

# ΕΣΤΙΑ

ΣΥΓΓΡΑΜΜΑ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟΝ

ΒΡΑΒΕΥΘΕΝ ΥΠΟ ΤΟΥ ΕΝ ΠΑΡΙΣΙΟΙΣ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΠΡΟΣ ΕΝΙΣΧΥΣΙΝ ΤΩΝ ΕΛΛΗΝΙΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ

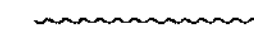


ΤΟΜΟΣ ΕΙΚΟΣΤΟΣ ΕΒΔΟΜΟΣ

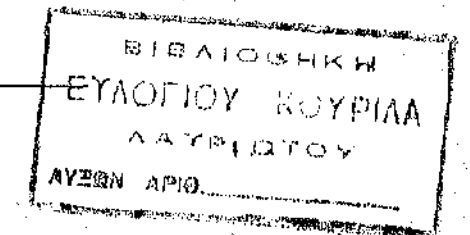


1889

ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ-ΙΟΥΝΙΟΣ



ΤΙΜΑΤΑΙ ΔΡΑΧΜΑΣ 6. — ΔΕΔΕΜΕΝΟΣ ΔΡΑΧΜΑΣ 8.



ΑΘΗΝΗΣ

ΕΚΔΟΤΑΙ

Ν. Γ. ΠΟΛΙΤΗΣ ΚΑΙ Γ. ΔΡΟΣΙΝΗΣ

ΓΡΑΦΕΙΟΝ ΤΗΣ ΕΣΤΙΑΣ ΕΝ ΤΗ ΟΔΩ ΠΑΡΘΕΝΑΓΩΓΕΙΟΥ ΑΡΙΘ. 14 ΠΑΡΑ ΤΗΝ ΟΔΟΝ ΣΤΑΔΙΟΥ

# ΕΣΤΙΑ

ΕΚΔΙΔΕΤΑΙ ΚΑΤΑ ΚΥΡΙΑΚΗΝ

ΤΟΜΟΣ ΚΖ΄.

Συνδρομή ἔτησι: Ἐν Ἑλλάδι γρ. 12, ἐν τῇ ἀλλοδαπῇ γρ. 20.— Αἱ συνδρομαὶ ἔρχονται ἀπὸ 1 Ἰανουαρίου ἕως τοῦ τέλους τοῦ ἔτους.— Πρακτικὸν Διευθ. Ὁδ. Παρθενιαγορείου 14.

12 Φεβρουαρίου 1888

## ΧΡΟΝΙΚΑ ΤΗΣ ΒΑΣΙΛΕΙΑΣ ΤΟΥ ΘΘΩΝΟΣ

### Ο ΠΑΠΟΥΛΑΚΗΣ

#### Β΄. (1)

Παπουλάκης ὁ Β΄.—Τὰ πρῶτα αὐτοῦ ἔτη καὶ οἱ χοῖροι τῶν Γεργεσηνῶν.—Ἡσυχὸς τοῦ ἀσθενεστέρου φύλου.—Τὸ θαῦμα τῆς βράχης.—Ἡ εὐλάβεια τοῦ πληθους καὶ αἱ ἐγκραφικαὶ αὐτῆς συνέπειαι.—Γράμματα θεῶν καὶ ἀθεῶν.—Ἐπιστολὴ ἰδιόγραμος.—Τὸ ἐξωτερικὸν τοῦ Παπουλάκη.—Ἐν ὄνομα καὶ πολλὰ ἐπίθετα.

Παπουλάκης ὁ Β΄, ἢ ἄλλως ὁ μοναχὸς Χριστόφορος ἦτο Πελοποννήσιος, καταγόμενος ἐκ τοῦ χωρίου Ἀρμπουνα τῆς ἐπαρχίας Καλαβρυτινῶν. Μέχρις ὠρίμου ἡλικίας διέμενεν εἰς τὸ χωρίον τοῦ ἡσυχως, διότι ἦτο χαρακτηρὸς πρᾶου καὶ εἰς οὐδὲνα παρεῖχεν ἀφορμὴν ἐνοχλήσεως. Τὸ πρῶτόν του ἐπάγγελμα οὐδὲ κἄν ἀπομνημονεύσμεν ὑπόνοιαν ἠδύνατο νὰ παράσχη περὶ τῶν μελλόντων αὐτοῦ δημεγεργτικῶν ἔθλων διότι μετέρχετο τὸν κρεοπώλην εἰς τὰ χωρία τοῦ δήμου Κλειτορίας. Ἐθδικώτερον μάλιστα, ἂν θέλετε, ἔσφαζε χοίρους καὶ τοὺς ἐπώλει!

Ἄλλ' οἱ χοῖροι εἶνε κατάρκτον ἐμπόρευμα καὶ σχέσεις, φαίνεται, μυστηριώδεις ὑπάρχουσι μεταξὺ αὐτῶν καὶ τῶν καταχθονίων πνευμάτων ἀπὸ τῆς ἐποχῆς καθ' ἣν ἡ ἰδιοτροπία τοῦ Θεανθρώπου ἐπέτρεψεν εἰς τοὺς δαίμονας νὰ εἰσέλθωσιν εἰς μιαν ἀγέλην τῶν ζῶων τούτων ἐν τῇ χώρᾳ τῶν Γεργεσηνῶν. Διὸ σὺν τῷ χρόνῳ ἐπῆλθεν ἀξιοσημείωτος μεταβολὴ εἰς τὸν χαρακτηρὰ τοῦ φιλησυχου κρεοπώλου. Διὰ τοὺς μὴ ἀρκουμένους εἰς τὴν ἀνωτέρω ὑπερφυσικὴν

ἐξήγησιν τοῦ φαινομένου παραθέτω καὶ τὴν ἐξῆς ἑτέραν. Ὁ μέλλων Παπουλάκης ὑπέπεσεν εἰς βαρεῖαν νόσον, πιθανῶς τυφοειδῆ πυρετόν, κατὰ τὴν διάρκειαν τῆς ἵπποκας ἔμεινεν ἀνάσθητος ἐπὶ τρεῖς ἡμέρας, ἐκληφθεὶς ὡς νεκρός, ἢ ἀλλοίωσις δὲ τοῦ χαρακτηρὸς του ἢ παρατηρηθεῖσα μετὰ τὴν ἀνάρρωσίν του ἀποδοτέα ἴσως εἰς διατάραξιν τῶν φρενῶν, ἢ οὐχὶ σπανίως καταλείπει ἡ ρηθεῖσα νόσος. Ἀπαρηγήσμενος αἰφνης τὰ ἐγκόσμια, παρέδωκεν εἰς τοὺς ἀδελφούς του ὅσα χρήματα εἶχε καὶ ἀπελθὼν ἐκ τοῦ τόπου τῆς γεννήσεώς του ἤρξατο περιφερόμενος ὡς ἐπαίτης εἰς τὰ πέριξ χωρία, μοναχικὸν φέρων σχῆμα καὶ ἀναλαβῶν ἕκαστε τὸ ὄνομα Χριστόφορος. Ἦτο φιλελεθμων καὶ ἐπὶ τῆς ἀρετῆς ταύτης ἠμελιώθη κατ' ἀρχάς ἢ φήμη τῆς ἀγιότητός του, διότι ὅσα ἐλέη ἐσώναζε περιφερόμενος τὰ διέμενεν εἰς τοὺς πτωχοὺς. Μετέβαινεν εἰς τοὺς ναοὺς καὶ ἱσακίαις παρετήρει μεταξὺ τῶν ἐκκλησιαζομένων ἐνδεεῖς γυναῖκας, προσεκάλει αὐτάς κατ' ἴδιον καὶ εἰδὼν αὐταῖς ἀνὰ μιαν ἢ δύο δραχμάς διὰ ν' ἀγοράσωσι βαμβάκιον ἢ ἄλλο τι χρήσιμον, παραγγέλλων ἅμα αὐστηρῶς νὰ τηρήσωσι μυστικὴν τὴν προσφορὰν του. Ἐννοεῖται ὅτι αἱ ἐλεούμεναι παρακούουσαι τὴν παραγγελίαν διελάλου τὴν εὐσπλαγγίαν του. Ἄν ὁ κατοπινβίος του ἤθελεν ἀποδεικνύει περισσότερον πανούργον τὸν μοναχὸν Χριστόφορον, ἐδικαιοῦμεθα νὰ ὑποθέσωμεν ὅτι σκοπίμως ἐξέλεγε τὰς γυναῖκας ὡς διαπρυσίους κήρυκας τῆς ἀρετῆς του, ὅπως κατὰ τὴν εὐφύᾳ ἐξήγησιν τοῦ ξένου ἐκείνου ἱεροκήρυκος, ὁ Σωτὴρ ἀναστάς ἐκ νεκρῶν ἐνεφανίσθη τὸ πρῶτον εἰς τὰς Μυροφόρους γυναῖκας ἐπίτηδες, διὰ νὰ διαδοθῆ ταχύτερον τὸ θαῦμα τῆς ἀναστάσεως. Τὸ βέβαιον ὅμως εἶνε, ὡς καὶ ἐξ ἄλλων περιστάσεων ἐφάνη βραδύτερον, ὅτι ὁ Χριστόφορος ἔτρεφεν ἐξαιρετικὴν συμπάθειαν πρὸς τὸ γυναικεῖον φύλον, ὡς φύσει μάλλον εὐσεβὲς καὶ πειθήμιον εἰς τὴν διδασχὴν πρὸς τὰς γυναῖκας κυρίως ἀπετείνετο τὸ κήρυγμα του καὶ ἐπὶ τῶν γυναικῶν ἑστρεώθη ἡ δύναμις του.

Πρὸς καιρὸν ἀφῆσας τὴν ἀλητείαν μετέβη εἰς τὸ παρὰ τὸ χωρίον τοῦ Ἀρμπουνα ὁμώνυμον

(1) Ἦτο ἤδη συνεσταγμένη κατὰ τὸ πλεῖστον, ἐν μέρει δὲ καὶ ἐκτετυπωμένη ἡ παρούσα διατριβή, ὅτε εὐμενῶς μοι ἐχορηγήθη ἡ ἄδεια νὰ ἐρευνήσω τὰ ἐν τῷ ἄρχειῳ τοῦ Ἱεροπονεύου τῶν Ἐσωτερικῶν εὑρισκόμενα δημόσια ἔγγραφα περὶ τῶν Χριστοφορικῶν καθὼς καὶ τινὰ ἄλλα διατηρούμενα ἐν τῷ ἄρχειῳ τῆς Ἱστορικῆς καὶ Ἐθνολογικῆς Ἐταιρίας. Ἐν τῇ μελέτῃ τῶν ἐγγράφων τούτων πολλὰς συνήγαγον ἀξιολόγους πληροφορίας ἰδίως κατ' ἔσον ἀφορᾷ εἰς τὴν ἐν Λακωνίᾳ διατριβὴν τοῦ Χριστοφόρου καὶ τὰ αὐτῷ διαδραματισθέντα. Τὰς πληροφορίας ταύτας θέλω παρενέρι εἰς τὰ κατὰ τὴν μερίαν, παρακαλῶ δὲ τοὺς ἀναγνώστας νὰ μὴ μου καταγγώσωσιν ἀσυναρτησίαν, ἂν εἶνε ἐξ αὐτῶν κατ' ἀνάγκην τοποθετηθῶσι προωυστέρως.











βέβαια του ποταμού ακλόνητος και στερεά, παρέχουσα ανεκτιμήτους υπηρεσίας εις τους διαβάτας. Βλ. ΣΚΟΡΔΑΚΗΣ.

Τό άρθρον τούτο του διαστήματος γεμικνού έατρού και καθηγητού έν Μανάχη κ. Ναυπάλου πραγματευόμενον διά σαφειτάτου ύφους ζητήματα γενικού ένδιαφέροντος μετεφράσθη έν νεοεπιτάτου τεύχους του έγκρίτου περιοδικού Vom Fels Zum Meer.

### ΠΟΘΕΝ ΚΥΡΙΩΣ ΠΗΓΑΖΟΥΣΙΝ ΑΙ ΑΣΘΕΝΕΙΑΙ

Όταν γνωρίζωμεν τά αίτια μιάς τινος ασθνεύσεως, εύκολώτερον ήμπορούμεν να προφυλαχθώμεν έκ ταύτης, συχνάκις δ' εύρίσχομεν και τά μέσα, όπως τήν καταπολεμήσωμεν. Ακριβώς υπό ταύτην τήν έποψιν έγένοντο αι μεγάλες προόδοι κατά τους νεωτέρους χρόνους. Ανεκαλύθησαν μετά βεβαιότητας τά αληθή αίτια πολλών και επικινδύνων νοσημάτων, τά όποια τοιουτοτρόπως έμαθον οι άνθρωποι πώς να τ' αποφεύγουν, ή τουλάχιστον να τά περιορίζουν.

Πολλαι ασθνεύσεις χρονολογούνται έκ γενετής, ή μεταδίδονται υπό των γονέων εις τά τέκνα. Βίνε τή αληθεία έξιον άπορίας πώς τό παιδίον τόσο πολλά πράγματα κληρονομεί παρά των γονέων του, έν ή το μόριον, τό παρά του πατρός και τής μητρός έκπορευόμενον, είνε μικροσκοπικόν τι μόνον και εις τους άόπλους όφθαλμούς μας άόρατον στίγμα.

Και αυτά τά μάλλον ισχυρά μεγαθυτικά όργανα είνε άνίκανα να εύρωσιν επί του στίγματος τούτου καμμίαν όμοιοτητα προς τον πατέρα και τήν μητέρα. Και δι' αυτό πρέπει να θαυμάζωμεν, ότι τά παιδιά κληρονομούν όχι μόνον μορφήν και μέγεθος, όχι μόνον όβνα και όφθαλμούς και πολλάς άλλας όρατάς όμοιοτητας, αλλά και ότι τό μικρόν στίγμα, εις ου τήν μόρφωσιν συνειργάσθησαν ή τε πατήρ και ή μητήρ, έχει μάλιστα όμοιον χαρακτήρα, όμοιάς ιδιότητος και συνηθείας, όμοιάς αρετάς και κακίας, προσέτι δε και όμοιάς ασθνεύσεως προς τους γονείς του.

Πολλάκις ήθέλησαν τάς διαφόρους έξεις, ως τά παιδιά έκληρονόμησαν παρά των γονέων των ν' αποδώσουν εις τό μιμητικόν του ανθρώπου. Όταν τά παιδιά αγαπώσιν υπερβαλλόντως τον πατέρα και τήν μητέρα των, απομιμούνται αυτούς εις όλας των τάς έξεις. Γελώσιν όπως γελώσιν οι γονείς των, τρώγουσιν όπως τρώγουσιν οι γονείς των, βήχουν όπως αυτοί και αι άλλαι των κινήσεις δέν διαφέρουν παντάπασι από τάς κινήσεις των γονέων των.

Έτσι έντεϋθεν έλαβον πολλοί άόραμήν και

είπον, ότι δύο σύζυγοι, αγαπώμενοι άμοιβαίως καθ' υπερβολήν, ήμοιάζον προς άλλήλους μετά δεκαετή συμβίωσιν. Όταν ή γυνή αγαπή τόν άνδρα της, τή άρέσκει ή τρόπος του καθ' έν τρώγει, καθ' έν ήμιλει, καθ' έν γράφει, καθ' έν γελώ, τή άρέσκει τέλος πάντων πάσα του συνήθεια και προσπαθει να τον μιμηθή και αυτή έν πάσι. Αλλά έκ πάσης κινήσεως του προσώπου, τήν όποιαν επαναλαμβάνομεν συχνά, απομινει και μικρόν τι ήχος, τούτο δε παράγει βαθμηδόν και κατα' όλίγον τήν όμοιότητα. Αι φιλάρεσκοι γαλλίδες πάντα κόπον καταβάλλου να μή θυμώσουν ποτέ, λέγουσιν δε, ότι ή θυμός άσχημίζει τό πρόσωπον και όταν τις συχνά θυμώνη, αποκτά επί τέλους εις τό πρόσωπον του εύδικκριτα τά σημεία τής άσχημίας.

Και πρό χιλιάδων έτών γνωστή ήτο ή επίδρασις του μιμητικού ήμεμοφύτου, ουχ ήττον δε και ή επίδρασις των γονέων επί τά τέκνα. Οι άρχαιοι Έλληνες είχαν τήν συνήθειαν έν τοις δόμοισι των γυναικικών των να τοποθετῶσιν άραια άγάλματα και άραιας εικόνας, ως βλέπουσαι εκείνοι συχνά θά τάς άπειμιμούντο και τους χαρακτήρας των θά μετεβίβαζον και επί τά ίδια των τέκνα.

Έν τούτοις δέν γίνονται πάντοτε έξ απομιμήσεως τά παιδιά όμοια προς τους γονείς των, διότι συχνάκις όλα των αι συνήθειαι δύνανται να είνε έμφυτοι.

Υπάρχουν πολλά παραδείγματα, έξ των μανθάνομεν, ότι τά παιδιά κέκτηνται όλας τάς έξεις, όλας τάς αρετάς και όλας τάς κακίας των γονέων των, χωρίς ουδέποτε να τους έχωσιν καν ιδί ή διότι εύρίσκοντο έν τοις σπαραγγίοις ότε απέθανον οι γονείς των, έν ήλικία δηλαδή, καθ' ήν ουδέ λόγος καν δύναται να γίνη περί απομιμήσεως και καθ' ήν πάσαν ιδιότητα πρέπει να θεωρώμεν αυτόχροσμα έμφυτον.

Αρ' ου λοιπόν τό μικρόν εκείνο και άόρατον σημεϊον, τό ελάχιστον εκείνο μόριον, τό όποιον φέρει τό παιδίον παρά του πατρός, έγkrύπτει έν εκούτῳ και αυτάς άκόμη τάς συνηθείας του γεννήτορος, τάς σωματικάς του και πνευματικάς ιδιότητάς, βεβαίως δέν πρέπει ν' απορωμέν έάν φέρη παρά των γονέων και τήν προδιαθέσιν προς ταύτην ή εκείνην τήν ασθνεύσαν. Κληρονομούσι λοιπόν τά παιδιά παρά των γονέων των τάς κοινώς λεγομένας έλθιας, υπερριθμους δακτύλους, σκολιά όστά, κυφότητα, συμπεπιασμένον στήθος, δε' ου χαρακτηρίζονται κυρίως οι φθιπτικοί, πηρώσεις τής καρδιάς, και άλλα πολλά σοβαρά όργανικά νοσήματα.

Αλλά και πολλαι ασθνεύσεις, τάς όποιας δέν έχουν οι γονείς, δύνανται να είνε συμφυνει με τον παιδικόν όργανισμόν. Συχνάκις βλέπομεν εις τό τριακοστόν και τεσσαρακοστόν τής ήλικίας έτος

ν' αναπτύσσωνται έξογκώματα, των όποιων ή πρώτη άρχή, ή καταβολάδα τρώπον τινά, υπειδεικνύετο εις τό νεογέννητον βρέφος. Ούκοθεν έννοείται, ότι είμεθα άνίκανοι να επηρεάσωμεν τι γενναϊόν κατά των κληρονομικών και έμφυτων ασθνευών.

Και τους μέν υπερριθμους δακτύλους δυνάμεθα ν' αφαιρέσωμεν, τά σκέλη να όρθώσωμεν, διά σωματικών δε άσκήσεων δυνάμεθα να εύρνωμεν τό στενόν στήθος και να σώσωμεν τον παιδά από τής επαναπαιούσης αυτον φθίσεως κατά τήν έφηβικήν του ήλικίαν· αλλά ουδεμίαν ήμπορούμεν ν' άντιτάξωμεν ένεργειαν ίατρικήν κατά πολλών έμφυτων ηρώσεων τής καρδιάς, του έγκεφάλου και άλλων όργάνων.

Αι επίκτητοι ασθνεύσεις είνε περισσύτεραι των έμφυτων και διαδραματίζουν σπουδαϊόν πρόσωπον έν τή παθολογία του ανθρώπινου όργανισμου.

Αι κακαι συνήθειαι, ή κακή δίαιτα, ή αναπάφαικτος χειρισμός δηλητηρηωδών ουσιών, οιον άπαιτούν πολλά επαιγγέλιματα, δύνανται να γεννήσουν βαρέα νοσήματα ή να προδιαθέσουν τον όργανισμόν προς ταύτα, έάν επκαιρίς δέν διακοπούν αι επιβλαβεϊς συνήθειαι.

Αι φιλάρεσκοι κυριαί βλάπτουν τό ήπαρ των διά των στενών σθηθεδέσεων, οι δε άκρατεϊς διά τής πολυποσίας· ή πιμελώδης εκφύλισις τής καρδιάς, ή πηγή των βασάνων του γήρατος, συχνότατα είνε συνέπειαι τής πολυποσίας και τής ακινησίας των μύωνων. Οι λόγιοι εύρνωσιν τά άγγελια του έγκεφάλου των, έχουν τό υπογάστριον άνηρόν και πάσχουν συχνά πυκνά αιμορροϊας. Διάφοροι άνθρωποι, οι άρτοποιοί, οι μάγειροι και λοιποί επαγγελματΐαι, οι όποιοι πάντοτε πρέπει να ιστανται όρθιοι και ποτέ δέν έχουν καιρόν να περιπατήσουν, προσβάλλονται υπό κερσών και έλικών κατά τά σκέλη· οι κατασκευασταϊ των θερμομέτρων και βαρομέτρων—όλίγιστοι βεβαίως έν Ελλάδι— οι επχρυσωταϊ κτλ. οι κατεργαζόμενοι τον υδράργυρον, προσβάλλονται υπό ασθνευών του στόματος και των νεύρων, οι ύελποισοί, οι βελονοποισοί, οι μυλωθροί κτλ. οι αναπνεόντες μετά του άέρος και πολύν κοινοροτόν, προσβάλλονται συχνότατον υπό τής φθίσεως, διότι οι πνευμονές των ουδέποτε πληροούνται υπό καθαρού άέρος.

Βεκός τής γεωπονίας όλίγα είνε τά επαιγγέλιματα εκείνα, τά όποια είτε ούτως είτε άλλως να μη έγkrύπτουν και πολλούς κινδύνους κατά τής υγείας του μετερχόμενου ταύτα.

Όλοι ήμεις αι τοιαύται ασθνεύσεις είνε ως επί τό πλείστον άνίατοι, διότι ουδεϊς δύναται να επκαταλείψη τάς επικινδύνους του συνηθείας, ουδέ δύναται διατρος να επη προς τον μεσήλικα άρτοποιόν ή μυλωθρόν: «Πήγαινε να μάθης άλλην τέχνην!» ή προς τον ύελουργόν: «Κύτταξε

να μή αναπνέης σόννην!» κτλ. Έδώ ακριβώς έγkείται τό άνίατον των ασθνευών τούτων. Μεταξύ των επικτήτων νοσημάτων καταλέγονται και όλαι αι μηχανικώς προκληθεϊσαι ασθνεύσεις και τά τραύματα έκ πτώσεως, κρούσματος, τομής, καύματος, αποψύξεως κτλ. Μετά τήν πληγήν όμως ή υγιής φύσις τείνει άμέσως προς τήν ίασιν, ή όποια έν τούτοις, ως θά ιδώμεν κατοπέρω, πολλάκις ύφίσταται άνωμακίας και ταραχές.

Όπως τό φυτόν, ούτω και ή άνθρωπος, δια να προκύψη και να ήρμαθή, έχει χρειαν φωτός και άέρος. Έντός σκοτεινών και υγρών διαστημάτων, οια τά απέραντα ύπόγεια των Παρισίων και του Λονδίνου, όπου κατοικούν οι πίνυητες των πόλεων τούτων, γεννώνται βαρέα νοσήματα του αίματος.

Έκεί βλέπομεν τά παιδιά, με τήν άρχάν του θανάτου μορφήν, με τά χείλη τρέμοντα και στεγνά και τά ούλα αιμάσσοντα, με τους άδένους έξογκώμενους και τους όφθαλμούς άδυνάτους και νουσούοντας, τά βλέπομεν πεινυκία να έρπουσιν διά των στενών, σκοτεινών και υγρών παρόδων των μεγαλοπόλεων τούτων. Έάν εις τά άτυχή ταύτα πλάσματα δέν φέρωμεν επκαίρας τό φώς του ήλιου, τον καθαρόν άέρα και τροφήν καλλιτέραν, ή ασθνεύσα των, ή καχηία αυτή του αίματος των θα κατακτήση μετ' όλίγον άνίατος και ταχέως θα τά παρασύρη εις τον τάφον.

Εϊς έν έκαστον των φυτών δυνάμεθα να παρατηρήσωμεν όδόσην και όποιαν επίδρασιν έξασκει τό φώς επί τής αναπτύξεως των έμφυτων πλάσματων. Το άραϊόν και καλώς τετραμμένον φυτόν χάνει ταχέως τά όροσερά και γλοερά φύλλα του, γίνεται άχρουν, ώχρόν και δυσειδές, άμα ως τό περιτυλιζόμενον τοιουτοτρόπως, άστε μηδαμόθεν να δέχεται τάς ακτίνας του φωτός.

Αλλά και ή άήρ, τον όποιον αναπνεόμεν, έχει μεγάλην σπουδαϊότητα, μεγαλειτέραν ακόμη, παρ' όσην έχει ή τροφή. Έντός 24 ώρων τρώγομεν 3—4 λίτρας περίπου, έν ή κατά τό αυτό χρονικόν διάστημα εισπνεόμεν πλέον των 9000 λίτρων άτμοσφαιρικού άέρος.

Όπως ή στέρσις του ήλιακού φωτός, ή έλλειψις άέρος και θερμότητος, ούτω και ή περισσια τούτων είνε επιβλαβής· δύνανται να φέρη τήν ήλικαίν π. χ. είδος έρυσιπέλατος. Μάλιστα, ή πολλή θερμότης, εκτός τής κοπώσεως, προξενεί και τήν ήλικαίν, έξ ής κινδυνεύουν πρό πάντων οι παλοπορούντες στρατιώται, τους όπολους είτε προσπαθούμεν να σώσωμεν διά τής πόσεως άφρόνου και ψυχρού ύδατος.

Έκ του πολλού ψυχους προκύπτουν αι αποψύξεις, καθ' ως παρακαλύονται αι λειτουργίαι του δέρματος και ουσίαι, όφείλουσαι να έξέλθωσιν







## ΙΣΠΑΝΙΚΟΙ ΣΤΙΧΟΙ

1

Δύο φιλιὰ βυθειὰ ἢ καρδιά μου κλει  
 "Όπου μὲ βασανίζουν ὀλοένα:  
 Τὸ ὑστερὸν τῆς μάνας μου φιλι  
 Καὶ τὸ φιλι τὸ πρῶτό μου 'ς ἐσένα.

2

"Αχ! ὁ 'δικός σου ἔρωσ ταῦρος εἶνε  
 "Όπου κι' ἂν τὸν καλέσουν τρέχει ἐκεῖ.  
 "Αχ! κ' ἡ 'δική μου ἀγάπη πέτρα εἶνε  
 "Όπου κι' ἂν τῆνε βῆξουν στέκει ἐκεῖ.

## ΕΔΩ Κ' ΕΚΕΙ

\* Αντίθεσις.

Ὁ λόγος περὶ κακολόγου γυναικὸς ἤτις τραγωδεῖ  
 ἐξαιρετα:

- Τὶ κακὴ γλῶσσα!
- Καὶ τί λαμπρὸς λάρυγγας.

\* Αριθμητικὴ.

Μεταξὺ διδασκάλου καὶ μικροῦ μαθητοῦ:

- Ἐπτά καὶ τρία πόσα κάνουν;
- Ἐνδεκα!
- Πρόσεξε καλά!
- Δώδεκα!
- Ὅχι! Γὰρ λογάρισε μήπως κάνουν δέκα;
- Ἄ μπᾶ, δάσκαλε! πέντε καὶ πέντε κάνουν δέκα.

\* Ἐν ὑποδηματοποιείῳ.

- Τὰ παπούτσια ποῦ μούστειλες εἶνε μικρά.
- Κόριε, τὰ παπούτσια δὲν εἶνε μικρά, τὰ πόδια σας εἶνε μεγάλα.

\* Λογικώτατον.

Ἐν σχολείῳ:  
 Διδάσκαλος: Διατί ἡ θάλασσα εἶνε ἀλμυρά;  
 Μαθητῆς: Γιατί εἶνε μέσα πολλαῖς σαρδέλλαις.

\* Τύχη.

Ἡτωχὸς τρεμιῶν ἐκ τοῦ ψύχους βλέπων οὐρανὸν  
 πλουσίῳ καιομένην:

- Νὰ ἄνθρωπος ποῦ ἔχει τύχη!

\* Ἐπίγραμμα.

Εἰς Κυρίαν μὴ φέρουσαν πάντοτε δίοπτρα:  
 Ἐσὺ καὶ δίχως τὰ γυαλιὰ θερρῶ πῶς βλέπεις πάλι  
 Καὶ κάποτε φορεῖς γυαλιὰ γιὰ νὰ σὲ βλέπουν ἄλλοι.

## ΠΡΑΚΤΙΚΑΙ ΓΝΩΣΕΙΣ

Ἐκ τοῦ ἔργου ἐκδοθέντος ὑπὸ τὸν τίτλον "Άνευ Ιατροῦ" βιβλιαρίου τοῦ ἡμετέρου συνεργάτου κ. Θ. Χ. Φλωρᾶ ἐκινεῖται τὰς ἐξῆς χρησιμωτάτας ὁδηγίας πρὸς πρόχειρον θεραπείαν κινεμάτων, ἀποψύξεων, καὶ πρὸς ἐξαγωγήν ἐξ ἑνῶν σωματίων.

## ΚΑΥΜΑΤΑ

Εἰς τὰ καύματα καταστέλλομεν πρῶτον τὰς φλόγας καὶ βρέχομεν ταχέως τὰ φορέματα μὲ ψυχρὸν ὕδωρ, ἔπειτα δὲ ὀφείλομεν νὰ τὰ κόψωμεν μὲ φαλιδα καὶ ὄχι νὰ τὰ ἐκβάλωμεν κατὰ σειρὰν. Τὰς δὲ φλυκταίνας πρέπει νὰ κεντῶμεν, ὥστε νὰ ἐκκενωθῇ τὸ ἐν αὐταῖς ὑγρὸν καὶ τὰς καυτηριασθείσας θέσεις ν' ἀλείψωμεν διὰ καθαροῦ λίπους ἢ ἐλαίου (βαλελίνης), κατόπιν δὲ νὰ ἐπιτάσσωμεν ἐπ' αὐτῶν ἄλευρον, κόνιν ἀνθρώπων ἢ διανθρακικοῦ νατρίου καὶ τέλος νὰ τὰς καλύπτωμεν μὲ μαλακὸν ὕφασμα ἢ βάμβακα.

Τὸ δωμάτιον πρέπει νὰ εἶνε πάντοτε θερμὸν. Θερμὰ ἐπίσης καὶ τὰ ποτά, τὰ ὅποια δίδομεν εἰς τὸν παθόντα πρὸς πόσιν.

Ἄλλὰ τοὺς καυτηριασθέντας δι' ἰσχυρῶν ὀξέων ἢ ἄλλων καυστικῶν χημικῶν οὐσιῶν πρέπει πρῶτον νὰ περιβρέχωμεν μὲ ἀφθονοῦ ὕδωρ καὶ ἔπειτα νὰ ἐπαλείψωμεν μὲ ἔλαιον, λίπος κτλ.

## ΑΠΟΨΥΞΕΙΣ

"Όσα μέλη ὑπῆρξαν ἐκτεθειμένα ἐπὶ πολλήν ὥραν εἰς τὸ ψύχος καὶ ἐπάγησαν πρέπει νὰ τὰ τρίβωμεν μὲ χιόνι ἢ μὲ ὑγρὰ καὶ ψυχρὰ ὑφάσματα. Οἱ τοιαῦτοι ἀσθενεῖς πολὺ βλάπτονται καὶ διατρέχουν μάστιχα τὸν ἔσχατον κίνδυνον, εἰάν τοὺς φέρωμεν ἀμέσως πρὸ τῆς πυρᾶς, διὰ νὰ τοὺς θερμάνωμεν.

## ΞΕΝΑ ΣΩΜΑΤΑ

Εἰς τοὺς ὀφθαλμοὺς: Νὰ μὴ τοὺς τρίβωμεν, ἀλλὰ νὰ καμύσωμεν αὐτοὺς μόνον ὀλίγον καὶ νὰ προσπαθῶμεν ν' ἀναστρέψωμεν πρὸς τὰ ἄνω τὸ βλέφαρον διὰ νὰ ἐξαγάγωμεν τοιοῦτοτρόπως μὲ εὐκολίαν τὸ ξένον σῶμα. Τοῦτου γενομένου, δυνάμεθα ν' ἀποπλύνωμεν τὸν ὀφθαλμὸν μας ἐπανειλημμένως μὲ ψυχρὸν ὕδωρ.

Εἰς τὰ ὦτα, τὴν ρίνα κτλ. Κατὰ πρῶτον ὀφείλομεν νὰ ἐπιδιώξωμεν τὴν ἐκ τῶν ὀργάνων τούτων ἐξαγωγήν τοῦ ξένου σώματος διὰ τῆς χρήσεως τοῦ ὕδατος, εἰάν ὁμῶς δὲν ἐπιτυγχάνωμεν, πρέπει νὰ τρέξωμεν ἀμέσως πρὸς τὸν ἱατρὸν.

Εἰς τὸν λαιμὸν: Κράτησον τὸν παθόντα ἀπὸ τὴν μύτην κλεισμένην, θέσον τμημα φελλοῦ μεταξὺ τῶν ὀδόντων του καὶ δοκίμασον νὰ ἐξαγάγῃς τὸ ξένον σῶμα διὰ τῶν δακτύλων σου γαργάλισον τὸν φάρυγγα διὰ νὰ προκαλέσῃς ἐμετόν. Θέσον κατόπιν τὸν παθόντα κρητὴ ἐπὶ τῆς τραπέζης ἢ ἐπὶ τοῦ δαπέδου καὶ κτύπα με τὸν γρόνθον σου δυνατὰ τὴν ράχιν του. Μὴ ἀργῆς ὁμῶς νὰ προσκαλέσῃς καὶ τὸν ἱατρὸν!