



ΟΡΓΑΝΟΝ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΝ, ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟΝ, ΦΙΛΟΛΟΓΙΚΟΝ ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΝ

ΕΚΔΙΔΟΜΕΝΟΝ ΔΙΣ ΤΟΥ ΜΗΝΟΣ

ΤΗΣ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑΣ ΤΩΝ ΠΑΡ' ΗΜΙΝ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΩΝ ΚΑΙ ΛΟΓΟΓΡΑΦΩΝ

Διευθυντής Γ. Γ. ΔΕΛΕΔΑΚΙΣ Δ. Φ. ΚΛΑΘΓΗΤΗΣ

ΓΡΑΦΕΙΑ: ΟΔΟΣ ΤΟΠΧΑΝΑ ΑΡΙΘΜΟΣ 78

ΜΕΛΕΤΑΙ ΕΠΙ ΤΩΝ ΠΑΘΩΝ ΤΟΥ ΣΩΤΗΡΟΣ

Ο ΧΡΙΣΤΟΣ ΚΑΙ ΑΙ ΜΗΤΕΡΕΣ

«Θυγατέρες Ἱερουσαλήμ, μὴ κλαίετε ἐπ' ἐμέ, πλὴν ἐφ' ἑαυτάς κλαίετε καὶ ἐπὶ τὰ τέκνα ὑμῶν» (Λουκ. 23, 28).

Ἐνφ' ὁ κύριος ἡμῶν Ἰησοῦς Χριστὸς φέρων τὸν Σταυρὸν ἐδάδιζε πρὸς τὸν Γολγοθᾶν πλῆθος εὐσεβῶν γυναικῶν ἠκολούθει ὀπισθεν αὐτοῦ. Καὶ ἐνφ' ὁ μαινόμενος ὄχλος ἔσχωπε καὶ ἐνέπειζεν αὐτόν, αἱ γυναῖκες μόναι συγκεκνημέναι ἤκτερον αὐτόν, ἔκλαιον καὶ ἐκόπτοντο διὰ τὸν ἀδίκον θάνατον τοῦ Λυτρωτοῦ. Μοὶ φαίνεται κατὰ τὴν στιγμήν ταύτην, ὅτι ἀκούω αὐτάς νὰ κράζωσι μετὰ λυγμῶν. Οὗτός ἐστιν ἄνθρωπος δίκαιος καὶ ἅγιος! Οὗτός ἐστιν ὁ ἔνδοξος διδάσκαλος, ὁ διὰ τσοῦτων καὶ τηλικούτων θαυμάτων περιφανῆς Προφήτης! Πῶς θανατοῦτε ἐκεῖνον, ὅστις ἐθεράπευσε τοὺς ἀσθενεῖς ἡμῶν;! Ὅστις ἐκαθάρισε τοὺς λεπρούς ἡμῶν;! Ὅστις ἐφώτισε τοὺς τυφλοὺς ἡμῶν;! Ὅστις ἠλευθέρωσε τοὺς δαιμονιζομένους ἡμῶν;! Ὅστις ἔδωκε τὴν ζωὴν εἰς τοὺς νεκροὺς ἡμῶν;! Ἄβη εἶναι ἡ ἀνταμοιβὴ τσοῦτων καὶ τηλικούτων εὐεργεσιῶν; Οὐαὶ ὑμῖν πτωχοὶ ἐγκαταλελειμμένοι! Ποῦ εἰς τὸ ἐξῆς θὰ ζητήσατε καταφύγιον; ποῦ παρηγορίαν; Ὡ ἀγαθὲ φίλε! ὦ γλυκύτατε καὶ πολυσύσπλαγγε Ἰησοῦ! Δὲν ἔπρεπε νὰ χωρισθῆς ἀπ' ἡμῶν διὰ τοιοῦτου ἐπονειδίστου θανάτου! Ὡ παρήγορε τῶν τεθλιμμένων καρδιῶν! πῶς Σὺ αὐτὸς κατὰ τὴν στιγμήν ταύτην δὲν τυγχάνεις παρηγορίας;

Οὕτως ἔκλαιον καὶ ἐθρήνουν, φίλοι ἀναγκῶσαι, αἱ εὐσεβεῖς αὐταὶ γυναῖκες, πρὸς ἃς ὁ Ἰησοῦς στραφεὶς εἶπεν ἀπαράχως «θυγατέρες Ἱερουσαλήμ μὴ κλαίετε ἐπ' ἐμέ, ἀλλ'

ἐφ' ἑαυτάς κλαίετε καὶ ἐπὶ τὰ τέκνα ὑμῶν». Ὁ Σωτὴρ δὲν θέλει νὰ κλαίωσιν αὐτὸν ὡς δυστυχῆ, οὔτε ὡς κακοῦργον, ὅστις ἄγεται εἰς τὴν τιμωρίαν, διότι διὰ τῆς ἀθφότητος αὐτοῦ ἐμελλε νὰ θριαμβεύσῃ κατὰ τοῦ θανάτου. Τὰ δάκρυα καὶ οἱ θρήνοι εἶναι ἀνάξια τῆς νίκης καὶ τοῦ θριάμβου! Ἴδοῦ ἡ πρώτη αἰτία δι' ἣν ἀπαγορεύει αὐταῖς νὰ κλαίωσιν. Ἄλλ' ἡ δευτέρα ἀφορμὴ, ἣτις εἶναι καὶ ἡ ἀληθεστέρα, δὲν πρέπει νὰ μείνῃ παρ' ἡμῖν ἀπαρτήρητος. Ὁ Ἰησοῦς, ἀπαγορεύων εἰς τὰς γυναῖκας νὰ κλαίωσι, δὲν θέλει διὰ τῶν λόγων τούτων νὰ ἐπιβάλλῃ ἀπόλυτον εἰς αὐτάς σιωπὴν. Ἐπιθυμεῖ νὰ κλαίωσιν, ἀλλὰ νὰ κλαίωσι δι' αἰσθημα πραγματικῶν! ὡς ἐὰν ἔλεγεν εἰς αὐτάς: Θυγατέρες Ἱερουσαλήμ κλαίετε ὀλιγώτερον δι' ἐμέ καὶ περισσότερον δι' ἑαυτάς καὶ διὰ τὰ τέκνα σας! Ὁ Ἰησοῦς ἐγνώριζε τὴν ἠθικὴν κατάστασιν τοῦ λαοῦ τῆς Ἱερουσαλήμ, ἐγνώριζε καὶ προεφήτευσεν, ὅτι δι' αὐτό, δὲν θὰ ἐδράδουν νὰ ἐπέλθωσι δι' αὐτὴν τὰ κακὰ καὶ ὁ δλεθρὸς. Ἴδοῦ ὁ λόγος δι' ὃν ἔλεγε «θυγατέρες Ἱερουσαλήμ, κλαίετε διὰ τὴν πατρίδα σας, κλαίετε δι' ἑαυτάς, κλαίετε διὰ τὰ τέκνα σας»!

Ἄλλ' ἄραγε ἐκεῖνο τὸ ὅποιον ἔλεγεν ὁ Ἰησοῦς τότε πρὸς τὰς τεθλιμμένας γυναῖκας δὲν δύναται τις καὶ σήμερον νὰ τὸ ἐπιναλάβῃ διὰ πολλὰς μητέρας;

Πατέρες καὶ Μητέρες—ὅποιοι γλυκεῖς λόγοι!—εἴθε νὰ μὴ κλαύσητε ποτὲ οὔτε δι' ἑαυτοὺς οὔτε διὰ τὰ τέκνα ὑμῶν! Μὴ λησμονήτε, ὅτι σεῖς εἰσθε οἱ ἐπιφορτισμένοι τὴν Χριστιανικὴν ἀνατροφὴν τῶν τέκνων σας. Σεῖς ὀφείλετε νὰ ποδηγετήσητε αὐτὰ εἰς τὴν ὁδὸν τῆς ἀρετῆς; νὰ ἐπαγρυπνήτε ἐπὶ τῆς ἀγωγῆς αὐτῶν, νὰ ἐλέγχητε καὶ νὰ τιμωρήτε αὐτὰ ὡς ἄξις πράττωσι τὸ κακόν.

Ἄλλὰ διὰ νὰ ἐκπληρώσητε τὰ ἱερὰ ταῦτα καθήκοντα ὑμῶν, ὀφείλετε πρῶτον, νὰ ἐκτρέφητε τὰ τέκνα σας ἐν

παιδεία και νοουθεσία Κυρίου», ως λέγει ο θεός Ἀπόστολος (Ἐφεσ. 6,4). Ὅφειλετε νὰ ἐγκαρτάσσητε εἰς τὰς ἀπαλὰς αὐτῶν καρδίας τὴν ἀγάπην καὶ τὸν σεβασμὸν πρὸς τὰ πάτρια ἦθη, νὰ ἐμπνέητε εἰς αὐτὰ τὴν ἀφοσίωσιν πρὸς τοὺς νόμους καὶ τὰς ἐντολὰς τῆς ἀγίας ἡμῶν Θρησκείας, καὶ νὰ γίνεσθε εἰς αὐτὰ τὸ παράδειγμα πρὸς τὴν πιστὴν ἐκτέλεσιν τῶν χριστιανικῶν αὐτῶν καθηκόντων. Ἀλλ' ἀράγε πράττετε τοῦτο; Ἀμφιβάλλω, ἐὰν πάντες δίδετε τὴν προσήκουσαν προσοχὴν εἰς τὰς ἱερὰς ταύτας ὑποχρεώσεις! Εἶμαι βέβαιος, ὅτι διδάσκετε ἐπιμελῶς τὰ τέκνα σας καὶ οὐδὲν παραλείπετε, ὅπερ θὰ ἠδύνατο νὰ συντελέσῃ εἰς τὴν ἐν τῷ κόσμῳ ἀνάδειξιν αὐτῶν, ἀλλὰ περὶ τῆς ψυχῆς των, περὶ τῆς σωτηρίας των οὐδόλως ἀνησυχεῖτε, οὐδόλως φροντίζετε! Καὶ λέγω τοῦτο διότι πολλάκις ἤκουσα μητέρας λεγούσας μετὰ βαθυτάτης θλίψεως πρὸς τὰ ἀμαρτάνοντα τέκνα αὐτῶν «Παιδί μου! τί θὰ εἶπῃ τώρα περὶ σοῦ ὁ κόσμος; ποῖαν ἰδέαν θὰ σχηματίσῃ περὶ σοῦ ἡ κοινωρία;» Καὶ διατὶ τάχα νὰ μὴ τίθηται πρῶτον τὸ ὄνομα τοῦ Θεοῦ; Διατὶ νὰ μὴ λέγωμεν εἰς αὐτὰ «Παιδί μου! τί θὰ εἶπῃ περὶ σοῦ ὁ Θεός, ποῖαν ἰδέαν θὰ σχηματίσῃ περὶ σοῦ ὁ δίκαιος, ὁ παντογνώστης Θεός;». Ἀποστέλλετε αὐτὰ εἰς τὸ σχολεῖον, ἀλλὰ τί τὸ ὄφελος, εἴταν καὶ σεῖς αὐταὶ διὰ τοῦ παραδείγματός σας δὲν συντελεῖτε εἰς τὴν ἐπ' αὐτῶν ἀγαθὴν τοῦ σχολείου ἐπίδρασιν; ὅταν δὲν ὑποδοθητὴ αὐτὰ; Λυποῦμαι διότι ἀναγκάζομαι νὰ ὁμολογήσω ἐνταῦθα, ὅτι πολλοὶ τῶν μητέρων δεκνύουσιν ἀσύγγνωστον πρὸς τοῦτο ἀμέλειαν.

Ὅφειλετε ἐπίσης νὰ ἐπαγρυπνῆτε περὶ τῆς καλῆς ἀνατροφῆς τῶν τέκνων σας. Ὅφειλετε νὰ ἐπισκοπῆτε ἀκαταπαύστως τὰς κλίσεις καὶ διαθέσεις αὐτῶν, τοὺς λόγους αὐτῶν, τὰς πράξεις αὐτῶν, ὅφειλετε νὰ φροντίζητε ἵνα μὴ λέγωσι καὶ πράττωσι τι ἀπάξιον πρὸς τὴν ἠθικὴν, νὰ ἀπαγορεύητε εἰς αὐτὰ τοῦ νὰ συναναστρέφωται μετ' ἐκεῖνων, ὧν τὸ κακὸν παράδειγμα θὰ ἠδύνατο κακῶς ἐπ' αὐτῶν νὰ ἐπιδράσῃ, νὰ ἀποκρούητε πᾶσαν εὐκαιρίαν, ἣτις θὰ ἠδύνατο νὰ παροτρύνῃ αὐτὰ εἰς τὸ κακόν. Παρ' ὅλα ὅμως ταῦτα δυστυχῶς, πολλοὶ τῶν γονέων σήμερον, βλέποντες τὰ τέκνα αὐτῶν ἀσχημονοῦντα καὶ παρεκτρεπόμενα, εὐχαριστοῦνται καὶ ἀποδίδοντες τὰς τοιαύτας ἀσχημίας καὶ παρεκτροπὰς εἰς τὸ ἄωρον τοῦ πνεύματος αὐτῶν, προσιωνίζονται δὴθεν ἐξ αὐτῶν τὴν ἐν καιρῷ ἐκλαμψὴν μεγάλης διανοίας! Εἶναι παιδιὰ, λέγετε· ἡ ἡλικία θὰ φέρῃ καὶ τὴν φρόνησιν! Ἐὰν ἀπαιτήσωσι παρ' ὑμῶν πράγματα τὰ ὅποια γνωρίζετε καλῶς, ὅτι δὲν ἀρμόζουσιν εἰς αὐτὰ, φαίνασθε πρόθυμοι ἵνα ἱκανοποιήσῃτε τὰς ἰδιοτροπίας αὐτῶν διὰ νὰ μὴ δυσαρεστήσῃτε αὐτὰ. Ἐὰν ἀπαιτήσωσι παρ' ὑμῶν, ὅπως μεταδῶσι μετὰ τινος, εἴτε εἰς διασκέδασιν, εἴτε εἰς τὸν χορὸν, εἴτε εἰς ἐσπερίδας, εἰσθε πρόθυμοι νὰ ὑποχωρήσῃτε. Ὅφειλουσι, λέγετε, νὰ σπουδάσωσι καὶ νὰ γνωρίσωσι τὸν κόσμον, διότι τότε θὰ διακρίνωσι καλλίτερον τὸ καλὸν ἀπὸ τοῦ κακοῦ! Ὡ δυστυχία! Ἐὰν ἐγνωρίζετε, ὅποια θὰ εἶναι ἡμέραν τινὰ τὰ ἀποτελέσματα τῶν τοιούτων πρὸς τὰ τέκνα σας ὑποχωρήσεων, εἶμαι βέβαιος, ὅτι οὐδέποτε θὰ ὑπεχωρεῖτε εἰς τὰς ἰδιοτροπίας αὐτῶν. Δὲν πρέπει λοιπὸν νὰ λησμονώμεν τὴν πρὸς ἡμᾶς παραγγελίαν τοῦ Ἀποστόλου «εἰς τὴν ἰδίαν καὶ μάλιστα τῶν οἰκείων οὐ προνοεῖ, τὴν πίστιν ἠρνηται καὶ ἔστιν ἀπίστου χεῖρων» (Α'. Τιμοθ. ε'. 8).

Ὅφειλετε τέλος εἶναι τὰ τέκνα σας πράττωσι τὸ κακόν, νὰ ἐλέγχητε καὶ νὰ τιμωρῆτε αὐτὰ. Ὁ Θεὸς σας ἔχει περιβάλλει διὰ τῆς δυνάμεως Αὐτοῦ, ὅπως κατευθύνητε εἰς τὸ ἀγαθόν, ἐφ' ὅσον εἶναι εἰσὶν εὐλύγιστα, τὰ νῆκ ταῦτα δενδρόλλια, ἅτινα κλίνουσι πρὸς τὸ κακόν. Ὅφειλετε λοιπὸν νὰ μὴ παραμελήτε τῶν συμβουλῶν καὶ τιμωριῶν ἐν τέλει. Θέλετε δὲ αἱ συμβουλαὶ καὶ τιμωρίαι νὰ ἀποδώσῃ θραυστικὰ καὶ ἀποτελεσματικὰ; Δώσατε σεῖς πρῶτον τὸ παράδειγμα καὶ ἐν λόγοις καὶ ἐν ἔργοις. Ὅφειλετε ὅμως ἐν τῇ ἐξασκῆσει τῆς ἐξουσίας ἡμῶν ταύτης νὰ πείσητε αὐτὰ, ὅτι πᾶσα ἐπίπληξις ἢ καὶ τιμωρία εἶναι ἀπόρροια τῆς πρὸς αὐτὰ μεγάλης ἀγάπης ὑμῶν, καὶ ὅτι ἐκεῖνο τὸ ὅποιον πρὸ πάντων μεγάλως σᾶς λυπεῖ καὶ σᾶς στενοχωρεῖ εἶναι τὰ σφάλματα καὶ ἐλαττώματα αὐτῶν. Ἐὰν δὲ τὰ σφάλματα αὐτῶν ταῦτα εἶναι τοιαῦτα, ὥστε νὰ χρήζωσιν ἐνίοτε δριμυτάτης γλώσσης, προσπαθήσατε νὰ δώσῃτε αὐτοῖς νὰ ἐννοήσωσιν, ὅτι ἡ πρὸς αὐτὰ ἀγάπη καὶ ἀφοσίωσις ὑμῶν μένει ἀκλόνητος καὶ ἐρριζωμένη εἰς τὸ βάθος τῶν καρδιῶν σας. Πᾶσα πρὸς αὐτὰ ἐπίπληξις δέον νὰ γίνηται μετὰ ἡμερίας καὶ πραότητος, ἵνα τοιοῦτοτρόπως καθίστασθε πρὸς αὐτὰ τὸ ἀντικείμενον τοῦ σεβασμοῦ καὶ τῆς ἀγάπης, οὐχὶ δὲ τοῦ φόβου καὶ τῆς φρίκης. Ἐν τοιαύτῃ περιπτώσει μὴ λησμονῆτε τὴν παραγγελίαν τοῦ προφητάναντος «ὀργίξεσθε καὶ μὴ ἀμαρτάνετε» (Ψαλ. δ'. 5).

Ἐπίπληξις συνοδευομένη ὑπὸ ὀργῆς καὶ ὕδρευων οὐδόλως διαφέρει τῆς θυελλώδους καὶ ραγδαίας βροχῆς, ἣτις καταστρέφει τοὺς καρπούς, ἣτις κατακλύζει τὸ πρόσωπον τῆς γῆς, τὸ δὲ ἐσωτερικὸν αὐτῆς ἀφίνει ξηρὸν καὶ ἄγονον. Ἐνῶ ἡ ἐπικαίρως γιγνομένη μομφή, ἡ μετρία καὶ μετὰ πραότητος γιγνομένη ἐπιτίμησις, ὁμοιάζει τὰς γλυκείας τοῦ ἔαρος βροχάς, αἵτινες ὀρροῦσιν τὰ φυτὰ, φαιδρύνουσι τὸ πρόσωπον τῆς γῆς καὶ γονιμοποιοῦσι τοὺς καρπούς.

Μὴ παραμελήτε λοιπὸν οὐδενὸς ὅπερ θὰ συνετέλει πρὸς διδασκαλίαν παντὸς ἀπορῶντος τὸν Θεὸν καὶ τὴν θρησκείαν. Πείρετε καθ' ἐκάστην εἰς τὰς τρυφεράς καὶ ἀπαλὰς τῶν τέκνων ὑμῶν καρδίας τὰ θεῖα διδάγματα τῆς οὐρανίου διδασκαλίας καὶ ποτίζετε αὐτὰ διὰ τῶν ἱερῶν ναμιμάτων τῆς Ἑλληνικῆς Ὀρθοδοξίας. Ἀγωνίζεσθε διηνεκῶς διὰ τοῦ παραδείγματος ὑμῶν, ὅπως ἐμπνεύσητε εἰς αὐτὰ τὰ ἐνάρετα, τὰ γενναῖα, τὰ Ὀρθόδοξα φρονήματα καὶ ἐν γένει, ὅσα συντείνουσιν εἰς τὴν ἠθικὴν καὶ διανοητικὴν αὐτῶν διάπλασιν, ἵνα τοιοῦτοτρόπως ἀνδρούμενα δυνηθῶσι νὰ παρευσιασθῶσιν καὶ αὐτὰ ἡμέραν τινὰ εὐπρόσωπα εἰς τὸ κοσμικὸν θέατρον καὶ τὴν Χριστιανικὴν καὶ πολιτικὴν Κοινωρίαν. Μὴ σιωπάτε ποτὲ διὰ σφάλματα δι' ἃ ἔπρεπε νὰ ὑψώσῃτε τὴν φωνήν, διότι φοβερὰν ἔχετε νὰ δώσῃτε ἀπολογίαν πρὸ τοῦ θρόνου τοῦ Θεοῦ. Δὲν ἐδώκατε εἰς αὐτὰ τὴν ζωὴν τοῦ σώματος διὰ νὰ θανατώσῃτε τὴν ψυχὴν.

Ταῦτα ἀπαιτεῖ παρ' ὑμῶν ἡ Πατρίς, ταῦτα ἀπεκδέχεται παρ' ὑμῶν ὁ Χριστός, ὅστις μετὰ χεῖρῶν ἀνοικτῶν ἐπὶ τοῦ Σταυροῦ ἀναμένει, ὅπως ἐναγκαλισθῇ ὑμᾶς τὰς Χριστιανὰς μητέρας καὶ ἀναφωνήσῃ «δεῦτε θυγατέρες τῆς νέας Ἱερουσαλὴμ, εἰσέλθετε εἰς τὴν χαρὰν τοῦ Κυρίου σας, εὐφράνθητε καὶ χαρῆτε καὶ ἐφ' ἑαυτὰς καὶ ἐπὶ τὰ τέκνα ὑμῶν».

ΑΓΑΘΑΓΓΕΛΟΣ ΝΙΝΟΛΑΚΗΣ

Αργυμανδοῦνης

ΑΙ ΣΩΜΑΤΙΚΑΙ ΑΣΚΗΣΕΙΣ

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Α΄.

Ἀνάγκη τῶν σωματικῶν ἀσκήσεων.

Κατὰ τοὺς ἀρχαίους χρόνους, αἱ σωματικαὶ ἀσκήσεις ἦσαν ἐν μεγάλῃ τιμῇ, οὐ μόνον περὰ τοῖς ἡμιδαρδάραις λαοῖς, παρ' οἷς ἡ ἰσχύς καὶ ἡ δεξιότης ἀπετέλουν τὴν κυριωτέραν προστασίαν τοῦ ἀνθρώπου καὶ τῆς φυλῆς, ἀλλὰ καὶ μεταξὺ τῶν πεπολιτισμένων ἐθνῶν, ἅτινα εἶχον κατανοήσῃ τὰ εὐνοϊκά, φυσικὰ τε καὶ ἠθικὰ, αὐτῶν ἀποτελέσματα. Παρὰ τοῖς Ἕλλησι, οἱ νικηταὶ ἀθληταὶ ἐτύγγανον ἐπισήμων τιμῶν· ἔδιδοντο πρὸς τιμὴν αὐτῶν ἑορταί, καὶ οἱ ποιεῖται ἔφαλλον τοῦ ἀθλοῦ αὐτῶν. Ἐν Ῥώμῃ, οὐ μόνον οἱ νέοι, ἀλλὰ καὶ οἱ γέροντες αὐτοὶ ἐσύχναζον εἰς τὸ πεδίον τοῦ Ἄρεως. Οἱ ἰατροὶ δὲ ὄλων τῶν ἐποχῶν ἐξεθείασαν τὴν ἀνάγκην τῶν ἀσκήσεων τούτων.

Ἐν τούτοις ἐν ταῖς νεωτέραις ἡμῶν κοινωνίαις, αἱ ἀσκήσεις ἐθεωροῦντο μέχρι τῶν τελευταίων τούτων χρόνων μετὰ τσαύτης ἀδιαφορίας, ὥστε ἦσαν πρὸ πολλοῦ ἀκόμη τελείως ἀποκελεισμένοι τῶν προγραμμάτων τῆς ἀνατροφῆς.

Ἐὐτυχῶς σήμερον ἐπανήλθομεν εἰς ὑγιεστέραν καὶ πρακτικωτέραν ἀντίληψιν τῆς ἀγωγῆς, καὶ ἅπασαι αἱ σωματικαὶ ἀσκήσεις εἰσὶν ἐν μεγίστῃ τιμῇ. Ἡ ὑγιεινὴ δὲ δὲν δύναται ἢ νὰ ἐπευφημήσῃ μετομόρφωσιν, ἥτις δύναται νὰ ἔχῃ τὰ μᾶλλον εὐχάριστα ἐπὶ τῶν ἡθῶν καὶ τῆς δημοσίας υγιείας ἀποτελέσματα.

Οἱ ἀρχαῖοι, διὰ τῆς γυμναστικῆς, δὲν ἐσκέπτοντο μόνον νὰ διατηρῶσι τὴν υγιείαν καὶ τὴν ἀρμονικὴν λειτουργίαν ὄλων τῶν ὀργάνων, ἀλλ' ἐπεσῆτον δι' αὐτῆς ἰδίᾳ τὴν μόρφωσιν ἀνδρῶν ῥωμαλέων, ἰσχυρῶν, πλήρων εὐκινησίας καὶ δεξιότητος· ἐν μὲν λέξει, τὴν μόρφωσιν ἀθλητῶν καὶ στρατιωτῶν.

Ὁ ἡμέτερος ὁμοῦ σκοπὸς δὲν εἶνε οὔτε πρέπει νὰ ἦ μόνον οὗτος. Δι' ἡμᾶς πρόκειται ἰδίᾳ ὅπως διὰ τῶν σωματικῶν ἀσκήσεων διατηρῶμεν τὴν ἐλευθέραν τέλεσιν τῶν ὀργανικῶν ἡμῶν λειτουργιῶν, καταπολεμῶμεν τὰ ὀλέθρια ἀποτελέσματα τοῦ συστήματος τῆς ἀγωγῆς, ἥτις ἐπιβέβηται ἡμῖν ὑπὸ τῶν κοινωνικῶν ἀπαιτήσεων, καὶ ἀντεπεξερχώμεθα κατὰ τοῦ μαρasmus, ὃν συνεπάγεται βίος λίαν καθεστηκῶς ἢ ἡ διαμονὴ τῶν γραφείων, κατὰ τῶν δυσαρέστων ἐπακολουθημάτων ἐπαγγελμάτων τινῶν, μὴ ἀπικιούντων ἢ τὴν συστολὴν μικροῦ ἀριθμοῦ μυῶν, ἐγκαταλείπόντων δὲ τοῦς ἄλλους εἰς τὴν ἐκ τῆς ἐλλείψεως χρήσεως πηγάζουσαν φθοράν. Ἐκ τούτων ὄλων καταφαίνεται τίς ἢ χρησιμότης καὶ ὠφέλεια νέας γυμναστικῆς, προωρισμένης οὐχὲ εἰς τὴν μόρφωσιν ἀθλητῶν ἀλλ' εἰς τὸ νὰ διατηρῇ ἀκριβῆ ἀρμονίαν μεταξὺ τῶν διαφόρων ὀργάνων, καὶ νὰ ἀντισταθμίξῃ τὴν ὀλεθρίαν ἐπήρειαν τῆς ἀκινήσιας τοῦ σώματος καὶ τῆς ἐλλείψεως ἀσκήσεως.

Ἀποτελέσματα τῶν ἀσκήσεων.

Αἱ ἀσκήσεις ὡς ἀποτελέσματα ἔχουσι τὴν δραστηριοποίησιν ἅπασων τῶν λειτουργιῶν τῆς οἰκονομίας. Χάρις αὐταῖς, ἢ ἀναπνοὴ ἐπιταχύνεται καὶ ἡ κυκλοφορία ἐπισπεύδεται αἱ

ὀργανικαὶ καύσεις καθίστανται τελειότεραι καὶ μᾶλλον γενικαί. Ἐκ τούτων πηγάζει ἐπίτασις τῆς θρέψεως ὠφέλιμος τὰ μέγιστα εἰς τὰ ἄτομα παρ' οἷς αἱ θρεπτικαὶ ἐναλλαγαὶ εἰσὶν ἀσθενεῖς καὶ ἀτελεῖς. Τὸ μυϊκὸν σύστημα προσλαμβάνει ἀνάπτυξιν καὶ ἰσχύν· αἱ λιπώδεις συσσωρεύσεις τείνουσιν εἰς τὸ νὰ ἐλαττωθῶσιν, αἱ δὲ ἐκκρίσεις καταστᾶσαι ἐνεργητικώτεροι ἀπαλλάσσουσι τὸν ὀργανισμόν τῶν ὀργανικῶν περιτριμμάτων, ἅτινα προϊόντος τοῦ χρόνου θὰ ἐπεσωρευόντο ἐν αὐτῷ. Αἱ ἀσκήσεις ὅθεν καταπολεμοῦσιν ἀπ' εὐθείας τὰ αἷτια εἰς ἃ ἀποδίδονται τὰ πλεῖστα τῶν χρονίων νοσημάτων, καὶ ἰδίως τῶν ὑπὸ τῆς Ἡσωτερικῆς Παθολογίας διαθεσικῶν καλουμένων, οἷα, οἱ χρόνιοι ρευματισμοί, ἢ ἀρθρίτις, κλπ.

Ἡ ἐπὶ τῶν πεπτικῶν λειτουργιῶν ἐπίδρασις αὐτῶν εἶνε τῶν μᾶλλον ὀραστικῶν. Πρὸ τοῦ γεύματος, ὑποβοηθοῦσι τὴν ἐπάνοδον τῆς ὀρέξεως· μετὰ τὴν πέψιν δὲ τῶν τροφῶν, διευκολύνουσι τὴν ἀπορρόφησιν αὐτῶν, δι' ἃ καὶ ὁ Chomel εἶπεν ὅτι «πέπτει τις διὰ τε τοῦ στομάχου καὶ τῶν κνημῶν». Συγγραφεῖς ὁμοῦ τινές, κατ' ἀντίθεσιν πρὸς τὴν γνώμην τοῦ τελευταίου τούτου, συνιστῶσι τὸ ἀξίωμα τῆς Σχολῆς τοῦ Σαλέρνου «Post prandium sta» καὶ ἀπαγορεύουσι πᾶσαν ἀσκήσιν μετὰ τὸ γεῦμα. Ἀλλ' ἡ ἀπαγόρευσις αὕτη δὲν πρέπει νὰ ἦ ἀπόλυτος, καθ' ὅτι πλεῖστοι δυσπεπτικοὶ παρετήρησαν ἐφ' ἑαυτῶν τὰ εὐπεπτα ἀποτελέσματα περιπάτου περὶ ἢ ἐφ' ἀμάξης. Τὸ οὐσιώδες ὁμοῦ εἶνε, ὅπως αἱ ἀσκήσεις ὡς μέτριοι καὶ ἀνάλογοι πρὸς τὰς δυνάμεις καὶ τὴν ἰδιοσυστασίαν ἐκάστου, καθ' ὅτι ἐν ἐναντίᾳ περιπτώσει, προκαλοῦσιν ἀντίθετα πρὸς τὰ ἐπιζητούμενα ἀποτελέσματα καὶ ἐπίσχουσι τὰς γαστρικὰς ἐκκρίσεις.

Διὰ τῆς ἐξέως τῶν ἀσκήσεων, αἱ ὀργανικαὶ μεταλλαγαί, ἃς ἀνωτέρω ἐσημείωσαμεν, τείνουσιν εἰς τὸ νὰ καταστῶσι μόνιμοι καὶ μετ' οὐ πολὺ ἀποτελοῦσι μέρος τῆς ἰδιοσυστασίας τοῦ ἀτόμου. Ὁ γεωργός, ἐπιδιδόμενος εἰς μυϊκὰς ἐργασίας, ἔχει πάντοτε φυσιολογικὴν ὄρεξιν καὶ κανονικὰς πέψεις. Καὶ ἂν δὲ ἀκόμη παύσῃται ἐπὶ τινα χρόνον τοῦ νὰ ἐπιδίδεται εἰς τὰς κοπιώδεις αὐτοῦ ἀσχολίας, οὐχ ἤττον ἐξακολουθεῖ νὰ διατηρῇ ἀθίκτους καὶ κανονικὰς τὰς πεπτικὰς αὐτοῦ λειτουργίας. Ἀντιθέτως, ὁ ἀσθὴς, ὁ ἐπιδιδόμενος εἰς καθεστηκῶτα ἐπαγγέλματα καὶ εἰς πνευματικὰς ἐργασίας θὰ ἔχῃ βραδείας πέψεις καὶ θὰ ὑποφέρῃ ἐκ τῶν μυριῶν δεινῶν τῆς δυσπεψίας, ἀπέχων τῆς εἰς σωματικὰς ἀσκήσεις ἐπιδόσεως. Χωρὶς νὰ θέλωμεν ν' ἀναγάγωμεν τὴν γυμναστικὴν εἰς πανάκειαν τῶν τε φυσικῶν καὶ ἠθικῶν δεινῶν ἐξ ὧν ὑποφέρει ἡ ἀνθρωπότης, δεόν ὁμοῦ ν' ἀποδώσωμεν αὐτῇ τὴν δικαιοσύνην, ὅτι τὰ ὠφελήματα, ἅτινα δύναται τις νὰ ἀντλήσῃ ἐξ αὐτῆς εἰσὶ λίαν παρεγνωρισμένα. Ἄν λάβῃ τις ὑπὸ ὄψιν ἰδίᾳ τὸν ὀργανισμόν τῶν νευροπαθῶν, τὴν ἀποκλειστικὴν ἐπικράτησιν τοῦ νευρικοῦ αὐτῶν συστήματος, τὴν μυϊκὴν αὐτῶν ἀτονίαν, ἐν μὲν λέξει τὴν φυσικὴν ἀνισορροπίαν τῶν διαφόρων αὐτῶν ὀργανικῶν συστημάτων, θὰ ἐννοήσῃ πόσον ἢ κανονικὴ τέλεσις τῆς γυμναστικῆς δύναται νὰ ἦ ὠφέλιμος αὐτοῖς, πρὸς ἐπαναφορὰν τῆς ἰσορροπίας μεταξὺ τῶν διαφόρων αὐτῶν λειτουργιῶν, τόνωσιν τῶν μυῶν, καταπολέμησιν τῶν σπασμωδικῶν αὐτῶν τάσεων καὶ ἐλάττωσιν τῆς συχνότατα υπερβαλλούσης ἐγκεφαλικῆς αὐτῶν ἐνεργητικότητος.

Ὅπως αἱ ἀσκήσεις εἰσὶν ἰσχυρὸν πραϋντικὸν μέσον τοῦ νευρικοῦ συστήματος. Ἀπαμβλύνουσι τὴν εὐαισθησίαν, διενέμουσι τὴν ἐννεύρωσιν μέχρι τῶν μικροτάτων ὑποδιαίρεσεων καὶ διακλαδώσεων τῶν νεύρων καὶ παρακωλύουσιν αὐτως αὐτὴν τοῦ νὰ συγκεντρωθῆται ἐν ταῖς κεντρικοῖς ὀργάνοις, ἐνθα δύναται νὰ ἐπενέγκῃ ἀπειραρίθμους λειτουργικὰς διαταραχάς.

Εἰς ὑποστήριξιν δὲ τῆς προφυλακτικῆς κατὰ τῶν νευρώσεων ἐπιτηρείας τῶν ἀσκήσεων, ἀρκεῖ νὰ παρατηρήσωμεν ὅτι τὰ εἰς χειρωνακτικὰς ἐργασίας ἐπιτιμώμενα ἄτομα σπανίως προσβάλλονται ὑπὸ νευρικῶν παθήσεων, ἐνθ' κατ' ἀντίθεσιν οἱ εἰς πνευματικὰς ἀσχολίας ἐπιτιμώμενοι μετὰ μεγάλης ζέσεως, σχεδὸν μοιραίως ὑπέκεινται εἰς αὐτάς. Ἄν δὲ εἰς τὰς ἀσκήσεις προστεθῇ καὶ κατάλληλος διαίτα, τὰ εὐνοικὰ αὐτῶν ἀποτελέσματα εἰσὶν ἔτι ἀσφαλέστερα.

Τῇ βοηθείᾳ δὲ τῶν δύο τούτων συνδευασμένων μέσων, καθρθοῦται ἡ δημιουργία εἰδικῶν ὀργανισμῶν, ὡς οἱ τῶν ἀθλητῶν, δρομέων κ. λ. π.

(Ῥηεται συνέχεια)

ΔΗΜ. ΒΟΥΓΑΡΓΙΔΗΣ

ιατρός

ΔΥΟ ΕΒΔΟΜΑΔΕΣ ΕΝ ΚΡΗΤΗΙ

(ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟΥ ΥΠΟ Β.)

(Συνέχεια ἐκ τοῦ προηγουμένου)

Ἐνδυνεωθέντες ἐξηκολουθήσαμεν τὴν ἐπὶ τῶν ἡμιόνων πορείαν, καὶ μετ' ὀλίγον ἔθελας τοὺς ἡμετέρους ὀφθαλμοὺς εὐρεῖα καὶ ὀργῶσα κοιλάς, παρέχουσα πάσας τὰς ἀποχρώσεις τοῦ πρασίνου, ἀπὸ τοῦ βαθέος πρασίνου τῆς κυπερίσου μέχρι τοῦ ἀνοικτοῦ τῆς ἑαρινῆς χλόης· τὴν κοιλάδα δὲ ταύτην ἀπέκλειον πάλιν τὰ Λευκὰ Ὄρη, φωτιζόμενα ὑπὸ λαμπροῦ μεταμεσημβρινοῦ ἡλίου. Μετὰ τὴν μακρὰν σκιὰν ἦτις τὰ μάλιστα συνετέλει πρὸς περικόσμησιν τῆς εἰκόνης, ἐπὶ ἤλθε τὸ λυκόφως, καθ' ὃν χρόνον ἡμεῖς ἐπλησιάζομεν πρὸς τὰς κλεισωρείας, καὶ ὀλίγον πρὶν ἢ ἐπέλθῃ πλήρης νύξ παρερηρήσαμεν δύο πύργους (Blockhauser) ἐπὶ μαγευτικῶν τοποθεσιῶν κειμένους. Οἱ πύργοι οὗτοι εἶναι μικροὶ στρατώνες, ὠχυρωμένοι δι' ἐπάλλεων καὶ πολεμιστῶν, ἀηγέρθησαν δὲ συστηματικῶς ὑπὸ τῆς τουρκικῆς Κυβερνήσεως διαρκούσης τῆς τελευταίας (1868) ἐπαναστάσεως καὶ μετὰ ταύτην, πρὸς ἀσφάλειαν ἀπὸ μελλόντων ὁμοίων κινδύνων. Εἰς ὀλέκληρον τὴν νῆσον εἶναι διεσπαρμένα τὰ δεσμευτικὰ ταῦτα φρούρια, οἰκοδομηθέντα ἐπὶ ἐξεχουσῶν κορυφῶν τῶν ὀρέων, αἵτινες δεσπόζουσι διόδων καὶ τῶν τοιούτων, εὐρίσκονται δὲ πρὸς ἄλληλα εἰς συγκοινωνίαν.

Ἐν πλήρει σκότει ἐσιήλομεν εἰς τὰ μεγαλοπρεπῆς ἀγρία στενὰ τῶν Κομιτάδων καὶ ἐφθάσαμεν τέλος, βαδίζοντες ἐπικινδυνστάτας ἀτραποὺς περὶ τὴν ἐνδεκάτην καὶ ἡμίσειαν ὥραν τῆς νυκτὸς εἰς τὰ Σφακιά. Ὁ Καϊμακάκης τοῦ μέρους τούτου ὑπεδέξατο ἡμᾶς καὶ παρέθηκεν εἰς ἡμᾶς καλὸν δείπνον, κατάκοποι δ' ἔμους ὄντες μετέβημεν μετ' ὀλίγον εἰς τὰ νυκτερινὰ ἡμῶν καταλύματα.

Τὴν ἐπομένην πρωτὰν ἐθαυμάσαμεν τὴν θέαν τῶν Σφακίων, χωρίον ὅπερ εἶναι κατατετημημένον εἰς χωριστὰς ὁμάδας οἰκίων, ἢ ἀνεγείρεται ἐπὶ τῶν ἀποτόμως ἐκ τῆς θαλάσ-

σης ἀνυψουμένων ὀρέων, ὧν αἱ κορυφαὶ εἶναι κεκαλυμμένα, διὰ πευκῶν ἢ ἄλλων δένδρων. Ἐν τῇ ἀγρίῳ τούτῳ καὶ ἀπροσίτῳ τόπῳ κατοικοῦσι οἱ Σφακίανοί, οἱ πρωταγωνισταὶ τῆς τελευταίας ἐπαναστάσεως, φιλοκίνδυνοι ἄνθρωποι, οἵτινες μόνον κατὰ τὸν χειμῶνα ἐπιστρέφουσιν εἰς τὰ ἑαυτῶν χωρία, τὸ δὲ θέρος μετὰ τῶν ζῶων αὐτῶν μένουσι ἐν ταῖς ὀρειναῖς βουκαῖς καὶ ἐν πλήρει ὑπαίθρῳ.

Ὅτι δ' ὅμως καὶ ἄλλα αἷτια πλὴν τῆς δυνάμεως τῶν βραχιόνων συνετέλεσαν εἰς τὸ νὰ καταστήσῃσι ἀκριβῶς ἐνταῦθα αὐτῶ ἐπίμονον τὴν ἐπανάστασιν, ἀποδείκνυται διὰ τῆς χαράδρας ἐκείνης, ἣν τῶρα ἐν ἡμέρᾳ καὶ πρὸς τὰ ὀπίσω διευθυνόμενοι διήλθομεν καὶ ἦτις εἶναι μία τῶν ὀλίγων εἰσοδῶν πρὸς τὸ ἀπομεμονωμένον χωρίον. Χθὲς τὴν ἐσπέραν ἐφάνη ἡμῖν φρικώδης καὶ ἐνιαχοῦ οὕτω σκοτεινὴ, ὥστε δὲν ἠδύναμην νὰ βλέπω τὰ ὦτα τοῦ ἴππου μου, νῦν ὅμως κατεπλάγημεν ὑπὸ τῆς μεγαλοπρεπειᾶς τῆς φύσεως.

Ἐπὶ μίαν ὥραν καὶ ἐν τέταρτον διηρχόμεθα ἐπιπτοι ὁδὸν ὑπάρχουσαν μετὰ δύο βραχωδῶν τοίχων, ὕψους 8-900 ποδῶν, οἱ τοῖχοι δ' οὗτοι ἐνιαχοῦ τόσον συνέκλινον ὥστε δὲν ἠδύνατό τις νὰ ἐκτείνῃ πρὸς τὰ πλάγια ἀμφοτέρους τοὺς βραχίονας, ἦσαν δὲ καὶ κεκαλυμμένοι ὑπὸ δένδρων καὶ θάμνων, λόχμης καὶ ἀνθέων, αἵτινα ἐν ἀνατολικῇ θαψιλεῖα καὶ ἐν εὐχύμῳ πρασίνῳ χρώματι ἐκ τῶν σχισμῶν καὶ ρωγμῶν ἀνέδλυζον καὶ προεξείχον. Πού μὲν μέρος ὄρους ἀποκοπὴν διεσκόρπισε γιγαντώδη θρύμματα ἐπὶ τῆς ὁδοῦ, ποῦ δὲ βρύει ὁ κισσὸς ἔχων κορμὸν πάχους ἀνθρωπίνου σώματος, ποῦ δὲ ἐκδλασάνουσι δέσμαι ἰων τῶν Ἄλπεων, μετριοφρόνως ὑπὸ κλάδους δάφνης κυπτόντων· ἀρκεῖ—οἱ ὀφθαλμοὶ δὲν δύναται νὰ κορεσθῶσι βλέποντες τὰς πάντοτε μεταλλάσσομενας εἰκόνας, αἵτινες διὰ τοῦτο εἰς ὠραϊότητα πάντοτε ἐπιδίδουσι, διότι ἐνεκα τῶν ἀλικοειδῶν καμπῶν τοῦ στενοῦ ἔχει τις πρὸ αὐτοῦ ἐκάστοτε ἐν ὄλον τέλειον θέαμα. Ἐφρίττομεν ἀναλογιζόμενοι ὅτι τὴν προτέραν νύκτα διήλθομεν ἐπιπτοι αὐτὴν ταύτην τὴν ὁδὸν ἦτις ἄλλως τε πρὸ τῆς τελευταίας ἐπαναστάσεως δὲν θὰ ἦτο οὐδαμῶς διαβατὴ. Ἀπὸ τοῦ τέλους τῆς φάραγγος, πρὸς ἣν καὶ αὐτὴ ἡ τῆς Ἐλβετικῆς Ταμίνης (ἐξικρουμένων τῶν ὕδατων) παραδαλλομένη οὐδὲν ἄξιον λόγου φαίνεται, ἐπορευόμεθα ἐπὶ τῶν ὀρέων ἐπιπτοι ἀναντα κάταντα, ἐπὶ ὥρας εὐρισκόμενοι ἐν παραδεισίοις τοποθεσίαις, καὶ ἔχοντες ἐξ ἀριστερῶν μὲν θαυμασίαν ἀποψιν τῶν Λευκῶν Ὄρέων, ἐνώπιον δὲ ἡμῶν τὰς ἐφόρους καὶ ἐλατώνων μεστὰς κατωφερείας, αἵτινες ἡρέμα κατήρχοντο πρὸς τὸ κυανοῦν Κρητικὸν πέλαγος. Παρὰ τὸν Ἀρμυρόν, ὀρητικὸν ῥύακα ἐκατέρωθεν φραττόμενον ὑπὸ πυκνῶν θάμνων, ἐσταματήσαμεν διὰ νὰ πῶμεν καφέ. Ὁ παχὺς ἡμῶν Βέγαρος (οὕτως ὠνομάζετο ὁ ἀξιωματικὸς) ὅστις ἐπὶ δύο ἡμέρας εἶχε στερηθῆ τῆς γλυκείας ἀπολαύσεως τοῦ ναργιλέ, ἐκραύγαζε μακρόθεν διερωτῶν περὶ τοῦ ὀργάνου τούτου, ὡς ἡ ἔλαφος κελάρυζει ποθοῦσα ὕδωρ, καὶ σχεδὸν ἐδάκρυσε μαθὼν ὅτι καὶ ἐκεῖ δὲν εὐρίσκειτο.

Μόλις περὶ τὴν ὀγδόην καὶ ἡμίσειαν ἐφθάσαμεν εἰς τὴν Ἀργυρούπολιν, τὸν νυκτερινὸν ἡμῶν σταθμὸν, ἐνθα ὁ Καϊμακάκης πάλιν ὑπεδέξατο ἡμᾶς φιλοξένως. Ἀνεξωγόνησεν ἡμᾶς ἐν πιλάφι, καὶ μετὰ μίαν ὥραν τερπνῆς συνδιαλέξεως ἐπορεύθημεν ἂν μὴ εἰς κλίνην, ἀλλὰ τοῦλάχιστον διὰ νὰ κατακλιθῶμεν. Τὴν πρωτὰν εἶδομεν ἐκ τῆς στέγης ὅποιαν

θέσιν, ιδεώδη πρὸς οἰονδήποτε Ἀνάκτορον, κατείχεν ὁ Πύργος τοῦ Καϊμακάκη τῆς Ἀργυρουπόλεως. Δύο ἀγριαὶ κοιλάδες μετὰ ρυάκων περιβάλλουσιν αὐτὸν ἀνυψούμενον ἐπὶ τινος λόφου, ἐν ἀποστάσει ἑκατοντάδων τινῶν βημάτων ἀπὸ τοῦ χωρίου. Τοῦ λόφου τούτου ὑπερέχει πρὸς δυσμὰς ἀπόκρημνον ὄρος ὅπερ μετὰ καὶ τῶν περιχώρων τοῦ Πύργου περιεβάλλετο διὰ τοῦ ἔκρινος μυχθοῦ κατεσπαρμένου δι' ἐρυθρῶν, κυανῶν καὶ λευκῶν ἀνεμωνῶν. Τὸ χωρίον τοῦτο καθὼς καὶ ἄλλα πολλά, ἀτινα διήλθομεν κατὰ τὴν ἡμέραν ταύτην, εἶναι κατὰ τὰ δύο τρίτα ἐρείπια. Καθ' ἃ ὅμως λέγεται ἡ λυπηρὰ εἰ καὶ τόσον γραφικὴ αὐτὴ ἐρήμωσις, χρονολογείται ἤδη ἀπὸ τῆς μεγάλης ἐπαναστάσεως τοῦ 1821.

Πορευόμενοι ἐπιπτοὶ διήλθομεν πετρώδεις τινὰς κοιλάδας, κεκαλυμμένας πυκνῶς ὑπὸ θάμνων, κερατεῶν, δάφνης, μυρσίνης στελεχόδους, καὶ διαρρεομένας ὑπὸ ρυάκων, ὧν τὸ ὕδωρ κυλιόμενον ἐπὶ τοῦ λιθοστρώτου αὐτῶν ἠρέμα ἐκελάρυσεν. Ἰδιαιτέρως φυσικὸν τι καὶ θαυσιλῶς περιελισσόμενον πετρώδες ἀντρον, ἐξ οὗ τὸ ὕδωρ ἠρέμα καταρρέει, ἐφάνη εἰς ἡμᾶς ὅτι ἦτο ἀληθὴς ἔδρα εἰδυλλίου, ἢ διαμονῆ τῶν Μουσῶν, ἃς κατοπτεῖται ὁ Πᾶν ἐν μορφῇ τράγου, ὅπισθεν τῶν θαλλουσῶν ροιῶν καὶ ροδοδακρυῶν. Ἐν τῇ τελευταίᾳ κτωφερεῖα πρὸ τῆς Ρεθύμνης διέρχεται τις διὰ δάσους ἔρυθν, ὅπερ ἀκόμη δυστυχῶς δὲν εἶναι σύγκιον. Ἐντεῦθεν εἶδομεν τὸ πρῶτον τὴν Ἰδην, τὸ ὕψιστον ὄρος τῆς νήσου, ὅπερ ὅμως πολὺ ἀπέχει τοῦ νὰ εὐφραίνῃ τὸ ὄμμα, ὡς ἡ μακρὰ σειρὰ τῶν Λευκῶ Ὀρέων. Ἐν Ρεθύμνῃ κατελύσαμεν παρὰ τῇ προξενικῇ πράκτορι τῆς Αὔστριας, πλουσίῳ Ἕλληγι. Ἡ πόλις αὕτη ἔχει ἰδρυθῆ ἐπὶ γλώσσης γῆς, εἰσχωρούσης εἰς τὴν θάλασσαν, ἧς τὴν ὕψιστην κορυφὴν ἀποτελεῖ φρούριον, ἰδρυθὲν ὑπὸ τῶν Ἑνετῶν, ὅπερ μᾶλλον κοσμεῖ ἢ προστατεύει τὴν πόλιν. Ἐν τῇ φρουρῇ εὐρίσκεται ἡ μυσσηθαικὴ συνοικία, αἱ Ἕλληνες κατοικοῦσι κάτω. Ἡ Ρεθύμνη ἔχει περὶ τὰς 7-8 χιλιάδας κατοίκων.

(Ἐπειτα συνέχεται)

ΙΩΑΝ. ΚΑΛΙΤΣΟΥΝΑΚΙΣ

ΑΠΟ ΤΗΝ ΙΣΤΟΡΙΑΝ

Ο ΣΑΠΟΥΝΟΠΩΛΗΣ ΗΡΩΣ

Μ' ἓνα μάτι καὶ μὲ ἓνα εἰς τοὺς ὄμους τοῦ ταγῆρι
 Εὐτελής σαπουνοπώλης εἰς τοὺς δρόμους τριγυρίζει
 Ἄγνωστο τ' Ἀποκορόνου τὸ ἀθύρβον λεοντάρι
 Καὶ κανεῖς τὴν ἱστορίαν τοῦ ματιοῦ του δὲν γνωρίζει.

Ὅτι σφᾶϊρ' ἀγρίου Τούρκου τοῦ τὸ ἔχει ἐξορύξει
 Ὁ πτωχὸς Σαπουνοπώλης ἐνθυμεῖται ἀταράχως
 Ὅτι ἑκατὸ βαρβάρους ἔχει σφάζει, ἔχει πνίξει,
 Δὲν ἠκούσθη νὰ καυχᾶται ὁ μυθώδης Τουρκομάχος.

Ὁ ἠρωϊσμός ποτὲ του δὲν ἠκούσθη νὰ κομπάζῃ
 Νὰ ἐπαίρεται ἀφίνει τὴν αὐθάδη ἀνανδρίαν
 Ὁ πτωχὸς σαπουνοπώλης σιωπῶν ἀναστενάξει
 Καὶ ὁ κάθε στεναγμὸς του διηγεῖται ἱστορίαν.

Διὰ ἱστορίας ὅμως ποῖος σήμερον φροντίζει ;
 Ν' ἀγοράσουν μόνον τρέχουν ἀπὸ τὸν Σαπουνοπώλη,
 Μόνον ἐρωτῶσιν ὅλοι πόσον ἔχει κι' ἂν ἀφρίζει
 Καὶ τίς εἶνε ὁ πωλητὴς του ἀδιαφοροῦσιν ὅλοι.

Ὅταν ὅμως ἡ φωνὴ του δὲν ἀντήχει εἰς τοὺς δρόμους
 Ἡρωτῶντο μετὰξὺ τῶν μὲ ἀνυψούμενους ὄμους,
 Ἐνθυμούμεν' αἱ γυναῖκες τὸ καλὸ σαποῦνι μόνον,
 Ὅχι τὸ σεμνὸ λεοντάρι τῶν λαμπρῶν Ἀποκορόνων.

Ἄμα ἐβλεπε ζωσμένον μ' ἀστραπὰς τὸν Ψηλωρεῖτην
 Καὶ σεισμοὺς τυραννοκτόνους συνταράττοντας τὴν Κρήτην,
 Ἄφου ἐσταυροκοπεῖτο τὸ σαποῦνι του ἐδώρει
 Κ' ἐσπευσμένως ὡς εἰς γάμον καλεσμένος ἀνεχώρει.

Ἀφνης ἡ φωνὴ ἀντήχει τοῦ τυφλοῦ σαπουνοπώλη
 Εἰς τῶν Ἀθηῶν τοὺς δρόμους καὶ ἐκ τῆς φωνῆς του ὅλοι
 Ἐννοοῦσιν ὅτ' ἡ Κρήτη ἔπαυσε νὰ πολεμᾷ,
 Ἄφου ὁ Γαλανογάννης τὸ σαποῦνι του πουλάει.

Καθ' ἐξέγερσιν τῆς Κρήτης ἡ φυγὴ του εἰδοποιεῖ
 Ἐπὶ εἰκοσαετίαν οὕτω πάντοτε ἐποίει
 Ὁ Σαπουνοπώλης ἦρος εἰς ὅτου μάτην ὅλοι
 Τὴν φωνὴν ποθοῦν ν' ἀκούσῃ του καλοῦ Σαπουνοπώλη.

Τῆς τιμιωτέρας δόξης ἐπέσεν ὁ διασώτης,
 Ἐπέσεν ὑπὲρ Πατρίδος καὶ τῆς Πίστεως ἐκεῖ
 Ὅπου τὴν ἐλευθερίαν προσκυνεῖ ἡ Ἀνθρωπότης
 Ὅπου ἡ ἐλευθερία αἰώνιος κατοικεῖ.

Σ' τῆς θεᾶς Ἐλευθερίας τὸ ἀστράπτον πανηγύρι.
 Ἄντι οἶνου πίνων αἶμα μὲ Βρασάδειον θυμόν,
 Ἐπέσε μονομαχίας μ' ἀμετρήτους στ' Ἀκρωτήρι
 Ἐπέσεν εἰς τῆς πατρίδος εὐφροσύνας τὸν βωμόν.

Ἰούλιος 1903

ΠΑΝΑΓ. Σ. ΣΥΝΘΕΣΙΝΟΣ

ΤΑ ΛΟΦΙΑ ΤΩΝ ΑΙΩΙΩΜΑΤΙΚΩΝ ΚΑΙ ΟΙ ΤΕΡΜΙΛΑΙ

Κατὰ τὴν τελευταίαν ἐπέτειον τῆς ἐθνικῆς καλλιγενεσίως εὐάρεστος ἐντύπωσις ἐπὶ τῇ θεᾷ τῶν Κρητῶν ἀξιωματικῶν τῆς χωροφυλακῆς ἐν μεγάλῃ στολῇ μὲ τὰ καινοφανῆ ἐκ πτερῶν λοφία τῶν πιλικίων προσήλωσε πρὸς στιγμὴν τὴν φαντασίαν μου μακρὰν, πολὺ μακρὰν, εἰς τὴν ἐποχὴν καθ' ἣν ἤμαζον οἱ προπάτορες ἡμῶν Τερμίλαι.

Οἱ Τερμίλαι ἦσαν φυλὴ Κρητῶν, οἱ ὅποιοι ἀρχικώτατα μετέβησαν εἰς Λυκίαν μετὰ τοῦ Σαρπηδόνα, ἀδελφοῦ τοῦ Βασιλέως τῆς Κρήτης Μίνωος καὶ κατόπιν ἐκλήθησαν Λύκιοι ἀπὸ Λύκου υἱοῦ Πανδίου τοῦ Ἀθηναίου, ὡς συνάγεται ἐκ τῶν ἐπομένων συγγραφέων :

«Λύκιοι δὲ παρείχοντο νέας παντήκοντα, θωρακοφόροι τε ἔοντες καὶ κνημιδοφόροι, εἶχον δὲ τόξα κρηνεῖνα καὶ διστοὺς καλαμίνας ἀπτέρους καὶ ἀκόντια, ἐπὶ δὲ αἰγὸς δέρματα περὶ τοὺς ὄμους αἰωρούμενα, περὶ δὲ τῆσι κεφαλῆσι πιλικίους περοῖσι περιστεφανωμένους· ἐγγχειρία δὲ καὶ δρέπανα εἶχον· Λύκιοι δὲ Τερμίλαι ἐκαλέοντο ἐκ Κρήτης γεγονότες, ἐπὶ δὲ Λύκου τοῦ Πανδίου ἀνδρὸς Ἀθηναίου ἔσχον τὴν ἐπωνυμίην. (Ἡρόδ. VII, 92)».

«Ὡς δὲ ἐξ Ἀθηνῶν Λύκος ὁ Πανδίωνος, ἐξελασθεὶς καὶ οὗτος ὑπὸ τοῦ ἀδελφοῦ Αἰγέως, ἀπίκτετο εἰς τοὺς Τερμίλας παρὰ Σαρπηδόνα, οὕτω δὲ κατὰ τοῦ Λύκου τὴν ἐπωνυμίην, Λύκιοι ἀνὰ χρόνον ἐκλήθησαν· νόμοισι δὲ τὰ μὲν Κρητικοῖσι τὰ δὲ Καρικοῖσι χρέωνται (Ἡρ. I, 173)».

«Καὶ οἱ Κάρες δὲ νησιῶται πρότερον ὄντες καὶ Λέλεγες, ὡς φασιν, ἠπειρώται γεγόνασι, προσλαβόντων Κρητῶν, οἳ καὶ τὴν Μίλητον ἐκτίσαν ἀπὸ τῆς Κρητικῆς Μιλήτου Σαρπηδόνα λαβόντες κτίστην· καὶ τοὺς Τερμίλας κατώκισαν ἐν τῇ νῦν Λυκίᾳ· τούτους δ' ἀγαγεῖν ἐκ Κρήτης Σαρπηδόνα, Μίνω καὶ Ραδάμανθους ἀδελφὸν ὄντα καὶ ὀνομάσαι Τερμίλας τοὺς πρότερον Μυλίας. . . . ἐπελθόντα δὲ τὸν Πανδίωνος Λύκον ἀπ' ἐαυτοῦ προσαγορευοῦσαι τοὺς αὐτοὺς Λυκίους (Στράβων ΙΒ, 573).»

«Οἱ δὲ τοὺς Λυκίους πρότερον καλεῖσθαι Σολύμους φάσκοντες, ὕστερον δὲ Τερμίλας ἀπὸ τῶν ἐκ Κρήτης συγκαταθέντων τῷ Σαρπηδῶνι, μετὰ δὲ ταῦτα Λυκίους ἀπὸ Λύκου τοῦ Πανδίωνος. . . . (Στρ. ΙΔ, 667).

«Λέγεται δέ, ὅτι καὶ Τερμίλιαι, εἰς οὓς ἦλθεν ὁ Λύκος φεύγων Αἰγέα, καὶ τούτοις αἰτίος ἐστὶ Λυκίους ἀπ' αὐτοῦ καλεῖσθαι (Παυσ. Αττ. 19)».

Πόθεν ἔχει τὴν παραγωγὴν τὸ ὄνομα Τερμίλιαι δὲν εἶνε γνωστόν. Ἀνεμνήσθη δ' αὐτῶν ἐπ' ὅσον ἀπεθαύμαζον τὸ ὄραϊον παράστημα τῶν εὐσταλῶν ἀξιωματικῶν, διαβλέπων οὐχὶ καινόν τι εἰς τὰ πῆλιαια αὐτῶν, ἀλλ' οἶονεὶ ἀναβίωσιν τῶν Τερμιλῶν μὲ τοὺς διὰ πτερῶν περιστεφανωμένους πῆλους, οἱ ὅποιοι ἐκόσμουσαν τὰς κεφαλὰς τῶν Κρητῶν πολεμιστῶν πρὸ τριάνοντα αἰώνων.

Γ. Ἰαν. Καλλιμάχης

ΔΙΗΓΗΜΑ

Ο ΛΑΓΩΟΣ

(Ἐκ τοῦ Γαλλικοῦ)

(Συνέχεια ἐκ τοῦ 9ου φυλλαδίου καὶ τέλος)

«Ἀπαξ ἐνόμισα ὅτι ἐπέτυχον, κατέλαβον ἕνα εἰς τὸ βράδιος ἐνὸς λάκκου. Τὸν εἴθιξα, ἀλλ' ὁ ἀχρεῖος μοῦ ἐξέφυγεν, εἶναι τὴν αἰκοσί πέντε ἔτη, καὶ ἕκτοτε τὰ ἄθλια αὐτὰ τετραπόδα ἐλάμβανον ἕνα ὕφους ἐμπικτικόν, ὅταν μὲ ἐβλεπον, καὶ οἱ ἄνθρωποι ἐπίσης, οἱ ὅποιοι μὲ ἐπωνόμασαν «μπάρμπα—Λαγουδᾶν.—Ὅταν ἐπέστρεφον τὸ βράδυ εἰς τὸ σπίτι ἢ γυναικῆ μου μὲ ἠρώτα—δὲν τὸν ἐπιασες λοιπὸν ἄνδρα μου οὔτε σήμερον;— ἀλλ' ἐκεῖνο τὸ ὅποιον μὲ ἐστενοχώρει, ἦτο ὅτι ἐγήρασκον, ἢ ὄρασίς μου ἤρχιζε νὰ ἐξασθενῇ, αἱ κνημὶ μου ἔχον τὴν ἀντοχὴν των, καὶ ἐπλησίαζεν ὁ καιρὸς, καθ' ὃν ἀνίκανος νὰ κινηθῶ. θὰ ἔμενον πλησίον τῆς ἐστίας, χωρὶς νὰ δυνηθῶ νὰ φονεύσω τὸν λαγῶν, τὸν ὅποιον μοὶ ἐζήτησεν ὁ λοχαγός μου.»

Ἐρρόφησε τὸ ποτήριον τοῦ οἴνου, τὸ ὅποιον εἶχον θέσει πρὸ αὐτοῦ.

«Ὁ υἱός μου μοὶ ἔλεγε συχνὰ—Μὴ ἀδημονῆς, πατέρα, θὰ σὰς βοηθήσουν, καὶ ἐὰν σεῖς δὲν ἐπιτύχητε, ἡμεῖς θὰ τὸ κκοτορθώσωμεν πληρώνοντες τὸ χρέος—ἀλλ' αὐτὸ δὲν τὸ ἠθέλον ἐννοεῖται. ἠθέλον τὸν λαγῶν φονευόμενον διὰ τῆς χειρὸς μου, καὶ ἐλύσωσαν τότε αὐτόχημα. Κάθε πρωὶ τὰ χαράγματα καὶ κάθε βράδυ τὸ σκίφως ἐκυνήγουν.

«Πῆγγινε λοιπὸν μοὶ ἔλεγον νὰ συλλάβῃς τὴν νύκτα ἕνα τὴν ὄραν ποῦ κοιμάται. Ἄλλὰ δὲν ἠθέλον τοῦτο. Ὅχι! δὲν ἠθέλον νὰ φονεύσω ζῶον τὴν ὄραν τοῦ ὕπνου του, διότι ἦτο νύκτα, καὶ ἐκοιμώμην ἐπίσης ὅταν μοὶ ἐφείσθη ὁ λοχαγός μου.

Ἐχυσεν ἔτι ὀλίγον οἶνον εἰς τὸ ποτήριόν του. Ὁ πάππος μου ἔμεινε ἀκίνητος ἀλλὰ διέκρινα, ὅτι αἱ χεῖρές του ἔτρεμον. —Ἐπὶ τέλους ἦτο χθές, ὅτε εὔρον τοῦτον—ἐδῶ εἰς τὴν αὐλήν τῆς ἀγροτικῆς οἰκίας μου. Ὁφείλω νὰ πιστεύσω, ὅτι ὁ ἀγαθὸς θεὸς ἀναμφιβόλως μὲ ἠσπλαγχνίσθη καὶ μοὶ τὸν ἐξαπέστειλεν· ὁ λαγῶς κατέφυγεν εἰς τὸν σταῦλον καὶ κατόπιν εἰς τὸν σιτοβολῶνα, ἐκεῖ δὲ δι' ἐνὸς ἰσχυροῦ κτυπήματος τὸν εἰσιγύρισα. Ἄ! λοχαγέ μου πόσῃν ἐδοκίμασα χαράν. Ἐνηγκαλίσθημεν μὲ τὴν γυναῖκά μου ὡς εἰς τὰς ἡμέρας τῶν ἀρραβῶνων μας, παρευθὺς ὁ υἱός μου ἐζεύξε τὸ ἀμαξάκι καὶ ἀπῆλθεν εἰς τὸ στρατολογικὸν γραφεῖον εἰς Γρινόβλην διὰ νὰ μάθω τὴν διεύθυνσίν σας, πλὴν δὲν ἐγνώριζον νὰ με πληροφορήσουν. Τόσος καιρὸς τώρα!!! Μὲ παρέπεμψαν εἰς τὴν πλατεῖαν, ἀλλὰ καὶ ἐκεῖ τὸ ἴδιον. Καθ' ὄλην τὴν ἐσπέραν ἐτριγύριζον ἐρωτῶν, εὐτυχῶς μοὶ ὑπέδειξαν συνταγματάρχην τινὰ ἐν διαθεσιμότητι, ἕνα γηραλέον τῆς ἐποχῆς σας, ὅστις μοὶ εἶπεν ὅτι πῆλκον νὰ σας εὔρισκον ἐδῶ. Τότε ἔλαβον τὸ τραῖνον, ἐταξίδευσα ὄλην τὴν ἡμέραν καὶ ἰδοὺ με λοχαγέ μου σας φέρω τὸν λαγῶν.

III

Ἐνθυμοῦμαι ὅτι ἡμεῖς τὰ παιδιὰ ἐγέλασαμεν πολὺ μὲ τὴν περιπέτειαν αὐτήν. Ἄλλ' ὁ πάππος μου: Ὅχι· αὐτὸς δὲν ἐγέλα. Ἐνηγκαλίσθη τὸν γέροντα, ὅστις δι' ἕνα λόγον αὐτοῦ λεχθέντα ὑπὸ τύπον ἀστειότητος πρὸ 35 ἐτῶν ἀφιέρωσεν ὄλην τὴν ζωὴν διὰ νὰ τὸν ἐκτελέσῃ, καὶ εἰς τὸν ὅποιον δὲν ἐπῆλθεν ἢ σιέψις ποτὲ νὰ τὸν ἀπατήσῃ.

Καὶ δὲν ἠθέλησε νὰ φαγωθῇ ὁ λαγῶς. Ἐπλήρωσεν ἀχύρων τὸ δέρμα του, δούς αὐτὸν εἰς τὸν διωθεροπόλην Δενιζῶ, ὅταν δὲ ἔχασεν ἐντελῶς τὴν ὄρασίς του, τὸν ἐθώπευε κατ' ἐκάστην διὰ τῆς τρεμούσης χειρὸς του.

