

τακτοποιήσῃ τὸ κράτος· « ὅχι, ἀπήντησεν ὁ μέγας Βιζήρης· τὰ πάντα ἔβαλα εἰς καλὴν τάξιν· καὶ ἐπειδὴ οὐδὲν ὑπολείπεται πλέον, τὰ ἐτοιμάσητε λαμπρὰν τράπεζαν ἐκ τῶν ἐκλεκτοτέρων γαργητῶν καὶ τῶν περιφημοτέρων Εὐρωπαϊκῶν οἴνων, διὰ τὰ εὐθυμήσωμεν.

Καὶ ὁ μὲν μέγας Βιζήρης, μεθυσθεὶς κατὰ τὴν παλαιὰν αὐτοῦ συνήθειαν, ἔπεσεν ἀναισθητός ἐπὶ τῆς κλίνης αὐτοῦ· ὁ δὲ Σουλτάνος διέταξε νὰ ἐκδύσωσιν αὐτὸν τὰ λαμπρὰ φορέματα, καὶ ἐνδύσαντες τὰ πεπαλαιωμένα ῥάκη, τὰ ὅποια πρότερον ἐφόρει, νὰ μετακομίσωσιν αὐτὸν εἰς τὸ καπηλεῖον, ἔνδον τοῦ ὁποίου ὁ Σουλτάνος ἤκουσεν αὐτὸν πρῶτην φορὰν δημηγοροῦντα.

ΥΓΙΕΙΝΗ.

Περὶ τῆς χρήσεως τοῦ θωρακίου (Corset)

Ἡ χρῆσις τῶν θωρακίων φαίνεται ἀρχαιοτάτη παρ' Ἑλλήσιν ὅμως αἱ γυναῖκες ἠγνόουν καὶ αὐτὴν τὴν ὑπαρξίν αὐτῶν. Πρῶται αἱ τῆς Ρώμης, κατ' αὐτὴν ἀκόμη τὴν ἀρχὴν τῆς δημοκρατίας, ἐφόρεσαν εἰδός τι θωρακίου χρησιμεύοντος μόνον πρὸς ὑποστήριξιν τοῦ στήθους. Ἀκολούθως δὲ θεωροῦσαι ὡς συστατικὸν τῆς ὠραιότητος τὴν τοῦ σώματος λεπτότητα, μετεχειρίσθησαν τὰ θωράκια ὅσαι ἐξ αὐτῶν ἦσαν παχύσαρκοι· μετὰ δὲ ταῦτα ἐφεύρον ἐν τῇ Γερμανίᾳ κατὰ τὸν δωδέκατον περίπου αἰῶνα τὸ νὰ εἰσάγωσιν ἐντὸς τοῦ θωρακίου εἰδός τι ῥαβδίου, τὸ κοινῶς παρ' ἡμῖν ὀνομαζόμενον *gálaira*, τὸ ὅποιον κατεσκεύαζον ἐκ σιδήρου, ἐκ φαλαίνης, ἢ καὶ ἐκ ξύλου· καὶ τοῦτο τὸ εἶδος τῶν θωρακίων ἐξηπλώθη σχεδὸν καθ' ὅλην τὴν Εὐρώπην· ἀλλ' ἐν τῇ Γαλλίᾳ ἡ χρῆσις αὕτη τῶν μετὰ φαλαίνης θωρακίων κατηργήθη κατὰ τὸ ἔτος 1789, ὅτε αἱ Γαλλίδες παρεδέχθησαν γενικῶς τὴν συνήθειαν τοῦ νὰ μεταχειρίζονται θωράκια ἐκ διμύτου ὑφάσματος, ἢ Νανλίνου ἄνευ φαλαίνης, τὸ ὅποιον σφίγγον μετρίως τὸ σῶμα δὲν ἐπροξένει οὐδεμίαν βλάβην εἰς τὴν υγίαν· περὶ τὰς ἀρχὰς ὅμως τοῦ παρόντος αἰῶνος ἐπανήλθε πάλιν καθ' ὅλην τὴν Εὐρώπην ἡ χρῆσις θωρακίων ἐμπεριεχόντων σιδηρᾶ, ἢ φαλαίνης ῥαβδία· ὁ δὲ συρμός οὗτος, ἐπικρατήσας μέχρι σήμερον, παρεξέφρηνε καὶ εἰς ἡμᾶς διὰ τῆς πιθηκικῆς ἀπομιμήσεως τῶν Εὐρωπαϊκῶν ἡθῶν.

Εἶναι ἀκαταλόγιτος ἡ βλάβη, τὴν ὁποίαν τὰ θωράκια τοῦ τελευταίου τούτου συρμοῦ προξενοῦσιν εἰς τὰ κυριώτερα συντηρητικὰ ὄργανα τῆς ἀνθρωπίνου ζωῆς, τὸν πνεύμονα καὶ τὴν καρδίαν, δι' ὧν ἐκτελεῖται ἡ ἀναπνοὴ καὶ ἡ

κυκλοφορία τοῦ αἵματος· διότι τὰ μὲν ὄργανα ταῦτα περικυλύπονται ὑπὸ τοῦ μέρους ἐκείνου τοῦ σώματος τοῦ κοινῶς ὀνομαζομένου *στήθους*, ἡ κατασκευὴ τοῦ ὁποίου εἶναι τοιαύτη, ὥς ὅλα αὐτοῦ τὰ κινήματα ἀπαιτεῖται νὰ ἦναι ἐλεύθερα διὰ νὰ ἐκτελῶσιν ἀνενοχλήτως τὰς δύο ἀφύκτους εἰς τὴν υγίαν καὶ τὴν ζωὴν τοῦ ἀνθρώπου ῥηθείσας ἐργασίας, τὴν ἀναπνοὴν δηλαδή καὶ τὴν κυκλοφορίαν τοῦ αἵματος· τὸ δὲ θωράκιον πιέζει καὶ συνθλίβει κυρίως ἐκεῖνα τὰ μέρη τοῦ στήθους, ὅπου αἱ μὲν πλευραὶ ἔχουσιν ὀλιγώτερον μῆκος, οἱ δὲ χόνδροι εἶναι μακρύτεροι καὶ εὐκαμπτότεροι, καὶ ἐπομένως ἡ ὑπὸ τοῦ θωρακίου γινομένη πίεσις τὴν μὲν ἐλευθέραν καὶ φυσικὴν κίνησιν τῶν ἐπὶ τοσοῦτον ἀναγκαίων τούτων ὀργάνων δυσκολεύει καὶ ἐμποδίζει, τοὺς δὲ χόνδρους βιάζει νὰ κυρτωθῶσι πρὸς τὰ ἔσω πλησίον τῆς ἐνώσεως αὐτῶν μετὰ τοῦ στέρνου, ἥτοι τοῦ σχηματίζοντος τὸ ἔμπροσθεν τοῦ στήθους ὅσπου.

Ἀλλ' ἡ μεγαλητέρα βλάβη προξενεῖται ἐκ τῶν θωρακίων, τῶν ἐμπεριεχόντων σιδηρᾶ, ἢ ἐκ ξύλου, ἢ ἐκ φαλαίνης ῥαβδία· διότι τὸ ῥαβδίον τοῦτο, εἰσαγόμενον κατὰ κάθετον ἐντὸς τοῦ θωρακίου καὶ ἐπιπίπτον ἐφ' ὅλον τὸ μῆκος τοῦ στέρνου, καταπιέζει ἐπὶ τοσοῦτον τὸ κάτω μέρος τοῦ στήθους, ὥς εἰς τὰς περισσοτέρας γυναῖκας, ὅσαι μεταχειρίζονται τὴν βασιανιστήριον ταύτην μηχανὴν, σχηματίζεται πρὸς τὸ κάτω μέρος τοῦ στήθους κόλωμα ἱκανὸν νὰ χωρέσῃ ἐν ὧν, καὶ τὸ ὅποιον προξενεῖ εἰς αὐτὰς ἀλγεινὸν ἐρεθισμόν.

Ἐκ δὲ τῆς τοιαύτης ὀλεθρίου κατεπίσεως τοῦ κάτω μέρους τοῦ στήθους, τὸ μὲν ἦπαρ ὠθούμενον πρὸς τὰ ἄνω ἐπκυζάνει τὴν πρὸς τὰ δεξιὰ δυσκολίαν τῆς ἀναπνοῆς, ἐν ᾧ ὁ σπλὴν καὶ ὁ στόμαχος, ἀνωθούμενοι ὁμοίως διὰ τὸν αὐτὸν λόγον, ἐπάγουσι τὸ αὐτὸ ἀποτέλεσμα πρὸς τὰ ἀριστερά, καὶ ἐπομένως αἱ ἐργασίαι τῶν ἀναγκαίων τούτων ὀργάνων παρεμποδίζονται καὶ διακόπτονται ἀναλόγως τῆς συνθλίψεως καὶ τῆς ἐκτοπίσεως τῶν λεπτῶν καὶ ἀπαλῶν αὐτῶν νεύρων καὶ ἀγγείων. Ἐπειδὴ δὲ οἱ πνεύμονες γενοχωρούμενοι ἐπίσης ὑπὸ τῆς καταπίσεως τοῦ θωρακίου δὲν δύνανται νὰ διασταλῶσιν ἐλευθέρως, ὁ ἀὴρ δὲν φθάνει μέχρι τοῦ αἵματος κατὰ ποσότητα ἱκανὴν νὰ ἐνεργήσῃ τὴν ἐπ' αὐτοῦ ἀναγκαίαν ἐπεξεργασίαν καὶ ἐκκαθάρισιν, τὴν ἀπαιτούμενὴν διὰ νὰ συντηρήσῃ τὸ σῶμα ἐν τῇ φυσικῇ αὐτοῦ υγίει καταστάσει· τὸ δὲ ὕδωρ, τὰ ἀνθρακῶδη μέρη, καὶ αἱ λοιπαὶ ἀκαθαρσίαι, ὅσας τὸ αἷμα κυκλοφο-

ροῦν ἐντὸς τοῦ σώματος προσλαμβάνει, δὲν διαχωρίζονται ἀπ' αὐτοῦ, καὶ ἐπομένως ἡ καρδιά ἀντὶ νὰ λάβῃ καὶ νὰ μεταδώσῃ εἰς τὰς φλέβας τὸ ἐρυθρόχρουν ἐκείνο αἷμα, τοῦ ὁποῖου τὸ σῶμα ἔχει χρεῖαν, δὲν ρίπτει εἰς αὐτάς, εἰμὴ εἰδὸς τι ὑγροῦ ὑπομέλανος κυανοῦ χρώματος, ἐνοχλοῦντος τὰς ζωτικὰς δυνάμεις, καὶ προξενούντος ἐπὶ τέλους τὴν ὠχρότητα τοῦ προσώπου, τὴν ὑπερβάλλουσαν ἰσχύνητα, τὸν μαρασμὸν, τοὺς πάλμους τῆς καρδίας, τὴν λειποθυμίαν, τὴν δύσπνοϊαν, τὴν φθίσιν, τοὺς νευρικοὺς πονοκεφάλους, τὴν ἀϋπνίαν, τὸν ἐρεθισμὸν τῶν νεύρων, τὴν μελαγχολίαν καὶ πολλὰς ἄλλας ὀλεθρίους ἀσθενείας καὶ ἐπὶ τέλους τὸν θάνατον.

Αἱ ἐπιτόλαιοι αὗται καὶ σύντομοι παρατηρήσεις εἶναι, νομίζομεν, ἱκαναὶ νὰ πείσωσι πᾶσαν νοήμονα γυναῖκα, ὅτι ἀκολουθοῦσα τὸν ὀλεθρίον καὶ βάρβαρον τοῦτον συρμὸν τοῦ θωρακίου, καὶ μάλισα τοῦ μετὰ σιδήρου, ἢ φαλαίνης, ρινίζει ἀπανθρώπως τὴν ἰδίαν αὐτῆς ὑπαρξίν.

Ἀλλὰ τὸ παραδοξότερον εἶναι, ὅτι ὁ ὀλεθρίος συρμὸς τῶν θωρακίων ἀντιβαίνει καὶ εἰς αὐτὸν τοῦτον τὸν σκοπὸν, δι' ὃν ἐφευρέθη, τὴν ἐπαύξησιν δηλαδὴ τῶν θεληγῆτρων καὶ τῶν χαρίτων τοῦ σώματος τῆς γυναικὸς· διότι δύναται πᾶς τις νὰ παρατηρήσῃ εὐκόλως πόσον εἶναι ἄχαρι καὶ δυσάρεστον εἰς τὴν θέαν τὸ βάδισμα γυναικὸς στενωῶς πεφυλακισμένης ἐντὸς θωρακίου· ἐπειδὴ οἱ μὲν ὧμοι αὐτῆς, ὠθούμενοι πρὸς τὸ ὀπισθεν μέρος, φαίνονται ὡς σιδηροσήρικτοι, τὸ δὲ ὑπόλοιπον τοῦ κορμοῦ εἶναι ἐπὶ τοσοῦτον ἄκαμπτον καὶ ταυσιμένον, ὥς ὁμοιάζει ξύλον ἐκκοπὴν τοῦ δάσους, ἢ τὸν σεσαθανωμένον Λάζαρον· ἐνὶ λόγῳ αἱ τοιαῦται γυναῖκες στεροῦνται τῆς φυσικῆς ἐκείνης ἐλαστικότητος καὶ τῆς χαριέσσης εὐκινήσιας, δι' ὧν ἡ φύσις ἐστόλισε τὸ ἀριστοῦργημα τῶν πλασμάτων αὐτῆς, καὶ δι' ὧν μόνων δύναται νὰ ἀρέσῃ ἡ γυνή.

ΜΕΛΑΓΧΟΛΙΚΑΙ ΣΚΕΨΕΙΣ.

1.

Ὁ ἐρμηίτης τὸ πτηνὸν, ὅπου εἰς τὰ σκότη ἄδει, στενάζον μὲ παράπονον, ὡς γείτονα κυττάζει·
Κ' ἐν ᾧ εἰς τὴν καλύβην του θρηνεῖ γλαυκῶν κωπάδι,
Χωρὶς φραντίδας τῆς ζωῆς τὴν βίβλον σχολιάζει·
Τὰς ὥρας δὲ τοῦ βίου του μετρῶν εἰς τοὺς δακτύλους,
Ὅποταν εἰς τῆς νεότητος τοὺς χρόνους ἀνατρέχῃ,
εἰς λογισμοὺς ποικίλους
Βυθίζεται, καὶ δάκρυον τὰς παρειάς του βρέχει.

2.

Ἢ πρῶτοι πῶς παρέρχεσθε τῆς ἡλικίας χρόνοι!
Τὸ ἔκρ' μας μόλις φάνῃ, πετᾷ ταχὺ καὶ δύνει,
Καὶ θύελλα τὰ κρίνα του, τὰ ρόδα του σκρῶνει,

Καὶ τῆς ζωῆς τὰ ὄνειρα τὰ πρῶτα διαλύει·
Ὁ χρόνος δὲ τὴν κόμην μας καγγάζων ἐπιπάσσει
Μὲ τὰς λευκὰς ψεκᾷδας του, καὶ ὁ νέος γέρων πλέον
ἐγγὺς εἶναι νὰ φθάσῃ
Τὸ τέρμα τοῦ σταδίου του, ποῦ ἀτενίζει κλαίον.

3.

Τὰ δένδρα ἀπὸ τοὺς θολοὺς καιροὺς τοῦ φθινοπώρου
Ἀποφυλλοῦνται, καὶ ζωῆς δὲν δίδουσι σημεῖα·
Περίλυπος ὁ ὀφθαλμὸς τοῦ νέου ὁδοιπόρου
Τ' ἄλλοτε ἄνθη θάλλοντα ξηρὰ τὰ βλέπει βρύα·
ὦ! ναί! ἀλλ' ἔρχεται καιρὸς, καθ' ὃν τὰ δένδρα θάλλουν
Καὶ τ' ἄνθη μὲ τὰ μύρα των τὰς αὔρας βαλσαμώνουν
καὶ μαγευμένα ψάλλουν
Αἱ ἀηδόνες, καὶ γλυκὰ τὴν αἴσθησιν ναρκῶνουν.

4.

Καὶ μόνον, οἴμοι! οἱ καιροὶ τοῦ βίου δὲν γυρίζουν!
Ὁ ρόυς των τὰς ἡμέρας μας, ὡς χεῖμαρρος ἀφρίζων,
Σύρει· τὸ μέλλον μας κεναὶ ἐλπίδες χρωματίζουν,
Καὶ τ' ἀποκρύπτει μελανὸς καὶ καταφῆς ὀρίζων·
Διώκουσαι τοὺς πόθους μας αἱ ψυχικαὶ μας κλίσεις
Φεύγουν, πετοῦν μὲ τὴν ζωὴν εἰς τοῦ τάφου μας τὰ σκότη,
ποῦ λύπαι, ἀναμνήσεις
Δὲν μᾶς κεντοῦν, ἀλλὰ τὸ πᾶν μὲ τὴν ζωὴν ὑπνώττει.
(ὑπὸ Δημοσθένους Δ. Βαλαδάνου.)

ΠΕΡΙ ΠΡΟΦΤΑΛΞΕΩΣ ΤΩΝ ΣΙΤΗΡΩΝ ΑΠΟ ΤΩΝ ΠΟΝΤΙΚΩΝ.

Εἶναι πασίδηλον, ὅτι ζωά τινα ἔχουσιν ἰδιαιτέραν κλίσιν πρὸς τινὰς ὁσμηρὰς ὕλας, εἰς τρόπον ὥστε αἱ ὁσμηραὶ αὗται ὕλαι προσέλκουσιν αὐτὰ πολλάκις ἐκ μακρυῶν ἀποστημάτων· ὡς παράδειγμα ἀναφέρουσι τὴν τῶν γαλῶν πρὸς τὴν ὁσμὴν τοῦ Νάρδου ἐπιθυμίαν· ἐὰν λ. χ. γαλῇ τις ὁσφρανθῇ τὴν τοῦ Νάρδου ῥίζαν, ἔρχεται πρὸς αὐτήν, κυλίνεται ἐπ' αὐτῆς καὶ τὴν καταξέσχίζει. Ὅμοια φαινόμενα ἡδυνάμεθα πάμπολλα νὰ ἀναφέρωμεν· περιοριζόμεθα ὁμῶς ἀναφέροντες, ὅτι ἡ ὁσμὴ τοῦ προσφάτου πεπερώδους ἡδυόσμου *Mentha peperita*, φλησκοῦνι συνήθως καλουμένου, δὲν ἀρέσκει ποσῶς εἰς τοὺς ποντικούς· ὥστε ἐὰν ἐντὸς τῶν σωρῶν τοῦ σίτου θέτωμεν εἰς διάφορα μέρη κλόνους τινὰς τοῦ πεπερώδους ἡδυόσμου, ἢ ἔτι καλῆτερον, ἐὰν θέτωμεν ἐντὸς καταλλήλου ἀγγείου ὀλίγας σταγόνας τοῦ ἐκ τοῦ φυτοῦ τούτου ἐλαίου, οἱ ποντικοὶ φεύγουσιν ἐξ αὐτοῦ τοῦ τόπου, καὶ τοιοῦτοτρόπως ὁ σῖτος διατηρεῖται ἀπὸ τῆς ἐκ τῶν ποντικῶν βλάβης.

(ὑπὸ Ξ. Λάνδερρ.)