



ΤΙ ΤΡΩΓΕΙ Ο ΡΩΜΙΟΣ

Φυσιδότης γερμανός ὀμιλῶν περὶ τῶν μαλακῶν τῶν ἀγρῶν καὶ ἀναφέρειν ὅτι αὐταὶ εἰς τὴν Ἑλλάδα τρώγονται ὑπὸ τοῦ λαοῦ, ἐπιφέρει ὅτι εἶνε γλωσσὴ ἢ παροιμία, ὅτι «ὄπου ἓνας γάϊδαρος ψοφᾷ τῆς πείνας ἔκει παραχορταίνουσι τρεῖς Ἑλληνες¹⁾». Ἡ παροιμία αὕτη καίτοι ἀνύπαρκτος παρὰ τῷ γερμανικῷ λαῷ, ἐγκλείει ὁμως πυρῆνα ἀληθείας πασιγνώστου, ὅτι ὁ Ἕλληνας εἶνε τρομερὰ χορτοφάγος, τρώγων ἐνίοτε βοτάνας, τὰς ὁποίας καὶ αὐτὰ τὰ ζῶα πατοῦσι περιφρονητικῶς. Δὲν εἶνε βεβαίως εἰς ὀλίγους γνωστὸν ὅτι πολλὰ τῶν ἀκανθῶδων φυτῶν τῶν κοινῶς καλουμένων γαϊδουραγκάθων τροφερὰ καὶ ἀρτίδροπα χρησιμεύουσιν ὡς τροφὴ ἐψημένα ἢ καὶ ὠμά.

Ἐὰν ἠθέλαμεν ἐνταῦθα νὰ παραθέσωμεν κατάλογον τῶν χορτῶν καὶ τῶν λαχάνων, τὰ ὁποία ὁ ῥωμιός καταβροχθίζει καθ' ἑκάστην ἀνά πᾶσαν τὴν Ἑλλάδα ἠθέλαμεν ἐκτείνειν τὸν λόγον εἰς μῆκιστον. Ἀρκούμεθα μόνον ἀναφέροντες ἐκ τῶν ἀγρίων χορτῶν ὀλίγα τινὰ χάριν παραδείγματος, οἷον τὰ διάφορα εἶδη τῶν ἀγρίων θριδάκων, τὰ βλαστάρια, τοὺς ζοχοῦς, τοὺς ἀσκολύμπρους, τὰ χρυσάνθεμα, τὰ ἀγριολάπαθα, τὰ ἀγριοβλάσταρα, τὰς κικκαλήθρας, τοὺς βορβούς, τὰς ἀγριοακυνάρας, τὰ ἀγριοσέσκουλα καὶ πλῆθος ἄλλο φυτῶν αὐτοφυῶν, μὴδ' αὐτῶν τῶν παπαρουνῶν καὶ τσικνίδων ἐξαιρουμένων. Ἐὰν δὲ εἰς ταῦτα προσθέσωμεν καὶ τὰ διάφορα εἶδη τῆς βρασσικῆς καὶ τῆς κράμβης (λάχανα, κουνουπίδια, παραπούλια, βέβαις κτλ.) τὰ ἀπαραίτητα κρόμμυα καὶ τὰ ὅλως ἰδιάζουσιν ἀποπνοίαν εἰς ὅλην τὴν Ἑλληνικὴν φυλὴν παρέχοντα σκόροδα, πάλιν δὲν λαμβάνομεν ἰδέαν τῆς χορτοφαγίας τοῦ Ἑλληνος οὔτε ἀρκεῖ νὰ προστεθῇ εἰς ταῦτα τὸ ἄφθονον ποσὸν τῶν ὄσπριων καὶ αἱ καταπληκτικαὶ ποσότητες τῶν ἐλαίων.

Ὅπως ἀκριβῶς ἐκτιμήσωμεν τὴν φυτοφαγίαν τοῦ Ἑλληνος ἔπρεπε νὰ γνωρίζομεν ἐκ στατιστικῆς πόσον κρέας καταναλίσκεται εἰς τὴν λοιπὴν Ἑλλάδα ἐκτὸς τῶν πόλεων σχετικῶς πρὸς τὸν ἀριθμὸν τῶν κατοίκων. Εἶνε γνωστὸν ἄρ' ἑτέρου ὅτι εἰς πλῆθος χωρίων καὶ κωμοπόλεων παρέργονται ἐβδομάδες καὶ μῆνες, καθ' ἃς δὲν σφάζεται οὔτε τράχος.

Πολλοὶ ἀπέδωκαν τὴν μεγάλην χορτοφαγίαν τοῦ Ἑλληνος εἰς τὸ πλῆθος τῶν νησιῶν, ἄλλοι δὲ

ἐθεώρησαν αὐτὴν ἐπιβλαβὴ καὶ μὴ κατάλληλον πρὸς ἀνάπτυξιν εὐεκτούντων καὶ ἐργατικῶν σωματῶν. Ἐπὶ τῶν δύο τούτων θεμάτων παρακαλοῦμεν τὸν ἀναγνώστην νὰ παρακολουθήσῃ ἡμᾶς κατωτέρω.

Πρὸς σαφῆ κρίσιν τίνα ἐπίδρασιν δύναται νὰ ἔχη ἢ ἐκ τοιούτων ἢ τοιούτων οὐσιῶν θρέψις τοῦ ἀνθρώπου ἀνάγκη νὰ γνωρίσωμεν πρῶτον τὰς ἐξῆς θεμελιώδεις ἀρχὰς ἐκ τῆς φυσιολογίας.

Ὡς γνωστὸν αἱ τροφαὶ διαίρουνται εἰς λευκωματώδεις, ἀμυλώδεις καὶ λιπαράς. Εἰς τὰς πρῶτας ὑπάγονται τὰ ὠά, τὸ κρέας, ἡ τυρία ἢ ἐντὸς τοῦ γάλακτος, καὶ μικρὸν ποσὸν περιεχόμενον ἐντὸς τῶν ὄσπριων. Εἰς τὰς δευτέρας ὑπάγονται πάντα τὰ σιτηρὰ (ἄρτος, πᾶσταί), τὰ γεώμηλα, ἡ ὄρυζα κτλ., ἐξ αὐτῶν συνίσταται τὸ πλείστον τῶν ὄσπριων, εἰς δὲ τὰ τρίτα ἀνήκουσιν ὅλα τὰ ἔλαια, τὰ λίπη, τὰ βούτυρα κτλ. Ἐκ τῶν τροφῶν τούτων χρήσιμοι πρὸς πλάσιν τῶν μαλακῶν μορίων τοῦ σώματος ἢ ἀνακαίνισιν αὐτῶν εἶνε αἱ λευκωματώδεις, τὰ δὲ λοιπὰ δύο εἶδη χρησιμεύουσιν ἀπλῶς πρὸς καυσίον, διὸ καὶ λέγονται τροφαὶ καύσιμοι. Τὰ δύο δὲ ταῦτα εἶδη καίόμενα διὰ τῆς ἀπανταχοῦ τοῦ σώματος γινομένης ἀναπνοῆς ἐμποδίζουσι τὴν καυσίαν τῶν λευκωματωδῶν καὶ ἐπομένως οἱ τρώγοντες μετὰ τῶν τελευταίων τροφῶν ἀμυλώδεις καὶ λιπαράς ἢ ἄλλας καύσιμους οὐσίας, οἷον οἰνόπνευμα, ζάχαρον, οἰκονομοῦσι τὸ λεύκωμα καὶ οὕτω προβαίνει ἡ θρέψις τοῦ σώματος αὐτῶν ἢ διατηρεῖται ἐν ἀκμῇ.

Αἱ ἀπλούσταται αὐταὶ, πασίγνωστοι καὶ ἀναμφισβήτητοι φυσιολογικαὶ ἀλήθειαι ὀδηγοῦσιν ἡμᾶς πρὸς εὐρεσιν τῆς καταλλήλου τροφῆς διὰ τὸν ἄνθρωπον. Ἐν πρώτοις δηλ. τάσσονται αἱ λευκωματώδεις ὡς πλαστικά σώματος, οἷον τὰ διάφορα εἶδη τῶν κρεάτων (τετράποδα, πτηνά, ἰχθύς, ὄστρεα), τὰ ὠά, ὁ τυρός, τὸ γάλα, κατὰ δεύτερον δὲ λόγον αἱ ἀμυλώδεις φυτικά οὐσίαι καὶ αἱ λιπαραὶ. Ἀλλὰ τάσσοντες τὰ κρέατα μετὰ τῶν χρησιμωτάτων τροφῶν ἐπιπίπτομεν εὐθύς ἐξ ἀρχῆς εἰς τὸ πολυθρύλητον ζήτημα ἂν ὁ ἄνθρωπος εἶνε σαρκοφάγος ἢ φυτοφάγος.

