

γητόν των ὡς ἀρμόζει τῇ ὑγιείᾳ των· ἐνῷ ἔτεροι, οἱ λόγιοι, περὶ ὧν ἐγένετο λόγος ἀνωτέρω, περιφρονοῦντες τὴν τροφήν καὶ θεωροῦντες ὡς τὸ μόνον θέλητρον τοῦ γεύματος τὴν συνδιάλεξιν, ἀμελοῦσι νὰ κάμωσι τὴν πρέπουσαν χρῆσιν τοῦ ἄλατος.

Τὸ ἄλλας συντελεῖ εἰς παραγωγὴν καὶ παροχὴν ὀξέος εἰς τὸν γαστρικὸν χυμὸν; Ἐνεργεῖ ἀντισηπτικῶς ἐν τῷ πεπτικῷ σωλῇ; Τὸ ἀγνοῶ. Ὅπως δὲ ἦτο, ἔχει προφανῶς καθαρτικὴν ἐνέργειαν καὶ ὑπὸ τὴν δράσιν αὐτοῦ οἱ εἰς Wiesbaden μεταβαίνοντες καὶ χρῆσιν τῶν ὑδάτων ποιοῦντες, παρατηροῦσιν ὅτι ἡ τοῦ ἐντερικοῦ σωλῆνος λειτουργία κανονίζεται εἰς βαθμὸν ἐκπληκτικόν.

Εἶναι λοιπὸν προτιμότερον καὶ ἀπλούστερον ἀντὶ νὰ πίνωμεν ὕδωρ τοῦ Vichy κατ' οἶκον, νὰ κάμνωμεν τὴν πρέπουσαν χρῆσιν ἄλατος. Δυνάμεθα δὲ νὰ συμπληρώσωμεν τὴν τοιαύτην θεραπεῖαν κάμνοντες κατὰ διαλείμματα κατ' οἶκον ἀντὶ νὰ μεταβῶμεν εἰς Wiesbaden ἢ ἄλλαχοῦ (Σημ. ἐν Ἑλλάδι εἰς Κύνον ἢ Αἰδηψόν) καὶ περὶ τὰ τριάκοντα κατ' ἔτος θερμὰ λουτρά. Θερμὸν λουτρὸν 40° E. βαθμῶν εἶνε ἀληθὲς εὐεργέτημα διὰ τοὺς ἀρθριτικούς. Ὅσον θερμότερον εἶναι, εἴτε εἶναι ἀλατούχον εἴτε μὴ, τόσον καλλίτερον ἐνεργεῖ προκαλοῦν ἰσχυράν ἐφίδρωσιν καὶ τόσον ὀλιγώτερον ἐκτίθεται ὁ λουόμενος εἰς ψύξιν, ὅταν ἐξέρχεται τοῦ λουτροῦ.

Δεν ἄξιῳ, ὅτι ἐξήντησα τὸ εὐρὺ ζήτημα τῆς δυσπεψίας τῶν ἀρθριτικῶν. Χωρὶς δὲ νὰ ἀρνηθῶ τὴν ὠφέλειαν, ἣν παρέχουσιν ἡ παρὰ ταῖς Θέρμαις θεραπεία, οἱ πρωῒνοι περίπατοι, αἱ ξηραὶ ἐντριβαὶ καὶ ἡ γυμναστικὴ, πιστεύω ὅτι ὀφείλω νὰ τοῖς συστήσω ἐν πρώτοις καὶ πρὸ πάντων τελείαν τοῦ κρέατος μάζωσιν, μετρίαν πόσιν, τὴν χρῆσιν τοῦ ἄλατος, ἥτις οὐδαμῶς αὐξάνει τὴν δίψαν, καὶ τέλος, ἐν τισι περιπτώσεσι, τελείαν ἀπὸ τοῦ οἴνου ἀποχὴν. Πιστεύω, ὅτι οἱ ἀκολουθοῦντες τὰς συμβουλὰς ταύτας δύνανται νὰ κληθῶσιν εἰς γεῦμα καὶ μετὰσχωσιν αὐτοῦ ἀτιμωρητεῖ, ἐνῷ τὰ μεγάλα γεύματα, ὅπου ἐν γένει παραβαίνουν τοὺς κανόνας τούτους, εἶναι ἀπολύτως ὀλέθρια διὰ πολλοὺς τῶν κατοίκων τῶν πόλεων.

(Μετάφρασις ἐκ τῆς Revue Scientifique.) II.

ΟΙ ΚΑΛΛΙΤΕΧΝΑΙ ΤΗΣ ΕΥΠΟΙΙΑΣ

[Ὁ ἀκαδημαϊκὸς ποιητὴς Sully Prudhomme, ἀπαγγεῖλας τὴν συνήθη ἔκθεσιν περὶ τῆς ἀπονομῆς τῶν βραβείων Μοντυῶν, ὠρισμένων πρὸς βράβεισιν τῶν κατ' ἐσχολὴν ἐναρέτων πράξεων, ὅσαι περιέχονται εἰς γνῶ-

σιν τῆς Ἀκαδημίας, συνέκρινεν ἐν προλόγῳ προσφυῶς τὴν καλλιτεχνίαν πρὸς τὴν ἀρετὴν.]

Ἀνὰ πᾶν ἔτος (εἴπεν ὁ ῥήτωρ) ἀνακηρύσσουσα τοὺς στεφθέντας παρ' αὐτῆς, ἡ Ἀκαδημία δρᾷ τὴν εὐκαιρίαν, ὅπως πλέξῃ τὸ ἐγκώμιον τῆς ἀρετῆς. Ἀλλ' ἡ ἀρετὴ ἀπολαύει ἤδη ἐξαίρετου καὶ ἐδραϊκῆς ὑπολήψεως, τὸ ἐγκώμιον δ' αὐτῆς ἐν βραχεῖ θὰ καταστῇ ὅσον δύσκολος καὶ ἡ ἐξάσκησις τῆς. Ἀνὰ πᾶν ἔτος ἤδη καθίσταται μᾶλλον τετριμμένος. Ὅταν δὲ ἔλαχε καὶ εἰς ἐμὲ τὸ ἐκ παλαιοῦ τοῦτο καθήκον, ἡ πλήρης ἐξάντλησις τοῦ θέματος μὲ ἐνέβαλεν εἰς φροντίδας. Εὐτυχῶς τυχαία τις σκέψις ἐπῆλθεν εἰς ἀρωγὴν μου. Ἐν Γαλλίᾳ, δόξα τῷ Θεῷ, αἱ ἀγαθαὶ πράξεις εἶνε ἱκανῶς πολυάριθμοι, ὥστε ἡ Ἀκαδημία, παρὰ τοὺς ἀφθόνους αὐτῆς πόρους, ἀναγκάζεται νὰ βραβεύῃ ἐξ αὐτῶν μόνον τὰς ἐπιφανεστέρας καὶ σπανιωτέρας· ἐν μᾶλλον ἐξ αὐτῶν λαμβράς πράξεις. Λαμπραὶ πράξεις! Διέβλεπον τὸ καλὸν ἐν τῷ ἥθει τοῦ ἀνθρώπου καὶ ἡ εἰσβολὴ τῆς ποιήσεως εἰς τὸ κράτος τῆς ἡθικῆς μὲ ἐνεθάρρυνεν. Ἡσθάνθην ἀληθῆ ἀνακούφισιν, ἐπὶ τῇ ιδέᾳ ὅτι ἐμελλόν νὰ πανηγυρίσω τὴν ἀρετὴν, ἀπὸ κοινοῦ μετὰ τῶν Μουσῶν, καὶ προσεπάθησα, κατ' ὄρχας διὰ τῆς φαντασίας, κατόπιν δὲ, ἐν προόδῳ πεποιηθῆσαι, νὰ προσεγγίσω, μέχρις ἐντελοῦς συναντήσεως, τὰ ὅρια τοῦ καλοῦ καὶ τοῦ ἀγαθοῦ.

Ὅταν ἐξήτασα τὸν βίον τῶν ἐφετεινῶν Ὀλυμπιονικῶν τῆς ἀρετῆς, εὗρον εὐθὺς ἐξ ἀρχῆς ὀρθὴν τὴν προσέγγισιν ταύτην. Ἀνεγνώρισα τὸ καλὸν ἐν τῇ γλυκεῖᾳ καὶ σοβαρᾷ ἄμα ἐκπλήξει, δι' ἧς πληροῖ τὴν ψυχὴν καὶ ἡ τις ἀποτελεῖ τὸν θαυμασμόν. Τὰ θαυμάσια τῆς φύσεως, τῆς ἐπιστήμης, τῆς τέχνης, πᾶν ὅ,τι τις θαυμάζει, τὸ ἀποκαλεῖ λαμπρόν. Διαικίως λοιπὸν καὶ αἱ παρ' ἡμῶν θαυμαζόμεναι ἡθικαὶ πράξεις καλοῦνται λαμπραί. Οὕτως ἐνθαρρυνθεὶς ἀπ' ἀρχῆς τοῦ ἔργου, προσέβην μετὰ θάρρους καὶ φρονῶ ὅτι ἀνεῦρον στενωπὰ τὴν συγγένειαν μεταξὺ τῶν ἀγαθῶν πράξεων, τῶν ἐναρέτων ἔργων, καὶ τῶν καλλιτεχνικῶν ἔργων.

Ἡ τοιαύτη συσχέτισις, ἐκ πρώτης ὄψεως, φαίνεται παράδοξος καὶ σχεδὸν εἰπεῖν ἀνευλαδής, διότι ἡ ἀρετὴ εἶνε ἀποχωρισμὸς ἀπὸ παντὸς ὑλικοῦ ἀγαθοῦ, ἡ δὲ τέχνη, σήμερον μάλιστα, εἶνε κυρίως ἀπόλαυσος τῶν αἰσθήσεων. Ἀλλὰ προσφεύγω ἀμέσως εἰς τὴν γνώμην ποιητοῦ, τοῦ ὁποίου δὲν δύνασθε νὰ ἀρνηθῆτε τὴν αὐθεντίαν. Ἐνθυμήθητε τί λέγει ἐν τῶν προσώπων τοῦ Κορνηλίου:

Ἡμπορεῖ τις νὰ διδῇ πολλὰ χωρὶς νὰ ὑποχρεῶνῃ
[κάνένα.

Ὁ τρόπος τοῦ προσφέρειν ἀξίζει περισσότερον ἀπὸ τὴν
[προσφορὰν.

Ὁ τρόπος τοῦ προσφέρειν εἶνε ἡ μορφή τῆς προσφορᾶς, εἶνε ἡ τέχνη αὐτῆς. Ἐν τῇ ἀγαθοεργίᾳ δ' ὡς ἐν τῇ καλλιτεχνίᾳ, ἔργον τῆς μορφῆς εἶνε ἡ διατύπωσις τοῦ αἰσθήματος, τοῦ καθοδηγοῦντος τὴν χεῖρα. Ὁβολὸς μετὰ χάριτος προσφερόμενος ἡ πηλὸς μετὰ χάριτος πλασσομένος δύναται νὰ ἀποκτήσῃ ἀξίαν ἀνεκτίμητον. Ἀλλὰ τὸ καλλιτεχνικὸν ἔργον, θὰ εἴπῃ τις, ἵνα τέρψη, πρέπει νὰ θίξῃ τὰς αἰσθήσεις, ἐνῷ ἡ ἀγαθοεργὸς πράξις δὲν ἔχει ἀνάγκην νὰ καθυδύνῃ αὐτάς, ὅπως συγκινήσῃ. Συμφωνῶ· ἡ χάρις δύναται μάλιστα λεπτῶς νὰ ἀποκρύψῃ τὴν προσφορὰν, ἀλλ' ἡ μορφή τότε εἶνε συγκι-

νητικωτέρα, δηλονότι εὐγλωττοτέρα, καὶ τοῦτο χαρκτηρίζει κυρίως τὰ καλλιτεχνικά ἔργα.

Τὸ τερπνὸν ὑπηρετεῖ ἐπιχαρίτως, ἀλλὰ δὲν χαρακτηρίζει τὴν τέχνην· χρησιμεύει ἀπλῶς ὡς ἐνδειξις αὐτῆς. Ἀμφιβάλλετε περὶ τούτου; Διατί τότε μειδιᾶτε ὅταν ἀκούετε περὶ «μαγειρικῆς τέχνης»; Διατί δὲν τὴν ἀποθαυμάζετε; Αἱ καλαὶ τέχναι τὴν ἀποκηρύσσουσιν, διότι καὶ οἱ λεπτότεροι τῶν χυμῶν οὐδὲν συναίσθημα φέρουσιν ἀπὸ ψυχῆς εἰς ψυχὴν καὶ ὑποσκελίζουν ἀλλήλους ἐν τῇ μνήμῃ, ἀντὶ νὰ συσχετισθῶσιν, ὡς οἱ ἥχοι, ὅπως ἀποτελέσωσιν ἰδίαν γλῶσσαν. Οὐχί, ὁ γαργαλισμὸς τῶν αἰσθήσεων, χάριν αὐτῶν τούτων, δὲν ἀποτελεῖ τὴν τέχνην. Ἐπικαλοῦμαι τὴν μαρτυρίαν τῶν ἐξοχωτέρων πνευμάτων, τὴν τοῦ Κορνηλίου ἐκ δευτέρου.

Βεβαίῳ λοιπὸν ὅτι ἡ ἀγαθοεργία εἶνε τέχνη, καὶ τέχνη, ἐν ἣ ἡ μορφή εἶνε οὐσιώδης ιδιότης, ἀφοῦ ἡμπορεῖ νὰ καταστήσῃ μᾶλλον παρηγορητικὴν τὴν προσφορὰν τῶν θησαυρῶν τῆς καρδίας, ἀπὸ τὴν προσφορὰν τῶν θησαυρῶν τοῦ βαλαντίου. Ἡ ἰδανικωτέρα μορφή τῆς εὐποιίας εἶνε αἰσθητὴ εἰς μόνην τὴν συνείδησιν, διότι προϋποθέτει ὅτι ὁ εὐεργετῶν ἐτήρησε τὸ μυστικὸν τῆς εὐποιίας του. Ἦνεν δὲ βεβαίως τὸ μόνον καλλιτεχνικὸν ἔργον, τὸ ἀρκούμενον εἰς τὴν εὐμένειαν τοῦ θεοῦ ὅμματος. Ἀλλ' ἡ ἀφάνεια δὲν εἶνε δεδομένη εἰς πᾶσαν ἐνάρετον πράξιν. Παραλείπομεν τὰς στρατιωτικὰς ἀνδραγαθίας, ἃς δὲν ἔχομεν ἐντολὴν νὰ βραβεύωμεν, ἀλλ' ὑπάρχουσιν ἄλλαι, ὡς αἱ διασώσεις, αἰτινές, κατ' ἀνάγκην εἶνε φανεραὶ καὶ δὴ ἐπιφανεῖς. Ἡ μορφή τῶν τοιούτων πράξεων εἶνε λαμπρά, ἕνεκα τῆς ἀπλότητος αὐτῶν μόνης, ἕνεκα τῆς αὐθορμήτου ζέσεως, τῆς μαρτυρούσης τὴν πρὸ τοῦ κινδύνου αὐταπάρνησιν. Ἡ ἀπλότης ἐν τῷ ἡρώϊσμῳ λοιπὸν εἶνε ἡ μορφή τῆς αὐταπαρνήσεως, ἐφ' ᾧ καὶ ἐπιβάλλει ἡμῖν θαυμασμὸν ἐνθουσιώδη. Ἐν τῷ ἑλέῳ, ἡ λεπτότης ἀποτελεῖ τὴν χάριν τῆς εὐεργεσίας, ἐφ' ᾧ θέλγει καὶ ἐμπνέει ἡμῖν τὸν τρυφερόν καὶ αἰμύλον θαυμασμὸν, ὃν ἐμπνέει πᾶν ὅ,τι εἶνε γλυκὺ καὶ ἐπιτυχές ἐν ταῦτῳ.

Αἱ ιδιότητες αὗται τοῦ μεγαλείου καὶ τῆς χάριτος ἀρμόζουσιν εἰς τὴν εὐποιάν, ὡς εἰς τὴν καλλιτεχνίαν, διότι ἐν ἀμφοτέραις συντελοῦσιν εἰς τὴν ἐρμηνείαν τῶν πλεονεκτημάτων τῆς ἐμπνεύσεως. Διὰ τοῦτο νομίζω ὅτι δικαιοῦμαι νὰ εἰπῶ ὅτι ἡ Ἀκαδημία, βραβεύουσα τὰς ἀγαθὰς πράξεις, βραβεύει ἀριστουργήματα καὶ στεφανοῦσα τοὺς ἐργάτας αὐτῶν, στεφανοῖ καλὰ τέχνας τῆς εὐποιίας.

K.

Τὰ σοβρώτατα, τὰ ὠραιότατα, τὰ ἀγιώτατα πράγματα δὲν ἀποδεικνύονται, ἀλλ' ἀποκαλύπτονται: ἐννοοῦμεν τὴν ἀγάπην ἀγαπῶντες, τὴν ἐλεημοσύνην ἐλεοῦντες, τὴν πίστιν πιστεύοντες.

Τὸ νὰ εὐχαριστῇται τις ἐν τῇ συναναστροφῇ ἀνθρώπων ὑπερόχων κατὰ τὸ πνεῦμα μαρτυρεῖ πνευματικὴν ἀνάπτυξιν, καὶ τάνάπαλιν πνεῦμα ταπεινὸν στενοχωρεῖται ἐν τοιαύτῃ συναναστροφῇ, ὅπως χὴν ἀναμιχθεὶς εἰς ὅμιλον κύκλων.

ΑΣΜΑΤΙΑ

B'.

Τὸ κύμβαλον ἡ χεὶρ σου ὅτ' ἐγγίζη,
τότε ἡ θεσπεσία μουσικὴ τοῦ
ἐνώπιόν μου σφαίρας ἀπατήτου
τὰς ἀτραποὺς ἀνοίγει καὶ φωτίζει.

Ὅπου ὁ λόγος παύει, καὶ ἀρχίζει
τὸ θεῖον κράτος τοῦ ἀνεκκλήτου,
ἐκεῖθεν διὰ γλώσσης αἰμιμήτου
ἡ μουσικὴ τὸ πᾶν ἐξεικονίζει.

Ἦθελα εἰς τοὺς πόδας σου νὰ πέσω,
καὶ εἰς τοὺς κόλπους σου νὰ ἀποθέσω
τὰ κάλλη τοῦ ἐπουρανίου κόσμου,

ὅσα ἡ δύναμις τῆς μουσικῆς σου,
κ' ἡ θέα τῆς περιπαθοῦς μορφῆς σου
γράφουν πρὸ τοῦ ἐξἄλλου πνεύματός μου.

Γ'.

Εἰς ποίους οὐρανοὺς με ἀναρπάξεις,
ὅταν μοῦ μειδιᾷς μετὰ μαγείας,
καὶ μ' ὀφθαλμὸν μεστὸν εἰλικρινείας
καὶ ἀφελείας παιδικῆς μ' ἐτάξεις!

Ἐν σοὶ ἀναγεννώμαι! ὁμοιάζεις
πρὸς ὄνειρον ἑαρινῆς πρωΐας!
σὺ τοὺς ἀρρήτους πόθους τῆς καρδίας
διὰ τοῦ ἔρωτός σου μοὶ ἐκφράζεις.

Ὅταν τὰ χεῖλή μου στ' ἄβρόν σου στόμα
συνθλίβω μετ' ἀγάπης διαπύρου,
κ' ἐξ ἡδονῆς σὺ τότε ἀνεκφράστου

μεθύουσα, τὸ λάμπον κλείεις ὄμμα,
ανοίγονται οἱ κόλποι τοῦ ἀπείρου,
καὶ ἡ μορφή μοῦ μειδιᾷ τοῦ πλάστου.

Δ'.

Λάμπ' ἡ Ἀκρόπολις καὶ τὸ Θησεῖον
εἰς δύσεως χρυσᾶς ἀνταναχλάσεις,
καὶ με θωπεύει, πνέουσα ἐκστάσεις,
ἀγία αὔρα ἐκ τῶν ἐρείπιων.

Μάτην, ὃ ὄραμα τῶν θαυμασιῶν,
εἰς κόσμους θέλεις νὰ με ἀναρπάσῃς,
καθ' οὓς ἐκ σμίλης καὶ γραφίδος πάσης
τὸ τέλειον ἀνέτελλε καὶ θεῖον.

Μὲ θέλγει γυναικὸς μορφή ὠραία!
τὸ παρελθὸν μοὶ φαίνεται ἔρηνμία,
μὲ σύρει τὸ παρὸν καὶ με ἐμπνέει.

Μὴ ὀργισθῇτε, πνεύματα ἀρχαῖα·
ἡ ἐμπνευσίς σας αὐτ' ἡ αἰωνία
ἐκ τοῦ ποτὲ παρόντος ὅας δὲν βέει;