

τὴν προτεραίαν, ἀφικόμενοι, κατελύσαμεν εἰς τὸ ρηθὲν Ξενοδοχεῖον τῆς Ε' Παρόδου καὶ ἰδίᾳ χειρὶ ἐνέγραψα τὴν Ζένην καὶ ἐμὲ ὑπὸ τὸ ὄνομα τοῦ κυρίου καὶ κυρίας Αἰμάρ ἐκ Παρισίων. Καὶ τοῦτο χάριν τῶν τύπων. Τὸ ἀπόγευμα ὑπὸ τὴν πρόφασιν νὰ ἴδῃ συγγενεῖς τῆς τινὰς ἢ Ζένην ἐξήλθε καὶ δὲν τὴν ἐπανεῖδον πλέον. Ἡ ἡμέρα παρήλθεν, ἐγὼ δὲ τὴν περιέμενον μεθ' ὑποκώφου στενοχωρίας ἐλπίδος διαψευσθείσης.

Ἄλλὰ βεβαίως τὸ αἰσθημά μου τοῦτο δὲν ἦτο ἀνησυχία, μᾶλλον δὲ ἀνυπομονησία ἠδύνατο νὰ κληθῇ. Ἡ Νέα Ὑόρκη εἶναι σχεδὸν τόπος πεπολιτισμένος ὅσον καὶ αἱ μεγαλοπόλεις τῆς Εὐρώπης· πῶς λοιπὸν κίνδυνον ἠδύνατο νὰ διατρέξῃ ἐν ἡμέρᾳ γυνὴ τις μόνη; Ἴσως, ὁ φόβος μακροῦ πλοῦ, κατὰ τὴν στιγμὴν τῆς διὰ τὴν Γαλλίαν ἐπιβίβασεως, θὰ τῆς ἀπεδίωκε τὴν ἐπιθυμίαν τοῦ ταξειδίου, καὶ ἡ προσφιλὴς μου μικρὰ δὲν ἐτόλμα νὰ μοι τὸ ἐξομολογηθῇ! Ἄλλ' ὄχι! Τί ἀνόητος ποῦ εἶμαι νὰ βασανίζω τὸν νοῦν μου! Ἀπλούστατα, κανεὶς ἐκ τῶν συγγενῶν τῆς θὰ τὴν ἐκράτησε νὰ γευματίσῃ. Θὰ ἐπέστρεφεν ἀργά!

Τέλος ἐδείπνησα μόνος καὶ εὐρισκόμην εἰς τὸ σημεῖον τοῦτο τῶν σκέψεών μου, ὅτε ὑπηρετῆς τοῦ Ξενοδοχείου μοι ἐνεχείρισε χάρτην, πάχους καὶ σχήματος ἀσυνήθους.

Τί ὄρνιθοσκαλίσματα! Τί ἀκατανόητα πράγματα!

— Εἶναι κληῖσις, μοι εἶπεν ὁ ὑπηρετῆς δουλοφρονέστατα στὰς ὀπισθὲν μου· καὶ βλέπων ὅτι ἐσκεπτόμην τί τάχα νὰ ἦτο αὐτὸ τὸ χαρτίον, ὁ κλητὴρ περιμένει τὸ ἐπιδοτήριον· ἐὰν ὁ κύριος θέλει νὰ ὑπογράψῃ ἐδῶ;

Καὶ μοι προέτεινε φύλλον χάρτου, δεικνύων μοι ποῦ ἔπρεπε νὰ θέσω τὴν ὑπογραφήν μου.

Μηχανικῶς ὑπέγραψα.

Ἦτο κληῖσις ἐν πλήρει τάξει. Ἡδύνατό τις ν' ἀμφιβάλλῃ ὡς ἐκ τῆς δυσαναγνώστου γραφῆς, ἔνεκα τῆς ὁποίας δὲν ἐννόουν τί ἐσήμαινον ὅλ' αὐτά! Ὅ,τι ἐβλεπον ἦτο ὅτι ἐπρόκειτο περὶ τῆς πτωχῆς μου Ζένης. Τί τάχα νὰ συνέβῃ; Ἰδοὺ βεβαιότατα διατὶ δὲν ἐπέστρεψεν. Ἐκαλούμην τὴν ἐπιούσαν εἰς τὸ Εἰρηνοδικεῖον τοῦ Ἰέφεροσον Μάρκετ. Ἄς ἡσυχάσῃ ἢ ἀγάπῃ μου, δὲν θὰ λείψω νὰ ὑπάγω αὖριον.

[Ἔβεται τὸ τέλος]

X.

## ΥΓΙΕΙΝΗ

Ἄν ὑπάρχῃ ἐπιστήμη, ἥς ἡ γνώσις ἀποβαίνει ἀπολύτως ἀναγκαῖα εἰς πάντα ἄνθρωπον, ἡ ἐπιστήμη αὕτη εἶναι βεβαίως ἡ ὑγιεινὴ ἢ, ἥς σκοπὸς οὐ μόνον ἡ παρατάσις τῆς ζωῆς καὶ ἡ διατήρησις τῆς υγείας, ἀλλὰ καὶ ἡ ὑποφυσικὴν καὶ ἠθικὴν ἐποψὴν βελτίωσις τοῦ ἀνθρώπου.

Τοιαύτη ἡ ὑγιεινὴ πρέπει νὰ εὐρίσκῃ θέσιν πανταχοῦ, ἰδίᾳ δὲ εἰς τὰς ἐφημερίδας καὶ τὰς πάσης φύσεως καὶ ὕλης περιοδικὰ, ἐπιστημονικὰ, θρησκευτικὰ, ἐπιτηδευματικὰ κ. λ. ἰδιαίτατα δὲ, νομίζομεν, εἰς τὰ οἰκογενειακὰ ἀναγνώσματα, οἷον τὰ «Ἐκλεκτὰ Μυθιστορήματα», ἐν οἷς πρέπει νὰ συνδυάζεται τὸ τεργνὸν μετὰ τοῦ ψυχοφελούς καὶ τοῦ ὠφελίμου.

Ἡ καλὴ οἰκοδόποινα, ἀφιερῶσα τὰς ὥρας τῆς σχολῆς τῆς εἰς τὴν ἀνάγνωσιν καλοῦ μυθιστορήματος, διηγήματος ἢ περιηγήσεως, θὰ εὕρῃ ὡς ἐπιδοτήριον ὑγιεινοῦς τινὰς κανόνας, ἐκ τῆς ἐφαρμογῆς τῶν ὁποίων πολλὴ θὰ προκύψῃ

ἢ εἰς αὐτὴν καὶ τὴν οἰκογενεῖάν τῆς ὠφέλεια. Ἡ μάθη-  
τρια ἢ ἡ πτυχιούχος κορασίς ἀκόπως οὕτω θὰ μάθῃ τὰ ὑγιεινὰ παραγγέλματα, ἐκ τῆς τηρήσεως τῶν ὁποίων θὰ δυνήθῃ, μήτηρ οἰκογενεῖας βραδύτερον γενομένη, ν' ἀναθρέψῃ τὰ τέκνα τῆς καὶ νὰ καταστήσῃ αὐτὰ ὑγιᾶ καὶ ρωμαλέα. Ὁ νεανίας, ὁ εἰς τὴν ἀκμὴν τῆς πρώτης νεότητος διατελῶν, θὰ γνωρίσῃ τί πρέπει ν' ἀποφεύγῃ ὡς ἐπιβλαβὲς τῇ υγείᾳ κ. τ. λ. Ἐν ἐνὶ λόγῳ, πᾶς τις ὀφείλει νὰ μάθῃ καὶ νὰ ἐνστερνισθῇ τοὺς στοιχειωδεστάτους κανόνας τῆς ὑγιεινῆς.

