

τὴν νὰ δεχθῆ αὐτὰς ὡς συζύγους του. Ὁ Βίκτωρ Οὐγγῶ ἐξεπλάγη ἐνῶ δ' ἐξεδήλου τὴν ἐκπληξίν του πρὸς τὸν πρόεδρον τῆς ἐπιτροπῆς, οὗτος ἀπήντησεν, ὅτι οἱ Μορμόνοι ἐπιθυμοῦντες νὰ ἔχωσιν ἀπογόνους τοῦ μεγάλου ποιητοῦ, προέβησαν εἰς τὴν ἀποστολὴν τοῦ δώρου. Ἡ δικαιολογία αὕτη προσέκρουσεν εἰς τὰς ἠθικὰς ἀρχὰς τοῦ Βίκτωρος Οὐγγῶ, ὅστις ἐθεώρησε καλὸν νὰ ἀποποιηθῆ τὸ δῶρον. Ἡ ἐπιτροπὴ τότε ἀπῆλθε, συμπαραλαβοῦσα καὶ τὰς δύο νεάνιδας, ἃς αὐτὸς ὁ ἀρχιερεὺς τῶν Μορμόνων εἶχεν ἐκλέξει.

1890.

X. M.

ΠΩΣ ΔΥΝΑΤΑΙ ΝΑ ΔΙΑΤΗΡΗΘΗ ΑΙΩΝΙΩΣ Ἡ ΩΡΑΙΟΤΗΣ

Δὲν ὑπάρχει πρόλογος : Ἀγαθαὶ Κυρίαὶ μου, ἐπιθυμεῖτε νὰ διατηρήσητε τὴν ὠραιότητά Σας μέχρι βαθυτάτου γήρατος ; Θέλετε νὰ ὁμοιάσητε πρὸς τὴν περίφημον Νινὴν Δελανηλώ, ἣτις ἐξηκοντοῦτις ἦτο ὅλη εὐμορφία καὶ δροσερότης, δημιουργοῦσα τὸν ἔρωτα καὶ προσελκύουσα θαυμαστάς ; Θέλετε νὰ ἦσθε αἰωνίως ὠραιαί ; Νὰ μὴ γνωρίσητε οὐδέποτε τὴν φρικτὴν τῆς παρακμῆς καὶ τὴν ἀσχημίαν τῶν ρυτίδων, τὸν φόρτον τῶν ἐτῶν ;

Ἀπλῆ ἀπόταξις τῆς παλαιᾶς διαίτης καὶ διαγραφὴ νέου ὅλων βίου. Ἀκριβέστερον ἰδοὺ ἢ συνταγή . . . διὰ τὸ 1891. — Ἐκάστην πρωΐαν, μόλις ἐγείρεσθε, φροντίζετε νὰ λαμβάνητε ἐν ψυχρὸν λουτρόν. Τὴν ἐσπέραν, προτοῦ κατακλιθῆτε, ἐπαναλάβετε τὴν ψυχρολουσίαν. Ἀπαξ τῆς ἐβδομάδος, μὴ παραβλέπετε νὰ παίρνητε καὶ ἐν λουτρόν, ἀλλὰ τοῦρα, ἀλλὰ καθ' ὅλους τοὺς κανόνας.

Πρὸς ἀποσόβησιν τῶν ρυτίδων, καλύπτετε τὸ πρόσωπόν Σας καθ' ἐκάστην ἐπὶ τρεῖς τέσσαρας ὥρας διὰ τεμαχίου ὤμου βωθινοῦ κρέατος ! Μὴ ἐκπλήττεσθε ! Ἀπέναντι τῆς ὠραιότητος τί εἶναι ὁ πόνος καὶ ἡ ἀηδία ! Ἐπιφανεῖς καλλοναί, ἐξ ἐκείνων πρὸ τῶν ὁποίων τονύζουσι ἐκστατικοὶ τὴν λύραν των οἱ Πετράρχαι, χρεωσθούν τὰς αἰθερίους λάμψεις των εἰς τὴν βρωμερὰν αὐτὴν κρεατοπροσωπίδα ! !

— Διὰ νὰ διατηρῆτε τῆς σαρκὸς τὴν θαλερὰν στερρότητα, ἀλείφετε ὁμοίως μὲ ἐν εἶδος πομμάδας, συγκειμένης ἀπὸ ἀσπράδι ἀγού, μέλι καὶ ζύμην κριθῆς, νὰ μὴ ξεπλύνεσθε δὲ πρὶν παρέλθουσι δύο τρεῖς ὥραι.

— Τρίς ἢ τετράκις τῆς ἡμέρας ἐντρίβετε τὰ βλέφαρά Σας μὲ *δροσιάν*, ἂν θέλετε νὰ διατηρῆτε λαμπροὺς τοὺς ὀφθαλμοὺς Σας.

Πρὶν κατακλιθῆτε, ἀλείφετε τὰς χεῖρας μὲ *κολχραῖμ* καὶ μὴ λησμονεῖτε νὰ φορέσητε δερμάτινα χειρόκτια, νὰ κοιμᾶσθε πάντοτε *γατωμένα*.

Μόλις πάρετε τὸ λουτρόν Σας, ἀμέσως νὰ κατακλίνεσθε, καὶ πρὸ τοῦ μεσονυκτίου. Μὴ κοιμᾶσθε τὸ μεσημέρι. Ὁ μεσημβρινὸς ὕπνος εἶναι συνήθως τεταραγμένος, καὶ συνεπῶς καταστρεπτικὸς εἰς τὴν κανονικότητα τῶν χαρακτηρηστικῶν. Μὴ σηκῶνεσθε ἐνωρὶς καὶ κοκκινίζου τὰ μάτια Σας, καὶ χαλᾶ ἢ φυσιογνωμία Σας. Κατὰ μέσον ὄρον σὰς χρειάζετε ὕπνος δέκα ἕως ἑνδεκα ὥρῶν.

Ἀποφεύγετε πᾶσαν φροντίδα καὶ πᾶν ἀντικείμενον ἐξ ἐρεθιστικῆς συνομιλίας. Ποτὲ μὴ ἐνοχλεῖσθε. Γαλήνη, γαλήνη! ἡρεμία! ἀπάθεια. Τὰ δάκρυα εἶναι ποταμός, εἰς τὸν ὁποῖον αὐτοκτονεῖ τὸ θέλγητρον καὶ πνίγεται τὸ κάλλος. Θέλετε νὰ ἦσθε πάντοτε ὠραία; Πάντοτε νὰ μειδιάτε, ἀκόμη καὶ ὅταν ἀκούετε δυσάρεστα πράγματα.

ΑΡΙΣΤΕΙΔΗΣ ΟΙΚΟΝΟΜΟΣ

(Ἐγεννήθη ἐν Καλαβρυτοῖς τῷ 1835, ἀπέθανεν ἐν Ἀθήναις
τῇ 11 Ἀπριλίου 1890)

Ἐν τοῖς χρόνοις τελείας πολιτικῆς ἀχρειότητος, παντελοῦς δὲ δύναταί τις εἶπεῖν ἐκλείψεως ἀληθῶν ἱκανοτήτων καὶ ἀνδρῶν χαρακτηῆρος, ὁ θάνατος τοῦ **Α. Οικονόμου**, ὑπῆρξε δυστύχημα διὰ τὴν ἡμετέραν πατρίδα, συμφορὰ διὰ τὴν μετ' ἐνθουσιασμοῦ παρακολουθοῦσαν πᾶσαν χρήσιμον ὑπαρξίν νεωτέραν γενεάν.

Ὁ τάφος ἀώρως ἐνέκλεισε εἰς τὰς ψυχὰς αὐτοῦ ἀγκάλας ἄνδρα μεγάλης ἀξίας, ζηλωτῆς φιλοπατρίας, σπανίας ἀνεξαρτησίας καὶ χρησιμότητος. Διάνοια, ἐκ τῶν νεωτέρων ἀγνοτέρων μοχλῶν τῆς νεωτέρας πολιτικῆς δράσεως τοῦ Ἑθνους ἡμῶν, βράχος τιμῆς καὶ πιστὸς ὑπουργὸς τῆς ἰδέας, δικανικὴ πρωτοτυπία, πρόμαχος τῶν ἐλευθέρων ἰδεῶν, ἐργάτης καὶ ἀπόστολος νέας κοινωνικῆς καὶ πολιτικῆς ἀναπλάσεως, ἐν γένει ὑπαρξίς, ὑπερτέρα τῆς ἐποχῆς, ἐν ἣ ἤζωμεν, ἰδοὺ βλος ὁ βίος τοῦ πολυδακρύτου **Α. Οικονόμου**.

Ἡ **Ποικίλη Στοά** μετ' ἰδίου πόνου κοσμοῦσα τὸν τάφον τοῦ ἀλησημονήτου ἀνδρὸς διὰ τῶν ἀληθεστέρων ἀνθῶν τῆς πρὸς τ' ὄνομά του λατρείας τῆς, ἰδίας ἀφιεροῦ σελίδας, εἰς τὴν ἀξίαν μελέτης ἰδιαζούσης **Βιογραφίαν του**, δημοσιεύουσα αἰσθηματικώτατον ἄρθρον τοῦ ἐπιφανοῦς αὐτῆς συνεργάτου κ. Λεων. Μελετοπούλου.