Βεβαίως δὲν εἶνε σκοπὸς ἡμῶν ν' ἀναγείρωμεν ἐνταῦθα ἐν πρὸς ἐν τὰ ἐπιχειρήματα τῶν ἀποκλειστικῶς φυτοφάγων (καρποφάγων, χορτοφάγων, ἀμυλοφάγων). Οἱ κύριοι οὗτοι ἀροῦ ἤδη ἐνηλικιωθήσαν διὰ τῆς κοινῆς διὰ κρεάτων τροφῆς βεβαίως δύνανται σήμερον νὰ εὐεκτώσι ἀποφεύγοντες ἐντελῶς τὴν σαρκοφαγίαν. Ἀλλ' ἂν ἀπεφασίζον ἀπὸ τῆς μικρᾶς αὐτῶν ἡλικίας ἢ καὶ ἐνήλικιοι γενόμενοι νὰ μὴ πίνωσι γάλα (οὐσίαν περιέχουσαν ἰκανὸν ποσὸν λευκώματος), τυρὸν κτλ. τότε θὰ ἐβλεπόν ἐπὶ τῆς ἰδίας αὐτῶν μορφῆς ἐν τῷ κατόπτρῳ τὰ προτερήματα τῆς ἀπὸ τῶν κρεάτων τροφῆς. Παραλείποντες τὴν ἀνυπόστατον καὶ ὅλως μὴ ἐπιστημονικὴν γνώμην ὅτι τὸ κρέας προκαλεῖ διαφόρους ἀσθενείας (ἐννοεῖται ὅτι ἐννοοῦμεν πάντοτε τὸ κρέας ἐψημένον) ἀναγείρωμεν καὶ τὸ ἐπιχείρημα τῶν οἴλων τῆς φυτοφαγίας καθ' ὃ καὶ αὕτη ἡ φύσις ὑπέδειξεν εἰς τὸν ἄνθρωπον τὴν ἀποχὴν ἀπὸ τῶν κρεῶν, κατασκευάσασα τοὺς ὀδόντας αὐτοῦ πρὸς φυτοφαγίαν ἐπιτηδείους.

¹⁾ Wo ein Esel Hungers stirbt da leben drei Griechen wohl auf.

Τοῦτο εἶνε ἀληθές· καὶ οἱ προπάτορες τοῦ ἀνθρώπου, οἱ ἀνθρωποειδεῖς πίθηκοι γορίλλας, χιμπαντζῆς, οὐραγγουτάγγος καὶ γίββων, εἶνε ζῶα καθαρῶς φυτοφάγα. Ἀλλὰ τίς δύναται νὰ πείσῃ ἡμᾶς ὅτι ἡ ἀνθρωπότης ἐδιδάχθη διὰ τῆς σαρκοφαγίας καὶ ὅτι ἡ βρώσις τῶν σαρκῶν δὲν συνετέλεσεν αὐτὴ κυρίως ὅπως ὁ ἀνθρώπος γείνη ὁποῖος εἶνε τὴν σήμερον;

Τέλος δὲ ἵνα ἀναγράψωμεν τὸ τελευταῖον ἐπιχείρημα κατὰ τῆς ἀποκλειστικῆς φυτοφαγίας, ἀναφέρομεν ἐνταῦθα ὅτι κατὰ τὰς τελευταίας στατιστικὰς πληροφορίας, οἱ φυτοφαγοῦντες γηράσκουσι λίαν ἐνωρίς ἢ τοῦλάχιστον φαίνονται κατὰ πολλὰ ἔτη γηραιότεροι. Ἐννοεῖται ὅτι τὸ τελευταῖον τοῦτο γεγονός εἶνε τὸ ἰσχυρότατον ἐπιχείρημα κατὰ τῶν πολεμίων τῆς κρεοφαγίας, καθόσον ἂν οὐχὶ ἄλλο εὐθὺς ἀπὸ τοῦδε θ' ἀπόσχωσι τῆς ἀποκλειστικῆς φυτοφαγίας, τὸ τρυφερόν ἡμῖς τοῦ ἀνθρώπινου γένους, αἱ γυναῖκες.

Καὶ ἐκ θεωρητικῶν λοιπὸν λόγων καὶ ἐκ τῆς παγκοσμίου πείρας πεπιθόμεθα ὅτι ὁ ἀνθρώπος εἶνε προσηρμοσμένος πρὸς τροφὴν μικτὴν, καὶ ὅτι μετὰ τῶν πλαστικῶν οὐσιῶν, ἦτοι τοῦ λευκώματος (κρέατος κτλ.) ἀνάγκη νὰ καταβροχθίζῃ καὶ οὐσίας λιπαράς, ἀμυλῶδεις κτλ.

Τούτου τεθέντος ὡς ἀληθοῦς, γεννᾶται τὸ ζήτημα, τίνας τροφαὶ ἐκ τῶν τριῶν τούτων τάξεων ἀνάγκη νὰ εἶνε ἀφθονώτεραι καὶ συχνότεραι εἰς τὸν ἀνθρώπον καὶ ἐπομένως τίνα εἶδη τροφῆς εἶνε εἰς αὐτὸν ὠφελιμώτερα.

Ἐπὶ τοῦ ζητήματος τούτου ἐγένοντο πολυάριθμοι ἐπιστημονικαὶ ἔρευναί, ὅπως ἐν γένει ἐπὶ τοῦ ζητήματος τῆς λειτουργίας τῆς πέψεως τῶν ζῴων καὶ τοῦ ἀνθρώπου. Εἶνε καταπληκτικαὶ αἱ ἄπειροι παρατηρήσεις ὡς πρὸς τὴν θρεπτικὴν δύναμιν τῶν ποικίλων τροφῶν, αἱ χημικαὶ ἀναλύσεις τῶν οὐσιῶν ἐξ ὧν συνίστανται αἱ συγκροτήσεις τῶν διαφόρων τροφῶν ἐπὶ διαφόρων ζῴων ὡς πρὸς τὴν παραγωγὴν σαρκῶν, λίπους, δυνάμεων, αἱ στατιστικαὶ πληροφορίες περὶ τῆς θρέψεως τοῦ ἀνθρώπου κτλ. Ἐνταῦθα δὲν σκοποῦμεν, ὡς εἰκός, νὰ συμπαρασύρωμεν τὸν ἀναγνώστην οὔτε μακρόθεν εἰς ἐπιθεώρησιν τῶν ἔρευνῶν τούτων. Σκοπὸς ἡμῶν εἶνε νὰ δεῖξωμεν εἰς αὐτὸν διὰ βραχείων ἐπὶ τίνων λόγων στηρίζεται τὸ εἶδος τῆς τροφῆς τοῦ Ἑλλήνος, καὶ ἂν δύναται οὗτος νὰ διακηρήσῃ τὰς δυνάμεις αὐτοῦ τρεφόμενος ὅπως τρέφεται.

Ὡς πρὸς τὴν τροφὴν αὐτοῦ ὁ Ἕλλην ὡς γνωστὸν χαρακτηρίζεται ὡς λιτός, καὶ δικαίως. Ἄρτος καὶ κρόμμυμα, ἄρτος (κροῖθινος, σίτινος ἢ ἀραβόσιτινος) μετὰ ἐλαιῶν, ἄρτος μετὰ τυροῦ καὶ σταφυλῶν, ἄρτος μετὰ ὀλίγων καρπῶν ἢ λαχάνων, ἐνίοτε ἄρτος καὶ συντεθλασμένα σπόροδα εἶνε τὸ σύνθηρος γεῦμα τῶν ἐργατῶν, τὸ ὁποῖον σπανίως συμπληροῦται καὶ διὰ τῆς πόσεως μικροῦς δόσεως ῥητινίου. Ἡ αὐτὴ λιτότης παρατηρεῖται καὶ οἴκοι εἰς τὴν οἰκογένειαν. Τὰς πλείστας ἡμέρας τοῦ ἔτους κάθηται αὕτη παρὰ ἀχνίζουσαν γαβάθην, ἢ δὲ ὀσμὴ τῶν ἐρεβίνθων ἢ φασιόλων ἢ τῶν βραστῶν χόρτων πληροῖ «τὸ μέλαθρον». Τὸ κρέας εἶνε καθημερινὴ τροφή μόνον

τῶν κατοίκων τῶν πόλεων καὶ πάλιν οὐχὶ ὄλων ἢ τῶν λίαν εὐπόρων τάξεων τῶν ἐπαρχιῶν. Ἐν τούτοις καὶ ἡ ἐργατικὴ τάξις καὶ ἡ ἀγροτικὴ καὶ ἐν γένει ἅπανα ἢ πολυπληθεστάτη, μὴ συχνὰ κρεοφαγοῦσα τάξις τῶν πολιτῶν, εἶνε τόσον ἀκμαία κατὰ τὸ σῶμα, ἰσχυρὰ καὶ ἐργατικὴ ὅσον καὶ αἱ ὅμοιαι τάξεις τῶν κρεοφάγων λαῶν, ἴσως δὲ εἶνε καὶ ἡ σχετικῶς μακροβιωτέρα.

