

πλῶν στρατιωτῶν, ὡς ἐκ τῆς γενικῆς καὶ ἄνευ δικαιώματος πρὸς ἀντικατάστασιν ὑποχρέωσιν εἰς στρατολογίαν, ἠδύνατο νὰ γράφωσι λατινιστὶ καὶ ἑλληνιστὶ καὶ εἰς σανσκριτικὴν ἀκόμη γλῶσσαν. Ὑπελόγισαν προσέτι ὅτι μόνον κατὰ συνέπειαν τῆς διατάξεως τῆς ἐπὶ ἐνιαυτὸν στρατιωτικῆς ὑπηρεσίας τῶν εὐπαιδευτῶν ἐθελοντῶν ὑπῆρχον ἐν τῷ γερμανικῷ στρατῷ κατὰ τὸν τελευταῖον πόλεμον ὑπὲρ τὰς τεσσαράκοντα χιλιάδας νέων ἀπὸ 17-20 ἐτῶν ἐκ τῶν πανεπιστημίων, γυμνασίων ἢ προτεχνολογικῶν σχολείων. Ἄφ' οὗ αὐτοὶ μὲν οἱ ὑπάξιωματικοὶ τοῦ γερμανικοῦ στρατοῦ, ἐν Γαλλίᾳ περιφερόμενοι, ἐβίωσκον καθ' ἑκάστον τὰ τῆς γεωγραφίας αὐτῆς κάλλιον αὐτῶν τῶν Γάλλων, οἱ δὲ Γάλλοι ἀξιωματικοὶ ὑπερβάντες τὰ πρὸς τὸ Παλαινάτον ὄρια τῆς Γαλλίας ἐλάβαν ἄνευ δημοτικοῦ τινος σχολείου τὸν χάρτην τῆς Παλαιστίνης ἀντὶ τοῦ χάρτου τοῦ βυβαρικοῦ Παλαινάτου, τοῦτο τεκμηριῶ μόνον ὅτι κοινὴ ἐστὶν ἡ παιδεία παρὰ τοῖς Γερμανοῖς. Ὅτε ὅμως οἱ δυστυχεῖς Γάλλοι, ἐξ ὧρων τινων πορείας ἀποκεκμηκότες ἐβλεπον τοὺς ἐχθροὺς αὐτῶν προφθάνοντας μετὰ πολλῶν ἡμερῶν δρόμον εἰς τὸ πεδῖον τῆς μάχης ἀκμαίους καὶ φαιδρούς, ἠπόρουν μὲν αὐτοὶ καὶ ἐθαύμαζον, δὲν ἐγνώριζον δὲ ὅτι τὴν σωματικὴν βώμην καὶ τὴν σκληραγωγίαν εἶχον ἀποκτήσει οἱ Γερμανοὶ ἐν τοῖς σχολείοις ἀπὸ τῶν παιδικῶν χρόνων ἐξασκούμενοι διὰ τῆς γυμναστικῆς. Ὅποτε δὲ πάλιν περὶ τὸ Μῆτς ἢ περὶ τοὺς Παρισίους, κατόπιν πολυμύχθου καὶ αἱματηρῆς ἡμέρας κατακλιόμενοι πρὸς ἀνάπαυσιν ἢ συμπύκνοι ἐν ὑπαιθρίοις σκηνώμασι καὶ ἐν ὄπατι τῆς γῆς, ψύχει καὶ παντοίας στερήσεσιν ἐγκαρτεροῦντες, ἐφαλλον οἱ Γερμανοὶ ἐκ συμφώνου ὕμνους πρὸς τὸν Θεὸν ἢ ἐτραγῶδου ἀρμονικῶς τὰ ἐθνικὰ αὐτῶν ἔθρατα, τίς εἶχε δώσει αὐτοῖς τὴν θεῖαν αὐτὴν τῆς μουσικῆς παραμυθίαν καὶ ἐνίσχυσιν ἢ τῶν παιδικῶν αὐτῶν χρόνων τὰ ἀπλούστατα δημοτικὰ σχολεῖα; Καὶ δόξαις ἀναγγελλομένης νίκης, εἰς πᾶσαν τῆς Γερμανίας πόλιν ἤνοιγον οἱ ναοὶ καὶ ἄθροοι συνήρχοντο παῖδες, γυναῖκες καὶ γέροντες ὅπως εὐχαριστήσωσι τὸ Θεῖον, ἢ χοροστατούντων αὐτῶν τῶν δημοτικῶν ἀρχόντων ἐν τῇ πλατείᾳ τῆς πόλεως, ὡς εἶδον τοῦτο ἐν Ἀρέσδῃ, ἐφαλλε μετὰ κατανύξεως τὸ πλῆθος φάκλυν τινα τοῦ Δαυὶδ, ποῖος εἶχεν ἐμπνεῦσαι εἰς τὸν λαὸν αὐτὸν τὸ εἰς πᾶσαν σπουδαίαν του βίου περίπτωσιν τοσοῦτον σαφῶς ἐκδηλούμενον θρησκευτικὸν αἰσθημα; Ποῖος ἄλλος ἢ τὸ παράδειγμα τῶν γονέων καὶ τὰ σχολεῖα αὐτοῦ; Ἀπόρροια δὲ τοῦ θρησκευτικοῦ τούτου αἰσθηματος, ὅπερ ἐστὶν ὅλων τῶν θρησκευτικῶν δοξασιῶν καὶ δογμάτων ἀνεξάρτητον, εἶνε ἡ παρ' ἑκάστῳ συναίσθησις τοῦ καθήκοντος καὶ ἡ περὶ τὴν ἐκπλήρωσιν αὐτοῦ ἀκρίβεια. Ἄλλὰ ποῦ ἐ-

διδάχθησαν οἱ Γερμανοὶ τὸ μέγιστον αὐτὸ καθήκον; Ποῦ ἄλλου βεβαίως ἢ ἐν τοῖς σχολείοις τοῦ λαοῦ παρὰ τῶν ἀπλῶν καὶ παρ' ἄλλοις ἔθνεσι καταφρονουμένων δημοδιδασκάλων;

Δ. Σ. ΜΥΤΡΟΚΟΡΑΤΟΣ.

Συμβουλαί

ΠΡΟΣ ΝΕΑΡΑΝ ΑΡΡΑΒΩΝΙΣΜΕΝΗΝ

«Ὅταν γυμνευθῆς, κόρη μου, προσπάθησον νὰ καταστήσης εὐχαριν τὸν οἶκόν σου Δὲν εἶνε καλὸν ν' ἀφίγη ἡ γυνὴ τὸν ἄνδρα τῆς καὶ νὰ μὴ φροντίζη περὶ αὐτοῦ· πρέπει νὰ προσπαθῇ νὰ τῷ ἀρέσκη, πρέπει νὰ τῷ παρουσιάζη πάντοτε ὄψιν εὐχαριστημένην. Δὲν εἶνε ὅσον νομίζει τις δύσκολον νὰ κατορθώσῃ ἡ γυνὴ, ὥστε ὁ σύζυγός τις νὰ φέρηται πρὸς αὐτὴν πάντοτε ὡς ἐραστής. Πρὸς τοῦτο πρέπει πάντοτε νὰ παρουσιάζησαι πρὸς αὐτὸν καθαρὰ, καλοενδυμένη, εὐθυμος, νὰ ὑποφέρῃς χωρὶς νὰ παραπονήσῃς τὰς ἀναποφεύκτους εἰς ἓνα οἶκον μικρὰς δυστροπίας, πρὸ πάντων δὲ νὰ μὴ θέλῃς νὰ ἐπιδεικνύῃς ὅτι τυραννεῖσαι. Τὸ δάκρυ ἐπὶ τῆς παρεΐας κόρης, λέγει παλαιὸς τις, ὁμοιάζει πρὸς σταγόνα δρόσου ἐπὶ ἄνθους, ἀλλ' ἐνθυμοῦ πάντοτε ὅτι τὸ δάκρυ ἐπὶ τῆς παρεΐας γυναικὸς ὑπ' ἀνδρὸς εἶνε διὰ τὸν σύζυγόν τῆς σταγὼν δηλητηρίου. Προσπάθει νὰ λαμβάνῃς πάντοτε τὰ πράγματα ὑπὸ τὴν καλὴν τῶν ὄψιν, πάσχισε νὰ ἦσαι πάντοτε εὐχαριστημένη καὶ οὕτω νὰ κατορθώσῃς νὰ ἦσαι καὶ πράγματι, ὁ δὲ σύζυγός σου βλέπων σε εὐτυχῆ θὰ σὲ ἀγαπᾷ πλειότερον. Δὲν ὑπάρχει πρᾶγμα τὸ ὁποῖον νὰ κολακεύῃ πλειότερον τὸν ἄνδρα, ὅσον ἡ εὐτυχία τῆς γυναικὸς του. Εἶνε ὑπερήφανος ὅταν νοῆ ὅτι ἡ σύζυγός του εἶνε εὐτυχῆς ζῶσα μετ' αὐτοῦ, τότε δὲ αὐξάνει ἔτι μάλλον τὴν πρὸς αὐτὴν ἀγάπην του.»

ΜΙΑ ΜΑΤΗΡ.

ΑΛΗΘΕΙΑΙ

* * * Ἡ ματαιότης εἶνε οὕτω βαθέως ἐρριζωμένη ἐν τῇ καρδίᾳ τῶν ἀνθρώπων, ὥστε οὐ μόνον ὁ κτίστης, ὁ παραμάγειρος καὶ ὁ ἄχθοφόρος, ἀλλὰ καὶ αὐτοὶ οἱ φιλόσοφοι περιαιτολοῦσι καὶ ἐπιθυμοῦσι θαυμασιὰς. Ὁ γράφων βιβλίον κατὰ τῆς δόξης θηρεύει τὴν δόξαν ὅτι τὸ ἔγραψε καλῶς, ὁ δὲ ἀναγινώσκων τὸ βιβλίον, τὴν δόξαν ὅτι τὸ ἐνόησε. Τοῦ κανόνος τούτου δὲν ἐξαπῶ οὔτε ἐμαυτὸν, τὸν γράφοντα ταῦτα, οὔτε σὲ, ἀναγνώστα. (Pascal).

* * * Ἡ τοῦ πλοῦτου σπατάλη δύναται νὰ διορθωθῇ διὰ τῆς μελλούσης φειδοῦς, ἀλλὰ τίς δύναται νὰ εἴπῃ θέλω ἀναπληρῶσθαι τὴν σημερινὴν ἀπώλειαν χρόνου λαμβάνων ἐκ τῆς αὐρινῆς ἡμέρας!

* * * Ὁ φρόνιμος ἄνθρωπος πρέπει νὰ γνωρί-

ζῆ ἐν δέοντι χρόνῳ νὰ παραδέχεται καὶ νὰ παραιτῆ οὐ μόνον τῶν ἄλλων τὰς ἰδέας, ἀλλὰ καὶ τὰς ἰδικὰς του. (Joubert).

ΝΥΞ

Ἐκ τῶν τῆς Κ^α: Γυαρδέν. Μετάφρ. Α. Ρ. Ῥαγκαθῆ.

Ἴδου ἡ ὥρα. Κατ' αὐτὴν μοὶ λύνονται τὰ χεῖλη.
(Ὁ πέπλος ἀποσύρεται ἀπὸ τῶν τόπων μου δεινῶν.
Ἄμυ τὸ ἄστρον τῆς νυκτὸς τὸ πρῶτον ἀνατείλει,
ὡς ἄνθος ἡ καρδιά μου ἀνοίγεται νωπεριόν.

Ἦ νῦξ βαθεῖα, βασιλεὺς τοῦ σκότους, τῆς γαλήνης,
εἰς τὴν σιγῆν σου ἀντηχεῖ πᾶς τῆς καρδίας μου κλυμός.
Τὸ ἀσθημά μου ἄδολον σὺ βλέπεις, σὺ μὲ κρίνεις
ἄλλως ἀπ' ὅ, τι τῶν πολλῶν ὁ ἀμβλυότων ὀφθαλμός.

Σὺ μόνη τὸ μυστήριον γνωρίζεις τῆς καρδίας,
ἧτις γογγύζει ἐν σιγῇ, ἐν ᾧ τὸ χεῖλός μου γελᾷ
καὶ τῆς φιλοσοφίας μου ἠξέυρεις ὁ μανθῶνας
πῶς εἶναι πρόπαιγμα ψευδές, καλύπτον τραύματα πολλά.

Εἰς τὴν προστατίαν σου σκίον σταλάζει ἐλευθέρως
τὸ δάκρυ μου ἄδρατον, ὁ πικρὸς ῥήνος ἀντηχεῖ.
Πρὸς σέ ὁ πόνος δὲν σιγα, δὲν κρύπτεται ὁ ἔρωσ,
αὐδ' ὑποκρίνεται χαρὰν ἢ ἀθυμοσά μου ψυχῇ.

Ῥίπτω μακρὰν τὸ ῥόδιον τῆς κεφαλῆς μου στέμμα
τοῦ πένθους σῶμα ἐπ' αὐτὴν τὸ κέλυμα τὸ μελανόν.
Κύπτει τὸ μέτωπον ὠχρὸν, κλίνει θοδὸν τὸ βλέμμα,
καὶ τὴν ὑπεροψίαν μου ὁ ἔρωσ κάμπτεται ταπεινῶν.