Πόσον μεγάλη ἡ χρησιμότης τῆς ὑγιεινῆς καταφαίνεται ἐκ πολλῶν περιστάσεων, ἃς πολὺ ἠθέλομεν ἐκταθῆ ἂν ἀπηριθμούμεν. Ἐν τούτοις δὲν θεωροῦμεν ἀνωφελεῖς ν' ἀναφέρωμεν τὸ ἐπόμενον ἱστορικὸν γεγονός.

Ὁ Cornaro, εὐγενὴς Ἐνετός, καταβληθεὶς ὑπὸ τῆς τεσσαρακονταετοῦς αὐτοῦ ἡλικίας ἐκ τῶν πολλῶν καταχρήσεων καὶ βλέπων ἐγγίξει οἰκτρῶς τὸ τέλος του, ἀπεφάσισε νὰ μεταβάλῃ ριζικῶς τὸν τρόπον τοῦ ζῆν καὶ νὰ ἐφαρμώσῃ αὐστηρῶς τοὺς κανόνας τῆς ὑγιεινῆς. Τὰ ἀποτελέσματα ὑπερέβησαν τὰς προσδοκίας του, διότι οὐ μόνον ἔζησε μέχρι τῆς ἡλικίας τῶν 103 ἐτῶν, ἀλλὰ καὶ τὸν μακρὸν αὐτοῦ βίον διήλθεν ἐν εὐεξίᾳ σωματικῇ τε καὶ διανοητικῇ. Τοσαύτη δ' ἦν ἡ τοῦ νοός του διαύγεια, ὥστε γενηρακῶς ἤδη συνέγραψεν ὀγκώδη τόμον περὶ Ἐγκρατείας.

Μετὰ χαρᾶς λοιπὸν θὰ δεχθῶσι, νομίζομεν, οἱ ἀναγνώσται ἡμῶν τὸν νεωτερισμὸν, ὃν εἰς τὰ «Ἐκλεκτὰ Μυθιστορήματα» εἰσάγομεν ἀπὸ τοῦ προσεχούς φύλλου, ἀφιερῶντες ὀλίγον χῶρον εἰς ἀναγραφὴν τῶν στοιχειωδῶν ὑγιεινῶν κανόνων καὶ παραγγελμάτων.

## ΠΡΟΣΕΧΩΣ

### ΟΛΟΚΛΗΡΟΣ ΕΙΚΟΝΟΓΡΑΦΗΜΕΝΗ ΣΕΛΙΣ ΤΟΥ ΣΥΡΜΟΥ ΜΕΤΑ ΧΡΟΝΙΚΩΝ

#### ΓΡΑΜΜΑΤΟΚΙΒΩΤΙΟΝ

κυρία; Ἀσπασίαν Ζ. Ζαρεφοπούλου, Σπυριδοῦσαν Γιαννοπούλου, Ἐλένην Χατζημ.γάλη, Ἐλένην Κατσαῖτου καὶ κ. Νικ. Ζ. Χρηστόπουλον, Ἄλ. Στέλλαζ, Ἰωάν. Σωμερίτην, Γεώργιον Ἐλευθερίου, Στυλιανὸν Βισβίκην, Γεώργιον Μπάμπανον, Ἀντ. Μιχαηλοῦδην, Γεώργ. Σκλιτῶν, Ἰ. Μεγαλακίπουλον, Ἀλέξ. Π. Δουζίναν, Γεώργιον Μαλάμη, Σπυριδῶνα Σπυροπούλου, Ἀλέξ. Δελάσταν, Σπυριδῶνα Κατσιμῆν, Σπυριδῶνα Γορέλλη, Σπυριδῶνα Μαρτίου, Ἀνδρέαν Γζόκην καὶ Ἰωάν. Φοντάναν. Συνδρομαὶ ὑμῶν ἐλήφθησαν. Ἐὐχαριστοῦμεν. — κ. Σπυρ. Παπούλην. Ἐλήφθη ταχυρ. ἐπιταγή. Ἐὐχαριστοῦμεν. — κ. Δημ. Κολποδίνου. Ἐλήφθη ἀντίτιμον συνδρομῆς; «Ἐκλεκτῶν» καὶ «Ἀπομνημονευμάτων». Ἐὐχαριστοῦμεν διὰ τὴν θερμὴν ὑμῶν ὑπὲρ τῶν «Ἐκλεκτῶν» φροντίδα. Τὰ φυλλάδια ἀποστέλλονται τακτικώτατα. Ἀπορούμεν πῶς συμβαίνει ἡ καθυστέρησις. — κ. Ν. Δ. Βοζιανόπουλου. Παρὰ τοῦ κ. Χαρισιάδου ἐλήφθησαν φρ. χρ. 30. Ἐὐχαριστοῦμεν. Φύλλα καὶ βιβλίον ἀπεστάλησαν. — κ. Ν. Ἀθανασιάδην. Ἐλήφθησαν φρ. χρ. 15, ἀντίτιμον συνδρομῆς σας ἀπὸ 1ης Μαρτίου. Ἐὐχαριστοῦμεν. — κ. Γ. Κωτσάκη. Ἐλήφθησαν δρ. 4 — κ. Κωνστ. Σ. Ζεϊβουδάκη. Συνδρομὴ σας ἐλήφθη. Ἀπόδειξις καὶ φύλλα ἀπεστάλησαν. — κ. Σπ. Παγώνη. Ἀπεστάλησαν 7 σειραὶ «Ἀπομνημονευμάτων». — κ. Ἀλέξανδρον Δελάσταν. Ἀπεστάλησαν. — κ. Σπυρ. Γουλήν. Ἐλήφθησαν φρ. 30. — κ. Π. Ἀναγνωστόπουλον. Ἐλήφθη ἀντίτιμον. Λογγρασιασμοὶ ἀκριδῆς· συνέθη λάθος. Φύλλον ἀπεστάλη. — κ. Παυσανίαν, Γ. Παπαστεργίουπούλου. Ἀπεστάλησαν. — κ. Στυλ. Α. Ἀντύπαν. Τόμοι «Ἐκλεκτῶν» καὶ «Ἀπομνημονευμάτων» ἀπεστάλησαν. — κ. Γ. Π. Λαύριον. Ὅταν ἀνατελῇ ἡ 1 Νοεμβρίου 1891 θὰ ἐστάθωμεν εἰς τὸ Η' ἔτος. Δὲν δυνάμεθα δὲ νὰ παραδεχθῶμεν ὅτι δὲν ἠννοήσατε τὸ λάθος τοῦ διεκπεριωτοῦ ἡμῶν. — κ. Ἀριστοφάνην Μπιζάκη. Ἀντίτιμον ἐλήφθη. Φύλλα «Ἐκλεκτῶν», «Ἀπομνημονευμάτων» καὶ βιβλία ἀπεστάλησαν. — κ. Ν. Γ. Στροχρότση. Ἀπεστάλησαν. — κ. Στυλιανὸν Ἀντύπαν. Ἐλήφθη ταχυρ. ἐπιταγή. Ἐγράψαμεν. — Δεσποινίδα Ἀναστασίαν Σταυροπούλου. Ἐλήφθη ἀντίτιμον συνδρομῆς; «Ἐκλεκτῶν» καὶ «Ἀπομνημονευμάτων» ἀποσταλέντων. — κ. Ἰω. Δ. Προμάην. Ἐλήφθη ἀντίτιμον συνδρομῆς σας «Ἐκλεκτῶν» τρ. ἔτους; κα' Γ', Ε' καὶ ΣΤ', ἐπίση; 240 φύλλων «Ἀπομνημονευμάτων» καὶ «Ἡμερολογίου Κυριῶν». Ἐὐχαριστοῦμεν. — κ. Π. Γριτζάνην. Ἐλήφθησαν φρ. χρ. 80. Ἐὐχαριστοῦμεν. Ἐγράψαμεν. — κ. Ν. Γεωρόπουλον. Ἐλήφθησαν φρ. χρ. 100, ἐξ ὧν ἐμετροήθηται τῷ διευθυντῇ τῆς «Φιλοκάλου Πηλεόπης» φρ. 20. Ἐγράψαμεν.