Ἐὰν ὡς πρὸς τὴν τροφὴν παρατηρήσωμεν καὶ ἄλλους μεσημβρινούς λαούς θὰ εὐρωμεν ἐπίσης τὴν αὐτὴν λιτότητα ὡς πρὸς τὸ κρέας τοῦλάχιστον, οἶαν καὶ παρ' ἡμῖν. Ὁ πτωχὸς Ἴταλός π.χ. τόσον σπανίως φαίνεται τρώγει κρέας ὥστε θέλω νὰ δεῖξῃ πόσον νόστιμον εἶνε φαγητόν τι, λέγει ὅτι εἶνε καλὸν ἴσῃ κρέας (e buone come la carne).

Τὰ γεγονότα ταῦτα φαίνονται κατ' ἀρχάς εἰς ἀντίθεσιν πρὸς τὰ πορίσματα τῆς φυσιολογίας, καθ' ἃ μόνον τὸ κρέας, τὸ γάλα, τὰ ὠά κτλ. εἶνε αἱ πλαστικαὶ σώματος καὶ παραγωγοὶ δυνάμεων τροφαί. Ἐν τούτοις τὸ πρᾶγμα δὲν ἔχει οὕτως, διότι ἡ φυσιολογία δὲν λέγει ὅτι τὸ σῶμα ἔχει ἀνάγκην κρέατος, ἢ ὠῶν, ἢ γάλακτος, ἀλλὰ γενικῶς λευκώματος, ἐξ οἰασδήποτε πηγῆς καὶ ἂν προσπορίζεται τοῦτο ὁ ἀνθρώπος. Διὰ τὸ ζωϊκὸν σῶμα εἶνε ἀδιάφορον ἂν τὰ μαλακὰ αὐτοῦ μέρη πλάσσονται ἀπὸ τοῦ λευκώματος τοῦ χοιρείου κρέατος ἢ τοῦ ἐρυθροῦ γαβιαρίου ἢ τοῦ τῆς φακῆς καὶ τῶν λοιπῶν ὀσπρίων. Ἐκ τούτου ἔπεται ὅτι ὁ ἀνθρώπος σχηματίζει μῦς ἢ ἐγκέφαλον, νεῦρα καὶ ἄλλα διάφορα ὄργανα καὶ ἐκ τοῦ φυτικῶν λευκώματος, ἀρκεῖ τοῦτο νὰ εἰσαχθῇ εἰς ἱκανὴν ποσότητα ἐντὸς τοῦ στομάχου του καὶ μετ' οὐσιῶν γωνευομένων, ἀπαραλλάκτως δηλ. ὅπως καὶ ὁ βοῦς καὶ ὁ ἵππος καὶ ἄλλα ζῶα πλάττουσι τὰς σάρκας αὐτῶν καὶ ἀντλῶσι δυνάμεις ἀπὸ τοῦ ξηροῦ χόρτου, τὸν ὁποῖον τρώγουσι καὶ ἐντὸς τοῦ ὁποῖου περιέχεται μικρὰ ποσότης λευκώματος. Ἄλλ' ἵνα ὁ ἀνθρώπος εἰσαγάγῃ εἰς τὸ σῶμα αὐτοῦ τὸ ἀπαιτούμενον ποσὸν λευκώματος, πρέπει νὰ καταβροχθίσῃ ἱκανὰ ποσὰ φυτικῶν οὐσιῶν καὶ ἐπομένως πρέπει νὰ ἔχῃ ἰσχυρὸν στόμαχον ὅπως πέψῃ αὐτάς. Ἴδου δὲ ὁ λόγος, διὰ τὸν ὁποῖον ὁ κάτοικος τῶν πόλεων, ὁ λόγιος, ὁ ὑπάλληλος, ὁ διαρκῶς κηθήμενος ἔμπορος δὲν δύναται νὰ τραφῇ δι' ἐρεβίνθων ἢ φασιόλων, ἐνῶ ὁ χωρικός τρέφεται, διότι ὁ δεύτερος ἔχων ἰσχυρὸν τὸν στόμαχον πέπτει μεγάλα ποσὰ τῶν τροφῶν τούτων καὶ ἐπομένως εἰσάγει τὸ αὐτὸ ποσὸν λευκώματος, τὸ ὁποῖον αἱ σαρκώδεις τροφαί, τὰ ὠά κτλ. περιέχουσιν εἰς πολὺ μικρότερον ὄγκον καὶ μεμιγμένον μετὰ ὀλιγώτερον δυσπέπτων οὐσιῶν.

