

ΠΕΡΙ ΠΑΙΔΩΝ ΑΓΩΓΗΣ.

ΕΙΧΕ δίκαιον ὁ Κράτης λέγων, ὅτι ἤθελεν ἀναβῆναι εἰς τὴν ὑψηλοτάτην τῆς πόλεως περιωπὴν διὰ τὸ νὰ φωνάξῃ, Τί ποιεῖτε, δυστυχεῖς; ἐνασχολεῖσθε ἀκαταπαύστως μόνον νὰ θησαυρίζετε, περὶ δὲ τῶν τέκνων σας μόλις λαμβάνετε τινα φροντίδα.—ΠΛΟΥΤΑΡΧΟΣ.

Ἀντικείμενον τῆς καλῆς παιδαγωγίας ὑπάρχει ἡ δύναμις τοῦ σώματος, καὶ ἡ ἐνδεχομένη τῆς ψυχῆς τελειότης.

Ὅσα καλητέρου εἶδους τύχη τὸ φυτὸν, καὶ καλητέρας γενεᾶς τὸ ζῶον, τόσον ἐξευτελίζεται, ὅταν ἡ γῆ, ἡ τεχνικὴ καλλιέργεια, ὁ ἀρμόδιος καιρὸς, ἡ ὑγιεινὴ τροφή, καὶ ἡ σύντονος ἐπιμέλεια, λείπωσιν. Ὡς ὀργανικὸν ὑποκείμενον οὔτε ὁ ἄνθρωπος ἄρα δὲν πρέπει νὰ ἐξαιρεθῇ. Ἄν ἀμελήσωμεν νὰ ῥίψωμεν τὰ σπέρματα τῆς ἀρετῆς, ὥστε νὰ ῥιζωθῶσιν ἐγκαίρως, θέλομεν ἰδεῖν τὸν νέον ὡς χερσωμένον ἄγρον κατὰσκεπον ἀπὸ ἀκάνθας καὶ τριβόλους. Ποῦ εὐρίσκομεν πλείοτερα κακουργήματα παρὰ εἰς τὰς γενναίας καὶ ἥρωϊκὰς φύσεις, αἱ ὁποῖαι δὲν ἔλαβαν τὴν πρέπουσαν διεύθυνσιν;—

ΠΛΑΤΩΝ.

Ἄξιον μεγάλης προσοχῆς μάλιστα εἰς τὴν ἀπαλὴν τῶν παιδίων ἡλικίαν ὑπάρχει ἡ καλὴ διαίτα, ἡ τακτικὴ καὶ εἰς ἄρας διωρισμένης τροφή, ἡ ἀποχὴ ὄλων τῶν ἐρεθιστικῶν, ὅσα κινουσι ψευδῆ καὶ ἀκόρεστον ὄρεξιν.

—ΦΕΝΕΛΩΝ.

Ἄν θέλωμεν νὰ μορφώσωμεν τὴν ψυχὴν καὶ τὸ σῶμα, πρέπει νὰ φροντίζωμεν ὥστε αἱ ἀσκήσεις νὰ ἀναλογῶσι πάντοτε μετὰ τὰς δυνάμεις.—ΒΑΚΩΝ.

Κατὰ τοὺς νόμους τοῦ Μίνω, ἡ ζωὴ τῶν παιδίων ἦτον αὐστηρὰ καὶ νηφάλιος. Τὰ ἐσυνειθίζαν ν' ἀρκῶνται εἰς τὸ ὀλίγον, νὰ ὑποφέρωσι τὸ ψῦχος καὶ θάλλπος, νὰ περιπατῶσιν εἰς τραχεῖς καὶ πετρώδεις τόπους.

—ΓΟΚΟΥΕΤΙΟΣ.

