

ἀνήγγειλε διὰ μεγάλων προγραμμάτων τὴν *Altdar*. Οὕτω αἱ δύο Τραβιάται διηγωνίζοντο διὰ λαρυγγισμῶν εἰς ἀπόστασιν ὀλίγων βημάτων ἀπ' ἀλλήλων καὶ ἡ ἀνηλεὴς φθίσις ἐθέριζε καὶ τὰς δύο καθ' ἑκάστην ἐσπέραν σχεδὸν ταυτοχρόνως ἢ εἰς τόσον ὀλίγην διαφορὰν χρόνου, ὥστε οἱ θεαταὶ ἐξερχόμενοι ἀπὸ τοῦ ἐνὸς θεάτρου, ἔνθα παρέστησαν εἰς τὸν σπαρακτικὸν θάνατον τῆς μιᾶς, εἰσερχόμενοι καὶ εἰς τὸ ἕτερον, ὑφίσταντο διπλοῦν τὸ μαρτύριον παριστάμενοι καὶ εἰς τὴν ἀγωνίαν τῆς ἄλλης. Καὶ τοῦτο προήρχετο κυρίως ἕνεκα τῆς ἰσχυρογνωμοσύνης τοῦ Κωστῆ, τοῦ ἀπλοῖκοῦ καφεπώλου ὅστις ipso jure μετεμορφώθη εἰς θεατρῶν ἡ τῶν Ἰλισοιδῶν Μουσῶν καὶ ὅστις ἀπῆται ν' ἀναβιβάζονται ἐπὶ τῆς σκηνῆς τοῦ θεάτρου του τὰ εὐδοκιμοῦντα εἰς τὸ ἀντιζήλον θέατρον μελοδράματα ἄνευ δοκιμῆς καὶ, τὸ περιεργότερον, ἄνευ τῶν μουσικῶν χειρογράφων ἐνίστε! Καὶ τὰ παρατράγωδα δὲν ἔλειπον ὅτε ἡ μὲν Κωστῆς γοερῶς θρηνῶν διὰ τὴν ἀποτυχίαν του ἐπετίθετο διὰ γρόνθων κατὰ τῶν ζητούντων τὴν ἀμοιβὴν τῶν ἀοιδῶν ὅτε δὲ τὸ θέατρον ἀνεστατοῦτο, διότι μία λυχνία πετρελαίου κατέπιπτε καὶ μετέδιδε τὸ πῦρ εἰς τὸ . . . ἐν τῇ ὀρχήστρᾳ τύμπανον, τὸ δὲ κοινὸν παρίστατο ἐκπληκτικὸν εἰς τὴν φανταστικὴν ταύτην πυρπόλησιν ἄλλοτε πάλιν ἐνῶ ἤρχιζεν ἡ παράστασις. Ἐλειπεν ἀφῆνας εἰς τῶν κυριωτέρων ἡθοποιῶν. Συνέβη μάλιστα μίαν φορὰν ἐν τῇ β' πράξει τῆς *Λουκίας* νὰ λείψῃ ὁ παρὰ πάντων τῶν ἐν τῇ σκηνῇ καὶ τῇ πλατείᾳ ἀναμεινόμενος νυμφίος. Ἐνεκα τούτου οἱ γάμοι τῆς ἀτυχοῦς μνηστῆς τοῦ Λαμεμμουρ ἐκινδύνεον νὰ ματαιωθῶσι καὶ πάντες διετέλουν ἐν ἀμηχανίᾳ, ὅτε ἀπεσόβησε τὸν κίνδυνον τὸ θάρρος γηραιοῦ τινος μέλους τοῦ χοροῦ προβάντος τολμηρῶς εἰς τὸ μέσον καὶ ἀναπληρώσαντος τὸν ἀπουσιάζοντα γαμβρόν! Αἱ ἀνωμαλῖαι αὐταὶ ἐξετείνοντο καὶ μέχρι τῶν προγραμμάτων, εἰς ἃ μετεφράζετο τὸ γνωστὸν μελοδράμα τοῦ Δονιζέττη *Elixir d'amore* διὰ τοῦ: *Ἀλεξιβρόχιου* τοῦ *Ἐρωτος* (!) καὶ εἰς ἃ ἐσημειοῦτο ὅτι ὁ βαρῦτονος ὑποκριθῆσεται τὸν ὀθωμανὸν *Ἀβδουλλάχ*, διότι εἶχον παραμείνει εἰς τὸ πρόγραμμα ἀναλλοίωτα τὰ πρόσωπα καὶ ἡ διανομὴ τῶν μερῶν τῆς παραστάσεως τῆς προηγουμένης ἐσπέρας. Οἱ θαμισταὶ τῶν θεάτρων αὐτῶν θὰ ἐνθυμῶνται ἀκόμη βεβαίως πάντα ταῦτα τὰ ποικίλα ἐπεισόδια καὶ δὲν θὰ λησμονῶσι μεταξὺ ὄλων καὶ τὸν κύνα Ἐρνάνην, ἀποκληθέντα οὕτω ἕνεκα τῆς ἐκτάκτου φιλομουσίας του, διότι εἰσερχόμενος εἰς τὸ θέατρον ἄνευ, ἐννοεῖται, πληρωμῆς εἰσόδου, πρὸς ἀναζήτησιν τοῦ κυρίου του καὶ εἴτε εὐρίσκων εἴτε μὴ εὐρίσκων αὐτόν, ἀνήρχετο εἰς ἐν τῶν θρανίων καὶ παρέμενε προσεκτικῶς ἀκροώμενος

