

εις τὴν ὑγείην ἔργα των ἐν μέσῳ ῥυπαρῶν καὶ ἀκαθάρτων συνοικιῶν καὶ νοσηρῶν ἀναθυμιάσεων.

(Ἐπεται τὸ τέλος).

ΦΕΡΕΚΥΔΗΣ

Η ΥΓΕΙΝΗ ΤΗΣ ΚΑΛΛΟΝΗΣ

[Ἐκ τῶν τοῦ Ἰταλοῦ Paolo Mantegazza]

Συνέχεια· ἴδε σελ. 317.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΤΕΤΑΡΤΟΝ

Τὸ ἔριον εἶνε τὸ ἄριστον τῶν ὑφασμάτων. Κακὸς ἀγωγὸς καὶ καλὸς ἀκτινοβολεὺς τοῦ θερμαντικοῦ, πορῶδες, διεγερτικὸν τῆς τριχοειδοῦς κυκλοφορίας τοῦ δέρματος, κατάλληλον πρὸς κατασκευὴν ὑφασμάτων ἐλαφρῶν, τὸ ἔριον κατέχει πάντα τὰ πλεονεκτήματα ἀξιολόγου ἐνδύματος.

Μὴ φοβεῖσθε νὰ συνειθίσετε εἰς ὑπερβολικὴν ἀθρότητα διαίτης. Μεταχειρίζεσθε πάντοτε, νέοι καὶ γέροντες, περιπόδια ἐξ ἔριου τὸν χειμῶνα καὶ τὰς ἀρχὰς τοῦ ἔαρος. Φέρετε ἐσωτερικῶς τὴν φλανέλλαν ἐπὶ τέσσαρας ἢ ἐπὶ ἕξ μῆνας.

Ἐὰν εἰσθε ἀδύνατοι ἢ διατεθειμένοι εἰς ἀρρωστίαν τοῦ στήθους, φέρετε τὴν φλανέλλαν καὶ τὸ θέρος, ἀλλ' ἐλαφροτέραν.

Ἐὰν ἔχετε ἐπίδερμίδα ὑπερβολικῶς εὐερέθιστον εἰς τὴν πρὸς τὸ ἔριον ἐπαφήν, φέρετε τὴν φλανέλλαν ἐπὶ βαμβακεροῦ ὑπενδύτου, ἀλλὰ προτιμότερον εἶνε νὰ συνειθίσετε αὐτήν.

Ἡ συνήθης χρῆσις τῆς φλανέλλας ἀρκεῖ ὡς ἐπὶ τὸ πλεῖστον, ὅπως ὑπερασπίσῃ ἡμᾶς ἀπὸ συχνῶν ψυχράσεων καὶ ρευματισμῶν, καὶ προστατεύσῃ ἀπὸ τῆς φθίσεως πολὺτιμον ὑπαρξίν. Πιθανῶς οἱ Ῥωμαῖοι ἔπασχον ὀλιγώτερον ἡμῶν ὑπὸ τοῦ μιάσματος τῆς Ῥώμης (malaria), διότι ἔφερον πάντοτε ἐριούχα ἐνδύματα.

Διαρκοῦντος μεγάλου πολέμου ἐν ταῖς Ἡνωμέναις Πολιτείαις τῆς Ἀμερικῆς, ὁ ἰατρὸς Rush παρετήρησεν, ὅτι οἱ ἀξιωματικοὶ οἱ φοροῦντες ἐπὶ τοῦ δέρματος τὴν φλανέλλαν, ἦσαν πολὺ σπανιώτερον τῶν ἄλλων ἀρρώστοι.

Ὁ ἰατρὸς Ballingall παρετήρησεν, ὅτι κατὰ τὴν εἰς Ἰσπανίαν ἐκστρατείαν, τὰ στρατεύματα ὅσα ἐφόρου ἐριούχα ἐνδύματα, εἶχον τὸν ὀλιγώτερον ἀριθμὸν τῶν ἀρρώστων.