Ἄλλ' ἤδη ὁ αὐγερινὸς προκύπτει εἰς τὸν αἰθέρα,
καὶ ἡ αὔρα πνέουσα ψυχρὰ μοὶ ἀναγγέλλει τὸ πρωί.
Ἐντός μου νῦξ ἐγείρεται ὅταν ἐκτός ἡμέρα.
Τὸ ψεῦδος πάλιν ἄρχεται καὶ ἡ ἐπιπλαστός ζωή.

Τὸ ἀκόλουθον τεμάχιον περὶ τοῦ λόγου τῶν φλεβοτομιῶν καὶ νηστειῶν κατὰ τὴν ἀνοιξιν ἀποσπῶμεν ἐκ πραγματείας «Περὶ τῆς ἐπιδοράσεως τοῦ κλίματος ἐπὶ τοῦ ἀνθρώπου» δημοσιευθείσης ἐν ταῖς ἐπιστημονικαῖς ἐμιλλῆσι τοῦ Virchow καὶ Holendorff. Ἡ ὅλη μετάφρασις τῆς πραγματείας ταύτης γενομένη ὑπὸ τοῦ κ. Σ. Μηλιαράκη ἐκδίδεται προσεχῶς. Σ. τ. Δ.

ΥΓΙΕΙΝΗ

Τίς ὁ λόγος τῶν φλεβοτομιῶν καὶ νηστειῶν κατὰ τὸ ἔαρ.

... Ἀναγκαῖον νομίζομεν ἐπίσης νὰ πραγματευθῶμεν καὶ περὶ ἄλλου τινὸς παράγοντος ἔχοντος σπουδαιότητα κατὰ τὴν ἐξέτασιν τῆς ἐπιδράσεως τοῦ κλίματος ἐπὶ τοῦ ἀνθρώπου, ἧτοι περὶ τῆς ἰδιότητος, ἣν ἔχει τὸ δέρμα τοῦ αἰσθάνεσθαι πᾶσαν ἐξωτερικὴν μεταβολὴν τῆς θερμοκρασίας, δηλ. περὶ τῆς αἰσθησεως τῆς θερμότητος.

Διὰ τοῦ δερματός αἰσθανόμεθα πᾶσαν μεταβολὴν τῆς θερμοκρασίας, μεταφερομένου τοῦ ἐρεθισμοῦ διὰ τῶν νεύρων τοῦ δερματός πρὸς τὸν ἐγκέφαλον. Ἐκ τούτου δὲ ἡ λαμβάνομεν συνειδηθῆναι τοῦ ἐρεθισμοῦ τούτου ὡς θερμότητος, ἢ ὁ ἐρεθισμὸς μεταβαίνει εἰς ἄλλας νευρικὰς ἴνας καὶ διεγείρει αὐτὰς εἰς ζωηροτέρην πῶς ἐνέργειαν. Ἐκλείποντος τοῦ ἐξωτερικοῦ τούτου ἐρεθισμοῦ τῶν δερμικῶν νεύρων, ὅπως π. χ. συμβαίνει τοῦ καιροῦ ὄντος θερμοστάτου καὶ ὑγροῦ, ἡ ἐνέργεια τῶν νεύρων ἀποβάλλει ἐν ἐκ τῶν σημαντικῶν αὐτῆς ἐρεθιστηρίων μέσων ἐκ τούτου ἐξηγεῖται ἡ μεγάλη χαυνότης, καταπόνησις καὶ ἀπάθεια τῶν πνευματικῶν λειτουργιῶν. Τούναντιον δὲ ὁμο-

θρος μετὰ τῶν βροντῶν καὶ ἀστραπῶν καὶ δὲ βορρᾶς ζωογονοῦσι τό τε σῶμα καὶ πνεῦμα τοσούτω ταχέως, ὥστε ἀδυνατεῖ τις νὰ ὑποθέσῃ, ὅτι ἡ διεγερσις αὐτῆ ἐξαρτᾶται ἐκ μόνης τῆς ἀλλοιωθείσης θρέψεως τοῦ ἐγκεφάλου.

