

## ΤΟ ΚΟΛΥΜΒΑΝ

Ἡ ἐκμάθησις τῆς τέχνης τοῦ κολυμβᾶν ἰσοδυναμεῖ πρὸς τὴν ἀπόκτησιν νέας αἰσθήσεως. Ἐγγίζοντες τὸν πόδα ἡμῶν ἐντὸς τοῦ ὕδατος παρατηροῦμεν πόσον τοῦτο ὑποχωρεῖ ἀνευ ἀντιστάσεως· μετὰ τὴν πείραν ταύτην πόσον παράδοξος εἶναι ἡ δέξις τοῦ ἐπιπλέοντος κολυμβητοῦ. Πολλοὶ εὐχαρίστως θά ἀφαιρῶν ἐβδομάδας καὶ μῆνας νὰ ἀποκτήσωσι τοιαύτην δύναμιν. Τὸ γεγονός βεβαίως ὅτι οὐ μόνον ὀλίγοι δύνανται νὰ μάθωσι νὰ κολυμβῶσι, ἀλλὰ ὅτι καὶ ὅλοι δύνανται νὰ πράξωσι τοῦτο μετὰ ὀλίγας ἀποφασιστικὰς προσπάθειας, εἶναι ἰκανὸν νὰ παρακινήσῃ πάντας νὰ δοκιμᾶσωσι. Εἶναι νέα δύναμις ἐπὶ τῆς φύσεως ἣν δύναται τις ν' ἀποκτήσῃ δι' ὀλίγων ὥρων γυμνάσεως. Πόσον ὅθεν λυπηρὸν εἶναι ὅτι ὑπάρχουσι πολλοὶ ἀνίκανοι νὰ μετέλθωσι τοσοῦτον πολῦτιμον τέχνην.

Ἄν εἶναι τόσον πρὸς ἀπλήν ἐξάσκησιν τῆς δυνάμεως ταύτης ὅσον πρὸς τὰς ὠφελείας ἣν αὕτη παρέχει, οὐ μόνον εἰς τὸν κολυμβητὴν ἀλλὰ καὶ εἰς ἄλλους, τῆς ἐνεργείας ταύτης πολλάκις πραγματοποιήσῃς τὴν διάσωσιν τῆς ζωῆς.

Πρὸς ἐκμάθησιν τοῦ κολυμβᾶν ἡ μεγαλύτερα δυσκολία ἀπαντᾶται εἰς τὴν κίνησιν τῶν κνημῶν. Αἱ χεῖρες καὶ οἱ βραχίονες ἀμέσως ὑπακούουσι εἰς τὴν θέλησιν, ἀλλὰ πρὸς κίνησιν τῶν χειρῶν καὶ ποδῶν συγχρόνως εἶναι τὸ σπουδαιότερον τὸ ὅποιον δέον νὰ ἐκμάθωσι οἱ ἀρχάριοι. Πάντες δύνανται νὰ ἴδωσι πῶς τὸ πρᾶγμα γίνεται παρατηροῦντες τὸ κολύμβημα τοῦ βατραχίου ἢ πρώτη προσπάθεια εἶναι ἡ τῆς κινήσεως τῶν χειρῶν καὶ ποδῶν καὶ ἡ δευτέρα εἶναι ἡ τήρησις τῆς κεφαλῆς ὑπεράνω τοῦ ὕδατος. Ἄν δυνήθῃ τις νὰ ἐπιτύχῃ τὴν βοήθειαν καλοῦ κολυμβητοῦ, οὗτος θέλει βοηθήσῃ εἰς τὴν ἀνακράτησιν τῆς κεφαλῆς ὑπεράνω τοῦ ὕδατος ἐνῶ ὁ μαθητευόμενος θέλει κινεῖ τοὺς πόδας· ἀλλ' ἂν τοιαύτη βοήθεια δὲν εὐρεθῇ, πολλὰ πρόσωπα διδάσκονται τῇ βοηθείᾳ σανίδος, θέτοντες τὴν κεφαλὴν ἐπὶ τῆς σανίδος, ὅπως μὴ βυθίζηται ἐν τῷ ὕδατι εἴτα δὲ κινῶντες χεῖρας καὶ πόδας. Ἡ χρῆσις κύστεων ἢ φελλῶν θεωρεῖται ὡς ἀκατάλληλος καὶ δύναται νὰ προξενήσῃ δυσάρεστα ἀποτελέσματα ἐκ τῆς ἐκτοπίσεως αὐτῶν. Μὴ εἰσέρχεσθε ποτὲ ἐντὸς ὕδατος ἔχοντες βάθος ὑπεράνω τοῦ ἀναστήματός σας. Ἡ αἰσθησις τῆς ἀσφαλείας ἐν τῇ γνώσει ὅτι δύναται τις νὰ ἐγγίσῃ τὸν πυθμένα ἐν οἰφδῆποτε καιρῷ βοηθεῖ εἰς τὸ ἐμποδίσαι τὴν ἐκ τοῦ φόβου νευρικὴν κατάστασιν, ἀρ' ἑτέρου ὅμως πρέπει νὰ εἰσέρχηται τις ἐντὸς ὕδατος ἔχοντος βάθος μέχρι τοῦ στήθους.

Ἐάν ἡ τέχνη τοῦ κολυμβᾶν ἐκαλλιεργεῖτο γενικώτερον πόσαι ὑπάρξεις θά ἐσώζοντο ἐκ φοβερῶν θαλασσιῶν δυστυχημάτων. Παρατηρήθη ὅτι εἰς τοιαύτης φύσεως δυστυχήματα οἱ σωζόμενοι εἰσὶν ἐκεῖνοι οἵτινες γινώσκουσι νὰ κολυμβῶσι, πλὴν δὲ ἑαυτῶν σώζουσι καὶ ἄλλους.

## ΠΟΙΚΙΛΑ

Ἡ δύναμις ἀπασῶν τῶν ἀτμομηχανῶν, ὅσαι ὑπάρχουσι καθ' ἀπασαν τὴν γῆν, ἰσοῦται πρὸς τὴν δύναμιν 966 ἑκατομμυρίων ἀνδρῶν.

\* \* \* Ἐν Σουηδία ὁ ἐκλογεὺς διαγράφεται τοῦ ἐκλογικοῦ καταλόγου ἐάν ὁραθῇ μεθυσμένος τετράκις. Ὁ ἄνθρωπος ὅστις δὲν δύναται νὰ διοικήσῃ ἑαυτὸν μέχρι τοῦ σημείου νὰ διατελῇ ἐγκράτης, εἶναι βεβαίως ἀκατάλληλος νὰ λάβῃ μέρος ἐν τῇ κυβερνήσει τῆς χώρας. Πλὴν τῆς ἀτιμίας τῆς ἐκ τῆς διαγραφῆς ταύτης καὶ τοῦ αἰσθήματος τῆς αἰδοῦς, προσγίνεται πρὸς τοῦτοις αὐτοῖς καὶ τὸ δυστύχημα νὰ κατασκευάζωσι τὴν ὕλην ἐξ ἧς τὸ πλεῖστον τῆς πείνης καὶ τὰ ἐγκλήματα παράγονται.

\* \* \* Τὴν δαπάνην τῆς ἀνατροφῆς ἐνὸς παιδὸς μέχρι τοῦ 15 ἔτους τῆς ἡλικίας κληρικός τις ὤρισεν εἰς 25,000 φρ. Οἱ ἀριθμοὶ οὗτοι διπλασιάζονται ἂν ὁ παῖς μεταβῇ εἰς τὸ Πανεπιστήμιον. Κακὸς παῖς, φθὰς εἰς τὴν ἀνωμνησθεῖσαν ἡλικίαν, κοστίζει τὸ αὐτὸ, ὁ δὲ λογαριασμός τότε δὲν περιλαμβάνει τὰ δάκρυα τῆς μητρὸς καὶ τοῦ πατρὸς τὰς λευκὰς τρίχας. Πολλοὶ ἀναθρέψαντες παιδὺς θέλουσι συμφωνήσῃ ὅτι ὁ ὑπολογισμὸς δὲν εἶναι ὑπερβολικός.

\* \* \* Ἡ πολιτεία τοῦ Τρανσβάαλ, ἐν τῇ Νοτίᾳ Ἀφρικῇ ἢ ὑπὸ τὴν ἐξουσίαν τῶν Ἀγγλῶν διατελοῦσα, εἶναι ἔκτεταμένη χώρα ἔχουσα ἀραιὸν πληθυσμὸν, εἰς ἕκαστον ἀτομὸν ἐκ τοῦ ὅποιου ἀναλογεῖ ἕκτασις γῆς πρὸς καλλιέργειαν 18—30,000 στρεμμάτων.

\* \* \* Καθηγητὴς τις ἐν Ἀγγλίᾳ διευθυντὴς ἐνὸς ὀφθαλμοῦ-ατρείου ἀπεφάνθη ἐσχάτως ὅτι τὸ κάπνισμα βλάπτει τοὺς ὀφθαλμοὺς πολλάκις δὲ φέρει καὶ παντελῆ τύφλωσιν. Πρὸς τοῦτοις τὸ κάπνισμα φέρει βλάβην εἰς τὴν ὑγίαν ἐν γένει καὶ βραχύνει τὸν βίον πολλὰ δὲ δυστυχήματα συμβαίνουσι, οἷον πυρκαϊαί, ἐκρήξεις κτλ.

\* \* \* Ἐν Λονδίῳ εἰσὶν ἔκτεθειμένα δύο ἕκτακτα παραδείγματα ἀναστήματος, εἰς νᾶνος 76 ὑψεκατομέτρων καὶ εἰς γίγας 2 1/2 μέτρων, ἀμφότεροι κινεζοί.

\* \* \* Κατὰ τὰς παρατηρήσεις τῆς στατιστικῆς οἱ ἔγγαμοι εἶναι μακροβιότεροι τῶν ἀγάμων· εἰς τοὺς ἀγάμους δὲ ἀνήκουσι καὶ οἱ πλείοτεροι τῶν μεθυστῶν καὶ αὐτοκτόνων.

Τὸ Τυπογραφεῖον τῆς ΑΘΗΝΑΪΔΟΣ ἐν ὁδῷ Βουλῆς ἀρ. 29 προμηθευτὸν πλουσίαν συλλογὴν εἰκόνων ἐξ Εὐρώπης, ἐν χαλκογραφίᾳ καὶ ξυλογραφίᾳ, γνωστοποιεῖ τοῖς ἐκδόταις συγγραμμάτων παντὸς εἶδους ὅσοι θέλουσι νὰ κοσμήσωσι τὰ βιβλία των δι' εἰκόνων, ὅτι τὸ Τυπογραφεῖον προθύμως παραχωρεῖ ΔΩΡΕΑΝ ταύτας, ἀρκεῖ τὸ βιβλίον των νὰ τυπωθῇ ἐν τῷ Τυπογραφεῖῳ τῆς ΑΘΗΝΑΪΔΟΣ, ἐνθα πᾶσα ἐργασία ἐκτελεῖται λίαν φιλοκάλως ἔξ διὰ νεωτάτων Εὐρωπαϊκῶν χαρακτῆρων.

## ΓΡΙΦΟΣ 1.



Θ. πολέμ.



ὄρος Κρήτης



νησος Αἰγαίου

Ἄλ. Α. Δουρούτης.