Ἐκ τῶν φυτικῶν οὐσιῶν περισσότερον λευκώμα περιέχουσιν οἱ μύκητες καὶ τὰ ἀμύγδαλα, κατὰ δεύτερον λόγον ἔρχονται τὰ ὀσπρια καὶ κυρίως ἡ φακὴ, καὶ κατὰ τρίτον λόγον τὰ σιτηρὰ (σίτος, κροῖθι, ὄρυζα, ἀραβόσιτος κτλ.), τελευταῖα δὲ τέλος ἔρχονται τὰ χόρτα, τὰ λάχανα, οἱ καρποί.

Ἐκ τῶν φυτικῶν τούτων οὐσιῶν παρασκευάζωμεν ὁ Ἕλλην συνήθως τὴν τροφὴν του καὶ ὡς ἐκ τῆς ἐσθνηίας αὐτῶν εἰσάγων εἰς τὸν στόμαχον ἀφθονώτερον ποσὸν παρέχει εἰς τὸ σῶμα του ἀρκούσαν

ποσότητα λευκώματος μετὰ τῶν λοιπῶν ἐπίσης χρῆσιμων οὐσιῶν ἀμυλωδῶν καὶ λιπαρῶν. Μὴ λησμονώμεν δὲ ὅτι μετὰ τῶν λαχάνων, χόρτων καὶ καρπῶν ὁ Ἕλλην οὐχὶ σπανίως ἀρτύνει τὸ λιτὸν δειπνον καὶ διὰ πασθῆς ἀρίστης, σκόμβρου, σαρκίνης ἢ τυροῦ καὶ ὅτι τὸ ὀλίγον ποσὸν τοῦ λευκώματος τὸ περιεχόμενον ἐντὸς τῶν ζωϊκῶν τούτων τροφῶν συνοδεύομενον ὑπὸ ἀφθόνων ἀμυλούχων καὶ λιπαρῶν ἢ ἐλαιωδῶν οὐσιῶν ἐπαρκεῖ πρὸς κάλυψιν τῆς ἀνάγκης τοῦ σώματος. Πόσον ποσὸν λευκώματος χρειάζεται τὸ σῶμα, δὲν εἶνε ἐξηκριβωμένον, οὔτε εἶνε δυνατὸν νὰ ὀρίσθῃ δι' ἕκαστον ἄνθρωπον· φαίνεται ὅμως ὅτι τοῦτο δὲν εἶνε μέγα, διότι ἄλλως δὲν θὰ ἠδύνατο ὁ βοῦς καὶ ὁ ἵππος, ὡς εἶπομεν καὶ ἀνωτέρω, νὰ παραγάγῃ μῦς καὶ δυνάμεις διὰ τοῦ ἐλαχίστου ποσοῦ τοῦ λευκώματος τοῦ χόρτου. Ἐὰν ἦτο δυνατὸν νὰ ἐγνώριζεν ὁ ἄνθρωπος πόσον ὀλίγη τροφή ἔχει ἀνάγκη, καὶ ἂν δὲν ὄθουεν αὐτὸν εἰς ἐκλογὴν τῆς τροφῆς του ἢ ἐπίδειξις καὶ ἡ γαστριμαργία, τίς οἶδε ὅποια οἰκονομία χρήματος θὰ ἐπῆρχετο καὶ κατὰ πόσον ὁ βίος θὰ καθίστατο ἰδανικώτερος, ἀπαλλασσομένον τοῦ ἀνθρώπου τῆς φροντίδος πρὸς ἀπόκτησιν πολλῶν χρημάτων ὅπως τρώγῃ ἀφθόνως.

