

Κατ' ἐκείνην τὴν στιγμήν ὄμιλος δεσποινίδων διέρχεται τὸ πολιορκεῖν με πλῆθος καὶ προχωρεῖ τολμηρῶς πρὸς ἐμέ· ἐν ἀκραιῇ καὶ ὡς ἐκ συνεννοήσεως παρατάσσονται πᾶσαι δεξιὰ καὶ ἀριστερὰ, καὶ ἀρχίζουσιν ἀτενῶς καὶ ἐρευνητικῶς τῷ βλέμματι νὰ με παρατηρῶσι κατὰ κρόταφον.

«Τί σημαίνει πάλιν τοῦτο;» ἐσκέφθην κατ' ἐμυτὸν. Μετ' ἐπανελημμένους παρατηρήσεις, ἤρχισαν νὰ ψιθυρίζωσιν ὁμοφώνως τὰς λέξεις: «Δὲν ἔχει... δὲν ἔχει...», συνοδεύουσαι αὐτὰς διὰ βλεμμάτων καὶ χειρονομιῶν μεστῶν ἀπογοητεύσεως καὶ ἀπελπισίας.

Εἶναι ἀδύνατον νὰ σῶς περιγράψω τὴν ψυχολογικὴν μου κατὰστασιν κατ' ἐκείνην τὴν στιγμήν. Ἐνόμιζον ὅτι εὐρισκόμεν ἑνὸς φρενοκρημίου, χωρὶς ὅμως νὰ δύναμαι ἀκριβῶς νὰ ὀρίσω ἂν ἐγὼ ἤμην ὁ τρελλὸς ἢ τὸ πλῆθος τῶν περισσώτων. Ἦμην οὕτως κατὰπληκτος, καὶ παρετῆρουν τὰ περὶ ἐμέ ὡς ὁ Don Bartolo τῶν *Almaviva* ἐν τῇ δευτέρᾳ πράξει τοῦ Κουρέως τῆς Σεβίλλης, ἀκριβῶς... «comme una statua»...

«Εἶναι δυνατὸν νὰ ἦναι Ἕλλην καὶ νὰ μὴν ἔχῃ» ἐξηκολούθουν πᾶσαι ἐν χορῶ, ἐνῶ συγχρόνως ἀπήρχοντο ἢ μία κατόπιν τῆς ἄλλης. Τέλος ἡ τολμηροτέρα ἐξ αὐτῶν θέτουσα τὴν χεῖρα ἐπὶ τοῦ ὤμου μου μ' ἐρωτᾷ:

— «Εἶναι δυνατὸν νὰ ἦσθε Ἕλλην, καὶ νὰ μὴν ἔχετε...»

— «Τί; ἀποκρίνομαι στεντορεῶς, ὥστε ἐγειρόμενος ἐκ βαθύος ληθάργου.

— «Ἑλληνικὸν προῖόν!!!» ἀποκρίνεται φεύγουσα, καὶ ὡς Πάρθια βέλη βάλλουσα βλέμματα μεστὰ περιφρονήσεως καὶ ὀργῆς.

Τὰς τελευταίας ταύτας λέξεις ὑπεδέχθησαν οἱ περισσώτερες διὰ σαρκαστικῶν καγχασμῶν πρὸ τῶν ὁποίων τὸ φλέγμα μου τὸ μέχρι τοῦδε τοσαύτας ὑποστάς δοκιμασίας δὲν ἠδυνήθη νὰ ἀνθέξῃ.

Ἠγέρθη φανερός ἐκ τῆς θέσεώς μου, καὶ διηύθυνα ὀργίλα σχεδὸν ἀπειλητικὰ βλέμματα κατὰ τοῦ πλῆθους, ἅτινα οὐδόλως ἐπέφερον τὸ ποθοῦμενον ἀποτέλεσμα, διότι οἱ καγχασμοὶ ἀντὶ νὰ παύσωσιν ἐξηκολούθουν μετὰ περισσοτέρας ἐπιτάσεως· ὑποθέτω μάλιστα, ὅτι μεταξὺ τῶν γελωτῶν ἤκουσα καὶ τὰς λέξεις: «Βάστα Ἕλλην... βάστα θυμὸν σου.»