Καὶ ἦδη δὲν γελῶ πλέον οὔτε ἐγώ, ὅταν ἀναπολῶ τὸ ἐπεισόδιον τοῦτο, ὅταν ἐπαναβλέπω τὸν λαγῶν τοποθετημένον παρὰ τὰς ἐπωμίδας καὶ τὸ παράτημον τοῦ Σταυροῦ ἐν τῇ λειψανοθήκῃ τοῦ πάππου μου, σκεπτόμενος ὅτι ἐν αὐτῷ ἐνυπάρχει ἐν παράδειγμα συγκινητικώτατον ἀποσιώσεως, εὐγνωμοσύνης, εὐθύτητος καὶ ἐπιμονῆς, ὅπερ ἄνθρωπος δύναται νὰ παράσχη.

ΕΜΜ. Π. ΒΟΥΓΡΑΟΥΜΙΑΣ

ΧΡΟΝΙΚΑ

Ὁ παρ' ἡμῖν δημοσιογράφος κ. Ἰωάννης Τσολίνας ἀναποκρινθεὶς τῆς «Ἀτλαντίδος» τῆς Νέας Ἰορκῆς καὶ τῆς «Βελγικῆς Ἀνεξαρτησίας» τῶν Βρυξελλῶν ἐδήλωσεν ἡμῖν ὅτι τὸ ἐσπέρας τῆς 23 Ἀπριλίου ἑορτὴν τοῦ Ἁγίου Γεωργίου, συμπέπτουσαν πρὸς τὴν Δευτέραν τοῦ Μάσχα ἡμέραν, ποιήσεται ἐν τῇ αἰθούσῃ τοῦ Βουλευτηρίου πατριωτικὴν διάλεξιν ὑπὲρ τοῦ Ἐθνικοῦ Στόλου.

Ἐπικροτοῦντες τὴν ἀξιεπαινὸν ταύτην πράξιν τοῦ ἀγαπητοῦ ἡμῶν συναδέλφου κ. Ἰω. Τσολίνα εὐχόμεθα, ὅπως ὁ σκοπὸς αὐτοῦ ὁ ἐθνικὸς στεφθεῖ ὑπὸ πλήρους ἐπιτυχίας.

Τὸ Ἡμερομνάσιον Νεαπόλεως κατὰ τὸ τέλος τῶν ἐξετάσεων θὰ διδάξῃ ἀπὸ σκηνῆς τοὺς «Πέρας» τοῦ Αἰσχύλου, αἱ δ' ἐκ τῆς παραστάσεως εἰσπράξεις θὰ διατεθῶσιν ὑπὲρ τοῦ Ἐθνικοῦ Στόλου. Οἱ ἀναλαβόντες τὴν πρωτοβουλίαν καθηγηταὶ κ. Ἰω. Χατζηιωάννου καὶ Θεοδ. Σταυρόπουλλος εἶνε ἄξιοι συγχαρητηρίων, διὰ τὴν ἐθνικὴν διδασκαλίαν, ἣν παρέχουσι τοῖς μαθηταῖς αὐτῶν.

ΠΑΓΚΟΣΜΙΟΝ ΛΕΥΚΩΜΑ

— Τὸ κολύμβημα εἰς τὰ γερμανικὰ Παρθεναγωγεία.

Εἰς πλείστας πόλεις τῆς Γερμανίας π. χ. εἰς τὸ Βερολίνον, Καινισβέργην, Μαγδεμβούργον, Βρεσλάου κτλ. αἱ ἐκπαιδευτικαὶ ἀρχαὶ ἔλαβον τὴν ἀξιέπαινον ἀπόφασιν τῆς εἰσαγωγῆς εἰς τὰ παρθεναγωγεία τοῦ μαθήματος τῆς κολυμβητικῆς.

Ἡ κολύμβησις, ὡς γνωστόν, εἶνε ἐκ τῶν ὀλίγων ἀσκήσεων αἱ ὁποῖαι θέτουσιν εἰς κίνησιν καὶ ἐνδυναμόνουν ὅλους τοὺς μῦς, ὅλας τὰς κλειδώσεις, καὶ ὄχι ὡς ἄλλαι αἱ ὁποῖαι ἐκπονοῦσιν ἐν μέλος εἰς ζῆμίαν τοῦ ἄλλου.

Τὸ μάθημα τοῦτο διδάσκεται ὑπὸ εἰδικῶν διπλωματούχων διδασκαλιστῶν, αἱ ὁποῖα θὰ διορίζωνται κατόπιν διαγωνισμοῦ, σκοποῦντος τὴν ἀνάδειξιν τῆς ὑποψηφίου ὡς εἰδήμονος ὄχι μόνον τῆς κολυμβητικῆς τέχνης ἀλλὰ καὶ τῆς ναυαγοσωστικῆς καθὼς τῶν μέσων τῆς περιθάλψεως καὶ τῆς ἐπαναφορᾶς εἰς τὴν ζωὴν τῶν πνιγέντων.

Πρὸς τὸν σκοπὸν τοῦτον προτιμῶνται αἱ διδασκάλισσαι τῆς γυμναστικῆς, αἱ ὁποῖαι γνωρίζουσαι καλῶς καὶ τὴν κολύμβησιν, καθὼς αὐταὶ ἔχουσι ἰσχυρὸν μυϊκὸν σύστημα πρὸς δὲ καὶ τὸ ἀπαιτούμενον θάρρος, ἐν ἐνὶ λόγῳ φυσικὴν ἰσχὴν μάλλον ἀνεπτυγμένην, θεωροῦνται καταλληλότεραι.

Τὸ μάθημα τῆς κολυμβητικῆς θὰ διδάσκηται κατὰ τὸ θέρος εἰς τὰς παραλίους πόλεις ὅπου μεταβαίνουν αἱ μαθήτριά αἱ μὲν εὐποροὶ ἰδίαις δαπάναις, αἱ δὲ ἄποροι δαπάναις τοῦ σταθισομένου ἰδιαιτέρου ταμείου, τοῦ ὁποῖου οἱ πόροι θ' ἀποτελῶνται ἀπὸ τὰς ἐπιχορηγήσεις τῆς κυβερνήσεως καὶ τοῦ δήμου καὶ τὰς προαιρετικὰς εἰσφορὰς.

Ἐννοεῖται ὅτι τὸ μάθημα τῆς κολυμβήσεως θὰ ἐπιτρέπηται εἰς τὰς μαθητριάς κατόπιν ἰατρικῆς ἐξετάσεως καὶ ἀδείας.

*

— Περὶ κληρονομίας.

Εἶχον, διηγεῖται συγγραφεὺς τις, ἕνα θεῖον. Κατόκει, ἄγαμος ὢν, εἰς τὴν ἐξοχὴν, καὶ ἤμην ἐπομένως ὁ μόνος αὐτοῦ κληρονόμος, διὰ καὶ ἡμέρας τινὰς τῆς ἀνοιξέως καὶ τοῦ φθινοπώρου ἐπήγαινα κατ' ἔτος ὅπως τῷ προσφέρω τὰ σεβάσματά μου. Ὁ θεῖός μου ἦτον ἄριστος κυνηγός· ἐκυνηγοῦμεν ἀπὸ πρῶτας μέχρις ἐσπέρας καὶ ὑπερηδύνετο ὅτι ἐμελλε ν' ἀφήσῃ διάδοχον τοῦ κυνηγετικοῦ του σταδίου.

Τὸ τελευταῖον φθινόπωρον ἀναχωρῶν διὰ τὴν ἐξοχὴν ἐκ Παρισίων παρεκλήθην ὑπὸ τῆς μνηστῆς μου νὰ τῇ πέμψω μίαν ἐκ τῶν παρ' ἐμοῦ φονευθησομένων περδίμων. Ἡ πέρδιξ τάχιστα ἐπέμφθη, ἀλλὰ δυστυχῶς ἡ μνηστὴ μου εἶχε τὴν ἀβροφροσύνην νὰ με εὐχαριστήσῃ δι' ἐπιστολῆς, ἣτις ἠνοίχθη κατὰ λάθος παρὰ τοῦ θείου μου. Ἐκτὸς τῶν ἀνορθογραφιῶν τῆς, ἡ ἐπιστολὴ περιεῖχε τὰ ἑξῆς. «Ἐφαγα τὴν πέρδικα μὲ τὰ λάχανα, ἀλλὰ πότε θὰ φάγωμεν κ' οἱ δύο μας καὶ τὸν θεῖον; Παρακάλεσέ τον λοιπὸν νὰ μὴ μας κάμνη νὰ περιμένωμεν. Δὲν ἀγαπῶ τοὺς δυσκολομασίτους θείους». Ὁ θεῖός μου δὲν ἠδύνατο νὰ ποθήσῃ καλλιτέραν εἶδησιν. Μετὰ ἑξ μῆνας ἀπέθανεν ἀφίνων τὴν περιουσίαν του εἰς τὰ νοσοκομεία. Ἡ πέρδιξ μὲ τὰ λάχανα μοὶ ἐκόστισεν 600 χιλιάδας φράγκα.

— Κάτω τὸ γῆρας!

Ὁ Μάρκ Ὠλλ, γηραιὸς Ἀγγλος μηχανικός, θέλων νὰ κταρρίψῃ τὴν προκτάληψιν ὅτι ὁ ἄνθρωπος, ὅταν συμπληρώσῃ τὸ 50 ἔτος, εἶνε ἀνίκανος πλέον νὰ ὑποστῇ κόπους, ἐστοιχημάτισε 500 λίρας νὰ διανύσῃ πεζοπορῶν ἐντὸς ἑξ ἑτῶν 60 χιλιάδας μίλια. Ἐξεκίνησε λοιπὸν πρὸ ἑξαετίας ἐκ Λονδίνου διὰ τὴν μακρὰν ὁδοιορίαν, ὡς μόνον ἐφόδια ἔχων τὴν... συμφωνίαν τοῦ στοιχήματος. Καθ' ὅλον τὸν χρόνον τῆς ὁδοιορίας του ὁ ἥρωὸς ἐκέρδιζε τὰ πρὸς τὸ ζῆν διὰ τῆς ἐξασκήσεως τοῦ ἐπαγγέλματός του, διὰ τῆς πωλήσεως φωτογραφιῶν του, καὶ δι' ἐκθέσεώς του εἰς τὰς δημοσίας συναθροίσεις. Περιήλθεν οὕτω ὀλόκληρον τὴν μεγάλην Βρετανίαν, Γαλλίαν, Ἰσπανίαν Ἑλβετίαν, Βέλγιον, Ὀλλανδίαν, Ἰταλίαν καὶ Γερμανίαν. Μέχρι τοῦδε ἔχει διανύσει 58,000 μίλια.

Τώρα ἀπὸ τὸ Λονδίνον μεταβαίνει εἰς Νιουχέβ, θὰ διαπεραιωθῇ εἰς Διέπ καὶ θὰ ἐξακολουθήσῃ τὴν ὁδοιορίαν του πρὸς συμπλήρωσιν τῶν 60,000 μιλίων. Ὁ Μάρκ Ὠλλ καθ' ὅλην τὴν ἐξαετὴ ὁδοιορίαν του ἔφερον ὑπερηφάνως ἐπὶ τοῦ δεξιοῦ βραχίονος τὴν ἀγγλικὴν σημαίαν.

ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΑΙ ΑΣΚΗΣΕΙΣ

97) Αἰνίγματα Κρητικά

Σιδερένιο θεριὸ
Μὲ ἄντρο βαμβακερό.

98) Αἰνίγμα

Ἄσπρο τὸ διάζομαι, κόκκινον τὸ φαίνω
Κι' ἂν θέλῃ ὁ θεὸς κ' οἱ μοῖρά μου μαῦρον θὰ τὸ ζυφάνω.

99) Αἰνίγμα

Δύο ἀντρόγυνα κλεισμένα σ' ἕνα σπήτι τὰ καίμενα
εἶναι πάντ' ἀγκαλιασμένα μὲ σεντόνι σκεπασμένα.

Ἐστάλησαν παρὰ Ἀπίερρον Χρυσοαλλίδος ἐξ Ἀλικιανοῦ.

100) Πράβλημα

Πόσον εἶναι τὸ ἥμισυ τοῦ 188;

Ἐστάλη παρὰ Γ. Μ. Θεοδοράκη

101) Γρίφος

(4) χος καὶ τρι φρον

τρι τρι
τρι τρι
τρι τρι
τρι τρι
τρι τρι

Ἐστάλη παρὰ Ν. Καρυδάκη

102) Δέξιναν

1) 5) 7) 2)
· · · · ·
· · · · ·
3) 9) · · · · 11) · 4)
· · · · ·
· · · · · 8)
· 6) · · · · ·
· · · · ·
· · · · ·
40) 12)

1— 2=Βασιλεὺς
3— 4=ρῆμα
5— 6=θεὸς πλείου
7— 8=ἀστερισμὸς
9— 10=δένδρον
11— 12=εἶσορτῆ

Ἐστάλη ὑπὸ Κ. Μυριαλάκη

103) Φωνηεντόλιπον

φλργρς—ξδψ—πρδς—στ—νρ—τ—κ—τ—πρ—κρμστκ—
π—τν—πλ—κμ—τ—
'Εστάλη παρά «Δάφνης»

104) 'Ερώτησις

Πότε ο αριθμός 5 ή 6 ή 25 κ. τ. λ. Ισοδυναμεί τῷ μηδενί.
'Εστάλη παρά Ρ. Δοχρου

105) Γρήφος

'Ε Σίτος—ι υ υ 8050

Ο 'Εστάλη παρά «Μελίσις»

106) Αίνιγμα

"Αφυγον εἶμαι μάρμαρον κρύον
κινητὸν μνήμα ζῶν ἐγκλειον
ἀλλ' ἂν καὶ ἀφυγον μὲ νομίζης
ἔχω μητέρα κἀθὼς γνωρίζεις.
Δὲν ἔχω σάρκ' ἀλλ' ἂν μὲ κτυπήσης
ὕδωρ θὰ ρεύσῃ καὶ αἷμα ἐπίσης
ἐκ τάφου ἔχει ἀναπηδήσει
ἐκείνη, ἥτις μ' ἔχει γεννήσει
καὶ μόλις ταῦτα δὲν κάμνω βῆμα
ἀλλὰ τοῦ ζῶντος ὑπάρχω μνήμα.
Πολλάκις μ' ἔφαγες μὲ ἡξέουρις
καὶ εἶναι εὐκόλον νάμει εὐρής.

'Εστάλη παρά Θ Ραϊσάκη

107) Πέλλος

12 στιγμαὶ καθέτως ἀποτελοῦσι ἕλληνα στρα-
τάρχην. Εἰς τὴν αἰχμὴν τοῦ βέλους δεξιὰ ἐπι-
πλον καὶ ἀριστερὰ θεάν.

'Εστάλη παρά 'Ηρ. Λεκάκη

108) Αίνιγμα

"Αν βάλλω ἓνα καὶ πενήντα
πενήντα γίνονται καὶ ἓνα.
Καὶ ὅλα αὐτὰ ἂν τὰ προσθέσῃς.
ὄνομα γυναικὸς θὰ εὐρής.

'Εστάλη παρά Γ Κριστάκη

Βραβεῖα

Α'. Τὸ Βράβειον προσνεχθὲν ὑπὸ Καρυδάκη. 2) Οἱ Τυφεῖοι
ὕπὸ Θυρεοῦ καὶ 3) Τρίμηνος δωρεὰν συνδρομῆ τοῦ «Κρητ.
'Αστέρος» μὲ δικαίωμα, ἂν εἶνε συνδρομητής, ἀποστολῆς
πρὸς φίλον.

Β'. Ἡ 'Ορφανὴ τῆς Σίου προσνεχθεῖσα ὑπὸ κ. Χειλαδάκη
καὶ 2) ὁ Μικρὸς Πλούταρχος ὑπὸ τῆς «Ροδοδακτύλου ἡοῦς».

Λύσεις 10ου φυλλαδίου

- 84) Αίνιγμα. Ὁ νεκρὸς
- 85) Λά—ὄς=Λάος
- 86) Πρόβλημα 5=ε, 10=ι καὶ 200=σ=εἰς
- 87) Λογοπαίγνιον, ἄστρα—πηδῶν=ἀστραπηδῶν.
- 88) Στοιχειόγραμμα, θώραξ (ῥορα).
- 89) 1) φασόλαν, 2) σκανδαλοποιὸς—σκανδαλοποιός, 3) Ἄχ-

- λάδι.
- 90) Ὄνος (Κρόνος) θῶς | Ἄθως)
- 91) Ἀπρόοπτον. 160
- 92) Γρήφος. Μεγάλῃ τεσσαρακοστῇ
- 93) Περὸν 94) Κρυπτογραφικὸν

Ρ Χ Σ
 Γ Ρ Γ Βόλγης
 ΣΗΠΛΑΟΝ ἶον
 Σ ἀγόνκρως
 Ο
 Σ

95) Αίνιγμα Ἠπειρος (Πύρρος)

96) Στσευρός

καὶ

υ
 κ τ ς
 κ σ ο ο ε
 ν ο σ ο κ ο μ ο ς
 κ υ ρ ο ω
 λ α ς
 τ
 ω
 τυρος
 Αὐταὶ

Πραδεῖον Α'. ἔλαβον: 1) Λεκάκης, 2) Καλεμμιαράκης, 3)
'Εληάς, 4) Ταυρομάχος, 5) Κυθήριος, 6) Ὁ ἐκ Τάρορας, 7) Μα-
ραγκουδάκης 8) Σφακιανάκης, 9) Κτιστάκης, 10) Ἐαρ, 11)
Σταματάκης, 12) Μυριαλάκης, 13) Λουλουδάκης, 14) Δασκα-
λογιάννης, 15) Τζιφάκης, 16) Κάφρης, 17) Χειλαδάκης, 18)
'Ψῶς, 19) Καρυδάκης.

Πραδεῖον Β'. 1) Νότος, 2) Ραϊσάκης, 3) Ἄπτερος Χρυσολ-
λῆς, 4) Ἄγνωστος, 5) Ἐλευθερνεός, 6) Κ. Μιχαληνοῦ, 7) Πο-
λικὸς Ἀστὴρ, 8) Σελήνη, 9) Ἰππότης, 10) Δάφνη, 11) Δρο-
σος, 12) Γιαννικάκης, 13) Μισσοτάκης, 14) Σαριδάκης.

Ἑσπαινον. 1) Κυθωνάκης, 2) Ναυτοπούλο, 3) Θεοδοιράκης,
4) Βολάνης, 5) Κεκρυμμένος, 6) Μιχαληγός, 7) Χατζηγγιαν-
νης, 8) Ἰγγλεζάκης.

Καθησιτεροῦσαστες 9ου φυλλαδίου.

1) Ρωμηός, 2) Λιακὴ ἡχώ, 3) Λάππα, 4) Σηφογιαννάκης,
5) Ζερβουδάκης, 6) Ἀνδρεδάκης.

Τὴν εἰκόνα τῆς Α. Ἐξοχότητος λαμβάνει ὁ κ. Καλεμμια-
ράκης, τοὺς Ἐθνικοὺς Παλμοὺς ὁ κ. Σφακιανάκης, τὴν ἱστο-
ρίαν Π. Μελά ἡ δεσποινὶς Κατ. Μιχαληνοῦ, οἷτινες παρακα-
λοῦνται νὰ ἀποσταλῶσι 10 λεπτὰ διὰ τὴν ἀποστολὴν ταχυ-
δρομικῶς ἢ νὰ διέλθωσι διὰ τῶν γραφείων ἡμῶν νὰ τὰ παρα-
λάβωσι.

ΝΕΑΙ ΕΚΔΟΣΕΙΣ

— «Ἐξ ὄσων ἀνέγνωσα».

Τοιοῦτον τίτλον φέρει τὸ προσεχῶς ἐκδιδόμενον, δαπάνῃ
φιλομούσου ἀνδρός, καλλιτεχνικὸν τεύχος, περιέχον ἐκλε-
κτὰ Διηγήματα καὶ λαμπρὰς φιλολογικὰς καὶ κοινωνικὰς
μελέτας ἐκ τῆς γαλλικῆς φιλολογίας, ἐξελληνισθείσας ὑπὸ
τοῦ γνωστοῦ παρ' ἡμῖν λογογράφου καὶ τακτικοῦ συνεργάτου
τοῦ «Κρητ. Ἀστέρος» κ. Ν. Καρδατάκη. Οἱ ἀναγνώσται
ἡμῶν οἱ παρακολουθήσαντες τὰς τόσον ἐπιτυχεῖς μεταφρά-
σεις τοῦ κ. Ν. Καρδατάκη τὰς ἀποπνεούσας τὴν γαλατικὴν
ἀδρότητα καὶ χάριν, εἶνε ἤδη εἰς θέσιν νὰ ἐκτιμῶσιν τὴν
ἀξίαν τοῦ τεύχους, βραδύτερον δὲ θὰ δώσωμεν ἀπλότερα
δείγματα τῶν ἀπολαυστικῶν καὶ τερπνῶν τούτων μελετῶν,
αἵτινες δὲν ἀμφιδάλλομεν ὅτι εἰς πάντα ἐντροφῶντα περὶ
τὴν μελέτην τοιούτων ζητημάτων ἀναγνώστην θὰ ἀρέσκωσι
καὶ θὰ παράσχωσι ὥρας ἀναψυχῆς καὶ ἀνακουφίσεως ἐκ
τοῦ πολυκυμάντου καὶ ἐκνευριστικοῦ βίου, τῶν δραμάτων
καὶ ἐπισοδείων.

Ὑπὸ ταιούτας ἀρχὰς ἀναφαινόμενον ἐν τῷ ἡμετέρῳ ὀρί-
ζοντι τὸ τεύχος τοῦτο ἔχομεν πεποθήσιν ὅτι θὰ τύχῃ πάσης
ὑποστήριξεως, ἀφοῦ ἡ μὲν τιμὴ ὤρισθη εἰς 2 μόνον δραχ-
μάς, θὰ εἶναι δὲ ὑπὲρ τὰς 200 σελίδας. Ἡ ὑποστήριξις αὕτη
εἶναι τοσοῦτον μᾶλλον δικαία καθ' ὅσον ὁ κ. Ν. Καρδατά-
κης εἶνε ἐκ τῶν ὀλίγων παρ' ἡμῖν γλαφυρῶν καλῶν, οἷτι-
νες ἐκάστοτε συνεισφέρουσι κατὰ δύναμιν τὴν ἐργασίαν τῶν
εἰς πᾶσαν φιλολογικὴν ἐκδοσιν, δυναμένην νὰ φανῇ ἐπι-
φελῆς εἰς τε τοὺς συμπολίτας ἡμῶν καὶ νὰ κατατάξῃ τὴν
ἡμετέραν πατρίδα μεταξὺ τῶν φιλολογικῶς ἀνεπτυγμένων
χωρῶν.

Τύποις Μ. Ι. Σαλιμέτου—Χανιά