Ὀλίγον τι παρηλλαγμένα φαίνονται ἡμῖν τὰ φαινόμενα ταῦτα, ὅταν μεταβαίνομεν κατὰ μικρὸν ἀπὸ ταπεινοτέρας εἰς ὑψηλοτέραν θερμοκρασίαν, οἷον κατὰ τὴν μετάβασιν ἀπὸ τοῦ χειμῶνος εἰς τὸ θέρος, ἢ ἐπὶ βραδείας ὁδοιπορίας πρὸς νότον. Αὐτόθι ἐπιζόμεθα βαθμηδὸν εἰς τὴν ἐλάσσονα ἀπώλειαν τῆς θερμότητος, καὶ πρὸς αὐτὴν ἀρμόζομεν τὴν πέψιν ἡμῶν καὶ ὅλας τὰς τροφὰς ἐν γένει. Ἀπομακρύνομεν τὰ θερμότερα ἐνδύματα, ὅπως διευκολύνωμεν τὴν ἀπόδοσιν τῆς θερμότητος ἢ δὲ πρὸς τροφήν χρεῖα ἐλαττοῦται αὐξανομένης τῆς θερμότητος τοῦ ἀέρος καὶ ἡ πέψις ἐπιβραδύνεται. Οὐ μόνον δὲ περιορίζομεν τὴν ποσότητα τῶν τροφῶν, ἀλλ' ἐκλέγομεν ἐξ αὐτῶν καὶ τὰς περιεχούσας ὀλιγώτερα καύσιμα συστατικὰ ἢ ὑπεκαύματα, καθ' Ἱπποκράτην. Ὡστε ἡμεῖς αὐτοὶ πλάττομεν ὄργανωσιν παράγουσαν ὀλιγώτερον θερμότητα, ἐνῶ συγχρόνως διευκολύνομεν τὴν ἀποβολὴν αὐτῆς ἐνδύομενοι ἐλαφρότερον.

Δὲν εἶνε ὅμως δυνατόν νὰ μεταβάλῃ ἕκαστος εὐκόλως τὸν τρόπον τῆς διατροφῆς αὐτοῦ διότι καὶ ἐνταῦθα ἡ ἕξις εἶνε ἐνίοτε ἰσχυροτάτη, πολλάκις δὲ καὶ τυρῆ ἀπέναντι καταφανοῦς βλάβης. Ἐκ τούτων κατανοεῖ τις διατι εἰς προτέρους χρόνους, ὅτε δὲν ἦτο τόσον γενικὴ ὅπως σήμερον ἡ μετριότης περὶ τὸ τρῶγειν καὶ πίνειν, ἐζητεῖτο δὲ διὰ θερμάνσεως μᾶλλον ἐκ τῶν ἔσω ἢ διὰ καταλλήλου ἐνδύμασις ἢ προφύλαξις κατὰ τοῦ ψύχους, οἱ ἄνθρωποι ἐθεώρουν ὡς ἀναγκαίαις πρὸς διατήρησιν τῆς ὑγείας τὰς κατὰ τὸ ἔαρ φλεβοτομίας. Ἐκ τούτων δ' ἔχομεν καὶ τὸν κύριον λόγον τῶν νηστειῶν, αἵτινες συμπίπτουσι κατὰ τὴν μετάβασιν τοῦ χειμῶνος εἰς τὸ θέρος. Εἶνε δὲ λίαν ἀξιοσημείωτον, ὅτι αἱ νηστεῖαι εἰς ἐκείνας ἰδίως τὰς χώρας εἶνε αὐστηρότεραι, ἐν αἷς ὁ χειμὼν μεταβαίνει ἀμέσως σχεδὸν, ἄνευ κυρίου ἔαρος, εἰς τὸ θέρος, ὅπως ἐν τῇ Ἀνατολῇ καὶ τῇ Ῥωσίᾳ, ἐνῶ εἰς τὰς χώρας ὧν τὸ ἔαρ εἶνε μακρότερον, ἢ τήρησις τῶν νηστειῶν εἶνε ἡπιωτέρα. Ἐνταῦθα δὲ δύναται τις νὰ θαυμάσῃ πῶς ἐνόησεν ἡ ἐκκλησία νὰ ἐπιβίβῃ τὴν σωτηρίαν τῆς ψυχῆς καὶ τοῦ σώματος διὰ κανόνων ἀναλόγων πρὸς τὰς ἀνθρωπίνας ἀνάγκας. Τέλος δὲ κατανοοῦμεν ἐπίσης καὶ διατι οἱ Ἄγγλοι οἱ δυσκόλως παραιτούμενοι τῶν θρεπτικῶν τροφῶν καὶ τῶν ἰσχυρῶν πνευματικῶν ποτῶν, προσβάλλονται πλείον ὑπὸ νόσων ἐν ταῖς χώραις τῶν τροπικῶν καὶ ἀπέρχονται τῆς ζωῆς κατὰ πολὺ μείζονα ἀριθμὸν ἢ οἱ ἐγκρατέστεροι Ἴσπανοὶ καὶ Γερμανοὶ.