Ἐκρίνα καλὸν νὰ ἀπέλθω πάραυτα. Δυστυχῶς τὸ πλῆθος σὺν γυναιξὶ καὶ τέκνοις με ἠκολούθησε.

Τινὲς ἐξ ἐπαγγέλματος ἀστεῖοι ἤρχισαν νὰ ζητωκραυγάζωσι. Ἐντὸς ὀλίγων λεπτῶν αἱ ζητωκραυγαὶ ἐξήρχοντο ἐξ ὅλων τῶν λαρύγγων. Ἡ πόλις ἄπασα ἀντήχει. Πρὸς τὸ ἀκολουθοῦν με πλῆθος ἕτεροι ὄμιλοι περιέργων ἐσπευσαν ἐκ τῶν παρακειμένων ὁδῶν, καὶ ὡς συνήθως συμβαίνει εἰς τοιαύτας περιστάσεις, ἤρχισαν καὶ αὐτοὶ νὰ ζητωκραυγάζωσιν χωρὶς καὶ νὰ γνωρίζωσι περὶ τίνος πρόκειται.

Ὑπὸ τοιαύτην ὀχληρὰν συνοδείαν κατάρθωσα τέλος νὰ φθάσω εἰς τὴν προκυμαίαν. Πρὶν εἰσελθῶ εἰς τὸ ἀτμόπλοιο ὅπερ ἠγκυροβόλει παρὰ τὴν ἀκτὴν, ἔρριψα βλέμμα πρὸς τὰ ὀπίσω· ἦτο ὀλόκληρος πόλις συνηθροισμένη καὶ ἀλαλάζουσα. Τέλος ἐπεβίβασθην. Πλὴν εἰς μάτην. Αἱ ζητωκραυγαὶ ἐξηκολούθοῦσιν μετ' ἐπιτάσεως. Εὐρισκόμεν ἑνὲς μεγίστη ἀμυχανίᾳ.

Τί κάμνω; ὁ πλοίαρχος μοὶ παραπονεῖται, ὅτι τὸ πλῆθος ἀπειλεῖ νὰ εἰσελθῇ εἰς τὸ ἀτμόπλοιο.

Ὑπὸ τοιαύτας δυσκόλους περιστάσεις ἐθεώρησα καθήκον μου νὰ ἀναβῶ εἰς τὸ κατὰστρωμα καὶ νὰ χαιρετήσω τὸν ὀρούμενον ὄχλον.

Αἰφνης ὅμως ὡς διὰ μαγείας αἱ ζητωκραυγαὶ κοπάζουσι. Εἶχε φθάσει λόχος ἐφίππου ἀστυνομίας.

Ὁ λοχαγὸς εἰσέρχεται εἰς τὸ ἀτμόπλοιο καὶ ζητεῖ τὸν πλοίαρχον, ὅστις ὁδηγεῖ αὐτὸν πρὸς ἐμέ.

Ἐν ὀλίγοις διηγοῦμαι τῷ λοχαγῷ τῷ συμβάν, καὶ ἐκφράζω αὐτῷ μάλιστα τὴν μεγίστην εὐαρέσκειάν μου «διὰ τόσας ἐνδείξεις συμπαθείας καὶ ἐνδιαφέροντος τῆς πόλεως Κιέλ ὑπέρ...»

Πρὶν τελευτήσω ὁ ἀστυνομικὸς ὑπάλληλος καγγάζων σαρκῶνειον, με χαιρετᾷ στρατιωτικῶς καὶ ἀπέρχεται.

Τὸ ἀτμόπλοιο μετ' ὀλίγον ἐκινεῖτο. Κατὰκοπος ἐκ τῶν συμβάντων τῆς ἡμέρας ἐρρίφθην εἰς τὴν κλίνην μου ἀναλογιζόμενος οἶαν ἐπιρροὴν ἔχει ἡ λέξις «Ἕλλην.» Ἐκοιμήθην ἐν συναισθήματι μακαριότητος διότι ἤμην «Ἕλλην» καὶ ἠγέρθην λίαν πρωὶ ἐν τῷ Δανικῷ λιμένι τοῦ *Korsøer*.

Περιῆλθον τὴν Δανίαν, Σουηδίαν καὶ Νορβηγίαν, ἀλλ' ἀπέφευγον νὰ λέγω ὅτι εἶμαι Ἕλλην. Διὰ τί; Διότι ἐπεθύμουν νὰ ταξιδεύω μᾶλλον incognito.

Τί ἐξάγεται ἐκ τῆς διηγήσεως ταύτης;

Φίλος τις εἰς ὃν διηγήθην τὸ συμβάν ἰσχυρίσθη πρῶτον ὅτι ἔγεινα γελοῖος· κατόπιν ὑψώσας τὰ βλέμματα καὶ τὸν δείκτην πρὸς τὸν οὐρανὸν προσέθηκε μετὰ φωνῆς τραχικῶς ὑποτρεμούσης «Ὡ νῆες Ἕλλην, ἕως πότε θὰ κύπτῃς ὑπὸ τὸ μέγεθος τοῦ βάρους τοῦ μεγαλείου τῶν μεγάλων... τῶν γιγάντων προγόνων σου.»

Ἐτερός τις εἰς ὃν ἐπίσης διηγήθην τὸ γεγονός, καὶ ὅστις εἶνε ὀλιγώτερον τραχικὸς, προσηλώσας τὰ βλέμματα ἐπὶ τοῦ ἐδάφους λέγει: «Ἰνα ἀποκτήσωμεν τὴν εὐνοίαν τῆς Εὐρώπης πρέπει νὰ σωφρονήσωμεν.»

Ὑμεῖς δὲ, Κύριοι ἀναγνώσταί, ὅσοι εἴχατε τὴν ὑπομονὴν νὰ με ἀναγνώσητε μέχρι τέλους τί ἐξάγετε;...

Ἐγὼ τοῦλάχιστον δὲν ἐξάγω τίποτε.

Von Puck

ΤΕΛΟΣ.

ΠΑΧΥΣΑΡΚΟΙ ΚΑΙ ΑΡΘΡΙΤΙΚΟΙ.

Τὸ «Μὴ Χάνεσαι» φροντίζει καὶ περὶ τῆς ὑγείας Σας.

Ὁ καθηγητὴς Bouchard ἐξέδωκεν ἐσχάτως σύγγραμμα πραγματευόμενον ὑπὸ νέον ὁλως φῶς τὰ τῆς τροφῆς καὶ τῆς διαίτης ἐν σχέσει μετὰ νόσους.

Τοῦ συγγράμματος αὐτοῦ ἀξιόλογον κρίσιν ἔδημοσίευσεν ὁ κ. Δάρεμπεργ ἐν τῷ *Journal des Débats*, ἥς μετάφρασιν ἐφιλοπόνησεν διὰ τὸ «Μὴ Χάνεσαι» φίλος ἰατρὸς ἔχουσαν ὡς ἐξῆς:

Ἡ θρέψις, τοῦτέστιν ἡ ζωὴ, ἀπαρτίζεται ἐκ τεσσάρων κατὰ διαδοχὴν πράξεων. Αὗται δὲ εἰσὶ: Εἰσπαγωγή καὶ

βραδύνει τὰς καύσεις. Περιττὸν νὰ προσθέσωμεν ὅτι ἐν τῇ καθημερινῇ διαίτῃ, τὰ λιπαρὰ καὶ τὰ ἐμβάσματα εἰσὶν ἀπολύτως ἀποβλητέα· μάλιστα δὲ ἡ διὰ τῶν ὀξέων θεραπευτικὴ ἐκείνη ἀγωγή, ἐστὶ ῥητῶς ἀπορριπτέα· λίαν συνήθως αἱ νεαρὰί κόραι καταβροχθίζουσι κρύφα ὄξος πρὸς ἀπόκτησιν λεπτοφυοῦς ἅμα καὶ κομποῦ ἀναστήματος, καὶ ἐπισχναίνονται μὲν ἀναμφιβόλως, ἀλλ' ἡ ἀπορρόφησης τοῦ πλεονάζοντος τούτου ὀξικοῦ ῥέος, ὅπερ ἐστὶν ἡ βάσις τοῦ ὄξους, καταστρέφει τὸν ἐξ ἀνοργάνων οὐσιῶν σκελετὸν τῶν κυττάρων, αὐξάνει τὴν καθ' ὅλου καταλυτικὴν ἐνέργειαν πάσης ὀργανικῆς ὕλης, προσβάλλει τὴν ὑγίαν καὶ καθιστᾷ τὸν ἀνθρώπινον ὀργανισμόν ἀνεπιτήδειον ἵνα χορηγήσῃ τὰ ἀναγκαῖα στοιχεῖα πρὸς αὐξήσιν τοῦ σώματος· ὁ ὀργανισμὸς οὗτος καθίσταται λίαν τρωτὸς καὶ εὐκόλως προσβάλλεται ὑπὸ τῶν νόσων τῶν ἐξ ὀργανικῆς καταπτώσεως, τῆς φθίσεως κατεχοῦσης τὴν πρῶτην μεταξὺ τούτων θέσιν.

Ἦδη ἔλθωμεν εἰς τὴν ἀρθρίτιδα εἴτε **ποδάγραν** καὶ ταύτης ἡ καταγωγή ἐστὶ κυρίως ἐκ τῶν τροφῶν· προέρχεται δὲ ὡς καὶ ἡ ψαμμίασις ἐξ ὑπερβαλλούσης τροφῆς καὶ ἐξ ἀτελοῦς καταλύσεως τῶν ἄζωτούχων οὐσιῶν. Ὁ Ἑράσμιος ἔλεγε πρὸς τινὰ ποδαλγὸν φίλον του· «Σὺ μὲν ἔχεις τὴν ποδάγραν, ἐγὼ δὲ τὴν ψαμμίασιν» συνεζεύχθημεν τὰς δύο ἀδελφάς». Ἐὰν αἱ παθήσεις αὗται αὐξάνουσι κατὰ τὰς ἡμέρας μας, τοῦτο συμβαίνει διότι τρώγομεν πολὺ κρέας. Ὁ κ. Bouchard καταδείκνυσιν ὅτι ἂν τοπος ἐστὶν ὁ ἰσχυρισμὸς καθ' ὃν τὸ κρέας ἐστὶν ἀναπόφευκτον εἰς τὴν κανονικὴν λειτουργίαν τῶν μυῶν. Ἡ μυϊκὴ αὕτη λειτουργία γίνεται καὶ δι' ἄρτου καὶ λίπους. Ἐστω δὲ τοῦτο πρὸς γνῶσιν τῶν ἐργατῶν ἵνα μὴ πλάττωσιν ἐκυτοῖς ψευδαῖς καὶ δαπανηρὰς ἀνάγκας· πρὸ παντὸς δὲ ἂς μὴ φορτόνωμεν τὰ παῖδιά κρέατος, ὅπου καὶ πηκτῆς, διότι καθιστῶμεν ταῦτα δυσπεπτικά καὶ τὰ προσελθέμενα εἰς πάσας τὰς ἀρθριτικὰς νόσους, ὅσαι ὀφείλονται εἰς κακὴν τροφήν, οἷον τὸν βεσματισμὸν, τὴν παχυσαρκίαν, τὴν ποδάγραν κλ. Τὰ παῖδιά δεόν νὰ τρέφονται ὡς ἐν Ἀγγλίᾳ· ἅπαξ μὲν τῆς ἡμέρας κρέας, τὸ δὲ λοιπὸν γάλα, βούτυρον, ὠχ, γεώμηλα, καὶ καρποί. Σοφὰ ταῦτα καὶ καλὰ παραγγέλματα· ὁ δὲ ἱατρὸς ἔστω ὁ μέγας ἐπιτηρητὴς τοῦ μαγειρείου· διηγούνται ὅτι ὁ Philippe Hecquet κατήρχετο συνεχῶς μέχρι τούτου, διὰ νὰ ἀσπασθῇ τοὺς μαγεῖρους. «Φίλοι μου, ἔλεγεν αὐτοῖς, σὰς εἶμαι εὐγνώμων διὰ τὴν πολλὴν ἐκδούλευσιν ὅσην παρέχετε εἰς ἡμᾶς τοὺς ἱατροὺς· ἄνευ τῆς δηλητηρίου ἡμῶν τέχνης ἡ σχολὴ ὀλόκληρος θὰ ἐπορεύετο τὴν πρὸς τὸ νοσοκομεῖον ἄγουσαν.» Οἱ ἀρθριτικοὶ ἀγαπῶσι συνήθως τὴν εὐζωίαν. Οἱ πλούσιοι ἔλεγεν ὁ Ambroise Tardé βασανίζονται ὑπὸ ποδάγρας, διότι τρώγουσι καλὰ, πίνουν καλὰ, καὶ παίζουν τοὺς πεσσούς. Ὁ δὲ καθηγητὴς Toques περιελάμβανε ἅπασαν τὴν παθογένειαν τῆς νόσου ταύτης εἰς δύο λέξεις «Feuillette et fillette», ὅπερ ἐλληνιστὶ φυλαττομένης ἅμα τῆς ὁμοιότητος τῶν ἡχῶν ἠδύνατο ἴσως νὰ περραφασθῇ «τροφή καὶ τρυφή». Καὶ ὑπερβολὴ μὲν εἶνε νὰ περιορισθῇ τις εἰς τὰς διαβεβαιώσεις ταύτας, διότι ἡ ποδάγρα ἐπέρχεται πολλάκις ἐκ τοῦ καθεστηκότος βίου εἰς ὅλως σῶφρονος καὶ ἐγκρατεῖς ἐργάτας. Γεννᾶται δὲ πάντοτε ὁσάκις αἱ ἄζωτοῦχοι οὐσίαι κακῶς κατεργάζονται καὶ εἶνε νόσος ἐξ ἐπιβραδυνούσης θρέψεως.

Ἦδη ποῖα ἡ θεραπεία τῆς παθήσεως ταύτης ἢ μάλλον τῆς πλημελοῦς ταύτης θρέψεως; Πᾶσα αὕτη δύναται νὰ περιληφθῇ εἰς τὸν ἐξῆς ἀφορισμὸν τοῦ Chomel. «Ζῆν διὰ τριῶν φράγκων καθ' ἑκάστην καὶ κερδίζειν ταῦτα διὰ τῆς ἐργασίας». Οὕτως ὑπάρχει ἀσφάλεια ὅτι δὲν θὰ καταβροχθίζεται μεγάλη ποσότης ἄζωτούχων οὐσιῶν καὶ ὅτι αὗται θὰ καίονται. Πρὸς ἐπιβρῶσιν τῆς ὀξειδώσεως ταύτης, ὁ κ. Bouchard ἐνδείκνυσιν ἡμῖν διάφορα μέσα στηριζόμενα ἐπὶ τῆς χημικῆς συνθέσεως τῶν χυμῶν τῶν ποδαλγῶν. Τοιαῦτα εἰσὶν αἱ οὐσίαι αἱ ἐλαττοῦσαι τὸν σχηματισμὸν τοῦ οὐρικοῦ ὀξέος προσερχομένου ἐξ ἀτελοῦς καταλύσεως τῶν ἄζωτούχων οὐσιῶν, τὰ χόρτα, τὰ δαμάσκηνα, τὰ βάλσαμα τῆς τερεβενθίνης, τοῦ τολου, τῆς Ἀρικεύθου· ἡ ἀπαγόρευσις μεγάλης χρήσεως κρεάτων, σακχαρώδων ποτῶν, ὀξέων, ἀεριοφόρων ἢ λίαν ἀλκοολικῶν ποτῶν. Ἡ πόσις πολλοῦ ὕδατος καὶ μάλιστα ὀλίγα ἐνέχοντος στερεὰ στοιχεῖα, ὡς τὸ ὕδωρ τῶν δεξαμενῶν (τὸ ὄμβριον), τὸ ὕδωρ τοῦ Evian, μετὰ ταῦτα ἔρχεται τὸ διττανθρακικὸν νάτρον ὅπερ διαλύει τὸ οὐρικὸν ὄξος, τὰ ὕδατα τοῦ Vichy, Tougues· ἀλλὰ μόνον εἰς εὐρώστους ὀργανισμούς ἐστὶν εὐπρόσδεκτος ἡ θεραπεία αὕτη· παρὰ τοῖς ἀσθενεστέροις τὸ ἀνθρακικὸν νάτρον δύναται νὰ ἀντικατασταθῇ διὰ τῶν ἀλάτων τῆς λιθίνης, ἅτινα ἐπίσης καθιστῶσιν ἀδιάλυτα τὰ οὐρικά ἄλατα. Πόσῃν ἐπιτυχίαν δὲν ἔσχον οἱ ἀσθενεῖς εἰς Vittel, Conlreseville, Royal, Meilbach! Τέλος τὰ ἐν γένει ἐρεθίζοντα τὴν θρέψιν οἷον ἡ μάλαξις (nassage). Τὰ ἀτμώδη λουτρά, ὁ ἡλεκτρισμὸς, καὶ μάλιστα ἡ μετρία κσκησις εἰσὶν ἰσχυρὰ βοηθητικὰ εἰς τοιαύτας περιστάσεις.

ΛΕΙΛΑΪ ΚΑΔΡ.

(Συνέχεια Ἰδε ἀριθ. 340 καὶ τέλος).

Ἐκυψε τὴν κεφαλὴν ἐπὶ τοῦ στήθους, καὶ ἔμεινεν οὕτω λεπτὰ τινὰ σκεπτόμενος. Εἶτα μετὰ μικρὸν ἀνῆγειρεν αὐτὴν στενάχας.

— Αἰσθάνομαι, εἶπεν, ὅλον τὸ μέγεθος τῆς ἀποστολῆς μου, τὸ βάρος τῶν καθηκόντων μου, ἀλλ' οὐδὲν, οὐδὲν δύναμαι. Αἱ διαθέσεις μου εἶναι διαθέσεις γίγαντος καὶ ἡ ἰσχὺς μου ἰσχὺς παιδίου· τὸ κράτος μου ὁμοιάζει μὲ πῖθον πλήρη ὀπῶν, ὥστε τὸ ἐν αὐτῷ διαρρέει πανταχόθεν· ἐμβολόνομεν τὴν μίαν καὶ ἀνοίγουσι δέκα καὶ οὕτω χανόμεθα, δῆθεν ἀντιστάμενοι. Πρὸ ὀλίγου κατηράσθην τὸν Ἀραβῆ καὶ τὴν Αἴγυπτον.... Πόσον εἶχον ἄδικον!... Ἐὰν εἶχον δέκα ἐτι Ἀραβῆδες, δυνάμενος νὰ ἐξάψωσι, νὰ φανατίσωσι, νὰ ἐνθουσιάζωσι τοὺς Μουσουλμάνους μου, ὅποτον εὐτύχημα! Τιθέμενος ἐπὶ κεφαλῆς τοῦ ἐνθέου ἐκείνου λαοῦ, νὰ καταπλήξω ἐκ νέου τὴν φαύλην Εὐρώπην....

Καὶ ταῦτα λέγων ἀνηγέρθη· ἐδημάτιζεν ἐν ταραχῇ νευρικῇ ἐντὸς τοῦ δωματίου του, ἐνῶ τὸ τέως ἀπαθὲς πρόσωπόν του ἐλάμβανε ποῖαν τινὰ ἐκφρασιν.

— Νὰ ὀρμήσω ἐνκντίον τῶν φράγκων, ἐξηκολούθησεν ὥσπερ ὄνειροπολῶν, καὶ ἡγούμενος τῶν ἀνδρείων μου νὰ ἐνθυμίσω εἰς τοὺς ἀπίστους τίνων πατέρων εἶμεθα τέκνα· νὰ μᾶς ἴδωσι καὶ πάλιν αἱ πύλαι τῆς Βιέννης φοβε-