Ὁ πλοίαρχος Murray, ἀφοῦ διέτριψε δύο ἔτη μετὰ τοῦ πλοίου του ἐν τοῖς πάγοις τοῦ Λαβραδόρ, διετάχθη νὰ μεταβῇ εἰς τὰς Ἀντίλλας νήσους. Προσέθεσε τότε εἰς τὰ ἐνδύματα ἐνὸς ἐκά-

στου ναύτου, δύο ζεύγη ἐσωδράκων καὶ ὑποκαμίσων ἐκ φλανέλλας. Καθ' ἐκάστην δὲ ἐπεθεώρει προσεκτικῶς, ὅπως βεβαιωθῇ, ὅτι τὸ πλήρωμα αὐτοῦ ἔφερε τὰ ἐριούχα ταῦτα ἐνδύματα. Οἱ ἄνδρες οὗτοι δὲν ἐνόουν διατί ἔπρεπεν ἤδη νὰ ἐνδύωνται θερμότερον, ἐνῶ μετέβαινον ἀπὸ τῶν πάγων τοῦ πόλου εἰς τὸν ἥλιον τῶν τροπικῶν. Ἄλλ' ὁ πλοίαρχος Murray ἠδιαφόρει περὶ τῶν σκέψεων τούτων.

Ἐν τούτοις ἀνεχώρησε μὲ πλήρωμα 150 ἀνδρῶν, ἐπεσκέφθη σχεδὸν ὅλας τὰς νήσους τῆς Ἀμερικῆς καὶ τινὰς λιμένας τοῦ Μεξικανικοῦ κόλπου χωρὶς νὰ χάσῃ οὔτε ἓνα ἄνθρωπον, καίτοι διήλθεν ὅλους τοὺς κινδύνους τῆς ἀπὸ ἐνὸς εἰς ἄλλο ἀντίθετον κλίμα μεταβάσεως.

Ὁ ἰατρὸς Hope ἐσυνείθιζε νὰ ἐρωτᾷ πάντοτε τοὺς ἀρρώστους αὐτοῦ τοὺς πάσχοντας ἐκ πνευμονίας, ἐκ πλευρίτιδος, ἢ ἐξ ὀξείας ρευματισμοῦ, ἐὰν οὗτοι εἶχον τὴν καλὴν συνήθειαν νὰ φορῶσι φλανέλλαν. Βεβαιοῖ δέ, ὅτι οἱ πλεῖστοι τῶν ἀρρώστων τούτων ἀπεκρίνοντο, ὅτι δὲν ἐφόρου αὐτήν.

Ἐπιτραπήτω μοι μετὰ τὰς ἀνωτέρω παρατηρήσεις, νὰ προσθέσω γεγονὸς ἐξ αὐτοψίας γνωστόν εἰς ἐμέ.

Πρὸ καιροῦ ὄχι μακροῦ οἱ χωρικοὶ μας τοῦ Lago Maggiore, μόλις ἤρχετο ὁ ὀκτώβριος, ἐνεδύοντο ἀπὸ κεφαλῆς μέχρι ποδῶν διὰ κνανῶν ἐνδυμάτων ἐξ ἐριούγου ὑφάσματος ὑπ' αὐτῶν ὑφαινομένου. Ἦσαν δὲ ἐν τῇ ἐνδυμασίᾳ των ταύτῃ μᾶλλον κομικοὶ ἢ ὠραῖοι. Ἄλλ' ἤδη ἐνδύονται διὰ λινοβάμβακος καὶ δι' ἄλλων ὑφασμάτων μᾶλλον βαμβακερῶν ἢ ἐριούχων. Ὅλοι οἱ ἰατροὶ συμφωνοῦσι, ὅτι ἡ φθίσις καὶ αἱ ὀξείαι στήθικαὶ ἀρρωστίαι ἠΰξησαν μεγάλως μεταξὺ τῶν ἐν λόγῳ χωρικῶν. Εἶνε δὲ βέβαιον, ὅτι ἡ ἔλλειψις τοῦ ἐρίου συνετέλεσεν εἰς τὸ γεγονὸς τοῦτο.

Εἶχε λοιπὸν δίκαιον ὁ Σαϊξπηρος λέγων «*Ei-dos ti magikēs dunámenos ἐνοικεῖ εἰς τὴν φλανέλλαν.*»

Ὅχι ἀπὸ οἰκονομίαν, μὲ λέγετε σεῖς, ὄχι διὰ τὸν συρμόν, περιμένομεν τὰ δριμύτερα ψύχη, ὅπως φορέσωμεν τὸν ἐριούχον χιτωνίσκον ἢ τὴν φλανέλλαν, ἀλλὰ διότι δὲν θέλομεν νὰ γείνωμεν παρὰ πολὺ εὐπαθεῖς.

Δίδομεν εἰς τὰ τέκνα μας χιτωνίσκους βαμβακερούς καὶ ὄχι ἐριούχους, ὅπως ἀσκήσωμεν αὐτὰ εἰς τὰς κακοκαιρίας, ὅπως καταστήσωμεν αὐτὰ εὐρωστότερα.

Πρόληψις τοῦτο, πρόληψις, ἐλεεινὴ πρόληψις! Διότι προτιμότερον πολὺ εἶνε ν' ἀντιτασσώμεθα πρὸς τὴν βροχὴν καὶ τὰς χιόνας μὲ τὸ σῶμα καλῶς κεκαλυμμένον, ἢ νὰ μιμώμεθα δῆθεν

τὸν Σπαρτιάτην παρὰ τὴν πυρὰν τῆς ἐστίας. Προτιμότερον εἶνε ἢ ἀποκτῶμεν ὑγίειαν καὶ ὄρεξιν εἰς τὸν ἀνοικτὸν ἀέρα φέροντες θώρακα οὕτως εἶπεῖν ἐκ φλανέλλας, ἢ νὰ φρικιῶμεν καὶ νὰ τρέμωμεν κατ' οἶκον μὲ χιτωνίσκον καὶ περιπόδικα βαμβακερά.

Ὅτι εἰξεύρω νὰ σᾶς εἶπω εἶνε, ὅτι ἡ πρόθεσις νὰ δημιουργήσωμεν Σπαρτιάτας διὰ τοῦ φουράματος τῶν σημερινῶν παίδων, εἶνε πρόθεσις ἀνθρωποκτόνος, πληροῦσα τὰ νεκροταφεῖα πολλῶν θυμάτων καὶ ἀφίνουσα βίον πλήρη ἀρρωστικῶν εἰς τοὺς ἐπιζῶντας.

Ἡ μέταξα ἔρχεται εὐθὺς μετὰ τὸ ἔριον ὡς πρὸς τὰ ὑγιεινὰ πλεονεκτήματα. Διατηρεῖ τὸ θερμαντικὸν κάλλιον ἢ ὁ βάμβαξ καὶ τὸ λίνον, καὶ οὕτω ἔχει τὴν πολυτίμον ιδιότητα νὰ διδῆ εἰς τὴν ἐπιδερμίδα ἐξαισίας συναισθήσεις, τὰς ὁποίας οὔτε τὸ ἐριούχον οὔτε τὸ βαμβακερὸν ὕφασμα δύνανται νὰ παράσχωσιν.

Εἷς τινὰς ἡ μέταξα ἐρχομένη εἰς ἄμεσον πρὸς τὸ δέριμα ἐπαφήν, διαταράσσει τὴν ἠλεκτρικὴν αὐτοῦ κατάστασιν καὶ δύνανται νὰ προκαλέσῃ ἐξάνθημα. Ἀλλὰ τὸ μέγιστον τῶν μειονεκτημάτων αὐτῆς εἶνε, ὅτι εἶνε πολυδάπανος.

Τὰ μετὰξίνα περιπόδια, δι' ὃν δύνανται ν' ἀγοράσῃ αὐτὰ, εἶνε ἄριστον πρᾶγμα.

Ὁ βάμβαξ διατηρεῖ τὸ σῶμα θερμότερον ἢ τὸ λίνον, ἀπορροφᾷ ὀλιγώτερον τούτου τὴν ὑγρασίαν καὶ ἐπομένως δὲν καταστρέφει τὴν ἰδίαν ἑαυτοῦ ἀντανακλαστικὴν ιδιότητα διὰ καλοῦ ἀγωγῆς, οἷον εἶνε τὸ ὕδωρ ἀντὶ κακοῦ ἀγωγῆς οἷος εἶνε ὁ ξηρὸς ἀήρ.

Τὰ βαμβακερά ὑποκάμισα εἶνε προτιμότερα τῶν λινῶν ὑπὸ ὑγιεινῆν ἐποψιν πάντοτε μὲν, ἀλλ' ἰδίως τὸ θέρος εἰς τὰς θερμὰς χώρας, καίτοι ταῦτα δὲν δίδουσι τὰς εὐαρέστους ἐκείνας συναισθήσεις τῆς ὀρώσου, ἃς δίδει τὸ λίνον καὶ ἡ κάνναβις. Αἱ πλατεῖαι καὶ γωνιώδεις ἴνες τοῦ βαμβακεροῦ ὕφασματος διερεθίζουσι τὴν ἀβρὰν ἐπιδερμίδα, καὶ εἰς τὰς χώρας τῶν τροπικῶν, ὅπου ἡ ἐπιδερμὶς πλέον ἢ ἀλλοῦ ἔχει ἐξαισίαν ὑπερευαισθησίαν, εἶδον πολλὰς σιμιροῖτας μὴ δυναμένας κατ' οὐδένα τρόπον νὰ ἀνεχθῶσι τὸν βάμβακα οὔτε δι' ὑποκάμισα, οὔτε διὰ σινδόνας.

Τὸ λίνον διακρίνεται εἰδικῶς ἀπὸ τὰ ἄλλα ὕφασματα διὰ τὴν οἰοεὶ στρογγυλότητα καὶ τὴν μαλακότητα τῶν ἰσθῶν του, δι' ὧν τὰ ἐξ αὐτοῦ ὕφασματα ἔχουσιν ἀβρότητα καὶ μαλακότητα ἐπιζητουμένην παρὰ τῶν εὐαισθητῶν καὶ ἀπαιτητικῶν προσώπων.

Ἀλλὰ τὸ ἀριστοκρατικὸν λίνον ἔχει τὸ σπουδαῖον κακὸν νὰ ᾖ καλὸς ἀγωγὸς καὶ κακὸς ἀκτινοβολεὺς τοῦ θερμαντικοῦ, διὸ ἔχει ἀκριβῶς ἰδι-

τητας ἐναντίας πρὸς τὰς ἀπαιτουμένας δι' ἐνδύμα ὑγιεινόν. Ἐκ τούτου προκύπτει, ὅτι τὸ ὕφασμα τοῦτο τηρεῖ ψυχρὸν τὸ δέριμα. Τὸ δὲ θέρος ἀπορροφᾷ εὐκολώτατα τὸν ἰδρῶτα, ὅστις ἀντικαθιστᾷ τὸν ἀτμοσφαιρικὸν ἀέρα τὸν ἐντὸς τῶν πλεγμάτων αὐτοῦ περικλειόμενον. Ἐπειδὴ δὲ μεταβάλλεται οὕτως εἰς ἔτι μᾶλλον καλὸν ἀγωγὸν τοῦ θερμαντικοῦ, ψυχραίνει ἀποτόμως καὶ σχεδὸν πάντοτε παρακαίρως τὸ σῶμά μας.

Προσθέσατε ὕστερον τὸ ἄλλο κακόν, ὅτι τὸ ὑγρὸν δι' οὗ τὸ λίνον ὕφασμα τόσο εὐκόλως διαβρέχεται, συνεχῶς ἐξατμίζεται, καὶ ἐξατμιζόμενον ὅλον ἐν ἀφαιρεῖ ἀπὸ τοῦ δέρματος τὸ θερμαντικόν. Πολλὰ ψυχράσεις καὶ πολλοὶ ρευματισμοὶ συμβαίνουσι τὸ ἔαρ καὶ τὸ θέρος, ἔνεκα τῆς συνηθείας τοῦ φορεῖν λινὰ ὑποκάμισα.

Ἐὰν σᾶς φαίνεται παρὰ πολὺ χυδαῖον τὸ φέρειν βαμβακερὸν ὑποκάμισον, διότι εἶνε εὐθηνόν, φορέσατε ἐπὶ τοῦ βαμβακεροῦ καὶ ἄλλο ὑποκάμισον λινόν, καὶ οὕτω ἡ ὑγιεινὴ καὶ ἡ ματαιότης θὰ φθᾶσιν εἰς φιλικὸν συμβιβασμόν. Ἄλλως τε θέλω σᾶς παρηγορήσει λέγων ὑμῖν, ὅτι ἐγὼ αὐτὸς ἐγνώρισα πολλοὺς λόρδους τοῦ *West-Sud*, τοῦ ὑψηλοῦ *fashion*, οἵτινες ἔφερον πάντοτε ὑποκάμισα βαμβακερά, καὶ δὲν ἠσχύνοντο ἐπὶ τούτῳ.

Ἡ κάνναβις ὀλίγον διαφέρει τοῦ λίνου ὡς πρὸς τοὺς φυσικοὺς χαρακτῆρας τῆς.

Αἱ μηλωταὶ εἶνε διὰ τὰ κλιματὰ μας ὑπερβολικὸν σκέπασμα, καὶ μόνῃ ἡ πολυτέλεια δύναται κατὰ τὸν χειμῶνα νὰ καταστήσῃ αὐτὰς ἀναγκαῖας.

Μὲ ἔρχεται νὰ γελάσω, καὶ πλέον ἢ μίαν φοράν, ὅταν εἰς τὸ μέτριον κλίμα τῆς Τοσκάνης ἢ εἰς τὰς θερμὰς ὁδοὺς τῆς Νεαπόλεως, συναντῶμαι μετὰ τινος Κυρίου σκεπασμένου διὰ μηλωτῶν ἀπὸ κεφαλῆς μέχρι ποδῶν. Τί ἤθελον κάμει αὐτοὶ οἱ ἥρωες, ἐὰν ἦσαν εἰς τὴν Στοκχόλμην ἢ εἰς τὴν Πετροῦπολιν;

Τὰ καλῆτερα ἐνδύματα εἶνε τὰ λευκά καὶ τῷ ὄντι τὰ βαθεὰ καλούμενα χρώματα εἶνε καλοὶ ἀκτινοβολεῖς τοῦ θερμαντικοῦ, τὸ ὅποιον ἀπορροφῶσιν ἐπίσης μετὰ μεγάλης εὐκολίας, ἐνῶ τὸ λευκὸν χρῶμα ἀντανακλᾷ τὰς ἀκτίνας τοῦ φωτός καὶ τοῦ θερμαντικοῦ, καὶ εἶνε ἐπομένως καλὸς ἀγωγὸς καὶ κακὸς ἀκτινοβολεὺς, καὶ διὰ τοῦτο τὸ χρῶμα τοῦτο εἶνε κατάλληλον διὰ τὰ ἐνδύματα καθ' ὅλας τὰς ὥρας τοῦ ἔτους.

Τὸ λευκὸν χρῶμα ἐμποδίζει τὸ θέρος μὲν τὴν διάβασιν τῆς ἐξωτερικῆς θερμότητος, τὸν χειμῶνα δὲ τὴν ἀπώλειαν τῆς ἰδίας ἡμῶν θερμότητος. Πάντες γνωρίζουσι τὸ ὥραϊον πείραμα τοῦ Φραγκλίου, ὅστις ἀφ' οὗ ἐξέτεινεν ἐπὶ τῆς χιόνας τινὰ ἀπό-

μακτρα ἐκ τοῦ αὐτοῦ ὑφάσματος ἀλλὰ διαφόρως χρωματισμένα, εὔρε μετὰ παρέλευσιν χρονικοῦ τινος διαστήματος, ὅτι ἡ χιῶν ἢ καλυπτομένη ὑπὸ μελανῶν ἀπομάκτρων εἶχεν ἀναλυθῆ εἰς μεγαλύτεραν ποσότητα, ἐνῶ ἀπ' ἐναντίας εἰς πολὺ ὀλιγωτέραν ποσότητα εἶχεν ἀναλυθῆ ἡ χιῶν ἢ καλυπτομένη ὑπὸ λευκῶν ἀπομάκτρων. Ὁ δὲ Stark ἀνεκάλυψε καὶ ἄλλο πλεονέκτημα τῶν λευκῶν ὑφασμάτων, ὅτι ἀπορροφῶσιν εἰς μικροτέραν ποσότητα τὰς ὀξυσας ὕλας ἢ τὰ μελανὰ ὑφάσματα, διὸ εἶνε καταλληλότερα εἰς τούς ἰατροὺς καὶ εἰς ὅλους ἐκείνους, οἵτινες ὡς ἐκ τοῦ ἐπαγγέλματός των πρέπει νὰ εὐρίσκωνται εἰς συνάφειαν πρὸς δυσώδεις ὕλας. Εἶχον δίκαιον οἱ Ῥωμαῖοι νὰ ἐνδύωνται διὰ λευκῶν ἐνδυμάτων, καὶ εἶχε δίκαιον ὁ συρμός κατὰ τὰ τελευταῖα ταῦτα εἶη θέλων νὰ ἐπανεῖληθαι καὶ τὸν χειμῶνα εἰς τὴν χρῆσιν τῶν ἀνοικτῶν χρωμάτων.

Δὲν ἔπαυσα ἀκόμη τὸν πανηγυρικὸν τῶν ὑφασμάτων τῶν ἐχόντων ἀνοικτὸν χρῶμα. Ταῦτα ἐπιβάλλουσι πλειοτέραν καθαριότητα ἢ τὰ ἔχοντα βαθέα χρώματα, διὸ καὶ ὑπὸ τὴν ἐποψιν ταύτην καθίστανται χρήσιμα εἰς τὴν ὑγείαν.

Ὁ Balzac ἀνέγραψε τὸ ἐξῆς χρυσῶν παράγγελμα:

«Τὸ ἔξοχισμα εἶνε ἀτύχημα ἢ κηλὶς εἶνε κακοῦθεια».

Ἐσχάτως αἱ ἰατρικαὶ καὶ αἱ πολιτικαὶ ἐφημερίδες κατεφόβισαν πάντας τοὺς φέροντας περιπόδια καὶ ὑποκάμισα ἐρυθρά, διηγούμεναι, ὅτι ἀγαθὸς τις αὐτῆς τῆς Νάντης ἀπέθανε διότι ἐφόρεσεν ὑποκάμισον βαφὴν διὰ χρώματος ἐρυθροῦ ἐκ κοραλλίνης.

Καὶ οἱ χημικοὶ καὶ οἱ ἰατροὶ σχολιάζουσι τὴν περίπτωσιν, καὶ ἐκθέτουσι τὴν χημικὴν ἱστορίαν τῆς κοραλλίνης, καὶ περιγράφουσι τὰ ἀποστήματα καὶ τὰς πληγὰς τοῦ δέρματος, καὶ τὴν ἀπορρόφησιν ὕλης, ἥτις εἰσερχομένη εἰς τὸ αἷμα ἐνεργεῖ ὅπως τὰ δραστηριώτατα δηλητήρια.

Ὅλοι αὐτοὶ οἱ ἄνθρωποι ἦσαν βέβαια κατ' ἐξοχὴν ἀντιγαρβαλδῖνοι, κινδύντες πόλεμον κατὰ τῶν ἐρυθρῶν ὑποκαμίσων, καὶ παριστῶντες αὐτὰ ὡς τόσους χιτῶνας τοῦ Νήσου.

Οἱ σοφοὶ κατὰ τὴν περίστασιν ταύτην γελοῖως ἐπλανήθησαν.

(Ἔπεται συνέχεια).

ΤΡΑΓΟΥΔΙΑ ΤΟΥ ΧΩΡΙΟΥ

Ὁ γάμος τῆς Ἀιογέννητης.

— Ἄλλοι του κι' ἂν τὸν ἤξερα σὰν ποῖος ἔμαινε 'ς τὰμπέλι.
Καὶ μοῦ πατεῖ τὰ κλήματα καὶ μοῦ χαλὰ τὴ φράκτη
Καὶ τρώει καὶ τὰ σταφύλια μου τὰ μοσκομυρωδάτα.
Ἄν εἶνε σκύλος τοῦ χωριοῦ νὰ φάγῃ τὴν κεραλή του,
Κι' ἂν ἴσως εἶνε κι' ἄλεπου, κακὴ προβιά νὰ γένῃ,
Κι' ἂν ἴσως εἶνε κι' ἄνθρωπος, νὰ μὴν τὸν εὐρ' ὁ χρόνος!
Μὰ γ' ὅπως στήσῃ δόκανο καὶ τσάκας σιδερένιαις
Κι' ὅποιον νὰ πᾶ θὲ νὰ πιαστῇ καὶ θὲ νὰ ἰδῶ ποῖος εἶνε.

Αὐγὴν αὐγὴ σηκώθηκε κινᾷ καὶ πάει 'ς τὰμπέλι.
Βρίσκει τὸ δόκανο ἀνοικτὸ, τὴν τσάκα μαγκωμένη,
Μηδὲ σκυλί, μηδ' ἄλεπου, μηδ' ἄνθρωπο πιασμένο.
Ἡ τσάκα δὲ βαστᾷ μαλλί, μόνο βαστάει χρυσίδες.
Κι' ἀνάμεσα 'ς τὰ δόντια τῆς ἢ πούλια χρυσοφέγγει.
Θαμπάνει ὁ νῖος ποῦ τὴ θωρεῖ, σφαλᾷ τὰ δύο του μάτια
Καὶ πάλι τὴ μεταθωρεῖ καὶ ξεπετᾷ ἡ καρδιά του.
Σκύφτει, κρατεῖ 'ς τὰ χέρια του γυναικεῖο πασουμάκι,
Μικρὸ, καὶ χρυσοκέντητο, διαμαντοστολισμένο.
Τὸ βάνει μέσ' 'ς τὸν κόρφο του καὶ ὅπιτι του παγαίνει
Κι' ὄλο καὶ τὸ ματακυντᾷ καὶ τὸ γλυκορωτάει :
— Ἄχ, πασουμάκι μὲ ὄμορφο μὲ τὰ πολλὰ διαμάντια,
'Σάν ποιά κερά νὰ σὲ πατῇ, ποῖο ποδαράκι σ' ἔχει ;
— Μένα ἢ κερά ποῦ μὲ πατεῖ δὲν εἶνε γιὰ τάσένα,
Δὲν εἶνε μηδὲ χωριανή, μηδὲ καὶ βοσκοπούλα,
Μόν' εἶνε ἡ Ἀιογέννητη, τοῦ Ἥλιου ἢ θυγατέρα,
Ποῦ κοιμισμένη περπατεῖ κι' ὀλογορᾷ τῆς νύχτες.
Ὅλοι τοῦ λένε 'ς τὸ χωριὸ νὰ πᾶ νὰ τὸ πουλήσῃ,
Νὰ κἀνῃ βιζὸς ἀμέτρητο, νὰ γένῃ νοικοκύρης,
Κ' ἡ μάννα του ἢ διαβόλισσα μονάχα δὲν ἀφίνει :
— Σῦρε 'ς τὰμπέλι, γιόκα μου, τῆς τσάκας σου νὰ στήσῃ,
Νὰ πιάσῃ καὶ τατταίρι του γιὰ νὰ τὰ ζευγαρώσῃ.
Κι' ὁ νῖος ἀκούει τὴ μάννα του καὶ δὲν ἀκούει τὸν κόσμο.
Πάει 'ς τὰμπέλι τὴν αὐγὴν καὶ φέρνει καὶ τατταίρι.
Κι' ὄλοι τοῦ λένε 'ς τὸ χωριὸ νὰ πᾶ νὰ τὸ πουλήσῃ,
Νὰ κἀνῃ βιζὸς ἀμέτρητο, νὰ γένῃ νοικοκύρης,
Κ' ἡ μάννα του ἢ διαβόλισσα μονάχα δὲν ἀφίνει :
— Ἀπόψε τὰ μεσάνυχτα πάρε τὸν ταμπουρᾶ σου
Καὶ σῦρε 'ς τῆς Ἀιογέννητης τὰ ψηλοπαρὰθύρια,
Καὶ πές τραγούδια τῆς καρδιάς καὶ λόγια τῆς ἀγάπης
Καὶ μεσ' τὰ λόγια τὰ καλὰ καὶ τὰ γλυκὰ τραγούδια
Πές τῆς πῶς ταῦρηκες ἐσὺ τὰ δύο τῆς πασουμάκι.
Καὶ νὰ μὴ μ' ἔχῃς μάννα σου καὶ νὰ μὴ σ' ἔχω γιὸ μου,
Ἄν δὲν τὴν κἀνῃς ταίρι σου, κι' ἂν δὲν τὴν κἀνω νύφη.
Κι' ὁ νῖος ἀκούει τὴ μάννα του καὶ δὲν ἀκούει τὸν κόσμο.

— Ἐύπνα, κυρὰ Ἀιογέννητη, τοῦ Ἥλιου θυγατέρα,
Κ' ἔθγα 'ς τὸ παραθύρι σου νὰ γένῃ ἡ νύχτα ἔμερα.
Ἄσπρη, γλυκεῖα σὰ ζάχαρη, ξανθοῦλα ἄνὰ τὸ μῆλι.
Τὴ νύχτα τ' ἤθελες νὰ μ'πῆς μέσα 'εἰς ἐνὸς ἀμπέλι ;
Κορμάκι ροδοζύμωτο καὶ διαφρονουτομένο,
Ὁ νοικοκύρης εἶχ' ἐκεῖ τὸ σίδερο στημένο.
Ἐσὺ ἔχεις Λάμιας πονηρία κι' ἔχεις Νεραΐδας χάρι,
Ἐπιάστηκε 'ς τὸ σίδερο τὰφράτῳ σου ποδάρι.
Φεύγει, πετᾷ σὰν τὸ πουλί καὶ ξεγλυστρᾷ σὰν χέλι.
Ἐγλύστρησες καὶ ἔφυγες ἀπ' τὸ δικό μου ἀμπέλι.
Ἄν ἔμερα καὶ νύχτα ἔαγρυπνῶ γιὰ νὰ σε καμαρώνω
Κι' ἀπόμεινε 'ς τὸ σίδερο τὸ πασουμάκι μόνο.
Ὁθ' γένω σκλάβος ταπεινὸς 'ς τὰμετρητὰ σου κἀλλη!
Πῆγες καὶ δευτέρου νυχτιὰ καὶ πιάστηκες καὶ πάλι.
Ἐγῶχω πόνου γιὰ τὰσέ, κι' ἔχω καυμὸ μεγάλο.
Καὶ πάλι μεταγλύστρησες κι' ἀπόμεινε καὶ τᾶλλο.
Πεθαίνω, σθῶνω, χάνομαι καὶ σὺ γελᾷς μὲ ἔμενα.
Ἐγὼ τὰ βρῆκα καὶ τὰ δύο καὶ τᾶχω φυλαγμένα.
Ἐθγα 'ς τὸ παραθύρι σου νὰ φέξῃ ἡ γειτονιά σου,
Πάρε τὰ πασουμάκι σου καὶ δός μου τὴν καρδιά σου.

Γλυκοξημέρωσ' ἡ αὐγὴ κ' ἐσκόρπισαν τὰστέριχα,
Κι' ἐσκόρπισαν καὶ τὰ πουλιὰ καὶ πᾶνε 'ς τὴ βοσκή τους.
Πᾶν' ἢ λεβένταις 'ς τὴ δουλειὰ κ' ἢ λιγαριὰς 'ς τὸν τρύγο
Κ' ἡ κόρη πάει 'ς τὸ βασιλιὰ καὶ τοῦ φιλεῖ τὸ χέρι :
— Πατέρα μου, θὰ παντρευτῶ καὶ δός μου τὴν εὐχὴ σου.
— Πενῆντα βασιλόπουλα προξενιτᾶδες στείλαν
Καὶ τὰ πενήντα εἶνε καλὰ κι' ὅποιο σ' ἀρέσῃ πάρε.
— Δὲν θέλω βασιλόπουλο καὶ καστοπολεμάρχη
Νὰ σκοτωθῇ 'ς τὸν πόλεμο καὶ νὰπομείνω χήρα,
Μόν' θέλω τὸν τραγουδιστὴ ποῦ τραγοῦδᾷ τὴ νύχτα,
Ὅπως εἶνε μὲλι 'ς τὴ φωνὴν καὶ ζάχαρη 'ς τὰ λόγια
Ὅπως εἶνε ἀγάπη 'ς τὴν καρδιά καὶ χάρις γιὰ μένα.
— Μιὰ κόρη μοῦδωσ' ὁ Θεός, κι' ὅτι θελήσῃ ὅς κἀνῃ
Κι' ὅποιον διαλέξῃ γι' ἄντρα τῆς, τὸν κἀνω γιὸ παιδί μου.

Διαλαλητᾶδες βγαίνουνε καὶ διαλαλοῦν 'ς τὴ χώρα :
— Χαρῆτε, κάμποι καὶ βουνά, χωριὰ καὶ βιλαέτια!
Παντρευετ' ἢ Ἀιογέννητη τοῦ Ἥλιου ἢ θυγατέρα
Καὶ παίρνει τὸν τραγουδιστὴ, τὸν ὄμορφο λεβέντη !

ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΔΡΟΣΙΝΗΣ