկացողների համար պարապմունքներն անց են կացվում նաեւ առավոտյան: Արդյունավետ են առավոտյան պարապմունքները, քանի որ այդպես կարելի է ամբողջ օրվա համար լիցքավորվել, լինել ակտիվ օրվա ընթացքում եւ հաջող գործունեություն ծավալել:

Ինչքան հաճախակի են պարապմունքները, այնքան արդյունքն ավելի լավ է: Շատերը պարապում են շաբաթը 2-3 անգամ: Չհնական մարմնամարզության բոլոր ծրագրերը, այսպես ասած, սովորեցնում են մարմինը կրթել: Բանն այն է, թե ինչ արդյունք ենք ուզում ստանալ: Օրինակ՝ եթե մենք ուզում ենք որեւէ օտար լեզու սովորել, ապա մենք պետք է պարբերաբար պարապենք, նույնը կատարվում է մեր մարմնի հետ: Դպրոցի մասն՝

ինչքան հաճախ այցելենք պարապմունքի, այնքան ավելի արագ կարող ենք մարմինը կրթել, սովորեցնել գիտակցված տիրապետել նոր շարժումների:

Ընթերցողներին: Պարտավոր չեք սիրել Ցիգունը, բայց կարող եք փորձել: Դա դժվար չէ, եւ շատ հետաքրքիր է: Խորհուրդ է տրվում սկսել մարզիչի հետ, որը կարող է ձեզ նայել կողքից ու ժամանակին վերհանել հնարավոր սխալները: Ինչ վերաբերում է արդյունքին, ապա առաջին պարապմունքից հետո անգամ իսկապես համակվում են դրական էներգիայով: Իսկ ժամանակի ընթացքում սկսում են ավելի լավ հասկանալ չինական գործարարներին, որոնք վաղուց արդեն օգտագործում են Ցիգունը եւ իրենց օրը սկսում են դրանով:

Սոնյա ԱՎԱԳՅԱՆ

Շնորհավորանք

ԿՈՉՈՒՄԸ՝ ՈՒՍՈՒՅԻՉ...



«Շախմատ» առարկայի ուսուցչուհի Նինել Շահնագարյանի ավանդը:

Գնահատելի է հարգարժան ուսուցչուհու ներդրումն ու դերակատարությունը իրեն աշակերտած սաների ճիշտ ու ազնիվ դաստիարակության գործում: Վերոնշյալի վառ վկայությունները տարիներ ի վեր նրա ջանքերով դպրոցի շախմատի փմի հաղթանակներն են:

Անշահախնդիր, նվիրյալ, ազնիվ աշխատանք. ահա այն բնութագրիչները, որոնցով հանրությունը, աշխատանքային հանրությամբ ճանաչում են փորձառու ուսուցչուհուն: Մանկավարժների ազնիվ ընտանիքից սերված ուսուցչուհին իր բեղուն և հարուստ ստեղծագործական աշխատանքային կյանքը դարձրել է կենսակերպ, ապրելու կերպ: Նրան հարգում, գնահատում են ոչ միայն աշակերտները, այլ նաև ծնողներն ու գործընկերները:

Մեծ սիրով և ի խորոց սրտի շնորհավորում ենք հարգարժան գործընկեր, շնորհալի մանկավարժ տիկին Շահնագարյանին հոբելյանական տարեդարձի առթիվ:

Ցանկանում ենք երկար տարիների քաջառողջություն, նոր ուժ, եռանդ, աշխատանքային գործունեության հետագա տարիներին: Շնորհավոր հոբելյանը, մեր հարգելի ուսուցիչ և գործընկեր Նինել Շահնագարյան:

Ստեփանակերտի Ա.Ղուլյանի անվան հ. 2 հիմնական դպրոցի մանկավարժական կոլեկտիվ

ՆԿԻՐՅԱԼ ՄԱՆԿԱՎԱՐԺԸ



հանդեպ անմնացողը նվիրումի օրինակ դարձել:

Վերը նշվածի լավագույն օրինակ է Ստեփանակերտի Աշոտ Ղուլյանի անվան հ.2 հիմնական դպրոցի ռուսաց լեզվի ուսուցչուհի Սևիլ Դանիելյանը:

Տիկին Դանիելյանը կազմակերպչական բարձր ունակություններով տարիներ ի վեր դասարաններ է դեկավարել, նրանց կյանք ճանապարհել:

Բազում սերունդներ են աշակերտել նրան, դաստիարակվել նրա մարդկային արժանիքների վառ օրինակով: Իր կարգապահությամբ, ստանձնած պարտականությունների նկատմամբ բարձր պատասխանատվությամբ, կարողացել է սերտ համագործակցության դաշտ ստեղծել ինչպես աշակերտների, այնպես էլ ծնողական լայն հասարակության հետ: Հեղինակ է դասողելի օրինակելի բաց դասերի, հայրենասիրական միջոցառումների, արիության դասերի:

Դպրոցի մանկավարժական ողջ անձնակազմը մեծ սրտով շնորհավորում է սիրելի գործընկերոջը 60-ամյա հոբելյանի առթիվ, մաղթում քաջառողջություն, ուժ և կորով, հաջողություններ անձնական կյանքում, ջերմեռանդ աշխատանք մատաղ սերնդի ուսուցման և դաստիարակության պատվաբեր գործում:

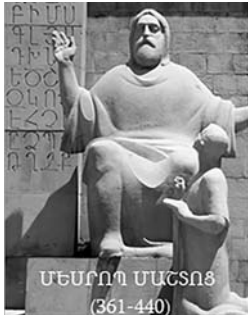
Շնորհավոր...

Ստեփանակերտի Ա.Ղուլյանի անվան հ. 2 հիմնական դպրոցի մանկավարժական կոլեկտիվ

ԶԱՆԱԶԱՆ

ԻՄԱՍՏՈՒՆ ՄԱՐԴԻԿ

ՄԵՐՈՂ ՄԱՇՏՈՑ



Հայերն աշխարհի ամենախելացի և լուսավոր ժողովուրդներից են: Հայ գիտնականները հայտնի են հին ժամանակներից: Թերևս ամենահայտնի հայ գիտնականը սուրբ Մեսրոպ Մաշտոցն է՝ եզակի վանական-լուսավորիչ, որը մ.թ. 5-րդ դարում ստեղծել է միանգամից երեք այբուբեն՝ հայերեն, վրացերեն և կովկասյան այբուբենը (արղվաներեն գիր): Մեսրոպ Մաշտոցը հայտնի է որպես աշխարհի առաջին դաշտային լեզվաբան: Այսինքն՝ գիտնական, որն անձամբ ուսումնասիրել է լեզուներ, նրանք բարբառները լավագույն զրեթի ստեղծման համար: Մաշտոցը Աստվածաշունչը հրապարակայնորեն կարդալիս

անմիջապես բանավոր թարգմանում էր հայերեն՝ ժողովրդին հասկանալի դարձնելու համար: Գողթնում կատարած քարոզչությունը Մաշտոցի մեջ հաստատեց հայերեն գիր ու գրականությունը ունենալու հրատապ կարևորությունը:

ՄՈՎՍԵՍ ԽՈՐԵՆԱՑԻ



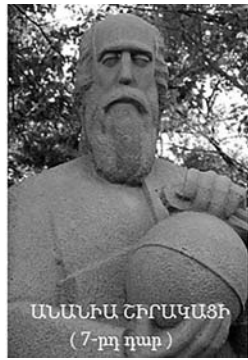
V դարում է ապրել մեծ պատմիչ Մովսես Խորենացին՝ «Հայոց Պատմություն» կոթողային աշխատության ստեղծողը: Մովսես Խորենացուն ամբողջ աշխարհում անվանում են «հայ պատմագրության հայր» և «հայ Յերոդոտ»: Հարկ է նշել,

որ նրա աշխատություններում կարելի է շատ արժեքավոր տեղեկություններ քաղել ոչ միայն Հայաստանի ու հայերի, այլ նաև հարևան ժողովուրդների մասին:

Մովսես Խորենացու «Հայոց Պատմություն» աշխատությունը միջնադարում եղել է ազգային ինքնաճանաչման, քաղաքական-հայրենասիրական դաստիարակության ուսումնական ձեռնարկ: Մեծարվել է «Պատմահայր», «Մեծն Մովսես», «Քերթողահայր», «Տիեզերահռչակյալ» և այլ պատվանուններով:

ԱՆԱՆԻԱ ՇԻՐԱԿԱՑԻ

Անցյալ դարերի ամենահայտնի հայ գիտնականներից մեկը մեծն Անանիա Շիրակացին է, աշխարհագետ, փիլիսոփա, մաթեմատիկոս, քարտեզագիր, պատմաբան, աստղագետ: Հեղինակ է թվաբանության, աշխարհագրության և ժամանակագրության տեսու-



թյան վերաբերյալ մինչև հիսուն աշխատությունների: Նշենք, որ Անանիա Շիրակացին աշխատել է այն ժամանակ, երբ, օրինակ, Արևմտյան Եվրոպայում տիրում էին մութ դարեր, և աշխատում էին կենդանիների կաշի հագած բարբարոսները:

Մեծ է Անանիա Շիրակացու գիտական գործունեության ոլորտը: Զբաղվել է փիլիսոփայությամբ, աստղագիտությամբ, աշխարհագրությամբ, մաթեմատիկայով, տոմարագիտությամբ, ալքիմիկությամբ:

Ռ. ԱՆԱՔԵԼՅԱՆ
ԱրՊՅ Ֆիզմաթ
ամբիոնի պրոֆեսոր, մ.գ.թ.

ՎԱՅՏԱՐԱՐՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ

«15.09.2022թ. աճուրդը չի կայացել հայտներ կայացված չլինելու պատճառով»

«Սնանկության մասին» ԱՀ օրենքի 89-րդ հոդվածի համաձայն 2022թ. հոկտեմբերի 18-ին ժամը 12:00-ին «Մայակ» ՄՊԸ սնանկության գործով կառավարիչ Ա. Խաչատրյանի կողմից Ստեփանակերտ քաղաքի Ազատամարտիկների 42 հասցեում՝ ԱՀ ընդհանուր իրավասության առաջին աստիճանի դատարանի շենքում կանցկացվի դասակարգման եղանակով աճուրդ վաճառքը հետևյալ լոտերով:

ԼՈՏ 1. Կաթսայատուն (փաստացի հացի արտադրամաս): Սեփականության վկայականի համար՝ 115352: Սեփականատեր՝ Էդգար Լավրենտի Միրզոյան: Գրավադրված է «Մայակ» ՄՊԸ պարտքերի դիմաց: Լոտի նկարագրությունը՝ շենքի մակերեսը կազմում է 166,16 ք.մ, հողամասի մակերեսը կազմում է 307,0 ք.մ: Վիճակը՝ նորմալ: Հասցե՝ ԱՀ ք. Ստեփանակերտ, Ազատամարտիկների փ. ք.52/11: Սեկնարկային գինը՝ **6.123.684 ՀՀ դրամ:**

Աճուրդին մասնակցելու համար պետք է ներկայացվեն՝ ՖԱ դեպքում անձնագրի պատճենը, իսկ ԻԱ դեպքում՝ պետական գրանցումը հաստատող փաստաթղթերի պատճենները, աճուրդի մասնակցության նախավճարի վճարումը հավաստող փաստաթղթերը: Նախավճարը կազմում է մեկնարկային գնի 5 տոկոսը, որը փոխանցվում է սնանկության հատուկ հաշվին՝ «Արցախբանկ» ՓԲԸ «Տիգրանակերտ» մ/դ հ/հ 22301050288600:

Աճուրդին մասնակցելու ցանկացողները աճուրդին նախորդող 5 օրվա ընթացքում, ընդհուպ մինչև աճուրդին նախորդող օրվա 16.00-ն, կարող են հայտ ներկայացնել ԼՂՀ ընդհանուր իրավասության առաջին աստիճանի դատարան՝ մասնակցի վկայական ստանալու համար: Աճուրդում հաղթող է համարվում աճուրդում առավել բարձր գին առաջարկած մասնակիցը: Գնորդը կրելու է գույքի ձևակերպման, գրանցման և գույքահարկի պարտքերի վճարման պարտավորությունները: Մանրամասներին ծանոթանալու համար դիմել սնանկության գործով կառավարիչ Ա. Խաչատրյանին: Հեռ.՝ 097-22-29-22 կամ 093-89-22-79»:

Սնանկության գործով կառավարիչ՝ Ա.Խաչատրյան

«16.09.2022թ. աճուրդը չի կայացել հայտներ կայացված չլինելու պատճառով»

2022թ.հոկտեմբերի 17-ին՝ ժամը 12:00-ին «Մայակ» ՄՊԸ-ի սնանկության գործով կառավարիչ Արմեն Խաչատրյանի կողմից Ստեփանակերտ քաղաքի Ազատամարտիկների 42 հասցեում՝ ԱՀ ընդհանուր իրավասության առաջին աստիճանի դատարանի շենքում կանցկացվի «Մայակ» ՄՊԸ ԸԻԴ/0001/04/20 սնանկության գործով Լավրենտ Մերյոժայի Միրզոյանին սեփականության իրավունքով պատկանող գույքի աճուրդ-վաճառք բաց դասակարգման եղանակով, 1 առանձին լոտով:

Լոտ 1. Բնակարան: Հասցե՝ ՀՀ, ք.Արևիկյան, 3-րդ միկրոշրջան, 20 շենք, թիվ 19 բնակարան: Սեփականության վկայականի համար՝ 894201: Սեփականատեր՝ Լավրենտ Մերյոժայի Միրզոյան: Գրավադրված է «Մայակ» ՄՊԸ պարտքերի դիմաց: Գույքի նկատմամբ գրանցված է գրավի իրավունք՝ Արցախի ներդրումային հիմնադրամում: Բնակարանը ծանրաբեռնված է բնակիչներով:

Լոտի նկարագրությունը. Բնակարան, մակերեսը կազմում է 74,04 ք.մ: Բնակարանը գտնվում է 9-րդ հարկանի շենքի 1-ին հարկում: Հատակները՝ մանրատախտակ, մուտքի և ներսի դռները, ինչպես նաև պատուհանները՝ փայտյա, սանհանգույցի պատերը և հատակը սալիկապատված են: Ընդհանուր առմամբ բնակարանի ներքին հարդարումը միջին վիճակում է և 6 բալանոց (1-վատ վիճակ, իսկ 6-գերազանց) սանդղակով գնահատվում է 3: Սեկնարկային գինը՝ **13.515.660,0 ՀՀ դրամ:**

Գույքի սեփականության փոխանցման, պետական գրանցման և հնարավոր վտարման հետ կապված ծախսերը կատարում է գնորդը:

Աճուրդին մասնակցելու համար պետք է ներկայացվեն՝

ա/ ֆիզիկական անձի դեպքում՝ անձը հաստատող փաստաթղթի պատճենը, իրավաբանական անձանց և անհատ ձեռներեցների դեպքում՝ պետական գրանցումը (հաշվառումը) հաստատող փաստաթղթերի պատճենները, իսկ իրավաբանական անձանց դեպքում նաև կանոնադրության և ներկայա-

ցուցչի անձը հաստատող փաստաթղթերի պատճենները:

բ/ լիազորագիր, եթե հայտատուն հանդես է գալիս լիազորված անձի միջոցով:

գ/ աճուրդի նախավճարի վճարումը հաստատող փաստաթղթերը:

Նախավճարը կազմում է մեկնարկային գնի 5 տոկոսը: Աճուրդի մասնակցի չհամարվող անձանց համար աճուրդի մուտքի վճարը սահմանվում է 5000 ՀՀ դրամ: Նախավճարը և մուտքի վճարը վճարվում են «Արցախբանկ» ՓԲԸ-ում «Մայակ» ՄՊԸ սնանկության հատուկ հաշվին՝ 22301050288600:

Աճուրդին մասնակցելու ցանկացողները և աճուրդի մասնակցի չհամարվող անձինք մինչև 12.10.2022թ. ներառյալ կարող են աճուրդի մասնակցության հայտ ներկայացնել ԱՀ ընդհանուր իրավասության առաջին աստիճանի դատարան ք.Ստեփանակերտ, Ազատամարտիկների 42 հասցեով:

Աճուրդում հաղթող է համարվում առավել բարձր գին առաջարկած մասնակիցը, և այդ գինը համարվում է լոտի վաճառքի գին: Լոտի վաճառքից հետո հաղթողը և կազմակերպիչը ստորագրում են սակարկությունների արդյունքների մասին արձանագրությունը, և տվյալ լոտի վերաբերյալ աճուրդը համարվում է ավարտված: Աճուրդի հաղթողի կողմից արձանագրությունն ստորագրելուց հրաժարվելու կամ արձանագրությունը ցանկացած այլ պատճառով չստորագրվելու դեպքում աճուրդը համարվում է չկայացած: Արձանագրությունը ստորագրելուց հրաժարվելու կամ արձանագրությունը ցանկացած այլ պատճառով չստորագրվելու դեպքում ստորագրելուց հետո 10 օրվա ընթացքում ամբողջությամբ վճարել գույքի արժեքը՝ նվազեցնելով վճարած աճուրդի նախավճարի չափը: Հաղթող մասնակցի կողմից աճուրդի արձանագրությունը չստորագրելու կամ 10 օրվա ընթացքում ամբողջությամբ գույքի արժեքը չվճարելու դեպքում որպես նախավճար մուծված գումարը չի վերադարձվում:

Աճուրդում հաղթող մասնակիցը պարտավորվում է աճուրդի արձանագրությունը ստորագրելուց հետո 10 օրվա ընթացքում ամբողջությամբ վճարել գույքի արժեքը՝ նվազեցնելով վճարած աճուրդի նախավճարի չափը: Հաղթող մասնակցի կողմից աճուրդի արձանագրությունը չստորագրելու կամ 10 օրվա ընթացքում ամբողջությամբ գույքի արժեքը չվճարելու դեպքում որպես նախավճար մուծված գումարը չի վերադարձվում:

Եթե համապատասխան հայտ ներկայացրած անձը աճուրդին չի մասնակցում կամ մասնակցում է, սակայն չի հաղթում, ապա

նրա կողմից վճարված նախավճարը ենթակա է վերադարձման:

Աճուրդի կանոնակարգին ծանոթանալու համար սնանկության հատուկ հաշվին նախօրոք մուծվում է պատճենահանման ծախս՝ 100 ՀՀ դրամ կամ 097222922 համարին կարճ հաղորդագրությամբ ուղարկվում է էլեկտրոնային փոստի հասցեն, որի վրա սնանկության գործով կառավարիչը ուղարկում է աճուրդի կանոնակարգը:

Վաճառվող գույքի մասին մանրամասն տեղեկություններ ստանալու, ուսումնասիրության և աճուրդի կանոնակարգին ծանոթանալու համար զանգահարել «Մայակ» ՄՊԸ սնանկության գործով կառավարիչ Արմեն Խաչատրյանին, 097222922 կամ 093 892279 հեռախոսահամարներով:

Սնանկության գործով կառավարիչ՝ Ա.Խաչատրյան

ԿՈՐԵԼ Է

Դավիթ Մուրադի Բալայանի 9-րդ դասարանի Ա N277065 վկայականը՝ տրված Ստեփանակերտի Հովհ. Թումանյանի անվան հ. 9 հիմնական դպրոցի կողմից 2020 թվականին: Համարել անվավեր: ***

Ալեն Նելսոնի Սարգսյանի ԱԱ N193473 միջնակարգ կրթության ատեստատը՝ տրված Ստեփանակերտի «Վ. Ջհանգիրյանի անվան համար 11 ավագ դպրոց» ՊՈԱԿ-ի կողմից 2019 թվականին: Համարել անվավեր: ***

Ալեքսեյ Ալեքսեյի Բաղդասարյանի (Սարգիսով) ԱԱ N159277 9-ամյա կրթության վկայականը՝ տրված Ստեփանակերտի Խ. Աբովյանի անվան հ.1 հիմնական դպրոցի կողմից 2016 թվականին: Համարել անվավեր: ***

Նելսոն Վաչագանի Ծատրյանի AD N020398 դիպլոմը՝ տրված Ստեփանակերտի «Գրիգոր Նարեկացի» համալսարանի կողմից 2003 թվականին: Համարել անվավեր:

Տպագրվում է Ստեփանակերտի «Դիզակ պլուս» ՄՊԸ-ում: Ծավալը՝ տպագրական 2 մամուլ: Տպաբանակ՝ 1650: Ստորագրված է տպագրության 30.09.2022թ.:

ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ԼՈՒՍԱՐԱՐ ԽՍՐԱԳԻՐ՝ Ա. ԽԱՉԱՏՐՅԱՆ | Հիմնադիր՝ «Լուսարար» ՓԲԸ | Ստեփանակերտ, Հ. Թումանյան փ. 95, ☎ 94-38-99, E-mail: gorcert@mail.ru: www.lusarar.info | Մեջբերումների եւ փաստական տվյալների ստուգությունն ապահովում են հեղինակները: Թերթը ընթերցողների հետ գրագրություն վարելու պարտավորություն չի ստանձնում: | Տպագրվում է Ստեփանակերտի «Դիզակ պլուս» ՄՊԸ-ում: Ծավալը՝ տպագրական 2 մամուլ: Տպաբանակ՝ 1650: Ստորագրված է տպագրության 30.09.2022թ.:

«Լուսարար» թերթը տարածվում է միայն բաժանորդագրությամբ: