

μένιοι, ταρασσονται πολὺ εὐκολώτερον καὶ πλειότερον, ὅσῳκις πρόκειται περὶ πολιτικοῦ ἢ θρησκευτικοῦ ζητήματος. Ὀλίγοι ἐτήρησαν τὸ πάτριον ἔνδυμα· οἱ πλείστοι, ὅλοι σχεδὸν ἐνδύονται Εὐρωπαϊστὶ, ἀλλὰ Φράγκα ὅπως λέγουσιν.

Αἱ γυναῖκες τῆς Τραπεζοῦντος, ἐκτὸς τῶν οἰκιῶν αὐτῶν εὐρισκόμεναι, φέρουσιν ὅλαι ὡς κάλυμμα τὸ *Τζαρτζάφιον* καλούμενον, ὡς ἐκ τούτου δὲ δύσκολον νὰ γνωρίσῃ τις εἰς ποίαν ἐθνικότητα ἢ θρησκείαν ἀνήκουν. Τινὲς αὐτῶν καλύπτουσι τὸ πρόσωπον διὰ προσωπείου ἐκ μαύρης τριχὸς (*crin*). Αἱ πλούσιαι σκεπάζονται μὲ λευκὸν μεταξωτὸν *τζαρτζάφιον*, διὰ μεγάλων τετραγώνων λοχρόων πεποικιλμένον· αἱ ἐνδεεῖς τὸ φοροῦσι βαμβακερὸν μὲ μικρὰ λευκὰ καὶ κυανὰ τετράγωνα. Ἵνα διέρχωνται τὰς βορβορώδεις τῆς Τραπεζοῦντος ὁδοὺς, φέρουσι ξύλινα πέδιλα, τὰ *τζόκαρα* λεγόμενα, ἀπὸ κεφαλῆς δὲ μέχρι ποδῶν ὅπως εἶναι κεκαλυμμένοι, ἔχουσι τὸ βάδισμα ἄχαρι, ἐνίοτε δὲ καὶ κωμικόν. Ἐντὸς τῶν οἰκῶν ἀπεναντίας εὐρισκόμεναι, φέρουσιν ἔνδυμασίαις χαριεστάτας, διαφερούσας δὲ ἀναλόγως τοῦ θρησκευτικοῦ δόγματος ἐκάστης. Ἡ περιουσία μιᾶς ὑπάνδρου γυναικὸς ἢ προῖξ μιᾶς νεάνιδος μετρεῖται ἐκ τῶν χρυσῶν νομισμάτων, ἅτινα φέρει ἐπὶ τοῦ κεκρυφάλου τῆς ἢ τὰ ὅποια ἀποτελοῦσι τὸ εὐρὺ αὐτῆς περιδέραιον. Εὗρηκα μεταξὺ τῶν κοσμημάτων Ἀρμενίων τινῶν Κυριῶν ἀρχαῖα νομίσματα μεγάλης ἀξίας.

Δ.

ΠΕΡΙ ΤΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΥΠΟ ΔΙΑΦΟΡΟΥΣ ΕΠΟΨΕΙΣ.

Φρειδερίκος ὁ Μέγας, ὁ ἰδιότροπος οὗτος Βασιλεὺς τῆς Πρωσσίας, ὁ καὶ φίλος τοῦ Βολταίρου, πλείστας ἀλλοκότους ἰδέας περὶ διαφορῶν ἀντικειμένων καθ' ὅλον αὐτοῦ τὸν βίον συλλαμβάνων, ἐξέφρασέ ποτε καὶ τὸ ἐξῆς ἀστεῖον ἀπόφθεγμα: « Ἡ φύσις προώρισε τὸν ἄνθρωπον οὐχὶ διὰ φιλόσοφον, ἀλλὰ δι' ἀμαξηλάτην ». Ἡ παρατήρησις δ' αὕτη δὲν στερεῖται ὑποστάσεως. Εἰς ὑψηλὸν βαθμὸν διανοητικῆς προαγωγῆς σπανίως ἀφικνεῖται τις ἄνευ συγχρόνου ἐλαττώσεως σωματικῆς ὑγείας. Σπανίως εὐρίσκωμεν χαίροντας καλὴν ὑγείαν τοὺς ἀφοσιουμένους εἰς φιλολογικὰ ἢ ἐπιστημονικὰ ἐπαγγέλματα. Ὁ διανοητικὸς ἐρεθισμὸς καὶ αἱ ἐπ' αὐτῶν διαφοροτρόπως ἐπενεργοῦσαι συγκινήσεις εἰσὶν ἐπιβλαβεῖς τῷ σώματι. Διατελοῦσι σχεδὸν οὗτοι ἐν ἀδιαλείπτῳ καταστάσει σωματικῆς ἀνησυχίας, ὁ νοῦς αὐτῶν παροξύνεται, κεντᾶται ὑπὸ τοῦ μεγίστου πόθου τοῦ νὰ πρωτεύωσιν ἐπὶ πάντων τῶν ἀντιζήλων των, καὶ ἡ ἰδέα τοῦ νὰ δικριθῶσι καὶ φημισθῶσιν ἐν τῷ φιλολογικῷ κόσμῳ, ἀπαύστως ὑποβιβρώσκει ὡς σκώληξ τὰς ζωτικὰς αὐτῶν δυνάμεις. Τὸ αἷμα κατὰ συνέπειαν συμφορεῖται ἐν τῇ κεφαλῇ, ὁ ἐγκέφαλος ὑποκύπτει εἰς ἐξοχὸν βαθμὸν ἐρεθιστικότητος, ὁ δὲ στόμαχος καὶ τὸ ἥπαρ ἀναστέλλουν τὴν ἐνέργειαν τῶν ὑγιεινῶν αὐτῶν λειτουργιῶν. Ἐν τοιαύτῃ περιπτώσει ὁ γραμματισμένος μετατρέπεται εἰς ὑποχονδριακόν, καὶ ὁ τέως ἐπὶ πολυμαθίᾳ καὶ πνευματικῇ δυνάμει ἐνασμενιζόμενος περιπίπτει εἰς νηπιακὴν φεῖ· εἰπεῖν ἀδυναμίαν.

Ἀφ' ἐτέρου δὲ πάλιν, ἡ χαρὰ, ἡ ὀργή, ὁ ἔρως, ἡ ἀποτυχοῦσα φιλοδοξία, ὁ ἔλεγχος τῆς συνειδήσεως, ἡ συναίσθησις ἐπ' ἐγκλήματι ἐνοχῆς, αἱ οἰκογενειακαὶ μέριμναι, αἱ λεπταὶ εὐαισθησίαι τῆς ἀνθρωπίνης φύσεως αἱ ὑπὸ τοῦ νεωτέρου πολιτισμοῦ καὶ

τῶν ὁσημέραι κοινωνικῶν βελτιώσεων προ-
ερχόμεναι, ἰσχυρῶς ταῦτα πάντα ἐπὶ τῆς
καρδίας ἐπιδρῶντα, καθιστῶσιν αὐτὴν εὐ-
τρωτον καὶ παντοίων νόσων ἐπιδεκτικὴν.

Παράδοξον γεγνὸς τὴν ἐπὶ τῆς καρδίας
ἐπενέργειαν τῆς λύπης καὶ τῆς ἀποτυχίας
δεικνύον ἀναφέρεται τὸ τοῦ Φιλίππου, Βα-
σιλέως τῆς Ἰσπανίας, ὅστις ἀπέθανεν αἰ-
φνιδίως μαθὼν τὴν ἥτταν τοῦ στρατοῦ του
ἐν τῇ μάχῃ. Ἀνατμηθέντος τοῦ σώματος
αὐτοῦ, εὗρέθη ἡ καρδία αὐτόχρημα διερ-
ρηγμένη. Αἱ πολιτικαὶ καὶ διανοητικαὶ συν-
ταράξεις αἵτινες ἐλυμαίνοντο τὴν Γαλλί-
αν εἰς τὸν ἔσχατον βαθμὸν ἐπὶ τῆς πρώ-
της αὐτόθι ἐπαναστάσεως, παρήγαγον τὴν
μᾶλλον δηλητηριώδη ὡσαύτως ἐπίδρασιν
ἐπὶ τοῦ σωματικοῦ ὀργανισμοῦ. Ἀλλὰ καὶ
τ' ἀποτελέσματα ὑπερβολικῆς χαρᾶς εἰσὶν
ἀκριβῶς τὰ αὐτὰ, ὡς τοῦτο σαφῶς ἀπε-
δείχθη ὑπὸ λίαν γνωστοῦ περιστατικοῦ
συμβάντος ἐν Φιλαδελφείᾳ τῆς Ἀμερικῆς :
Εἰς βουλευτῆς τῆς πόλεως ταύτης τοσοῦ-
τον σφοδρῶς ὑπερεχάρη μαθὼν τὴν παρά-
δοσιν τοῦ Ἀγγλοῦ στρατηγοῦ *Cornwallis*
τοῦ καταθέντος τὰ ὅπλα τὸ 1781,
ὥστε κατέπεσε νεκρὸς ὑπὸ διαρρήξεως τῆς
καρδίας.

Ὑπὸ τῆς γενικῆς ταύτης ἐπόψεως φε-
ρόμεθα ἀναγκαίως εἰς τὸ συμπέρασμα, ὅτι
ἡ ὑγίης τοῦ σώματος κατὰστασις ἐξαρτᾶ-
ται κατὰ μέγα μέρος ἐκ τῆς εὐρύθμου
διατάξεως τῶν διανοητικῶν συγκινήσεων,
καὶ ὅτι πᾶσα ἀνωμαλία τῆς ἐνεργείας τοῦ
νοῦς, τείνει εἰς τὸ νὰ ἐπιφέρῃ κατὰ τὸ μᾶλ-
λον ἢ ἥττον ἀνωμαλίαν καὶ τῶν λειτουρ-
γιῶν τοῦ σώματος.

Ἄλλ' ὅσον ἀλλόκοτα καὶ ἄν ᾧσι τ' ἀ-
ποτελέσματα τῶν διανοητικῶν συγκινή-
σεων πρὸς τὸ διαφοροτρόπως ταράττειν τὸ
σωματικὸν σύστημα, ἀλλόκοτοι ἐπίσης
εἰσὶ καὶ αἱ ἐπιδράσεις αὐτῶν τούτων τῶν
συγκινήσεων πρὸς τὸ θεραπεύειν ἐνίοτε καὶ
τὰς σωματικὰς ἀσθενείας.

Ἐν τῇ περιπτώσει ὅμως ταύτῃ ἀναφαί-
νεται ἡ ἐνέργεια τῆς φαντασίας. Ἡ δύνα-
μις αὕτη τοῦ νοῦς ἐθεωρήθη πολλάκις ὡς

ἐν τῶν ἰσχυροτέρων ὀργάνων τῆς θερα-
πείας ὡς καὶ τῆς παραγωγῆς νόσου. Ὁ-
πόσον δὲ τρανῶς διεδηλώθη τοῦτο ὑπὸ τοῦ
ζωϊκοῦ μαγνητισμοῦ τοῦ Μεσμέρου καὶ
τῶν μεταλλικῶν ἐλκυστήρων τοῦ Πέρκινς !
Ἀμφότεροι οὗτοι ἀπεδείχθησαν οἱ μέγι-
στοι ἀπατεῶνες τοῦ ἀνθρωπίνου γένους.
Ἐπήνεγκον μὲν οὗτοι λαμπρὰ ἀποτελέ-
σματα παραδόξου θεραπείας ἐπὶ διαφόρων
ἀτόμων· ἀλλὰ τ' ἀποτελέσματα ταῦτα
παρήχθησαν ἀπλῶς ὑπὸ μόνης τῆς ἐπι-
δράσεως τῆς φαντασίας, ὡς ἅπαντες οἱ
πεπαιδευμένοι τῆς ἐποχῆς καὶ ἅπαντες οἱ
ἱατροὶ τὸ ὡμολόγησαν, ἐξαίρουμένων μόν-
ον τῶν ὅσοι ἐπὶ βιοπορισμῷ ἐξήσκουν πα-
ρομοίας ἀγυρτείας.

Ἐπὶ τῇ ἀρχῇ ταύτῃ, τῇ τῆς φαντασίας
δηλαδὴ ἐπιδράσει, θεραπείαι ἐμπαίξασαι
καὶ ματαιώσασαι τὴν ἐπιδεξιότητα τῶν
μᾶλλον ἐπιστημόνων ἱατρῶν, ἐξετελέσθη-
σαν ὑπὸ ἀμαθοῦς ἐμπειρικοῦ ἢ παρατόλ-
μου τινὸς ἀγύρτου. Οὐχ ἦττον ὅμως κατὰ
τινας περιπτώσεις, καὶ ὁ ἐπιστήμων ἱατρὸς
προσφεύγει εἰς τὰ αὐτὰ τεχνάσματα, εἰς
τὴν αὐτὴν ἀπάτην. Προσφέρει ἀβλαβές τι
ἱατρικόν, καταπότιον ἐξ ἄρτου φερ' εἰπεῖν,
καὶ πέποιθεν εἰς μόνην τὴν φαντασίαν ὅ-
πως ἐνεργήσῃ τὴν θεραπείαν. Πρὸς ἀπό-
δειξιν τούτου ἀναφέρομεν τὸ ἐξῆς παρά-
δοξον συνάμα καὶ ἀστείον διήγημα : Κυ-
ρία τις νευρικὴν νόσον πάσχουσα, ἐθερα-
πεύετο ἐφ' ἱκανὸν χρόνον ὑπὸ τοῦ ἱατροῦ.
Νομίζουσα ὅμως ὅτι ἡ ὑγεία της οὐδόλως
ἐβελτιούτο, τὸν παρεκάλει ἐπιμόνως νὰ
τῇ δώσῃ ἑτέρου εἴδους φάρμακα. Ὁ ἱα-
τρὸς δὲν συγκατετίθετο, ἀλλὰ τὴν ἐβε-
βαίον ὅτι ἐντὺς ὀλίγου ἐντελῶς θεραπευ-
θήσεται ἐξακολουθοῦσα νὰ λαμβάνῃ τὴν
αὐτὴν συνταγὴν. Ἡ γυνὴ δυσανασχετοῦσα
ἔμελλε νὰ προσκαλέσῃ ἀγύρτην τινὰ πα-
σίγνωστον. Τοῦτο μαθὼν ὁ ἱατρὸς καὶ θέ-
λων νὰ προλάβῃ τὸ κακόν, ἐπενόησε τὸν
ἀκόλουθον δόλον. Τῇ λέγει λοιπὸν ὅτι ἐ-
σκέφθη περὶ ἐνὸς νέου φαρμάκου λίαν συν-
τελεστικοῦ πρὸς παντελῆ θεραπείαν τῆς
νόσου της. Τὴν ἐπιοῦσαν τῇ προσφέρει μίαν

φιάλην ἄλλοκότου σχήματος, διαττάτων αὐτὴν νὰ τὴν ὁσφραίνεται ἀπλῶς καθ' ὠρισμένας τινὰς ὥρας. Ἰνα δ' ἔτι μᾶλλον ἐρεθίσῃ τὴν φαντασίαν τῆς, τῇ εἶπεν ὅτι τὴν πρώτην ἡμέραν θέλει αἰσθανθῇ μικρὰν κεφαλαλγίαν, τὴν δευτέραν κνισμὸν τινα ἐπὶ τοῦ στήθους, τὴν δὲ τρίτην ἔσεται ἐντελῶς ὑγιής. Καὶ ἀληθῶς καθ' ἑκάστην τῶν τριῶν ἡμερῶν ἡσθάνετο τὰ προρηθέντα ὑπὸ τοῦ ἱατροῦ ἀποτελέσματα, προυλέγουσα ὅτι τὸ φάρμακον ἐνῆργει, ὅτι ἐπισηπτικῶς ἐβελτιουτο, μεχριστοῦ τὴν τρίτην ἡμέραν ὡμολόγησεν ὅτι ἰάθη ἐντελῶς. Τοῦτο δ' ἔστι βεβαίως λίαν ἀξιοσημείωτον περιστατικόν. Προσθέτομεν ὅμως καὶ τὸ ἐξῆς ἔτι παραδοξότερον περὶ τῆς φαντασίας θεραπευούσης καὶ τὴν ὀλεθριωτάτην τῶν νόσων. Ἐπὶ τῆς πολιορκίας τῆς Βρέδας τὸ 1625, ὅτε ἡ φρουρὰ ἡτοιμάζετο νὰ παραδοθῇ ἐνεκεν τῆς νόσου στομακάκης, μεγάλην θραῦσιν ποιούσης ἐν τῷ φρουρίῳ, ὁ πρίγκηψ Δοράγγιος διέταξε νὰ διανεμηθῶσι φιάλαι τινὲς περιέχουσαι ἱαματικὸν δῆθεν φάρμακον μεταξὺ τῶν πασχόντων. Ἐυσταίνεται δὲ ὑπὸ τοῦ πρίγκηπος ὥς τὸ μόνον ἀλάνθαστον, τὸ μόνον περίφημον ἀντιπαθὲς φάρμακον κατὰ τῆς στομακάκης, καὶ ὅτι δύο ἢ τρεῖς ἐξ αὐτοῦ σταγόνες ἤρκουν ὅπως τὴν θεραπεύσωσι. Διενεμήθη λοιπὸν τοῖς στρατιώταις ἀνὰ δύοσις μεμετρημένων σταγόνων· καὶ, ὦ τοῦ θαύματος τῆς φαντασίας! οἱ ἐπὶ μῆνας μὴ δυνάμενοι νὰ κινήσωσι τὰ μέλη τοῦ σώματός των ὠφθῆσαν βαδίζοντες ἐν ἀνέτει καὶ ὑγιεῖς, καὶ οἱ ὑπὸ διαφόρων θεραπευτικῶν μέσων οὐδόλως τὴν ὑγείαν βελτιωθέντες, ἐντελῶς ἀνέλαβον ἐν ὀλίγαις ἡμέραις.

Οὐδεμία ἄλλη συγκίνησις ἐξασκεῖ ὡσαύτως μείζονα ἐπιρροὴν ἐπὶ τῆς ὑγείας, ὥς ὁ ἔρως. Τίς δὲν παρετήρησε τὴν ἐπενέργειαν ταύτην ἐπὶ τῆς πρὸς τὴν ἀνδρικήν ἡλικίαν προσεγγιζούσης νεότητος; Ὅτε τὸ βέλος τοῦ τέκνου τῆς Ἀφροδίτης βαθέως εἰσδύσῃ ἐν τῇ καρδίᾳ τοῦ νέου, τὸ ἀντικείμενον τῆς ἀγάπης του συνταυτίζεται μεθ' ὅλων τῶν διαλογισμῶν καὶ αἰσθημάτων

(ΟΜΗΡΟΣ ΦΥΛ. Η΄.)

τῶν αὐτοῦ. Δι' αὐτὸ μόνον ἐνεργεῖ, δι' αὐτὸ ζῇ, πρὸς ἀπόκτησιν τῆς εὐνοίας καὶ ὑπολήψεως αὐτοῦ, νυχθημερὸν ἐργάζεται, ἀναρριχᾶται τυχὸν ἐνεκεν αὐτοῦ εἰς τὰς κορυφὰς τῶν ὑψηλοτέρων ὀρέων, βυθίζεται εἰς τὰς ἀβύσσους τῶν μαινομένων θαλασσῶν καὶ ἀτρόμητος ὄρμα εἰς τὸ πῦρ τῶν μαγομένων. Ἐτι δὲ τούτων πλείονα θέλει βεβαίως πράξει ἡ ἐρώσα γυνὴ ὑπὲρ τοῦ ἐραστοῦ αὐτῆς. Ἀλλ' ὅποια ὀδυνῶναι συνέπειαι ἀναμένονται ὅταν εἰς ἀποτυχίαν ἀπολήξωσιν αἱ τῶν ἐρώντων προσδοκίαι!..

Ἀφ' ἐτέρου ὅμως, τὸ πάθος τοῦτο ἀμοιβαίως ρυθμιζόμενον προάγει τὴν ὑγείαν ὥς ἐπίσης καὶ τὴν εὐτυχίαν. Εἶναι τὸ προσφιλέστατον ἐλαττήριον τὸ παροτρύνον τὸν ἄνθρωπον εἰς τὸ ν' ἀσπασθῇ τρόπον βίου τὰ μάλιστα συντελεστικὸν πρὸς τὴν ἐν τῷ κόσμῳ τούτῳ ἐφικτὴν εὐδαιμονίαν τῆς ὑπάρξεως αὐτοῦ.

Ἀλλὰ πρὸ πάντων τούτων ἡ ἐργασία καὶ ἡ ἐγκράτεια οὐχ ἥττόν εἰσι πρὸς τὴν ὑγείαν συντελεστικά. Τὰς σκληραγωγίας τῶν ἀρχαίων Σπαρτιατῶν οὐδόλως ἐνταῦθα συσταίνομεν ὥς παντάπασιν ἀναρμόστους τῇ παρούσῃ ἐποχῇ, ἀλλὰ τὸν βαθμὸν μᾶλλον ἐκείνον τῆς ἐργασίας τὸν ἥκιστα καταθλιπτικὸν καὶ τὴν ποσότητα ἐκείνην τῆς τροφῆς τὴν ἀρκοῦσαν πρὸς τὸ συντηρεῖν τὴν φύσιν ἄνευ τοῦ ἐπιβαρύνειν τὸν στόμαχον. Ἀλλ' ὅμως ἡ ἐργασία καὶ ἡ ἐγκράτεια δύο εἰσὶ πράγματα οὐδόλως τοῖς πλείστοις ἀρεστά, καὶ τοι οὐδὲν τούτων ἕτερον δύναται νὰ ἐξασκήσῃ ὑγειεῖραν ἐπενέργειαν ἐπὶ τε τοῦ σώματος καὶ τοῦ νοός. Οὐ μόνον δὲ κατὰ τὴν τροφὴν ὀφείλομεν ἵνα ὦμεν ἐγκρατεῖς, ἀλλ' ἐν γένει καθ' ὅλα μέτριοι. Ἡ μετριότης διδάσκει ἡμᾶς ἵνα καταστέλλωμεν ἀπάσας τὰς κακὰς ἐνεργείας τοῦ νοός, ἥτοι, τὴν ζηλοτυπίαν, τὸν φθόνον, τὴν ὀργήν, τὸ μῖσος, τὴν ἐκδίκησιν καὶ πάντα τὰ δηλητηριώδη ἐκείνα πάθη ἅτινα πολυειδῶς ἐβλάψαν τὴν ὑγείαν καὶ τὴν εἰρήνην τῶν πολλῶν. Αὕτη προτρέπει ἡμᾶς ὡσαύτως πρὸς τὸ καλλιεργεῖν ἅπαντα τὰ καλοκᾶγα.

