

ΦΟΙΒΟΣ

ΕΠΙΜΗΝΙΟΣ ΣΥΓΓΡΑΦΗ

ΠΕΡΙ

ΤΗΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΙΕΙΑΣ

ΤΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΗΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΠΡΟΧΕΙΡΟΥ

ΟΙΚΙΑΚΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ ΕΝ ΕΛΛΕΙΨΕΙ ΙΑΤΡΟΥ

ΥΠΟ

ΙΩΑΝΝΟΥ Η. ΗΓΓΡΑ

Έτησίαν συν. προπλ. φ. 5. Διὰ τὸ ἔξωτ. 5.50 μετὰ τοῦ Παραφοίτου καὶ Ἡλίου

ΕΤΟΣ ΙΗ'.— Ἐν Ἀθήναις τῇ 1 Ὀκτωβρίου 1896. ΑΡΙΘ. 10.

ΥΓΙΕΙΝΑ ΑΝΑΛΕΚΤΑ

ΕΠΙΓΡΑΜΜΑ ΕΙΣ ΥΓΙΕΙΑΝ

Μετὰ σέβῳ μάκαερα ὑγίεια
πέθνητε πάντα, καὶ λάμπετε Χαρίτων ἔαρ·
σέθεν δὲ χωρὶς, οὐτις εὐδαίμων.

Μετὰ τὴν βρώσιν οὐκὼν καὶ ἀπίων δεῖ ἐπιπίνειν καὶ ἀλίγον
βαλὶ ἢ ψυχρὸν ὕδωρ.

Ὁ τῆς ἀλμης χυλὸς τῶν κολυμβάδων ἐλαεῶν, λέγει ὁ Διο-
σκορίδης, συστέλλει (συσφίγγει) τὰ οὐλά καὶ στερεώνει τοὺς σιο-
μένους ὀδόντας.

Αἱ ἐλαταὶ αἱ μαλακαὶ καὶ πέπειροι (παραγινόμεναι) εἰσὶν κα-
κοστόμαχοι, δύσπεπτοι καὶ ναυτίας ποιοῦσιν. Αἱ ἐν ὄξει εὐπε-
πτοι. Πισσῶν προτιμώτεραι εἰσὶν αἱ θλασσαί.

Αἱ ἐλαταὶ καὶ οἱ βάλανοι παλαιούμενοι πικραὶ γίνονται.

1 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 1896.

Κάστανα.

Ἐκ παναρχαιοτάτης ἐποχῆς τὰ κάστανα ἐχρησίμευον ὡς τροφή τῶν ἀνθρώπων.

Τὸ δένδρον Κάστανεα εἶνε τὸ μᾶλλον προσοδοφόρον, τὸ ὅποιον ἀτυχῶς ὀλίγον καλλιεργεῖται ἐν Ἑλλάδι, καί περ ἡ ἑλληνικὴ χώρα εἶνε πρόσφορος· εἰσέτι κάστανα ἐξευγεντισμένα δὲν ὑπάρχουσιν ἄφθονα παρ' ἡμῖν. Ἄλλοτε παρεῖχεν εἰς τὴν ἐλευθέρην Ἑλλάδα πολλὰ κάστανα ἡ Κρήτη· ἀλλ' ἡ ἀπροβλεψία καὶ ἡ ἡμιμάθεια τῶν τὰ τῆς ὑγιεινῆς διαπόντων κατήργησε ταῦτα ὡς δῆθεν δυνάμενα εἰσαγαγεῖν τὴν φιλοξήραν.

Εἰς πολλὰς ἐπαρχίας τῆς Γαλλίας τὰ κάστανα εἰσὶν ἡ κυριώτερα τροφή τῶν κατοίκων. Ἐκ Γαλλίας Ἀγγλίας, Βελγίου καὶ Ἀλγερίας ἐξάγονται κατ' ἔτος 4,000,000 στατήριον, εἰσπράττονται δὲ 2,000,000 φρ.

Εἰς παρελθούσαν ἐποχὴν, ἐπὶ Ὄθωνος, ἡ Κυβέρνησις καὶ μονογραφίαν περὶ καλλιεργείας κάστανεῶν ἐδημοσίευσεν καὶ περὶ ἐκκεντρώσεως τῶν ἐντοπίων κασταγεῶν ἐφρόντισεν· ἀλλ' ἔκτοτε οὐδαις πλὴν ἐσκέφθη καὶ περὶ τούτου.

Πορτοκάλια.

Ἐλέγοντο τὸ πάλαι χρυσαῖα μῆλα, ἢ μῆλα κολχικά. Ἀναμφίβολον ὅμως ἂν τὰ πορτοκάλια εἰσὶ τὰ κολχικά μῆλα, διότι ταῦτα δὲν φύονται ἐν Κολχίδι. Τὸ ἔλαιον, τὸ ὅποιον ἐμπεριέχει ὁ φλοιὸς τοῦ πορτοκαλλίου, ὠφελεῖ κατὰ τῆς μέθης, ἐπομένως καὶ βρώσει φλοιοῦ πορτοκαλλίου ὠφελεῖ πρὸς εὐπεφίαν κατὰ τῆς πυρώσεως (ἀνακαυσίλας) καὶ κατὰ τῆς μέθης.

Οἱ Λατίνοι ἐκάλουν τὴν ὀπίωρον ταύτην **ἀουράντσιον πόμουμ** δηλ. χρυσοῦν μῆλον· διότι ἀουραῦμ ἐκάλουν τὸν χρυσοῦν Γαλλιστί λέγεται **ὄραντζ**, ἐκ τοῦ λατινικοῦ ἀουράντσιουμ.

Ἀμύγδα.

Γνωστὰ παρὰ τοῖς ἀρχαίοις, ἀλλ' ἀγνωστὰ ὡς καρύκευμα πρὸς βρώσειν. Ἐκάλουν τὸ λεμόνιον οἱ τότε μῆλον μηδικόν, καὶ κίτριον ἡλίτρον, ἐξ οὗ καὶ τὸ χρῶμα κίτρινον. Ἐχρῶντο ταῦτα πρὸς εὐωδίαν τῶν ἐνδυμάτων. Ὁ ὅπως αὐτῶν ἐνσταλλαζόμενος ἐπὶ πληγῆς ἐξ ὀφθως καταστρέφει τὸ δηλητήριον αὐτοῦ. (ὄρα διεξοδικώτερον Συνακδ. Ὑγιεινῆ).

Πικτυίδες (κουκουνάριον).

Παρέχουσι πολὺ ἔλαιον γλυκὺ τὴν γεῦσιν. Εἰσὶν πεπτικά, (εὐκολύνουσι τὴν πέψιν) καὶ πολὺ θρεπτικά· ἐκ τούτου καὶ ἡ κοινὴ ἱκφρασις τῆς παχύνσεως· τὸν τρέφει μὲ **κουκουνάριον**.

Πραῦνουσι τὴν βήχα καὶ τοὺς ἐρεθισμοὺς τοῦ θώρακος. Μετὰ λευκῶν σταφίδων ἐσθιόμενα, παρέχουσιν ἐξαιρετὸν καὶ παχυντικόν ἰσχύριον.

Ἐβρίσκονται ὡς σπῆροι ἐντὸς ὄγκου, ἔχοντος σχῆμα κώνου, διὸ καὶ **κῶνος** καλεῖται, οἱ δ' ἐν αὐτῷ σπῆροι κωνάρια ἢ κουνάρια, κουκουνάριον, ὡς παρεμφερῆς τῇ κουκούρᾳ τῶν νηπίων.

Ἄτυχῶς παρ' ἡμῖν εἰσὶν δυσεύρετα καὶ ὑπερτιμημένα, διότι οἱ πτωχοὶ ἀποφεύγουσι νὰ συλλέγῳσι τὸν καρπὸν τούτον, ἐπειδὴ ἡ Κυβέρνησις φορολογεῖ τὸ ἄλλως μένον ἀχρηστὸν προϊόν τούτου.

Ἀμύγδαλα.

Ἦσαν γνωστὰ καὶ ἐπὶ Ὀμήρου. Μετεφέρθησαν εἰς τὴν Ἑλλάδα ἐκ Συρίας καὶ Ἀραβίας· ἐξ Ἑλλάδος μετεφέρθησαν εἰς Ἱταλίαν ἐπὶ τῆς ἐποχῆς τοῦ Κάτωνος καὶ ἐκείθεν εἰς τὴν ἄλλην Εὐρώπην· εἰσὶν ὀρεκτικά· διὰ τοῦτο καὶ τὸ δροσιτικὸν ποτὸν **σεμάδα** καλούμενον, ἕπερ γίνεται διὰ τετριμμένον σπῆρον ἀμυγδάλων, εἶνε καὶ θρεπτικὸν καὶ κατάλληλον εἰς τοὺς ἀσθενεῖς καὶ ἀδυνάτους. Ἐμπεριέχουσι πολὺ ἔλαιον, ἕπερ ἐστὶ εὐσμον καὶ γλυκὺ· εἶνε εὐκόλιον ὑπὸ δόσειν 15 ἕως 20 δραμ. Πρέπει γὰρ ἦνε πρόσφατόν· εἶνε κατάλληλον εἰς τὰς λεχούσας ὡς καθαρτικόν. Ἡ σεμάδα παράγεται ἐκ τῆς λατινικῆς λέξεως **σέμεν**, ἥτις σημαίνει σπῆρον· ὥστε μεταφραζόμενον εἰς τὴν ἑλλην. φωνὴν λεκτέον **σποράδα**. Οἱ ταύτην κατασκευάζοντες πρὸς ἐμπόριον λαμβάνουσι σπόρους ἐκ πεπῶνων καὶ ἄλλων καρπῶν.

Τὴν σποράδαν, ὅταν κατασκευάζεται ἐκ μόνον σπῆρων γλυκαμυγδάλων, κυριολεκτικῶς λεκτέον **ἀμυγαλάδαν**, ἥτις καλῶς πεποιτημένη εἶνε δροσιτικὴ, κατευναζει τὴν δίψαν καὶ τὴν πείναν, (ὄρα Ὑγιεινῆ).

Ἀμύγδαλα πικρά.

Τὰ πικρά ἀμύγδαλα εἰσὶν δηλητηριώδη· διότι ἐμπεριέχουσιν ὕδροκυανικὸν δξύ· 10 ἕως 20 πικρά ἀμύγδαλα βρωθέντα ἐπιφέρουσι θάνατον.

Πέντε έως έπτά βραθέντα προλαμβάνουσι τήν μέθην, και καταστρέφουσι ταύτην. Ο Δισκορίδης λέγει, ότι φονεύουσι τās αλώπεκας. Καταστρέφουσι τήν δερμήν του μόσχου. (Όρα Συνήκη δημόν Υγιεινή).

Ήα.

Τα Ήα καλούνται μενεξέδες τουρκιστί· είναι άνθη εύωδη χρώματος κυανού ευάρεστου, γίνονται και λευκά λευκόδα καλούμενα βιόλα ή βιολέττα λατινιστί.

Έν Αθήναις τὸ πάλαι ἦσαν αὐτοφυῆ και ἐσήμαινον τὸ σύμβολον τῆς παρθενίας, τούτου ἐνεκεν και ἐν τελετῇ γάμου, και ἐπὶ τῷ θανάτῳ παρθένου ἐκόσμουσι τοὺς τὰ σώματα.

Έκ τῶν ἰων οἱ Αθηναῖοι ἐποίουν στεφάνους, φερομένους ἐν τελεταῖς παρά παρθένων. Πολύ ἡγάπων αὐτὰ τὸ πάλαι οἱ Αθηναῖοι, οἵτινες καλοῦνται και Ἰοφόροι ή Ἰοστέφανοι.

Τῶν ἰων τὸ ἔμβρασμα ἰατρικῶς ὠφελεῖ κατά τῆς βηχὸς ἐν ὀδοντοφυτῶ. Εἶνε ἑλαφρὸν τονικόν.

Έν Αθήναις εἶχον και ἄσμα περί ἰων.

Ποῖ μοι τὰ ἴα, ποῖ μοι τὰ ῥόδα, ποῖ μοι τὰ καλά σέλινα.

Τὰ σέλινα τότε φαίνεται ὅτι ἦσαν ἐξευγενισμένα. Τὰ νῦν παρῶν ἡμῶν εἶνε ἀκατέργαστα.

ΝΟΣΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ



Περὶ δυσκοιλιότητος.

Δυσκοιλιότης γίνεται, ὅταν τὸ περί τῶν πρακτῶν ἀπνηθυσμένον ἔντερον εἶνε πλήρες περιττωμάτων, τὰ ὅποια εἶν μὴ ἐξέρχονται ἐγκαίρως, μένουσι και ἀποξηραίνονται διότι τὰ ἐν αὐτοῖς ὑγρὰ ἀπορροφῶνται παρά τῆς ἐπιφανείας τοῦ ἀπνηθυσμένου ἔντερου· ὁσὸν λοιπὸν πλείονα καιρὸν διαμένουσι τὰ περιττώματα, τόσοσ ἀκλυρότερα γίνονται, και αἱ περισταλτικαὶ κινήσεις τοῦ ἔντερου δὲν ἰσχύουσι πρὸς ἐξώθησιν. Διὰ τοῦτο και ἡ ἀδύηλος διαπνοὴ τῶν δυσκοιλιῶν εἶνε τὴν δερμὴν κοκκώδης.

Τί οὖν ποιητέον;

Πρέπει νὰ γείνη κλύσμα ἐκ γλυκερίνης και ζαχάρου ἵνα μαλακώσῃ και ἰσχύώσῃν αἱ πρὸς ἐξώσιν περισταλτικαὶ κινήσεις ἢ δοθῇ εὐκοιλίον καθάρσιον (ὄρα Φοῖβον Τόμ. Β' 112. Γ' 102).

ΦΑΡΜΑΚΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ

Ήδεότης τοῦ καφέ πρὸς ἐξαφανισμὸν τῶν ὀστέων.

Ἡ κόνις τοῦ πεφυγμένου καφέ ἀφαιρεῖ τὴν δερμὴν τοῦ σπαικρέκτος (κρεαζότου), ἰωδιαφορμίου, τοῦ μόσχου, τῆς γάρδου (βαλεριάνης), τοῦ Καστορίου, τῆς Βενζόης. Ἄλλων ὀστέων αἱ ὀσμαι διὰ τῆς κόνεως τοῦ καφέ πολὺ ἐξασθενῶσιν.

Τὸ ῥόδεν ελαιὸν ἐμποδίζει τὴν σήψιν τοῦ σώματος τοῦ ἀνθρώπου· διὰ τοῦτο ἡ Ἄφροδίτη ἵνα ἐμποδίσῃ τὴν σήψιν τοῦ σώματος τοῦ Πατρόκλου ἔχρει ελαίῳ ῥόδεντι.

» Ἴνα μὴ μὲν ἀποδρῶσιν ἑλκυστάξεν, »
(Όμηρος Ἰλ. φ. 187).

Ἡ ἐναρξὶς τῆς σήψεως τοῦ πτώματος τοῦ ἀνθρώπου γίνεται διὰ τοῦ σχηματισμοῦ φλυκταινῶν, αἵτινες διασπρηγνύονται και ἐξέρχεται ὑπέρυθρος ὄσρος, μεθ' οὗ φαίνεται ἡ σπυρμιμένη σάρξ.

Ἄλλοσ ὅς ἐκ τούτου γίγεται ὅτι ὁ πολιτισμὸς ἐπὶ Όμήρου ἦτο πολὺ προοδευμένος καθ' ὅλα και ἰατρικῶσ και κοσμικῶσ κλπ.

Ἡ κερατώδης Σήκαλη.

Εἶνε φάρμακον, τὸ ὁποῖον ἐπενεργεῖ ἐπὶ τῶν περισταλτικῶν κινήσεων τῶν ἰνῶν, συστέλλει τοὺς σφιγκτήρας, και τὰ αἱμάτωθρα ἀγγεῖα, ἱπομένως καταπολεμεῖ τὰς ἐν αὐταῖς σύμφορήσεις. Ὑπὸ ῥῶσιν 30 κόκκων διαλύει τὴν ὑπεραιμίαν τοῦ ἀκουστικοῦ τῆμ-

κάνου, ἐξ ἧς προέρχεται ἐνίτη κώρωσις, διὰ τοῦτο καταπαύει καὶ τοὺς ἐκ τῆς κινήσεως βομβισμούς τῶν ὤτων.

Τὸ βότανον τὸ καλούμενον **ῥουθικα**, τὸ ὅποιον κατὰ τοὺς ἀρχαίους ἔχει ἀφροδισιακὴν δύναμιν, νῦν τοιαύτην οὐκ ἔχει.
(*Ὅρα Ὑγιεινὴν Α' ἐκδ.)

Ἡ μεγάλη καὶ ξηρὰ θερμότης τῶν ποδῶν ἐπιφέρει δυσκοιλίοντα καὶ χρήσιμος ἐστὶ κατὰ τῆς διαρροίας, ἥτις λέγεται ξηρὰ, ὅταν ἐξέρχονται μόνον ἀέρια. Ἡ διαθέμενος γίνεται διὰ θερμῶν ριζῶν ἐκ θερμοῦ ὕδατος, ἢ διὰ πηλίνων ὑστράλων τεθερμασμένων, ἢ διὰ θερμαινομένων μεταλλίνων πραγμάτων κτλ.

Ἡ ὑγρὰ θερμότης δὲν σταματᾷ τὴν διάρροϊαν.

Περὶ τῆς Κυπαρίσσου ἱστορικῶς.

Τὸ ἀειθαλές, ἐπίμηκες καί κλωνοειδές τοῦτο δένδρον, τοῦ ὁποίου ἡ σοβαρὰ καὶ σκυθρωπὴ θέα ἐνεκεν τῆς σταθερότητος καὶ τοῦ μελανοῦ καὶ πρασίνου χρώματος, παρέχει εἰς τὸν θεατὴν συναίσθησιν μελαγχολικὴν, ὑπῆρξεν ἀνεκάλειν κατὰ πολλὰ χρήσιμος εἰς τοὺς ἀνθρώπους καὶ εἰς τὰς τέχνας πρὸς κατασκευὴν διαφόρων χρυσιμίων, καὶ εἰς τὴν ἰατρικὴν πρὸς ὑγιεινὰ καὶ θεραπευτικὰ νόσων. Τοῦτου ἐνεκεν οἱ ἀρχαῖοι ἔταξαν αὐτὸ μεταξὺ τῶν ἱερῶν ἐν μυθολογίᾳ δένδρων.

Ἔλεγον ὅτι ἡ Κυπαρίσσοσ ἀνεφύη κατὰ βούλησιν τοῦ Ἀπόλλωνος. Ὑπῆρχε ποτε παῖς, Κυπαρίσσοσ καλούμενοσ, ἀγαπώμενοσ παρὰ τοῦ Ἀπόλλωνοσ, ὃ παῖσ οὕτωσ φονεύσασ ἀκουσίωσ ἔλαφον, τὴν ὁποίαν ὑπερβαλόντωσ ἠγάπα αὐτόσ, ἠσθένησεν ἐκ τῆσ λύπης καὶ ἀπέθανεν. Ὁ δὲ Ἀπόλλων λυπηθεὶσ ὡσαύτωσ διὰ τὸν θάνατον τοῦ ἀγαπητοῦ τοῦ Κυπαρίσσοσ, καὶ θέλων ν' ἀποθανάτισῃ τὴν ἑσπερίαν αὐτοῦ, μετεμόρφωσεν αὐτόν εἰς ἴδιον δένδρον, ὅπερ ἐκάλεσε Κυπαρίσσοσ, καὶ ὤρισεν ὅπωσ θεωρεῖται πένθιμον καὶ ἐπιτόμβιον δένδρον. Τοῦτου ἐνεκεν οἱ ἀρχαῖοι ἐφύτευον αὐτὸ ὅπου ὑπῆρχε τάφοσ, καὶ τὸ εἶχον ἀφιερωμένον εἰς τὸν Πλούτωνα, τὸν Θεὸν τοῦ Ἄδου. Οἱ ἀρχαῖοι ἔθετον κλάδον Κυπαρίσσοσ ἐπὶ τῆσ θύρασ, ἐνθα ὑπῆρχε νεκρόσ. Κατὰ Στέφανον Βυζάντιον ἐκαλεῖτο ἡ Κυπαρίσσοσ Ἐφανασ καὶ κατόπιν Ἀπολλωνίασ.

Ἰατρὶσ τοῦ δένδρου τοῦτου θεωρεῖται ἡ Ἀνατολή καὶ ἰδίωσ ἡ Κρήτη, ἐνθα φύεται αὐτομάτωσ, καὶ πολλαχοῦ ἡμῶσ ποτελεῖ δάση. Τὸ

ἔροσ τῆσ Ἰδίησ θεωρεῖται ὃ προσφιλέσ τόποσ τῆσ Κυπαρίσσοσ. Τοιαῦτα δὲ δάση ἀπαντῶνται καὶ εἰσ τὰσ μεσημβρινὰσ ὑπορείασ τῶν Λευκῶν Ὀρέων τῆσ Κρήτησ. Ἐν γένει δὲ ἀρχαῖοθεν οἱ Κρητεσ ἐκαλλιεργοῦν τὴν Κυπαρίσσοσ, διότι ἠῶδοκίμει ἐν τῇ χώρᾳ αὐτῶν καὶ ἀπελάμβανον εἰσόδημα. Κατὰ τὸ 13 ἔτοσ τῆσ ἡλικίασ ἱσχυλαῖτο ἕκαστον δένδρον διὰ μεγάλου ποσοῦ χρημάτων, διὰ τοῦτο ἐδίδοντο αἱ Κυπαρίσσοι εἰσ προίκα ἀντὶ χρημάτων ἐκ τούτου δὲ ἐκαλεῖτο ἡ Κυπαρίσσοσ λατινιστὶ προῖξ **ουγάτριωσ**, (dox filio).

Ἐῶδοκίμει τὸ δένδρον τοῦτο εἰσ ξηράσ καὶ οὐχὶ βαθείασ γαίασ, διόπερ δύναται φυτευθῆναι ἐπὶ τῶν ἀγῶνων ὀρέων, ἀποστρέφεται τὰσ ὑγρὰσ γαίασ, διόπερ παρὰ ποταμοῖσ φυτευθεῖσα ξηραίνεται, ἀναπτύσσεται ταχέωσ ἐν τοῖσ συγκερασμένοισ κλίμασιν, ἐνθα παρέχει καὶ εἰδὸσ τι ρητίνησ εὐώδοσ, ἐκκρινομένησ δι' ἐγχαράξωσ τοῦ φλοιοῦ, καὶ ὠφελίμου οὐσίησ κατὰ τῶν προσφάτων τραυμάτων.

Ἐκ τοῦ ἱστορικοῦ τῆσ Κυπαρίσσοσ ὑπεμφαίνεται ὅτι ἐν Κρήτῃ ἐκαλλιεργεῖτο ἐκ παναρχαιοτάτησ ἐποχῆσ, ὅτι ὑπῆρχεν ἐκεῖ μέγασ πολιτισμόσ, ὅστισ διὰ τοῦ πανδαμάτοροσ χρόνου κατ' ὀλίγον ἐξέλιπεν. Ἐπὶ ἐσχάτων ὑποπεσούσα ὑπὸ τυραννίαν βαρβάρων ἐπὶ αἰῶνασ ἀπόλωσε τὰ πάντα καὶ μόνον ἔχνη διετηρήθησαν μέγασ ποτε πολιτισμοῦ, ὅτε κατέστη καὶ κυρίαρχοσ τοῦ Μεσογείου.

ΠΑΝΤΟΙΑ ΘΥΜΑΡΗ

Ὁ ἐπὶ Ὀμήρου πολιτισμόσ.

Ἐπὶ τῆσ ἐποχῆσ ἐκείνησ ὃ πολιτισμόσ ὑπῆρχεν ἐν τελειότητι ἀναλόγωσ τῶν τότε μέσων.

Ἡ πρόδοσ τοῦ πολιτισμοῦ ἐμφαίνεται ἐκ τοῦ τρόπου τοῦ ζῆν τοῦ συμπεριφέρεσθαι καὶ τῆσ ἀναπτύξεωσ τῶν εὐγενῶν ἀσθημάτων.

Ἐρωγον εἰσ ὑψηλάσ τραπέζασ, κομφάσ καὶ πεποικιλμένασ διὰ γλυφῶν (σκαλισμάτων), παρεκάθοντο δὲ ἐπὶ ἐδρῶν ὠραίων.

» . . . παρὰ δὲ ἑσπῆν ἐτάνωσσε τραπέζαν.

(Ὀδ. P. 94, H. 175, A. 55 καὶ ἀλλαχοῦ).

» αὐτὴν ὀξὺσ ἠρόγον εἰσεν ἄγων. . .

» καλήν, δαίδαλον.

(Ὀδ. A. 130).

Αἱ τράπεζαι τῶν προσέτι εἶχον φύλλα, ὡς τὸ πρῖν καὶ νῦν παρ' ἡμῖν, καὶ ἠνοίγον ταῦτα.

Παρέθεντο παρὰ τὰς ἑδρας (θρόνους) ἀργυρᾶς τραπέζας μικρὰς καὶ κἀνεα (κάνιστρα) χρυσᾶ, ἐνθα ἦτο ὁ πρὸς βρῶσιν ἄρτος.

ἢ ἡ δ' ἑτέρα προπάρουθε θρόνων ἐτίθειε τραπέζας
ἢ ἀργυρέας, ἐπὶ δέ σφι τίθει χρύσεια κἀνεα.

(Ὀδυσ. Κ. 354).

Ἡ πρεσβυτέρα θεράπαινα, ἡ τὴν ἐπιτήρησιν τοῦ ταμείου τῆς οἰκίας (κελαροῦ) ἔχουσα, ἐλάμβανε τὸ κἀνετρον καὶ ἔθετο ἐκάστω τὸν ἄρτον, ἦτο δὲ αὐτὴ ἡ καθαριώτερος, καὶ ἐκαλεῖτο τιμητικῶς ὄχι κυρίᾳ ταμίᾳ, ἀλλὰ σεβαστῇ (αἰδοίῃ)· αὕτη ἔθετο πᾶσι φαγῆτά πρὸς εὐχαρίστησιν τῶν συνδαιτημονίων.

ἢ παρὰ δὲ ξεστὴν ἐτάνουσε τράπεζαν

ἢ αἰδοίῃ ταμίᾳ παρέθηκε φέρουσα

ἢ κείθεα πόλλ' ἐπιθείσα, χαρίζομένη παρόντων.

(Ὀδυσ. Ρ. 93, Η. 174, Δ. 54 καὶ ἄλλα κτλ.)

Ἔθετον ἐπίσης ἐπὶ τῆς τραπέζης ὄπτα (ψιτὰ) κρέατα καὶ διάφορα φαγῆτά, ἅπαντα ὁμοῦ καὶ ὄχι ὡς νῦν ποιοῦσιν ἀνά ἕν, ἵνα διέσθων βλέψη καὶ ἐκλέγη τὸ ἀρέσκον. Ὀβτιο γίνεται καὶ νῦν εἰς τὰ ὄρεινά χωρία τῆς Ἀρκαδίας.

Ἡ καθαριότης τῶν τραπέζων, ὡς καὶ τῶν λοιπῶν ἀντικειμένων διὰ τὸ φαγητόν, ἦτο ἀπαραίτητος φροντίς καὶ ἐγένετο πάντοτε ἐνώπιον τῶν συνδαιτημονίων, ἵνα μὴ ὑποπτεύονται. Τὰς τραπέζας ἐκαθάριζον διὰ σπόγγων, διότι δὲν ἐκάλυπτον αὐτὰς διὰ μισίου (τραπεζομανδύλου).

ἢ οἱ δ' αὐτὲ σπόγγοισι πολυτρήτοισι τραπέζας

ἢ γίζον, καὶ προτίθεντο.

(Ὀδυσ. Α. 111).

ἢ ἢ... αἱ δὲ σπόγγοισι τραπέζας,

ἢ πᾶσας ἀμφιμάσασθε, καθήρατε κρατήρας,

ἢ καὶ δέπια ἀμφικύπελλα τετυγμένα.

(Ὀδυσ. Υ. 151).

Τὸν οἶνον πάντοτε ἐπιπὼν κεκραμμένον δηλ. μετὰ ὕδατος.

ἢ κήρυκες δ' αὐτοῖσι καὶ ὄπτηροι θεράποντες,

ἢ εἰ μὲν ἄρ' οἶνον ἔμισγον ἐνὶ κροτήρῳ καὶ ὕδωρ,

(Ὀδυσ. Α. 109).

Ἐπιπὼν δὲ αὐτόν με ποτήρια (κύπελλα) ἀποτελούμενα ἐκ δύο

τοιούτων ἀντεστραμμένων, δηλ. ἀμφικυπέλλων, καὶ διὰ τοῦ ἐνὸς ἐπιπὼν οἶνον, διὰ τοῦ ἄλλου ὕδωρ ἦσαν δὲ χρυσᾶ καὶ ἀργυρᾶ,

ἢ παρὰ δὲ σφι τίθει χρύσεια κύπελλα.

(Ὀδυσ. Α. 142).

διότι τότε ἡ ἕσλος ἦτο ἀγνωστος καὶ διὰ τοῦτο τὰ τοιαῦτα ὡς καὶ ἄλλα σκευὴ κατασκευάζοντο ἐξ ἀργύρου ἢ ἐκ χρυσοῦ. Ἐκ τούτου φαίνεται ὅτι ὁ χρυσοῦ καὶ ὁ ἀργύρου ἦτο πολὺς. Ἐκαστος εἶχεν ἴδιον ἀμφικύπελλον ἐν τῇ τραπέζῃ. Παρόνια καὶ μαχαίρια δὲν εἶχον εἰς τὰς Τραπέζας. Τούτων χρῆσις ἐγένετο τὸ πρῶτον ἐν Εὐρώπῃ πρὸ 300 περίπου ἐτῶν. Διὰ τοῦτο ἐπρωγὸν διὰ τῶν χειρῶν, πρὸ δὲ καὶ μετὰ τὴν τράπεζαν ἐπιπὼν ταύτας διὰ ὑπηρέτων χονόντων τὸ ὕδωρ (χέρνιθα, καλούμενον).

ἢ χέρνιθα δ' ἀμφίπολος πρὸ γ' ἐπέχευε φέρουσα

ἢ καλῆ, χρυσεῖη, ὑπὲρ ἀργυρεῖης λέβητος,

ἢ νίψασθαι.

(Ὀδυσ. Α. 136. Ο. 135).

Ὁ Ὅμηρος οὐδαμῶς ἀναφέρει ὅτι ἐσπογγίζοντο διὰ προσοψίου.

Ἀλλὰ κατόπιν τοιαύτης τάξεως καὶ λεπτοειχτος ἐστὶ ὅτι εἶχον τοιαῦτα καὶ χειρόμακτρα ἐκ λίνου ἢ ἐκ μαλλίων, διότι ὁ βάρβαρος ἦτο ἀγνωστος, καθόσον αὐτοὺς εὐρέθη κατὰ τὸν μαρσιῶνα, ὅτε ἐγένοντο καὶ τὰ βαμβάκερα ἐνδύματα. Ἐν τῇ τραπέζῃ ὄριζτο ἢ θέσις εἰς ἕκαστον καὶ δὲν ἐπετρέπετο νὰ καθίητῃ ὁ δαιτημὼν εἰς ἄλλων θέσιν.

Ἐκ τῶν ρηθέντων συνάγεται ὅτι οἱ τότε εἶχον καὶ μεγάλην καλαισθησίαν καὶ φιλοκαλίαν.

Ἀπαιρέσατε ἐκ τοῦ τῆς νῦν ἐποχῆς πολιτισμοῦ τὰς ἐφευρέσεις καὶ ἀνακαλύψεις ἐκ τῆς ἀναπτύξεως τῶν βιωτικῶν ἐπιστημῶν, τῆς φυσικῆς, τῆς χυμείας καὶ τῆς μηχανικῆς καὶ θέλετε εὐρεῖ κατώτερον τὸν τρόπον τοῦ ζῆν. Δὲν εἶχον οἱ τότε ἐπινοήσει τὰ μαχαίροπρήρινα, τὰ πιάτα, τὰ βαμβάκερα καὶ τὰ μεταξωτὰ κλπ. καὶ θέλετε εὐρεῖ πολὺ βελτιώνα τὰ τότε. Ὅτι τότε ἐγγράζον τὸ εἶχον τελειοποιημένον, τὰ εὐρέθεντα δὲ ἐκ τῶν ἀνασκευῶν ἐν Τρωάδι, ἐν Μικηναίῃς καὶ ἄλλαχού μαρτυροῦσιν αὐτό.

ΠΕΡΙ ΠΝΕΥΜΑΤΟΣ ΚΑΙ ΨΥΧΗΣ

Φιλοσοφική σκέψις περί τῶν σωματικῶν, ψυχικῶν καὶ πνευματικῶν παθῶν καὶ θεαθέσεων.

Πνεῦμα, νοῦς, ψυχὴ, θυμὸς εἰσι φυσιολογικῶς καὶ φιλοσοφικῶς ταυτάσημα. Ἄλλὰ τὸ μὲν πνεῦμα καὶ ὁ νοῦς ἐμφωλεύουσιν ἐν τῷ ἐγκεφάλῳ, ἡ δὲ ψυχὴ (ὁ θυμὸς) ἐμφωλεύουσιν ἐν τῇ καρδίᾳ, ἰδίως ἐν τῇ καρδίᾳ τοῦ στομάχου.

Τὸ πνεῦμα ἢ ὁ νοῦς ἀποχωρίζεται ἐκ τοῦ σώματος καὶ μένει ἐν τῷ ἀέρι περὶ τὴν γῆν. Εἶπε Ἄβελον, ἀνευ διαστάσεων, ἀνευ χώρου, εἶνε θεῖον διότι ὁ Θεὸς πνεῦμα ἐστὶ καὶ αὐτὸς ὁ Σωτὴρ τῆς ἀνθρωπότητος ἀποπνεύσας εἶπε πρὸς τὸν Θεόν Πατέρα εἰς χεῖρας Σου παραδίδωμι τὸ πνεῦμα» καὶ ἡ μήτηρ αὐτοῦ, σφῆ γυνὴ ἀποθνήσκουσα εἶπε «**Ὡς μου καὶ Θεέ μου παράλαβέ μου τὸ πνεῦμα**». Ὁ ὑπνωτισμὸς ὁ πολλοὺς σοφοὺς ἀπασχολῶν ἀποδεικνύει τοῦτο. Ἐγκαταλείπει τὸ σῶμα τὸ πνεῦμα καὶ μεταβαίνει ἀλλαχού ὡς γίνεται εἰς τὰ θύερα. Τὸ πνεῦμα ὑποτάσσεται εἰς τὴν θέλησιν τὴν ἰσχυράν. Τὸ πνεῦμα μόνον ἐν τῷ ἀέρι ὁρᾷ τοὺς ἀνθρώπους καὶ τὰς πράξεις αὐτῶν.

Ἡ δὲ ψυχὴ ἢ ὁ θυμὸς ἐστὶν ἡ ζωικὴ δύναμις, ἣτις συναποθνήσκει μετὰ τοῦ σώματος, ἐνυπάρχει ἐν τῇ ζωικῇ ὄλῃ καὶ ἀναμορφώνει τὰ σώματα.

Ἐκ τοῦ πνεύματος παράγεται ἡ διάνοια, ἡ λογικὴ, ἡ κριτικὴ καὶ πᾶσα ἄλλη πνευματικὴ δύναμις. Τὸ πνεῦμα ἐνυπάρχει εἰς μόνον τὸν ἀνθρώπον μετὰ τῆς ζωικῆς δυνάμεως, ἣτις ὑπάρχει μόνη εἰς πάντα τὰ ὄντα τὰ ἔχοντα ζῆν.

Ἀμφότερα ἐν τῷ ἀνθρώπῳ ἐνυπάρχουσι διαδοχικῶς ἀπὸ τοῦ πρώτου ἀνθρώπου. Ἐμφωλεύουσιν ἐν πρώτοις ἐν τῷ πρώτῳ ὡς τῆς πρώτης γυναικὸς, ὅπερ ἐρχόμενον ἐν τῇ μήτρᾳ ζωογονεῖται διὰ τῆς γονῆς τοῦ ἀνδρός, ἀναπτύσσεται ἐν πρώτοις ὁ ἐγκέφαλος καὶ ἡ καρδία, εἶτα δὲ τὰ ἄλλα μέρη τοῦ σώματος. Ἐν τῷ ἐμβρύῳ λοιπὸν ὑπάρχει τὸ πνεῦμα καὶ ἡ ψυχὴ. Ἀμφότερα ἐπίστε τροποποιούνται ἐκ παθήσεως τινὸς τοῦ ἐγκεφάλου καὶ τῆς καρδίας ἢ δὲ τροποποιήσιν γίνεται ἢ ἐπὶ τὰ βελτίω ἢ ἐπὶ τὰ χείρω· αὕτη γίνεται ἐπίστε καὶ ἐν τῇ ἐξωμητρίῳ ζωῇ ἐκ νόσου ἢ ἀλλης βλάβης.

Τὸ πνεῦμα καὶ ἡ ψυχὴ ἐνυπάρχοντα ἐν τῷ ὡς τῆς γυναικὸς, ἐνυπάρχουσι καὶ ἐν τῷ ὡς τῆς θυγατρὸς αὐτῆς, καὶ ταύτης εἰς τὸ τῆς διαδόχου καὶ οὕτω ἀλληλοδιαδόχως διαιωνίζεται ὁ ἀνθρώπος

καὶ τὰ ζῶντα ἔχοντα ζῆα. Ἡ ὑπαρξίς λοιπὸν καταστρέφεται τινῶν ἅμα καταστροφή τῷ θῆλυ· διότι ἐν τούτῳ ἐνυπάρχουσι τὰ ἄ.



ΤΕΡΨΙΝΟΑ

ΧΑΡΑΚΤΗΡ ΜΙΚΡΟΝΟΥ

Ὁ μικρόνους νομίζει ὅτι σκέπτεται καλλίτερα παντὸς ἄλλου καὶ ὅσα ἤξευρε αὐτὸς, οἱ ἄλλοι δὲν γνωρίζουσι. Δὲν συμβουλευέται ἄλλον περὶ οὐδεμιᾶς ὑποθέσεως, καὶ ἀν ἀκούσῃ συμβουλήν λέγει ὅτι τὴν παραδέχεται· ἀλλὰ δὲν τὴν διατηρεῖ· θεωρεῖ ταύτην ὅχι εὐκρινῆ καὶ ὑποπτεύεται κακόν. Εἶνε ἐχέριμος, δὲν λέγει τὰς ιδέας του οὔτε τὴν γνώμην του ἵνα μὴ ὠφελῆθῃ ἄλλος. Ἄν ἔχη ἰδέαν τινα περὶ τινος πράγματος, δὲν τὴν ἐκφράζει ἵνα μὴ ὠφελῆθῃ ἄλλος. Ἄν γνωσκῆ κατασκευῆ τινος γλυκύσματος, τινὸς φαγητοῦ, ἢ ἄλλου πρὸς κατὸς δὲν τὴν λέγει ἵνα μὴ ἐξαντλήτῃ τὰς γνώσεις του. Ἐχει πάντοτε περιωρισμένας ιδέας φαντάζεται ὅτι αὐταὶ ἐξαντλοῦνται καὶ προφυλάττεται. Δαπανᾷ ἐπ' αὐτὰ μὴ δεῖ καὶ εἶνε φειδωλὸς εἰς τὰ γαστήρη. Ποθεῖ νὰ ἀπολαύσῃ ὑπόληψιν, τιμὴν, δόξαν χωρὶς γενναιοδωρίαν. Προτιμᾷ πάντοτε τὸ ἴδιον συμφέρον χωρὶς νὰ τὸ σχετίζῃ μὲ τὸ συμφέρον τῶν φίλων του, ἢ μὲ τὸ κοινὸν συμφέρον. Στερεῖται αἰσθημάτων ἀληθοῦς καὶ εὐκρινοῦς φιλίας, διὰ τοῦτο ἐν ὅρᾳ συμφορᾶς οὐδαίς πὸν συντρέχει, μένει ἐγκαταλειμμένος. Οὐδένα ἀγαπᾷ ἀνευ συμφέροντος. Ὁ μικρόνους οὐδέποτε εὐτοχεῖ. Ἀποστερεῖται κατ' ὀλίγον καὶ αὐτῆς τῆς περιουσίας του.

Καταδιώκει τὸν ἐχθρόν του μέχρις ἐντελοῦς καταστροφῆς καὶ αὐτῆς τῆς ζωῆς.

Εἰς τοὺς μικρόνους ὑπάρχοντα οἱ ἐγώισται καὶ οἱ ἰσχυρογνώμονες. (Ὅρα «Φοῖβον» ἐ. ε. 1 Ἰουίου ἀριθμ. θ.)

Ἡ ἡλικία μεταβάλλει τὰς διαθέσεις τῶν ἀνθρώπων· οἱ μὲν καθίστανται διὰ τῆς ἡλικίας πνευματώδεις καὶ δράσται μεγάλων ἔργων, οἱ δὲ διὰ τῆς ἡλικίας καθίστανται χείρονες.

Ὁ Ἀντιόχος ἔσον ἡλικιοῦτο τῶσον ἐχειροτέρειεν, ὡς λέγει ὁ Πολύβιος.

Μαῖμου=πίθηξ=μαμούθος (εἶδος πίθηκου).



ΥΓΙΕΙΝΗ ΓΕΩΡΓΙΚΗ

Δημοσιεύομεν τὸ περὶ κηπουρικῆς μέρος τῆς Γεωργικῆς Ὑγιεινῆς εἰς τὸ τέλος ἐκάστου φύλλου τοῦ «Φοίβου» ἵνα ἀποσπᾶται κατὰ βούλησιν καὶ ἀποτελῆ ἴδιον τόμον πρὸς ἴδιαν εὐχερῆ χρῆσιν.

ΠΕΡΙ ΚΗΠΟΥΡΙΚΗΣ

Κηπουρικὴν καλοῦσι τὴν καλλιέργειαν τοῦ κήπου (κοινῆς περιβολίου ἢ πρασιάς), ὅστις κείναι παρὰ τῆ οἰκίᾳ ἢ μακρὰν αὐτῆς.

Ὁ κήπος πρέπει νὰ ἔχη τὰ εἶδη προσόντα διὰ νὰ προοδεύῃ καὶ ἀκμάζῃ.

α.) Θέσιν μεσημερινὴν καὶ μέρος μῆτε πολὺ ὑψηλῆν, διότι τὰ κηπαία δένδρα καὶ φυτὰ εὐκόλως προσβάλλονται ὑπὸ τῶν ἀνέμων καὶ παγετῶν, μῆτε πολὺ χαμηλὸν, διότι ἐπικλύθεται ομίχλῃ καὶ πάχνη ἥτις μεγάλως βλάπτει αὐτά.

β.) Πέριξ τοῦ κήπου ἢ πρέπει νὰ ὑψοῦται τοίχος ἢ πρέπει νὰ φυτεύονται δένδρα ὑψηλά, ὅσον, λεῦκαι δαμάσκηναίαι, κυπάρισσοι καὶ τὰ τοῦτοις ὅμοια ἵνα περιφραυρῶσι καὶ προφυλάξωσι τὰς ἐν τῷ κήπῳ φυτείας, ὡς καὶ τὰ ὀπωροφόρα δένδρα, τὰ ὅποια ὡς εὐγενέστερα καὶ ἀσθενέστερα τῶν ἄλλων, δὲν ἀντέχουσιν. Ἰδίως πρέπει νὰ προτιμῶνται αἱ κυπάρισσοι καὶ νὰ φυτεύονται πρὸς βορρᾶν. Αἱ λεῦκαι καὶ αἱ ἄγρια ἀμυγδαλαῖαι παρήκουσι ρίζας αἰσινεῖς ξηραίνουσιν ἢ ἀκάρπους ποιοῦσι ταῦτα, ὡς τὴν ἀμπέλον.

γ.) Ὁ κήπος πρέπει νὰ ἔχη ἀνάλογον ἔκτασιν τοῦ εἴδους καὶ τοῦ ἀριθμοῦ τῶν δένδρων, τὰ ὅποια ὁ κηπουρὸς σκοπεῖ νὰ φυτεύῃ.

δ.) Ἡ ποιότης τῆς γῆς πρέπει νὰ εἴη ἀνάμικτος, ἥτοι ἀργιλλοαμμώδης, ὥστε ἀπ' ἐνὸς μὲν νὰ μὴ σκληρύνεται, ἀπ' ἑτέρου δὲ ν' ἀπορροφᾷ εὐκόλως τὰ ὕδατα.

ε.) Πρέπει νὰ καθαρίζεται καλῶς ἐκ τῶν πτερόων, ριζῶν καὶ λοιπῶν ἀκαθαρσιῶν.

ς.) Νὰ σκάπτεται εὐθὺς μετὰ τὰς πρώτας βροχὰς τοῦ φθινοπώρου καὶ περὶ τὰ μέσα τοῦ χειμῶνος.

ζ.) Νὰ λιπαίνεται διὰ τηκτῶν (χωνευμένων) κόπρων ἢ μᾶλλον δι' ὑγρῶν λιπασμῶν.

η.) Τὰ ἐν αὐτῷ φυτευόμενα δένδρα πρέπει ν' ἀπέχωνται

ἀπ' ἀλλήλων ἀναλόγως τοῦ μεγέθους καὶ τοῦ φύλλωματος, ἥτοι τῆς ἐκτάσεως τῶν κλώνων, ἵνα καλῶς θερμίζονται.

θ.) Ν' ἀνοίγεται οἱ λακκοὶ πλαταῖς, ἵνα μὴ σπυροχωρῶνται αἱ ρίζαι, πρὸς δὲ νὰ ποτίζονται, νὰ σκαλίζονται, νὰ καθαρίζονται, νὰ κλαδεύονται, νὰ ἐμβολιάζονται, καὶ, ὑποστηρίζονται ἐν ἀνάγκῃ διὰ πασσάλων, νὰ λαμβάνωσι τὴν ἀπαιτούμενην εὐθύτητα καὶ οὕτως ὁ χυμὸς νὰ κυκλοφορῇ ἐλευθέρως καὶ εὐκόλως.

Περί ἐμβολιασμοῦ τῶν κηπαίων δένδρων

Ὁ τρόπος τοῦ ἐμβολιασμοῦ τῶν κηπαίων δένδρων εἶναι αὐτὸς αὐτοῦ, ἥτοι ὁ ἐκκεντρισμὸς ὁ ἐμφυλισμὸς καὶ ὁ ἐναφθαλμισμὸς. Ὅφειλε ὁμοίως ὁ κηπουρὸς νὰ γνωρίζῃ τὴν συγγένειαν καὶ τὴν ὁμοιότητα τῶν ἐγκεντριζομένων δένδρων. Ἀλλὰ καὶ ἐν γινώσκῃ ταῦτα πάντα, πάλιν ὀφείλει νὰ δοκιμάζῃ, καὶ ἐὰν ἀπὸ τυχᾶς νὰ μὴ ἀπέλπιζεται.

Ἐπι ὀφείλει νὰ παρατηρῇ ὅτι εἰς τὸ ἐμβολιάζον καὶ ἐμβολιάζομενον δένδρον αἱ ἀνθήσεις καὶ βλαστήσεις, ὡς καὶ ἡ κατὰ πτωσίς τῶν φύλλων πρέπει νὰ συμβαίνουσι ταυτοχρόνως, πρὸς δὲ νὰ ὑπάρχῃ ἀναλογία δυνάμεων μεταξὺ τούτων ἐν τῇ βλάστῃ ἵνα μὴ ἐκ τῆς ὑπερθῆς τῶν ὑγρῶν τοῦ ἐμβολιαζομένου δένδρου ἐπιγῆ τὸ ἐμβόλιασμα. Ἐπι δὲ πρέπει νὰ ἐκλέγονται τὰ ἐμβολιασμάτα ἐξ ὑγιᾶν καὶ εὐκάρπων δένδρων, καὶ νὰ καθαρίζωνται αἱ παραφυάδες τοῦ ἐμβολιαζομένου, ἵνα μὴ ἀπορροφῶσι τὸν χυμὸν.

Ἐχῶσι δὲ συγγένειαν τὰ εἶδη.

Ἡ Ἀγριελαία μετὰ τὴν καλλιελαίαν—Ἡ καστανία μετὰ τὴν καρυδέαν—Ἡ φυκαμινία μετὰ τὴν καστανίαν, μηλίαν, βελανιδιάν καὶ ἀχλαδέαν—Ἡ ἄγρια συκῆ μετὰ τὴν ἡμερῶν—Ἡ λεμονία μετὰ τὴν πορτοκαλίαν καὶ κισθίαν—Ἡ κλυδωνία μετὰ τὴν μηλίαν καὶ ἀχλαδέαν—Ἡ ἀχλαδέα μετὰ τὴν ἀγραχλαδέαν—Ἡ κερασία μετὰ τὴν ἀγριοκερασίαν καὶ ἀγριοκορομηλίαν—Ἡ βυσινία μετὰ τὴν ἀγριοκερασίαν καὶ ἀγριοκορομηλίαν—Ἡ βερυκκακία μετὰ τὴν κεραιήν καὶ δαμασκηνίαν—Ἡ ροδακινία μετὰ τὴν δαμασκηνίαν, ἀμυγδαλίαν, κορομηλίαν καὶ μηλίαν ἐξ ἧς τὰ μηλοροδάκινα—καὶ τέλος ἡ δαμασκηνία μετὰ τὴν κοκκιμηλίαν.

Περὶ τῆς ἐκλογῆς τῶν κηπαίων δένδρων.

Τὰ κηπαία δένδρα μεταφερόμενα ἄλλοθεν πρὸς ἐμφύτευσιν α.) Δὲν πρέπει νὰ ἦνε πεπαλαιωμένα, διότι δὲν προσοικου- ούνται μὲ τὸ νέον ἔδαφος, ἴτοι μὲ τὸ κλίμα καὶ τὴν ποιότητα τῆς γῆς.

β.) Ὁ κορμὸς τούτων πρέπει νὰ ἦναι εὐθύς (ἴσιος), ὁ φλοιὸς λείος, οἱ κλάδοι κανονικοί, καὶ αἱ ρίζαι πολλαὶ καὶ ὑγιεῖς.

γ.) Ὅσα πρόκεινται νὰ μεταφερθῶσιν ἐκ τοῦ δένδροκομεί- ου ἢ φυτωρίου (ὅπου πρέπει νὰ ἔχη ὁ κηπουρὸς εἰς μίαν ἄκραν τοῦ κήπου) πρέπει νὰ μὴ ἔχωσιν ὑπεροφύρους ὀφθαλμούς, διότι ταῦτα εἶνε ἀσθενῆ καὶ ἀνίκανα πρὸς μετακόμισιν καὶ μεταφύτευσιν

δ.) Πρέπει νὰ εἶνε ἐμβολιασμένα χαμηλά, εὐθέα καὶ ἀνευ ἐξογκωμάτων εἰς τὸ μέρος τοῦ ἐμβολιασμοῦ.

ε.) Ὅταν πρόκηται νὰ ἐκρίζωθῶσιν ἐκ τοῦ φυτωρίου πρὸς μεταφύτευσιν, ἀπαιτεῖται μεγίστη προσοχή, ἵνα μὴ πληγωθῶσιν αἱ ρίζαι, αἰτινὲς πρέπει νὰ περιτιλύσσωνται διὰ ψάθης ἢ πανίου, ὅπως μὴ φεύγη τὸ περὶ αὐτὴν χώμα· πρέπει δὲ καὶ νὰ φυτεύων- ται ὅσον ἦνε δυνατόν ταχύτερον, ἵνα μὴ ἀποξηραίνωνται.

ς.) Τῶν μεταφυτευομένων οἱ κλάδοι πρέπει νὰ κόπωνται, ἵνα μὴ ἀπορροφῶσι τὸν χυμὸν, ὅστις εἶνε ἀναγκαῖος πρὸς ἐνδυνά- μωσιν τῶν ριζῶν.

ζ.) Πρέπει νὰ χαράσσωνται ἐπιτηδεῖως διὰ ξιφιδίου αἱ χονδρὰ ρίζαι τῶν μεταφυτευομένων πρὸς διευκόλυνσιν τῆς ριζο- φύσεως.

η.) Αἱ ρίζαι πρέπει νὰ τεθῶσιν εἰς ὕδωρ, ἂν τυχὸν ἐξηράν- θησαν ὑπὸ τοῦ καύσανος.

θ.) Ἐἰς τὰ θερμὰ καὶ ἀνυδρὰ κλίματα πρέπει νὰ φυτεύων- ται μετὰ τὴν πτώσιν τῶν φύλλων, εἰς τὰ ὑγρὰ καὶ τὰ ἐλάδη μέρη νὰ φυτεύωνται κατὰ Φεβρουάριον καὶ Μάρτιον, πληθοῦσος σελήνης καὶ μάλιστα κατὰ τὴν πανσέληνον. Τὰ ἀειθαλῆ ὄμω, ὡς καὶ αἱ λεμοναῖαι, πορτοκαλαῖαι, κινρέαι καὶ τὰ ταῦτοις ὅμοια, πρέπει νὰ φυτεύωνται τὴν ἀνοιξιν. καὶ

ι.) Ἐν καιρῷ θέρους, ἐκτὸς τοῦ προσηθέντος ποτίσματος, λιπάσματα κλπ. πρέπει νὰ ρίπτηται περίξ τῶν ριζῶν ἄχυρον, φύλλα καὶ ἕτι ἄλλο ὅμοιον, ἵνα διατηρῆται ὑγρασία, καὶ ἡ προσήκουσα θερμότης.

Περὶ λαχάνων

Τὴν καλλιέργειαν τῶν λαχάνων δύναται τις νὰ ἐκτελέσῃ καὶ ἐν ἀγροῖς καὶ ἐν τοῖς κήποις. Ὅπουδήποτε ὅμως καὶ ἂν ἦνε

ἀπαιτεῖται προφύλαξις ὡς τὰ κηπαία φυτὰ ἐκ τῶν βορείων ἀνε- μων· ἐτι δὲ ἀπαιτοῦσιν ἀφθονον λιπασμὸν, ἕδωρ, μεσημβρινὴν θέσιν, γῆν μικτὴν καὶ παχυσίαν, καθαρὰν, ἰσοπεδαμένην, διηρη- μένην εἰς τεμάχια ἢ τμήματα δι' αὐλάκων καὶ φύτευομένην διὰ φυτευτηρίου ἢ πασσάλου ἢ σπορέως.

Ἐν τοῖς εἰρημένοις τμήμασιν ὁ κηπουρὸς ὀφείλει νὰ φυτεύῃ διαδοχικῶς διάφορα φυτὰ, ἀποφάγων αὐτῶ τὴν μονοτονίαν, πὴν ὁποῖαν καὶ αὐτὴ ἡ γῆ ἀποστρέφεται, ὡς εἴπομεν εἰς τὸ περὶ ἐπι- σπορᾶς κεφάλαιον. Ἀπασα δὲ ἡ καλλιέργεια τῶν λαχάνων γίνε- νεται διὰ τῶν χειρουργαλείων, ἴτοι διὰ ἀξίνης, Πτυαρίου, Σκαλιστηρίου, Ὁμαλιστηρίου κλπ. Δὲν πρέπει δὲ μεταξὺ τῶν λαχάνων νὰ φυτεύωνται τὰ δένδρα, διότι διὰ τῶν ριζῶν καὶ τῆς σκιᾶς βλάπτονται τὰ λάχανα, ἐκτὸς μόνον ἐάν τὰ δένδρα ἦνε πολὺ ὀλίγα καὶ εἰς μεγάλην ἀπόστασιν, καὶ μὴ ἀειθαλῆ.

Ἐἶδη δὲ τῶν ἐν τοῖς κήποις ἢ ἐν τοῖς ἀγροῖς σπειρομένων καὶ φουομένων λαχάνων εἶνε τὰ ἑξῆς.

Α'.) Ὁσπριοειδῆ

Ἐπὶ τὸ ὄνομα τοῦτο ἐννοοῦμεν τοὺς κυάμους (κίουκιά), τοὺς φασόλους (φασούλια), τοὺς ἐρεθύνθους (ρεθύθια), τὰς φα- κὰς (φακῆ), τὰ πύσα (μπιζέλια) κλπ. Ταῦτα τρώγονται χλωρὰ καὶ ξηρὰ. Καὶ τὰ μὲν χλωρὰ ἐξοδεύονται ἐν τῷ τόπῳ, τὰ δὲ ξηρὰ καταναλίσκονται μὲν καὶ ἐν τῷ τόπῳ, μεταφέρονται δὲ καὶ ἄλλοθι πρὸς ἐμπορίαν.

Β'.) Σαρκώδη

Ἐπὶ τὸ ὄνομα τοῦτο ἐννοοῦμεν τὰ γεώμηλα (πατάτες) καὶ τὰ κολοκάτσια.

Ἐκ τούτων τὰ μὲν πρόμα φυτεύονται τὸν Ἰβρίον καὶ τὸν Ἰβριον, τὰ δὲ ὄψιμα τὸν Φεβρουάριον καὶ Μάρτιον. Ταῦτα κό- πτονται εἰς τεμάχια καὶ φυτεύονται. Τὰ τεμάχια ταῦτα πρέπει νὰ ἔχωσιν ὀφθαλμούς καὶ νὰ τίθωνται 4—5 δακτύλους βαθέως εἰς γῆν ἐλαφρὰν καὶ μετρίως παχυσίαν. Μετὰ δὲ τὴν βλάστησιν ἀπαιτοῦσιν ἐν πότισμα. Διὰ νὰ ἐπιταχύνηται δὲ ἡ ὀρίμανσις, πρέπει νὰ κόπωνται τὰ ἀνθη διὰ νὰ καταβαίη ὁ χυμὸς εἰς τὰς ρίζας. Γνώρισμα δὲ τῆς τελείας ὀρίμανσεως εἶνε ἡ ἀποξήρανσις τῶν βλαστῶν καὶ ὁ ἀποχωρισμὸς τῆς ἐπιδερμίδος τοῦ καρποῦ.

Γ'.) Ριζότροφα ἢ Ριζόφυτα

Ἐπὶ τὸ ὄνομα τοῦτο ἐννοοῦμεν τὰ κοκκιογοῦλια, τὰ δαυ- κία, τὰς ραφανίδας (ρεπάνια), τὰς γογγυλίδας κ.λ.π.

Δ'.) Ξεδρωπά

Υπό τὸ ὄνομα τοῦτο ἐννοοῦμεν τὰ διάφορα εἶδη τῆς κράμβης, τὸν σκόλυμον (σκολιάμπρι), τὸ σέλινον, τὸ σπανάνι, τὸ σινάπι, τὸ μάραθρον κλπ.

Ε'.) Ηβολδόριζα

Υπό τὸ ὄνομα τοῦτο ἐννοοῦμεν τὸ κρόμμυον (κρομμύδι) μικρὸν (κοκάρι) καὶ μέγα, τὸ σκόροδον (σκόροδον) καὶ τὸ πράσον, ὡς σχηματίζοντα βολβόν, ἤτοι κεφαλὴν. Πάντα τὰ ἀνωτέρω καλλιεργοῦνται εἰς γῆν βαθεῖαν, γόνιμον, ἐλαφρὰν καὶ πρὸ καιροῦ λιπανθεῖσαν. Τούτων ἄλλα μὲν σπείρονται κατὰ Ἰβρίον, ἄλλα δὲ κατὰ Φεβρουάριον, ἄλλα δὲ κατὰ Μάϊον.

Σ'.) Περὶ συνηθεστέρων τεχνῶν καὶ εὐαρεστότερων κηπαίων φυτῶν (καὶνῶς ζαρζαβατικῶν)

Τοιαῦτα φυτά, ἄτινα ἐκ τοῦ καρποῦ ἢ τοῦ ἀνθοῦ τρέφουσι τὸν ἄνθρωπον, εἶνε ὁ στομάχος ἀκηπευτικός (μυκισάνα), τὰ χρυσόμηλα, (ντομάτες), ἡ λαθύρις (μπάμνια), ἡ ἀσπάργγος (σπάργγια), ἡ κυνάρα (ἀγκινάρα) καὶ τὰ τοῦτοις ὅμοια. Πάντα ταῦτα σπείρονται ἢ φυτεύονται εἰς πρασιάς καὶ ἀπαιτοῦσι γῆν παχυσίαν, θερμὴν καὶ ποτιστικὴν.

Μετὰ τὰ ἀνωτέρω ἔπονται διάφορα ἄλλα λαχανικὰ ἡμέρα καὶ ἄγρια ἢ ἀποφυῆ, οἷον οἱ θοίδακες (μαρούλια) διαφόρου εἴδους, τὸ καχώριον (ἀντίδι ἢ ραδίκι) μακρὸ καὶ κοντὸν, πλατύφυλλον ἢ στενόφυλλον, τὸ ἀρωματικὸν ἀγριοσέλινον κλπ.

Γνωστὸν ἐστίν ὅτι ὁ καθ' ἑκάστην ποτιζόμενος κήπος καθίσταται βλαβερὸς τῇ υγιείᾳ, διότι παράγει μυῖασματὰ πρὸς διαλείποντα πυρετόν. Διὰ τοῦτο εἰς υγιεῖνὰ χωρία, ἐνθα κατὰ συνήθειαν καὶ ἀνάγκην ἐκάστη οἰκία διατηρεῖ κήπον, ἔχοντα φυτά, κράμβας, σαλατικά, κολοκυθούς καὶ ἐν γένει ζαρζαβατικά καὶ τὰ ὅποια ποτιζοῦνται πρῶτ καὶ ἑσπέρας δι' ὑδάτος ἡλιγῆς καλῆς, εἰς αὐτοὺς ἀνάφαινετα διαλείπων ἢ ὑποδιαλείπων πυρετός ἰδίως εἰς τὰ παιδιὰ καὶ γυναῖκας ἄτινες δὲν ἐξέρχονται τοῦ χωρίου. Οἱ ἄνδρες σπανίως υφίστανται ταῦτα, διότι αὐτοὶ ἀποδημοῦσι. Ἐκτός ἐάν καὶ οὗκ ἐργάζονται εἰς παρακείμενα πεδινὰ μέρη.

Διὰ ταῦτα φαίνεται παραδόξον διὰ τί εἰς τοιαῦτα υγιεῖνὰ χωρία ἔχοντα ἄερα καθαρὸν καὶ πῦσιμον ὕδωρ ἐξαίρετον νὰ ἐπικρατῇ σποράδην ὁ χρόνιος διαλείπων πυρετός. Ἀποφεύγουσι τοῦτον, ἐάν τὴν πρῶταν ἐγείρῳνται πρὸ τῆς ἐνάρξεως τοῦ ποτισματος.