Ἡ τροφή τῶν παιδίων πρέπει νὰ ἐκλέγεται ἀπλῆ, καὶ ὅσα δυνατὸν ἀκατάσκευος. Κατὰ τὴν γνώμην μου μάλιστα δὲν συμφέρει νὰ τρώγωσι ποτὲ κρέας, πρὶν ἔλθωσιν εἰς τὸ τρίτον ἔτος τῆς ἡλικίας. Κατ' αὐτὸν τὸν τρόπον συντηρεῖται ἀνεπηρέαστος ἡ υγεία, καὶ ἡ κρᾶσις γίνεται δυνατωτέρα δι' ὄλου τοῦ βίου.

Ζητεῖ τὸ παιδίον νὰ φάγῃ μεταξὺ τῶν συνειθισμένων ὠρῶν τῆς τραπέζης; μὴ δίδῃς ἄλλο τι παρὰ ξηρὸν ἄρτον. Ἄν πεινᾷ, θέλει εὐχαριστηθῆναι μετ' αὐτόν· ἂν δὲ κινῆται ἀπὸ τὴν γαστριμαργίαν, δὲν θέλει φάγειν.

Πρέπει νὰ συνειθίζωμεν τὰ παιδιά νὰ ἐγειρῶνται πρῶτ'· ἐπειδὴ τίποτε δὲν τὰ ὠφελεῖ τόσον· ἀλλὰ, διὰ νὰ κατορθωθῇ τοῦτο, πρέπει νὰ κοιμῶνται ὁμοίως ἐνωρίς.

Ἡ πολλή, τῶν μητέρων μάλιστα, φιλοστοργία βλάπτει καὶ φυσικῶς καὶ ἠθικῶς τόσον τὰ παιδιά, ὅσον δυσκόλως δυνάμεθα νὰ παραστήσωμεν.—ΛΩΚΙΟΣ.

Μόλις βλέπει τὸ φῶς τῆς ἡμέρας τὸ βρέφος, μόλις ἔχει εὐδοξίαν τῶν μελῶν αὐτοῦ τὴν κίνησιν, καὶ τὸ δεσμεύου-

σιν ὡς κατάδικον μετὰ σειρὰς ἀλλεπαλλήλους σπαργάνων, καθὼς οἱ ἀρχαῖοι Αἰγύπτιοι τοὺς νεκροὺς, τὸ κατακλίνουσιν ἐκτείνοντες αὐτοῦ τὰ γόνατα, καὶ κρατοῦντες σφιγκτὰ κολλημένους εἰς τὰ πλάγια τοὺς βραχίονας. Εὐτυχές, ἂν δὲν σφιγχθῇ τόσον, ὥστε νὰ κινδυνεύῃ καὶ αὐτὴ ἡ ἀναπνοή· ἐπειδὴ οἱ πόνοι, τοὺς ὁποίους ὑποφέρει τὸ ἄσθλιον, δὲν ἔφεραν εἰς οἶκτον εἰσέτι κάμμιαν μητέρα.*

Εἶθε νὰ ἐγνώριζαν αἱ ἀνόητοι μητέρες, πόσον ἡ ἀκινησία αὐτὴ καὶ συνθλιψίς τῶν ὀργάνων ἐμποδίζει τὴν φυσικὴν αὐξήσιν τοῦ σώματος, καὶ ὀλιγοστεύει τὰς δυνάμεις!—ΒΥΘΦΩΝ.

Πρέπει νὰ ἐκλέγωμεν τροφὸς ὄχι μόνον υγιεῖς, ἀλλὰ καὶ ἐναρέτους καὶ ἐκφραζομένας εὐκόλως. Ἐπειδὴ αὐτὴν πρώτην τὸ παιδίον βλέπει, αὐτὴν σχεδὸν ἀκούει κατὰ συνέχειαν, αὐτῆς τὰς πράξεις φιλοτιμεῖται νὰ μιμηθῇ, αὐτῆς τοὺς λόγους σπουδάζει νὰ ψελλίσῃ, ὅσον δύναται, καὶ ὅσα τότε μανθάνει τὸ παιδίον μένουσι διὰ παντὸς ἀνεξάλειπτα.—ΚΥΝΤΙΑΙΑΝΟΣ.

Διὰ νὰ ὑγιαίνωμεν, ἀνάγκη νὰ ὑπάρχωμεν πάντοτε καθάριοι, νὰ ἀναπνέωμεν καθαρὸν ἀέρα, νὰ τρεφώμεθα μετὰ ἀπλᾶ κρέατα. Ὅ,τι δίδει δύναμιν, βοηθεῖ καὶ τὴν υγείαν· δύναμιν ὁμοῦ δὲν δίδει ἡ πολυφαγία, ἀλλ' ἡ μετρία τροφῆς, ἡ σωμασκία, καὶ ἡ ἀνάπαυσις.

Νομίζομεν ὅτι τὰ προτερήματα τοῦ σώματος, ἡ ἰσχύς, ἡ δεξιότης, καὶ ἡ εὐμορφία, ὑπάρχουσι τῆς φύσεως μόνον δῶρα. Ἐλησμονήσαμεν δὲ τόσον ὅτι ἀποκτῶνται, ὥστε, ἂν δὲν ἦτο βέβαιον ὅτι οἱ ἀρχαῖοι ἐγνώριζαν τὴν τέχνην ταύτην, δὲν ἤθέλαμεν οὔτε πιστεῦειν τὸ πρᾶγμα ὡς ἐνδεχόμενον· τὴν γυμναστικὴν δὲ τέχνην ταύτην ἐσπούδασαν μάλιστα οἱ Ἕλληνες.—ΦΛΕΥΡΙΟΣ.

Τὸ σῶμα μορφοῦται διὰ τῆς διαίτης καὶ τῆς ἀσκήσεως. Ἀπὸ τὰ ἀπλᾶ φαγητὰ γεννᾶται ἡ υγεία, ἀπὸ δὲ τὰς μεγάλας κινήσεις εἰς τὸ ὑπαιθρον ἡ εὐρωστία, ἡ δύναμις, καὶ ἡ χάρις. Οἱ ἄνθρωποι γίνονται ἀδύνατοι, ἐπειδὴ ἀνατρέφονται μετὰ μαλθακίαν. Διὰ τοῦτο πρέπει νὰ συνειθίζωμεν τὸ σῶμα εἰς ὄλους τοὺς καιροὺς, νὰ κάμπτωμεν τοὺς μῦνας εἰς ὅλας τὰς γυμνασίας, νὰ προσοικειώμεν τὸν στόμαχον μετὰ ὅλα τὰ φαγητὰ. Τοῦτο ἐνισχύει τὰ παιδιά, ἀλλὰ τοῦτο μάλιστα ἀμελοῦσιν οἱ πατέρες, αἱ δὲ μητέρες οὔτε κἂν τὸ ἐννοοῦσι. Ἡ σπουδὴ καταδικάζει τὸν νέον εἰς ἀκινήσιαν, τὴν ὁποῖαν πρέπει ἐκ διαλειμμάτων νὰ διακόπτωμεν, ἐπειδὴ οὔτε τὸ σῶμα δύναται νὰ ὑπάρχῃ χωρὶς κινήσιν, οὔτε τὸ πνεῦμα χωρὶς ἰδέας.—ΔΙΔΕΡΟΤΟΣ.

Ἡ ΑΛΗΘΗΣ ἐλευθερία συνίσταται εἰς τὸ νὰ χαίρωμεθα τὰ ἡμέτερα προνόμια, οὐχὶ δὲ εἰς τὸ νὰ καταστρέφωμεν τὰ ξένα.

* Ἀφ' ὅπου ὁ Βυθφῶν καὶ ὁ Ρουσσὸς ἔγραψαν περὶ παιδίων ἀγωγῆς, συνέβη μεγάλη κατὰ τοῦτο μεταβολὴ εἰς ὅλην τὴν Ἑβρώπην. Τὰ ἄσφα ταῦτα κλάσματα δὲν δεσμεύονται πλέον ἐπὶ τῆς βεβημένης αὐτῶν ἡλικίας, καὶ αἱ μητέρες σχεδὸν ὅλοι φροντίζουσι νὰ τὰ γάλακτοτροφῶσιν εἰς τὰ ἴδια αὐτῶν στήθη.