θα αίσθήματα τῆς φύσεως ἡμῶν, πρὸς τὸ ρυθμίζειν τὰς ὁρέξεις καὶ πρὸ πάντων πρὸς τὸ ποιεῖν τοῖς ἄλλοις ὅπως βουλόμεθα οὕτω καὶ οὗτοι οὕτω ποιεῖσιν ἡμῖν. Διὰ τοῦ τρόπου τούτου ἐξασφαλίζομεν τὴν εἰρήνην καὶ ἡσυχίαν τοῦ νοῦς, ἅτινā εἰσιν ἀπολύτως ἀναγκαῖα πρὸς τὴν πλήρη ἀπόλαυσιν τῆς υἰείας, τούτέστιν ἐξασφαλίζομεν τὴν ἐλευθερίαν, ἄνετον καὶ εἰρηνικὴν ἐκείνην ἐνέργειαν τῶν δυνάμεων τοῦ νοῦς καὶ τὴν ἐντελῆ προσέτι ἐξάσκησιν ἀπασῶν τῶν ζωικῶν λειτουργιῶν τοῦ σώματος, ἄνευ προσκόμματος, ἄνευ πόνου ἢ ἐνοχλήσεως. Καὶ οὕτω τὸ πνεῦμα ἀπηλλαγμένον θορυβῶδων παθῶν καὶ τὸ σῶμα διαταράξεων καθιστῶσι τὴν τε ὑπαρξιν εὐδαίμονα καὶ τὴν ζωὴν ποθητὴν πρὸς ἡμᾶς. « Τὸ ὑγιαίνειν, ἔλεγεν ὁ περίφημος Γάλλος φιλόσοφος *St. Evremont*, βέλτιόν ἐστι τοῦ κυβερνᾶν τὸν κόσμον ὅλον. » Ἡ υἰεία εἶναι ἡ βᾶσις τῆς εὐημερίας. Ἄνευ αὐτῆς οὐδὲως δυνάμεθα ν' ἀπολαύσωμεν γνησίας ἡδονῆς, οὐδὲ τοῖς ἀγαθοῖς νὰ ἐντρυφῶμεν. Ἄνευ αὐτῆς, οὐδ' ἐν ἡμῖν αὐτοῖς εἶμεθα εὐτυχεῖς, οὐδὲ τοῖς φίλοις ἢ τῇ κοινωνίᾳ λίαν χρήσιμοι.

Ἀναμφιβόλως μέγα μέρος ἐξαρτᾶται ἐκ τῆς ἀρχικῆς ῥωμαλεότητος τῆς κράσεως. Ἀλλὰ τῇ συνετῇ προσοχῇ πρὸς τὰ καθέκαστα τοῦ βίου ἡμῶν, ἡ υἰεία ἐν πλείσταις περιπτώσεσι δυνατόν νὰ συντηρηθῇ ἐνθα ἄλλως ἤθελεν ἀπολεσθῇ.

Διὰ τῆς παραδοχῆς ἰδίων τινῶν προφυλάξεων ἡ υἰεία δύναται ἐπὶ πλεῖστον νὰ παραταθῇ. Μετὰ δὲ τῶν προφυλάξεων τούτων εὐλόγως δύνανται νὰ συμπεριληφθῶσι καὶ αἱ προειρημέναι ἥτοι, ἡ ὀλιγάρκεια περὶ τὸ ἐσθίειν καὶ πίνειν, ἡ μετρία χρῆσις τῆς διανοητικῆς ἐργασίας, ἡ ἀταραξία τοῦ πνεύματος καὶ πρὸς δὲ τούτοις καὶ ὁ ἔγγαμος βίος. Ὡς πρὸς τὸ τελευταῖον μάλιστα Ἀμερικανός τις Δόκτωρ ἀναφέρει ὅτι ἓνα μόνον ἄνδρα ὑπερογδοηκοντούτην ἀνεῦρε μετὰ τῶν ἀγάμων.

Χωραὶ τινες ὑποτίθενται μᾶλλον ἐτέρων εὐνοϊκώτεραι καθόσον ἀφορᾷ τὴν υἰείαν. Ἡ

ὠραία ἡμῶν Ἑλλάς ἔτι καὶ νῦν φημίζεται διὰ τὸ εὐκρατον καὶ ὑγιεινὸν τοῦ κλίματος αὐτῆς, καὶ μάλιστα ἡ τερπνὴ καὶ ζωγραφικὴ νῆσος Νάξος. Ἡ Σουηδία, Νορβηγία καὶ Δανιμαρκία ἢ Ἀγγλία, Σκωτία, καὶ Ἰρλανδία, φημίζονται ὡσαύτως διὰ τὴν υἰείαν τῶν ἐνοικούντων ἐν αὐταῖς, καὶ ἰδίως ἡ Ἀγγλία. Οἱ γέροντες τῆς τελευταίας ταύτης χώρας κατέλαβον ἐνίοτε τὸ 130, 140, καὶ 150 ἔτος τῆς ἡλικίας των, καὶ ἔτι ἀνώτερον· διότι δὲν πρέπει νὰ λησμονήσωμεν τὸν γεωργὸν Θωμᾶν Πάρρ, τὸν ἀποθανόντα τὸ 152 ἔτος τῆς ἡλικίας του, οὐδὲ τὸν Ἑρῖκον *Jenkins* τὸν ἀποθανόντα εἰς ἡλικίαν 160 ἐτῶν. Ἀλλὰ, καίτοι τὰ βόρεια ταῦτα κλίματα συμβάλλουν πρὸς τὴν υἰείαν, ἀφ' ἐτέρου τὸ ὑπερβολικὸν ψυχρὸς εἶναι οὐχ ἥττον ἐπιβλαβὲς πρὸς αὐτήν. Ἐν Ἰσλανδίᾳ ὡς καὶ ἐν Σιβηρίᾳ τῆς βορείου Ἀσίας σπανίως εἰσὶν οἱ ἄνθρωποι υἰεῖς, καὶ σπανιώτατα καταλαμβάνουν τὸ ἐξηκοστὸν των ἔτος.

Οἱ σοφοὶ καὶ ἐπιστήμονες δὲν χαίρουν συνήθως καλὴν υἰείαν. Ἀλλὰ τοῦτο κοινῶς συμβαίνει εἰς πάντας τοὺς ἐξασκουμένους ἐδραῖόν τι ἐπάγγελμα ἢ ἐπιχείρημα. Καὶ ὁμῶς ἀξιοσημεσιώτῳ ἐστὶν ὅτι ἅπαντες σχεδὸν οἱ πεπαιδευμένοι τῶν τε ἀρχαίων καὶ τῶν νεωτέρων χρόνων, οἱ μὲν γὰρ διακριθέντες ἐπὶ σοφίᾳ καὶ δεινότητι νοῦς, μακροβιώτατοι ἐγένοντο. Ὁ Ἰπποκράτης ἀπεβίωσε τὸ 104 ἢ κατ' ἄλλους τὸ 109 ἔτος τῆς ἡλικίας του. Ὁ Σοφοκλῆς, ὁ Ὀμηρος οὗτος τῆς δραματικῆς ποιήσεως, ἐποίησε τὴν ὠραιότεραν ἴσως τῶν τραγωδιῶν αὐτοῦ «Οἰδίποδα ἐν Κολωνῷ» ἐννενηκοντούτης ὢν, καὶ ἔζησε μέχρι τοῦ 100. Ὁ Ξενοφῶν ἔζησεν ὑπὲρ τὰ 90, καὶ ὁ Πλάτων ἀπέθανεν 81 ἐτῶν. Ὁ Πυθαγόρας ἀπέθανεν ἐννενηκοντούτης, καὶ ὁ διδάσκαλος τοῦ Ἰσοκράτους, ὁ Γοργίας, ἔζησεν ὑπὲρ τὰ 107 καὶ ὁμῶς μέχρι τῆς τελευταίας στιγμῆς δὲν ἔπαυσεν ἐνασχολούμενος εἰς τὰς φιλοσοφικὰς μελέτας αὐτοῦ. Ὁ Ἀδδηρίτης φιλόσοφος, ὁ περίφημος Δημόκριτος, ὁ πρῶτος ἀπο-

φηνάμενος ότι ο γαλαξίας ἦν ἀποτέλεσμα συγκεχυμένου φωτός ὑπὸ πληθὺς ἀστέρων προερχομένου, τοῦθ' ὅπερ καὶ ἐπιβεβαιουῖται ὑπὸ τῆς νεωτέρας ἀστρονομίας, ἀπέθανεν 109 ἐτῶν. Ὁ κορυφαῖος τῶν ἐπικῶν αὐιδῶν Ὅμηρος, ὁ τῶν Παραλλήλων Βίων διάσημος συγγραφεὺς καὶ φιλόσοφος Πλούταρχος καὶ ὁ περικλεῆς Παρμενίδης, ὁ πρῶτος ἀνακαλύψας τὸν νόμον τῆς βαρύτητος καὶ τὴν στρογγυλότητα τῆς Γῆς, ἐζήσαν μέχρι λίαν προβεβηκυίας ἡλικίας. Καὶ ἐν τοῖς νεωτέροις χρόνοις δὲν ἐλλείπουσι παραδείγματα τῆς αὐτῆς σχεδὸν μακροβιότητος μεταξὺ τῶν σοφῶν τῆς Εὐρώπης ἀνδρῶν. Ὁ μέγιστος μαθηματικὸς τῶν ἡμερῶν του καὶ καθηγητῆς τῆς Γεωμετρίας ἐν Ὁξφόρδῃ Δόκτωρ *Mallis* ἀπέθανεν 88 ἐτῶν. Ὁ Λόκκιος 73. Ὁ Λεϊβνίτιος 70. Ὁ Γαλιλαῖος 66. Ὁ Βάκων καὶ ὁ περίφημος Ὁλλανδὸς ἰατρὸς Βοερραάβιος 70. Ὁ ἐπιπεριφημότερος Ἀγγλος ἰατρὸς Χάρβεϋ, ὁ τὴν κυκλοφορίαν τοῦ αἵματος ἀνακαλύψας, 88. Καὶ ὁ μέγας ἐπίσης Ἀγγλος μαθηματικὸς Νεύτων 84.

Καὶ πλείστα ἕτερα παραδείγματα δυνάμεθα ν' ἀναφέρωμεν, ἀλλὰ νομίζομεν ταῦτα ἀρκοῦντα πρὸς ἐμπέδωσιν τῆς ἡμετέρας διὰβεβαιώσεως, ὅτι ἅπαντες οἱ πεπαιδευμένοι ἄνδρες ὑπῆρξαν κατὰ τὸ μᾶλλον καὶ ἥττον πολυχρόνιοι.

Ἑμ. Γιαννακόπουλος.

Η ΦΥΣΙΣ ΚΑΙ Η ΖΩΗ.

ΑΙ ΟΣΜΑΙ.

(Ἐκ τῶν τοῦ *F. Papillon*.)

Α'.

Ἐδρα τῆς ὀσφρήσεως εἶναι ὁ μυζώδης ἐκείνος ὕμην, ὁ καλύπτων τὴν ἔσω πλευρὰν τῶν ρωθῶνων, ἐπιφάνεια βλεννώδης, ἀτάκτως διπλωμένη, ὅπου νεῦρά τινα ἀπλοῦνται εἰς λεπτὰς ἄκρας. Ὁ ὕμην οὗτος ἐκκρίνει διαρκῶς ρευστὸν, προωρισμένον νὰ τὸν καθιστᾷ γλοιώδη, χάρις δὲ εἰς τοὺς μῦς τοὺς καλύπτοντας τὸ κάτω μέρος τῶν ρωθῶνων, τὸ ὄργανον τῆς ὀσφρήσεως δύναται νὰ συσταλῇ ἢ διασταλῇ ἀκριβῶς ὅπως τὸ τῆς ὀράσεως. Τοῦτου τεθέντος, ὁ μηχανισμὸς τῆς ὀσφρήσεως εἶναι ἀπλούστατος. Συνίσταται εἰς τὴν πρόσψausιν τῶν ὀσμηρῶν μορίων μετὰ τὸ νεῦρον τῆς ὀσφρήσεως, τὰ δὲ μόρια ταῦτα φέρονται διὰ τοῦ αἵματος εἰς τὸ ἔσω μέρος τῶν ρωθῶνων καὶ ἀπαντῶσιν ἐκεῖ τὰς εὐαίσθητους ἵνας. Ἄν ἡ διακοπὴ αἵματος ἐπέλθῃ ἢ τὸ νεῦρον ἀλλοιωθῇ, ὀσφρησις δὲν δύναται νὰ ὑπάρξῃ. Τὰ φυσιολογικὰ τῶν ὄντι πειράματα ἀπέδειξαν, ὅτι τὰ ὀσφρητικὰ νεῦρα εἶναι ἀποκλειστικῶς διὰ τὰς ὀσμὰς προωρισμένα, ἢ δὲ ὀσφρησις ἐκλείπει ὀσάκις καταστρέψῃ ἢ δι' ὀποιοῦδόποτε τρόπου βλάβῃ τις τὰ νεῦρα ταῦτα, ἢ καὶ ἀπλῶς τὰ περιστείλῃ. Ἐπίσης δὲ ἐμποδίζων τὴν διὰ τῶν ρωθῶνων δίοδον τοῦ αἵματος, ἀποκαθιστᾷ ἀδύνατον πᾶσαν ὀσφρητικὴν αἴσθησιν. Ἄς προσθέσωμεν ἐπὶ τέλους ὅτι τὸ μᾶλλον εὐαίσθητον διὰ τὰς ὀσμὰς μέρος εἶναι τὸ ἄνω τῶν ρωθῶνων. Ὑπάρχουσιν, ὅπως θὰ ἴδωμεν ἀκολουθῶς, ἄξιοι λόγου διαφοραὶ ἐπὶ τοῦ βαθμοῦ τῆς ὀσφρήσεως μεταξὺ τοῦ ἐνὸς καὶ τοῦ ἄλλου ἀν-