Παρ' ἡμῖν ἕνεκα τῆς θερμότητος τοῦ κλίματος δὲν ἔχει ἀνάγκη τὸ σῶμα ν' ἀναπτύξῃ μεγάλην ποσότητα θερμότητος πρὸς ἀντίστασιν κατὰ τοῦ ψύχους. Διὸ πληροῦται μὲν ὁ στόμαχος καὶ ἐγείρεται πληρέστατα τὸ αἶσθημα τοῦ χορτασμοῦ ἀλλὰ πολὺ ὀλίγα οὐσίαι μεταβαίνουν εἰς τὴν κυκλοφορίαν. Τὸ πλεῖστον αὐτῶν, ὂν ζυλωδῶδες καὶ ἄπεπτον ἢ ὑδατοβριθές, ἐξέρχεται τοῦ ἐντερικοῦ σωλήνος κατὰ ποσὰ μέγιστα ἢ ἐξατμίζεται διὰ τῶν πνευμόνων καὶ τοῦ δέρματος εἰς ὕδωρ. Ἡ χορτοφαγία ἐπομένως τοῦ ῥωμιοῦ ἐνῶ δὲν ἀποστερεῖ αὐτὸν τοῦ λευκώματος καὶ διατηρεῖ τὰς δυνάμεις αὐτοῦ ἀκμιαίας, ἐπιβάλλεται ἀπ' ἐτέρου ὑπὸ τοῦ κλίματος, διότι ἄλλως πολλὰ λευκωματώδεις, ἀμυλωδῶδες καὶ λιπαρὰ τροφαὶ θὰ ἦσαν περιττὰ καὶ οὐδόπως χρήσιμοι εἰς τὸ σῶμα.

Σ. ΜΗΛΙΑΡΑΚΗΣ

ΤΟ ΣΟΥΝΙΟΝ ΚΑΙ ΟΙ ΚΥΝΗΓΟΙ

Προχωρῶν πρὸς τὴν Ἀγριλέξαν εἰσδύω ἤδη μεταξὺ πυκνοτέρων ὀμίλων κυνηγῶν.

Ἡ Ἀγριλέξα καίεται κατὰ τὸ ὕψος τῶν τηλεγραφημάτων περὶ τῶν ἐν ταῖς ἐπαρχίαις τῶν ὑποδοχῶν τῶν πολιτευομένων.

Ἄλλὰ ἐδῶ σφυρίζουν καὶ τὰ σφαιρίδια περὶ ἐμέ, ὡς ἐχιδναί.

Μοῦ ἔκαμε δὲ πολλὴν ἐντύπωσιν ἡ καθ' ὅλην τὴν γραμμὴν συναυλία τῶν φωνῶν καὶ βλασφημιῶν απευθυνομένων εἰς τοὺς σκύλους· συναυλία, ἡ ὅποια δίδει παράδοξον χρωματισμὸν εἰς τῆς μάχης τὴν ἰαχὴν.

Διότι καὶ οἱ μᾶλλον εὐηγημένοι κύριοι καὶ αὐτοὶ ἀκόμη οἱ φιλογενεῖς ἀγγλοέλληνες, οἱ ὅποιοι ἐν Ἀθή-

ναις ὀμιλοῦν κατὰ τὸ ὑπόδειγμα τοῦ ἰδανικοῦ των, τοῦ Τζῶν Μπούλ, μὲ ῥαμμένα τὰ χεῖλη καὶ συνεσφιγμένους τοὺς ὀδόντας, ὡς νὰ ἔχουν πάντοτε πλήρες τὸ στόμα μὲ βόρακα, τανίνην ἢ στυπτηρίαν, ἐκεῖ εἰς τὸ βουνόν, ἀνοίγουν στόμα δεκάπηγυ καὶ βλασφημοῦν, κατὰ τρόπον, ὅστις θὰ ἔκαμνε τὸν τολμηρότερον κουτσαβάκη νὰ ἐρυθριάσῃ, τὸν δὲ Σατανᾶν νὰ σταυροκοπηθῇ μετὰ δέους. Ἄφης το μωρέ, ἢ μωρή, κατὰ τὴν διαφορὰν τοῦ φύλου, πίσω μωρέ, θὰ στῆν ἀνάψω μωρέ· καὶ ἀναμιξὲ ὁ σταυρός, ἢ πίστις, ἢ Παναγία καὶ ὅλον τὸ ἀχιολόγιον.

Καὶ τὸ χειρότερον εἶναι ὅτι λαμβάνει καταπληκτικὴν ἔντασιν ἡ φωνὴ εἰς τὴν ἐρημίαν. Ἐνῶ ἤμην ἀρετὰ μακρὰν, ἐνόμιζα ὅτι ἐκάστην τῶν βλασφημιῶν αὐτῶν ἀπήγγελλεν ἐν χορῷ στρατὸς ὀλόκληρος, ὅπως τοὺς ὕμνος πρὸς τὸν Κύριον ὁ Στρατὸς τῆς Σωτηρίας. Ἄλλ' ἔχουν καὶ ὀλίγον δίκαιον οἱ ταλαίπωροι κυνηγοὶ νὰ ἀφίνουν ὀλίγον τοὺς ἀβροῦς τρόπους καὶ νὰ φέρωνται σκυλίσια πρὸς τοὺς σκύλους των.

Διότι ἐπέστην ἐκ τῆς πείρας ὀλίγων ὥρῶν, ὅτι αὐτοὶ οἱ σκύλοι καὶ ἄγιον ἀκόμη ἠμποροῦν νὰ κατορθώσουν νὰ τὸν κάμουν φοιᾶ.

Δὲν λέγω τοῦτο διὰ τὸν σύζυγον τῆς Φαύστας, ἄγιον, διὰ τὸν ὅποιον δὲν θὰ ἐχρειάζετο δὲ καὶ πολὺς κόπος νὰ τὸ κατορθώσουν, ἀλλὰ δι' ἄλλους ἀγίους ἔχοντας ὀλιγωτέραν οἰκειότητα πρὸς τὸ αἷμα.

Τόση ἤδη εἶναι ἡ ἔντασις τοῦ πυρός, ὥστε ἕκαστος εἰς ἕν μόνον ἀποβλέπει, πῶς νὰ δυνηθῇ νὰ ἐξέλθῃ τοῦ πυρίνου ἐκείνου κύκλου ἀνευ ἀβαρίας, ἐνῶ ἐπανειλημμένα κραυγαί, ἄχ! Μὲ ἐσκάγιωσαν, ἄχ, μὲ ἐστράβωσαν! ἀνηγοῦν πενθίμως, ἐν ἀρμονίᾳ παθητικωτάτῃ πρὸς τοὺς οὐρλισμοὺς τῶν τραυματιζομένων σκύλων.

Εἰς τὸ κρισιμώτερον ἰδίως σημεῖον τοῦ κινδύνου εὐρίσκειται εἰς παχυτάτος κύριος, ὁ ὅποιος εἰς κανὲν βέριτας δὲν δύναται νὰ εἶναι καταχωρισμένος μὲ διαστάσεις μικροτέρας τῶν ὀκτακοσίων τόνων ἐκτοπισμοῦ. Ἡ ῥόβη τῆς ἀποπληξίας ἐξυρισμένη κεφαλὴ του, καὶ ὁ τράχηλος, θεώμενα ὀπισθεν, μοῦ ἀνέμνησαν τοὺς εὐγενεῖς ἐκείνους χοίρους τοῦ Γιόρκα-σχίρ, ὧν τὸ ἀριστοκρατικὸν γένος θαυμάζεται εἰς τὰς κτηνοτροφικὰς ἐκθέσεις καὶ οἱ ὅποιοι φιλοτεχνοῦν τὰ ὠραιότερα ζαμπόν. Ἐφόρει πελωρίαν κάσκαν, ἥτις ἔφθανε μέχρι τῆς ρινός καὶ τοῦ ἐκάλυπτε τὰ ὦτα, ὡς νὰ εἶχε πέση καὶ στερεωθῇ ἐπὶ τῆς χονδρᾶς κεφαλῆς του ὁ μέγας κώδων τῆς ῥωσικῆς ἐκκλησίας. Φέρον τὴν χεῖρα πρὸ τῶν ὀφθαλμῶν, τεταμένην ἐν σχήματι ἀσπίδος, καὶ ὑποχωρῶν ἐν τάξει, ὅπως ἐξέλθῃ τοῦ φαύλου τούτου κύκλου, ἐκραύγαζε στεντορεῖως. Παύσατε πῦρ! Παύσατε πῦρ!

— Ἐπροεπε νὰ ἔχετε κοντὰ σας ἕνα σαλπικιτῆ, τῷ εἶπον διερχόμενος, πῶς τὸν ἐξεγάσατε; Χωρὶς σαλπικιτῆ δὲν ἠμπορεῖτε νὰ μεταβιβάσετε ἐδῶ τέτοια προστάγματα. Στείλετε τοῦλάχιστον τὸν ὑπασπιστὴ σας εἰς τὰ διάφορα σημεῖα τῆς μάχης.

Καὶ τῷ ἐδείκνυον τὸν ὀπισθεν του λοῦστρον, τὸν ψυχογυῖον.

Μὲ παρετήρησε βλοσυρῶς χωρὶς νὰ ἀπαντήσῃ. Ἐγὼ δὲ ἔτι μᾶλλον προπετῆς ἐπαναλαμβάνω.