τὸ μελοδράμα μέχρι τοῦ τελευταίου ἤχου. Καὶ θὰ ἐνθυμῶνται ἀκόμη τὴν ἀγανάκτησιν, ἣν ἠσθάνετο τὸ φιλόμουσον κοινὸν τοῦ *Ἀπόλλωνος* ὅτε κατὰ τὴν στιγμὴν τῆς παθητικωτέρας μελωδίας ἀντήχουν ἐξαίφνης πιστολισμοὶ καὶ ὀρυμαγδὸς καὶ πάταγος καταχθόνιος χειροκροτημάτων ἑμμανῶν καὶ ράβδων κρουομένων ἐπὶ τῆς τραπέζης, προερχόμενος ἐκ τοῦ γειτονικοῦ *Ἄντρου τῶν Νυμφῶν*, ὅπερ ἐφαίνετο μεταβαλλόμενον καθ' ἑκάστην ἐσπέραν εἰς Ἄντρον Κυπλώπων.

ΧΑΡΑΛΑΜΠΗΣ ΑΝΝΙΝΟΣ

ΥΓΙΕΙΝΗ

ΑΙ ΧΕΙΡΕΣ ΚΑΙ ΤΑ ΧΕΙΡΟΚΤΙΑ

Ὅσον παράδοξον καὶ ἂν φανῇ ἐκ πρώτης ὄψεως τὸ κεφάλαιον τοῦτο εἰς τοὺς ἐξ ἐπαγγέλματος ὑγειολόγους, οἱ ὅποιοι οὐδὲ μνείας κἂν ἀπλῆς ἀξιοῦσιν αὐτὸ ἐν ταῖς μακραῖς αὐτῶν περὶ ὑγεινῆς συγγραφαῖς, ἔχει ἐν τούτοις καὶ τοῦτο τὸ ἐνδιαφέρον του καὶ χρῆζει τῆς ἡμετέρας προσοχῆς ὅσον καὶ τὸ περὶ λαίμου καὶ λαίμοδετων ζήτημα, περὶ οὗ ἐσχάτως ἐγράφησαν ἐν τῇ *Ἐστία* ὀλίγα τινὲς σημειώσεις.

Καὶ δὲν γνωρίζομεν ἡμεῖς πρῶτοι, ὅτι αἱ χεῖρες, διὰ νὰ διατηρηθῶσιν εἰς καλὴν κατάστασιν καὶ νὰ δύνανται νὰ ἐκτελῶσιν εὐσυνειδήτως τὰ πολλὰ καὶ ποικίλα τῶν καθήκοντα, ἔχουν ἀνάγκην πολλῶν περιποιήσεων καὶ ἀδικόπων περιθάλψεων, διότι καὶ οἱ προπάτορες ἡμῶν καὶ αὐτοὶ οἱ ἄνθρωποι τῆς Ἁγίας Γραφῆς ἐγνώριζον τοῦτο.

Δὲν ἐνθυμοῖμαι τώρα ἀκριβῶς ποῦ τῆς Πεντατεύχου τοῦ Μωϋσεῶς ἀναφέρεται τὸ πρῶτον ἢ χρῆσις τῶν χειροκτίων παρὰ ταῖς φλογεραῖς κόραϊς τῶν υἱῶν τοῦ Ἰσραὴλ, αἱ ὅποιοι ἐν ᾧ ἐφύλασσον καὶ ἐπότιζον τὰ πρόβατα τοῦ θεοῦ καὶ τὰς ἀγελάδας τοῦ πατρὸς των, ἐφρόντιζεν συχρόνως καὶ περὶ τῆς ἀβρότητας τοῦ δέρματος τῶν χειρῶν των, ὅσον καὶ αἱ μᾶλλον φιλάρεσκοι δεσποινίδες τῆς σημερινῆς κοινωνίας.

Ἄλλὰ καὶ αὐτὸς ὁ θεσπέσιος Ὀμηρος φαίνεται μὴ ἀγνοῶν τὴν ὑπαρξίν καὶ τὴν χρῆσιν τῶν χειροκτίων ἢ χειροθηκῶν, εὐχὴ βεβαίως τοιοῦτων, οἷα κατὰ μυριάδας μᾶς τὰ στέλλει ἡ Εὐρώπη, διότι ἐν τινι χωρίῳ τῆς Ὀδυσσεΐας, τὸ ὁποῖον ἀφίνω εἰς τοὺς ἔχοντας τὴν περιέργειαν καὶ τὴν ὄρεξιν νὰ τὸ εὖρωσιν, ἀναφέρει ὅτι ἐφόρει τοιαῦτα καὶ ὁ γέρον Λαέρτης.

Περὶ τῶν Περσῶν, παρ' ὧν πολλὰ πράγματα ἐδανείσθησαν καὶ αὐτοὶ οἱ διδάσκαλοι τῆς ἀνθρωπότητος, οἱ Ἕλληνες, μᾶς λέγει ὁ Ξενο-

φῶν, ὅτι τοὺς εἶδε πολλάκις φοροῦντας χειρίδας, ἤτοι χειροθήκας, δὲν ἐπιτρέπεται δ' εἰς ἡμᾶς ν' ἀμφιβᾶλλωμεν, ὅτι οἱ τε Ῥωμαῖοι καὶ οἱ Βυζαντινοί, οἱ καθ' ὅλα τὰλλα μισηθέντες τοὺς Ἀνατολίτας, ἐξήρουν τὰ χειρόκτια.

Κατὰ τὸν Μεσαιῶνα πρώτην φορὰν τῷ 815, νομίζω, ἀναφέρεται ἐπίσημως ἡ χρήσις τῶν χειροκτίων, καὶ μάλιστα ἐν τοῖς χρονικοῖς μοναστηρίου τινός Ἀλλὰ διὰ νὰ μὴ κατηγορηθῶμεν ὅτι, λησμονήσαντες τὸν σκοπὸν τῶν γραμμῶν τούτων, ἐγράψαμεν ἱστορίαν ἀντὶ ὑγιεινῆς τῶν χειροκτίων, παραπέμπομεν τὸν περιεργὸν ἀνεγνωστὴν εἰς τὰ μοναστηριακὰ καὶ περὶ ἱπποτισμοῦ συγγράμματα τῆς Δύσεως καὶ περιτοριζόμεθα μόνον εἰς τὸ νὰ ἐξετάσωμεν ἐν συντόμῳ, ἂν ἡ χρήσις τῶν σημερινῶν χειροκτίων εἶνε βλαβερὰ ἢ ὄχι.

Ἡ ἀπάντησις εἰς τὸ ἐρώτημα τοῦτο εἶνε δύσκολος ὑπὸ πολλὰς ἐπιπέσεις· διότι ἐὰν θέλωμεν νὰ συμμορφωθῶμεν κατὰ λέξιν πρὸς τὰ παραγγέλματα τῆς ὑγιεινῆς, ἢ ὅποια μᾶς λέγει ὅτι πᾶν φόρεμα, ἢ κάλυμμα καὶ εἴ τι ἄλλο ξένον ἀντικείμενον, ἐμποδίζον διαρκῶς ἢ προσωρινῶς τὴν ἐλευθερὰν κυκλοφορίαν τοῦ αἵματος εἰς τι μέλος τοῦ σώματός μας, εἶνε βλαβερὸν, τότε ἔπρεπε νὰ ρίψωμεν τοὺς πῖλους ἡμῶν εἰς τὸν ἄερα, νὰ ἐκβάλωμεν τὰ ὑποδήματά μας καὶ τὰ περιπόδια καὶ ἀπεκδυόμενοι τὸν νέον ἄνθρωπον νὰ ἐκδυθῶμεν τὸν παλαιόν. Τοῦτο ὅμως θὰ προσέκρουεν ὄχι μόνον κατὰ τῶν νόμων τῆς σεμνοπρεπείας καὶ κατὰ τῆς ὑπάρξεως τόσων ραπτῶν, ὑποδηματοποιῶν, πιλοποιῶν καὶ ἄλλων ἐργοστασιαρχῶν, ἀλλὰ θὰ ἐξέθετεν εἰς κίνδυνον προφανῆ καὶ αὐτὴν τὴν ζωὴν μας, τὴν ὅποιαν ὁ πολιτισμὸς κατορθώνει μὲ ἄλλους τρόπους νὰ μηκύνῃ.

Ἀφίνομεν λοιπὸν τὰ συνειθισμένα μας ἐνδύματα εἰς τὸν τόπον των καὶ ἐρευνῶμεν μὴ καὶ ἡ συνήθεια τοῦ νὰ μὴ φορῶμεν πάντοτε χειρόκτια εἶνε πρόληψις, ἀπαράλλακτα ὅπως εἶνε πρόληψις καὶ ἡ συνήθεια τοῦ νὰ κοιμώμεθα μὲ τὴν κεφαλὴν ὑψηλότερα τοῦ λοιποῦ σώματος, ἐν ᾧ καθὼς ἀπέδειξε πρὸ δύο ἐτῶν εἰς ἐλβετὸς φυσιολόγος, θὰ ἐξυπηρετοῦμεν πολὺ καλλίτερα τὴν ὑγιάν μας, ἐὰν ἐκοιμώμεθα μὲ προσκεφάλαιον ὑπὸ τοὺς πόδας!

Πολλὰ τέλος πάντων ὑπάρχουν τὰ ὑπὲρ καὶ κατὰ τῆς χρήσεως τῶν χειροκτίων, ἀλλ' ἡμεῖς ἀποφεύγοντες τὰς μακρηγορίας καὶ θέλοντες ὅσω τὸ δυνατόν τάχιστα νὰ φθᾶσωμεν εἰς τὸ τέρμα τῶν γραμμῶν τούτων καὶ τῶν πόθων τοῦ ἀναγνώστου δίδομεν τὰς ἀκολουθοῦσας συνταγὰς.

Αἱ κυρίαί, ὡς ἔχουσαι ἀβροτέραν τὴν ἐπιδερμίδα καὶ ἐπιθυμοῦσαι, φυσικῶ τῷ λόγῳ, νὰ διατηρήσωσι τὴν ἀπαλότητα καὶ τὴν χάριν αὐτῆς, δικαιῶνται νὰ φορῶσι χειρόκτια ὅσα-

κις ἐξέρχονται, θέρους καὶ χειμῶνος. Καὶ πάντες ὅσοι ἐπιθυμοῦν νὰ ἔχουν καλὰς χεῖρας δύνανται νὰ φορῶσι χειρόκτια, τὰ ὅποια ὅμως δὲν πρέπει νὰ εἶνε στενόχωρα, διότι τὰ τοιαῦτα ἐμποδίζουν τὴν ἀθλητὴν διαπνοὴν καὶ καθίστανται πολὺ ὀχληρὰ.

Ὑπάρχουν ὅμως καὶ ἄνθρωποι, οἱ ὅποιοι ὀφείλουν νὰ φοροῦν πάντοτε χειρόκτια καὶ οὗτοι εἶνε οἱ πάσχοντες τὴν λεγομένην *υπερίδρωσιν* τῶν χειρῶν. Διότι δύναται νὰ κοσμηται ὑπὸ τῶν μεγαλύτερων φυσικῶν καὶ ἐπικτήτων χαρισμάτων, ν' ἀγαπᾶται μέχρι λατρείας ὑπὸ φίλου ἢ φίλης—ἀλλὰ μία ὑγρὰ ἐκ τοῦ ἰδρώτος χειραψία δύναται νὰ κατασβέσῃ ἐν ἀκαρεὶ πᾶν αἰσθημα καὶ νὰ ἐμπνεύσῃ ἀποστροφὴν.

Συμβουλεύομεν λοιπὸν τοὺς νέους νὰ φορῶσι χειρόκτια, ὄχι μόνον διότι ταῦτα δύναται πολλάκις ἐν κρίσιμοις στιγμήσι νὰ τοὺς σώσωσι, ἀλλὰ καὶ διότι εἰς αὐτὰ σχεδὸν μόνον καταφεύγουν καὶ οἱ ἱατροὶ ὡς μέσα θεραπευτικὰ τῆς λεγομένης *χειροδρώσεως*.

Αὐτὰ λοιπὸν εἶνε ὅσα εἶχομεν νὰ εἴπωμεν περὶ τῶν χειροκτίων, περὶ δὲ τῆς περιποιήσεως τῶν χειρῶν σιωπῶμεν, διότι ἡ καλλίτερα αὐτῶν θεραπεία εἶνε ἡ καθαρῶτης καὶ συνεχῆς *πλυσίς*!

Ἐν Κωνσταντινουπόλει

Θ. Χ. ΦΛΩΡΑΣ.

ΚΗΦΙΣΣΙΑ

Πρόβαλ' ὁ ἥλιος ὕψηλά καὶ ἔστὰ βουνὰ χρυσιζει·
 Τὸν κάμπο τὸν ἀδρόσιστον ὁ Κηφισσὸς δροσιζει.
 Βγαίνει κ' ἡ κόρη Κηφισσία, νυφοῦλα ζηλευμένη,
 Καὶ τοῦ γλυκόλαλον νεροῦ κυρὰ καμαρωμένη.
 Ἐστὴ ῥάχη τῆς μεταξωτὰ μαῦρα μαλλιὰ μιὰ πῆχυ
 Καὶ μέσ' εἰς τὰ μαῦρά της μαλλιὰ πλεγμένο πολυτρίχ'·
 Ἐστὸ μαρμαρένιο τῆς τῆς λαϊμὸ καμαρωτὰ κοχλιδία
 Ποῦ τὴ στολίζουν περὶ καλὰ παρ' ὅλα τὰ στολίδια.
 Στέκεται καὶ κυττάζεται εἰς τὸν ποταμὸ ποῦ τρέχει
 Καὶ μὲ λαχτάρᾳ μυστικῆ τὰ πόδια τῆς τῆς βρέχει·
 «Ἄκουσε, γέρο Κηφισσέ, γυναῖκά σου θὰ γείνω!
 Μὰ θέλω νάνε κι' ὠμορφο τὸ μέρος ποῦ θὰ μείνω.
 Ἄν ἡμπορῆς τὸν τόπο αὐτὸ νὰ μοῦ τὸν ὠμορφῆνης
 Καὶ λούλουδα καὶ μυρωδιαῖς χιλιάδες νὰ μοῦ δίνης,
 Κι' ἂν εἶσαι γέρος κι' ἀσχημος γιὰ ταῖρι μου σὲ παίρνω
 Καὶ νύφη ἀκριβοθώρητη εἰς τὴν ἀγκαλιά σου γέρνω.»
 Ὁ γέρος ξετρελλάθηκε· λαχανιασμένος τρέχει
 Κι' οὐδὲ στιγμὴν ἀνάπαφιν ὁ δύστυχος δὲν ἔχει.
 Φυτεύει πράσιναῖς μυρτιαῖς, τριανταφυλλιαῖς καὶ κρίνους
 Καὶ ροδοδάφναις φουντωταῖς καὶ λυγαριαῖς καὶ σχίνους.
 Κι' ὅταν πράσινισε καλὰ τὸν ξεραμένο τόπο
 Καὶ πληρωμὴ περιέμενε γιὰ τὸν πολὺ του κόπο,
 Ἡ κόρ' ἢ πονηρόμυαλὴ τὸν γέρο τὸν ξεχνάει
 Καὶ παίρνει νιὸ τραγουδιστὴ εἰς τὸ ζηλευτὸ τῆς πλάι.

ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΜΑΝΟΣ.