

*Λέων Μίλας*

# “Ο Γεροστάθης,”

*τριλογία*



*πραγματικό αντίγραφο από τις αυθεντικές εκδόσεις  
όλων των μερών της τριλογίας, που εκδόθηκαν τα έτη 1884, 1892 και 1894*

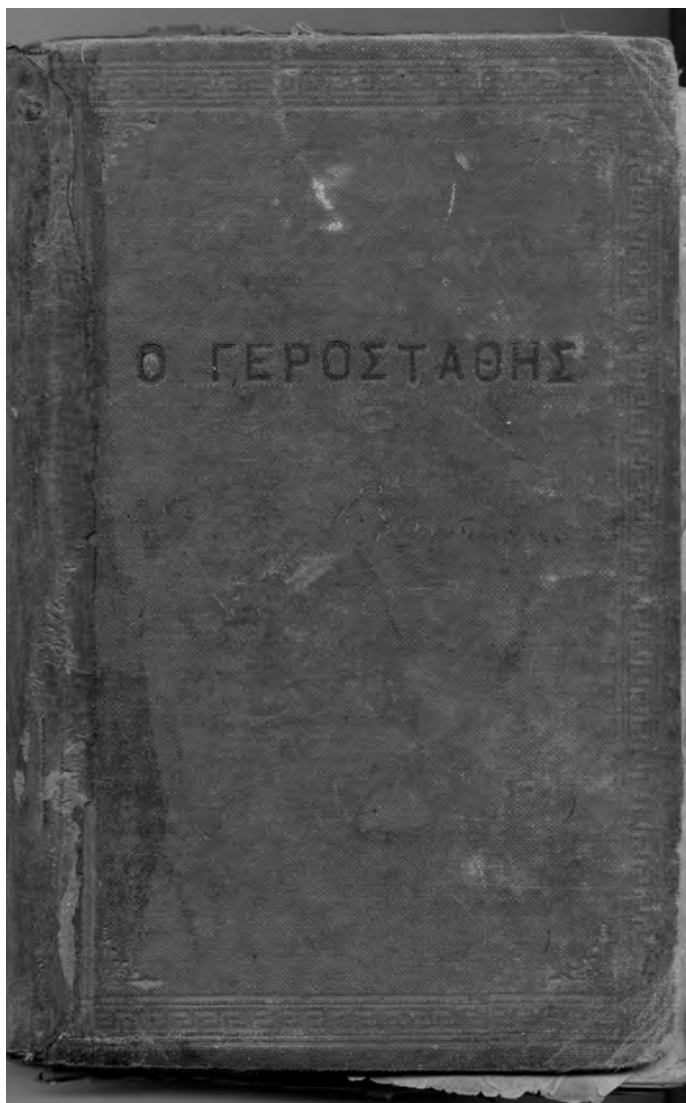
*Μάρτιος 2012*

*Αυτό το βιβλίο, είναι ακριβές φωτογραφικό  
αντίγραφο του αυθεντικού βιβλίου “ο Γεροστάθης”  
που εκδόθηκε το 1894.*

*Μεταταφέρθηκε σε ηλεκτρονική μορφή και  
τυπώθηκαν 4 αντίτυπα ψηφιακής εκτύπωσης,  
με την πρωτοβουλία και την επιμέλεια  
του κ. Θωμά Νάκα, το Μάρτιο του 2012.*

*Είναι το πρώτο βιβλίο στα πλαίσια της προσπάθειας  
να διαφυλάξουμε και να μεταδώσουμε στις νεότερες γενιές  
τον πλούτο και την μαγεία των παραδόσεών μας  
μέσα από παλιά βιβλία και ντοκουμέντα*





Το Βιβλίο μου το

Εδωρίσε ο παπός μου

Καμπέρη στις 24-8-60

Μωρα 7.20 πρω με

Αγία Ζωία και πα-

ρακαζιέ

Αγία Τεγος

Πελο

*Thia Cielo*

---

*Plakr. Stathis.*

PRINTED IN GREEK

*albanian*

ΒΑΠΤΙΣΤΙΚΑ  
ΑΠΟ ΤΟ  
ΚΕΝΤΡΙΚΟΝ  
600—610 SO. MA...

Erdfas 470 sind  
Zw 100 Kasseg (Mildete)

29-12-60

H. T. K.

1602

ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ  
ΤΟΥ ΠΡΟΣ ΔΙΔΑΣΚΙΝ ΤΩΝ ΕΛΛΗΝΩΝ ΓΡΑΜΜΑΤΩΝ  
ΣΥΛΛΟΓΟΥ (Αρ. 36).

Ο ΓΕΡΟΣΤΩΗΣ  
Η  
ΑΝΑΜΝΗΣΙΣ ΤΗΣ ΠΑΙΔΙΚΗΣ ΜΟΥ ΗΛΙΚΙΑΣ  
ΜΕΤΑ ΕΙΚΟΝΟΓΡΑΦΩΝ

«Καὶ ἔτι ἰσχυρὰ ἔστιν ἡ ἀνάμνησις  
αὐτοῦ».

ΥΠΟ  
ΔΕΟΝΤΟΣ ΜΑΘ  
I.

Χαρατζάνης Καρπένιος



24-VIII-60

Πηλιόπουλος  
ΕΝ ΑΘΗΝΑΙΣ

ΤΥΠΟΓΡΑΦΕΙΟΝ Σ. Κ. ΛΑΣΤΟΥ  
100 Ὁδὸς Ἐρμού Ὁδὸς Νῆ 14

1894



Αγια.

Πατρις

ΛΙΠΠΩ ΛΑΒΡΑΝΩ

ΤΩ

ΚΕΡΚΥΡΑΙΩ

ΤΗΝ

ΒΙΒΛΟΝ ΤΑΥΤΗΝ

ΤΗΣ ΕΥΣΕΒΕΙΑΣ ΚΑΙ ΚΑΛΟΚΑΓΑΘΙΑΣ

ΤΟΥ ΑΝΔΡΟΣ ΑΡΕΙΚΟΝΙΣΜΑ

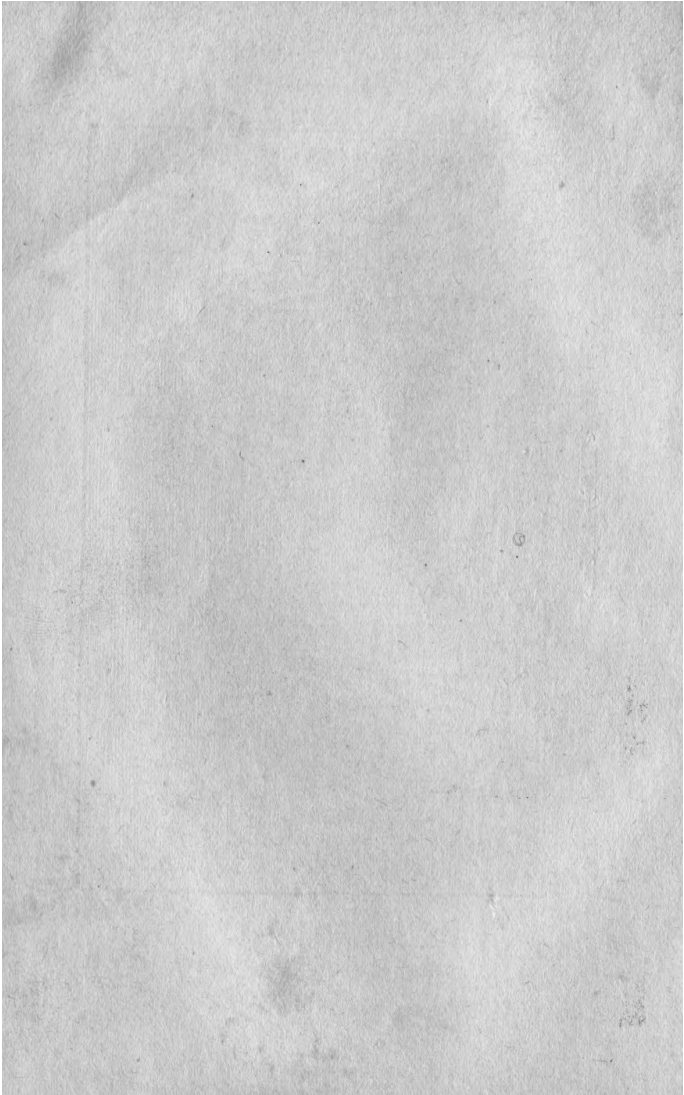
ΕΙΣ

ΤΕΚΜΗΡΙΟΝ

ΒΑΘΥΤΑΤΗΣ ΕΥΓΝΩΜΟΣΥΝΗΣ

ΑΝΕΘΗΚΕ

ΛΕΩΝ ΜΕΛΑΣ.



## Ο ΓΕΡΟΣΤΑΘΗΣ.

«Θεῶν ὑπηρεσίαν ἠγάσαστο τὴν ἐπι-  
μέλειαν καὶ σωτηρίαν τῶν νέων.»

(Πλουτάρχου).

**Ε**ΙΣ ΤΙΝΑ κωμόπολιν τῆς Ἠπέιρου, πλησίον τῶν Ἰωαν-  
νίνων, ἔζη πρὸ τῆς Ἑλληνικῆς ἐπαναστάσεως ὁ Γεροστά-  
θης, γέρον ἐβδομηκοντούτης περίπου, ἀλλ' εὐρωστος καὶ  
ὕγιης. Αἱ παρειαὶ τοῦ ἦσαν πάντοτε ροδοκόκκινοι, οἱ  
ὀφθαλμοὶ τοῦ ζωροὶ καὶ ἐκφραστικώτατοι, γλυκύτατον  
τὸ μειδιάματά του, καὶ ὡς χιῶν κατάλευκος ἡ περικο-  
σμοῦσα τὴν κεφαλὴν τοῦ κόμη.

Ἄλλ' ἡ φρόνησις καὶ καλοκαγαθία ἦσαν τὰ οὐσιωδέ-  
στερα χαρακτηριστικὰ τοῦ ἀνδρός. Πάντες δὲ καθ' ἕλην  
τὴν Ἠπειρον ὡς πατέρα ἠγάπων καὶ ἐσέβοντο αὐτόν.

Τὴν παιδικὴν τοῦ ἡλικίαν διῆλθε σπουδάζων εἰς τὰ  
σχολεῖα τῶν Ἰωαννίνων· διεκρίθη δὲ πάντοτε μεταξὺ τῶν  
συμμαθητῶν τοῦ διὰ τὴν φιλότιμον αὐτοῦ ἐπιμέλειαν,  
διὰ τὴν ὀρθὴν κρίσιν τοῦ, διὰ τὸ καλὸν μνημονικόν τοῦ,  
καὶ ἰδίως διὰ τὴν ἄκραν τῶν ἠθῶν τοῦ χρηστότητα.

Ὅτε περὶ τὸ δέκατον ὄγδοον ἔτος τῆς ἡλικίας τοῦ ἐ-  
τελείωσε τὰς σπουδὰς τοῦ, ἀποχαιρετίσας τὴν σεβασμίαν  
μητέρα τοῦ καὶ τὴν φιλότιμην πατρίδα τοῦ, ἀνεχώρη-  
σεν εἰς τὰ ξένα, ὅπου πρὸ χρόνων ἔζη ἐμπορευόμενος ὁ  
πατήρ τοῦ.

Εἰς τοιαύτην ἐκουσίαν ἀλλὰ πικρὰν ἐξορίαν ἠναγκά-

ζοντο νὰ υποβάλλωνται πολλοὶ τῶν Ἡπειρωτῶν, ὅπως ἀποκτήσωσι καὶ ἐξασφαλίσωσι περιουσίαν τινὰ χρηματικὴν πρὸς περιθαλψίν τῶν οἰκογενειῶν καὶ τῆς πατρίδος αὐτῶν.

Ἐπὶ πολλὰ ἔτη ἔζησεν ὁ Γεροστάθης εἰς τὰ ξένα, περιελθὼν διαφόρους πόλεις τῆς Ῥωσσίας, Αὐστρίας, Γαλλίας καὶ Ἰταλίας. Φιλομαθὴς δὲ πάντοτε, φιλόπονος καὶ φιλότιμος, οὔτε τὸν καιρὸν ἐπὶ ματαίῳ ἔχανεν, οὔτε τὰ σεμνὰ ἔθη του ἔφθειρεν, ἀλλὰ καὶ εἰς τὸ ἐμπόριον μετὰ ζήλου ἐνησχολεῖτο, καὶ Εὐρωπαϊκὰς γλώσσας μετ' ἐπιμελείας ἐσπούδαζε, καὶ εἰς τὴν μελέτην ἠθικῶν, ἱστορικῶν καὶ φιλολογικῶν συγγραμμάτων εὐχαρίστως κατεγίνετο, καὶ τὰς ἀληθεῖς κοινωνικὰς προόδους μετὰ προσοχῆς παρετῆρει.

Ἡ τερπνοτέρα ὁμῶς ἐνασχόλησις τοῦ Γεροστάθου ἦτο ἡ ἀνάγνωσις τῶν ὠραίων Ἑλληνικῶν συγγραμμάτων. Οἱ Παράλληλοι βίοι τοῦ ἀγαθοῦ Πλουτάρχου, τὰ Ἀπομνημονεύματα τοῦ γλυκυτάτου Ξενοφῶντος, καὶ τὸ Ἀνθολόγιον τοῦ φιλόπαιδος Στοβαίου ἦσαν πάντοτε οἱ ἀχώριστοι σύντροφοὶ του.

Ἀδύνατον δὲ ἦτο ν' ἀπαντήσῃ νέον Ἕλληνα, καὶ νὰ μὴ συστήσῃ θερμῶς εἰς αὐτὸν τὴν μελέτην τῶν Ἑλλήνων συγγραφέων.

Ταμεῖα σοφίας, ἀρετῆς καὶ κάλλους ἀπεκάλει ὁ γέρον τὰ Ἑλληνικὰ συγγράμματα· τὴν δὲ Ἑλληνικὴν γλῶσσαν κλειδα τῶν πολυτίμων τούτων ταμείων ὅποια δὲ ἀφροσύνη, ἔλεγε, νὰ κρατῶμεν τὴν κλειδα ἄχρηστον, καὶ νὰ μὴ ὠφελώμεθα ἐκ τῶν ἀνεξαντλήτων θησαυρῶν, τοὺς ὁποίους αὐτὴ περικλείει! Δικαίως λοιπὸν ἐταλάνιζεν ὄσους,

ἀφοῦ κοπιᾶσωσιν εἰς τὰ σχολεῖα πρὸς ἐκμάθησιν τῆς Ἑλληνικῆς, παραμελῶσιν ἀκολούθως τὴν ἀνάγνωσιν καὶ μελέτην τῶν Ἑλληνικῶν συγγραμμάτων.

Δὲν ἐθεώρει δὲ Ἑλλητισμὸν τὴν ἀπλὴν γνῶσιν τῆς ἀρχαίας Ἑλληνικῆς, ἀλλὰ τὴν ἀπόκτησιν τῶν σοφῶν ἰδεῶν, καὶ τὴν ἐξάσκησιν τῶν μεγάλων κοινωνικῶν ἀρετῶν, αἵτινες ἐν τῷ μέσῳ τοῦ παλαιοῦ καὶ νέου κόσμου ἀπθανατίσαν τὴν ἀρχαίαν Ἑλλάδα.

Διὰ τῆς σπουδῆς τῶν Ἑλλήνων ἄς μορφώσωμεν Ἑλλητικῶς τὸ φρόνημα καὶ τὴν καρδίαν, καὶ τότε, ἔλεγεν ὁ γέρον, θέλομεν ἀναφανεῖ ἄξιοι ἀπόγονοι τῶν ἐνδόξων Ἑλλήνων.

Πολλοὶ οἱ λεγόμενοι Χριστιανοί, ἀλλὰ δυστυχῶς ὄλιγοὶ οἱ ἀληθεῖς Χριστιανοί, οἱ οὐχὶ μόνον πιστεύοντες εἰς Χριστὸν, ἀλλὰ καὶ πράττοντες τὰ τοῦ Χριστοῦ. Ἐκ τῶν ὀλίγων δὲ τούτων ἦτο καὶ ὁ ἀγαθὸς Γεροστάθης. Πιστὸς εἰς τὰ δόγματα τῆς Ὀρθοδόξου Ἐκκλησίας, μετ' εὐλαβείας πάντοτε ἐξεπλήρου ὄλα τὰ ἐξωτερικὰ καὶ ἐσωτερικὰ καθήκοντα τοῦ ἀληθοῦς Χριστιανοῦ. Πολλάκις δὲ ἔλεγεν ὅτι, ἐὰν ἐκ νεαρᾶς ἡλικίας συνειθίζομεν πάντες εἰς τὴν ἀκριβῆ ἐκπλήρωσιν τῶν θείων τοῦ Χριστοῦ παραγγελμάτων, ἡ ἁρμονία, ἡ τόσον θαυμασίως διέπουσα ὄλα τὰ οὐράνια σώματα, ἤθελε βεβαίως βασιλεύει καὶ μεταξὺ τῶν ἀνθρώπων ἐπὶ τῆς γῆς.

Ἄν καὶ ἐγήρασεν ἐπὶ τῆς ξένης γῆς ὁ Γεροστάθης, οὐδεμίαν ὅμως στιγμήν ἐπαυσεν ἐνθυμούμενος τὴν φίλην πατρίδα του καὶ τὴν γραῖαν μητέρα του, ἣτις πρὸ ἐτῶν ἤδη ἔκλαιε καὶ τοῦ συζύγου τῆς τὸν θάνατον, καὶ τοῦ υἱοῦ τῆς τὴν στέρησιν.

## Ο ΓΕΡΟΣΤΑΘΗΣ.

Ούτε τοῦ χρυσοῦ ἢ δίψα, οὔτε τῆς Εὐρωπαϊκῆς ζωῆς τὰ θέλητρα ἐμπόδισαν τὸν Γεροστάθην τοῦ νὰ ἐπανεέλθῃ εἰς τὴν γεννήσασαν αὐτὸν κωμόπολιν· διότι, καὶ τὸ καθήκον τοῦ νὰ παρηγορήσῃ τὴν ἀσθενῆ του μητέρα ζωηρῶς συνησθάνετο, καὶ χρέος ἴσρὸν αὐτοῦ ἐθεώρει νὰ συντελέσῃ κατὰ δύναμιν εἰς τῆς πατρίδος του τὴν βελτίωσιν.

Ἄμα λοιπὸν διὰ τῆς φιλοπονίας, οἰκονομίας καὶ τιμιότητος ἀπέκτησε χρηματικὴν τινα κατάστασιν, δι' ἧς καὶ αὐτὸς ἀνέτως ἠδύνατο νὰ ζήσῃ, καὶ τὴν πατρίδα του ἀποχρώντως νὰ περιθάψῃ, εἰπὼν τὸ χαῖρε εἰς τὰ ἀναμνησθέντα καλὰ καὶ κακὰ τῆς πεπολιτισμένης Εὐρώπης, ἐπανῆλθεν εἰς τὴν κωμόπολιν του, ὅπου μετὰ δακρύων χαρᾶς ἐνηγκαλίσθη καὶ τὴν φιλάτην μητέρα του καὶ τῆς νεότητός του τοὺς φίλους.

«Πολλῶν δ' ἀνθρώπων ἴδεν ἄστεα καὶ ῥόον ἔγνων» λέγει ὁ Ὀμηρος περὶ τοῦ Ὀδυσσεύς, ὅστις ἐπὶ χρόνον πολλὸν περιεπλανήθη μακρὰν τῆς πατρίδος του Ἰθάκης.

Πολλῶν ἀνθρώπων ἰδὼν τὰς πόλεις καὶ γνωρίσας τὰς ιδέας, πολῦπειρος ἐπανῆλθε καὶ ὁ Γεροστάθης μετὰ μακροχρόνιον ἀπουσίαν εἰς τὴν φίλην πατρίδα του.

Ἐξετάσας δὲ μετὰ τὴν ἐπιστροφὴν του περὶ τοῦ ἱατροῦ, τοῦ ἱερέως καὶ τῶν διδασκάλων τῆς κωμοπόλεως, ἐπληροφορήθη ὅτι δὲν εἶχον εἰμὴ ἐμπειρικὸν ἱατρὸν καὶ ἀπαίδευτον ἐφημέριον, ὅστις συγχρόνως ἦτο καὶ ὁ διδάσκαλος τοῦ σχολείου· ἐπειδὴ δὲ τοιοῦτοτρόπως καὶ τοῦ σώματος καὶ τῆς ψυχῆς ἡ ὑγεία διεκινδύνευον, ἐθεώρησε χρέος του ὁ ἀγαθὸς γέρον νὰ φροντίσῃ περὶ τῆς θεραπείας τῆς διπλῆς ταύτης ἐλλείψεως.

Ὅθεν ἠθέλησε ν' ἀποκαταστήσῃ ἀμέσως εἰς τὴν κωμό-

πολιν ἐπιστήμονα καὶ εὐπόληπτον ἱατρὸν, καὶ πρὸς τὸν σκοπὸν τοῦτον ἔγραψεν εἰς διάφορα μέρη· ἀλλ' αἱ προσπάθειά του δυστυχῶς ἀπέτυχον.

Συμφωνήσας λοιπὸν μετὰ τινος σεμνοῦ νέου, ὅστις εὐδοκίμως εἶχε τελειώσει τὰς σπουδὰς του εἰς Ἰωάννινα, ἀπέστειλεν αὐτὸν δι' ἐξόδων του εἰς Ἰταλίαν, ὅπως, ἀφοῦ σπουδάσῃ τὴν Ἱατρικὴν, ἐπανεέλθῃ ἱατρὸς ἐπιστήμων εἰς τὴν κωμόπολιν, συγχρόνως δὲ καὶ διδάσκαλος τῶν Ἰγυεινῶν παραγγελμάτων, καὶ τῶν στοιχειωδῶν γνώσεων τῆς Φυσικῆς, τῆς Χημείας καὶ Φυσικῆς Ἱστορίας.

Εἰς τὴν τερπνοτέραν δὲ καὶ ὑγιεινότεραν θέσιν τῆς κωμοπόλεως ἔκτισε δι' ἰδίων ἐξόδων σχολεῖον εὐρύχωρον, προσκαλέσας συγχρόνως καὶ δύο ἱκανοὺς καὶ φιλοτίμους διδασκάλους πρὸς ἐκπαίδευσιν τῆς νεολαίας. Τὸν δὲ ἀπαίδευτον ἐφημέριον ἀντικατέστησε διὰ τινος πεπαιδευμένου καὶ σεβασμίου ἱερέως, ὅστις οὐχὶ μόνον εἰς τὸν ναὸν σεμνοπρεπῶς ἱερούργει, ἐξηγῶν πάντοτε σαφέστατα καὶ γλυκύτατα τὰ θεῖα τοῦ Εὐαγγελίου παραγγέλματα, ἀλλὰ καὶ εἰς τὸ σχολεῖον ἐδίδασκε, προσπαθῶν πάντοτε νὰ ἐνσπεύρῃ εἰς τὰς τρυφερὰς τῶν παιδῶν καρδίας τοὺς σωτηρίου σπόρους τῶν Χριστιανικῶν ἀρετῶν.

Ἄλλ' ἡ καλοκαγαθία τοῦ Γεροστάθου δὲν περιωρίσθη ἕως ἐδῶ. Διὰ τῆς γλυκύτητος καὶ ζωηρότητος τοῦ διηλεκτικοῦ χαρακτήρος του κατώρθωσεν ἐντὸς ὀλίγου νὰ προσελκύσῃ τὴν ἀφοσίωσιν καὶ τὴν ἀγάπην ὅλων τῶν παιδιῶν τῆς κωμοπόλεως. Πολλάκις προσεκάλει αὐτὰ εἰς τὴν οἰκίαν του, εἰς τὸν κῆπόν του, εἰς τὸ γεῦμά του. Συχνάκις δὲ ἐξήρχετο μετ' αὐτῶν εἰς πρωϊνοὺς καὶ δειλινοὺς περιπάτους· καὶ πάντοτε εὕρισκεν ἀφορμὴν νὰ εἴπῃ

ἢ νὰ διηγηθῆ εὐάρεστόν τι καὶ ὠφέλιμον πρὸς τοὺς μικροὺς αὐτοὺς φίλους του, ὅτινες ἐπομένως καὶ ὡς πατέρα γλυκύτετον καὶ ὡς φίλον ἐπιστήθιον ἐσέβοντο καὶ ἠγάπων αὐτόν.

Πάντες οἱ γέροντες ἀγαπῶσι συνήθως τὰς διηγήσεις, ὡς ἠγάπα αὐτὰς καὶ ὁ γέρον Ὀμηρος, ὅτε περὶ τὴν δύσιν τοῦ βίου του ἐποίει τὴν Ὀδύσειάν του. Τὰς διηγήσεις λοιπὸν ἠγάπα καὶ ὁ Γεροστάθης, ὅστις, ἐπιθυμῶν νὰ καταστήσῃ τοὺς μικροὺς φίλους του εὐτυχεῖς, καὶ νὰ προετοιμάσῃ, εἰ δυνατόν, εἰς τὴν πατρίδα τέκνα ἐνάρετα, φιλόστοργα καὶ ὠφέλιμα, διὰ καταλλήλων διηγημάτων ἐπροσπάθει νὰ κατορθώσῃ τοῦτο, μιμούμενος τοὺς γέροντας τῆς Σπάρτης, ὅτινες, παρευρισκόμενοι πάντοτε καὶ εἰς τὰ συσσίτια καὶ εἰς τὰ γυμνάσια τῶν νέων, διηγοῦντο πρὸς αὐτοὺς τὰς ἀρετὰς καὶ τὰ λαμπρὰ ἔργα τῶν προγόνων των πρὸς μὀρφωσιν Σπαρτιατῶν ἐναρέτων.

Συχνὰ ἀνέφερεν ὁ γέρον τὸ τοῦ Ἰσοκράτους: «ὅτι τὰ καλὰ ἀκούσματα εἶναι καλλίτερα πολλῶν χρημάτων, διότι τὰ μὲν χρήματα εὐκόλως χάνονται, ἐγὼ τὰ καλὰ ἀκούσματα παράγουσι τὴν Παιδείαν καὶ Ἀρετὴν, τὰ μόνον διαρκῆ καὶ ἀθάνατα κτήματα τῶν ἀνθρώπων.»

Τέκνον τῆς κωμοπόλεως, μαθητῆς τοῦ σχολείου, καὶ εἰς τῶν μικρῶν φίλων τοῦ Γεροστάθου ἦτο καὶ ὁ γράφων τὰ παρόντα. Ὅσα δὲ κατὰ τὴν παιδικὴν μου ἡλικίαν ἤκουσα, συναναστρεφόμενος τὸν σεβάσμιον καὶ ζωηρὸν ἐκεῖνον γέροντα, ἀποτελοῦν τὰς γλυκυτέρας καὶ ὠραιότερας ἀναμνήσεις τοῦ βίου μου· αὐταὶ μὲ κατέστησαν εὐδαίμονα καθ' ὅλην τὴν διάρκειαν τῆς ζωῆς μου, διότι

πάντοτε και σωματικῶς μὲ ὠφέλησαν, και διανοητικῶς μὲ ἔτερψαν, και ἠθικῶς μὲ καθωδήγησαν.

Τὰς ἀναμνήσεις μου λοιπὸν ταύτας ἀπεφάσισα νὰ ἐκθέσω και δημοσιεύσω, διότι ὅσα παρὰ τοῦ Γεροστάθου ἠχοράσθην ἐθεώρησα ὡς ἀποτελοῦντα τὸ Ἀλφάβητον τῆς μεγάλης τέχνης τοῦ βίου, ἀλφάβητον ἀναγκαιότατον εἰς πάντα Ἑλληνόπαιδα, ὅπως δι' αὐτοῦ εὐχαρίστως διέλθῃ τὴν δύσκολον βίβλον τῆς ζωῆς. Εἰμί δὲ εὐελπισ εἶμι δὲ δημοσιεύσεις των θέλει εὐχαριστήσῃ τὴν μακαριάν ψυχὴν τοῦ φιλοπάτριδος ἐκείνου ἀνδρός, διότι οὕτω και μετὰ θάνατον θέλει συντελεῖ εἰς τὴν ἠθικὴν διάπλασιν τῶν Ἑλληνοπαίδων, τοὺς ὁποίους τόσοσ ἠγάπα, και ἐπὶ τῶν ὁποίων ἐστήριζε τὰς περὶ εὐτυχεστέρου μέλλοντος γλυκείας ἐλπίδας του.

Ταπεινὸς και μετριόφρων ὁ Γεροστάθης δὲν ἐκαυχᾶτο οὔτε τὴν Ἀμερικὴν ὅτι ἀνεκάλυψεν, οὔτε τὴν πυρίτιδα ὅτι ἐφεῦρε. Ἐλεγε δὲ και διηγείτο ἐξ ὅσων εἶχεν ἀκούσει ἢ ἀναγνώσει, ἢ ἡ πολυχρόνιος πείρα τὸν εἶχε διδάξει. Δὲν ἦσαν λοιπὸν τὰ παρ' αὐτοῦ λεγόμενα νεοφανῆ και πρωτότυπα· ἀπ' ἐναντίας τὰ πλεῖστα ἦσαν ἀρχαῖα και εἰς πολλοὺς γνωστὰ, ἀλλὰ τερπνὰ και ὠφέλιμα πάντοτε.

Ἀρχαῖος και πασίγνωστος εἶναι και ὁ ἥλιος· ἀλλὰ πόσον εὐεργετῆ και τέρπει τοὺς πάντας, και ἰδίως ὄσους ἐντὸς ὑγρᾶς και σκοτεινῆς φυλακῆς ἐστερήθησαν τῶν ζωογόνων ἀκτίων του!

Πασίγνωστος και κοινότατος ἐπίσης εἶναι και ὁ ἄρτος, τὸν ὁποῖον καθ' ἡμέραν γεύομεθα· ἀλλὰ πόσον γλυκὺν και σωτήριον εὐρίσκουν αὐτὸν οἱ πεινῶντες! Ὅτε δὲ και ἡμεῖς, μικρὰ παιδία, ἠκούομεν τὸν Γεροστάθην, ἐστε-

ρούμεθα τῶν εὐεργετικῶν ἀκτίνων τῆς παιδείας, πεινῶν-  
τες δὲ πρόοδον καὶ βελτίωσιν, εἰς τὸ σκοτός τῆς νεανικῆς  
ἀπειρίας ἐκυλιόμεθα. Αἱ συμβουλαὶ λοιπὸν καὶ αἱ διηγή-  
σεις του, φωτίζουσαι τὸν νοῦν καὶ τρέφουσαι τὴν καρ-  
δίαν, δικαίως καὶ μᾶς ἔτερον καὶ μᾶς ὠφέλουν.

Τὸ κάλλος τῆς ἀρετῆς, ἂν καὶ ἀρχαιότατον, διαμένει  
πάντοτε νέον, τερπνὸν καὶ ἀμάραντον· ἡ δὲ ἔξις καὶ ὁ  
χρόνος, ἀντὶ τὰ ἐλαττώσωσιν, ἔτι μᾶλλον αὐξάνουν τὴν  
λάμπριν τῶν ἀκτίνων του. Τὰ ἀμάραντα δὲ κάλλη τῶν  
Ἑλληνικῶν ἀρετῶν παρουσίαζε συνήθως ὁ Γεροστάθης  
ἐνώπιον ἡμῶν.

Εἰς τὴν ἐκθεσιν τῶν ἀναμνήσεών μου ἠθέλησα νὰ δια-  
τηρήσω τὸ ἀπλοῦν, τὸ εὐληπτον, τὸ ἀφελὲς ὕφος τοῦ  
Γεροστάθου· ἀλλὰ πρέπει νὰ ὁμολογήσω ὅτι δὲν ἠδυνή-  
θην νὰ ἐντυπώσω εἰς τὸν ἄψυχον χάρτην τὴν ἔμψυχον  
γλυκύτητα καὶ ἐκφραστικωτάτην ζωηρότητα τῆς προ-  
φορικῆς ὁμιλίας τοῦ ἀγαθοῦ ἐκείνου ἀνδρός.

Ἐπειδὴ δὲ τριπλοῦς ἦτο ὁ σκοπὸς τοῦ Γεροστάθου,  
ἦτοι ἡ υἰγεία τοῦ σώματος, τοῦ νοός, καὶ τῆς καρδίας,  
εἰς τρία μέρη διήρσα τὰς ἀναμνήσεις μου ταύτας, προ-  
τάξας ὅσα περὶ Θεοῦ ἤκουσα παρ' αὐτοῦ, διότι, τὴν εὐ-  
σέβειαν θεωρῶν ὁ γέρον ὡς τὸ πρῶτον θεμέλιον πάσης  
καλῆς ἀγωγῆς, καὶ ὡς τὴν βᾶσιν τῆς τε παρούσης καὶ  
τῆς μελλούσης ἡμῶν εὐδαιμονίας, ἀπὸ Θεοῦ ἤρξατο.

# ΑΝΑΜΝΗΣΕΩΝ

ΤΗΣ

## ΠΑΙΔΙΚΗΣ ΜΟΥ ΗΛΙΚΙΑΣ

### ΜΕΡΟΣ ΠΡΩΤΟΝ.

#### ΥΓΕΙΑ ΤΟΥ ΣΩΜΑΤΟΣ.

#### ΤΟ ΠΡΩΤΟΝ ΘΕΜΕΛΙΟΝ.

- 1  
2  
3
- Τρεῖς εἰσὶν ἀρεταὶ τὰς χρεῶν ὄσκειν, τέκνον,
  - Θεοὺς τε τιμᾶν, τοὺς τε θρέψαντας γονεῖς,
  - Νόμους τε κοινοὺς Ἑλλάδος· καὶ ταῦτα δρῶν,
  - Κάλλιστον ἔξεις στέφανον εὐκλείας αἰεί.»

(Εὐριπίδου.)

**Τ**α μελαγχολικὰ σύννεφα τοῦ χειμῶνος εἶχον ἤδη διασκεδασθῆ· οἱ κῆποι, αἱ πεδιάδες καὶ τὰ βουνα εἶχον ἀρχίσει νὰ ἐνδύωνται τὰς ἀνθηρὰς στολάς των, καὶ μελωδικὰ τὰ ἀηδόνια ἐκελάδουν τὴν ἐπάνοδον τῆς τερπνῆς ἀνοιξέως, ὅτε μετὰ δοξολογίας, ἀγιασμοῦ καὶ παρατάξεως ἤνοιξε τὸ συσταθὲν ὑπὸ τοῦ Γεροστάθου σχολεῖον.

Ὀλίγας ἡμέρας μετὰ τὴν ἔναρξιν τῶν μαθημάτων μᾶς προσεκάλεσεν ἀφ' ἐσπέρας ὁ γέρον νὰ συνέλθωμεν ὅλοι εἰς τὴν οἰκίαν του τὴν αὐγὴν, πρὶν ἐξημερώσῃ, διὰ νὰ μᾶς ὀδηγήσῃ ἐκεῖθεν εἰς τινὰ ἐξοχὴν.

Ὅλοι ἐπροσπαθήσαμεν νὰ ἐξυπνήσωμεν ἐγκαίρως, διὰ

νά μὴ στερηθῶμεν καὶ τῆς ἐξοχῆς τὴν διασκέδασιν, καὶ τοῦ Γεροστάθου τὴν ζωηράν· καὶ εὐχάριστον συναναστροφὴν· κατὰ τὴν προσδιωρισμένην δὲ ὥραν, εὐπειθεῖς εἰς τὴν πρόσκλησίν του, παρευρέθημεν ἅπαντες εἰς τὴν οἰκίαν του.

Μόνον οἱ συμμαθηταὶ μας Ἰωάννης καὶ Ἀθανάσιος δὲ ἐφάνησαν· διότι, ἀγαπῶντες πολὺ τὸν πρῶτον ὕπνον, δὲν ἠμπόρουν ν' ἀποσπασθῶσιν ἐγκαίρως ἀπὸ τὰς δολίας ἀγκάλας τοῦ φίλου των.

Εὐθυμος καὶ ζωηρὸς μᾶς ὠδήγει ὁ γέρον· διὰ μέσου ἀνθοστολιστοῦ πεδιάδος εἰς λόφον τινὰ πλησίον τῆς κωμοπόλεως, ὅπου, ὡς ἔλεγεν, ἀναβαίνοντες ἐπρόκειτο νὰ ἴδωμεν θέαμα ὠραιότατον.

Βῆμα ταχύ! ἐφώναζε καθ' ὁδόν, ὅπως ἴδωμεν ἐγκαίρως τὸ θέαμα. Ἀξιοθαύμαστος δὲ ἦτο ἡ εὐκίνησις τοῦ Γεροστάθου, διότι καὶ βυάκια καὶ χανδάκια ὡς νέος ἐπήδα, καὶ τοὺς ἀνηφόρους μ' ἐλαφρότατον βῆμα ἀνέβαιεν.

#### Η ΑΝΑΤΟΛΗ

Ὅτε ἐπὶ τῆς κορυφῆς τοῦ λόφου ἐφθάσαμεν, ὠραία καὶ ἐκτεταμένη πεδία ἀπροσδοκῆτως παρουσιάσθη ἐνώπιον ἡμῶν· εἰς τὸ ἄκρον τῆς πεδιάδος, ἐκεῖ ὅπου ὁ οὐρανὸς ἐφάνετο ἐγγίζων τὴν γῆν, μᾶς ἔδειξεν ὁ Γεροστάθης λίμνην τινά, καὶ πρὸς τὴν λίμνην αὐτὴν μᾶς εἶπε νὰ προσηλώσωμεν τὰ βλέμματα καὶ τὴν προσοχὴν. Μετ' εὐλαθείας λοιπὸν καὶ σιωπῆς περιέρχους πρὸς τὴν λίμνην ἐστρέψαμεν τοὺς ὀφθαλμούς.

Ὁ ὀρίζων ἐφάνετο μᾶλλον μελαγχολικός· ἀλλὰ μετ' ὀλίγον ὁ οὐρανὸς ἤρχισε βαθυκερδὸν νὰ φωτίζεται, καὶ τὰ

σύννεφα νὰ ἐπιχρυσῶνονται· ἐκ τῶν ὑδάτων δὲ τῆς λίμνης ἡσύχως καὶ μεγαλοπρεπῶς ἀνεφάνη βαθμηδὸν ἐξερχόμενος κατάχρυσος ὁ δίσκος τοῦ ἡλίου, μεταβάλλων τὰ ὕδατα τῆς λίμνης εἰς στιλπνότατον ἄργυρον, φαιδρότητα δὲ καὶ λάμψιν ἐπιχέων ἐπὶ τῆς φύσεως ὅλης.

— Τί λαμπρὸν! τί ὠραῖον θέαμα! ὁμοφώνως ἐκράξαμεν, διότι ποτὲ πρότερον δὲν εἶχομεν ἰδεῖ τὸ ἐξαισίσιον τοῦτο τῆς φύσεως θέαμα.

— Παρατηρήσατε καὶ θαυμάσατε, παιδία μου, μὰ εἶπε τότε ὁ γέρων, μὲ πόσῃ μεγαλοπρέπειαν στέλλει ὁ Θεὸς καθ' ἐκάστην αὐγὴν τὸν λαμπρὸν αὐτὸν ἀστέρα τῆς ἡμέρας, ὅπως φωτίσῃ μὲ τὸ ὠραῖόν του φῶς, καὶ ζωογονήσῃ μὲ τὰς θερμὰς του ἀκτίνας καὶ ἡμᾶς, καὶ τὰ ζῶα, καὶ τὰ φυτά. Μαύρη καὶ σκοτεινὴ, μαραμμένη καὶ νεκρὰ ἤθελεν εἶσθαι ἡ φύσις ὅλη, ἂν ὁ Θεὸς διὰ τοῦ ἡλίου δὲν ἐφώτιζε, δὲν ἐθέρμαινε, δὲν ἐζωογόνει αὐτήν. Τόσον δὲ μεγαλοπρεπές, τόσον εὐεργετικὸν εἶναι αὐτὸ τὸ μέγα πλάσμα τοῦ Θεοῦ, ὥστε πολλοὶ λαοὶ ἐν τῇ ἀπλότητί των ἐξέλαβον τὸ πλάσμα ἀντὶ τοῦ Πλάστου, καὶ ἀντὶ νὰ λατρεύσωσι τὸν ἀληθινὸν Θεόν, τὸν πλάσαντα καὶ τὸν ἥλιον καὶ πάντα τὰ ἐν τῷ κόσμῳ, ἐλάτρευσαν ὡς Θεὸν των αὐτὸν τὸν ἥλιον.

Μᾶς ὑπενθύμισε τότε ὁ Γεροστάθης Δῆμόν τινα, ὅστις πρὸ τινων ἡμερῶν εἶχεν ἐπιστρέψει εἰς τὴν κωμόπολιν, ἐλευθερωθεὶς ἀπὸ τὰς φυλακὰς τῶν Ἰωαννίνων· ἦτο ὁ ἄθλιος κατάχλωμος ὡς τὸ κηρίον, μαραμμένος ὡς τὸ φύλλον τοῦ φθινοπώρου, ἰσχνός, ἀδύνατος καὶ ἡμιθανής.

— Καὶ διατί; διότι, κατάλειστος ὑπὸ τοῦ Ἄλῃ Πασᾶ ἐντὸς ὑπογείου καὶ σκοτεινῆς φυλακῆς, δέκα δλόκληρα

ἔτι ἐστερήθη τὰς ἀκτῖνας τοῦ ἡλίου, διὰ τῶν ὁποίων ὁ πανάγαθος Θεὸς ζωογονεῖ τὰ πλάσματα του.

Καθ' ἐκάστην λοιπὸν αὐγὴν πρὸς Ἀνατολὰς, ὡς Ἀνατολικοὶ Χριστιανοί, ἅς στρέφωμεν τοὺς ὀφθαλμούς, καὶ ἅς εὐχαριστῶμεν τὸν Ἵψιστον, τὸν ζωογονοῦντα διὰ τοῦ λαμπροῦ ἐκείνου ἀστέρος τὴν ὕπαρξιν, τὴν ὁποίαν ἐπὶ τῆς γῆς μᾶς ἔδωκεν.

Ἄλλ' ἐξ Ἀνατολῶν δὲν ἐξέρχεται μόνον ὁ εὐεργετικὸς ἥλιος· ἐξ Ἀνατολῶν ἐξῆλθον, καὶ διὰ τοῦ Ἑλληνισμοῦ εἰς τὴν Δυτικὴν Εὐρώπην μετέβησαν τὰ γράμματα, ἡ ποίησις, ἡ φιλοσοφία, ἡ καλλιτεχνία, ὁ πολιτισμὸς, ἡ ἐλευθερία, καὶ ἐπὶ τέλους ὁ Χριστιανισμὸς, αὐτὴ ἡ θεία καὶ ἀληθὴς θρησκεία τῆς Πίστεως, τῆς Ἐλπίδος, τῆς Ἀγάπης, καὶ τῶν καλῶν ἔργων.

Ἄς ἐμμένωμεν λοιπὸν, παιδιὰ μου, πιστοὶ εἰς τὴν Ἀνατολικὴν τοῦ Χριστοῦ μας Ἐκκλησίαν. Ἄν δὲ ὡς Χριστιανοί, καὶ Χριστιανοὶ Ἀνατολικοί, πάσχωμεν καὶ καταδιωκώμεθα, ἅς ὑπομένωμεν μὲ καρτερίαν τὰ πάντα, καὶ ἐπὶ τέλους θέλομεν σωθῆ, θέλομεν θριαμβεύσει. «Ὁ ὑπομείνας εἰς τέλος οὗτος σωθήσεται, εἶπεν ὁ Ἰησοῦς· ὁ δὲ υἱὸς τοῦ Θεοῦ δὲν εἶπεν ἐπὶ τῆς γῆς εἰμὴ ἀληθείας, καὶ ἀληθείας μεγάλας!

#### ΤΑ ἌΝΘΗ.

Ἄφοῦ ἐπὶ τοῦ λόφου ἐθαυμάσαμεν τὴν ὠραίαν τοῦ ἡλίου ἀνατολὴν, ἤρχισαμεν νὰ καταβαίνωμεν πρὸς τὴν πεδιάδα, ἥτις, καταπράσινος καὶ καταστόλιστος ἀπὸ ἄνθη, ἔτι λαμπροτέρᾳ ἐφαίνετο τότε, ὅτε αἱ ἀκτῖνες τοῦ ἡλίου διέλυον τὴν λεπτὴν δρόσον τῆς νυκτός.

— Παρατηρήσατε, εἶπεν ὁ Γεροστάθης, αὐτὸ τὸ πράσινον χρῶμα τῆς πεδιάδος πόσον γλυκύτατον εἶναι, καὶ πόσον τέρπει τὰ ὄμματα! Στρέψατε τοὺς ὀφθαλμοὺς καὶ πρὸς τὸν οὐρανόν, καὶ παρατηρήσατε πόσον εὐχαριστεῖ πόσον ἐξημερώνει τὴν καρδίαν τὸ γαλανόν καὶ ἡμερον χρῶμά του! Ἦθελεν εἶσθαι βεβαίως ἀδύνατον νὰ ἐπιθυμήσωμεν, ἀντὶ τοῦ πρασίνου τῆς πεδιάδος καὶ τοῦ γαλανοῦ χρώματος τοῦ οὐρανοῦ, ἄλλα γλυκύτερα χρώματα. Τόσον δὲ ἀληθὲς εἶναι τοῦτο, ὥστε καὶ ὅσοι ὑποφέρουσιν ὀφθαλμίαν εἰς πράσινα ἢ γαλανὰ χρώματα καταφεύγουσιν πρὸς παρηγορίαν τῶν πασχόντων ὀφθαλμῶν των.

Θεωρήσατε καὶ αὐτὰ τὰ ποικίλα καὶ τερπνότατα ἄνθη! Δι' αὐτῶν ὁ Ὑψιστος ἠθέλησε νὰ διακόψῃ τὴν μονοτονίαν τῆς πεδιάδος, καὶ ὠραιότεραν νὰ καταστήσῃ αὐτήν. Τρέξατε, παιδία μου, καὶ εὐγνώμονα πρὸς τὸν πανάγαθον Θεόν, ὅστις ἐπλασε καὶ σᾶς καὶ τοῦ ἀγροῦ τὰ ἄνθη, συνάξατε ἐξ αὐτῶν, καὶ δοξολογήσατε τὸν Πλάσῃν

Ὁ Γεροστάθης ἐκάθισεν ὑπὸ τὴν σκιὰν δένδρου, ἡμεῖς δὲ ἐσκορπίσθημεν εἰς τὴν πεδιάδα, συνάζοντες ἄνθη.

Ἄφου δὲ ἕκαστος συνέλεξεν ὅσα ἤρσεν, ἠρχίσασμεν νὰ φιλονεικῶμεν τίνος ἦσαν τὰ ὠραιότερα· ἀλλ' ἐπειδὴ ἡ φιλονεικία, ἀντὶ νὰ διαλυθῇ, ἐγένετο ζωηροτέρα, ἐπανήλθομεν πρὸς τὸν γέροντα, διὰ ν' ἀποφασίσῃ ἐκεῖνος τίς συνέλεξε τὰ ὠραιότερα.

Μειδιῶν ὁ Γεροστάθης, εὐκόλως διέλυσε τὴν φιλονεικίαν, εἰπὼν ὅτι ὅλα εἶναι ἐπίσης ὠραῖα καὶ ἀξιοθαύμαστα, διότι εἰς ὅλα ανευρίσκομεν καὶ θαυμάζομεν τὴν σοφίαν, τὴν ἀγαθότητα καὶ τὴν παντοδυναμίαν τοῦ Πλάστου!

Ὁ γέρον μᾶς ἔδειξε τότε τὴν μηχανὴν τοῦ ὥρολογίου  
(ΓΕΡΟΣΤ. ΜΕΡΟΣ. Α΄.)

του, καὶ μᾶς ἠρώτησεν ἂν νομίζωμεν ὅτι ἡ μηχανὴ αὕτη ἐγένετο ἀφ' ἑαυτῆς καὶ κατὰ τύχην.

— Ὄχι βέβαια, ἀπεκρίθημεν ὁμοφώνως, ὁ ὠρολογᾶς τὴν ἔκαμε, καὶ ὄχι ἡ τύχη.

Ὁ δὲ Γεροστάθης μᾶς ἠρώτησε πάλιν ἂν ὠρολογᾶς, μὴ ἔχων νοῦν καὶ δύναμιν, ἠδύνατο νὰ κατασκευάσῃ τὴν μηχανὴν τοῦ ὠρολογίου.

— Ὄχι βέβαια, ἀπεκρίθημεν καὶ εἰς τὴν ἐρώτησιν ταύτην τοῦ γέροντος, ὅστις ἐξηκολούθησε λέγων τὰ ἐξῆς·

— Ἄλλ' ὁ μηχανισμὸς τοῦ ἀπλουστέρου ἄνθους εἶναι ἀσυγκρίτως τελειότερος καὶ πολὺ πλέον ἀξιοθαύμαστος παρὰ τὴν μηχανὴν τοῦ ὠρολογίου μου. Ἐὰν σκεφθῶμεν πῶς ἕκαστον ἄνθος γεννᾶται ἀπὸ τὸν σπόρον του, πῶς αὐξάνει καὶ τρέφεται διὰ τῶν ριζῶν καὶ λεπτοτάτων σωλήνων του, πῶς χρωματίζεται, πῶς εὐωδιάζει, βεβίως θέλομεν πεισθῆ ὅτι ἡ τύχη καὶ τὸ αὐτόματον δὲν ἠδύνατο νὰ γεννήσῃ τοιοῦτον ὀργανικὸν ὄν, καὶ ὅτι διὰ νοῖα καὶ δύναμις ἀσυγκρίτως ἀνώτεραι ἀπὸ τὸν νοῦν καὶ τὴν δύναμιν τοῦ ὠρολογοποιοῦ ἔπλασαν τὰ ἄνθη ταῦτα.

Ἄλλ' ὁ ὀργανισμὸς τῶν ζώων, εἶπεν ὁ γέρων, πόσον ἀνώτερος, πόσον τελειότερος εἶναι!

Πόσον δὲ καταπληκτικὴ καὶ θαυμαστὴ ἡ μεγάλη μηχανὴ τοῦ ὠρολογίου ἐκείνου, τὸ ὁποῖον ὀνομάζομεν *κόσμον*! Ὁ ἥλιος, οἱ πλανῆται, οἱ δορυφόροι αὐτῶν, καὶ ἅλα ἐν γένει τὰ οὐράνια σώματα, κινούμενα εἰς ὄρισμένας γραμμὰς καὶ χρονικὰ διαστήματα, ἁρμονικώτατα δὲ καὶ ἄνευ διακοπῆς περιστρεφόμενα ἐντὸς τοῦ στερεώματος, ἀποτελοῦν αὐτὸ τὸ μέγα καὶ ἐξαισίον τοῦ κόσμου ὠρολόγιον.

Βεβαίως οὔτε ἡ τύχη καὶ τὸ αὐτόματον, οὔτε ὁ περιωρισμένος νοῦς καὶ αἱ μικραὶ δυνάμεις τοῦ ἀνθρώπου ἠδύναντό ποτε νὰ παράξωσι τοιούτους ἐκπληκτικούς ὀργανισμούς, τοιαύτην θεῖαν καὶ ὑπεράνθρωπον ἁρμονίαν.

Νοῦς λοιπὸν ὑπεράνθρωπος, σοφία ὑπερτάτη, καὶ δύναμις ἀκαταμέτρητος ἐδημιούργησαν ταῦτα πάντα· καὶ διὰ τοῦτο *Πάροσορον* καὶ *Παρτοδύναμον* ἀποκαλοῦμεν τὸν Θεόν, τὸν δημιουργὸν τοῦ παντός.

Ὁ Δαυὶδ, ψάλλων τὴν σοφίαν καὶ μεγαλοουργίαν τοῦ Πλάστου, ὀρθότατα ἔλεγε «*Πόσον μεγάλα καὶ θαυμαστά εἶναι τὰ ἔργα Σου, Κύριε! Πάντα ἐν σοφίᾳ ἐποίησας.*»

Καὶ αὐτὸς ὁ Ὀμηρος, ὁ ἀρχαιότερος καὶ μεγαλήτερος ποιητὴς τῶν προγόνων μας, σπουδάσας τὴν φύσιν ὡς οὐδεὶς ἄλλος, συνησθάνθη, καὶ εἰς τὴν Ὀδύσειάν του ἐκήρυξε τὴν παντοδυναμίαν τοῦ Ἰψίστου, εἰπὼν «*Θεός, ... γὰρ δύναται ἅπαντα.*»

Τὰ ἄνθη μᾶς ὑπενθυμίζουν τὴν ἐπὶ τῆς γῆς πανάγαθον παρουσίαν τοῦ Θεοῦ, καὶ ἐπομένως τὰ χρέη τῆς πρὸς αὐτὸν ἀγάπης καὶ εὐγνωμοσύνης. Ἀλλὰ καὶ ἅπασα ἡ φύσις τὴν ὑπαρξίν καὶ παρουσίαν τοῦ Πλάστου μᾶς ποριστᾷ.

Τί ἄλλο εἶναι τῷ ὄντι ἡ φύσις αὕτη, παρὰ ναὸς ἀπεραντος καὶ μεγαλοπρεπῆς, τὸ ἄπειρον μεγαλεῖον τοῦ Θεοῦ παριστάνων; Θόλος τοῦ μεγάλου τούτου ναοῦ εἶναι ὁ ἀπέραντος θόλος τοῦ οὐρανοῦ· λαμπάδες δὲ αὐτοῦ ἄσθεστοι τὰ ἄσβεστα φῶτα τοῦ ἡλίου καὶ τῶν ἀπείρων ἀστέρων! Εὐρισκόμενοι λοιπὸν ἐντὸς τοῦ ναοῦ τούτου, ἅς μὴ παύωμεν σεβόμενοι καὶ δοξολογοῦντες καὶ εὐχαριστοῦντες τὸν Ἰψίστον!

Πάντα τὰ ἔργα τοῦ Θεοῦ ηγάπα καὶ θαύμαζεν ὁ ἀγαθὸς γέρον, ἀλλ' ἰδιαιτέραν κλίσιν εἶχε πρὸς τὰ ἄνθη. Ἡ πρὸς τὰ ἀθῶα δὲ καὶ ὠραῖα ἄνθη ἀγάπη τοῦ γέροντος ἀποχρώντως ἀπεδείκνυε τὴν ὠραιότητα καὶ ἀγαθότητα τῆς ψυχῆς του. Διότι ὅστις θαυμάζει τὸ μεγαλεῖον τῆς φύσεως, καὶ ἀγαπᾷ τὴν ὠραιότητα αὐτῆς, ἀλλαγκαιῶς ἀγαπᾷ καὶ σέβεται τὸν Θεόν, καὶ οὕτως ἀγαθὴν καὶ ἐνάρετον τὴν ψυχὴν του μορφώνει, καὶ εὐτυχῆ τὸν βίον του καθιστᾷ.

#### ΤΑ ΠΤΕΡΑ.

Ὑπὸ τὸ δένδρον, ὅπου ὁ Γεροστάθης ἐκάθητο, εὗρμεν πτερά τινα ὠραῖα, τὰ ὅποια τῷ παρουσιάσαμεν, ὅπως θαυμάσῃ τὸν ζωηρὸν καὶ ποικίλον χρωματισμὸν των.

— Ὁραιότατα τῶ ὄντι εἶναι τὰ χρώματα ταῦτα, μὰς εἶπε, καὶ χαίρω διότι ἀρχίζετε ἤδη νὰ παρατηρῆτε καὶ νὰ θαυμάζητε τὰ ἔργα τοῦ Θεοῦ. Διὰ τῶν λαμπρῶν αὐτῶν χρωμάτων καὶ τὰ πτηνὰ καταστολίζει ὁ Ὑψιστος, καὶ τοὺς ὀφθαλμοὺς ἡμῶν τέρπει. Ἀλλὰ τὰ πτερά, ἐκτὸς τοῦ ὠραίου χρωματισμοῦ των, ἔχουν καὶ ἄλλας ιδιότητας πολὺ πλεόν ἀξιοθαυμάστους, αἵτινες σαφέστατα ἀποδεικνύουν τὴν σοφίαν, τὴν ἀγαθότητα τοῦ Πλάστου, καὶ τὴν σκοπιμότητα τῶν ἔργων αὐτοῦ.

Τὰ πτερά εἶναι τὸ ἐνδύμα, τὸ ὅποιον ὁ Θεὸς ἔδωκεν εἰς τὰ πτηνὰ· διὰ νὰ διατηρῆ λοιπὸν αὐτὰ θεορμὰ ἐν καιρῷ χειμῶνος παρατηρήσατε τὴν ὕλην τοῦ ἐνδύματος τούτου, καὶ θέλετε εὐρεῖ αὐτὴν ὁμοιάζουσαν τὸ βαμβάκιον καὶ τὸ μαλλίον, καὶ ἐπομένως θεορμὴν.

Δὲν ἐφρόντισε λοιπὸν ὁ πλάστης μόνον περὶ τῆς ἐξω-

τερικῆς λαμπρότητος τοῦ ἐνδύματος, ἀλλὰ καὶ περὶ τῆς ἀναγκαίας αὐτοῦ θερμότητος.

Διὰ τῶν πτερῶν προσέτι ἐπρόκειτο τὰ πτηνὰ νὰ πετώσιν. Ἐὰν λοιπὸν τρίχες μαλακαὶ, ἢ ὀστροκοδέρματα σκληρὰ ἐκάλυπτον τὰ πτηνὰ, δὲν ἤθελον ἐμπορεῖ βεβαίως δι' αὐτῶν νὰ διασχίζωσι τὸν ἀέρα· ὅθεν καὶ ἐλαστικά καὶ συγχρόνως στερεὰ ἔπλασεν ὁ Θεὸς τὰ πτερά των, ὅπως εὐκόλως πετώσιν ἀπὸ κλώνου εἰς κλώνον, καὶ ἀπὸ τόπου εἰς τόπον πρὸς ἀνεύρεσιν τροφῆς, κατοικίας καὶ καταλλήλου κλίματος.

Εἰς ὅλα, εἰς ὅλα τὰ ἔργα τοῦ Θεοῦ παρουσιάζεται ἡ Θεία Πρόνοια, ἡ ἀνωτάτη σκοπιμότης καὶ ἡ ἄκρα αὐτοῦ ἀγαθότης! δικαίως λοιπὸν πιστεύομεν καὶ ὁμολογοῦμεν ὅτι πανταχοῦ παρῶν εἶναι ὁ πανάγαθος καὶ πάνσοφος Θεός!

Μετὰ τοὺς λόγους τούτους ἐσιώπησεν, ἴσως διὰ νὰ δώσῃ καιρὸν εἰς τὸν μικρὸν νοῦν μας νὰ χωνεύσῃ τὰς παρατηρήσεις του, εἰς δὲ τὴν καρδίαν μας ν' ἀναπτύξῃ τὰ πρὸς τὸν Πλάστην ὀφειλόμενα αἰσθήματα τῆς ἀγάπης καὶ τῆς εὐγνωμοσύνης.

#### ΤΑ ἈΚΑΡΠΑ ΔΕΝΔΡΑ.

Προχωροῦντες σιωπηλοὶ εἰς τὸν περίπατον ἐπλησιάσαμεν ὠραιοτάτην πλάτανον, περὶ τὰς ρίζας τῆς ὁποίας ἡσύχως ἔόρθε ρυάκιον διαυγέστατον.

Δὲν ἐνθυμοῦμαι δὲ τίς ἐκ τῶν συμμαθητῶν μας εἶπε τότε πρὸς τὸν Γεροστάθην. — Ἄν αὐτὴ ἡ πλάτανος ἦτο δένδρον κάρπιμον, ἠθέλομεν φάγει τῶρα ὀλίγους καρπούς· διατὶ ὁ Θεὸς ἔκαμεν αὐτὰ τὰ ἄκαρπα δένδρα; Καὶ αὐτὸ τὸ ρυάκιον τί χρῶσιμεύει ἐδῶ εἰς τὴν ἐρημίαν;

— Ὁ Θεός, παιδίον μου, ἀπήντησεν ὁ γέρον, ὁ Θεός, ὅστις ἐδημιούργησε καὶ τὴν πλάτανον, καὶ τὸ ρυάκιον, καὶ σέ, καὶ τὸν κόσμον ὅλον, ἐγνώριζε καὶ γνωρίζει πολλὰ περισσότερα καὶ ἀπὸ σέ, καὶ ἀπὸ ἐμὲ, καὶ ἀπὸ τοὺς σοφωτέρους τῶν ἀνθρώπων. Παρατήρησον ἐν τούτοις πόσαι φωλεαὶ πουλίων εἶναι πλεγμέναι ὑπὸ τοὺς κλάδους τῆς πλατάνου ταύτης! Ἄκουσον πόσα πουλάκια, ἀναπαύμενα ἐπὶ τῶν κλώνων τοῦ ἀκάρπου τούτου δένδρου, κελαδοῦν ἁρμονικώτατα, ὑμνοῦντα τὴν ὠραιότητα τῆς ἀνοιξέως! Ἐνθυμήθητι ὅτι ὑπὸ τὰ φύλλα τῆς πλατάνου ταύτης προφυλάττονται τὰ μικρὰ πτηνὰ καὶ ἀπὸ τὴν βροχὴν τοῦ οὐρανοῦ, καὶ ἀπὸ τὴν καῦσιν τοῦ ἡλίου, καὶ ἀπὸ τοὺς ὄνυχας τῶν ἀρπακτικῶν ὀρνέων! Πόσοι δὲ βοσκοὶ, γεωργοὶ καὶ ταξιδιώται, ὅταν ὁ ἥλιος τοῦ θέρους φλογίζῃ, ἔρχονται καὶ ἀναπαύονται ὑπὸ τὴν παχειάν σκιάν τοῦ δένδρου τούτου, καὶ δροσιζόντες τὴν δίψαν των εἰς τὸ διαυγὲς ἐκεῖνο ρυάκιον, δοξολογοῦν τὸν Θεόν! Πόσα δὲ ποίμνια καὶ πόσα πτηνὰ τοῦ οὐρανοῦ δὲν ποτίζει προσέτι τὸ δροσερὸν αὐτὸ ρυάκιον τῆς ἐρήμου!

Αἱ οἰκίαι, ἐντὸς τῶν ὁποίων κατοικοῦμεν, τὰ θρανία, ἐπὶ τῶν ὁποίων ἀναπαύμεθα, καὶ τὰ τραπέζια ἐπὶ τῶν ὁποίων γευόμεθα καὶ γράφομεν καὶ ἀναγινώσκομεν, εἶναι κατεσκευασμένα ἐκ ξύλων καὶ σανίδων, κομμένων ἀπὸ δένδρα ἄκαρπα, ὁποῖα εἶναι αὕτη ἡ πλάτανος. Πόσον δὲ ἠθέλομεν τρέμει ἐν καιρῷ χειμῶνος, ἐὰν τὰ ξύλα τῶν ἀκάρπων δένδρων, καὶ οἱ ἐξ αὐτῶν ἄνθρακες δὲν ἐθέρμαινον τὴν ἐστίαν μας!

Μετὰ τοὺς λόγους αὐτοῦς, ἠρώτησεν ὁ Γεροστάθης τὸν συμμαθητὴν μας ἂν ἐπιμένη θεωρῶν ἀνωφελῆ καὶ

περιττά τὰ βυάκια καὶ τὰ ἄκαρπα δένδρα· τὸ δὲ παιδίων ἀπεκρίθη ὅτι καλῶς ἤδη ἐνόησεν ὅτι καὶ αὐτὰ τὰ ἔργα τοῦ Θεοῦ εἶναι ἀναγκαῖα καὶ ὠφέλιμα.

ΤΑ ἌΓΡΙΑ ΘΗΡΙΑ.

Ἄλλος δὲ ἐκ τῶν μικρῶν φίλων τοῦ Γεροστάθου εἶπε μετ' ὀλίγον πρὸς αὐτόν—Ἐννοῶ καὶ ἐγὼ ὅτι τὰ ἄκαρπα δένδρα χρησιμεύουν, ἀλλ' εἰς τί δύνανται ποτε νὰ χρησιμεύσωσι τὰ ἄγρια καὶ αἰμοβόρα θηρία ;

Δύσκολος ἦτο ἡ ἀπάντησις. Ἄλλ' ὁ Γεροστάθης ὑπέδειξε διὰ λεπτοῦ μειδιάματος ὅτι ἡ ἐρώτησις νύχαρίστησεν αὐτόν. Καὶ πραγματικῶς ἔχειρεν ὁ γέρον, ὅσακις οἱ μικροὶ του φίλοι διὰ τῶν παρατηρήσεων ἢ ἐρωτήσεων τῶν ἐδεικνυον ὅτι ἔθετον εἰς ἐνέργειαν τὸν νοῦν, τὴν κρίσιν, τὴν σκέψιν των, καὶ ὅτι ἐπομένως ἡ ψυχὴ των δὲν ἔκοιμάτο.

— Δὲν εἶναι εὐκολος ἡ ἀπάντησις εἰς τὴν ἐρώτησιν ταύτην, εἶπε τότε ὁ Γεροστάθης· διότι δὲν εἶναι εὐκολον εἰς τὸν μικρὸν καὶ περιορισμένον νοῦν τοῦ ἀνθρώπου νὰ εἰσχωρήσῃ εἰς ὄλας τὰς ἀνεξερευνητοὺς βουλάς τοῦ Ἰψίστου, καὶ νὰ ἀνεύρῃ τοὺς σκοποὺς ὄλων τῶν δημιουργημάτων αὐτοῦ.

Πόσα βότανα, πόσαι ρίζαι ἐθεωροῦντό ποτε ἄχρηστοι καὶ περιτταί, καὶ ὅμως διὰ τῆς σπουδῆς καὶ τῆς πείρας ὁ ἀνθρώπινος νοῦς ἀνεῦρεν ἤδη ὅτι εἶναι διαφόρων ἀσθενειῶν ἰατρικὰ θαυμάσια !

Πόσαι βρύσσεις, ἀναβρούσαι θερμά, πικρά, ἢ ἄλμυρά ὕδατα, ἐθεωροῦντο ἄλλοτε καὶ περιτταί καὶ ἐπιβλαβεῖς, ἐνῶ σήμερον δι' αὐτῶν θεραπεύονται πλείστα ἀσθένεια!

Ποῖος μεταξύ τῶν ἀρχαίων ἐφαντάζετο ὅτι διὰ τοῦ γνωστοῦ των μαγνήτου ἤθελεν ὀδηγηθῆναι ποτε ὁ Κολόμβος εἰς τὴν ἀνακάλυψιν τῆς Ἀμερικῆς, καὶ ὅτι οἱ ἄνθρωποι ἤθελον σήμερον ταξειδεύει τοὺς ἀπεράντους ὠκεανούς, μὴ βλέποντες παρὰ οὐρανὸν καὶ θάλασσαν, μόνον δὲ ὀδηγὸν ἔχοντες μικρὰν μαγνητικὴν βελόνην! Τίς ἐξεύρει, ἔξηκολούθησεν ὁ γέρον, τί θέλει ἀνακαλύψει μετὰ χρόνους ὁ ἀνθρώπινος νοῦς καὶ περὶ τῶν ἀγρίων θηρίων!

Καὶ ὅμως τ' ἄγρια θηρία μ' ἐνθυμίζουσι τοὺς μεθυσμένους Εἴλωτας.

— Ποῖοι ἦσαν οἱ μεθυσμένοι Εἴλωτες; ἠρωτήσαμεν ἀμέσως τὸν γέροντα ὅστις ἀπήντησε τὰ ἑξῆς.

— Ἦσαν δοῦλοι τῶν ἀρχαίων Σπαρτιατῶν, οἵτινες ἐνίοτε ἐμέθυον αὐτούς, καὶ μεθυσμένους τοὺς ἐπεδεικνυον εἰς τοὺς νέους τῆς Σπάρτης, ὅπως ἀποστραφῶσι τὴν μέθην· διότι οἱ ἄνθρωποι, ὄχι μόνον διὰ τῶν καλῶν παραδειγμάτων γίνονται καλλίτεροι, ἀλλὰ πολλάκις καὶ τὴν δυσμορφίαν καὶ τὰς ὀλεθρίας συνεπειὰς τῆς κακίας βλέποντες, ἀποστρέφονται αὐτὴν καὶ βελτιοῦνται.

Θέσας λοιπὸν ὁ Θεὸς τὰ ἄγρια θηρία ἐπὶ τῆς γῆς, ἴσως ἠθέλησε δι' αὐτῶν νὰ μᾶς εἴπῃ· «Σεῖς, ἄνθρωποι, τοὺς ὁποίους καθ' ὁμοίωσίν μου ἔπλασα, καὶ μὲ ψυχὴν λογικὴν καὶ ἀθάνατον ἐπροίκισα, ἐνθυμούμενοι τὰς τίγρεις, τὰς παρδάλεις καὶ τὰ λοιπὰ αἰμοβόρα θηρία, ἀποστράφητε τοὺς σπαραγμούς, τὰ αἵματα, τὴν σκληρότητα· γίνετε δὲ ἡμεροὶ, γλυκεῖς καὶ πρᾶοι! Βλέποντες τοὺς λύκους καὶ τὰ ἀρπακτικὰ ὄρνεα, ἀποστράφητε τὰς ἀρπαγὰς, τὰς κλοπὰς, τὰς ληστείας· γίνετε δὲ τίμιοι, ἐνάρετοι καὶ δίκαιοι! Μὴ εἰσθε φαρμακεροὶ ὡς οἱ

«ὄφεις! Μὴ εἰσθε δόλιοι ὡς αἱ ἀλώπεκες! Ἀποφεύγετε πτᾶς κακίας, καὶ ἐκλέγετε τὰς ἀρετὰς, μιμούμενοι τὰς «μελίσσαι»: ἀκολουθοῦντες δὲ τὸ παραδειγμα τῶν μυρμηκῶν, ἀγαπήσατε τὴν ἐργασίαν νέοι, διὰ νὰ μὴ πεινάσητε γερόντες!»

Ἡ ἀπάντησις αὐτῆ ἀσκετὰ τύχαρίστησε καὶ τοῦ συμμαθητοῦ μας τὴν ἀπορίαν, καὶ τὴν ἰδικὴν μα; πειρομένην περὶ τοῦ σκοποῦ τῶν ἀγρίων ζώων ἐπὶ τῆς γῆς.

#### Ο ΛΙΝΝΑΙΟΣ ΚΑΙ Η ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ ΤΟΥ.

Τὰ φυτὰ καὶ τὰ ἄνθη, τὰ ὅποια σήμερον εἶδομεν, μᾶς εἶπεν ὁ Γεροστάθης, ὅτε ἐπεστρέφομεν ἐκ τοῦ περὶπάτου, μ' ἐνθύμισαν, παιδιὰ μου, τὸν περίφθρον βοτανικὸν Λινναῖον καὶ τὴν βιβλιοθήκην του.

Ὁ Λινναῖος ἐγεννήθη εἰς τὴν Σουηδίαν, ἀφιέρωσε δὲ ὅλην του τὴν ζωὴν εἰς τὴν σπουδὴν τῶν φυτῶν Ὅσον δὲ περισσότερον τὰ ἐσπούδαζε, τόσον περισσότερον ἐθαύμαζεν αὐτά, ἀνευρίσκων τὴν ἀπανταχοῦ παρουσίαν τῆς σοφίας καὶ παντοδυναμίας τοῦ Θεοῦ.

Θεωρήσας δὲ ὅτι εἶναι σωτήριοον εἰς τὴν διαγωγὴν παντὸς ἀνθρώπου νὰ ἐνθυμῆται πάντοτε τὴν ἀπανταχοῦ παρουσίαν τοῦ Ὑψίστου, ἔγραψε μὲ μεγάλα γράμματα ἐπὶ τῆς βιβλιοθηκῆς του τὰς λέξεις αὐτάς: «Ἐσο ἐνὰ ρετος, ὁ Θεὸς παρών.»

Τὰς φρονίμους αὐτὰς λέξεις ἅς ἐγγράψωμεν καὶ ἡμεῖς μὲ χαρακτῆρας ἀνεξαλείπτους εἰς τὸν νοῦν καὶ τὴν καρδίαν μας. Καὶ καθὼς τὸ ἥλιότροπιον τρέπεται πάντοτε πρὸς τὸν ἥλιον, ἐξ οὗ καὶ φῶς καὶ θερμότητα καὶ κῦξιν λαμβάνει, οὕτω καὶ ἡμεῖς ἅς ἔχομεν πάντοτε πρὸς τὸν Θεόν.

σηλωμένον τὸν νοῦν καὶ τὴν καρδίαν εἰς τὸν οὐράνιον ἡμῶν Πιτέρα, ὅστις τὰ πάντα ὑπὲρ ἡμῶν προνοεῖ, καὶ ἡ ζωὴ μας τότε θέλει διέλθει εὐτυχῆς.

«*Ἀγαπήσεις Κύριον τὸν Θεὸν ἐν ὅλῃ τῇ καρδίᾳ σου, καὶ ἐν ὅλῃ τῇ ψυχῇ σου, καὶ ἐν ὅλῃ τῇ διανοίᾳ σου· αὕτη ἐστὶ πρώτη καὶ μεγάλη ἐντολὴ*» εἶπεν ὁ Ἰησοῦς. *Ναί, τέκνα μου, ἡ πρὸς τὸν Θεὸν ἀγάπη εἶναι τὸ πρῶτον θεμέλιον τῆς ἀρετῆς, καὶ ἐπομένως τῆς ἀληθοῦς εὐδαιμονίας.*

#### Ο ΣΩΚΡΑΤΗΣ ΠΕΡΙ ΘΕΟΥ.

Ὁ Λινναῖος ἦτο χριστιανός, ἐξηκολούθησεν ὁ γέρον, ἀλλὰ καὶ αὐτὸς ὁ Σωκράτης, ὁ φιλόσοφος τῶν ἀρχαίων Ἀθηνῶν, ἂν καὶ ἔζη πολλὰ ἔτη πρὸ Χριστοῦ, ἐν τῷ μέσῳ τῆς πολυθεΐας καὶ εἰδωλολατρείας, ὀδηγούμενος ὅμως ἀπὸ τὸν ὀρθὸν λόγον, καὶ παρατηρῶν τὴν ἀξιοθαύμαστον σκοπιμότητα τῶν ἔργων τοῦ Θεοῦ, ἀνεγνώριζε καὶ ὠμολόγει τὴν σοφίαν, τὴν παντοδυναμίαν, τὴν πρόνοιαν καὶ τὴν ἀγαθότητά του. Διαλεγόμενός ποτε μετὰ τινος Ἀθηναίου Ἀριστοδήμου, ἐδίδασκεν αὐτὸν ὅτι ὁ Θεὸς βλέπει τὰ πάντα. εἶναι πανταχοῦ παρῶν, καὶ περὶ πάντων φροντίζει. προσόντα, τὰ ὁποῖα καὶ πᾶς εὐσεβὴς χριστιανὸς ἀποδίδει εἰς τὸν Θεόν. Ἐπομένως ὀρθότατα συνεβούλευεν ὅτι «*Ὅχι μόνον ὁσάκις μᾶς βλέπωσι οἱ ἄνθρωποι, ἀλλὰ καὶ εἰς αὐτὴν τὴν ἐρημίαν ἐὰν εὐρισκώμεθα, πρέπει ἢ ἀποφεύγωμεν τὰ ἀδίκᾳ, τὰ αἰσχροῦ καὶ τὰ ἀνόσια, διότι καὶ ἂν ἄλλος τις δὲν μᾶς βλέπῃ, μᾶς βλέπει ὁ Θεός, ὁ παντεπόπτης καὶ πανταχοῦ παρῶν.*»

Τοιαῦτα φρονῶν καὶ τοιαῦτα διδάσκων ὁ Σωκράτης

περὶ Θεοῦ ἀνεφάνη ὁ ἠθικώτερος καὶ ἐναρετώτερος ἀνὴρ  
τῆς ἀρχαίας Ἑλλάδος.

#### ΑΙ ΣΥΝΕΠΕΙΑΙ ΤΟΥ ΠΕΡΙΠΑΤΟΥ.

Μετὰ τὸν πρῶτον ἐκείνον περίπατον πρώτην φοράν  
καὶ ἐγὼ καὶ οἱ ἄλλοι μικροὶ σύντροφοί μου ἠσθάνθημεν  
εἰς τὸ βάθος τῶν καρδιῶν μας τὰ γλυκύτατα αἰσθήματα  
τῆς ἀγάπης καὶ τῆς εὐγνωμοσύνης πρὸς τὸν εὐεργετικὸν  
Πλάστην καὶ τὸν πανάγαθον ἡμῶν Πατέρα. Ἔως τότε  
δὲν ἠσθανόμεθα, ὡςάκις ὁ λόγος ἦτο περὶ Θεοῦ, εἰμὴ  
αἰσθημά τι φόβου καὶ τρόμου· ἀλλ' ἔκτοτε οὐδὲ μίαν  
στιγμὴν ἐπαύσαμεν ἀγαπῶντες, δοξάζοντες καὶ εὐγνω-  
μονοῦντες τὸν Ὑψιστον. Ἐχοντες δὲ πάντοτε κατὰ  
νοῦν τὸν παντεπόπτην Θεόν, προσείχομεν ποτὲ νὰ μὴ  
εἴπωμεν, νὰ μὴ πράξωμεν, μηδὲ νὰ συλλογισθῶμέν τι,  
τὸ ὅποῖον ἠδύνατο νὰ δυσαρεστήσῃ τὸν οὐράνιον ἡμῶν  
Πατέρα.

Πρὶν ακούσωμεν κατὰ τὸν πρῶτον ἐκείνον περίπατον  
τοὺς λόγους τοῦ καλοῦ Γεροστάθου, καὶ εἰς αὐτὴν τὴν  
ἐκκλησίαν ὡςάκις εὐρισκόμεθα, μόνον τὸ σῶμά μας ἦτο  
παρὸν, μόνον τὰ αὐτία μας ἤκουον, μόνον τὰ χεῖλη μας  
ἐπρόφερον τὰς θείας προσευχάς, ἡ δὲ εὐλάβειά μας δὲν  
ἦτο εἰμὴ ἀπλῆ ἐξωτερικὴ συνήθεια. Μετὰ τοὺς λόγους  
ὁμοῦ τοῦ γέροντος, οὐχὶ μόνον τὸ σῶμα, ἀλλὰ καὶ ἡ  
ψυχὴ μας παρευρίσκετο εἰς τὸν ναόν. Ἐκτοτε αὐτὴ ἤ-  
κουεν, αὐτὴ παρεκάλει, αὐτὴ ἠύχετο καὶ ἐδοξολόγει  
τὸν Ὑψιστον καὶ ἐντὸς καὶ ἐκτὸς τοῦ ναοῦ.

Ὁ Γεροστάθης μᾶς ἔδωκε κατὰ τὴν ἡμέραν ἐκείνην  
ἢ ἀντιγράψωμεν τοὺς ἐφεξῆς δύο στίχους. Συχνάκις δὲ  
μᾶς ἔδιδε τοιοῦτους, οὐχὶ βεβαίως πρὸς ἐπίδειξιν ποιη-

τικῆς φαντασίας, ἢ στιχοουργικῆς ἰκανότητος, διότι οὔτε τὰ προτερήματα τῆς ποιήσεως καὶ στιχοουγίας εἶχον, οὔτε τὴν ἐπίδειξιν ἠγάπα, ἀλλὰ διότι ἐνόμιζεν ὅτι διὰ τοῦ ῥυθμοῦ καὶ τῆς ὁμοιοκαταληξίας ἤθελον ἐντυπώνεσθαι εὐκολώτερα εἰς τὴν μνήμην μας τὰ ὠφέλιμα παραγγέλματα. Καὶ οἱ Κρήτες καὶ ὁ νομοθέτης τῶν Ἀθηνῶν Σόλων ἐστιχοῦργουν τοὺς νόμους των, ὅπως οἱ πολῖται ἐνθυμῶνται αὐτοὺς εὐκολώτερα.

Ἴδου οἱ στίχοι τοῦ Γεροστάθου·

• *Ἄν εἰς τὴν καρδίαν ἔχῃς κ' εἰς τὸν νοῦν σου τὸν Θεόν,  
• Πληρῆς παντοτε θὰ ἦσαι οὐρανίων αγαθῶν.* ♣



### ΔΙ ΚΟΚΚΙΝΑΙ ΠΑΡΕΙΑΙ.

• *Εὐ τὸ σῶμα ἔχειν καὶ τὴν ψυχὴν.*»  
(Κλεοδούλου.)

**Κ**ΑΤΑ τὸν ποῦτον προῦνὸν περίπατον εἶδομεν τὸν Γεροστάθην πηδῶντα χάνδακας καὶ ρυάκια, περιπατοῦντα καὶ τρέχοντα ὡς νέον, καὶ ἐλαφρότατα ἀναβαίοντα τοὺς ἀνηφόρους. Ἐγνωρίζομεν δὲ ὅτι ὁ γέρων ἦτο ἤδη ἰσοδομηκοντούτης, ἂν καὶ αἱ παρειαὶ τοῦ ἦσαν πάντοτε ῥοδοκκκινοί.

Ἦσεν ἡμέραν τινὰ ὁ συμμαθητὴς μας Κωνσταντῖνος ἠρώτησεν αὐτὸν πῶς, ἂν καὶ προβεβηκῶς τὴν ἡλικίαν, ἐξηκολούθει νὰ ἦναι τόσοσ ὑγιής, δυνατὸς καὶ ἀκουρατὸς; Ἐγέλασεν ὁ γέρων καὶ, ἀντὶ ν' ἀπαντήσῃ, μᾶς ἠρώτησεν ἂν ἡ υγεία μᾶς ἀρέσκη. — Βεβαίως τῷ ἀπεκρίθημεν. — Καὶ διατί; εἶπε. — Διὰ νὰ μὴ ἀσθενῶμεν,

τῷ ἀπεκρίθημεν. — Καί ποῖα τὰ κακὰ τῶν ἀσθενειῶν  
μᾶς ἠρώτητε πάλιν ὁ γέροντα.

— Ὅσακις ἀσθενῶμεν, μᾶς περιορίζουν εἰς τὸ κρεβ-  
βάτιον, καὶ χάνομεν τὴν ἐλευθερίαν καὶ τὰς διασκε-  
δάσεις, μᾶς ποτίζουν ἰατρικὰ πικρὰ καὶ ἄνοστα, καὶ  
δὲν μᾶς δίδουν τὴν συνήθη τροφήν. Ἴδου τὰ κακὰ τῶν  
ἀσθενειῶν, εἶπομεν πρὸς τὸν γέροντα.

Ἄλλ' αὐτὸς παρετήρησεν ὅτι ἐλησμονήσαμεν καὶ  
ἄλλα κηκὰ, τὰ ὅποια παρακολουθοῦν τὰς ἀσθενείας.

— Ὅταν ἀσθενῆτε, καὶ τὸ σῶμά σας ὑποφέρει, μᾶς  
εἶπε, καὶ ὁ νοῦς σας δὲν φωτίζεται καὶ οἱ μὲν γονεῖς  
τας, μελγχολικοὶ καὶ ἀνήσυχοι, ἀγρυπνοῦν πολλάκις  
νύκτας ὀλοκλήρους πλησίον σας, σεῖς δὲ κινδυνεύετε καὶ  
ν' ἀποθάνητε πάρωρα, πρὶν δυνηθῆτε νὰ ἐκπληρώσητε  
ὅσα χροσωστεῖτε καὶ πρὸς τοὺς γονεῖς, καὶ πρὸς ὑμᾶς αὐ-  
τούς, καὶ πρὸς τὴν πατρίδα. Ἡ φρόνησις λοιπὸν ἀπαιτεῖ,  
ὅσακις ἀσθενῶμεν, καὶ τὰ ἰατρικὰ μὲ ὑπομονὴν καὶ  
γενναϊότητα νὰ λαμβάνομεν, καὶ τὴν νηστείαν νὰ ὑποφέ-  
ρωμεν, καὶ ὅλας τὰς παραγγελίας τοῦ ἱατροῦ προθύμως  
νὰ ἐκτελῶμεν, διὰ ν' ἀνακτῶμεν ταχέως τὴν υγείαν.

Ἄλλὰ πρὸ πάντων ἡ φρόνησις ἀπαιτεῖ νὰ προλαμ-  
βάνομεν τὰς ἀσθενείας, καὶ ἀντὶ νὰ ἐνθυμώμεθα τὴν  
ἰξίαν τῆς υγείας μόνον ὅσακις ἀσθενῶμεν, πολὺ φρονι-  
μώτερον εἶναι νὰ ἐνθυμώμεθα τὰ δεινὰ τῶν ἀσθενειῶν  
ἐνόςῳ ὑγιαίνομεν.

Δὲν εἶναι εὐτυχὲς τὸ λαμπροστολισμένον σῶμα, ἔλεγ-  
πολὺ φρονίμως ὁ ἀρχαῖος φιλόσοφος τῆς Ἑλλάδος Ἀρι-  
στοτέλης, ἀλλὰ τὸ χαῖρον υγείαν. Ἄς ἐπιθυμῶμεν λοι-  
πὸν τὸν στολισμὸν τῆς υγείας, καὶ οὐχὶ τοῦ ἔξωτε.

στολισμούς, οἵτινες εἶναι ὅλως περιττοί. Τότε δὲ διηγήθη τὸ ἑξῆς·

### Ο ΖΑΧΑΡΙΑΣ ΚΑΙ Ο ΠΑΡΑΛΥΤΙΚΟΣ ΠΛΟΥΣΙΟΣ

Νέος τις, Ζαχαρίας καλούμενος, ὅστις εἶχε μείνει ὄρφανός πατρός, ἐτοποθετήθη ὑπὸ τῆς μητρὸς του παρὰ τινι κηπουρῷ, ὅπου μετ' ἐπιμελείας ἐργαζόμενος ἐκέρδιζε καὶ δι' ἑαυτὸν καὶ διὰ τὴν ἀγαθὴν του μητέρα τὸν ἐπιούσιον ἄροτον.

Εὐρωστος ὢν καὶ ὑγιής, οὐδὲ τὴν ἐργασίαν οὐδὲ τοῦς κόπους ἀπεστρέφετο· ἀλλ' ἐπιστρέφων τὴν ἐσπέραν εἰς τὴν μητρικὴν καλύβην κατακουρασμένος ἀπὸ τὰς κηπουρικὰς ἀσχολίας, συνείθιζε νὰ παραπονήται κατὰ τῆς τέχης, ἣτις αὐτὸν μὲν κατεδίκασεν εἰς πτωχείαν, εἰς ἄλλους δὲ ἀφθόνως ἐπέχυσε τὰ ἀγαθὰ της.

Εἰς μάτην ἢ σεβασμῖα γοαῖα ἀντέκοιουσ τὰ παρόπινα τοῦ υἱοῦ της, προσπαθοῦσα νὰ κατκτείσῃ αὐτὸν ὅτι τὸ πρῶτιστον δῶρον εἶναι ἡ καλὴ ὑγεία, καὶ ὅτι ὁ χαίρων αὐτὴν πρέπει νὰ δοξάζῃ τὸν Ὑψιστον, διότι πολὺ εὐτυχέστερος εἶναι ὁ πτωχὸς καὶ ὑγιής, παρὰ ὁ πλούσιος καὶ ἀσθενής. Ἀλλ' ὁ Ζαχαρίας ἐξηκολούθει τὴν μὲν ὑγείαν του νὰ μὴ ἐκτιμᾷ ποστηκόντως, νὰ ζηλεύῃ δὲ τὰ πλούτη, τὰ ὅποια δὲν εἶχεν.

Ἐσπέραν ὅμως τινὰ ἐπιστρέφων εἰς τὴν κατοικίαν του, καὶ ἰδὼν μακρόθεν τὴν μητέρα του, καλλιμένην ἐνώπιον τῆς θύρας, ἤρchiσε νὰ τρέχῃ πρὸς αὐτὴν φωνάζων

—Ἐνίκησας, ἐνίκησας, ὦ μητερ, ὁμολογῶ ὅτι ἔχεις δίκαιον· καλλίτερον πτωχὸς καὶ ὑγιής, παρὰ πλούσιος καὶ ἀσθενής!

— Τί ἔπαθες; τὸν ἠρώτησεν ἡ μήτηρ του· πῶς ἐπιτέλους μετέβαλες γνώμην; Ὁ δὲ Ζαχαρίας διηγήθη πρὸς τὴν μητέρα του τὰ ἐξῆς·

— Ἐρχόμενος τῶρα ἀπὸ τὸ περιβόλιον, ἐπέρασα ἔμπροσθεν τοῦ μεγάλου ξενοδοχείου. Ἐκεῖ ἦτο κόσμος πολὺς συνηγμένος. Ἐπλησίασα καὶ ἐγὼ διὰ νὰ ἴδω περὶ τίνος πρόκειται. Παρετήρησα λοιπὸν εἰς τὴν θύραν τοῦ ξενοδοχείου μεγάλην καὶ λαμπρὰν ἄμαξαν, καὶ τέσσαρας λαμπροφορεμένους ὑπηρέτας, προσπαθοῦντας νὰ ἐκβάλωσί τι ἐκ τῆς ἀμάξης. Ἐπὶ τέλους ἐξήγαγον ἓνα δυστυχῆ, τὸν ὁποῖον ὡς νεκρὸν μετέφερον ἐπὶ τῶν βραχιόνων των ἐντὸς τοῦ ξενοδοχείου. Ἦτο ὁ ἄθλιος ἰσχνὸς καὶ κατὰ χλωμος, οἱ ὀφθαλμοὶ του νεκροί, αἱ χεῖρες καὶ οἱ πόδες του ἀναίσθητοι καὶ παραλελυμένοι.

Ἦκουσα δὲ ὅτι ἦτο βαθύπλουτος εὐγενῆς τῆς Ἀγγλίας, ὅστις, μὴ ἀφιερωθείς εἰς ἐργασίαν τινὰ καὶ ἐνασχόλησιν ὠφέλιμον, παρεδόθη ἐκ νεότητός του εἰς τὰς ἀγκάλας τῆς παραλυσίας, καὶ βαθμηδὸν κατήνησεν ἀσθενῆς καὶ παραλυτικὸς, ὥστε τῶρα δὲν δύναται οὔτε τὰς χεῖρας καὶ τοὺς πόδας του νὰ μεταχειρισθῆ, οὐδὲ νὰ κοιμηθῆ καὶ νὰ φάγῃ εὐχαρίστως.

Ἀμέσως ἐνθυμήθην τοὺς λόγους σου, ὦ μήτηρ, καὶ ἐνῶ ἔτρεχον πρὸς σὲ δρομαίως, ἐλυπούμην τὸν δυστυχῆ ἐκεῖνον, ὅστις ὄχι μόνον νὰ τρέξῃ, ἀλλ' οὐδὲ νὰ σταθῆ εἰς τοὺς πόδας του δύναται.

Ὁ Ζαχαρίας ἔκτοτε ἀνεγνώρισεν ὅτι ἡ ὑγεία εἶναι τὸ πρῶτιστον τῶν ἐπιγείων ἀγαθῶν, καὶ ἐπομένως ἤρχισε νὰ ἐκτιμᾷ καὶ νὰ προσέχῃ αὐτήν, νὰ δοξάζῃ δὲ καὶ νὰ εὐχαριστῆ τὸν Ἰῆσυστον, ὅστις, ἂν δὲν τῷ ἔδωκε πλοῦτην,

τῷ ἐχάρισαν ὁμῶς ὑγείαν, δι' ἧς τὰ πλοῦτῃ ἀποκτῶνται.

### ΤΟ ΟΡΓΑΝΟΝ ΤΗΣ ΨΥΧΗΣ

— Ἐάν ποτε, εἶπεν ἀκολούθως ὁ Γεροστάθης, σὰς χαρίσω ἐν καθαρὸν καὶ χρυσοδεμένον βιβλίον, ὡς δεῖγμα τῆς ἀγάπης μου, καὶ μετὰ τινὰς ἡμέρας τὸ ἴδω ἐρριμμένον κατὰ γῆς, ρυπαρὸν καὶ ἐσχισμένον, νομίζετε ὅτι ἤθελον εὐχαριστηθῆ;

— Ὅχι βέβαια, ἀπεκρίθημεν, ἠθέλετε δυσαρροσηθῆ καὶ ἀγανακτήσει καθ' ἡμῶν διὰ τὴν ἀκαταστασίαν μας καὶ τὴν περιφρόνησιν τοῦ δώρου σας.

— Ἄλλ' ὁ Θεός, ἐπανέλαθεν ὁ γέρον, μᾶς ἐχάρισε δῶρα ἀσυγκρίτως πολυτιμότερα· αὐτὸς μᾶς ἐπροίκισε μὲ σῶμα θαυμάσιον, καὶ μὲ ψυχὴν ἀθάνατον. Ἄν λοιπὸν δὲν φροντίζομεν περὶ τῆς ὑγείας τοῦ σώματος καὶ τῆς ψυχῆς βεβαίως ἀμαρτάνομεν ἐνώπιον τοῦ Θεοῦ, καὶ δυσαρροστοῦμεν αὐτόν.

Μόνον ἐάν ἔχωμεν ψυχὴν ὑγιᾶ ἐντὸς σώματος ὑγιούς, δυνάμεθα νὰ εἴμεθα ἀληθῶς εὐτυχεῖς.

Ἐνῶ λοιπὸν διὰ τῶν γραμμάτων καὶ διὰ τῆς θρησκείας προσπαθοῦμεν νὰ φωτίζομεν τὸν νοῦν, καὶ νὰ μορφωνοῦμεν ἐνάρετον τὴν ψυχὴν, ἅς μὴ λησμονῶμεν καὶ τὸ σῶμα, τὸ ὁποῖον εἶναι τὸ ὄργανον τῆς ψυχῆς.

Ὅταν τὸ ὄργανον τῆς γραφῆς ᾖ κακόν, κακὰ θέλουν εἶσθαι· βεβαίως καὶ ὅσα δι' αὐτοῦ γράφητε. Τοιοῦτοτρόπως καὶ ὅταν τὸ σῶμα ᾖ ἀσθενὲς καὶ ἄθλιον, ἄθλια καὶ ἀσθενεῖς θέλουν εἶσθαι καὶ τῆς ψυχῆς αἱ ἐνέργειαι.

Διὰ τοῦ ἐγκεφάλου ἡ ψυχὴ σκέπτεται, διὰ τῶν νεύρων αἰσθάνεται, καὶ διὰ τῶν μυῶνων κινεῖ τὰ διάφορα μέλη

τοῦ σώματος εἰς τὴν ἐργασίαν καὶ εἰς τῆς πατρίδος τὴν υπεράσπισιν. Ἄλλ' ὅταν τὸ σῶμα πάσχη, τότε καὶ ὁ ἐγκέφαλος, καὶ τὸ νευρικὸν σύστημα, καὶ οἱ μυῶνες συμπάσχουν· ἐπομένως καὶ ἡ σκέψις τότε χωλαίνει, καὶ ἡ αἴσθησις ἐξασθενεῖ, καὶ ἡ ἐργασία παύει, καὶ ἡ πατρις ὑποφέρει.

Τὸ ἀνθρώπινον σῶμα εἶναι ναός, ἐντὸς τοῦ οὐοίου ὁ Θεὸς ἔθεσε τὴν ψυχὴν, ὡς εἰκόνα αὐτοῦ. Ἄς φροντίζωμεν λοιπὸν καὶ περὶ τοῦ ναοῦ καὶ περὶ τῆς ἐν αὐτῷ εἰκόνας. Ποτὲ δὲ ἄς μὴ πράττωμεν ἢ διανοώμεθα τι, δυνάμενον νὰ βεβηλώσῃ τὴν ιεροτῆτα τοῦ ναοῦ, ἢ τὴν ἀγιότητα τῆς εἰκόνας! Μετὰ τινα δὲ διακοπὴν διηγῆθη τὰ ἐξῆς.

## ΜΗΑΕΝ ΑΓΑΝ. - ΠΑΝ ΜΕΤΡΟΝ ΑΡΙΣΤΟΝ.

Οἱ ἀρχαῖοι Σπαρτιᾶται ἐφρόντιζον πολὺ περὶ τῆς σωματικῆς ὑγείας τῶν τέκνων των, διότι ἐπεθύμουν νὰ ἔχη ἡ πατρις τέκνα ἀνδρεῖα, ἄξια νὰ τὴν ὑπηρετῶσι προπόντως.

Ἀρχίζοντες δὲ τὰς φροντίδας των ἀπὸ τῆς βρεφικῆς ἡλικίας, ἔλουον μὲ κρασίον τὰ βρέφη των, διὰ νὰ ἐνδυναμόνωσιν αὐτά· δὲν μετεχειρίζοντο σπάργανα, ὅπως τὰ μέλη των ἀναπτύσσονται ἐλεύθερα· τὰ συνείθιζον δὲ εἰς δίαιταν ἀπλουστάτην, καὶ εἰς τὴν ἀφοβίαν τοῦ σκότου καὶ τῆς μοναξίας. Ἄλλὰ δυστυχῶς οἱ Σπαρτιᾶται τόσον πολὺ ἐφρόντιζον περὶ τῆς ὑγείας καὶ τῆς ἀνδρίας, ὥστε κατήτησαν εἰς ἐγκληματικὴν ὑπερβολὴν· διότι διηγούνται ὅτι, ἅμα γεννώμενον βρέφος εἰς τὴν Σπάρτην, ἐφέρετο καὶ ἐξετάζετο εἰς τινα Λέσχην· καὶ, ἂν μὲν ἐφαίνετο ῥωμαλέον καὶ καλῶς μορφωμένον, ἐπεστρέφετο εἰς τοὺς γονεῖς, ὅπως φροντίσωσι περὶ αὐτοῦ· ἂν δὲ εὕρισκετο

(ΓΕΡΟΣΤ. ΜΕΡΟΣ Δ')

3

ἀδύνατον καὶ παραμορφωμένον ἐρρίπτετο ἐντὸς βαράθρου εἰς τὸ ὕρος τοῦ Ταυγέτου. Ὅποια σκληρότης! ὅποια ἀπανθρωπία! ἔλησμόνουν οἱ Σπαρτιᾶται ὅτι καὶ αὐτὰ τὰ ἀδύνατα καὶ παραμορφωμένα βρέφη ἦσαν ἔμψυχα πλάσματα τοῦ Θεοῦ!

Ἡ ὑπερβολή, εἶπεν ὁ Γεροστάθης, εἶναι πάντοτε κακόν, καὶ πρέπει νὰ τὴν ἀποφεύγωμεν. Τὰ ὠραιότερα προτερήματα, ὅταν καταντήσωσιν εἰς ὑπερβολήν, μεταβάλλονται εἰς ἔλαττώματα.

Ὁ καθ' ὑπερβολὴν φροντίζων περὶ τῆς ὑγείας του, καταντᾷ ὑποχονδριακός, φιλάσθενος, ἢ ἐγκληματίας, ὡς οἱ Σπαρτιᾶται.

Ἄς ἐνθυμώμεθα λοιπὸν πάντοτε τὰς δύο σοφὰς καὶ σωτηρίου συμβουλὰς τῶν προπατόρων ἡμῶν, «Μηδὲν ἄγαν,» καὶ «Πᾶρ μέτρον ἄριστον,» καὶ ἄς ἀποστρεφώμεθα πᾶσαν ὑπερβολήν.

Καὶ ὁ μέγας φιλόσοφος Ἀριστοτέλης, λέγων «ἡ σωφροσύνη ὑπὸ τῆς μεσότητος σώζεται,» μᾶς συμβουλεύει ν' ἀποφεύγωμεν τὰ ἄκρα, καὶ ν' ἀκολουθῶμεν τὴν μέσην ὁδόν, ὡς τὴν μόνην σωτήριον.

#### Ο ΦΙΛΟΣ ΚΑΙ ΑΙ ΤΡΕΙΣ ΦΙΛΑΙ ΤΟΥ ΓΕΡΟΣΤΑΘΟΥ.

Μετὰ τὰ ἀνωτέρω ὁ Γεροστάθης μᾶς εἶπεν ὅτι τὴν καλὴν του ὑγείαν, τὰς κοκκίνας παρείας του, καὶ τὴν διατήρησιν τῶν σωματικῶν του δυνάμεων χρεωστῆ εἰς *ἓνα φίλον* καὶ *τρεις φίλας*, εἰς τὴν φίλαν τῶν ὁμοίων ἐκ παιδικῆς του ἡλικίας ἔμεινε καὶ μένει πιστός.

Παρακαλέσαμεν τότε τὸν γέροντα νὰ μᾶς εἴπῃ τίς ὁ φίλος, καὶ τίνες αἱ τρεῖς φίλαι αὐτοῦ;

Αὐτὸς δὲ μειδιάσας, μᾶς ὑπεσχέθη ὅτι θέλει προσπαθήσει νὰ συμφιλιώσῃ καὶ ἡμᾶς μετ' αὐτῶν, διὰ νὰ ζήσωμεν καὶ ἡμεῖς ὑγιεῖς καὶ εὐρωστοὶ ὡς ἐκεῖνος.

— Κατὰ τὸ παρὸν δὲ μάθετε μόνον ὅτι ὁ μὲν φίλος μου εἶναι ἀόρατος, ἀλλ' εἰς ἄκρον εὐάρεστος· ἐκ δὲ τῶν τριῶν, ἡ μὲν πρώτη φίλη μου εἶναι καθαρὰ ὡς ἡ χιών, ἡ δευτέρα ἑλαφρά, εὐκίνητος καὶ ἀνδρεία, ἡ δὲ τρίτη σκεπτική, κρατοῦσα εἰς τὰς χεῖρας χαλινὸν ὡς σύμβολόν της.

Εἰπὼν δὲ ταῦτα ὁ καλὸς γέρον, μᾶς ἀπεχωρίσθη διὰ τοῦ ἀκολούθου διστίχου

«Ψυχῆς καὶ σώματος ἡ ὑγεία  
«Εἶν' ἡ ἐπίγειος εὐτυχία!»



### Η ΑΟΡΑΤΟΣ ΤΡΟΦΗ.

Οἱ τῶν παιδῶν διδάσκαλοι ἀνογιέτωσαν τὰ σχολεῖα, τοῦ ἡλίου ἀνατέλλοντος.

(Σόλωνος.)

**Α**ΦΟΙ ὁ Γεροστάθης μᾶς εἶπεν ὅτι καὶ τὴν καλὴν του ὑγείαν καὶ τὰς σωματικὰς του δυνάμεις χρεωστεῖ εἰς τὸν ἀόρατον φίλον του καὶ εἰς τὰς τρεῖς φίλας του, δὲν ἐπαύομεν παρακαλοῦντες αὐτὸν νὰ μᾶς φανερώσῃ καὶ τὸν φίλον καὶ τὰς φίλας αὐτοῦ.

Ἐσκιρτήσαμεν δὲ ἀπὸ χαράν, ὅτε, μετὰ τὸ μεσημέριον τῆς προσεχοῦς Κυριακῆς, ἐνῶ μᾶς ὠδήγει ἐπὶ τινος καταπρασίνου καὶ κατασκίου βουνοῦ, μᾶς ὑπεσχέθη ὅτι ἐκεῖ ἀσχόπευε νὰ μᾶς γνωστοποιήσῃ τὸν ἀόρατον φίλον τῆς καλῆς του ὑγείας.

Ὅτε ἐπὶ τῆς κορυφῆς τοῦ βουνοῦ ἐφθάσαμεν, ἤσθάνθη-

μεν ἑσωτερικὴν εὐχαρίστησιν, ἐλαφρότερον τὸ σῶμα, καὶ ζωηροτέραν τὴν ἀναπνοήν, εὐθυμοὶ δὲ καὶ ζωηροὶ ἐπιτῶμεν καὶ ἐτρέχομεν.

— Πόθεν αὐτὴ ἡ εὐθυμία καὶ ἡ ζωηρότης; μᾶς ἠρώτησεν ὁ γέρον.

— Δὲν ἐξεύρομεν καὶ ἡμεῖς, ἀπεκρίθημεν, ἀλλ' ἡ κορυφὴ τοῦ βουνοῦ πολὺ μᾶς εὐχαριστεῖ.

— Δὲν σᾶς εὐχαριστεῖ ἡ κορυφὴ τοῦ βουνοῦ, ἐπανέλαβεν ὁ Γεροστάθης, ἀλλ' ὁ ἀόρατος φίλος μου, ὅστις κατοικεῖ ἐπὶ τῆς κορυφῆς ταύτης.

Οἱ λόγοι αὐτοὶ τοῦ γέροντος μᾶς ἐξίππασαν, καὶ οἱ ὀφθαλμοὶ μας ἐστράφησαν ὀλόγυρα, ὅπως ἀνεύρωσι τὸν ἀόρατον φίλον, ἢ τὴν κατοικίαν αὐτοῦ.

Ὁ δὲ Γεροστάθης μᾶς εἶπε — Μὴ τρομάζετε, παιδιὰ μου, ὁ ἀόρατος φίλος μου εἶναι ὁ καθαρὸς ἀήρ, τὸν ὁποῖον ἐπὶ τῆς κορυφῆς τοῦ βουνοῦ τούτου ἀναπνέετε· αὐτὸς σᾶς εὐχαριστεῖ, αὐτὸς καθιστᾷ τὰ μέλη σας ἐλαφρὰ καὶ εὐκίνητα, καὶ τὴν ἀναπνοήν σας τόσον εὐφρόσυνον. Ἄν συμφιλιωθῆτε καὶ σεῖς μετὰ τοῦ καθαροῦ ἀέρος, ἂν τὸν ἀγαπήσητε ὅσον τὸν ἠγάπησα καὶ τὸν ἀγαπῶ, διὰ τῆς φιλίας αὐτοῦ θέλετε ἀποφύγει κατὰ τὴν διάρκειαν τῆς ζωῆς σας πολλὰς ἀσθενείας, πολλὰ ἰατρικὰ καὶ πολλὰ βάσανα.

#### ΑΙ ΑΝΑΘΓΜΙΑΣΕΙΣ.

— Ἄλλ' ὅποιαν σχέσιν ἔχει ὁ ἀήρ μετὰ τὴν ὑγιάν; ἠρωτήσαμεν τὸν Γεροστάθην.

— Ὁ ἀήρ, μᾶς ἀπήνησεν, εἶναι ἡ πρωτίστη καὶ ἀναγκαϊότερα τροφὴ τοῦ ἀνθρώπου. Πολλοὶ ἐξ ἄσθεναν καὶ

ζῶσι τρώγοντες μόνον χόρτα, καὶ αποφεύγοντες τὴν κρεοφαγίαν ὡς σκληρὰν καὶ θηριώδη. Πολλοὶ ἠμπόρουν καὶ ἐμποροῦν νὰ ζήσωσι καὶ ἄνευ οὐδεμιᾶς τροφῆς ἐπὶ ἰκανὰς ἡμέρας· ἀλλ' οὐδεὶς δύναται νὰ ζῆσῃ οὐδὲ μίαν μόνην ὥραν, ἐὰν παύσῃ γευόμενος τὴν ἀόρατον αὐτὴν τροφήν, ἐὰν δηλαδὴ παύσῃ ἀναπνέων ἀέρα.

Ἄπο τῆς στιγμῆς, καθ' ἣν γεννώμεθα, μέχρι τῆς στιγμῆς, καθ' ἣν ἀποθνήσκομεν, ἔχομεν ἀνάγκην ἀκατάπαυστον τοῦ ἀέρος, διότι διὰ τῆς ἀναπνοῆς αὐτοῦ ζωογονεῖται ἐντὸς τῶν πνευμόνων τὸ αἷμα, καὶ οὕτω γίνεται κατάλληλον πρὸς διατροφήν καὶ διατήρησιν τοῦ σώματος καὶ τῆς ζωῆς.

Ἄν λοιπὸν ἀναπνέωμεν καθαρὸν ἀέρα, καὶ τὸ αἷμα τότε γίνεται καθαρὸν, καὶ ἡ κυκλοφορία τοῦ ζωηροτέρου, καὶ τὸ σῶμα ἐπομένως ἀποκαθίσταται ὑγιές, ζωηρὸν, καὶ εὐθυμον. Ἄν δὲ ἀναπνέωμεν ἀκάθαρτον, ὑγρὸν, ἢ μεμολυσμένον ἀέρα, καὶ τὸ σῶμα μολύνεται, καὶ ἡ ὑγεία μας πάσχει καὶ ἀφανίζεται, ἀπαράλλακτα καθὼς ὅταν τρώγωμεν βλαβεράς καὶ ἀκαθάρτους τροφάς.

Τότε δὲν ἐνθυμοῦμαι τίς ἐξ ἡμῶν εἶπεν — Ἄφοῦ ὁ ἀὴρ ἦναι ἀόρατος, πῶς εἶναι δυνατόν νὰ διακρίνωμεν τὸν καθαρὸν ἀπὸ τὸν ἀκάθαρτον, διὰ τὸ ἀναπνέωμεν τὸν καθαρὸν, καὶ ἀποφεύγωμεν τὸν ἀκάθαρτον;

— ὦ! βέβαια, ἀπεκρίθη ὁ γέρον, διὰ τῶν ὀφθαλμῶν δὲν δυνάμεθα νὰ διακρίνωμεν τὰς ἀκαθαρσίας καὶ τὰ μολύσματα τοῦ ἀέρος· ἀλλὰ πολὺ καλὰ δυνάμεθα νὰ διακρίνωμεν τὰ ἀντικείμενα, τῶν ὁποίων αἱ κακαὶ ἀναθυμιάσεις μολύνουν αὐτόν.

Ἐξ ὅλων σχεδὸν τῶν σωμάτων ἀποχωρίζονται μικρὰ

καὶ ἀφανῆ μόρια, τὰ ὅποια ἀναμιγνύονται μὲ τὸν πέριξ ἀέρα· αὐτὰ δὲ τὰ ἐξατμιζόμενα μόρια λέγονται ἀναθυμιάσεις.

Πολλάκις αἱ ἀναθυμιάσεις αὗται εἶναι βλαβεραὶ καὶ θανατηφόροι. Τοιαύτας ἐπικινδύνους ἀναθυμιάσεις προξενοῦν οἱ βάλτοι καὶ ὄλα τὰ ἀκίνητα καὶ λιμνάζοντα ὕδατα, τὰ πτώματα τῶν ζώων, τὰ νεκροταφεῖα, τὰ ὑπορικὰ καὶ ὄλαι αἱ φυτικά οὐσίαι ὅταν σήπωνται, καὶ ἐν γένει πᾶσα ἀκαθαρσία καὶ δυσωδία ἐπιβλαβῆ καθιστᾷ εἰς τὴν ὑγίαν τὸν πέριξ αὐτῆς ἀέρα.

Εἰς τὰς ἐξοχάς, εἰς τὰς ὑψηλὰς θέσεις, καὶ μάλιστα ὅπου εἶναι δένδρα, ὁ ἀήρ εἶναι καθαρώτερος καὶ ἐπομένως ὑγιεινότερος, παρὰ εἰς τὰς πόλεις, ὅπου καὶ τὰ δένδρα σπανιώτερα, καὶ αἱ ἀκαθαρσίαι περισσότεραι. Δι' αὐτὸ ἐν γένει οἱ χωρικοὶ εἶναι ὑγιέστεροι καὶ πλέον ῥοδοκόκκινοι παρὰ τοὺς κατοίκους τῶν πόλεων· δι' αὐτὸ οἱ ἀσθενοῦντες εἰς τὰς πόλεις στέλλονται ὑπὸ τῶν ἰατρῶν εἰς τὰς ἐξοχάς διὰ νὰ ἀναλάβωσιν.

Εἰς ὅσας δὲ πόλεις αἱ ὁδοὶ εἶναι ἀκάθαρτοι καὶ στεναί, καὶ ἐπομένως αἱ βλαβεραὶ ἀναθυμιάσεις πολλαί, καὶ ἡ ἀνανέωσις τοῦ ἀέρος δύσκολος, τὰ δὲ σφαγεῖα τῶν ζώων καὶ τὰ νεκροταφεῖα κείνται ἐντὸς αὐτῶν, αἱ δὲ ἀκαθαρσίαι δὲν ἐξέρονται δι' ὑπογείων ὑπονόμων, ἐκεῖ ὁ ἀήρ μολύνεται, ἀσθένειαι δὲ ἐπιδημικαὶ καὶ θάνατοι συχνάκις ἐπισκέπτονται τὰς δυστυχεῖς αὐτὰς πόλεις.

Καὶ ὁ ἀήρ, τὸν ὅποιον ἐκπνέομεν, ἀφοῦ ἀναπνεύσωμεν, καὶ αἱ ἀναθυμιάσεις τοῦ ἀνθρωπίνου σώματος, καὶ τὰ πολλὰ φῶτα, καὶ τὰ ἀκάθαρτα ἐνδύματα, εἶπεν ὁ γέρων, διαφθείρουσιν καὶ μολύνουσιν τὸν ἀέρα.

Διὰ νὰ διατηρῶ δὲ τὴν ὑγείαν μου διὰ τοῦ καθαροῦ ἀέρος, ἰδοῦ, μὰς εἶπε τί ἐξακολουθῶ νὰ κάμνω κατὰ συμβουλήν σοφοῦ ἱατροῦ, ὅστις κατεγίνετο μᾶλλον νὰ προλαμβάνῃ παρὰ νὰ θεραπεύῃ τὰς ἀσθενείας.

Ἐνθυμήθη τότε καὶ μὰς ἀνέφερεν ὅτι εἰς τὴν Κί-  
ναν, διὰ νὰ εὐρίσκωσιν οἱ ἱατροὶ συμφέρον εἰς τὴν πρό-  
ληψιν τῶν ἀσθενειῶν, καὶ οὐχὶ εἰς τὴν γέννησιν καὶ  
παράτασιν αὐτῶν, πληρόνεται μόνον δι' ὅσας ἡμέρας  
τοῦ χρόνου οἱ πελάται των περᾶσωσιν ὑγιεῖς οὐδεμίαν  
δὲ χημητικὴν ἀμοιβὴν λαμβάνουσι διὰ τὴν θεραπείαν  
τῶν ἀσθενειῶν, καὶ ἐνόσω αὐταὶ διαρκοῦν.

ΥΓΙΕΙΝΑ ΠΑΡΑΓΓΕΛΜΑΤΑ.

Κατὰ συμβουλήν λοιπὸν τοῦ σοφοῦ ἱατροῦ, ἐπανέ-  
λαβεν ὁ Γεροστάθης

1) Προσέχω ὅπως ἡ κατοικία μου ἦναι εἰς ὑψηλὸν  
καὶ σύνδενδρον μέρος, μακρὰν ἀπὸ λιμνάζοντα ὕδατα  
καὶ ἀπὸ παν εἶδος ἀκαθαρσίας καὶ δυσωδίας.

2) Ἀποφεύγω νὰ κοιμῶμαι, ὅπου κοιμῶνται καὶ ἄλ-  
λοι, καὶ σβύνω πρὶν πέσω εἰς τὴν κλίνην τὸ φῶς, διὰ  
νὰ μὴ φθείρη καιόμενον τὸν ἀέρα τοῦ κοιτῶνός μου.

3) Ἄμα τὴν αὐγὴν ἐξυπνήσω, νιφθῶ, καὶ ἐνδύθῶ, ἀ-  
νοίγω τὸ παράθυρον τοῦ κοιτῶνός μου, διὰ νὰ εἰέλθῃ  
καθαρὸς ἀέρας, καὶ ἐξέλθῃ ὁ διαφθορεὶς καὶ μολυνθεὶς ὑπὸ  
τῆς ἀναπνοῆς μου κατὰ τὴν διάρκειαν τῆς νυκτός.

4) Ποῖν ἀερισθῶσι καλὰ τὰ σινδόνια καὶ ἐφαπλώ-  
ματα δεν συγχωρῶ νὰ στρώσωσι τὴν κλίνην μου, τῆς  
ὁποίας καὶ τὸ στρώμα καὶ τὸ προσκέφαλον εἶναι μάλ-  
λον σκληρά, διότι τὰ τοιαῦτα εἶναι μᾶλλον ὑγιεινότερα  
τῶν μαλακῶν.

5) Ξυχνά και τακτικά κάμνω έκτεταμένους περιπάτους εις τὴν ἐξοχὴν ὅπως ἀναπνέω ἀέρα καθαρόν.

5) Ἐπὶ τέλους, διὰ τὰ ἤματι ὑγιῆς καὶ εὐρωστος, συνείθισα ἐκ παιδικῆς ἡλικίας νὰ ἐξυπνῶ καθ' ἡμέραν πολὺ πρῶι, καὶ ἀμέσως νὰ ἐξέρομαι τῆς κλίνης μου. Τὴν τελευταίαν αὐτὴν παραγγελίαν μ' ἐσύστανε θερμῶς, ὄχι μόνον ὁ ἰατρός, ἀλλὰ καὶ ὁ μακαρίτης πατήρ μου, καὶ εἶχον δίκαιον, διότι τὴν αὐγὴν ὁ ἀὴρ εἶναι καθαρῶτερος· τὸ νὰ μένη δέ τις, ἀφοῦ ἐξυπνήσῃ, ἐντὸς τῶν ἀναθυμιάσεων τῆς κλίνης του εἶναι ὀλέθριον εἰς τὸ σῶμα, καὶ μάλιστα ὅταν ἦναι νεανικόν.

#### Ο ΠΕΤΡΟΣ, Ο ΙΩΑΝΝΗΣ ΚΑΙ Ο ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ.

Μᾶς ἠρώτησε τότε ὁ γέρον τὶς μεταξὺ ἡμῶν τῶν μικρῶν φίλων του ἐφαίνετο ὑγιέστερος καὶ εὐρωστότερος.

Ὅλοι δὲ ἀμέσως συνεφωνήσαμεν ὅτι ὁ ὑγιέστερος καὶ δυνατώτερος πάντων ἦτο ὁ Πέτρος, ὁ υἱὸς τοῦ ἱερέως. Ὁ δὲ Γεροστάθης, παραδεχεῖς τὴν γνώμην μας ὡς ὀρθήν, μᾶς ἠρώτησε τίς ἐκ τῶν συμμαθητῶν μας νομίζομεν ὅτι εἶναι ὁ πλέον φιλάσθενος καὶ ἀδύνατος.

Ἐκ συμφώνου δὲ πάλιν εἶπομεν ὅτι οἱ πλέον φιλάσθενοι καὶ ἀδύνατοι ἦσαν ὁ Ἰωάννης καὶ ὁ Ἀθανάσιος.

Μετὰ τὰς ἀπαντήσεις ταύτας ἠρώτησεν ὁ Γεροστάθης τὸν ροδοκόκκινον Πέτρον ποῖαν ὥραν ἐξυπνᾷ τὴν αὐγὴν.

—Καθ' ἡμέραν πρὶν ἐξημερώσῃ, εἶπεν ὁ Πέτρος, διὰ νὰ βοηθῶ τὸν πατέρα μου εἰς τὴν Ἀκολουθίαν τοῦ Ὁρθρου. Οὐδεὶς δὲ ἄλλος ἐξ ἡμῶν ἐξύπνα τότε τόσον πρῶι!

—Σεῖς δὲ Ἰωάννη καὶ Ἀθανάσιε, εἶπεν ὁ γέρον, ποῖαν ὥραν ἐξυπνᾶτε·

— Δύο ὥρας μετὰ τὴν ἀνατολὴν τοῦ ἡλίου, ἀπήντησαν μετ' ἐπιστολὴν. Οὐδεὶς δὲ ἐξ ἡμῶν ἐξύπνα τόσοι ἀργά !

— Δι' αὐτὸ λοιπὸν δὲν ἤλθετε καὶ εἰς τὸν πρῶτον πρωϊνὸν περίπατον, κατὰ τὸν ὁποῖον ἐθαυμάσαμεν τὴν ἀνατολὴν τοῦ ἡλίου καὶ τὰ ἔργα τοῦ Θεοῦ; εἶπε πρὸς αὐτοὺς ὁ Γεροστάθης. Ἐκεῖνοι δὲ ἀπήντησαν, κινουντες τὴν κεφαλὴν πρὸς τὰ κάτω.

— Προσπαθήσατε λοιπὸν, φίλοι μου, νὰ ἐξυπνάτε καὶ σεῖς ἑνωρὶς ὡς ὁ Πέτρος, ἂν θέλητε νὰ γίνητε ὕγιεις καὶ εὐρωστοὶ ὡς αὐτός, καὶ νὰ ζήσητε χρόνους πολλοὺς καὶ εὐτυχεῖς ὡς ἐγώ. Παρακαλέσατε τὸν πατέρα, ἢ τὴν μητέρα σας, ἢ τὴν ἀδελφὴν σας, ἢ τὸν ὑπὲρ ἑσῶν νὰ σᾶς ἐξυπνώσῃν ἅμα ἀνατέλλοντος τοῦ ἡλίου, καὶ, ἂν ὁ ὕπνος σᾶς κυριεύῃ, ν' ἀποσύρωσι καὶ τὰ ἐφαπλώματα καὶ τὰ προσκέφαλα διὰ νὰ σᾶς ἐξαναγκάζωσ. νὰ ἐξέλθητε τῆς κλίνης. Κατὰ τὰς πρώτας ἡμέρας θέλετε ἴσως δυσαρεστηθῆ· ἀλλ' ἀκολούθως θέλετε συνειθίσει νὰ ἐξυπνάτε μόνοι, καὶ θέλετε μακαρίζε τὸν φίλον σας Γεροστάθην. Μᾶς παρήγγειλε δὲ νὰ διηγηθῶμεν εἰς τοὺς γονεῖς μας τὸ ἀκόλουθον ἀνέκδοτον, διὰ νὰ τοὺς καταπέσωμεν νὰ μᾶς ἐξυπνώσῃν ἑνωρὶς.

#### ΤΟ ΜΥΣΤΗΡΙΟΝ ΤΗΣ ΜΑΚΡΟΒΙΟΤΗΤΟΣ.

Ἐξ ἑνὸς χρόνων εἰς τὴν Ἀγγλίαν πεπαιδευμένος τις νομικός, ὅστις ἅμα διορισθεὶς εἰς δικαστικὴν θέσιν, ἠθέλησε νὰ ἐξιχνιάσῃ τὸ μυστήριον τῆς μακροβιότητος καὶ τῆς καλῆς ὑγείας.

Ἐνώπιον τοῦ δικαστοῦ τούτου, ὅστις τριάκοντα ὀλόκληρα ἔτη διετήρησε τὴν θέσιν του, παρουσιαζέτο κατ'

ἡμέραν πλῆθος διαδίκων καὶ μαρτύρων πάσης ἡλικίας καὶ πάσης τάξεως.

Ἐξ αὐτῶν ὅλους τοὺς ὑγιεῖς γέροντας ἐξετάζων ὁ δικαστής, ἠρώτα καὶ περὶ τῆς διαίτης των.

Εἰς τὴν ἐρώτησιν ταύτην ἀποκρινόμενοι, ἂν καὶ εἰς πολλὰ διέφερον, διότι δὲν συνείθιζον ὅλοι τὴν αὐτὴν τροφήν, τὰ αὐτὰ ποτά, τὴν αὐτὴν ἐργασίαν, ἢ τὴν αὐτὴν ἐνδυμασίαν, εἰς ἓν ὅμως ἦσαν σύμφωνοι, καταθέτοντες ἅπαντες ὅτι ἐκ νεαρᾶς των ἡλικίας συνείθιζον νὰ ἐξυπνώσι πολὺ πρῶι.

— Ἴδού λοιπόν, εἶπεν ὁ δικαστής, τὸ μυστήριον τῆς μακροβιότητος καὶ τῆς καλῆς ὑγείας!

#### ΤΑ ΣΧΟΛΕΙΑ ΤΩΝ ΑΘΗΝΩΝ.

Φαίνεται, ὅτι καὶ ὁ σοφὸς Σόλων, ὁ ἀρχαῖος νομοθέτης τῶν Ἀθηνῶν, ἐγνώριζε τὸ μυστήριον τῆς καλῆς ὑγείας καὶ μακροβιότητος· διότι μεταξὺ ἄλλων διέταξε τοὺς διδασκάλους τῶν παιδῶν ν' ανοίγωσι τὰ σχολεῖα ἅμα ἀνατέλλοντος τοῦ ἡλίου· τοιοῦτοτρόπως, ὑποχρεῶνται τὰ παιδία νὰ ἐγείρονται ἑνωρίς, προποίμαζεν εἰς τὴν πατρίδα πολίτας ὑγιεῖς, εὐρώστους καὶ μακροβίους.

Εἶχε δίκαιον ὁ Σόλων· ὁ πολὺς ὕπνος, καὶ μάλιστα ὁ πρωινός, καὶ τὴν ὑγείαν βλάπτει, καὶ τὴν ζωὴν τοῦ ἀνθρώπου σμικρύνει, καὶ τὸν νοῦν ἐξασθενεῖ, καὶ τὸ σῶμα ἐκνευροῖζει, καὶ πτωχίαν καὶ ἀμάθειαν προσενεῖ, διότι αφαιρεῖ ἀπὸ τὸν ἀνθρώπον τὰς καταλλετοτέρας διὰ τὴν σπουδὴν καὶ τὴν ἐργασίαν ὥρας.

Ἄλλ' ἐὰν δὲν συνείθισατε ἀπὸ τώρα, ὅτε εἴσθε παιδία μικρά, νὰ ἐξυπνάτε πρῶι, δυσκόλως θεῖλετε τὸ κατορ-

θώσει όταν μεγαλώσητε. Τὸ δένδρον, ἐν ὧσιν εἶναι νέον καὶ τρυφερόν, εὐκόλως λυγίζει, ἀφοῦ ὁμοίως μεγαλώσῃ στραβόν, σπάνει ἀλλὰ δὲν λυγίζει.

Προσπαθήσατε λοιπόν, ἐν ὧσιν εἴσθε παιδιά νέα, ν' ἀποκτήσατε ἐξεῖς καλὰς, καὶ ν' ἀποβάλητε τὰς κακὰς. Αὕτῃ εἶναι ἡ ἡλικία ἡ ἐπιδεκτικὴ βελτιώσεως. Ἄν τὴν ἀφήσατε νὰ παρέλθῃ ἀμελοῦντες τὸ δένδρον σας, στραβὸν θέλει μεγαλώσει, καὶ ἀνεπίδεκτον διορθώσεως θέλει κατασταθῆ.

Ὁ σοφὸς Εὐριπίδης, ὁ τραγικὸς ποιητὴς τῶν ἀρχαίων Ἀθηνῶν, μᾶς εἶπεν ὅτι

«Κακὴς ἀπ' ἀρχῆς γίνεται τέλος κακόν.»

Κατὰ τὴν ἡμέραν ἐκείνην διηγήθη ὁ γέρον καὶ τὰ ἐξῆς. 2.

Ο ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΗΣ ΚΑΙ Ο ΓΗΝΟΣ ΤΟΥ.

Ὁ Ἀριστοτέλης, ὁ μέγας φιλόσοφος τῆς Ἑλλάδος, ἐγεννήθη εἰς τὰ Στάγειρα, πόλιν τῆς Μακεδονίας. Ὅτε ὁ πατὴρ του Νικόμαχος, ἰατρὸς τοῦ βασιλέως τῆς Μακεδονίας, ἀπέθανεν, ὁ Ἀριστοτέλης, νέος ὢν, μετέβη εἰς Ἀθήνας διὰ νὰ σπουδάσῃ εἰς τὴν Ἀκαδημίαν τοῦ Πλάτωνος.

Δυστυχῶς ὁ Ἀριστοτέλης ἦτο κράσεως πολὺ ἀδυνάτου, καὶ ἐπομένως φιλάσθενος ὥστε οὔτε εἰς τῆς σπουδῆς τοὺς κόπους ἠθέλεν ἀνθέξει, οὔτε ἐξήκοντα καὶ δύο ἔτη ἠθέλε ζῆσει, οὔτε ὅσα συνέγραψεν ἠθέλε δυνηθῆ νὰ συγγράψῃ, ἐὰν ἐκ νεανικῆς ἡλικίας δὲν ἠσπάζετο, ἴσως κατὰ συμβουλήν τοῦ ἰατροῦ πατρὸς του, καὶ δίαίταν ἀπλουστάτην καὶ ὕπνον μέτριον.

Διηγοῦνται ὅτι, διὰ ν' ἀποφεύγη τὸν ὕπνον κατὰ τὰς πρωϊνὰς καὶ νυκτερινὰς μελέτας του, συνείθιζε νὰ κρατῆ χαλκίνην σφαῖραν, ἣτις, πίπτουσα ἐπὶ χαλκίνης λεκάνης, ἅμα ὁ ὕπνος ἤρχιζε νὰ τὸν καταλαμβάνη, τὸν ἐξύπνα διὰ τοῦ κρότου τῆς, καὶ οὕτως ἐπανήρχετο εἰς τὴν μελέτην του

Ἄλλ' εἴτε οὕτως εἴτε ἄλλως ὁ ἀδύνατος καὶ φιλάσθενος Ἀριστοτέλης, ἀποφεύγων τὸν πολὺν ὕπνον, ἀκολουθῶν δίκαιαν ἀπλουσάτην, καὶ σπουδάζων μετ' ἐπιμελείας καὶ τάξεως, κατώρθωσεν ὅχι μόνον ὑγιῆς καὶ μακρόβιος νὰ ζῆσῃ, ἀλλὰ καὶ ὁ μεγαλύτερος καὶ πολυμαθέστερος νοῦς τοῦ ἀρχαίου καὶ νεωτέρου κόσμου ν' ἀναφανῆ πρὸς δόξαν τοῦ Ἑλληνικοῦ ὀνόματος.

Ὁ βασιλεὺς τῆς Μακεδονίας Φίλιππος τὸν προσεκάλεσε διδάσκαλον τοῦ υἱοῦ του Ἀλεξάνδρου, ὅστις ἠγάπα καὶ ἐσέβετο τὸν διδάσκαλόν του Ἀριστοτέλην καὶ ὑπὲρ αὐτὸν τὸν πατέρα του Φίλιππον, λέγων ὅτι «ἐὰν εἰς τὸν πατέρα του ἐχρεώσῃ τὸ ζῆν, εἰς τὸν διδάσκαλόν του ὅμως ἐχρεώσῃ τὸ εὖ ζῆν.» ἀλλ' ἐλησμόνει ὁ νέος Ἀλέξανδρος ὅτι καὶ τὸ εὖ ζῆν ἐχρεώσῃ εἰς τὸν πατέρα του, διότι αὐτὸς τῷ εἶχε προμηθεύσει διδάσκαλον τὸν Ἀριστοτέλην.

Ὁ Ἀριστοτέλης ἐδίδαξε καὶ εἰς τὸ Λυκείον τῶν Ἀθηνῶν. Ἡ δὲ φιλοσοφικὴ του σχολὴ ἐπωνομάσθη *Περιπατητικὴ*, διότι συνήθως εἰς ἐωθινοὺς καὶ δειλινοὺς περιπάτους τοῦ Λυκείου, περιδιαβάζων μετὰ τῶν μαθητῶν του, ἐδίδασκεν αὐτούς.

Ἄλλ' ὁ μέγας οὗτος ἀνὴρ τῆς ἀρχαίας Ἑλλάδος δὲν ἐδίδαξε μόνον τὸν μέγαν Ἀλέξανδρον καὶ τοὺς συγχρόνους του Ἕλληνας· διὰ τῶν σοφῶν καὶ πολλῶν συγγραμμάτων

του, τὰ ὁποῖα ἄλλοι μὲν λέγουσι ὅτι ἦσαν βιβλία τετρακόσια, ἄλλοι δὲ συγγραφαὶ χίλια, ἐδίδαξε καὶ ἐφώτισε καὶ τοὺς μεταγενεστέρους τοῦ Ἑλλήνας, καὶ τοὺς Ῥωμαίους εἰς τὴν Ἰταλίαν, καὶ τοὺς Ἀλεξανδρινούς εἰς τὴν Αἴγυπτον, καὶ αὐτοὺς τοὺς Ἀραβας, οἵτινες, μεταφράσαντες τὰ συγγράμματά του Ἀραβιστί, ἐδίδασκον αὐτὰ εἰς τὰ σχολεῖα, τὰ ὁποῖα εἰς τὸ Βαγδάτιον τῆς Ἀσίας εἶχον συστήσει.

Ὅτε δὲ οἱ Ἀραβες ἐκυρίευσαν τὴν μεσημβρινὴν Ἰσπανίαν, ἔφερον μεθ' ἑαυτῶν καὶ τὰ συγγράμματα τοῦ Ἀριστοτέλους. Ἐκ τῆς Ἰσπανίας δὲ περὶ τὸ χιλιόστον διακοσιοστόν ἔτος μετὰ Χριστὸν ἐγνωστοποιήθησαν εἰς τὴν Γαλλίαν, Ἰταλίαν καὶ λοιπὴν Δυτικὴν Εὐρώπην, ἥτις, οὕσα τότε βάρβαρος καὶ ἀμαθής, διὰ τῶν Ἀριστοτελικῶν συγγραμμάτων ἤρχισε κατὰ πρόωτον νὰ φωτίζεται καὶ νὰ ἐκπαιδεύηται.

Ἀλλὰ καὶ σήμερον, μ' ὅλα τὰ φῶτα τὰ ὁποῖα λαμβρύνουν τοὺς σοφοὺς τῆς Εὐρώπης, τὰ συγγράμματα τοῦ Ἀριστοτέλους καὶ ὑπ' αὐτῶν τῶν σοφωτέρων θαυμάζονται ὡς τόσα ἀριστουργήματα τοῦ ἀνθρωπίνου νοός.

Ὅποια λοιπὸν τιμὴ καὶ δόξα εἰς τὸν φιλάσθενον καὶ ἐδύνατον νέον Ἀριστοτέλην, τὸν διατηρήσαντα φρονίμως τὴν ὑγιάν του, διὰ νὰ φωτίσῃ, ὡς ἄλλος φαεινὸς ἀστὴρ, καὶ τὸν ἀρχαῖον καὶ τὸν νεώτερον κόσμον, ἀπαθανατίζων ἑαυτὸν καὶ τὴν γεννήσασα αὐτὸν Ἑλλάδα!

Ο ΒΥΦΩΝ ΚΑΙ Ο ΥΠΗΡΕΤΗΣ ΑΓΤΩΓ ΙΩΣΗΦ

Ὁ Ἀριστοτέλης, ὅστις θαυμάζεται ὡς ζωολόγος τῆς ἀρχαιότητος, μ' ἐνθυμίζει, εἶπε ἑροστάθης,

ἄλλον νεώτερον ζωολόγον, τὸν ἐνδοξον Βυφῶνα τῆς Γαλλίας· ἡ δὲ χαλκίνη σφαῖρα, ἣτις ἐξύπνα τὸν Ἀριστοτέλην, μ' ἐνθυμίζει τὸν ὑπνέτην τοῦ Βυφῶνος Ἰωσήφ.

Ὁ Βυφῶν ἐζησεν ὀγδοήκοντα καὶ ἔν ἔτος, συνέγραψε δὲ γλαφυρότατον σύγγραμμα περὶ Φυσικῆς Ἱστορίας, συγχείμενον ἐκ τριάκοντα καὶ ἑξ τόμων. Ἐλεγε δὲ ὅτι εἰς τὸν ὑπνέτην του, τὸν Ἰωσήφ, ἐχρεώσται κατὰ μέγα μέρος τὸ σύγγραμμά του αὐτό. Ὅτε ἦτο νέος ἡγάπα πολὺ τὸν ὕπνον, ὅστις καὶ τὴν ὑγείαν του ἔβλαπτε, καὶ ἀπὸ τὰς μελέτας του τὸν ἐμπόδιζεν, ὕθεν ὑπεσχέθη εἰς τὸν ὑπνέτην του Ἰωσήφ χρηματικὴν ἀμοιβήν, ὡς αἰς κατῳρθοῦν νὰ τὸν ἐξυπνᾷ τὴν αὐγὴν ἐνωρίς.

Κατὰ τὰς πρώτας ἡμέρας ὁ πτωχὸς Ἰωσήφ ἀπέτυχε, διότι, θέλων νὰ ἐξυπνήσῃ τὸν κύριόν του, παρῳργίζεν αὐτόν, καὶ αὐστηρῶς ἐπιπληττόμενος, ἐξήρχετο τοῦ κοιτῶνος, ὅπου ὁ νέος Βυφῶν ἐξηκολούθει ἐν ἡσυχίᾳ τὸν πρωϊνόν του ὕπνον.

Ὁ δὲ Βυφῶν, συναισθανόμενος τὴν ἀνάγκην τοῦ νὰ ἐλευθερωθῇ ἀπὸ τὸ δλέθριον ἐλάττωμα τοῦ πρωϊνοῦ ὕπνου, παρήγγειλεν αὐστηρῶς τὸν ὑπνέτην του νὰ μὴ ἐνδίδῃ εἰς τὸν θυμὸν καὶ τὰς ἐπιπλήξεις του, ἀλλ' ἐνθυμούμενος τὴν ὁποίαν τῷ ὑπεσχέθη ἀμοιβήν, νὰ ἐπιμένῃ πάσαν αὐγὴν, καὶ βίαν δὲ νὰ μεταχειρίζηται, ὅπως ἐγείρῃ αὐτὸν ἐκ τῆς κλίνης του ἐνωρίς.

Ὁ Ἰωσήφ, συμμορφωθείς μὲ τὴν αὐστηρὰν ταύτην παρῳργίαν, ἐπέτυχε νὰ ἐξυπνᾷ τὸν κύριόν του, καὶ νὰ λαμβάνῃ καθ' ἐκάστην παρ' αὐτοῦ τὴν χρηματικὴν ἀμοιβήν. Ὁ δὲ Βυφῶν κατῳρθωσεν οὕτω νὰ εὐρίσκηται τακτικώτατα καθ' ἐκάστην αὐγὴν περὶ τὰς ἀνατολάς τοῦ ἡλίου

ἐντὸς τοῦ σπουδαστηρίου του, καὶ νὰ συγγράψῃ τόσα πολλὰ καὶ συγχρόνως τόσον ὠραῖα, καὶ νὰ φθάσῃ εἰς γῆρας βαθὺ καὶ ἔνδοξον.

ΥΓΙΕΙΝΑ ΕΡΓΑ.

Ὁ Γεροστάθης συνείθιζε πάντοτε διὰ τοῦ παραδείγματος καὶ τῶν ἔργων του νὰ ἐπιβεβαιοῖ τοὺς λόγους καὶ τὰς συμβουλὰς του· ἐκτὸς δὲ τούτου ἐφρόντιζεν ὥστε αἱ καλὰ συμβουλαὶ του νὰ μὴ παρέρχωνται ἄνευ τινὸς ὠφελίμου ἀποτελέσματος, ἐπιμελούμενος νὰ πραγματοποιῶνται ὑπὸ τῶν φίλων ἀκροατῶν του.

Ἐπειδὴ δὲ ἀνέφερον ἐνταῦθα ὅσα περὶ τῆς ἀνάγκης τοῦ καθαροῦ ἀέρος, μὰς εἶπε, θεωρῶ κατάλληλον νὰ προσθέσω καὶ τινα ἐκ τῶν ἔργων, τὰ ὅποια κατὰ διαφόρους καιροὺς ἐνήργησε πρὸς βελτίωσιν τοῦ ἀέρος τῆς κωμοπόλεως.

Πλησίον τῆς κωμοπόλεως, μεταξὺ μικρῶν τινῶν λόφων, ἐσχηματίζετο μέγας λάκκος, ἐντὸς τοῦ ὁποίου συρρέοντα τὰ ὕδατα τῶν βροχῶν, ἔμενον λιμνάζοντα καὶ σπηπόμενα. Ὁ Γεροστάθης παρατήρησεν ὅτι ἐκ τῶν κακῶν ἀναθυμιάσεων τῶν ὑδάτων ἐκείνων, οἱ κάτοικοι τῆς κωμοπόλεως, καὶ μάλιστα τὰ παιδιά, ὑπέφερον συχνοὺς πυρετοὺς.

Τὴν παρατήρησιν ταύτην τοῦ γέροντος ἐδυσκολεύθησαν κατ' ἀρχὰς νὰ πιστεύσωσιν οἱ προεστῶτες καὶ οἱ λοιποὶ κάτοικοι τῆς κωμοπόλεως. Ἀλλ' ἐπὶ τέλους, ὑπέκοντες εἰς τὰς συμβουλὰς καὶ προτροπὰς τοῦ Γεροστάθου, ἀπεφάσισαν νὰ συνεργήσωσι μετ' αὐτοῦ εἰς τὴν ἀποξήρανσιν τοῦ βάλτου.

Ὅθεν κατὰ τὴν διάρκειαν ἐνὸς μηνὸς μικροὶ καὶ μεγάλοι, γέροντες καὶ παιδιά, γυναῖκες καὶ κοράσια, ἀκολου-

θοῦντες καθ' ἡμέραν εἰς τακτικὴν ὥραν τὸν γέροντα, προπορευόμενον καὶ κρατοῦντα πτυάριον, διηυθυνόμεθα εἰς τὸν βάλτον· ῥίπτοντες δέ, κατὰ τὸ παράδειγμα τοῦ Γεροστάθου, λίθους καὶ χώματα ἐντὸς αὐτοῦ, καὶ ἀνοίξαντες μικρά τινα αὐλάκια, ἀπεξηράναμεν διὰ παντὸς τὰ λιμνάζοντα ἐκεῖνα ὕδατα. Ἐκτοτε δὲ ἐξέλιπεν ὁ πυρετός, καὶ οἱ γονεῖς, βλέποντες ὑγιᾶ καὶ ῥοδοκόκκινα τὰ τέκνα των, ἐμακάριζον τὸν ἀγαθὸν γέροντα.

Ὁ Γεροστάθης προσέτι καὶ διὰ τῶν προσωπικῶν τοῦ κόπων καὶ διὰ τῶν ἐπανελημμένων προτροπῶν του κατάρθωσε νὰ καταστολίσῃ καὶ τὴν πλατεῖαν καὶ τὰς βούσεις καὶ τὸ κοιμητήριον καὶ τὰ πέριξ τῆς κωμοπόλεως μὲ διάφορα δένδρα, τὰ ὅποια ἐθεώρει οὐχὶ μόνον ὡς στολισμόν, ἀλλὰ καὶ ὡς ἀναγκαιότατα εἰς τὴν βελτίωσιν τοῦ ἀέρος, καὶ ἐπομένως εἰς τὴν ὑγίαν τῶν κατοίκων.

Εὐχαρίστως δ' ἐνθυμοῦμαι μὲ πόσῃ χαρὰν καὶ ζωηρότητα οἱ μικροὶ ἡμεῖς φίλοι σου ἐφυτεύσαμεν ὑπὸ τὰς ὀδηγίας του πολλὰ ἐκ τῶν δένδρων ἐκείνων, εἷς τινα τῶν ὀποίων μάλιστα εἶχε δώσει καὶ τὰ ὀνόματά μας.

Πολλάκις τὸν ἠκούσαμεν συσταίνοντα εἰς τοὺς συμπολίτας του τὴν καθαριότητα τῶν ὁδῶν καὶ ἐντὸς καὶ ἐκτὸς τῆς κωμοπόλεως. «Ὅσοι δὲν καθαρίζουσιν, ἔλεγε, τὸν δρόμον των, ἀναγκάζονται ἐπὶ τέλος νὰ καθαρίζωσι τὸ σῶμά των διὰ πικρῶν ἰατρικῶν».

Πρὸς τὸν σκοπὸν τοῦτον εἶχε κατορθώσει ὥστε πτωχός τις ν' ἀφήσῃ τὴν σργίαν καὶ τὴν ζητείαν, καὶ νὰ κατὰγίνηται εἰς τὴν κάθαρσιν τῶν ὁδῶν, λαμβάνων παρὰ τοῦ κοινοῦ μικρὰν χρηματικὴν βοήθειαν.

Ἐνθυμοῦμαι προσέτι ὅτι, ὁσάκις εἰς τὴν ἐξοχὴν, περι-

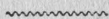
πατοῦντες μετὰ τοῦ Γεροστάθου, ἔτυχε ν' ἀπαντήσωμεν πτώμά τι ζώου, κατὰ παραγγελίαν τοῦ ἠνοίγετο ἀμέσως λάκκος πρὸς ἀπόκρυψιν τοῦ πτώματος. «Ὅστις, ἔλεγεν ὁ γέρον, ἀνοίγει λάκκους εἰς τὰ πτώματα τῶν ζώων, αὐτὸς ἐλαττώνει τοὺς τάφους τῶν ἀνθρώπων.»

Συχνάκις δὲ ἠκούομεν παρ' αὐτοῦ τοὺς ἐξῆς στίχους·

«*Ἄν ἀγαπᾷς τὸν καθαρὸν ἀέρα ἐπιμόρως,*

»*Καὶ ἂν ποτὲ ὁ ἥλιος εἴ τῆν κλίτην δὲν σ' εὐρίσκη,*

»*Βίωθ μακρὸν σ' ὑπόσχομαι καὶ ὑγιᾶ συγχρότως.»*



#### Ο ΥΓΙΕΙΝΟΣ ΣΤΟΛΙΣΜΟΣ.

«Εἶναι βούλου φιλόκαλος, ἀλλὰ μὴ καλλωπιστής.»

(Ἰσοκράτους.)

**Ε**ΝΩ ἡμέραν τινὰ εἰς τὴν πλατείαν τῆς κωμοπόλεως ἐφυτεύομεν μικρὰς πλατάνους ὑπὸ τὰς ὁδηγίας τοῦ Γεροστάθου, οἱ συμμαθηταί μας Πέτρος καὶ Νικόλαος κατελάσπωσαν καὶ τὰ πρόσωπα καὶ τὰς χεῖράς των.

Καὶ ὁ μὲν Πέτρος ἔτρεξεν ἀμέσως εἰς τὴν βρῦσιν τῆς πλατείας, καὶ νίψας καὶ τὰς χεῖρας καὶ τὸ πρόσωπον, ἐπανῆλθεν εἰς τὴν συνήθη του καθαριότητα· ὁ δὲ Νικόλαος ἐθεώρησεν εὐκολώτερον νὰ σπογγίση καὶ τὸ πρόσωπον καὶ τὰς χεῖράς του μὲ τὴν ἄκραν τοῦ ἐνδύματός του.

Ὁ Γεροστάθης, ὅστις παρετήρησε ταῦτα, ἀντὶ νὰ ἐπιπλήξῃ τὸν μικρὸν Νικόλαον, περιωρίσθη νὰ ἐπαινέσῃ ἐνώπιον αὐτοῦ τὸν Πέτρον ὡς φίλον τῆς καθαριότητος.

— Εὖγε! φίλε Πέτρε, τῷ εἶπε, χαίρω πολὺ, βλέπων  
(ΓΕΡΟΣΤ. ΜΕΡΟΣ Α.)

ὅτι ἀγαπᾶς τὴν καθαριότητα, προτιμήσας νὰ νιφθῆς, παρά νὰ μεταφέρῃς τὴν λάσπην ἀπὸ τὰς χεῖρας καὶ τὸ πρόσωπόν σου εἰς τὴν ἄκραν τοῦ ἐνδύματός σου.

Ἡ καθαριότης εἶναι ἡ φίλη μου ἐκεῖνη, ἡ λευκοτάτη ὡς ἡ χιών, τὴν ὁποίαν ἐκ νεότητός μου ἠγάπησα, καὶ εἰς τὴν ὁποίαν χρεωστῶ κατὰ μέγα μέρος τὴν καλὴν μου ὑγείαν, ὡς ἄλλοτε σὰς εἶπον.

— Καὶ ἐγώ, εἶπεν ὁ Πέτρος, προσπαθῶ νὰ ἦμαι πάντοτε καθαρὸς, διὰ νὰ μὴ μὲ ἀηδιάζωσιν ὅσοι μὲ βλέπωσιν, ἀλλὰ δὲν ἐννοῶ πῶς ἡ καθαριότης δύναται νὰ ὤφελῃ τὴν ὑγείαν.

— Ἐξακολούθησον πάντοτε, φίλε Πέτρε, εἶπε πρὸς αὐτὸν ὁ Γεροστάθης, νὰ ἦσαι καθαρὸς κατὰ τε τὸ σῶμα, τὰ ἐνδύματα καὶ τὴν κατοικίαν, καὶ ἔσο βέβαιος ὅτι θέλεις διατηρῆσαι οὕτω τὴν καλὴν σου ὑγείαν. Ἡ καθαριότης δὲν χρησιμεύει μόνον διὰ νὰ μὴ μᾶς ἀηδιάζωσιν οἱ ἄνθρωποι, ἀλλὰ καὶ διὰ νὰ μᾶς προφυλάττῃ ἀπὸ πολλὰς ἀσθενείας· διὰ τοῦτο μὲ ἀρέσκει νὰ τὴν ὀνομάζω *στολισμὸν ὑγιεινόν*, διότι καὶ στολίζει, καὶ τὴν ὑγείαν προφυλάττει.

Παρεκαλέσαμεν τότε τὸν καλὸν γέροντα νὰ μᾶς ἐξηγήσῃ ποίαν σχέσιν ἔχει ἡ καθαριότης μὲ τὴν ὑγείαν· ὁ δὲ Γεροστάθης εἶπε τὰ ἐξῆς·

#### ΤΑ ΔΦΘΟΝΑ ΔΩΡΑ.

Ἡ τροφή, τὴν ὁποίαν τρώγομεν, χρησιμεύει βεβαίως πρὸς διατροφήν καὶ συντήρησιν τοῦ σώματος· ἀλλὰ μέγα μέρος τῆς τροφῆς μεταβάλλεται ἐντὸς τοῦ σώματος εἰς ἀτμούς, οἱ ὅποιοι ὄχι μόνον δὲν χρησιμεύουν εἰς τὸ σῶ-

μα, ἀλλὰ καὶ τὸ βλάπτουν οὐσιωδῶς, ἐὰν μείνωσιν ἐντὸς αὐτοῦ.

Ὁ Θεὸς λοιπὸν, ὅστις ἐφρόντισε περὶ πάντων, ἐκάλυψε τὸ σῶμα μὲ ἐπιδερμίδα πορώδη, ὅπως διὰ τῶν μικρῶν καὶ ἀφανῶν πόρων αὐτῆς ἐξέρχωνται οἱ ἐπιβλαβεῖς ἀτμοί· ἡ ἐξάτμισις αὕτη τῶν ἐσωτερικῶν ἀναθυμιάσεων ὀνομάζεται ἀδῆλος διαπνοή, πρὸς διάκρισιν τῆς γινόμενης διὰ τοῦ στόματος φανεράς ἀναπνοῆς.

Ὅταν λοιπὸν ἡ ἐπιδερμὶς τοῦ σώματος ᾖ ἀκαθάρτος, ἡ ἀκαθαρσία κλείει τοὺς πόρους τῆς ἐπιδερμίδος· ἐπομένως ἡ ἀδῆλος διαπνοὴ ἐμποδίζεται, καὶ οἱ ἐπιβλαβεῖς ἀτμοὶ δὲν δύνανται νὰ ἐξέλθωσι· μένοντες δὲ ἐντὸς τοῦ σώματος προξενοῦν διαφόρους ἀσθενείας. Ἴδου ἡ σχέσηις τῆς καθαριότητος μὲ τὴν ὑγίαν· ἴδου διατί ἡ ἀκαθαρσία τοῦ σώματος ἀφανίζει τὴν ὑγίαν αὐτοῦ.

Τὰ ἀποτελέσματα τῆς ἀδῆλου διαπνοῆς φαίνονται ἐπὶ τῶν ἐσωτερικῶν ἐνδυμάτων, τὰ ὅποια ἐφόρεσέ τις ἐπὶ πολλὰς ἡμέρας. Καθὼς δὲ ἡ ἀκαθαρσία τῆς ἐπιδερμίδος κλείει τοὺς πόρους, τοιοῦτοτρόπως καὶ τὰ ρυπαρὰ ἐσωτερικὰ ἐνδύματα, προσκολλώμενα ἐπὶ τῆς ἐπιδερμίδος, κλείουν διὰ τοῦ λίπους των τοὺς πόρους αὐτῆς, ἐμποδίζουν τὴν ἀδῆλον διαπνοήν, καὶ βλάπτουν τὴν ὑγίαν.

Ἴδου διατί, ὢν φίλος τῆς καθαριότητος, διετήρησα καὶ διατηρῶ δι' αὐτῆς τὴν ὑγίαν μου. Ἀγαπῶ ἐπομένως καὶ τὸ καθαρὸν νερόν, ὅσον ἀγαπῶ καὶ τὸν καθαρὸν ἀέρα· διότι: ἐὰν ὁ καθαρὸς ἀὴρ ᾖ ἡ πατὴρ τῆς ὑγείας, διὰ τοῦ καθαροῦ νεροῦ ἀποκτᾶται ἡ καθαριότης, ἥτις εἶναι ἡ τροφὸς τῆς ὑγείας.

Ὁ ἀὴρ καὶ τὸ ὕδωρ εἶναι τὰ πλέον ἀφθονα δῶρα,

ἀφ' ὅσα ὁ προνοητικὸς Θεὸς μᾶς ἐχάρισεν ἐπὶ τῆς γῆς, διότι ἐγνώριζεν ὅτι αὐτὰ εἶναι καὶ τὰ ἀναγκαιότερα εἰς τὴν ζῶην καὶ τὴν υἰεῖαν τῶν ἀνθρώπων.

#### ΥΓΙΕΙΝΑ ΠΑΡΑΓΓΕΛΜΑΤΑ.

Ἴδού δέ, εἶπεν ὁ Γεροστάθης, πῶς διατηροῦ τὴν υἰεῖαν μου διὰ τῆς καθαριότητος.

1) Νίπτω συχνὰ τὰς χεῖρας καὶ τὸ πρόσωπον· τακτικώτατα δὲ κάμνω τοῦτο ἅμα ἐξυπνήσω τὴν αὐγὴν, καὶ πρὶν κοιμηθῶ τὴν ἐσπέραν.

2) Λούω καθ' ἑκάστην αὐγὴν τὴν κεφαλὴν μου ὄλην μὲ ψυχρὸν νερόν, τὸ ὁποῖον καὶ τὴν καθαρίζει, καὶ ἀπὸ κρουολογήματα τὴν προφυλάττει. Τοιοῦτοτρόπως δὲ ἐκπληρῶ τὸ πρῶτον ἐκ τῶν τριῶν μεγάλων παραγγελμάτων τοῦ σοφοῦ ἰατροῦ Βοερχαβίου, ἃ ἔχετε τὴν κεφαλὴν δροσεράν, τὸν στόμαχον ἐλαφρὸν, καὶ τοὺς πόδας θερμούς·.

3) Καθαρίζω καλὰ καὶ τὴν αὐγὴν, καὶ ὁσάκις ἀποτρώγω, καὶ τακτικώτατα τὴν ἐσπέραν πρὶν κοιμηθῶ τοὺς ὀδόντας, διότι ἡ ὕλη τοῦ φαγητοῦ, ἣτις προσκολλᾶται εἰς τοὺς ὀδόντας, ἐὰν δὲν ἐκπλυθῆ, σῆπεται καὶ φθείρει αὐτούς. Οἱ δὲ ἀκάθαρτοι καὶ ἐφθαρμένοι ὀδόντες, ὄχι μόνον ἀηδῆ ἀποφορὰν μεταδίδουν, ἀλλὰ καὶ πόνους δριμυτάτους προξενοῦν. Προσέτι δὲ μολύνουν τὸν σίελον, ὅστις, κατερχόμενος δυσώδης εἰς τὸν στόμαχον, γεννᾷ ἀσθενείας· ἐμποδίζουν δὲ καὶ τὴν καλὴν μάσησιν τῶν φαγητῶν, ἀναγκαιοτάτην εἰς τὴν υἰεῖαν, ὡς ἀποτελοῦσαν τὴν πρῶτην χώνευσιν.

4) Λούω προσέτι μὲ ψυχρὸν νερὸν διὰ τινος σπογγαρίου ἢ διὰ τινος μαλλίνου χειροκτίου ὀλόκληρον τὸ σῶμα, καὶ

ἀμέσως τριβόμενος διά τινος ὑφάσματος με πολλήν δύναμιν, στεγνώνω καὶ θερμαίνω αὐτό· διὰ τῆς ψυχρολογίας δὲ ταύτης καὶ τὸ σῶμα ἐνδυναμοῦται καὶ ἡ υἰεὶα διατηρεῖται.

5) Ἀλλάζω συχνὰ τὰ ἐνδύματά μου, καὶ μάλιστα ὅσα κατάσαρκα φορῶ, διὰ νὰ μὴ ἐμποδίζηται ἐκ τοῦ ρύπου αὐτῶν ἡ ἄδηλος διαπνοή, καὶ διὰ νὰ μὴ μολύνηται ἐκ τῆς ἀκαθαρσίας αὐτῶν ὁ πέριξ ἐμοῦ ἀήρ, τὸν ὁποῖον ἀναπνέω.

6) Φροντίζω ἐπὶ τέλος περὶ τῆς ἄκρας καθαριότητος τῆς κατοικίας μου καὶ τῶν πέριξ αὐτῆς, διὰ νὰ μὴ ἀναπνέω ἀκάθαρτον ἀέρα.

Ὅτε ἠκούσαμεν ὅτι ὁ Γεροστάθης ἔλουεν ὅλον τὸ σῶμα του με ψυχρὸν νερόν, ἀνετριχιάσαμεν ἠρωτήσαμεν δὲ αὐτὸν πῶς ἠδύνατο νὰ ὑποφέρῃ τὸ ψῦχος.

— Τὸ ὑποφέρω, εἶπε, καθὼς τὸ ὑπεφέρουν αἱ χεῖρες καὶ τὸ πρόσωπόν σας, ὅταν νίπτησθε με ψυχρὸν νερόν. Ἡ συνήθεια τὰ πάντα διευκολύνει! Ἐάν ἀπὸ τὸ καλοκαίριον ἀρχίσητε νὰ λούητε ὅλον τὸ σῶμα με ψυχρὸν νερόν, θέλετε συνειθίσει τὸ ψῦχος, καὶ θέλετε ἐξακολουθήσει εὐχαρίστως καὶ ἐν καιρῷ χειμῶνος πράττοντες αὐτό. Εἰς τὴν Ἀγγλίαν, μᾶς εἶπεν ὁ γέρον, ὑπάρχουν τὰ υγιέστερα παιδία τοῦ κόσμου, ὅχι μόνον διότι καθ' ἡμέραν τὰ ἐκθέτουν εἰς τὸν ἀνοικτὸν καὶ καθαρὸν ἀέρα, ἀλλὰ προσέτι διότι καθ' ἑκάστην τὰ λούουν με ψυχρὸν ὕδωρ.

Ἐκτοτε καὶ ἐγὼ καὶ οἱ συμμαθηταί μου, ἀκολουθοῦντες τὰς συμβουλάς τοῦ Γεροστάθου, καὶ πολλὰ πρωτὶ συνειθίσαμεν νὰ ἐξυπνώμεν, καὶ τὴν καθαριότητα ἠγαπήσαμεν, καὶ τὴν ψυχρολογίαν ἠγάγαμεν. Ἰσαγματικῶς δέ, τρι-

Θόμενοι διά τινος υφάσματος μετά τὸ λούσιμον ὀγκλίγωρα καὶ σφιγκτά, διὰ νὰ στεγνώνωμεν ἀμέσως καλὰ τὸ σῶμα, ὄχι μόνον δὲν ἐκρύνομεν, ἀλλὰ μάλιστα ἐθερμαινόμεθα, καὶ ἡσθανόμεθα ἡμᾶς αὐτοὺς καὶ ὑγιεστεροὺς καὶ εὐρωστοτέροισ.

## Ο ΡΥΠΑΡΟΣ ΣΙΔΗΡΟΔΕΣΜΙΟΣ.

Ἐνῶ συνωμιλοῦμεν εἰς τὴν πλατεῖαν τῆς κωμοπόλεως περὶ τῶν καλῶν ἀποτελεσμάτων τῆς καθαριότητος, εἶδομεν ἐξαίφνης τέσσαρας ὄπλοφόρους, συνοδεύοντας σιδηροδέσμιόν τινα, ὅστις ἐφαίνετο νέος, ἀλλ' ἦτο εἰς ἄκρον ἰσχνὸς καὶ κατάχλωμος· τόσον δὲ ρυπαρὸς κατὰ τε τὸ πρόσωπον, καὶ τὰ ἐνδύματα ἦτο, ὥστε ἡ θέα του ἐπροξένει ἀηδίαν καὶ ἀποστροφήν.

Ὁ Γεροστάθης, πλησιάσας ἕνα τῶν ὄπλοφόρων, ἤρώτησεν αὐτὸν τί ἐπραξεν ὁ ἄλυσοδεμένος.

Ὁ δὲ ὄπλοφόρος ἀπήντησεν ὅτι συνελήφθη κλέπτων τὰ ἱερά σκεύη ἐκκλησίας τινός, καὶ ὅτι τὸν συνοδεύουν εἰς τὰς φυλακὰς τῶν Ἰωαννίνων.

Ὁ Γεροστάθης, στραφεὶς τότε πρὸς ἡμᾶς, ἰδοῦ, εἶπε, καὶ ἄλλο μᾶθημα περὶ καθαριότητος. Ὁ ρυπαρὸς κατὰ τε τὸ σῶμα καὶ τὰ ἐνδύματα ἔχει ὡς ἐπὶ τὸ πλεῖστον καὶ τὰ ἦθη ρυπαρὰ καὶ τὴν καρδίαν ἀκάθαρτον. Ὅστις ἀμελεῖ τὴν καθαριότητα τοῦ σώματος, ἀμελεῖ καὶ τὴν καθαριότητα τῆς ψυχῆς. Ἄς ἀγαπῶμεν λοιπὸν τὴν καθαριότητα, ὄχι μόνον ὡς ἀναγκαίαν εἰς τὴν ὑγίαν, ἀλλὰ καὶ ὡς ὑποδεικνύουσαν ἀγνὴν τὴν καρδίαν.

## ΤΑ ΤΡΙΑ ΚΑΘΑΡΑ ΠΑΙΔΙΑ.

Πρὶν μᾶς ἀποχωρισθῆ ὁ Γεροστάθης, διηγήθη τὸ ἀκά-

λουθον ανέκδοτον, τὸ ὁποῖον ζωηρὸν ἐπανέρχεται εἰς τὴν μνήμην μου, ὅσκις ἀπαντῶ ἀκάθαρτα παιδία.

Πατήρ τις πλούσιος, ἀλλὰ συγχρόνως εὐαίσθητος, ἔχων τρεῖς υἱούς, ἔχασεν ἑ δυστυχήσας καὶ τοὺς τρεῖς. Οἱ πικρότατοι αὐτοὶ θάνατοι τὸν ἐβύθισαν εἰς ἄκραν μελαγχολίαν. Ἀλλ' ἐσκέφθη ὅτι διὰ τῆς γλυκύτητος, τὴν ὁποίαν ἡ ἀγαθοεργία προξενεῖ, ἠδύνατο νὰ μετριάσῃ τὴν πικρίαν τῆς τεθλιμμένης ψυχῆς του.

Μεταξὺ δὲ τῶν διαφόρων καλῶν ἔργων, τὰ ὁποῖα ἐσχεδίασεν, ἀπεφάσισε νὰ ἐκλέξῃ καὶ τρία πτωχὰ παιδία, νὰ τὰ υἰοθετήσῃ, καὶ νὰ φροντίσῃ περὶ τῆς ἀνατροφῆς καὶ τῆς εὐτυχοῦς ἀποκαταστάσεώς των.

Μεταβαίνει λοιπὸν εἰς τὸ δημοτικὸν σχολεῖον τῶν πτωχῶν παιδιῶν, ἐξηγεῖ εἰς τὸν διδάσκαλον τὸν σκοπὸν τῆς ἐπισκέψεώς του, καὶ ζητεῖ νὰ ἐπιθεωρήσῃ τοὺς μαθητάς.

Ἀμέσως δὲ, κατὰ διαταγὴν τοῦ διδασκάλου, παρουσιάζονται τὰ παιδία ἐνώπιον τοῦ μελαγχολικοῦ ἀνδρός, ὅστις, ἀφοῦ μετὰ προσοχῆς τὰ παρετήρησεν, ἔκλεξεν ἐξ αὐτῶν τὰ τρία, τὰ ὁποῖα ἐπρόκειτο νὰ υἰοθετήσῃ.

Λαβῶν δὲ σημείωσιν τῶν ὀνομάτων αὐτῶν καὶ τῆς κατοικίας τῶν γονέων των, εἶπεν ὅτι ἐπροτίμησε τὰ τρία ἐκεῖνα, διότι τὰ εὔρε καθαρώτερα ὄλων τῶν ἄλλων κατὰ τε τὸ σῶμα καὶ τὰ ἐνδύματα· ὡς ἐκ τούτου δὲ συμπεραίνει ὅτι θέλουν ἔχει καὶ τὴν ψυχὴν καθαρωτέραν τῶν ἄλλων.

Ὁ διδάσκαλος ἐβεβαίωσε τὸν ἀγαθὸν ἄνδρα ὅτι πράγματι τὰ ἐκλεχθέντα διεκρίνοντο καὶ διὰ τὴν ἐπιμέλειαν καὶ διὰ τὴν χρηστοθήθειάν των.

Τοιουτοτρόπως διὰ τῆς καθαριότητός των κατέστησαν

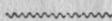
εὐτυχῆ τὰ τρία πτωχὰ παιδιά, μετ' αὐτῶν δὲ συνητυ-  
χησαν καὶ αἱ τρεῖς πτωχαὶ οἰκογένεαί των.

— Θαυμασία συστατικῆ εἶναι, φίλοι μου, ἡ καθαριότης·  
ὅστις δὲ φέρει τοιαύτην συστατικὴν, ἀπανταχοῦ μ' ἔλ-  
πίδα εὐμενεστάτης ὑποδοχῆς δύναται νὰ εἰσέλθῃ.

Διὰ τοῦτο καὶ ὁ γέρον Ἰσοκράτης, ὁ ρήτωρ τῶν ἀρ-  
χαίων Ἀθηνῶν, μᾶς συμβουλεύει ν' ἀποφεύγωμεν τοὺς  
καλλωπισμούς, οἵτινες ἀποδεικνύουν ἐλαφρόνοιαν, καὶ  
ν' ἀγαπῶμεν τὴν φιλοκαλίαν, ἥτις ἀποδεικνύει εὐγένειαν  
ψυχῆς. Φιλοκαλία ὅμως ἄνευ καθαριότητος δὲν δύναται  
νὰ ὑπάρξῃ.

Ὁ Γεροστάθης, γράψας τότε καὶ ἐγχειρίσας εἰς τὸν Νι-  
κόλαον τοὺς ἀκολουθούς στίχους, μᾶς ἀπεχειρέτισεν.

«*Ἡ καθαριότης εἶναι ἡ καλλίστη τῶν στολῶν,  
καὶ κατὰ τῆς ἀσθενείας εἶναι μέγας προμαχῶν.  
Ὁ δὲ ρυπαρὸς τὸ σῶμα, ἔχει ρυπαρὰν ψυχὴν,  
καὶ ἀνήκει εἰς τῶν χοίρων τὴν ἀκάθαρτον φυλὴν.*»



### Ἡ ΜΗΤΗΡ ΤΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΑΝΔΡΙΑΣ.

«*Τὰ τε ὑπερβάλλοντα γυμνάσια καὶ  
τὰ ἐλλείποντα φθείρει τὴν ἰσχύον.*»  
(Ἀριστοτέλης.)

**Π**ΕΡΧΟΜΕΝΟΙ ἡμέραν τινὰ τοῦ σχολείου ἀπνητήσαμεν  
ἐμβαίνοντα εἰς τὴν αὐλὴν τὸν Γεροστάθην, συνοδευόμενον  
ὑπὸ τοῦ ξυλουργοῦ τῆς κωμοπόλεως, ὅστις ἔφερε μετ' ἑαυ-  
τοῦ ξύλα πελεκημένα, κοντάρια, καὶ στύλους.

Ὅλ' αὐτὰ μᾶς ἐφάνησαν παράδοξα, καὶ τὴν περιέργειάν μας ἐκίνησαν ὅθεν, περικυκλώσαντες τὸν ἀγαθὸν γέροντα, ἠρωτήσαμεν αὐτὸν εἰς τί θέλουν χρησιμεύσει τὰ ξύλα, τὰ κοντάρια καὶ οἱ στῦλοι.

Ὁ δὲ Γεροστάθης ἀπεκρίθη ὅτι, ἀφοῦ μᾶς συνεφιλίωσε μὲ τὸν καθαρὸν ἀέρα καὶ τὴν καθαριότητα, ἐτοιμάζεται νὰ μᾶς συμφιλιώσῃ καὶ μὲ τὴν φίλην του, τὴν καλουμένην *Σωμασκιάρ*, ἣτις εἶναι ἡ μήτηρ τῆς ὑγείας καὶ τῆς ἀνδρίας.

Ἡ ἀπάντησις τοῦ γέροντος δὲν πῦχαρίστησε τὴν περιέργειάν μας· ἐζήτησαμεν λοιπὸν νέας ἐξηγήσεις· ἐκεῖνος δὲ μᾶς εἶπεν ὅτι τὴν ἐπιούσαν θέλομεν ἐννοήσῃ τὰ πάντα.

Τὴν ἐπιούσαν εἶδομεν τὴν αὐλὴν ἐστρωμένην μὲ ἄμμον, καὶ διάφορα ξύλα στερεωμένα ἐντὸς τῆς αὐλῆς· ἀλλὰ καὶ τότε δὲν ἐνοήσαμεν πρὸς τί ὄλα ταῦτα. Κατὰ τὴν ἀπόλυσιν ὅμως τῶν μαθημάτων ὁ Γεροστάθης, ὅστις ἦτο εἰς τὴν αὐλὴν, μᾶς εἶπεν ὅτι τὸ μὲν ὀνομάζεται *μορόζυγοι*, τὸ δὲ *δίζυγοι*, τὰ δὲ *ἰστοὶ* καὶ *ἀναβάθραι*, καὶ συγχρόνως μᾶς ὑπέδειξε διαφόρους κινήσεις, στροφάς, καὶ γυμνάσματα ἐπ' αὐτῶν, διὰ τῶν ὁποίων ἐπρόκειτο ν' ἀναπτύξωμεν καὶ ἐνδυναμώσωμεν τοὺς μυῶνας, καὶ νὰ καταστήσωμεν τὸ σῶμα ἐλαστικόν, εὐρωστον καὶ ὑγιές.

Τὰ διασκεδαστικώτατα αὐτὰ μαθήματα τῆς γυμναστικῆς εἰς ἄκρον μᾶς ἤρεσαν, καὶ ὁ ἐνθουσιασμός μας ὑπὲρ τοῦ ἀγαθοῦ γέροντος ἐκορυφώθη. Πολὺ δὲ ἐχάρημεν καὶ ὅτε τὸν ἠκούσαμεν νὰ μᾶς προσκαλῇ τὴν ἐσπέραν εἰς τὴν οἰκίαν του, διότι ἡμεθεα βέβαιοι ὅτι ἤθελε μᾶς διηγηθῆ εὐχάριστόν τι. Ἰδοὺ δὲ ὅσα κατὰ τὴν ἐσπέραν ἐκείνην μᾶς εἶπε περὶ σωμασκιᾶς.

## Η ΔΕΞΙΑ ΧΕΙΡ ΤΟΥ ΣΙΔΗΡΟΥΡΓΟΥ.

Εἶναι παρατηρημένον ὅτι ὅσον τις γυμνάζει μέλος τοῦ σώματος, τόσον πλέον τὸ ἀναπτύσσει, τόσον πλέον ὑγιές καὶ εὐρωστον τὸ καθιστά. Ἡ κίνησις προξενεῖ περισσότεράν συρροήν αἵματος, διὰ δὲ τοῦ αἵματος τρέφονται καὶ ἐνδυναμόνονται τὰ μέλη τοῦ σώματος.

Συγκρίνατε τὸ ἀριστερὸν μὲ τὸ δεξιὸν χέριον, καὶ θέλετε ἰδεῖ ὅτι τὸ δεξιὸν εἶναι καὶ δυνατώτερον καὶ χονδρότερον τοῦ ἀριστεροῦ· καὶ διατί; διότι μεταχειρίζεσθε τὸ δεξιὸν πολὺ περισσότερον τοῦ ἀριστεροῦ.

Παρατηρήσατε τὴν δεξιάν χεῖρα τοῦ σιδηρουργοῦ, καὶ θέλετε θαυμάσει πόσον εὐρωστοτέρα τῆς ἀριστερᾶς του εἶναι· διότι τὴν δεξιάν γυμνάζει, σφυρηλατῶν τὰ σίδηρα.

Τὸ ἐναντίον δὲ προξενεῖ ἡ ἀκίνησις καὶ ἀγυμνασία· ἐξ αὐτῆς, ὅχι μόνον οἱ μυῶνες, ἀλλὰ καὶ αὐτὰ τὰ κόκαλα μαλακύνονται καὶ ἐξασθενοῦν.

Ὁ πατὴρ τῆς Ἱστορίας, ὁ Ἡρόδοτος, ἐπισκεφθεὶς τὸ πεδίου μάχης τινός, ἦτις μεταξὺ Αἰγυπτίων καὶ Περσῶν εἶχε συγκροτηθῆ, διέκρινε τὰ κρανία τῶν Αἰγυπτίων ἀπὸ τὰ κρανία τῶν Περσῶν, διότι τὰ μὲν, ὡς ἐκ τῆς γυμναστικῆς τῶν ἀρχαίων Αἰγυπτίων, ἦσαν δυνατὰ καὶ σκληρά, τὰ δὲ ἦσαν εὐθραυστα καὶ ἀδύνατα ὡς ἐκ τῆς μαλακῆς ζωῆς τῶν Περσῶν.

Ἐὰν ἐπιθυμῶμεν λοιπὸν νὰ ἔχωμεν τὸ σῶμα ὑγιές καὶ εὐρωστον, πρέπει τακτικῶς νὰ γυμνάζωμεν αὐτό· ἐνδυναμόνοντες δὲ οὕτω τὸ σῶμα, ὅχι μόνον ἀπὸ ἀσθενείας προφυλαττόμεθα, ἀλλὰ καὶ ἂν ποτε ἀσθενήσωμεν, εὐκολώτερον ἀντέχωμεν, καὶ ὀγλιγωρότερα ἀναλαμβάνομεν.

Ὁ μέγας ἰατρός τῆς Γερμανίας, Βοσεγάβιος, ἐσυμβού-

λευε δύο ὥρων σωματικὴν γύμνασιν καθ' ἡμέραν. Εἰς ὅλα δὲ τὰ πεπολιτισμένα ἔθνη ἠσθάνθησαν ἤδη τὴν ἀνάγκην καὶ ὠφέλειαν τῆς γυμναστικῆς· ὥστε ὄχι μόνον εἰς τὰ σχολεῖα ἔχουν καὶ τὸ μάθημα τῆς σωμαστικῆς, ἀλλ' ὑπάρχουν καὶ ἐπίτηδες σχολεῖα γυμναστικῆς διὰ τε τοὺς νέους καὶ τὰς νέας. Πολλάκις δὲ εἰς αὐτὰ εἶδον καὶ ἄνδρας καὶ γυναῖκας νὰ γυμνάζωνται χάριν τῆς πασχούσης ὑγείας των κατὰ παραγγελίαν ἰατρῶν.

Ο ΣΟΛΩΝ ΚΑΙ Ο ΑΡΕΙΟΣ ΠΑΓΟΣ.

Μεταξὺ τῶν πολλῶν καλῶν, ἐξηκολούθησεν ὁ Γεροστάθης, τὰ ὁποῖα οἱ νεώτεροι Εὐρωπαῖοι ἐδιδάχθησαν ὑπὸ τῶν Ἑλλήνων, εἶναι καὶ ἡ *Γυμναστικὴ*. Οἱ ἀρχαῖοι Ἕλληνες ἐθεώρουν τὴν γυμναστικὴν ὡς τὸ πρωτιστον μάθημα παντὸς καλῶς ἀνατεθραμμένου Ἑλληνόπαιδος. Εἰς τὰ γυμνάσια των οἱ παῖδες καὶ οἱ νέοι, καὶ εἰς τοὺς δημοσίους ἀγῶνας οἱ ἄνδρες ἐγύμναζον τὰς σωματικὰς των δυνάμεις, τρέχοντες πεζοί, ἔφιπποι, ἢ ἐφ' ἀμάξης, παλαιόντες, πηδῶντες, ῥίπτοντες δίσκον ἢ ἀκόντιον, καὶ κατὰ διαφόρους ἄλλους τρόπους ἐξασκούμενοι.

Ὁ Σόλων, ὅστις ὡς νομοθέτης ἔμφρων ἐφρόντισε καὶ περὶ τῆς ἀνατροφῆς τῶν νέων, ἐσύστησε τὴν γυμναστικὴν, ὡς ἀναγκαιοτάτην πρὸς μόρφωσιν πολιτῶν ὑγιῶν, ἀνδρείων καὶ μεγαλοψύχων. Τὴν ἐπιτήρησιν δὲ τῆς διαγωγῆς καὶ τῶν νέων καὶ τῶν πολιτῶν ἀνέθεσεν εἰς τὸ σοφὸν δικαστήριον τοῦ Ἀρείου Πάγου.

Ἐκ τῶν χρεῶν τοῦ Ἀρείου Πάγου ἦτο τοὺς μὲν εὐπόρους νέους νὰ προτρέπη εἰς ἵππασίαν, εἰς κυνήγια, εἰς γυμνάσια, καὶ εἰς ἄλλας σωμαστικὰς, ὅπως καὶ τὴν ἀρ-

γίαν ἀποφεύγωσι, καὶ τὰ σώματά των καθιστώσιν ὑγιᾶ καὶ ἀνδρεία· τοὺς δὲ πτωχοὺς καὶ ἀργοὺς νὰ ἐνασχολῇ εἰς ἐργασίαν τινά, ἥτις καὶ τὰ σώματά των ἐγύμναζε, καὶ ἀπὸ τὰ δάθεθρια κακὰ τῆς ὀκνηρίας καὶ τῆς πτωχείας ἐπροφύλαττεν αὐτούς.

#### Ο ΦΩΚΙΩΝ ΚΑΙ Ο ΓΙΟΣ ΤΟΥ ΦΩΚΟΣ.

Φωκίων ὁ Ἀθηναῖος, ὅστις ἦτο εἰς τῶν πλέον φρονίμων, ἐναρέτων καὶ ἐνδόξων ἀνδρῶν τῆς ἀρχαίας Ἑλλάδος, εἶχεν υἱὸν ὀνομαζόμενον Φῶκον. Ἀλλὰ δυστυχῶς ὁ νέος Φῶκος δὲν ὠμοίαζε τὸν ἀγαθὸν πατέρα του, διότι καὶ ἄτακτος καὶ ὀκνηρὸς καὶ φιλοπότης ἦτο.

Ἐπιθυμῶν ὁ Φωκίων τὴν βελτίωσιν τῶν ἡθῶν τοῦ υἱοῦ του, μεταξὺ ἄλλων παρήγγειλεν αὐτὸν ν' ἀγωνισθῇ εἰς τοὺς ἀγῶνας, οἵτινες ἐτελοῦντο κατὰ τὴν ἑορτὴν τῶν Ἀθηνῶν, τὴν ὀνομαζομένην Παναθήναια· τὸν διέταξε δὲ ν' ἀγωνισθῇ οὐχὶ διὰ τὴν δόξαν καὶ τὸν στέφανον, καθὼς λέγει ὁ Πλούταρχος, ἀλλὰ διότι ἤλπιζεν ὅτι ἀναγκαζόμενος νὰ προγυμνάσῃ τὸ σῶμά του, ἤθελε βελτιώσῃ καὶ τὰ ἦθη του.

Τόσον δὲ ἀναγκαίαν εἰς τὴν ἡθικὴν μὀρφωσιν τῶν νέων ἐθεώρει ὁ φρόνιμος Φωκίων τὴν γυμναστικὴν καὶ τὴν αὐστηρὰν διαίταν, ὥστε ἀπεφάσισε ν' ἀποστείλῃ τὸν υἱὸν του εἰς τὴν Σπάρτην, ὅπου, κατὰ τοὺς νόμους τοῦ Λυκούργου, ἐξηκολούθουν οἱ νέοι καὶ σωματικῶς νὰ γυμνάζωνται, καὶ ὑπὸ αὐστηρὰν διαίταν νὰ ζῶσιν, ἐνῶ εἰς τὰς Ἀθήνας οἱ νόμοι τοῦ Σόλωνος εἶχον παραμεληθῇ, καὶ ἐπομένως τὰ ἦθη τῶν νέων εἶχον παραλύσει.

Τότε ἔζη εἰς τὰς Ἀθήνας καὶ ὁ Δημάδης, δημαγωγὸς

διεφθαρμένος και κακοήθης, ὅστις, θέλων νὰ πειράξῃ τὸν Φωκίωνα ὡς προτιμήσαντα τὴν Σπαρτιατικὴν ἀπὸ τὴν Ἀθηναϊκὴν ἀνατροφὴν, εἶπεν εἰρωνικῶς πρὸς αὐτόν — « Ἄν προτείνης εἰς τοὺς Ἀθηναίους νὰ παραδεχθῶσι τὴν νομοθεσίαν τοῦ Λυκούργου, εἶμαι ἕτοιμος νὰ ὑποστηρίξω τὴν πρότασίν σου. » Ἄλλ' ὁ Φωκίων ὀρθῶς τῷ ἀπήντησεν — « Ἦθελεν εἶσθαι πολὺ γελοῖον νὰ ὑποστηρίξῃς » τοὺς νόμους τοῦ Λυκούργου σύ, ὁ ἀλειμμένος μὲ τόσα » μυρωδικά, καὶ ὁ φορῶν χλαμύδα τόσον πολυτελεῖ! »

Παρεκαλέσαμεν τότε τὸν Γεροστάθην νὰ μᾶς εἶπῃ τίς ἦτο ὁ Λυκούργος, τὸν ὁποῖον ἀνέφερον. Ὁ δὲ καλὸς γέρον μᾶς εἶπε τὰ ἑξῆς·

Ο ΛΥΚΟΥΡΓΟΣ ΚΑΙ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΤΗΣ ΣΠΑΡΤΗΣ.

Ὁ Λυκούργος ἐγεννήθη εἰς τὴν Σπάρτην περὶ τὰ 770 ἔτη πρὸ Χριστοῦ. Ἦτο υἱὸς τοῦ βασιλέως τῆς Σπάρτης Εὐνόμου, τὸν ὁποῖον διεδέχθη ὁ μεγαλύτερος ἀδελφὸς τοῦ Λυκούργου.

Ὅτε δὲ ὁ ἀδελφὸς του ἀπέθανεν, ὁ Λυκούργος, ἂν ἦτο ἄδικος καὶ φιλόδοξος, εὐκόλως ἠδύνατο ν' ἀναβῆ ἐπὶ τοῦ θρόνου· ἀλλὰ, φίλος τῆς ἀληθείας καὶ τῆς δικαιοσύνης, παρουσίασεν εἰς τὸν λαὸν τὸν νεογεννηθέντα ἀνεψιὸν του Χαρίλαον, ὡς τὸν νόμιμον βασιλέα των, αὐτὸς δὲ ἀνχώρησε μακρὰν τῆς πατρίδος του.

Ἐπομένως περιηγήθη τὴν Κρήτην, τὴν Αἴγυπτον καὶ διαφόρους πόλεις τῆς Ἀσίας, σπουδάζων τοὺς νόμους αὐτῶν, καὶ συναναστρεφόμενος τοὺς τότε σοφοὺς, διότι πολὺ ἐπεθύμει ν' ἀναφανῆ ὠφέλιμος εἰς τὴν φίλην πατρίδα του, καὶ νὰ προικίσῃ αὐτὴν μὲ νόμους, διὰ τῶν ὁποίων οἱ

συμπολιταί του ν' ἀναδειχθῶσιν ἀνδρεῖοι καὶ ἐνάρετοι. Ἡ δὲ ἐπιθυμία του αὐτῆ εὐτυχῶς ἐξεπληρώθη.

Ἐπιστρέψας εἰς τὴν Σπάρτην, διὰ τῶν νόμων του ἐκάνονισε πρὸ πάντων τὴν ἀνατροφὴν τῶν παίδων. Ἐγνώριζεν ὁ Λυκοῦργος ὅτι, ἐὰν ὁ κηπουρὸς δὲν φροντίσῃ ἐν καιρῷ τὰ μικρά του δένδρα, θέλουσιν μεγαλώσει στραβά καὶ ἀδιόρθωτα. Ἐπειδὴ δὲ ἡ Σπάρτη τότε περιεκυκλοῦτο ὑπὸ πολλῶν ἐχθρῶν, καὶ ἐπομένως εἶχεν ἀνάγκην ἀνδρείων πολιτῶν, διέταξεν ὁ Λυκοῦργος ὅλα τὰ τέκνα τῆς Σπάρτης ν' ἀνατρέφωσιν εἰς τὴν γυμναστικὴν, τὴν σκληραγωγίαν, τὴν λιτότητα, τὰς στρατιωτικὰς ἀσκήσεις, τὴν πειθαρχίαν, καὶ τὴν ἀγάπην τῆς πατρίδος. Τοιοῦτοτρόπως δὲ κατώρθωσεν ὥστε οἱ Σπαρτιαῖται νὰ γίνωσιν μετὰ τινὰς χρόνους ἀνδρεῖοι καὶ μεγαλόψυχοι, ἐνάρετοι καὶ φιλοπάτριδες, ἔτοιμοι νὰ θυσιάζωσιν τὸ πᾶν ὑπὲρ πατρίδος.

Κατὰ τοὺς νόμους τοῦ Λυκοῦργου, ἅμα τὸ παιδίον ἐγίνετο ἐπτὰ ἐτῶν, ἐλαμβάνετο ἐκ τῆς πατρικῆς οἰκίας, καὶ ὠδηγεῖτο εἰς τὰ δημόσια σχολεῖα, ὅπου οἱ παιδονόμοι ἀνεδέχοντο τὴν ἀνατροφὴν του. Ἐκεῖ διὰ τῆς γυμναστικῆς, τῆς ἀπλῆς διαίτης, τῆς σκληραγωγίας, τῆς λιτότητος καὶ τῆς πειθαρχίας, ἐμορφόνοντο νέοι ὑγιεῖς, ἀνδρεῖοι, μεγαλόψυχοι, ἐνάρετοι, εὐπειθεῖς καὶ ἔτοιμοι νὰ ὑποφέρωσιν ὑπὲρ τῆς πατρίδος ὅλας τὰς κακουχίας τῶν ἐκστρατειῶν καὶ τῶν πολέμων.

Εἰς τὰ σχολεῖα καὶ τὰ γυμνάσιά των ἤκουον προσέτι συχνάκις οἱ νέοι τοὺς γέροντας, διηγουμένους τὰς ἀρετὰς καὶ τὰ ἀνδραγαθήματα τῶν προγόνων των, καὶ τοιοῦτοτρόπως ἡ φιλοτιμία τῶν παίδων ἠρεθίζετο εἰς ἔργα ἐνδοξὰ καὶ πατριωτικά.

Καί εἰς αὐτοὺς τοὺς χοροὺς, καὶ εἰς αὐτὰ τὰ τραγῳδία-  
των, τὴν ἀνδρίαν καὶ τὴν φιλοπατρίαν ἐδιδάσκοντο τὰ  
τέκνα τῆς Σπάρτης. Χορεύοντες, οἱ μὲν γέροντες ἔψαλλον·

«*Ἄμεσ ποί' ἡμεσ ἄλκιμοι γεαρίαί'*»

οἱ δὲ νέοι,

«*Ἄμεσ δὲ γ' ἐσμέν' ἄρ δὲ λῆς, πεῖραν λάβε.*»

οἱ δὲ παῖδες,

«*Ἄμεσ δὲ γ' ἐσόμεθα πολλῷ κάβροτες.*»

Μὴ ἐννοήσαντες τοὺς ἑλληνικοὺς αὐτοὺς στίχους, παρε-  
καλέσαμεν τὸν Γεροστάθην νὰ τοὺς ἐξηγήσῃ· ὁ δὲ γέρον  
ἤρμηνευσε τὸ νόημα αὐτῶν οὕτως·

Οἱ γέροντες,

«*ὦ! ἡμεθα κ' ἡμεῖς ποτε ἀνδρεία καλλικάρια!*»

Οἱ νέοι,

«*Πλὴν τώρα εἴμεθα ἡμεῖς δοκίμασον ἄρ θέλης.*»

Οἱ παῖδες,

«*Ἡμεῖς δὲ θέλομεν φανῆ πολὺ καλλίτεροί σας.*»

Ο ΔΙΓΚΟΥΡΓΟΣ ΚΑΙ Ο ΟΜΗΡΟΣ.

Εἰς τὰ σχολεῖα, ἐξηκολούθησεν ὁ Γεροστάθης, ἠκροά-  
ζοντο οἱ παῖδες τῶν Σπαρτιατῶν καὶ τὰ ἥρωικά ποιή-  
ματα τοῦ Ὀμήρου . . .

Διεκόψαμεν τότε τὴν διήγησιν τοῦ γέροντος, ἐρωτή-  
σαντες αὐτὸν τίς ἦτο ὁ Ὀμηρος. Ὁ δὲ ἀπεκρίθη·

Ὁ Ὀμηρος ἔζη περίπου ἑκατὸν ἔτη πρὸ τοῦ Λυκούργου·  
εἶναι ὁ μεγαλύτερος ποιητὴς ὄχι μόνον τῆς Ἑλλάδος, ἀλλὰ  
καὶ ὅλου τοῦ κόσμου· οὐδεὶς ἄλλος ἠδυνήθη νὰ φθάσῃ τὸ  
ὕψος, τὸ μεγαλεῖον καὶ τὸ κάλλος τοῦ Ὀμήρου. Δύο δὲ  
εἶναι τὰ μεγάλα ποιήματά του, ἡ Ἰλιάς καὶ ἡ Ὀδύσεια,

τὰ ὅποια πρὸ τρισχιλίων περίπου ἐτῶν ἀναγινώσκονται, καὶ θέλουν ἀναγινώσκεσθαι πάντοτε μετὰ θαυμασμοῦ καὶ ἀγαλλιάσεως.

Τὰ ὠραῖα αὐτὰ ποιήματα ἦσαν ὀλίγον γνωστὰ εἰς τὴν Ἑλλάδα κατὰ τὴν ἐποχὴν τοῦ Λυκούργου. Λέγεται δὲ ὅτι αὐτός, εὐρῶν ἐν χειρόγραφον τῆς Ἰλιάδος καὶ τῆς Ὀδυσσεΐας εἰς τὰς περιηγήσεις του κατὰ τὴν Μικρὰν Ἀσίαν, πρῶτος ἐκοινοποίησεν εἰς τοὺς Ἕλληνας αὐτὰς τὰς δύο ἀθανάτους θυγατέρας τοῦ μεγάλου ποιητοῦ.

Εἰς τὴν Ἰλιάδα του ὁ Ὅμηρος ψάλλει τὴν ἀνδρίαν καὶ τὰς νίκας τῶν Ἑλλήνων κατὰ τῶν Ἀσιανῶν, θέτων τοὺς Ἕλληνας ὑπὸ τὴν προστασίαν τῆς Παλλάδος Ἀθηνᾶς, ἥτοι τῆς ἀνδρίας ὀδηγουμένης ὑπὸ τῆς φρονήσεως, τοὺς δὲ Ἀσιανούς Τρωαδίτας ὑπὸ τὴν προστασίαν τῆς Ἀφροδίτης, ἥτοι τῶν ἡδονῶν καὶ τῆς μαλθακότητος.

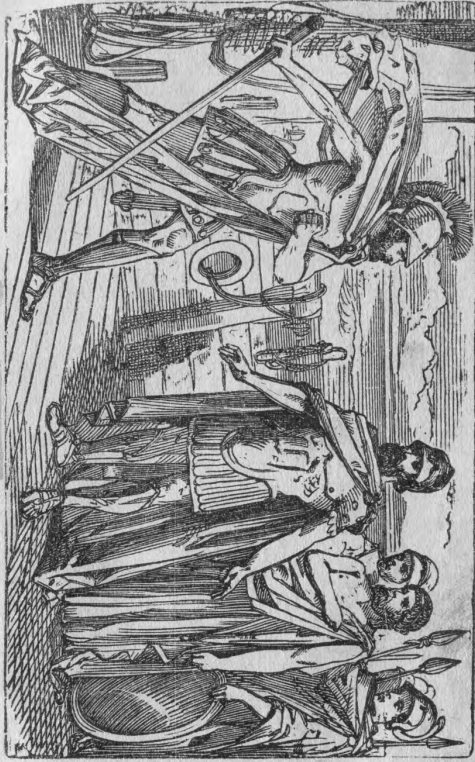
Ὅθεν ὁ Λυκούργος ἐθεώρησε κατάλληλον ν' ἀκροάζωνται τὸ ἡρωϊκὸν αὐτὸ ποίημα τὰ τέκνα τῆς Σπάρτης, ὅπως ἐξάπτηται ἡ φιλοτιμία των πρὸς ἀπομίμησιν τῶν Ὀμηρικῶν ἡρώων καὶ τῶν κατορθωμάτων αὐτῶν.

#### Ο ΛΥΚΟΥΡΓΟΣ ΚΑΙ ΑΙ ΣΠΑΡΤΙΑΤΙΔΕΣ.

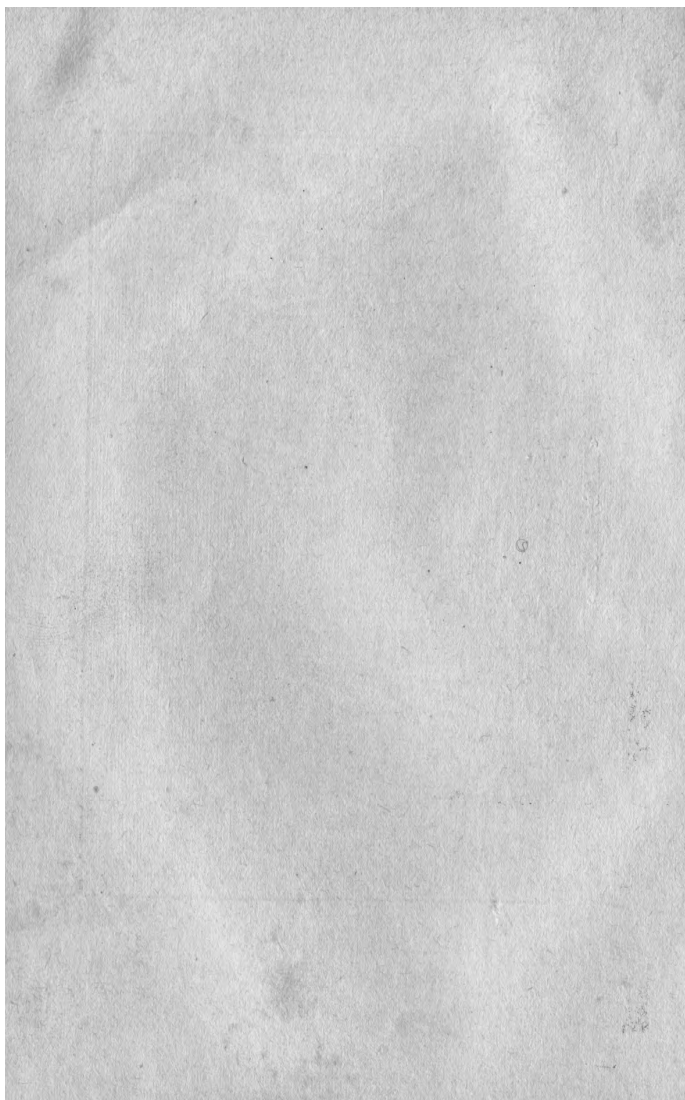
Κατὰ τὴν νομοθεσίαν τοῦ Λυκούργου καὶ αὐταὶ αἱ νέαι Σπαρτιατίδες ἐχρεώσθον νὰ γυμνάζωσι τὰς σωματικὰς των δυνάμεις, διὰ νὰ προετοιμάζωνται μητέρες καὶ τροφοὶ ὑγιεῖς καὶ εὐρωστοὶ εὐρώστων καὶ ὑγιῶν τέκνων. Προσέτι δὲ ἀνετρέφοντο αἱ νέαι τῆς Σπάρτης μὲ τὰ ὑψηλότερα αἰσθήματα τῆς φιλοπατρίας.

Ὅτε ἡ Σπαρτιατὶς Γοργῶ ἔστειλε τὸν υἱὸν της εἰς τὸν πόλεμον, δὲν ἐλυπεῖτο, δὲν ἔκλαιε, δὲν ἔτοισεν ἄλλὰ:

«591 ιωβ (ι ανη Η.»



(ΓΕΡΟΣΤ. ΜΕΡΟΣ Α')



ἐγχειρίζουσα εἰς αὐτὸν τὴν ἀσπίδα, λακωνικῶς τῷ ἔλεγον «*ἦ τὰν, ἦ ἐπὶ τὰς,*» ἤτοι «*ἦ νὰ φέρῃς τὴν ἀσπίδα αὐτὴν ὀπίσω νικητῆς, ἢ ἐπ' αὐτῆς νὰ σὲ φέρωσι πεσόντα ὑπὲρ πατρίδος.*» Ἄλλοιμονον εἰς τὸν Σπαρτιάτην, ὅστις ἔρριπτε τὴν ἀσπίδα καὶ τὰ ὄπλα του εἰς τὴν μάχην διὰ νὰ σωθῇ! Ὁ δειλὸς καὶ ρίψασπις ἦτο τὸ ἀντικείμενον τῆς γενικῆς περιφρονήσεως καὶ ἀποστροφῆς.

Μαθούσα ἡ Σπαρτιάτις Ἀργιλεωνίς ὅτι ὁ υἱὸς τῆς Βρασιδᾶς ἐφονεύθη εἰς τὴν μάχην τῆς Ἀμφιπόλεως, ἀντὶ νὰ κλαύσῃ, ἠρώτησεν ἐὰν ὁ Βρασιδᾶς ἀπέθανεν ἀξίως τῆς Σπάρτης. Ὅτε δὲ οἱ ἐπιστρέψαντες ἐκ τῆς μάχης τῇ ἔλεγον «*ὅτι ἄλλον τοιοῦτον δὲν ἔχει ἡ Σπάρτη,*» ἡ μετρίοφρων καὶ φιλόπατρις Ἀργιλεωνίς «*μὴ λέγετε, εἶπε, τοῦτο, ὦ φίλοι· γαί μὲν καλὸς καὶ ἀγαθὸς ἦτο ὁ Βρασιδᾶς, ἀλλ' ἡ πατρίς ἔχει πολλοὺς καλλιτέρους ἐκείνου.*»

Τοιαύτας γυναῖκας ἔχουσα ἡ Σπάρτη ἐδοξάσθη· διότι ἀπὸ τὴν ἀνατροφὴν τῶν γυναικῶν κρέμαται ἡ εὐτυχία ἡ ἐπισημοσύνη καὶ ἡ ἀριστεροσύνη τῶν ἐθνῶν καὶ τῶν πόλεων. Ὅταν αἱ γυναῖκες ἦναι ὑγιεῖς καὶ γενναῖαι, ὑγιᾶ, ἀνδρεία καὶ μεγαλόψυχα ἀνατρέφουν τὰ τέκνα αὐτῶν· ὅταν αἱ γυναῖκες ἦναι ἐνάρετοι, φιλόπονοι, οἰκονόμοι καὶ ἐχθραὶ τῆς πολυτελείας, τὰ δημόσια ἔθνη διατηροῦνται ἀγνά, καὶ αἱ κοινῶν αἰ ἐπομένως εὐδαιμονοῦν καὶ ἀκμάζουν.

ΑΝΑΤΡΟΦΗ ΤΟΥ ΜΕΓΑΛΟΥ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥ.

Σπαρτιατικῶς, εἶπεν ὁ Γεροστάθης, ἀνετράφη καὶ ὁ Ἀλέξανδρος, ὁ υἱὸς τοῦ βασιλέως τῆς Μακεδονίας Φιλίππου, καὶ δι' αὐτὸ ἐπραξεν ἔργα μεγάλα, καὶ Μέγας ἐπινομάσθη. Ὁ Μέγας Ἀλέξανδρος ἦτο συγγενὴς μας.

— Συγγενής μας! καὶ πῶς! ἐκστατικοὶ εἶπομεν. Ὁ δὲ Γεροστάθης ἐπανελάβε — Ναὶ συγγενής μας· εἶχε φλέβα Ἠπειρωτικὴν, διότι ἡ μήτηρ του Ὀλυμπιάς ἦτο θυγάτηρ τοῦ Νεοπτολέμου, βασιλέως τῆς ποτὲ ἐλευθέρας Ἠπείρου. Ὁ δὲ παιδαγωγός, ὅστις ἀνέθρεψε τὸν Ἀλέξανδρον, ἦτο ὁ Λεωνίδα, συγγενής τῆς μητρὸς του Ὀλυμπιάδος.

Νέος ὢν ὁ Ἀλέξανδρος, ἐγυμνάζετο εἰς τὴν ἰππασίαν καὶ εἰς τὸ κυνήγιον τῶν ἀγρίων ζώων· συνείθιζε δὲ νὰ ἦναι ἐγκρατὴς καὶ λιτὸς περὶ τὴν διαίταν, νὰ ὑπομένῃ δὲ τὴν σκληραγωγίαν καὶ τοὺς κόπους· καὶ οὕτω κατέστη ὑγιής, δραστήριος, ἀνδρεῖος καὶ μεγαλόψυχος.

Δι' αὐτῶν καὶ ἄλλων προτερημάτων κατώρθωσεν, ὅτε εἰκοσαετῆς διεδέχθη τὸν πατέρα του Φίλιππον, νὰ ἐκλεχθῆ εἰς τὴν Κόρινθον *Ἄυτοκράτωρ στρατηγὸς τῆς Ἑλλάδος κατὰ τῶν βαρβάρων τῆς Ἀσίας*, καὶ νὰ καθυποτάξῃ ἐντὸς δώδεκα ἐτῶν ὑπὸ τὸ σκῆπτρον τοῦ ἑλληνικοῦ πολιτισμοῦ τὴν βάρβαρον Ἀσίαν, ἐκτείνας τὸ κράτος του ἀπὸ τῆς Ἑλλάδος μέχρι τοῦ Ἰνδικοῦ Ὠκεανοῦ!

Ὅτε ὁ μέγας Ἀλέξανδρος παρετήρησεν ὅτι τινὲς τῶν στρατηγῶν του ἤρχισαν νὰ ἀρέσκωνται εἰς τὴν μαλθακὴν ζωὴν τῶν Ἀσιανῶν, εἶπε πρὸς αὐτοὺς «Δὲν βλέπετε, φίλοι, ὅτι οἱ μὲν βάρβαροι, ὄντες μαλθακοὶ καὶ ἄνανδροι, εὐκόλως νικῶνται, ἐνῶ ἡμεῖς οἱ Ἕλληνες, κοπιᾶζοντες, καὶ σκληραγωγούμενοι, καθ' ἡμέραν νικῶμεν αὐτούς; δὲν ἐνθυμεῖσθε πόσον γλυκὺς μετὰ τὸν κόπον εἶναι ὁ ὕπνος; δὲν συγκρίνετε τὸν Ἕλληνα μὲ τὸν Ἀσιανόν, ὅπως πεισθῆτε ὅτι ἡ μὲν τροφὴ εἶναι δουλικώτατος, ὁ δὲ κόπος βασιλικώτατος;»

Εἶγε δίκαιον ὁ μέγας Ἀλέξανδρος, καὶ οἱ φρόνιμοι αὐ-

τοῖ λόγῳ· τοῦ ἠδύναντο καὶ σήμερον νὰ σωφρονήσωσί τινας, οἵτινες, λησμονοῦντες τὰς προγονικὰς ἀρετὰς, ἀσπάζονται τὰ ἀσιανὰ ἐλαττώματα, ὡς τὴν ὀκνηρίαν καὶ μαλθακότητα, τὴν πολυτέλειαν καὶ ἀκρασίαν, τὴν ὑπερψίαν καὶ τὸν ἐγωϊσμόν.

Οἱ ἔνδοξοι πρόγονοί μας, ἐξασκοῦντες τὸ μὲν σῶμα διὰ τῆς γυμναστικῆς, τὴν δὲ ψυχὴν διὰ τῆς ἀρετῆς καὶ τῆς παιδείας, ὄχι μόνον ἐπὶ Ἀλεξάνδρου κατέκτησαν τὴν Ἀσίαν καὶ Ἀφρικὴν, ἀλλὰ καὶ πρὸ τοῦ Ἀλεξάνδρου κατώρθωσαν νὰ διασώσωσι τὴν ἐλευθερίαν καὶ τὸν πολιτισμὸν τῆς Ἑλλάδος, κατατροπώσαντες καὶ εἰς τὸν Μαραθῶνα, καὶ εἰς τὰς Θερμοπύλας, καὶ εἰς τὴν Σαλαμίνα, καὶ εἰς τὰς Πλαταιὰς τοὺς ἀπείρους βαρβαρικοὺς στρατοὺς, οἵτινες ἐκ τῆς Ἀσίας εἶχον ἐλθεῖ πρὸς ὑποδούλωσιν τῆς Ἑλλάδος.

Ὁ ἀγαθὸς Γεροστάθης, δσάκις ὠμίλει περὶ τῶν προγόνων μας, ἐθερμαίνετο καὶ ἐνθουσιάζετο διὰ τῶν ζωηρῶν δὲ ὀφθαλμῶν του, διὰ τῶν ἐκφραστικῶν χειρονομιῶν καὶ τῆς ἐνθέρμου φωνῆς του μετέδιδε καὶ εἰς τὰς ἀπαλὰς ἡμῶν καρδίας τὸν ἠλεκτρισμόν, τὴν θέρμην καὶ τὸν ἐνθουσιασμόν τῆς εὐγενοῦς του ψυχῆς. Παρεκαλέσαμεν δὲ τότε αὐτὸν νὰ μᾶς διηγηθῆ τὰ τοῦ Μαραθῶνος καὶ τῶν Θερμοπυλῶν. Ὁ δὲ Γεροστάθης διηγήθη τὰ ἐξῆς.

Ο ΜΙΑΤΙΑΔΗΣ ΚΑΙ Ο ΑΡΙΣΤΕΙΔΗΣ ΕΙΣ ΤΟΝ ΜΑΡΑΘΩΝΑ.

Ὁ μέγας βασιλεὺς τῆς Περσίας Δαρεῖος, ἀποφασίσας νὰ ὑποδουλώσῃ τὴν μικρὰν Ἑλλάδα, ἔστειλε κατ' αὐτῆς ἐκ τῆς Ἀσίας ἐξακόσια πλοῖα καὶ ἑκατὸν εἴκοσι χιλιάδας στρατοῦ. Ὅτε δὲ ὁ Περσικὸς στρατὸς ἀπεβιβάσθη εἰς τὸν

Μαραθῶνα, πεδιάδα τῆς Ἀττικῆς, οἱ Ἀθηναῖοι ἔστειλαν κατ' αὐτῶν δέκα μόνον χιλιάδας ἀνδρῶν.

Δέκα στρατηγοὶ Ἀθηναῖοι ἐδιοίκουν τὰς δέκα ταύτας χιλιάδας· ἕκαστος δὲ τῶν δέκα στρατηγῶν εἶχεν ἀνά μίαν ἡμέραν κατὰ σειρὰν τὴν γενικὴν ἀρχιστρατηγίαν.

Τὸ σύστημα τοῦτο τῆς κατὰ σειρὰν ἀρχιστρατηγίας πῦχαρίσκει μὲν τὴν φιλαρχίαν, τὴν φιλοπρωτίαν, καὶ τὴν φιλοδοξίαν ὄλων, δὲν ἤρρεσεν ὅμως εἰς τὸν φρόνιμον Ἀριστείδην, ἂν καὶ ἦτο εἰς ἓκ τῶν δέκα.

Εὐτυχῶς ὁ Ἀριστείδης δὲν ἐμολύνετο ἀπὸ τὸ ὀλέθριον πάθος τῆς φιλαρχίας καὶ φιλοπρωτίας. Ὁ Ἀριστείδης, ὢν φιλόπατρις, δὲν ἦτο φιλόπρωτος. Ὁ φιλόπρωτος εἶναι φίλος τοῦ ἑαυτοῦ του. Ὁ δὲ ἀγαπῶν τὴν πατρίδα του δὲν ἀνέχεται ποτε νὰ πρωτεύῃ αὐτός, ἂν καὶ ἀνίκανος, ἀλλ' ἐπιθυμεῖ νὰ πρωτεύῃ ὁ ἱκανώτερος, διὰ νὰ εὐδοκιμῇ ἡ πατρίς.

Ὁ Ἀριστείδης λοιπὸν ἐπρότεινε ὅτι τὸ συμφέρον τῆς πατρίδος ἀπαιτεῖ νὰ θυσιάσωσι πᾶν αἶσθημα φιλαρχίας καὶ φιλοπρωτίας, καὶ ν' ἀναθέσωσι διαρκῶς τὴν ἀρχιστρατηγίαν εἰς τὸν ἱκανώτερον καὶ ἐμπειρότερον μεταξὺ τῶν δέκα. Εὐτυχῶς δὲ ἡ ἔμφρων πρότασις τοῦ Ἀριστείδου ἐγένετο δεκτὴ, καὶ ὁ Μιλτιάδης, ὅστις ἦτο ὁ ἐμπειρότερος στρατηγὸς τῶν Ἀθηναίων, ἀνέλαβε τὴν ἀρχιστρατηγίαν, καὶ διὰ τῆς λαμπρᾶς νίκης του ἐδόξασε τὴν πεδιάδα τοῦ Μαραθῶνος.

Ἐξ χιλιάδες Περσῶν ἐθυσιάσθησαν κατὰ τὴν ἡμέραν ἐκείνην πρὸς ταπεινώσιν καὶ σωφρονισμόν τοῦ ὑπερηφάνου Δαρείου. Ἐπτὰ δὲ ἐκ τῶν Περσικῶν πλοίων προφθάσαντες οἱ Ἕλληνες εἰς τὸ παράλιον, κατέκαυσαν ὡς ὀλοκαυτῶ-

ματα ἐπὶ τοῦ βωμοῦ τῆς Ἑλληνικῆς ἐλευθερίας· ἐκ τῶν Ἑλλήνων δὲ μόνον ἑκατὸν ἐννεηκόντα ἔπεσαν ἐνδόξως ὑπὲρ πατρίδος.

Μεταξὺ τῶν πεσόντων ἦτο καὶ ὁ *Κυναίγειρος*, ἀδελφὸς τοῦ Αἰσχύλου, τοῦ ἀρχαιοτέρου τραγικοῦ ποιητοῦ τῆς Ἑλλάδος. Ὁ *Κυναίγειρος*, προφθάσας νὰ συλλάβῃ διὰ τῆς ἀριστερᾶς του χειρὸς ἐν τῶν Περσικῶν πλοίων ἔτοιμον ν' ἀποπλεύσῃ, κατέσφαζε διὰ τῆς δεξιᾶς τοὺς ἐν τῷ πλοίῳ ἐχθροὺς· ὅτε δὲ οἱ Πέρσαι ἔκοψαν τὴν κρατοῦσαν τὸ πλοῖον στιβαρὰν χειρὰ του, ὁ μεγαλόψυχος Ἕλληνας δὲν ἐδειλίασεν· ἀλλὰ προσπαθῶν, ὡς ἄλλος λέων, διὰ τῶν ὀδόντων νὰ κρατήσῃ τὸ πλοῖον, εὔρε τὸν ὑπὲρ πατρίδος ἡρωϊκὸν θάνατον, τὸν γλυκύτερον καὶ ἐνδοξότερον παντὸς ἄλλου θανάτου.

Ἰδοῦ, παιδιά μου, εἶπεν ὁ Γεροστάθης, τὰ ἐξαίσια ἀποτελέσματα τῆς ἀγατροφῆς, τῆς ἀνδρίας, τῆς ἐλευθερίας, καὶ τῆς φιλοπατρίας! Δέκα χιλιάδες Ἑλλήνων κατατροπῶν ἑκατὸν εἴκοσι χιλιάδας Περσῶν, καὶ νικῶσιν οὕτω τοὺς νικητὰς τῶν Μῆδων, τῶν Λυδῶν, τῶν Βαβυλωνίων! Ἀλλὰ καὶ οἱ Πέρσαι, καὶ οἱ Μῆδοι, καὶ οἱ Βαβυλώνιοι ἦσαν ἄσιανοὶ ἀνάνδρως ἀνατρεφόμενοι, ἐνῶ οἱ Ἕλληνας παιδιόθεν ἐξήσκουν τὸ μὲν σῶμα εἰς τὴν ἀνδρίαν, τὸ δὲ φρόνημα εἰς τὴν ἐλευθερίαν, τὴν δὲ κάρδιαν εἰς τὴν ἀγάπην τῆς πατρίδος.

Ἐν τούτοις ἅς μὴ λησμονήσωμεν ὅτι, ἂν ὁ Ἀριστείδης δὲν ἐθυσίαζεν εἰς τὸν βωμὸν τῆς πατρίδος τὸ αἶσθημα τῆς φιλοπρωτίας, ἂν αὐτὸς πρῶτος δὲν παρεχώρει τὴν ἀρχιστρατηγίαν εἰς τὸν Μιλτιάδην, λέγων ὅτι «τὸ νὰ ὑποτασσῆται εἰς εἰς τοὺς ἰκανωτέρους καὶ ἐμπειροτέρους

## 72 Η ΜΗΤΗΡ ΤΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΑΝΔΡΙΑΣ.

του δὲν εἶναι αἰσχρὸν, ἀλλὰ μάλιστα σεμνὸν καὶ σωτήριον», ἴσως ἡ Ἑλλάς ὅλη ἐξανδραποδιζομένη ἔκτοτε ἤθελεν ἐκβαρβαρωθῆ, ἡ δὲ Εὐρώπη δὲν ἤθελεν εἶσθαι ὅποια σήμερον εἶναι.

### Ο ΛΕΩΝΙΔΑΣ ΕΙΣ ΤΑΣ ΘΕΡΜΟΠΥΛΑΣ.

Ἡ καταστροφή τοῦ Περσικοῦ στρατοῦ εἰς τὸν Μαραθῶνα, ἐξηκολούθησεν ὁ γέρον, ἀντὶ νὰ σωφρονίσῃ τὸν υπερήφανον Δαρεῖον, ἔτι μᾶλλον ἐξηγρίωσεν αὐτόν. ἤρχισε λοιπὸν νὰ προετοιμάζῃ στρατοὺς μεγάλους, σκοπεύων νὰ ἐκστρατεύσῃ αὐτοπροσώπως, ὅπως ἐκπλύνῃ τὸ Μαραθῶνιον αἰσχὸς του. Ἀλλ' ἐπελθὼν ὁ θάνατος ἐματαίωσε τὰ σχέδιά του· τὴν πραγματοποιήσῃν ὁμῶς αὐτῶν ἀνέλαβεν ὁ Ξέρξης, ὁ υἱὸς καὶ διάδοχος του.

Δέκα ἔτη μετὰ τὴν μάχην τοῦ Μαραθῶνος ἐξεστράτευσεν ὁ Ξέρξης κατὰ τῆς Ἑλλάδος, φέρων κατ' αὐτῆς δύο ἑκατομμύρια στρατοῦ, ὑπὲρ τὰ χίλια τετρακόσια πολεμικὰ πλοῖα, χίλια πλοῖα φορτηγά, καὶ τρία περίπου ἑκατομμύρια δούλων.

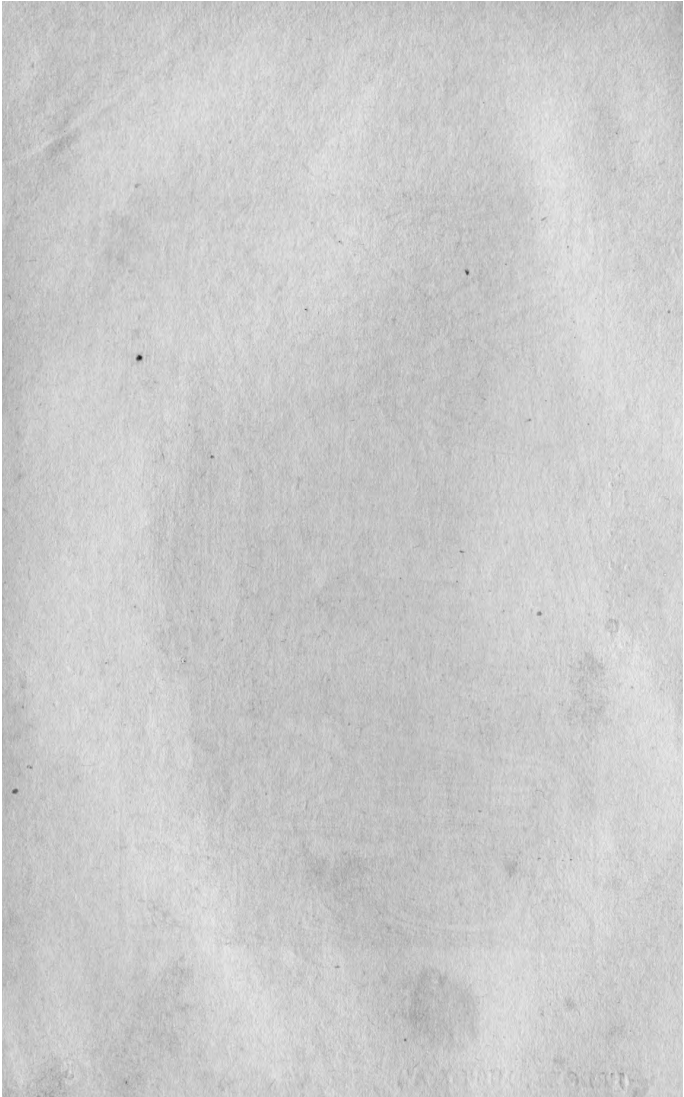
Ἀφοῦ διέβη ἀπὸ τῆς Ἀσίας εἰς τὴν Εὐρώπην διὰ τοῦ Ἑλλησπόντου, ἐπροχώρησε διὰ τῆς Θράκης εἰς τὴν Μακεδονίαν, καὶ διὰ τῆς Μακεδονίας εἰς τὴν Θεσσαλίαν, καὶ διὰ τῶν Θερμοπυλῶν ἐπρόκειτο νὰ εἰσέλθῃ εἰς τὴν κυρίως λεγομένην Ἑλλάδα.

Ἀλλ' οἱ Ἕλληνας εἶχον προκαταλάβει τὸ στενὸν τῶν Θερμοπυλῶν, στείλαντες πρὸς ὑπεράσπισιν τῆς θέσεως ταύτης τὸν βασιλέα τῆς Σπάρτης Λεωνίδα, ὀδηγοῦντα ἑξ ἑξακοντάδας Ἑλλήνων, ἐξ ὧν τριακόσιοι Σπαρτιᾶται.

Ὅτε ὁ Ξέρξης ἐπληροφόρηθη ὅτι τόσον ὀλίγοι Ἕλληνας



«ΕΑΘΩΝ ΛΑΒΕΤΩ»



ἐπρόκειτο νὰ διαφιλονεικήσωσιν εἰς τοὺς πολυαριθμοὺς στρατοὺς του τὴν δίοδον, ἐγέλασεν ἄλλὰ συγχρόνως ἐθαύμασε, μαθὼν ὅτι μὲ ἄκραν ἀταραξίαν περιέμενον τὴν μάχην, κτενίζοντες τὰς μακρὰς των κόμας, καὶ ἐξασκούμενοι εἰς τὰ ἀγαπητὰ των γυμνάσια.

Τεσσάρων ἡμερῶν προθεσίαν ἔδωκεν ὁ Ξέρξης πρὸς τὸν Λεωνίδα, ὅπως σκεφθῆ τὸν μέγαν κίνδυνον καὶ τὴν βεβαίαν καταστροφὴν του, καὶ ἐπομένως ἀναχωρήσῃ, ἀφίνων τὴν εἴσοδον ἐλευθέραν· ἀλλ' ἐπειδὴ ὁ Λεωνίδας καὶ οἱ ὑπ' αὐτὸν Ἕλληνες ἔμενον σταθεροὶ εἰς τὴν θέσιν των, ὁ Ξέρξης ἀπέστειλε πρέσβεις διὰ νὰ ζητήσῃ τὴν παράδοσιν τῶν ὕπλων. «*Ἐλθὼν λαβέτω,*» ἀπήντησε τότε λακωνικῶς καὶ γενναίως ὁ ἀτρόμητος Λεωνίδας.

Ὅτε δὲ τις τῶν πρέσβεων διὰ νὰ ἐκφοβίσῃ τοὺς Ἕλληνας εἶπεν ὅτι τόσον πολλὰ εἶναι τὰ ἐχθρικά στρατεύματα, ὥστε τὰ βέλη ριπτόμενα θέλουσι τοῖς ἀποκρύψει τὸν ἥλιον, «*τόσον καλλίτερα,*» ἀπήντησαν οἱ Σπαρτιάται, «*θέλωμεν πολεμήσει ὑπὸ σκιά.*»

Ὁ ὑπερήφανος βασιλεὺς μαθὼν ταῦτα ὠργίσθη, καὶ ἀμέσως διέταξε τοὺς στρατοὺς του νὰ ὀρμήσωσι καὶ συλλάβωσι ζῶντας τοὺς ὀλίγους ἐκείνους αὐθάδεις Ἕλληνας, δεσμίους δὲ νὰ παρουσιάσωσιν αὐτοὺς ἐνώπιόν του.

Ἀλλ' ἐπὶ δύο ὀλοκλήρους ἡμέρας ὄλαι αἱ ἀπειράριθμοι δυνάμεις τῆς Ἀσίας δὲν ἠδυνήθησαν νὰ κλονίσωσι τὴν καρτερίαν καὶ τὴν ἀνδρίαν τῶν ὀλίγων Ἑλλήνων. Ἀντικρούοντες γενναίως οἱ Ἕλληνες καὶ σωρηδὸν κατασφάζοντες τοὺς ἐφορμῶντας βαρβάρους, διετηρήθησαν εἰς τὴν θέσιν των ἀκλόνητοι, ὡς οἱ βράχοι τῶν θερμοπυλῶν, ὑπὸ τοὺς ὁποίους ἐμάχοντο. Ἐπὶ τέλους δὲ ἤθελον θριαμβεύσει, ἐὰν ὁ ἐπι-

κατάρατος Ἐφιάλτης, δὲν ὠδήγει δι' ἀγνώστου μονοπατίου τοῦ ὄρους Οἴτης εἴκοσι χιλιάδας Περσῶν πρὸς περικύκλωσιν τῶν Ἑλλήνων.

Ὁ Λεωνίδας ἰδὼν τὴν προδοσίαν, καὶ ἐπομένως τὸν θάνατον βέβαιον, ἀπέστειλεν ἀμέσως εἰς τὰς πόλεις τῶν τοῦς ὑπὸ τὰς δδηγίας τοῦ Ἑλληνας, ὅπως χρησιμεύσωσιν εἰς ἄλλην περίστασιν. Ἐκράτησε δὲ μεθ' ἑαυτοῦ τοὺς τριακοσίους Σπαρτιάτας, εἰπὼν ὅτι αὐτοί, κατὰ τοὺς νόμους τῆς Σπάρτης, δὲν δύνανται ν' ἀφήσωσι τὴν θέσιν τῶν, ἀλλὰ χρεωστοῦν νὰ τὴν ὑπερασπισθῶσι μέχρι τελευταίας πνοῆς. Ἐκτὸς δὲ τούτου χρησμὸς τις εἶχεν ἀναγγεῖλαι ὅτι *κατὰ τὸν πόλεμον ἐκεῖνον ἢ ἡ Σπάρτη ἔπρεπε νὰ χαθῆ, ἢ εἰς τῶν βασιλέων της νὰ φορευθῆ.* Ὄθεν ὁ βασιλεὺς Λεωνίδας προθύμως ἀπεφάσισε νὰ θυσιασθῆ εἰς τὰς Θερμοπύλας πρὸς σωτηρίαν τῆς πατρίδος του.

Ἄμα λοιπὸν ἐπῆλθε τὸ σκότος τῆς νυκτός, ὡς κεραυνὸς μετὰ τῶν τριακοσίων του ἐπιπίπτει κατὰ τοῦ Περσικοῦ στρατοῦ. Τρόμος καὶ φρίκη καταλαμβάνει τοὺς βαρβάρους, τὸ δὲ σκότος ἔτι μάλλον αὐξάνει τὴν ταραχὴν τῶν. Δύο ἀδελφοὶ τοῦ Εἰζῆξου καὶ εἴκοσι χιλιάδες Ἀσιανῶν πίπτουν ὑπὸ τὰ στιβαρὰ ξίφη τῶν τριακοσίων ἡρώων· ἀλλ' ἀπαυδήσαντες σφάζοντες, ἔπεσαν καὶ αὐτοὶ ἐπὶ τέλους, ἀνταλλάξαντες τὴν πρόσκαιρον ζωὴν με δόξαν ἀθάνατον, ἣτις αἰωνίως θέλει λαμπρύνει καὶ τὸν Λεωνίδα, καὶ τοὺς τριακοσίους, καὶ τὴν γεννήσασαν αὐτοὺς Σπάρτην.

Ἐπὶ τοῦ μνημείου τῶν ἡρώων τούτων οἱ Σπαρτιᾶται, θιά νὰ παραδώσωσιν εἰς τὰς ἐπερχομένας γενεάς τὴν πει-

θαρχίαν καὶ φιλοπατρίαν τῶν πεπόντων, ἐχάραξαν δίστιχον τοῦ ὁποίου ἰδοῦ ἡ ἔννοια

«Εἰπέ ᾿ς τὴν φίλην Σπάρτην μας, ὦ ξέγε διαβάτα,  
» Ὅτι πιστοὶ ᾿ς τοὺς Νόμους της κειτόμεθα ἐνταῦθα.»

Ἄλλ' ὁ Λεωνίδας καὶ οἱ τριακόσιοι βεβαίως δὲν ἤθελον ἀπαθανατισθῆ εἰς τὰς Θερμοπύλας, ἂν δὲν ἐφρόντιζον νὰ καταστήσωσι τὰ σώματά των ὑγιᾶ καὶ εὐρωστα, ἂν δὲν συνείθιζον εἰς τὴν πειθαρχίαν, καὶ ἂν δὲν ἐμάθανον ν' ἀγαπῶσι μετὰ Θεὸν τὴν Πατρίδα.

Μόλις ὁ ἀγαθὸς γέρων ἐτελείωσε τὴν διήγησίν του, καὶ ἀμέσως, δὲν ἐνθυμοῦμαι τίς τῶν συμμαθητῶν μας, μὲ φωνὴν ἐνθουσιῶσαν εἶπε — Λοιπὸν καὶ ἡμεῖς πρέπει νὰ γυμναζώμεθα, διὰ νὰ γίνωμεν ἀνδρεῖοι καὶ μεγαλόψυχοι ὡς οἱ ἐνδοξοὶ προπάτορές μας.

Ἄλλ' ὁ Ἀθανάσιος, ὅστις ἠγάπα τὴν ἀντιλογίαν, ψυχρά, ψυχρά ἀπήντησε — Καὶ εἰς τί θέλει χρησιμεύσει ἡ ἰδική μας ἀνδρία; ἡμεῖς, ὄντες δοῦλοι, δὲν ἔχομεν πατρίδα ἐλευθέραν νὰ ὑπερασπισθῶμεν.

Οἱ ψυχροὶ αὗτοὶ λόγοι ἐπροξένησαν γενικὴν κατῆφειαν. Σκυθρωπὸς ἐγένετο καὶ ὁ Γεροστάθης, ἐπὶ πολλὴν δὲ ὥραν ἔμεινε σιωπηλός, καὶ ἐν δάκρυον ἔβρεξε τὰς παρεῖάς του· στεναῖζας δὲ βαθέως, διέκοψεν ἐπὶ τέλους τὴν σιωπὴν διὰ τῶν ἀκολούθων λόγων του.

Ἡ ἀρχαία καὶ νεωτέρα ἱστορία μᾶς διδάσκει, παιδί μου, ὅτι ἡ ἔλλειψις τῆς σωμαστικῆς καὶ ἡ μαλακὴ διαίτα παραλῶν καὶ ἐκνευρίζουν καὶ τὰς σωματικὰς καὶ τὰς ψυχικὰς δυνάμεις τῶν πολιτῶν, καὶ ὅτι ἀνανδρον καὶ ἐκνευρισμένον ἔθνος εἶναι ἀνεπίδεκτον γενναίων φρονημάτων, ἀνίκανον ἐπομένως καὶ ν' ἀποκτήσῃ καὶ νὰ διατη-

ρήση τὴν ἐλευθερίαν του, καὶ ὅτι τοιαῦτα δυστυχῆ ἔθνη ἐγγίγωρα ἢ ἀργὰ ἐξευτελίζονται, παρακμάζου, καὶ καταστρέφονται.

Ἡμεῖς δὲ ἔχομεν πολὺ περισσοτέραν ἀνάγκην τῆς σωμαστικῆς παρὰ οἱ κάτοικοι τῶν ψυχρῶν κλιμάτων. Εἰς τὸ ἰδικόν μας μεσημβρινὸν κλίμα αἱ θερμαὶ ἀκτῖνες τοῦ ἡλίου ἐκνευρίζου τὰς σωματικὰς δυνάμεις, ὅθεν διὰ τῆς σωμαστικῆς πρέπει νὰ ἐνισχύωμεν καὶ νὰ ἀναπληρῶμεν αὐτάς, τοσοῦτ' ἢ μᾶλλον καθόσον καὶ ὀλιγάριθμοι δυστυχῶς κατηντήσαμεν.

Ἐκτὸς δὲ τῶν γυμνασμάτων, τὰ ὁποῖα εἰς τὸ σχολεῖον μᾶς εἰδείξεν ὁ Γεροστάθης, εἶπεν ὅτι ὑπάρχουσι καὶ ἄλλαι σωμαστικαί, ὡς ὁ περίπατος, τὸ τρέξιμον, τὸ πῆδημα, ἡ πάλη, ὁ δίσκος, ἡ ἰπασία, τὸ κολύμβημα, ἡ κωπηλασία, ὁ χορός, ἡ ὀπλοσμία, τὸ κυνήγιον.

Ἀλλ' οἱ ἀρχαῖοι σοφοὶ μας ἔλεγον *Μηδὲν ἄγαρ καὶ Πᾶρ μέτρον ἄριστον*· ὅθεν τὰ γυμναστικά σας πρέπει πάντοτε νὰ ἦναι μέτρια καὶ ἀνάλογα τῶν δυνάμεών σας· διότι κατὰ τὸν Ἀριστοτέλην, καθὼς ἡ ἔλλειψις πάσης σωμαστικῆς βλάπτει, τοιοῦτοτρόπως καὶ ἡ ὑπερβολικὴ κούρασις ἐξασθενεῖ καὶ ἐξαντλεῖ τὰς δυνάμεις.

Μὴ λησμονεῖτε δὲ ποτὲ ὅτι τὸ σῶμα εἶναι τὸ ὄργανον τῆς ψυχῆς· ἐπομένως ποτὲ χάριν τοῦ σώματος μὴ παραμελήσητε τὴν ψυχὴν. Μόνον οἱ ἐξ ἐπαγγέλματος καὶ ὅπως ἀνωφελεῖς εἰς τὴν πατρίδα ἀθληταὶ ἀφοσιοῦνται ἀποκλειστικῶς εἰς τὴν σωμαστικάν, παραμελοῦντες τὸν φωτισμὸν τοῦ νοῦς, καὶ τῆς καρδίας των τὴν διάπλασιν.

Αὐτὰ εἶπεν ὁ ἀγαθὸς γέρον· συχνάκις δὲ μᾶς ὠδήγει

εἰς τὰς ἐκτὸς τῆς κωμοπόλεως πεδιάδας, ὅπου μᾶς ἐγύμναζε καὶ εἰς τὸ τρέξιμον, καὶ εἰς τὸν δίσκον, καὶ εἰς τὸ πῆδημα. Ἐνθυμοῦμαι δὲ πόσον προσεκτικὸς ἦτο μῆπως κουρασμένοι καὶ ἰδρωμένοι πίνωμεν ψυχρὸν νερόν· μᾶς ἐβδαίονεν ὅτι ἐγνώρισε πολλὰ παιδιά, τὰ ὁποῖα ὡς ἐκ τοῦτου ἡσθένησαν, ἐβασανίσθησαν, καὶ ἐπὶ τέλους ἀπέθανον, μὴ δυνηθέντα νὰ γίνωσι χρήσιμα μήτε εἰς τοὺς γονεῖς των, μήτε εἰς τὴν πατρίδα των.

Πρὶν δὲ διαλυθῶμεν κατὰ τὴν ἐσπέραν ἐκείνην, μᾶς προσεκάλεσε νὰ υπάγωμεν τὸ προσεχὲς Σάββατον εἰς τὴν οἰκίαν του, διὰ νὰ ἴδωμεν πῶς αὐτὸς ἐξακολουθεῖ πάντοτε γυμνάζων τὰς σωματικὰς του δυνάμεις· μᾶς ἐκαλονύκτισε δὲ διὰ τοῦ ἀκολουθούτου διστίχου

«*Τακτικὰ ἀσκῶν τὸ σῶμα, γίνεσαι καὶ ὑγιής,  
καὶ γενναῖος τῆς πατρίδος ἦρωσ κ' ὑπερασπιστής!*»



## Η ΖΩΗ ΚΑΙ Ο ΘΑΝΑΤΟΣ.

• Ἄργος μὴ ἴσθι, μὴδ' ἂν πλουτῆς. •  
(Πιττακοῦ.)

**Κ**ΑΤΑ τὴν πρόσκλησιν τοῦ καλοῦ φίλου μας Γεροστάθου τὸ προσεχὲς Σάββατον, ἅμα τελειώσαντες τὰ μαθήματα τοῦ σχολείου, υπήγαμεν εἰς τὴν οἰκίαν του. Ὁ γέρον ζωηρὸς καὶ εὐθυμὸς μᾶς ὑπεδέχθη εἰς τὸν κῆπόν του, εἰς τὸν ὁποῖον τότε κατὰ πρῶτον ἐμβήκαμεν.

Ὁ κῆπος δὲν ἦτο πολὺ ἐκτεταμένος, ἀλλ' ἦτο ὡραϊστάτος καὶ χαριέστατος. Ποτὲ δὲνεῖχομεν ἰδεῖ τόσον ἐπιμελῶς καλλιεργημένον καὶ τόσον κομψῶς κτεστολισμέ-

των περιβόλιον· τὰ πάντα ἦσαν ζωηρά καὶ ἀνθρώπια, πανταχοῦ καθαριότης, χάρις καὶ φιλοκαλία.

Ἀφοῦ ἐθαυμάσαμεν τὸν ὠραῖον κήπον τοῦ γέροντος, ἠρωτήσαμεν τίς ἦτο ὁ κηπουρός του;

Ὁ Γεροστάθης χαμογελάσας, ἀπεκρίθη ὅτι κατὰ τὴν ὥραν ἐκείνην περιέμενεν αὐτόν, καὶ ὅτι, ὅταν ἔλθῃ, θέλομεν τὸν γνωρίσει.

Περιτρέχοντες μετὰ ταῦτα τοὺς διαφόρους ἐλικοειδεῖς δρόμους τοῦ κήπου, ἐχάσαμεν τὸν Γεροστάθην· ἀλλὰ μετ' ὀλίγον ἐκ τινος μικρᾶς καλύβης, κειμένης εἰς γωνίαν τοῦ κήπου, βλέπομεν ἐξερχόμενον γέροντα ἐνδεδυμένον χιτῶνα ἐλαφρόν, καὶ φέροντα μεθ' ἑαυτοῦ διάφορα κηπουρικά ἐργαλεῖα· αὐτὸς δὲ ἦτο ὁ Γεροστάθης!

Ἴδού ὁ κηπουρός μου! εἶπε, καὶ ἀμέσως ἤρχισε τὴν καλλιέργειαν καὶ ἐπιμέλειαν τοῦ ἀγαπητοῦ κήπου του. Ἡ τάξις, ἡ προσοχή, ἡ καθαριότης, καὶ ἡ ταχύτης ἐκρακτῆριζον ὅλας τὰς ἐργασίας του. Ἐκλάδευσεν, ἐσκάλισεν, ἐσκαψεν, ἐξεφύτευσεν, ἐπότισε, καὶ ἐπὶ τέλους καθάρισας καὶ τακτοποιήσας τὰ πάντα, ἀπесύρθη μετὰ τῶν ἐργαλείων του εἰς τὴν καλύβην, ἐνίφθη, ἐνεδύθη πάλιν τὸ σῦνθες ἐνδυμὰ του, καὶ ἐπανῆλθεν ἐντὸς τοῦ κήπου.

Ἴδού, καλοὶ μου φίλοι, μᾶς εἶπε τότε διατί, ἂν καὶ γέρων ἐβδομηκοντούτης, εἶμαι πάντοτε ὑγιής καὶ εὐρωστος, ζωηρὸς καὶ εὐθυμὸς· διότι καθ' ἡμέραν μίαν ὀλόκληρον ὥραν κοπιᾶζω, καλλιερῶν τὸν κήπόν μου. Κόψας δὲ διάφορα ὀπωρικά ὄριμα ἀπὸ τὰ ὠραῖά του δένδρα, μᾶς προσεκάλεσεν ὑπὸ τὴν σκιάν μεγάλης ἀμυγδαλείας, καὶ ἐκεῖ, καθίσας ν' ἀναπαυθῆ, προσέφερε πρὸς ἔλους ἡμᾶς ἐκ τῶν ὀπωρικῶν του.

Ἡμεῖς τὸν ὑψαριστήσαμεν, καὶ γευθέντες ἐκ τῶν ὀπω-  
ρικῶν του, ἐπηνέσαμεν τὴν γλυκύτητά των. Ἀφοῦ δὲ καὶ  
ὁ Γεροστάθης μὲ πολλὴν ὄρεξιν ἔφαγεν ὀλίγα, μᾶς εἶπεν  
ὅτι εἰς ἐκεῖνον προξενοῦν πολὺ μεγαλητέραν ἡδονὴν καὶ  
γλυκύτητα παρὰ εἰς ἡμᾶς.

— Καὶ διατί; ἠρωτήσαμεν.

— Διὰ δύο λόγους ἀπήντησε· πρῶτον διότι ἐγὼ τὰ  
γεύομαι ἀφοῦ ἐκοπίασα, τὸ δὲ φαγητὸν μετὰ τὸν κόπον  
εἶναι γλυκύτερον παρὰ ποτε, καὶ δεύτερον διότι θεωρῶ  
τοὺς καρποὺς αὐτοὺς ὡς τόσα βραβεῖα, διὰ τῶν ὀπωρίων ἢ  
εὐεργετικῆ φύσεως ἀνταμείβει τὴν φιλοπονίαν μου. Ὁ δὲ  
κοπιήσας καὶ βραβευθεὶς εὐχαριστεῖται πολὺ περισσότερον  
παρὰ τὸν ὀκνηρὸν καὶ ἀβράβευτον. Τότε δὲ εἶπε καὶ τὰ  
ἐξῆς περὶ τοῦ Πιττακοῦ καὶ τοῦ Διονυσίου.

Ο ΠΙΤΤΑΚΟΣ ΚΑΙ Ο ΜΓΛΟΣ ΤΟΥ.

Διηγοῦνται ὅτι Πιττακός, ὁ σοφὸς ἡγεμὼν τῆς Μυτι-  
λήνης, διὰ τὰ γυμνάζη τακτικὰ τὰς σωματικὰς του δυνά-  
μεις, συνείθιζε καθ' ἡμέραν, γυρίζων διὰ τῆς χειρὸς του  
τὸν μύλον του, ἢ ἀλέθῃ τὸ ἀναγκαῖον πρὸς τροφήν του  
σιτάριον.

Μὴ ἀμφισβᾶλλετε δὲ ὅτι ὁ Πιττακός, ἀλέθων μόνος τὸν  
σιτόν του, εὗρισκε τὸν ἄρτον πολὺ γλυκύτερον καὶ νοστι-  
μώτερον παρὰ τοὺς τρώγοντας αὐτὸν ἄνευ προηγουμένου  
κόπου.

Τόσον δὲ ἀναγκαῖαν ἐθεώρει τὴν ἐργασίαν ὁ σοφὸς  
αὐτὸς Ἕλληνας, ὥστε καὶ αὐτοὺς τοὺς πλουσίους ἐσυμβού-  
λευε νὰ μὴ μένωσιν ἀργοί. «*Ἄργος μὴ ἴσθι, μηδ' ἂν  
πλουτῆς*», ἦσαν λόγοι σοφοὶ τοῦ σοφοῦ Πιττακοῦ.

## Ο ΔΙΟΝΥΣΙΟΣ ΚΑΙ Ο ΜΑΓΡΟΣ ΖΩΜΟΣ.

Διηγούνται ὅτι Διονύσιος, ὁ τύραννος τῶν Συρακουσῶν, γευματίζων ποτὲ εἰς Σπαρτιατικὴν τράπεζαν, εἶπεν ὅτι εὕρισκε ἄνοστον τὸν μαῦρον ζωμόν, τὸν ὁποῖον οἱ Σπαρτιάται συνείθιζον. — Νοστιμώτατον ἤθελες εὕρει τὸν μαῦρον ζωμόν μας, ἀπήντησαν πρὸς τὸν Διονύσιον οἱ ὁμοτράπεζοί του, ἂν, πρὶν γευθῆς, ἐκοπιάζεις καὶ ἐγυμνάζεσο καὶ σύ, ὡς ἡμεῖς.

Ὁ κόπος εἶναι τῷ ὄντι τὸ νοστιμώτερον ἄρτυμα τοῦ φαγητοῦ. Δι' αὐτὸ καὶ ὁ βασιλόπαις Κύρος, καθὼς λέγει ὁ Ξενοφῶν, οὔτε ἐγεύετο, οὔτε ἐδείπνει, ἐὰν προηγουμένως δὲν ἐκοπίαζε μέχρις ἰδρωτός.

Ἄν δὲ ὁ κόπος καθίστα εἰς τοὺς Σπαρτιάτας νόστιμον καὶ αὐτὸν τὸν μαῦρον ζωμόν, φαντάσθητε πόσον νοστιμωτέρας καθιστᾷ εἰς ἐμὲ τὰς ὁπώρας τοῦ κήπου μου!

## Η ΠΑΗΓΗ ΤΟΥ ΓΕΡΟΣΤΑΘΟΥ.

Ἐκ νεαρᾶς ἡλικίας, μᾶς εἶπεν ὁ Γεροστάθης, ἔλαβον εὐτυχῶς ἀφορμὴν ἢ ἀγαπήσω τὴν κίνησιν καὶ τὴν ἐργασίαν, καὶ ἢ ἀποστραφῶ τὴν ὀκνηρίαν, τὴν ἀκίνησίαν καὶ τὴν μαλθακότητα. Καὶ ἰδοὺ πῶς:

Ἦμην ἐξ περίπου ἐτῶν, ὅτε εἰς τὸν ἀντίχειρά μου ἐφάνη μικρὸν ἐξάνθημα, τὸ ὁποῖον, ἐπειδὴ ἀπ' ἀρχῆς δὲν ἐπεμελήθην νὰ θεραπεύσω κατὰ τὴν συμβουλήν τῆς καλῆς μου μητρός, κατήντησε πληγὴ, ἣτις μ' ἐβασάνισεν ὀλοκλήρους μῆνας. Ὁ χειροῦργος, ὅς τις μ' ἐθεράπευε καθ' ὄλον αὐτὸ τὸ διάστημα μὲ διώρισε νὰ κρατῶ δεμένην καὶ ἀκίνητον τὴν δεξιάν μου.

Ἄλλ' ὅτε ἐπὶ τέλους ἡ πληγὴ οὐλώθη, καὶ ἡ δεξιὰ μου ἠλευθερώθη ἀπὸ τὰ δεσμά της, ἦτο τόσον ἰσχνὴ καὶ

τόσον εύκολα εύκουράζεται, ὥστε συχνάκις ἠναγκαζόμενον ἀντ' αὐτῆς νὰ μεταχειρίζωμαι τὴν ἀριστεράν. Παραπονούμενος ἐσπέραν τινὰ πρὸς τὸν καλὸν μου πατέρα διὰ τὴν μεγάλην ταύτην ἀδυναμίαν τῆς δεξιᾶς μου χειρός, ἰδοὺ τί ἤκουσα παρ' αὐτοῦ.

— Ἡ ἀδυναμία τῆς χειρός σου προῆλθεν ἀπὸ τὴν ἀκίνησιαν, εἰς τὴν ὁποίαν ὁ ἰατρὸς εἶχε καταδικάσει αὐτήν. Ἄν βαθμηδὸν γυμνάζης τὴν χειρά σου, θέλει ἐπανέλθει εἰς τὴν προτέραν τῆς εύρωστίαν. Ἐν τούτοις ὁ Θεός, ὅς τις σ' ἔστειλε τὴν πληγὴν αὐτήν, φαίνεται ὅτι σὲ ἀγαπᾷ, καὶ εύχομαι ἐκ ψυχῆς νὰ σ' ἀγαπᾷ πάντοτε, καὶ νὰ σὲ ὀδηγῇ εἰς τὸ καλόν!

— Πῶς! εἶπον, ἂν ὁ Θεὸς μὲ ἠγάπα, δὲν ἤθελε μὲ βασανίσει τόσον καιρὸν μὲ τὴν πληγὴν αὐτήν.

Ὁ δὲ πατήρ μου ἀπήντησε—Καὶ δὲν ἐξεύρεις, παιδίον μου, ὅτι *ὁν ἀγαπᾷ Κύριος παιδεύει*; Δὲν ἐξεύρεις ὅτι διὰ τῆς πληγῆς αὐτῆς ὁ πανάγαθος Θεὸς ἠθέλησε νὰ σὲ δώσῃ δύο μεγάλα καὶ ὠφελιμώτατα εἰς τὴν ζωὴν σου μαθήματα;— Καὶ ποῖα εἶναι τὰ μαθήματα ταῦτα; ἠρώτησα, ὁ δὲ πατήρ μου μὲ εἶπεν—*Ἡ ὑπακοὴ εἰς τὰς συμβουλὰς τῶν γονέων σου εἶναι τὸ πρῶτον, καὶ ἡ ἀγάπη τῆς ἐργασίας εἶναι τὸ δεύτερον.*

Ἄν ἤκουες τὰς συμβουλὰς τῆς μητρὸς σου, τὸ ἐξάνθημά σου ἤθελεν ἀμέσως ἰατρευθῆ, καὶ οὔτε σὺ ἤθελες ὑποφέρει πόνους καὶ βάσανα, οὔτε ἡμεῖς ἀνησυχίας καὶ ἔξοδα. Ἡ πληγὴ σου λοιπὸν ἄς σὲ διδάξῃ ν' ἀκολουθῆς τὰς συμβουλὰς τῶν γονέων σου, οἵτινες ὡς ἐκ τῆς ἡλικίας καὶ τῆς πείρας των προβλέπουν πολλὰ, τὰ ὁποῖα σύ, ἀπειρος ὢν, δὲν δύνασαι νὰ προΐδῃς.

Ἡ δὲ ἀθλία κατάστασις τῆς δεξιᾶς σου ἄς σὲ διδάξῃ ν' ἀγαπᾷς τὴν ἐργασίαν. Ἡ ὀκνηρία, κρατοῦσα ὀλόκληρον τὸ σῶμά σου εἰς ἀργίαν καὶ ἀκίνησίαν, θέλει μαράνει αὐτό, ὡς ἐμαράνθη ἡ δεξιὰ σου, μείνασα ἀκίνητος ἐντὸς τῶν δεσμῶν τῆς. Φοβοῦ, τέκνον μου, τὴν ὀκνηρίαν, διότι δὲν φθείρει μόνον τὸ σῶμα, ἀλλὰ καὶ τὴν ψυχὴν ἡ ὀκνηρία μᾶς κάμνει πτωχοὺς, καὶ ἐπὶ τέλους κακοῦργοις.

— Πολλὸ δίκαιον εἶχεν ὁ πατήρ σου, εἶπε τότε ὁ Πέτρος, διότι ἐκ τῆς ὀκνηρίας κατήντησε κακοῦργος καὶ ἱερόσυλος ὁ ῥυπαρὸς ἐκεῖνος σιδηροδέσμιος, τὸν ὅποιον πρὸ τινῶν ἡμερῶν εἶδομεν εἰς τὴν πλατεῖαν.

— Καὶ πῶς; γνωρίζεις τὸν σιδηροδέσμιον; ἠρώτησεν ὁ Γεροστάθης. — Ὁ πατήρ μου, ἀπεκρίθη ὁ Πέτρος, γνωρίζει αὐτόν, καὶ μὲ εἶπε τὴν ἱστορίαν του.

Ὁ Γεροστάθης τότε παρεκάλει τὸν Πέτρον νὰ διηγηθῇ τὴν ἱστορίαν τοῦ ἱεροσύλου· ὁ δὲ Πέτρος εἶπε τὰ ἑξῆς.

#### Ο ΚΑΚΟΥΡΓΟΣ ΝΑΣΟΣ.

Ὁ κακοῦργος αὐτὸς ὀνομάζεται Νάσος. Ὁ πατήρ του εἶναι ῥάπτης εἰς τὰ Ἰωάννινα. Ὅτε ὁ Νάσος ἦτο μικρὸν παιδίον, ὁ πατήρ του ἐφρόντισε νὰ τὸν στείλῃ εἰς τὸ σχολεῖον· ἀλλὰ τόσον ἀμελής καὶ κακοήθης ἦτο, ὥστε μετὰ ἓν ἔτος ὁ διδάσκαλος τὸν ἐδίωξε. Τότε ὁ πατήρ του ἠναγκάσθη νὰ τὸν ἔχῃ εἰς τὸ ἐργαστήριόν του. Ἀλλ' ὁ Νάσος, ὦν νωθρὸς καὶ φίλος τοῦ ὕπνου, οὔτε τὴν ῥαπτικήν ἤθελε νὰ μάθῃ, οὔτε βοήθειάν τινα εἰς τὸν πατέρα του ἔδιδεν.

Ὁ δυστυχὴς πατήρ του, ἔχων τοιοῦτον υἱόν, πολλά-

κίς ἐστέναζε, καὶ δάκρυα ἔχουνεν. Ἐπὶ τέλους ἡ ὑπομονὴ τοῦ ἐξηντλήθη, καὶ ἀπεφάσισε νὰ τὸν ξενιτεύσῃ. Τῷ ἔδωκε λοιπὸν ὀλίγα χρήματα καὶ τινὰς καλὰς συμβουλὰς, καὶ τὸν ἔστειλε νὰ εὔρη πόρον ζωῆς.

Ἄλλ' ὁ Νάσος καὶ τὰ χρήματα τοῦ πατρὸς τοῦ ἐσπατάλησε, καὶ τὰς πατρικὰς συμβουλὰς ἐλησμόνησεν· ἀρχίσας δὲ νὰ πεινᾷ, ἠναγκάσθη νὰ γίνῃ ὑπρέτης.

Τότε ὁ πατὴρ μου τὸν προσέλαβεν ὑπρέτην. Ἦτο δὲ εἰκοσιδύο ἐτῶν ὁ Νάσος· ἀλλ' εἰς αὐτὴν τὴν ἡλικίαν, καθὼς μὲ εἶπεν ὁ πατὴρ μου, ἦτο πολὺ δύσκολον ν' ἀπομάθῃ τὰς κακὰς ἕξεις τῆς ρυπαρότητος καὶ ὀκνηρίας. Ὅθεν ὁ πατὴρ μου ἠναγκάσθη νὰ τὸν ἀποβάλῃ, ἀφοῦ εἰς μάτην ἐπροσπάθησε νὰ τὸν διορθώσῃ.

Ὁ Νάσος τότε, κυλιόμενος εἰς τὰ καπηλεῖα, ὀγλίγωρα ἐτελειώσεν ὅσα χρήματα εἶχε λάβει παρὰ τοῦ πατρὸς μου· ἤρχισε λοιπὸν νὰ ζητῇ δανεικά· ἀλλὰ ποῖος τὸν δανεῖζει; Ὅθεν κατήντησε ψωμοζήτητος εἰς τὴν θύραν τῆς ἐκκλησίας· ἐπειδὴ ὅμως ὅλοι τὸν ἐγνώριζον ὑγιᾶ, ὅλοι τῷ ἠρνοῦντο τὴν ἐλεημοσύνην των. Τότε ἔγινε χοιροβοσκός· ἀλλ' ἀντὶ νὰ προσέχη τοὺς ὁποίους ἔβοσκε χοίρους, ἐπροτίμα νὰ ἐξαπλόνηται καὶ νὰ κοιμᾶται, μιμούμενος τὸ παράδειγμα τῶν χοίρων του. Ἡμέραν δὲ τινα ἐνῶ ἐκοιμᾶτο ἔχασέ τινὰς ἐξ αὐτῶν. Ὁ κύριος τῶν χοίρων ἐφοβήρισε τότε τὸν Νάσον ὅτι θέλει τὸν φυλακίσει διὰ τὴν ζημίαν αὐτὴν. Ὁ δὲ Νάσος ἔκτοτε ἔγινεν ἄφαντος, μέχρις οὗ τὸν συνέλαβον κλέπτοντα τὰ ἱερά σκεύη τῆς ἐκκλησίας.

Ἡ διήγησις αὕτη ἤρесе πολὺ εἰς τὸν Γεροστάθην. Ἐπεινεσε λοιπὸν τὸν Πέτρον διὰ τὴν τάξιν καὶ εὐκρίνειαν τῆς διηγήσεώς του· ἡμᾶς δὲ παρήγγειλε νὰ ἐκθέσωμεν ἐγγρα-

φως τὴν ἱστορίαν τοῦ Νάσου, καὶ τὸ προσεχὲς Σάββατον νὰ τῷ δεῖξωμεν τὰς συνθέσεις μας.

Μᾶς ὠδήγησεν ἀκολούθως ἐκτὸς τῆς κωμοπόλεως, διὰ νὰ γυμνασθῶμεν καὶ ἡμεῖς, καθὼς ἐκεῖνος ἐγυμνάσθη, ἐργασθεὶς ἐντὸς τοῦ κήπου του.

#### ΤΑ ΛΙΜΝΑΖΟΝΤΑ ΥΔΑΤΑ.

Ὅτε ἐξήλθομεν εἰς τὸν περίπατον, ὁ Γεροστάθης μᾶς εἰδείξε λιμνάζοντά τινα καὶ δυσώδη ὕδατα, τὰ ὁποῖα ἐσήποντο πλησίον τῆς κωμοπόλεως, καὶ μᾶς εἶπε·

— Βλέπετε, παιδιά μου, τὰ δυσώδη ἐκεῖνα νερά, τὰ ὁποῖα σαπίζουν ἐκεῖ κάτω; Ἐλπίζω ὅτι ὀγλίγωρα θέλομεν τὰ ἀποξηράνει, διότι καὶ ἄχρηστα εἶναι, καὶ τὴν ὑγίαν μας βλάπτουν διὰ τῶν ἀναθυμιάσεών των.

Αὐτὰ τὰ ἀκίνητα καὶ δυσώδη νερά ἐν τούτοις ἀπεικονίζουν πληρέστατα τὸν ἀργὸν καὶ ὀκνηρὸν ἄνθρωπον.

Καθὼς αὐτὰ εἶναι ὅλως ἄχρηστα, οὕτω καὶ ὁ ἀργὸς οὔτε πρὸς ἑαυτὸν, οὔτε πρὸς τοὺς ἄλλους, γίνεται χρήσιμος.

Καθὼς αὐτά, ὡς ἐκ τῆς ἀκίνησias των, σήπονται, οὕτω καὶ ὁ ἀργός, ὡς ἐκ τῆς ἀπραξίας του, καὶ τὸ σῶμα καὶ τὰ ἦθη του φθείρει καὶ καταστρέφει.

Καθὼς δὲ τὰ βαλτώδη νερά ἀναδίδουν ἀναθυμιάσεις δυσώδεις καὶ ἐπιβλαβεῖς, οὕτω καὶ ἡ ἀργία τοῦ ὀκνηροῦ ἀναδίδει ἐλαττώματα δυσειδῆ καὶ ἐπιβλαβέστατα.

Ἡ ἀργία δικαίως ἐπωνομάσθη *Μήτηρ τῶν Κακιῶν*. Ὁ ἀργός καὶ ὀκνηρὸς εὐκόλως καταντᾷ πτωχός, ἐπαίτης, κίλαξ, ἀπατεῶν, κλέπτης, καὶ κακοῦργος. Ἴδου αἱ ἀναθυμιάσεις τῆς ἀργίας, αἱ ὁποῖαι καὶ τὸν ἀργὸν καταστρέφουν, καὶ τοὺς πλησίον τοῦ ἀργοῦ βλάπτουν.

Καθὼς λοιπὸν θέλομεν προσπαθήσει νὰ ἐξαλείψωμεν αὐτὰ τὰ θανατηφόρα νερά, τοιοῦτοτρόπως προσπαθήσατε καὶ σεῖς νὰ ἐξαλείψητε πᾶσαν κλίσιν πρὸς τὴν θανατηφόρον ἀργίαν. Ἀγαπήσατε δὲ ἐξ ὅλης ψυχῆς τὴν ἐργασίαν, ἐὰν θέλητε νὰ ζήσητε εὐτυχεῖς.

«Δὲν δύνασαι νὰ εὐδαιμονήσης, ἐὰν δὲν κοπιήσῃς, εἶναι δὲ αἰσχρὸν νὰ μὴ θέλῃ τις νὰ κοπιᾷζῃ, νέος ὢν.» Αὐτὰ εἶπεν ὁ διδασκτικώτατος ποιητῆς Εὐριπίδης διὰ τῶν ἐξῆς στίχων του,

*«Οὐκ ἄρ' δύναιο, μὴ καμῶν, εὐδαιμονεῖν·*

*» Αἰσχρὸν τε μοχθεῖν μὴ θέλειν νεαρίαν.»*

ΟΙ ΜΥΡΜΗΚΕΣ ΚΑΙ ΑΙ ΜΕΛΙΣΣΑΙ.

Ἐνῶ ἐπροχωροῦμεν εἰς τὴν ἐξοχὴν, παρετήρησεν ὁ γέρων φωλεὰν μυρμηκῶν.

— Ἰδοῦ, εἶπε τότε, καὶ ἄλλο ὠφιλιμώτατον μάθημα, τὸ ὁποῖον μᾶς διδάσκουν οἱ μύρμηκες οὗτοι. Ἴδετε ὁποῖα κίνησις, ὁποῖα φιλοπονία! Ἴδετε πόσον μακρὰν ὑπάγουν διὰ νὰ ἀνεύρωσι τὰ ἀναγκαῖά των! Ἴδετε ὅτι ὅσοι ἐπ' ἀνέρχονται φέρουν συγχρόνως καὶ τι χρήσιμον! Παρατηρήσατε πῶς αὐτὸς ὁ μικρὸς μύρμηξ, μὴ δυνάμενος νὰ μεταφέρῃ μόνος τὸν μεγάλον αὐτὸν σπῆρον, βοηθεῖται προθύμως εἰς τὸ ἔργον του ἀπὸ αὐτοῦ τοῦ δύο ἄλλου μικροῦ συμπολίτου του!

Ἀφοῦ δὲ παρετηρήσαμεν ὅλ' αὐτά, ὁ καλὸς γέρων μᾶς εἶπεν — Ἄς μιμηθῶμεν τοὺς φιλοπόνους αὐτοὺς μύρμηκας, ἅς ἀγαπήσωμεν τὴν ἐργασίαν, καὶ προθύμως ἅς βοηθώμεθα ἀμοιβαίως, ὅπως ἡ πατρὶς εὐτυχῆ, καὶ ἡμεῖς συνευτυχῶμεν μετ' αὐτῆς.

Καὶ ἡ Θεία Γραφή, ἀποστρεφομένη τὴν ὀκηνηρίαν, πρὸς τοὺς μύρμηκας καὶ τὰς μελίσσας παραπέμπει τοὺς ὀκηνηρούς, λέγουσα « Ἔως πότε κοιμάσαι, ὦ ὀκηνηρέ, πότε θέλεις ἐγερθῆ ἔκ τοῦ ὕπνου; Ἵπαγε πρὸς τὸν μύρμηκα, καὶ ζήλευσον τοὺς δρόμους αὐτοῦ, καὶ γίνου σοφώτερος ἐκείνου. Ἵπαγε πρὸς τὴν μέλισσαν, καὶ μάθε πόσον εἶναι ἐργατική, καὶ πόσον ὠραία· καὶ κἀμνεὶ τὴν ἐργασίαν της ! »

## Ο ΜΥΡΜΗΞ ΚΑΙ Ο ΤΕΤΤΙΞ.

Ὁ Γεροστάθης διηγήθη τότε τὸν ἐξῆς μῦθον.

« Ψυχὸς καὶ χειμῶν δριμύς ἐπέπεσάν ποτε εἰς τὸν Ὀλυμπον· ὁ δὲ Μύρμηξ ἠσύχαζεν ἐντὸς τῆς φωλεᾶς του, προμηθευθεὶς ἐν καιρῷ θέρους τὰς ἀναγκαίας διὰ τὸν χειμῶνα τροφάς. Ἄλλ' ὁ Τέττιξ, τρέμων ἀπὸ τὸ ψυχὸς καὶ τὴν πείναν, παρεκάλει τὸν Μύρμηκα νὰ δώσῃ καὶ εἰς αὐτὸν μέρος ἐκ τῶν τροφῶν του, διὰ νὰ μὴ ἀποθάνῃ τῆς πείνης. Ὁ Μύρμηξ ἠρώτησε τὸν Τέττιγα, ποῦ ἦτο τὸ καλοκαίριον, καὶ δὲν ἐσύναζε τότε τροφάς διὰ τὸν χειμῶνα; — Ἐψάλλον, ἀπεκρίθη ὁ Τέττιξ, καὶ παίζων τὸν αὐλόν μου διεσκέδαζον καὶ ἑμαυτὸν καὶ τοὺς ὀδοιπόρους. Ὁ δὲ Μύρμηξ, γελῶν διὰ τὴν ἀπρονοησίαν τοῦ Τέττιγος, εἶπε πρὸς αὐτόν — Λοιπὸν χόρευε τὸν χειμῶνα, ἀφοῦ σὲ ἀρέσκη νὰ ψάλλῃς τὸ καλοκαίριον. »

Ἄς ὠφεληθῶμεν ἀπὸ τὸν σοφώτατον αὐτὸν μῦθον τοῦ Αἰσώπου· ἅς μάθωμεν νὰ μὴ χάνωμεν τοὺς πολυτίμους χρόνους τῆς νεότητος εἰς τοὺς κόλπους τῆς ἀργίας καὶ τῶν διασκεδάσεων, διὰ νὰ μὴ κατανηθῶμεν νὰ τρέμωμεν, ὡς ὁ τέττιξ, γυμνοὶ καὶ πεινῶντες, ἐξευτελιζόμενοι διὰ τῆς

ζητείαι, καὶ ἀκούοντες παρὰ τῶν πλουσίων τὴν σκληρὰν ἀπάντησιν, τὴν ὁποίαν ὁ τέττιξ παρὰ τοῦ μύρμηκος ἤκουσεν.

Ο ΨΩΜΟΖΗΤΗΣ ΧΡΗΣΤΟΣ.

Ἀφοῦ ἐπηδήσαμεν, ἐτρέξαμεν, καὶ ἐγυμνάσθημεν εἰς τὴν ἐξοχὴν, ἐπιστρέφοντες, εἶδομεν νέον πτωχόν, καθήμενον εἰς τὴν δημοσίαν ὁδόν, καὶ ζητοῦντα ἀπὸ τοὺς διαβάτας ἐλεημοσύνην.

Ὁ Γεροστάθης, παρατηρήσας τὸν νέον αὐτόν, μῆς εἶπεν—Ἴδου καὶ ἄλλος ὀκνηρὸς Νάσος! ἄς προσπαθήσωμεν νὰ τὸν σώσωμεν· ἴσως ἢ φθοροποιὰ ἀσθένεια τῆς ὀκνηρίας δὲν ἐπροχώρησεν ἀκόμη ἕως εἰς τὰ κόκκαλά του.

Ὁ νέος ἐφάνετο κατὰ πάντα ὑγιής, ἢ δὲ φυσιογνωμία του ἦτο μᾶλλον συμπαθητικὴ. Ὁ δὲ Γεροστάθης, πλησιάσας, τὸν ἠρώτησε πῶς ὀνομάζεται.

— Χρήστος, ἀπεκρίθη, ζητῶν συγχρόνως δι' εὐχῶν καὶ εὐλογιῶν ἐλεημοσύνην.

Ὁ Γεροστάθης ὅμως, ἀντὶ νὰ τῷ δώσῃ ἐλεημοσύνην, ἠρώτησεν αὐτόν ἂν ἦναι ἀσθενής.

— ᾄ! εἶμαι πολὺ καλὰ, ἀπεκρίθη.—Λοιπὸν διατί ζητεῦεις; — Διότι εἶμαι πτωχός, εἶπεν ὁ Χρήστος.— Καὶ διατί δὲν ἐργάζεσαι διὰ νὰ ζήσης; διὰ τῆς ἐργασίας ἐμπορεῖς νὰ παύσης μίαν ἡμέραν τοῦ νὰ ἦσαι πτωχός, ἐνῶ διὰ τῆς ζητείαις πάντοτε πτωχός καὶ ἄθλιος θέλεις ζῆσαι. Ὁ Θεὸς σοὶ ἔδωκε τὰς χεῖρας διὰ νὰ ἐργάζησαι, καὶ ὄχι διὰ νὰ ζητῆς ἐλεημοσύνην. Εἶναι ἐντροπὴ μεγάλη ἐνώπιον τῶν ἀνθρώπων, καὶ ἁμαρτία ἐνώπιον τοῦ Θεοῦ νὰ ψωμοζητῆ τις, ὦν ὑγιής καὶ νέος.

Αὐτὰ μὲ πατρικὴν ἀγαθότητα εἶπεν ὁ γέροντος πρὸς τὸν

Χρῆστον, ὅστις μετὰ συστολῆς ἀπήντησεν ὅτι δὲν εὐρίσκει ἐργασίαν. Ὁ δὲ Γεροστάθης τῷ εἶπεν — Ἐργασίαν δὲν εὐρίσκουν μόνον οἱ ὀκνηροί. Ἐὰν δὲ ἡ ὀκνηρία σὲ κατήντησε ψωμοζήτητην, μὴ ἀμφιβάλλῃς ὅτι αὐτὴ ἐμπορεῖ εὐκόλως νὰ σὲ καταντήσῃ καὶ εἰς τὴν κρεμάλαν. Ὁ Θεὸς μᾶς ἐπλασε διὰ νὰ ἐργαζώμεθα. «*Ἐν ἰδρώτι τοῦ προσώπου σου φαγῆ τὸν ἄρτον σου,*» εἶπεν ὁ Θεὸς πρὸς τὸν προπάτορά μας Ἀδάμ· ὁ δὲ Ἀπόστολος Παῦλος μᾶς λέγει ὅτι ὁ μὴ ἐργαζόμενος δὲν πρέπει μῆτε νὰ τρώγῃ· «*ὁ μὴ θέλω ἐργάζεσθαι, μὴ ἐσθιέτω.*»

Ὁ νέος ψωμοζήτητης συνεκινήθη ἀπὸ τοὺς λόγους τοῦ Γεροστάθου, καὶ δακρῦν τὸν παρεκάλεσε νὰ τῷ εὕρῃ ἐργασίαν.

Ὁ ἀγαθὸς γέρον τῷ ἐξήγησε τότε ποῦ ἐκατοίκει, καὶ τὸν παρήγγειλε νὰ ὑπάγῃ πρὸς ἀντάμωσίν του.

Ἐμάθομεν δὲ ἀκολούθως ὅτι ἐφρόντισε νὰ συστήσῃ τὸν νέον Χρῆστον εἰς ῥάπτῃν τινὰ τῆς κωμοπόλεως, καὶ ὅτι μετὰ τινος χρόνου, προοδεύσας διὰ τῆς τιμιότητος καὶ τῆς φιλοπονίας του, ἀποκατέστη ῥάπτῃς εὐυπόληπτος καὶ εὐκατάστατος εἰς Ἰωάννινα, εὐλογῶν καὶ μακαρίζων τὸν Γεροστάθην.

Ὅτε δὲ κατὰ τὴν ἡμέραν ἐκείνην ἐπρόκειτο νὰ χωρισθῶμεν ἀπὸ τὸν Γεροστάθην, μᾶς ὑπεσχέθη ὅτι τὴν ἐπιούσαν Κυριακὴν, μετὰ τὴν θείαν λειτουργίαν, θέλει μᾶς διηγηθῆ ἀνέκδοτά τινα εὐάρεστα.

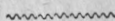
— Ἐν τούτοις μὴ λησμονήσητε ποτέ, μᾶς εἶπε, τὸν ὀκνηρὸν καὶ κακοῦργον Νάσον· αὐτὸς ἄς σᾶς ὑπενθυμίξῃ πάντοτε ὅτι ἡ ὀκνηρία εἶναι μῆτηρ ὅλων τῶν κακιῶν, ὅτι ἡ ἀργία εἶναι θάνατος, καὶ ἡ ἐργασία ζωή.

Ἄνευ τῆς ἐργασίας οὔτε ἄρτον ἠθέλωμεν ἔχει, οὔτε ἐνδύματα, οὔτε κατοικίαν. Ἡ ἐργασία ἠλευθέρωσε τὸν ἄνθρωπον ἀπὸ τὴν κατάστασιν τοῦ ἀγρίου, καὶ ἐπολίτισεν αὐτόν. Ἡ ἐργασία μετέβαλε τὰς ἐρήμους εἰς καλλιεργημένας καὶ καρποφόρους γαίας. Ἡ ἐργασία ἐκάλυψε τὴν γῆν μὲ πόλεις, καὶ τοὺς ὠκεανούς μὲ πλοῖα. Ἡ ἐργασία θεραπεύει τὰς ἀνάγκας ἡμῶν, μεταβάλλουσα εἰς χρήσιμα τὰ ἀκατέργαστα προϊόντα τῆς φύσεως. Ἡ ἐργασία ἀποκαθιστᾷ τὸν πτωχὸν εὐκατάστατον, καὶ τὸν βάρβαρον ἐξευγενισμένον.

Οἱ λόγοι αὐτοὶ τοῦ γέροντος μᾶς ἐπροξένησαν βαθυτάτην ἐντύπωσιν. Ἐκτοτε ἠγαπήσαμεν τὴν εὐεργετικὴν ἐργασίαν, καὶ ἐφοβήθημεν, ὡς τὰς μεγαλητέρας δυστυχίας, τὴν ἀργίαν καὶ τὴν ὀκνηρίαν. Ἐκτοτε ἐπροσπαθήσαμεν νὰ μὴ ἀφίνωμεν νὰ παρέρχηται μῆτε μία στιγμή χωρὶς νὰ ἐνασχολῶμεν τὸν νοῦν ἢ τὸ σῶμα εἰς τι ὠφέλιμον. Ἄν δὲ ἐμένομέν ποτε ἀργοί, ἀμέσως ἐζητοῦμεν ἐνασχόλησίν τινα, ἐνθυμούμενοι τοὺς ἀκολουθοὺς στίχους, τοὺς ὁποίους πολλακίς ἠκούσαμεν παρὰ τοῦ Γεροστάθου:

« Ἡ φιλοπορία εἶναι εὐτυχία καὶ ζωή

• Θάνατος ἢ ὀκνηρία καὶ τῶν κακιῶν πηγὴ. »



### ΤΟ ΠΑΤΡΙΚΟΝ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑ.

• Ἔργον δ' οὐδὲν ὄνειδος, ἀργίη δὲ  
τ' ὄνειδος. » (Ἡοίδου.)

**Τ**ΗΝ ἐπομένην Κυριακὴν, μετὰ τὴν θεϊαν λειτουργίαν, διηυθύνθημεν κατὰ τὴν πρόσκλησιν τοῦ Γεροστάθου εἰς

τὴν οἰκίαν τοῦ ἐκεῖ ἦλθον καὶ τινες τῶν γερόντων πρὸς ἐπίσκεψιν τοῦ εὐεργέτου τῆς κωμοπόλεως.

Ἀφοῦ δὲ φιλοφρόνως ὑπεδέχθη ὁ ἀγαθὸς γέρον καὶ μεγάλους καὶ μικρούς, ἐγένετο λόγος καὶ περὶ τοῦ Νάσου, καὶ περὶ τοῦ Χρήστου. Ὁ δὲ Γεροστάθης μᾶς εἶπεν

— Ἐνθυμοῦμαι τὴν ὑπόσχεσίν μου, καὶ θέλω ἐκπληρῶσαι αὐτήν. Θέλω σᾶς διηγηθῆ ἱστορίας τινάς, αἱ ὁποῖαι θέλουν σᾶς δεῖξει ὅτι οἱ ἀληθῶς μεγάλοι ἄνδρες ἠγάπων τοὺς κόπους, καὶ δὲν ἐντρέποντο ἐργαζόμενοι. *Τὰ καλά κόπῳ κτῶνται*: ἔλεγον οἱ ἀρχαῖοί μας· καὶ βεβαίως οὐδεὶς δύναται νὰ γίνῃ εὐτυχὴς καὶ ἐνδοξος ἄνευ κόπου, ἄνευ φιλοπονίας. Μόνον οἱ κακοήθεις προτιμῶσι τὰ καφενεῖα ἀπὸ τὴν ἐργασίαν· μόνον οἱ ἀνόητοι ἐντρέπονται τὴν ἐργασίαν· δὲν αἰσχύνονται ὅμως κατασηπόμενοι ἐν τῇ θογίᾳ, καὶ γινόμενοι οὕτως ὀχληρὰ βάρη, καὶ ἐπικίνδυνα μολύσματα εἰς τοὺς συμπολίτας καὶ τὴν πατρίδα των. Ἐξηκολούθησε δὲ διηγούμενος τὰ ἐξῆς.

#### Ο ΜΕΓΑΣ ΠΕΤΡΟΣ ΣΙΑΗΡΟΥΡΓΟΣ.

Εἰς τὸν αὐτοκράτορα Πέτρον χρεωστεῖ ἡ Ῥωσσία τὸ σημερινὸν μεγαλεῖόν της, τὸν πολιτισμὸν καὶ τὰς τέχνας της, καὶ δι' αὐτὸ δικαίως ἐπωνομάσθη Μέγας ὁ αὐτοκράτωρ αὐτός. Ἀναβὰς περὶ τὸ δέκατον ἑβδόμον ἔτος τῆς ἡλικίας του τὸν αὐτοκρατορικὸν θρόνον, ἠθέλησεν ὄχι μόνον νὰ κυβερνήσῃ, ἀλλὰ καὶ νὰ διδάξῃ, καὶ νὰ πολιτίσῃ τοὺς τότε βαρβάρους καὶ ἀμαθεῖς ὑπηκόους του.

Πρὸς τὸν σκοπὸν τοῦτον ἀπεφάσισε νὰ διδαχθῆ πρῶτος αὐτός, διὰ νὰ διδάξῃ ἔπειτα τοὺς λαοὺς του. Ὄθεν ὑπὸ τὸ ὄνομα Πέτρος Τίμμερμαν μετέβη τῷ 1697 εἰς τὰ ἐρ-

γροστάσια τῆς Ὀλλάνδης καὶ Ἀγγλίας, ὅπου ἐδιδάχθη τὴν ξυλουργίαν, σιδηρουργίαν, ναυπηγίαν, ναυτικὴν, ὄχρωματικὴν, καὶ ἄλλας ἀναγκαίας εἰς τὴν πρόοδον τῆς πατρίδος του τέχνας καὶ ἐπιστήμας.

Ἐξύπνα δὲ πάντοτε ἐνωρίς, ἦναπτε μόνος τὴν ἐστίαν του, καὶ πολλάκις ἐμαγεیرهὺς μόνος τὸ λιτον φαγητόν του· ζῶν δὲ ὡς ἀπλοῦς ἐργάτης, ὑπεβάλλετο εὐχαρίστως εἰς ὅλας τὰς βαρείας τῶν ἐργοστασίων ὑπηρεσίας. Καὶ εἰς τὴν Ὀλλάνδαν καὶ εἰς τὴν Ἀγγλίαν ἅπαντες ἐγνώριζον ὅτι ὁ ἐπιμελής ἐκεῖνος ἐργάτης ἦτο ὁ αὐτοκράτωρ τῆς Ῥωσσίας· ἀλλ' ὁ μέγας ἀνὴρ δὲν ἐντρέπετο, ἐργαζόμενος ἐπ' ἀγαθῷ τῆς πατρίδος του.

Ἐπανελθὼν εἰς τὴν Ῥωσσίαν, συνείθιζεν ὁ Μέγας Πέτρος νὰ ἐπισκέπτηται τὰ ἐργοστάσια καὶ τεχνουργεῖα τῆς αὐτοκρατορίας του. Ἐπεσκέφθη δὲ καὶ τὸ πλησίον τῆς Μόσχας σιδηρουργεῖον τοῦ Μύλλερ· ἐντὸς τοῦ σιδηρουργεῖου τούτου ἠθέλησε νὰ ἐργασθῆ καὶ αὐτὸς ὡς ἀπλοῦς ἐργάτης, διὰ νὰ διδάξῃ τοὺς ὑπηκόους του ὅτι ἡ ἐργασία ὄχι μόνον τοὺς ἀπλοῦς πολίτας δὲν ἀτιμάζει, ἀλλ' οὐδ' αὐτοὺς τοὺς αὐτοκράτορας.

Ἐργασθεὶς λοιπὸν ἡμέρας τινάς, καὶ σφυρηλατήσας σίδηρον 18 πουτίων βάρους, ἐζήτησεν, ὡς ἐργάτης, τὴν πληρωμὴν τῶν κόπων του. Λαβὼν δὲ τὴν ἀντιμισθίαν του, ἠγόρασεν ἐν ζευγος ὑποδημάτων, τὰ ὅποια δεικνύων εἰς τοὺς περὶ αὐτόν, ἔλεγεν ὅτι ποτὲ δὲν ἐχάρη ὑποδήματα ὅσον αὐτά, τὰ ὅποια ἀπέκτησε διὰ τοῦ ἰδρωτός τοῦ προσώπου του.

Ο ΒΑΣΙΛΕΥΣ ΚΑΙ Ο ΔΕΚΑΝΕΥΣ.

Ἐνῶ διήρκει ἡ ἐπανάστασις τῶν Ἀγγλαμερικανῶν κατὰ

τῆς Ἀγγλίας, εἰργάζοντο ἡμέραν τινὰ εἰς τι ὀχύρωμα Ἀγγλαμερικανοὶ τινες στρατιῶται ὑπὸ τὴν ἐπιστάσιαν τοῦ δεκανέως των' προσπαθοῦντες δὲ νὰ ὑψώσωσι στύλον βαρύτατον, ὑπερβολικὰ ἐκοπιάζον' ἀλλ' ὁ δεκανεύς, ἀντὶ νὰ βοηθήσῃ αὐτοὺς διὰ τῶν χειρῶν του, προέτρεπεν αὐτοὺς εἰς τὸ ἔργον των διὰ τῶν φωνῶν του.

Ἄγνωστος δὲ διαβάτης ἐρωτᾷ τὸν δεκανέα διατί δὲν βοηθεῖ καὶ διὰ τῶν χειρῶν του τοὺς κοπιᾷζοντας στρατιώτας. Ἀλλ' ὁ δεκανεύς ὑπερηφάνως ἀποκρίνεται— Καὶ δὲν βλέπεις ὅτι ἐγὼ εἶμαι δεκανεύς;— Συγχωρήσατέ μοι, κύριε δεκανεῦ, λέγει ὁ ἄγνωστος, κλίνων τὴν κεφαλὴν ὑποκλινέστατα, δὲν παρετήρησα τὸν βαθμὸν σας. Καὶ πετῶν ἀμέσως τὸ σκιάδιον καὶ τὸ ἐπανωφώριόν του, ἀρχίζει αὐτὸς νὰ βοηθῇ τοὺς στρατιώτας εἰς τὴν ἀνύψωσιν τοῦ στύλου. Ἀφοῦ δὲ τὸ ἔργον διὰ τῆς ἰσχυρᾶς συνδρομῆς του ἐπερατώθη, ἐνδυθεὶς, εἶπε πρὸς τὸν δεκανέα

— Ὅσακις, κύριε δεκανεῦ, ἔχητε ἀνάγκην ἐργασίας τινὸς βαρείας, δύνασθε νὰ προσκαλῆτε ἐλευθέρως τὸν Γενικὸν Ἀρχηγὸν σας, τὸν στρατηγὸν Βασιγκτῶνα, ἐγὼ δὲ προθύμως θέλω τρέχει πρὸς βοήθειάν σας. Κατησχυμένος καὶ ἐμβρόντητος ἔμεινεν ὁ δεκανεύς ἐνώπιον τοῦ μεγάλου ἀρχηγοῦ τῆς Ἀγγλαμερικανικῆς ἐπαναστάσεως.

Μικρὸς ὁ δεκανεύς ἀπέφευγε τὸν κόπον, καὶ δὲν κατεδέχετο τὴν ἐργασίαν' ἀλλ' ὁ μέγας Βάσιγκτων οὔτε τὸν κόπον ἐφοβείτο, οὔτ' ἐντροπὴν, ἀλλὰ χρέος ἐνόμιζε νὰ μεταχειρίζεται εἰς ἐργασίαν τὰς χεῖρας, τὰς ὁποίας διὰ νὰ ἐργάζεται τῷ ἐχάρισεν ὁ Θεός.

Τοιοῦτος ὢν ὁ Βάσιγκτων, ἀνεδείχθη μέγας καὶ ἔνδοξος. Αὐτὸς διεύθυνε τὸν ὑπὲρ ἀνεξαρτησίας πόλεμον τῆς

πατρίδος του ἐλευθερώσας δὲ καὶ κυβερνήσας αὐτὴν διὰ τῆς ἀνδρίας καὶ τῆς φρονήσεώς του, δικαίως ἐπωνομάσθη *Μέγας πολίτης τῆς Ἀμερικῆς, καὶ Πατὴρ τῆς πατρίδος.*

## Ο ΕΠΑΜΕΙΝΩΝΔΑΣ ΤΕΛΕΑΡΧΟΣ.

Ἀλλὰ καὶ οἱ ἀληθῶς μεγάλοι πρόγονοὶ μας δὲν ἐφοῦντο τὸν κόπον, οὐδὲ τὴν ἐργασίαν ἐντρέποντο. Ὁ ἀρχαιότερος μετὰ τὸν Ὀμηρον ποιητὴς τῆς Ἑλλάδος, ὁ Ἡσίοδος, ἐδίδασκε τοὺς Ἕλληνας τὴν ἐργασίαν, ψάλλον

« Ἄτιμος εἶν' ἡ ἀργία,

» Ἐντιμος ἡ ἐργασία.»

Πολλοὺς δὲ χρόνους μετὰ τὸν Ἡσίοδον ὁ φιλόπατρις ῥήτωρ Ἰσοκράτης ἐπανελάμβανε τὴν αὐτὴν ἰδέαν, κηρύττων ὅτι ἡ ἀρετὴ τὴν μὲν ὀκνηρίαν θεωρεῖ ἀξιοκατηγόρητον, τὴν δὲ ἐργασίαν ἀξιέπαινον· τὸν μὲν ὀκνον ψόγον, τὸν δὲ πόνον ἔπαινον ἠγεῖται ἡ ἀρετὴ.»

Ὁ μέγας πολίτης τῶν Θηβῶν Ἐπαμεινώνδας, ὅστις ἀνεφάνη ὁ μεγαλύτερος στρατηγὸς τῆς ἀρχαίας Ἑλλάδος, ποτὲ δὲν ἐντρέπη τὴν ἐργασίαν, ὅσον εὐτελής καὶ ἂν ᾗτο. Ἐγνώριζεν ὁ Ἐπαμεινώνδας τὸ τοῦ Εὐριπίδου, «Οὐδεὶς ὀκνηρὸς ἀνεφάνη ἔνδοξος, διὰ τῶν κόπων γεννᾶται ἡ δόξα,» «Οὐδεὶς, ὦν βράθυμος, εὐκλεῆς ἀνὴρ, ἀλλ' οἱ πόνοι γεννᾶσι τὴν εὐανδρίαν.»

Φθονεροὶ τινες ἐχθροὶ του ἐπέτυχον νὰ ἐκλεχθῆ πρὸς περιφρόνησιν τελέαρχος, ἤτοι ἐπιστάτης τῶν δημοσίων ὁδῶν. Ἀλλ' ὁ μέγας Ἐπαμεινώνδας προθύμως ἐδέχθη τὴν τελεαρχίαν.

Τοιοῦτοτρόπως δὲ ἐδίδαξε τοὺς τε συγχρόνους καὶ μεταγενεστέρους του ὅτι καθὼς ἡ ὑψηλὴ θέσις δὲν τιμᾷ

τὸν ἀναξίως κατέχοντα αὐτήν, οὕτω καὶ ἡ μικρὰ δὲν ἀτιμάζει τὸν ἀνώτερον αὐτῆς, ἀλλὰ τιμᾶται ὑπ' αὐτοῦ.

Πόσον εὐτυχῆς τῷ ὄντι ἡ πολιτεία ἐκείνη, τῆς ὁποίας τὰ διάφορα δημόσια ἐπαγγέλματα εἶναι ἐμπειπιστευμένον εἰς ἄνδρας ἀνωτέρους τῶν θέσεών των!

Πόσον δὲ δυστυχῆς καὶ ἀθλία ἡ πολιτεία ἐκείνη, εἰς τῆς ὁποίας τὰς δημοσίους θέσεις διορίζονται ἄνδρες κατώτεροι τῶν θέσεών των!

Αὐτὰ μᾶς ἐδίδαξεν ὁ μέγας Ἐπαμεινώνδας, ὅστις, ἐνόσω ὑπάρχει ἱστορία εἰς τὸν κόσμον, θέλει μείνει ἀθάνατος μετὰ τῶν δύο ἐνδόξων θυγατέρων του, αἵτινες ἦσαν αἱ δύο λαμπραὶ του νύκαι εἰς τὰ Λεῦκτρα τῆς Βοιωτίας, καὶ εἰς τὴν Μαντίνειαν τῆς Πελοποννήσου, ὅπου πληρωθεὶς ἔπεσεν ἐνδόξως.

Καὶ ὅμως, εἶπεν ὁ Γεροστάθης, ἐγὼ θεωρῶ τὸν Ἐπαμεινώνδαν δυστυχῆ, διότι αἱ τότε περιστάσεις τῆς Ἑλλάδος τὸν ἠνάγκασαν ν' ἀγωνισθῆ οὐχὶ ὑπὲρ τῆς ὅλης Ἑλλάδος, ἀλλ' ὑπὲρ τῶν Θηβῶν μόνον, καὶ οὐχὶ κατὰ τῶν βαρβάρων, ἀλλὰ κατὰ τῶν Λακεδαιμονίων, οἵτινες ἦσαν Ἕλληνες, ὡς οἱ Θηβαῖοι.

#### Ο ΦΩΚΙΩΝ ΑΝΤΛΩΝ ΚΑΙ Η ΣΥΖΥΓΙΟΣ ΤΟΥ ΖΙΜΟΝΟΣ.

Εἷς τῶν ἐνδοξοτέρων ἀνδρῶν τῆς ἀρχαίας Ἑλλάδος ἦτο καὶ ὁ Φωκίων, ὅστις ἀνεφάνη εἰς τὰς Ἀθήνας ὁ ἐναρετώτερος πολιτικός, συγχρόνως δὲ καὶ ὁ ἀξιώτερος στρατηγὸς τῆς ἐποχῆς του.

Πόνος γὰρ εὐκλείας πατὴρ, εἶπεν ὁ Εὐριπίδης. Ἐάν λοιπὸν ὁ κόπος ἦναι πατὴρ τῆς δόξης, ἔπεται ὅτι καὶ ὁ Φωκίων, ὅστις τοσοῦτον ἐδοξάσθη, οὔτε τὸν κόπον ἐφοβήθη, οὔτε τὴν ἐργασίαν ἐντράπη.

Ὅτε οἱ πρέσβεις τοῦ μεγάλου Ἀλεξάνδρου εἰσῆλθον εἰς τὴν οἰκίαν τοῦ μεγάλου πολίτου τῶν Ἀθηνῶν Φωκίωτος, φέροντες τὰ δῶρα, τὰ ὁποῖα ἔστειλε πρὸς αὐτὸν ὁ Ἀλέξανδρος, εὔρον τὸν μὲν Φωκίωνα ἀντλῶντα ὕδωρ ἐκ τοῦ πηγαδίου του, τὴν δὲ ἐνάρετον σύζυγον τοῦ ἐνδόξου στρατηγοῦ ζυμόνουσαν τὸν ἄρτον τοῦ οἴκου της.

Ἠρωτήσαμεν τότε τὸν Γεροστάθην, ἂν αὐτὸς ἦτο ὁ πατὴρ τοῦ Φώκου, περὶ τοῦ ὁποίου ἄλλοτε μᾶς ἀνέφερε.

— Ναί, ἀπήντησεν, αὐτὸς εἶναι· οἱ μουσικοί, ὁσάκις ἐπιτύχωσι μελωδίαν τινὰ ὠραίαν, ἀγαπῶσι νὰ ἐπαναλαμβάνωσιν αὐτήν. Ἀλλὰ καὶ τὸ λαμπρὸν μελόδραμα τῆς ἀρχαίας Ἑλλάδος ἔχει μελωδίας τινὰς ἐξόχως ὠραίας τοιαῦται εἶναι ὁ Ἀριστείδης, ὁ Σωκράτης, ὁ Φωκίων, ὁ Κίμων, ὁ Ἐπαμεινώνδας. Αὐτὰς συχνάκις θέλω ἐπαναλαμβάνει, ὦν βέβαιος ὅτι πάντοτε θέλουν εὐφραίνει τὰς καρδίας σας.

Ἄλλος τότε ἐξ ἡμῶν παρετήρησεν ὅτι ὁ Φωκίων ἴσως ἔζη κατὰ τοὺς ἀρχαίους χρόνους τῆς ἀπλοηθείας, καὶ δι' αὐτὸ αὐτὸς μὲν ἦντλει, ἡ δὲ σύζυγός του ἐζύμονεν.

— Ὅχι, ὄχι, ἀπεκρίθη ὁ γέρον. Ὁ Φωκίων δὲν ἔζη κατὰ τοὺς ἡρωϊκοὺς χρόνους τοῦ Ὀμήρου, ὅτε ἡ μὲν βασίλισσα τῆς Ἰθάκης, Πηνελόπη, ὕφαινε τὸν ἱστόν της, ἡ δὲ βασίλοπαις Ναυσικία ἐπλυνεν εἰς τὸν ποταμὸν τὰ ἐνδύματά της, καὶ ἡ βασίλισσα τῶν Φαιάκων ἐγενθεν ἀπὸ τῆς πρωΐας. Οὔτε κατὰ τοὺς πατριαρχικοὺς χρόνους τῆς Παλαιᾶς Γραφῆς ἔζη ὁ Φωκίων, ὅτε ἡ Ῥεβέκκα καὶ ἡ Ῥαχὴλ ἐβόσκον μόναι τὰ ποιμνιά των.

Ἀπ' ἐναντίας ὁ Φωκίων ἔζη ὅτε ἡ πολυτέλεια, συνωδευμένη ὑπὸ τῶν πιστῶν δορυφόρων της, τῆς διαφθορᾶς,

καὶ τῆς ἀναιδεΐας, εἶχεν εἰσχωρήσει εἰς τὰς Ἀθήνας, καὶ κατασκάπτουσα τὴν ἑλληνικὴν ἀρετὴν, προητοίμαζε τὴν καταστροφὴν τῆς Ἑλλάδος. Ἀλλ' ὁ Φωκίων δὲν παρεσύρθη ὑπὸ τοῦ ὀλεθρίου χειμάρρου· ὄθεν αὐτὸς μὲν ἦντλει, ἡ δὲ γυνὴ τοῦ ἐξύμονε, διαμαρτυρούμενοι οὕτως ἀμφότεροι κατὰ τῆς φθοροποιᾶς πολυτελείας.

## Ο ΖΗΣΗΣ ΚΑΙ Ο ΙΩΑΝΝΗΣ.

Ἐνῶ ὁ Γεροστάθης ἔλεγε ταῦτα, παρετήρησε τὸν κύρ Ζήσπν ὁμιλοῦντα τὸν υἱὸν τοῦ Ἰωάννην μὲ ὕφος μᾶλλον θερμὸν καὶ θυμοειδές.

— Τί ἔχεις κύρ Ζήση, εἶπε τότε πρὸς αὐτόν, καὶ φαίνεσαι θυμωμένος κατὰ τοῦ Ἰωάννου; Μήπως τὸν ἐνθυμίζης νὰ ἐξυπνᾷ πρῶτ, καὶ ν' ἀγαπᾷ τὴν ἐργασίαν;

— Ὄχι, ἀπεκρίθη ὁ κύρ Ζήσης, εὐτυχῶς τῶρα καὶ πρῶτ ἐξυπνᾷ ὁ Ἰωάννης, καὶ πολὺ ἐπιμελεῖται εἰς τὰ μαθήματά του· ἀλλὰ προχθὲς ἄλλην φιλονεικίαν εἶχον μετ' αὐτοῦ. Μ' ἔλεγεν ὅτι, ἅμα τελειώσῃ τὰ μαθήματά του, σκοπεύει νὰ ὑπάγῃ εἰς Ἰωάννινα ἢ Κωνσταντινούπολιν νὰ γίνῃ γραμματικὸς ἢ διδάσκαλος· καὶ ὅτε τὸν ἐνθύμισα τὰ χωράφια καὶ τὰ ἀμπέλια, τὰ ὁποῖα καλλιερῶ καὶ ζῶμεν, μὲ ἀπεκρίθη ὅτι δὲν ἀρμόζει εἰς ἓνα γραμματισμένον νὰ γίνῃ γεωργὸς ἢ τεχνίτης. Τῶρα δὲ τὸν ἠρώτων ἂν ἤκουσεν αὐτὰς τὰς ὠραίας ἱστορίας, τὰς ὁποίας διηγῆθης, καὶ τὸν ἔλεγον ὅτι ὅλοι αὐτοὶ οἱ μεγάλοι κατεδέχθησαν καὶ ξυλουργοί, καὶ σιδηρουργοί, καὶ βαστάζοι νὰ γίνωσι, καὶ τοὺς δρόμους νὰ ἐπιστατῶσι, καὶ νερὸν νὰ σύρῳσιν! Ἐγὼ ὁ δυστυχὴς ἄλλον υἱὸν δὲν ἔχω, ἡ ἡλικία μου προχωρεῖ· ποῖος λοιπὸν θέλει μὲ βοή-

θει εἰς τὴν καλλιέργειαν τῶν κτημάτων μου; Καλὰ ἴσως εἶναι, κύρ Γεροστάθη, τὰ γράμματα· ἀλλὰ διὰ τὰ παιδιά ἡμῶν τῶν πτωχῶν νομίζω ὅτι δὲν εἶναι, διότι γεμίζουν ἀέρα αἱ κεφαλαί των.

— Βεβαιώθητι, κύρ Ζήση, ὅτι μόνον ὅσκι κεφαλαὶ ἦναι κοῦφαι γεμίζουν ἀέρα ἀπὸ τὰ γράμματα· ἀλλ' ὅσκι ἔχωσιν ἐγκέφαλον, αὐταὶ διὰ τῶν γραμμάτων τρέφουν καὶ ἐνδυναμόνουν τὸν ἐγκέφαλον, καὶ τότε δὲν μένει ἐντὸς τῶν κεφαλῶν τόπος διὰ ἀέρας καὶ καπνοῦς.

Ὁ Ζήσης, συλλογισθεὶς ὀλίγον, — Ἐχετε δίκαιον, εἶπε, καλὰ καὶ ἄγια εἶναι τὰ γράμματα, καὶ ἐγὼ ὁ ἀγράμματος καθ' ἡμέραν αἰσθάνομαι τὴν ἀνάγκην των. Ἀλλὰ πῶς νὰ μὴ ἀγανακτῶ, ὅταν ἀκούω ὅτι ὁ Ἰωάννης θέλει νὰ μὲ φύγη ἐξ αἰτίας τῶν γραμμάτων;

— Ἄν ὁ Ἰωάννης, κύρ Ζήση, ἀπεκρίθη ὁ Γεροστάθης, ἔχη, ὡς ἐλπίζω, ὀλίγον νοῦν, βεβαιώθητι ὅτι δὲν θέλει σὲ ἀφήσει, ὅσα γράμματα καὶ ἂν μάθῃ· ἀλλ' ὡς καλὸς υἱὸς θέλει ἀκολουθήσει τὸ ἐπάγγελμά σου. Ὁ Ἰωάννης εἶναι ἀκόμη νέος καὶ ἄπειρος, καὶ δὲν γνωρίζει ὅτι ὅλαι αἱ τέχναι, ὅλα τὰ ἐργόχειρα, ὅλα τὰ ἐπαγγέλματα εἶναι ἐντιμότερα ὅταν τιμίως μετερχώμεθα αὐτὰ.

Ὅστις ἐντρέπεται ν' ἀκολουθήσῃ τὸ ἐπάγγελμα τοῦ πατρὸς του, καὶ μάταιος εἶναι, καὶ καλὴν καρδίαν δὲν ἔχει· ἀργὰ δὲ ἢ ὀγλίγωρα θέλει μετανοήσει.

Οἱ φρόνιμοι υἱοὶ ἀκολουθοῦν πάντοτε τὸ πατρικὸν τῶν ἐπάγγελλα, ἐκτὸς ἂν περιστάσεις ἔκτακτοι, ἢ προτερήματα ἔξοχα σπρώξωσιν αὐτοὺς εἰς ἄλλα ἀνώτερα ἔργα.

Τὸ πατρικὸν ἐπάγγελμα εἶναι δένδρον ἐτοιμον, καλῶς φιζωμένον, καὶ ἤδη δίδον καρποῖς· ἀλλὰ τὸ νέον, τὸ ὁποῖον

ὁ μάταιος υἱὸς θέλει ἅσπασθῆ, εἶναι δένδρον ἄγνωστον, τὸ ὅποιον αὐτὸς πρόκειται νὰ φυτεύσῃ, ἀβέβαιον δὲ ἂν ἐπὶ τέλους ριζώσῃ καὶ καρποφορήσῃ· οὐδεμίαν δὲ συμβουλὴν ὡς πρὸς τὴν καλλιέργειαν αὐτοῦ δύναται ὁ τοιοῦτος υἱὸς νὰ περιμένῃ παρὰ τοῦ πατρὸς του.

Ἐάν, Ἰωάννη μου, ἀκολουθήσῃς τὸ ἐπάγγελμα τοῦ πατρὸς σου, αὐτός, ὅστις βεβαίως σὲ ἀγαπᾷ περισσότερον παντὸς ἄλλου, θέλει σὲ συμβουλεύει εἰς τὸ ἔργον σου, καὶ οὕτως εὐκόλως θέλεις· ὅσει εἰς αὐτό. Ἀλλ' ἂν ζητήσῃς νέον στάδιον ζωῆς, ποῖος θέλει σὲ ὀδηγεῖ; Κληρονομῶν τὸ ἐπάγγελμα τοῦ πατρὸς σου, θέλεις κληρονομήσει καὶ τοὺς φίλους, τοὺς ὁποίους διὰ τοῦ ἐπαγγέλματος τοῦ ἀπέκτησεν, εἰς αὐτοὺς θέλεις προσθέσει καὶ σὺ ἄλλους νέους· προσθέτων δὲ εἰς τὴν πείραν τοῦ πατρὸς σου καὶ τὴν ἰδικήν σου, θέλεις ἀναπτύξει καὶ τελειοποιήσῃ τὸ πατρικόν σου ἐπάγγελμα, καὶ θέλεις καταστήσῃ αὐτὸ ἐπωφελέστερον.

#### Ἡ ΠΡΟΟΔΟΣ ΤΗΣ ΑΓΓΛΙΑΣ.

Εἰς τὴν Ἀγγλίαν ἡ γεωργία καὶ ὄλαι αἱ τέχναι πρόωδευσαν, καὶ τὸ Ἀγγλικὸν ἔθνος κατήντησε μέγα καὶ εὐτυχές, διότι ὁ υἱὸς τοῦ γεωργοῦ, ἀφοῦ σπουδάσῃ τὰ πρέποντα μαθήματα, γίνεται γεωργός, ὅσον πλούσιος καὶ ἂν ἦναι ὁ πατήρ του, ὁ υἱὸς τοῦ σιδηρουργοῦ σιδηρουργός, καὶ ἐν γένει διότι ἕκαστος υἱὸς ἀκολουθεῖ τὸ ἔργον τοῦ πατρὸς του. Τοιοῦτοτρόπως καὶ αὐτοὶ πλουτοῦν καὶ βελτιοῦνται, καὶ τὰ ἔργα των τελειοποιοῦνται. Πολλοὶ δὲ γεωργοί, τεχνῖται, ἐργοστασιάρχαι ἔφθασαν εἰς τὰς πρώτας θέσεις, καὶ εἰς τοὺς ἀνωτέρους βαθμοὺς τῆς ἀγγλικῆς

ἀριστοκρατίας· διότι, καθὼς εἶπεν ὁ βασιλεὺς Γεώργιος ὁ τρίτος, ἡ θύρα τῆς ἀριστοκρατικῆς εὐγενείας εἶναι ἀνοικτὴ εἰς πάντα Ἄγγλον, ἀναφανέντα εἰς τὴν πατρίδα ἐξόχως ὠφέλιμον.

Διὰ τὰ προσηλόνωνται δὲ οἱ Ἀγγλόπαιδες εἰς τὸ πατρικόν των ἐπάγγελμα, μεταξὺ τῶν πρώτων διηγημάτων, τὰ ὁποῖα ἀναγινώσκουν, εἶναι καὶ τὸ διήγημα τοῦ Μαυρικίου.

#### Η ΔΥΣΤΥΧΙΑ ΤΟΥ ΜΑΥΡΙΚΙΟΥ.

Ὁ πατὴρ τοῦ Μαυρικίου ἦτο κατ' ἀρχὰς ἀπλοῦς ἐργάτης εἰς ἓν ὑφαντήριο τῆς Ἀγγλικῆς πόλεως Δέρβης· ἀλλὰ διὰ τῆς ἐπιμελείας, τῆς φιλοπονίας καὶ οἰκονομίας του, καὶ μάλιστα διὰ τινος ἐφευρέσεως, τὴν ὁποίαν ἔκαμε πρὸς βελτίωσιν τῆς ὑφαντικῆς, κατώρθωσεν ἐντὸς ὀλίγου τὴν ἀποκατασταθῆ ἰδιοκτικτῆς καὶ ἐργοστασιάρχης μεγάλου ὑφαντηρίου, εἰς τὸ ὁποῖον δὲν ἔπαυσεν ἐπιστατῶν καὶ ἐργαζόμενος μέχρι τοῦ θανάτου του.

Ὁ υἱὸς τοῦ Μαυρικίου, ἀφοῦ ἐσπούδασε τὰ ἐγκύκλια εἰς τὸ σχολεῖον, εἰργάζετο ὑπὸ τὸν πατέρα του εἰς τὸ ὑφαντήριο αὐτοῦ. Ἀλλὰ μετὰ τὸν θάνατον τοῦ πατρὸς του, κληρονομήσας ὀλόκληρον τὴν πατρικὴν περιουσίαν, ἐνόμισεν ὅτι ἦτο ἀνοησία νέος, ἔχων τόσην κατάστασιν, καὶ σπουδάσας γράμματα εἰς τὸ σχολεῖον, νὰ ἐξακολουθῇ μετερχόμενος τὴν ὑφαντικὴν.

Ὅθεν, πωλήσας τὸ πατρικόν του ἐργοστάσιον. μετέβη εἰς τὴν πολυέξοδον πρωτεύουσιν τῆς Ἀγγλίας, τὸ Λονδίον, διὰ νὰ ζήσῃ ἐκεῖ ὡς οἱ εὐγενεῖς.

Ἀλλὰ μὴ γνωρίζων ἡ Μαυρίκιος νὰ διαχειρισθῇ τὴν

χρηματικήν του περιουσίαν, καθὼς ἐγνώριζε τὴν ὕφαντικὴν, κατώρθωσε διὰ τῆς πολυτελείας καὶ τῆς χαρτοπαιξίας καὶ τὴν περιουσίαν του ἠ ἀπολέσῃ, καὶ εἰς χρεὴν νὰ ὑποκύψῃ, ἔνεκα τῶν ὁποίων καὶ ἐφυλακίσθη.

Κατὰ κλειστός ἐν τῇ φυλακῇ συνῆλθεν ἐπὶ τέλους εἰς ἑαυτόν, καὶ ἐπέισθη, ἀλλὰ δυστυχῶς πολὺ ἄργά, ὅτι φρονιμώτερον καὶ ἀξιοπρεπέστερον ἤθελεν εἶσθαι ἐὰν ἐξηκολούθει ἐργαζόμενος τὴν ὕφαντικὴν, τιμώμενος καὶ ἀγαπώμενος παρὰ πάντων

Μετὰ διετῆ δὲ φυλάκισιν ἐλευθερωθεὶς, ἐπανέρχεται εἰς Δέρβην, καὶ μετὰ πολλὰς παρακλήσεις κατορθώνει νὰ καταπέισῃ τὸν ἀγοραστὴν τοῦ τεχνουργείου του νὰ τὸν προσλάβῃ, οὐχὶ πλέον ὡς ἐργοστασιάρχην, ἀλλ' ὡς ἀπλοῦν ἐργάτην ἐπὶ μετριωτάτῳ ἡμερομισθίῳ.

Τὴ ἱστορικὸν αὐτὸ μανθάνοντες παιδιόθεν οἱ νέοι τῆς Ἀγγλίας, προσκολλῶνται εἰς τὸ πατρικὸν τῶν ἐπάγγελμα, μ' ὅλα τὰ πλούτη τῶν γονέων των. καὶ μ' ὅσα γράμματα ἔμαθον αὐτοὶ εἰς τὰ σχολεῖα.

Ὅλα τὰ ἐπαγγέλματα καὶ ὅλαι αἱ τέχναι, ἰωάννη μου, ἔχουν ἀνάγκην γραμμάτων διὰ νὰ προοδεύσωσιν.

Εἶδες τὸν κηπὸν μου, καὶ πολὺ σὲ ἤρεσεν, ἀλλὰ βεβαιώηπι ὅτι, ἂν δὲν ἐγνώριζον ὀλίγα Ἰταλικά καὶ Γαλλικά, διὰ ἠ ἀναγνώσω βιβλία τινὰ περὶ κηπουρικῆς, ὁ κηπὸς μου δὲν ἤθελεν εἶσθαι ὁποῖον τὸν εἶδες. Ἡ Γεωργία, ἡ Κτηνοτροφία, καὶ ὅλαι αἱ τέχναι καὶ τὰ ἐπαγγέλματα ἔχουν εἰς τὰ πεφωτισμένα ἔθνη τὰ βιβλία των, τὰς εἰκονογραφίας των, καὶ αὐτὰ σπουδάζοντες οἱ κτηματῖαι, οἱ κτηνοτρόφοι καὶ οἱ τεχνῖται, προοδεύουν καὶ τελειοποιοῦνται, ὠφελοῦντες καὶ ἑαυτοὺς καὶ τὴν πατρίδα των.

Ἄς συμμορφώμεθα με τὰς περιστάσεις, με τὴν θέσιν, με τὰς ἀνάγκας μᾶς· τὰ δὲ γράμματα, ἀντὶ να μᾶς φουσκώνωσι, καὶ νὰ μᾶς ἀποσπῶσιν ἀπὸ τὰ πατριὰ ἔργα, ἃς μᾶς διδάσκωσι τὴν ἀγάπην τῆς ἐργασίας, καὶ ἃς καθιστῶσιν αὐτὴν γλυκυτέραν. Τα γράμματα τιμῶσι τὴν ἐργασίαν, δὲν ἀτιμᾶζονται δὲ ὑπ' αὐτῆς.

Ο ΣΟΛΩΝ, Ο ΘΑΛΗΣ, Ο ΠΛΑΤΩΝ, ΚΑΙ Ο ΙΠΠΟΚΡΑΤΗΣ.

Καὶ αὐτοὶ οἱ σοφώτατοι ἄνδρες τῆς ἀρχαίας Ἑλλάδος δὲν ἐντράπησαν, ὡς λέγει ὁ Πλούταρχος, νὰ ἐργασθῶσι, διὰ ν' ἀποκτήσωσι τὰ ἀναγκαῖα πρὸς τὸ ζῆν, ὅπως δυνηθῶσιν οὕτω καὶ ἑαυτοὺς καὶ ἄλλους νὰ βελτιώσωσιν.

Ὁ Σόλων, ὁ νομοθέτης τῶν Ἀθηνῶν, στερούμενος τῶν ἀναγκαιῶν, καὶ ἐντρεπόμενος νὰ ζητῇ παρὰ τῶν ἄλλων, μετῆλθε τὸ ἐμπόριον.

Τὸ αὐτὸ ἐπάγγελμα μετῆλθε καὶ ὁ Θαλῆς ὁ Μιλήσιος, εἷς τῶν ἐπτὰ Σοφῶν, καὶ ὁ Ἴπποκράτης ὁ Χίος, ὁ Πυθαγορικὸς φιλόσοφος.

Καὶ αὐτὸς ὁ θεῖος Πλάτων, ὁ μαθητὴς τοῦ Σωκράτους, ὁ ὑψηλότερος φιλόσοφος τῆς Ἑλλάδος, μετέβη ἐξ Ἀθηνῶν εἰς Αἴγυπτον διὰ νὰ πωλήσῃ φορτίον ἐλαίου.

Πᾶς ἀγαθὸς ἄνηρ, εἴτε πολιτικὸς, εἴτε μὴ, χρεωστεῖ νὰ μετέρχεται τίμιόν τι ἔργον πρὸς ἀπόκτησιν καίων του. Αὐτὰ μᾶς διδάσκει ὁ ἀγαθὸς Πλούταρχος, ἐπικυρῶν τοὺς λόγους τοῦ Ησίοδου «ἔργον οὐδὲν στείδος», καὶ τοῦ σοφοῦ Πιπτακοῦ «ἀνιαρὸν ἀργία.»

Ὁ Σόλων μάλιστα τόσον ἀπεστρέφετο τὴν ἀργίαν καὶ δκνηρίαν, ὥστε, διὰ ν' ἀναγκάσῃ ἕκαστον πατέρα νὰ διδάσκῃ τέχνην τινὰ εἰς τὰ τέκνα του, ἐνομοθέτησεν ὅτι

«Ὅστις δὲν φροσίῃ τὰ διδάξῃ τέχνην τινὰ εἰς τὰ τέκνα του, γηράσκων δὲν θέλει ἔχει δικαίωμα ἢ ἀπαίτην διατροφὴν παρὰ τῶν τέκνων αὐτοῦ.»

Ο ΣΩΚΡΑΤΗΣ ΑΓΑΛΜΑΤΟΠΟΙΟΣ.

Ὁ Σωκράτης, ὁ Ἀθηναῖος, ὅστις ἀνεφάνη ὁ ἠναρετώτερος ἀνὴρ τῆς ἀρχαίας Ἑλλάδος, ἦτο υἱὸς τοῦ ἀγαλματοποιοῦ Σωφρονίσκου. Ὡν δὲ ἐκ νεότητός του υἱὸς φρόνιμος, ἠκολούθησε τὸ πατρικόν του ἐπάγγελμα, καὶ φαίνεται ὅτι ἠδδοκίμησεν εἰς αὐτό, διότι καὶ κατὰ τὴν ἐποχὴν τοῦ περιηγητοῦ Παυσανίου, περὶ τὰ 160 ἔτη μετὰ Χριστόν, διετηροῦντο ἀκόμη εἰς τὴν Ἀκρόπολιν τῶν Ἀθηνῶν αἱ τρεῖς ἐνθουσιάζοντες Χάριτες, καλλιτεχνικὰ ἔργα τοῦ γλύπτου Σωκράτους.

Ἀφοῦ δέ, ἀκολουθήσας τὴν πατρικὴν του τέχνην, ἔδωκε διὰ τῆς γλυφίδος μορφήν εἰς τὰ μάρμαρα, ἐπεθύμησε διὰ τῆς ἀρετῆς νὰ μορφώσῃ καὶ τὰς καρδίας τῶν συμπολιτῶν του, καθ' ὅσον μάλιστα κατὰ τοὺς χρόνους ἐκείνους εἶχον ἀρχίσει δυστυχῶς νὰ διαφθείρωνται.

Ἀφιερῶθη λοιπὸν τότε εἰς τὴν ἠθικὴν Φιλοσοφίαν, τῆς ὁποίας καὶ θεμελιωτὴς ἐπωνομάσθη.

Γνωρίσας δὲ ἐξ ἰδίας πείρας τὴν ἀνάγκην καὶ τὰ καλὰ τῆς ἐργασίας, τὴν ἐργασίαν ἐσύσταινεν εἰς τοὺς συμπολίτας του, λέγων κατὰ τὴν μαρτυρίαν τοῦ μαθητοῦ του Ξενοφῶντος ὅτι ἡ ἐργασία εἶναι ἀγαθὸν καὶ ὠφέλιμον, ἡ δὲ ἀργία κακὸν καὶ βλαβερόν· ὠνόμαζε δὲ ἐργάτας μὲν τοὺς ἐργαζομένους τιμίως, ἀργοὺς δὲ, ὅχι μόνον τοὺς μηδὲν πράττοντας, ἀλλὰ καὶ τοὺς κυβερνοῦντας, καὶ τοὺς ἐργαζομένους τὰ πονηρὰ καὶ ἐπιζήμια.

Ἐκ τούτων βλέπεις, Ἰωάννη, εἶπεν ὁ γέρον, ὅτι τὸ πατρικὸν ἐπάγγελμα δὲν ἐμπόδισε τὸν Σωκράτην νὰ ἀναφανῆ ὡφέλιμον τέκνον τῆς Ἑλλάδος. Ἀλλ' ἐπειδὴ τὸ ἐπάγγελμα τοῦ πατρός σου εἶναι ἡ γεωργία, πρέπει νὰ σοὶ διηγηθῶ καὶ περὶ τοῦ Ῥωμαίου Κιγκινάτου.

#### Ο ΚΙΓΚΙΝΝΑΤΟΣ ΚΑΙ ΤΟ ἌΡΟΤΡΟΝ ΤΟΥ.

Ὀλίγους χρόνους πρὸ τοῦ Σωκράτους ἔζη εἰς τὴν Ῥώμην ὁ Κιγκινάτος, ὅστις, ἀγαπῶν τὴν γεωργίαν, κατεγίνετο εἰς τὴν καλλιέργειαν τοῦ ὑποστατικοῦ του. Ἐνῶ δὲ ἐνησχολεῖτο καλλιεργῶν τοὺς ἀγρούς του, ἡ Ῥώμη εὐρέθη εἰς μέγαν κίνδυνον· ἐχθρικός στρατὸς εἶχε περικυκλώσει τὸν Ῥωμαϊκόν, καὶ ἡ καταστροφή ἦτο σχεδὸν βεβαία.

Κατὰ τὸν μέγαν αὐτὸν κίνδυνον ὁ Ῥωμαϊκὸς λαὸς ἐνθουμήθη τὸν Κιγκινάτον, τὸν ὁποῖον, ἂν καὶ γεωργόν, ἐσέβοντο καὶ ἠγάπων διὰ τε τὴν φρόνησιν, τὴν ἀρετὴν καὶ τὴν ἀνδρίαν του. Ὅθεν ἐκλέγουν ἀμέσως αὐτὸν *Δικτάτορα τῆς Ῥώμης*, δηλαδὴ ἀπόλυτον ἄρχοντα, δυνάμενον νὰ πράξῃ πᾶν ὅ,τι ἤθελεν ἐγκρίνει πρὸς διάσωσιν τῆς κινδυνευούσης πατρίδος.

Ὁ Κιγκινάτος ὑπακούων εἰς τὴν φωνὴν τῆς πατρίδος, ἀφίνει τὸ ἄροτρον του ἀντὶ ὅμως νὰ κομπᾶσῃ διὰ τὴν ὑψηλὴν θέσιν του, σύννους ἐσυλλογίζετο τὰς δυσκολίας τῆς θέσεως ταύτης.

Ἀλλ' ὀδηγήσας ἐμφρόνως τοὺς συμπολίτας του, καταστρέφει ἐνδόξως τοὺς ἐχθρούς, ἐλευθερώνει τὸν κινδυνεύοντα Ῥωμαϊκὸν στρατόν. καὶ σώζει τὴν Ῥώμην. Ἀμέσως δὲ, παραιτούμενος ἀπο τὴν δικτατορίαν καὶ τὰς τιμὰς, ἐπανέρχεται εἰς τὸ ἀγαπητόν του ἄροτρον. Ὁ Κιγ-

κιννάτος λοιπόν, ἂν καὶ γεωργός, ἀνεφάνη σωτὴρ τῆς πατρίδος του !

Ο ΦΙΛΟΠΟΙΜΗΝ ΓΕΩΡΓΟΣ.

Καὶ ὁ Φιλοποίμην, ὁ Πελοποννήσιος ἠγάπα τὴν γεωργίαν καὶ τὸ κυνήγιον, ὅπως δι' αὐτῶν γυμνάζη τὸ σῶμά του. Εἶχεν ἀγρὸν οὐχὶ μακρὰν τῆς πατρίδος του Μεγαλοπόλεως, εἰς τὸν ὁποῖον καθ' ἡμέραν μετὰ τὸ δεῖπνόν του πεζὸς μετέβαιεν. Ἐκεῖ ἀναπαυόμενος ἐπιἄχουρίνου στρώματος, ἐξύπνα πολὺ πρῶι, καὶ ἐκαλλιέργει τὰ κτήματά του· ἐπιστρέφων δὲ πάλιν πεζὸς εἰς τὴν πόλιν, ἐνησχολεῖτο εἰς τὰς ὑποθέσεις τῆς πατρίδος του.

Ἐπροσπάθει δὲ νὰ προσπορίζηται τὰ ἀναγκαῖά του ἐκ τῆς γεωργίας, διότι τὰ ἐξ αὐτῆς χρήματα θεώρει τὰ δικαιοτέρα ὅλων τῶν ἄλλων. Ἐφρόνει δὲ πρέπον εἶναι ἀποκτᾶ ἕκαστος πολίτης διὰ τῶν κόπων του τὰ ἴδια του, ὅπως ἀπέχη τῶν ξένων καὶ δημοσίων.

Τοιοῦτος ὦν ὁ Φιλοποίμην, καὶ φιλοτιμούμενος νὰ μιμηθῆ τὸν Ἐπαμεινώνδαν κατὰ τὴν ἀρετὴν καὶ τὴν στρατηγικὴν φρόνησιν, ἀνεφάνη ἄξιος στρατηγὸς τῆς Ἀχαϊκῆς συμμαχίας, καὶ τὸ τελευταῖον ἔνδοξον τέκνον, τὸ ὁποῖον εἰς τὰ ἔσχατά της ἐγέννησεν ἡ Ἑλλάς πρὸς παρηγορίαν τῆς παρακμαζούσης δόξης της.

Ο ΣΩΚΡΑΤΗΣ ΚΑΙ Ο ΠΛΟΥΤΑΡΧΟΣ ὑΠΕΡ ΤΗΣ ΓΕΩΡΓΙΑΣ

Καὶ ὁ κατὰ τὸ μαντεῖον τοῦ Ἀπόλλωνος πάντων σοφώτατος Σωκράτης ἠγάπα τὴν γεωργίαν. Ἴδου δὲ ὅποιον ἔλεγεν ὑπὲρ αὐτῆς εἰς τὸν Κριτόβουλον.

«Καὶ οἱ πτωχοὶ καὶ οἱ πλούσιοι ἐμποροῦν τὰ ἐνασχολῶνται εἰς τὴν γεωργίαν, διότι ὄχι μόνον εὐπορίαν φέρει.

ἀλλὰ καὶ ἡδονικὴ καὶ διασκεδαστικὴ συγχρόνως εἶναι. Μᾶς συνειθίζει δὲ καὶ εἰς τοὺς κόπους, καὶ εἰς τὸ ψῦχος, καὶ τὴν καύσιν· προσέτι μᾶς συνειθίζει νὰ ἐξυπνώμεν πρῶτ', καὶ νὰ περιπατῶμεν πολὺ. Τοιοῦτοτρόπως ἐνδυναμόνει τὸ σῶμα, καὶ μᾶς καθιστᾷ ὑγιεῖς, εὐρώστους καὶ ἱκανοὺς πρὸς ὑπεράσπισιν τῆς φίλης πατρίδος. Τὰ ψυχρὰ ὕδατα τῆς ἐξοχῆς, οἱ σύνδενδροι καὶ κατάσκιιοι τόποι, καὶ ὁ δροσερὸς καὶ καθαρὸς ἀήρ, ὅχι μόνον ὑγίαν, ἀλλὰ καὶ ἡδονὴν προξενοῦν εἰς τοὺς γεωργούς. Εἶναι δὲ ἀδύνατον ἐλεύθερος ἄνθρωπος νὰ εὕρῃ ἐνασχόλησιν ὠφελιμωτέραν καὶ τερπνοτέραν.»

«Ἡ γεωργία προσέτι, ἔλεγεν ὁ Σωκράτης, μᾶς διδάσκει καὶ τὴν ἀγάπην τῆς ἐργασίας, καὶ τὴν δικαιοσύνην τοῦ Θεοῦ· διότι οἱ μὲν κόποι τοῦ ἐπιμελοῦς γεωργοῦ πλουσιοπαρόχως ἀνταμείβονται, ἡ δὲ ἄκηρία τοῦ ἀμελοῦς διὰ τῆς δυστυχίας τιμωρεῖται. Μᾶς διδάσκει δὲ καὶ τὰ καλὰ τῆς ἐνώσεως, καὶ τὴν ἀνάγκην τῆς ἀμοιβαίας βοήθειας.»

«Δικαίως δὲ ἐπωνομάσθη *μήτηρ καὶ τροφὸς ὅλων τῶν ἄλλων τεχνῶν*· διότι ὅταν ἡ γεωργία τόπου τινὸς εὐτυχῇ, καὶ αἱ ἄλλαι τέχναι συνευτυχοῦν, ὅπου δὲ ἡ γεωργία παραμελεῖται, ἐκεῖ καὶ αἱ ἄλλαι τέχναι δυστυχοῦν.»

Ἐκτὸς τοῦ Σωκράτους καὶ ὁ γέρον Πλούταρχος κηρύττεται ὑπὲρ τῆς γεωργίας, λέγων ὅτι οἱ γεωργικοὶ λαοὶ γίνονται φίλοι τῆς εἰρήνης, τῆς τάξεως καὶ τῆς εὐνομίας, ἀνδρεῖοι ὑπερασπισταὶ τῆς πατρίδος των, καὶ ἐχθροὶ τῆς ἀδικίας καὶ τῆς πλεονεξίας. Δι' αὐτὸ δὲ καὶ ὁ δεύτερος βασιλεὺς καὶ νομοθέτης τῆς Ῥώμης, Νουμᾶς, ἐσύστησε τὴν γεωργίαν εἰς τοὺς Ῥωμαίους ὡς *φίλητον εἰρήνης, καὶ μάλιστα ὡς ἠθοποιὸν παρὰ ὡς πλουτοποιόν*.

Καὶ ἡμεῖς λοιπόν, Ἰωάννη μου, χωρὶς νὰ παραμελῶμεν τὰς ἄλλας τέχνας, ἅς ἀγαπήσωμεν ἰδίως τὴν γεωργίαν, ἥτις καὶ μᾶς τρέφει, καὶ μᾶς ἐνδύει, καὶ φιλονόμους μᾶς καθιστᾷ καθ' ὅσον μάλιστα ἡ γεωργία ὑπόσχεται εἰς τὰ ἔθνη αὐθυπαρξίαν, ἀνεξαρτησίαν, καὶ εὐτυχίαν.

Μόλις ὁ Γεροστάθης ἐτελείωσε τοὺς λόγους αὐτοῦς, καὶ ἄμέσως ὁ Ἰωάννης μὲ δάκρυα εἰς τοὺς ὀφθαλμοὺς ἔτρεξε πρὸς τὸν πατέρα του, καὶ φιλῶν τὴν δεξιάν του, τὸν ἐβεβαίωσε ὅτι προθύμως θέλει ἀφιερῶθαι εἰς τὸ γεωργικὸν ἐπάγγελμα.

Ἀπερίγραπτος ἦτο ἡ χαρὰ καὶ ἡ συγκίνησις τοῦ γέροντος Ζήση, ὅστις, ἀφοῦ κατεπίλησε τὸν υἱὸν του, δὲν ἤξευρε πῶς νὰ εὐχαριστήσῃ τὸν Γεροστάθην.

Ὁ Γεροστάθης συνεχάρη τὸν Ἰωάννην, καὶ προσεκάλεσεν αὐτὸν νὰ ἔρχηται καθ' ἡμέραν εἰς τὸν κῆπὸν του, διὰ νὰ τὸν βοηθῇ εἰς τὴν καλλιέργειαν, καὶ λαμβάνη συμβουλὰς καὶ ὁδηγίας περὶ γεωργικῆς.

Ὁ Ἰωάννης, ὅστις μέχρι τῆς ἐποχῆς ἐκείνης ἦτο ἀδύνατος, χλωμὸς καὶ φιλάσθενος, συνειθίσας νὰ ἐξυπνᾷ πρῶτ, καὶ ἐργαζόμενος ἔκτοτε τακτικώτατα εἰς τὸν κῆπον τοῦ Γεροστάθου, κατέστη ἐντὸς ὀλίγου εὖρωστος καὶ ῥοδόκκινος. Μιμούμενος δὲ τὴν στιχουργικὴν διάθεσιν τοῦ ἀγαθοῦ γέροντος, συνέταξε τοὺς ἀκολούθους στίχους

«Τὸ πατρικὸν ἐπάγγελμα πρὸ χρόνων φυτευμένον,  
 » Παράγει ἤδη τοὺς καρποὺς βαθέως φίζωμένον.  
 » Ἄφρων υἱός, ὅστις αὐτὸ ἀπὸ τὴν ρίζαν κόψῃ,  
 » Κι' ἄλλο φυτεῶν ἀγέ' αὐτοῦ, ἐλπίζει νὰ προκόψῃ.»



## Ο ΣΩΤΗΡΙΟΣ ΧΑΛΙΝΟΣ.

«Οὐδείς ἐλεύθερος, ἑαυτοῦ μὴ κρατῶν.»  
(Πυθαγόρου.)

① Γεροστάθης κατὰ τὴν ἡμέραν τῶν γενεθλίων του, ἦτις συνέπεσε Κυριακὴν, μᾶς προσεκάλεσεν εἰς γεῦμα.

Ζωηρός, εὐθυμος καὶ εὐπροσήγορος μᾶς ὑπεδέχθη· ὑπερευχαριστήθη δὲ ὅτε ἕκαστος ἡμῶν τῷ προσέφερον ἀνά μιαν δέσμην ὠραίων ἀνθῶν.

— Πόσον ποικίλα, πόσον ὠραῖα, πόσον καθαρὰ καὶ ἀθῶα εἶναι τὰ ἀνθησας ταῦτα! μᾶς εἶπεν. Εἶθε καὶ σεῖς ποικίλα ὡς αὐτὰ τὰ ἀνθη, νὰ διέλθητε τὸν βίον μὲ αἰσθήματα ὠραῖα, καὶ νὰ διατηρηθῆτε πάντοτε ἀθῶα καὶ καθαρὰ ἀπὸ πᾶσαν φυσικὴν καὶ ἠθικὴν ρυπαρότητα!

Λατῶν δὲ τὰς ἀνθοδέσμας, ἔθεσεν αὐτὰς ἐπὶ τῆς τραπέζης. Πρὶν δὲ καθίσωμεν, παρεκάλεσε τὸν συμμαθητὴν μας Πέτρον ν' ἀπαγγεῖλῃ τὸ «Πάτερ ἡμῶν.»

— Πόσον ὠραία προσευχή! εἶπεν ὁ γέρον. Αὐτὴ εἶναι ἡ προσευχή, τὴν ὁποίαν ὁ Ἰησοῦς αὐτολεξεῖ μᾶς συσταίνει εἰς τὸ ἱερὸν Εὐαγγέλιον, διὰ νὰ ἐνθυμώμεθα πάντοτε ὅτι ὁ Θεὸς εἶναι πατὴρ ὄλων ἡμῶν, ὅτι ἐπομένως ὄλοι εἴμεθα ἀδελφοὶ ὡς τέκνα τοῦ αὐτοῦ πατρός, καὶ ὅτι ὡς ἀδελφοὶ πρέπει νὰ ἀγαπώμεθα ἀμοιβαίως, διὰ νὰ εὐχαριστῶμεν τὸν κοινόν μας Πατέρα.

Ἐκαθίσωμεν τότε ὄλοι περὶ τὴν τράπεζαν. Ἦτο δὲ πραγματικῶς ἀξιοθαύμαστος καὶ εἰς ἄκρον εὐχάριστος ἡ καθαριότης ὄλων τῶν ἐπὶ τῆς τραπέζης πραγμάτων.

Δὲν ἠγάπα ὁ Γεροστάθης τὴν καθαριότητα μόνον εἰς τὸν ἀέρα, τὸν ἔπειον ἀνέπνεεν. ἀλλὰ, καθὼς ἄλλοτε ἀ-

νέφερον, ἐπεθύμει αὐτὴν καὶ εἰς τὸ σῶμά του, καὶ εἰς τὰ ἰνδύματά του, καὶ εἰς τὴν κλίνην του, καὶ εἰς τὴν οἰκίαν του, καὶ εἰς τὴν τροφήν του, καὶ εἰς τὴν τράπεζάν του· καθαρὰν ἐπίσης ἐπεθύμει καὶ τὴν καρδίαν του.

## Ο ΑΣΘΕΝΗΣ ΣΤΑΥΡΟΣ.

Ἀφοῦ ἐκαθίσσαμεν ὅλοι, ὁ Γεροστάθης παρετήρησεν ὅτι εἷς τόπος ἔμενε κενός. — Καὶ ποῖος μᾶς λείπει; ἠρώτησεν ὁ γέρον. — Ὁ Σταῦρος, ἀπεκρίθημεν, διότι εἶναι ἀσθενής. — Καὶ τί ἔπαθεν ὁ ἐξαδέλφος σου; ἠρώτησεν ὁ Γεροστάθης τὸν Ἀθανάσιον· οὗτος δὲ ἀπεκρίθη — Πρό τινων ἡμερῶν ἀνέβη εἰς τὴν συκὴν τοῦ περιβολίου των, καὶ ἔφαγε πλῆθος σύκων· ἔκτοτε ἔπεσεν ἄρρωστος, καὶ τώρα ὁ ἰατρός ἀμφιβάλλει ἂν δυνηθῆ νὰ τὸν σώσῃ, διότι ἡ ἀσθενεία του εἶναι πολὺ ἐπικίνδυνος.

— Ὁ Θεὸς νὰ λυπηθῆ τοὺς πτωχοὺς γονεῖς του, καὶ νὰ τὸν σώσῃ! εἶπεν ὁ Γεροστάθης· ἐξακολουθῶν δὲ νὰ μᾶς διανέμῃ τὸν ζωμόν, προσέθηκε τὰ ἑξῆς·

— Ἄν ὁ δυστυχὴς Σταῦρος, ὅτε ἀνέβη εἰς τὴν συκὴν, ἐνθυμεῖτο τὸ *Μηδὲν ἄραρ* καὶ τὸ *Πᾶρ μέτρον ἄριστον*, βεβαίως δὲν ἤθελε φάγει πολλὰ σύκα, καὶ δὲν ἤθελεν ἀρῶσθῆσι. Ἐγὼ πταίω, ὅστις δὲν σᾶς ἀναφέρω συχνάκις τὰ σωτήρια αὐτὰ παραγγέλματα, διὰ νὰ τὰ ἐνθυμῆσθε εἰς πᾶν βῆμα τῆς καθημερινῆς ζωῆς σας. Εἰς τὸ ἑξῆς σᾶς ὑπόσχομαι ἀντὶ νὰ σᾶς λέγω *καλὴν ἡμέραν*, καὶ *καλὴν νύκτα*, νὰ σᾶς λέγω *Πᾶρ μέτρον ἄριστον*, καὶ *Μηδὲν ἄραρ*· διότι εἶμαι βεβαίως ὅτι πραγματικῶς θέλετε ἔχει καὶ ἡμέρας καὶ νύκτας καλὰς, ἐὰν ἐνθυμῆσθε καὶ ἐκτελῆτε πάντοτε τὰς σοφὰς αὐτὰς συμβουλὰς.

Πολύ ὀρθῶς ἔλεγεν ὁ κάλός μου φίλος Σίμων ὅτι πᾶν ἐλάττωμα συνεπιφέρει μεθ' ἑαυτοῦ καὶ τὴν τιμωρίαν τοῦ.

Ὁ ὀκηρὸς τιμωρεῖται ὑπὸ τῆς ἰδίας αὐτοῦ ὀκηρίας, γινόμενος πτωχὸς καὶ δυστυχής. Ὁ θυμῶδης τιμωρεῖται ὑπὸ τοῦ θυμοῦ του, καταντῶν εἰς ἐγκλήματα καὶ εἰς τὰς φυλακὰς. Ὁ φιλάργυρος τιμωρεῖται ὑπὸ τῆς φυλαργυρίας του, στερούμενος τῶν ἀναγκάων του, καὶ γινόμενος μισητὸς καὶ ἀποτρόπαιος. Ὁ ψεύστης τιμωρεῖται ὑπὸ τῆς ψευδολογίας του, μὴ πιστευόμενος καὶ ὀσάκις λέγει τὴν ἀλήθειαν. Ὁ δὲ λαιμαργός Σταῦρος ἐτιμωρήθη ὑπὸ τῆς λαιμαργίας του, στερηθεὶς τὴν υἰείαν του, τὰ μαθήματά του, τὰς διασκεδάσεις του, καὶ κινδυνεύων ἤδη νὰ στερηθῆ καὶ αὐτὴν τὴν ζωὴν του.

Ὁ φίλος μου Σίμων ἔλεγεν ὅτι ὁ στόμαχος εἶναι ὄνος, ἐπὶ τοῦ ὁποίου φορτόνομεν τὸ φορτίον μας ἂν τὸν φορτώσωμεν ὑπὲρ τὴν δύναμίν του σκάζει, καὶ ἐν τῷ μέσῳ τοῦ δρόμου τῆς ζωῆς μᾶς ἀφίνει. Ὁ δυστυχὴς Σταῦρος ἐφόρτωσε πολὺ τὸν μικρὸν του ὄνον. Εἶθε νὰ σωθῆ, τὰ δὲ παθήματα νὰ τῷ γίνωσι μαθήματα!

#### ΣΥΜΒΟΛΑΙ ΤΟΥ ΣΤΟΜΑΧΟΥ.

Τὸ γέυμα τοῦ Γεροστάθου ἦτο λιτὸν καὶ ἀπλούστατον, χωρὶς καρυκεύματα καὶ ποικιλίαν φαγητῶν.

Ὅτε δὲ ἐτελειώσαμεν, μᾶς εἶπε — Σήμερον, παιδιά μου, ἐγνωρίσατε καὶ τὴν τρίτην φίλην μου, τὴν κρατοῦσαν τὸν χαλινόν· αὐτὴ ὀνομάζεται Ἐγκράτεια, ἥτις ὀμοῦ μὲ τὸν καθαρὸν ἀέρα, τὴν καθαριότητα, καὶ τὴν σωμαστίαν μὲ διετήρησε πάντοτε υἰγιᾶ καὶ εὐρωστον.

Εἶδτε πόσον ἀπλῆ καὶ υἰγεινὴ εἶναι ἡ τροφή μου. Ἄ-

ποφεύγω τὰ καρυκεύματα καὶ τὰ ἔρεκτικά φαγητά, τὰ ὅποια ἐνῶ εἶναι βλαβερά καθ' ἑαυτά, παρακινοῦν προσέτι τὸν ἄνθρωπον νὰ τρώγῃ περισσότερο τοῦ δέοντος, καὶ νὰ φορτόνη τὸν στόμαχόν του ὑπὲρ τὰς δυνάμεις του. Φροντίζω δὲ πάντοτε ν' ἀφίνω τὴν τράπεζαν, δυνάμενος, εἰάν ἤθελον, νὰ φάγω καὶ περισσότερο.

Δὲν ἀρκεῖ ν' ἀποφεύγωμεν τὰ βλαβερά φαγητά· πρέπει προσέτι νὰ μὴ φορτόνωμεν τὸν στόμαχον καὶ μὲ αὐτὰ τὰ πλέον ἀθῶα· διότι ἔχει μόνον ἡ ποιότης, ἀλλὰ καὶ ἡ ποσότης τοῦ φαγητοῦ βλάπτει τὴν υἰεῖαν.

Καρδιναλίος τις λαίμαργος, ἀσθενήσας ποτὲ βαρέως, διετάχθη ὑπὸ τοῦ ἱατροῦ νὰ μὴ φάγῃ εἰμὴ νερόβραστον ὄρυζιον. Ἀλλὰ τόσον πολὺ ἐξ αὐτοῦ ἔφαγεν, ὥστε, ὅτε ἐπανῆλθεν ὁ ἱατρός, εὔρε τὸν Καρδιναλίον σκασμένον ὑπὸ τῆς πολυφαγίας.

Συνειθίσατε λοιπόν, φίλοι μου, νὰ μὴ τρώγητε ποτὲ ἄνευ ἀνάγκης, καὶ χάριν ἀπλῆς ἡδονῆς. Ἡ ἡδονή, ἥτις γαργαλίζει τὸν οὐρανίσκον, καταστρέφει τὸν στόμαχον.

Παρεπονεῖτο ποτὲ λαίμαργός τις κατὰ τοῦ στομάχου του, λέγων ὅτι ἐξ αἰτίας του ἀδιακόπως πάσχει, ἀγρυπνῶν τὰς νύκτας, πίνων ἱατρικὰ πικρότατα, καὶ ὑποφέρων στενοχωρίας καὶ πόνους.

— Διατί οἰκειοποιεῖσαι ἀδίκως τὰ ἰδικά μου παράπονα; ἀπεκρίθη πρὸς αὐτὸν ὁ Στόμαχός του. Δὲν ἐννοεῖς ὅτι πρῶτος ἐγὼ πάσχω, καὶ ἀκολούθως συμμερίζεσαι σὺ τοὺς πόνους καὶ τὰ βάσανά μου; Ἄντὶ νὰ παραπονῶμαι ἐγὼ κατὰ σοῦ, ὅστις μὲ παραφορτόνεις καὶ μὲ καταβασανίζεις, τολμᾶς νὰ παραπονήσαι σὺ, ὁ αἴτιος ὄλων τῶν κακῶν, τὰ ὅποια ὑποφέρω;

Ὁ λαίμαργος, σκεφθεῖς, ἐπέισθη ὅτι δικαία ἦτο ἡ ἀπάντησις τοῦ Στομάχου του. Ὅθεν ἠρώτησεν αὐτὸν τί πρέπει νὰ κάμνη εἰς τὸ ἐξῆς, διὰ νὰ ἐλευθερωθῶσιν ἀμφοτέροι ἀπὸ τὰ βάσανά των.

Ὁ δὲ Στομάχος τῷ ἔδωκε τὰς ἐξῆς συμβουλὰς.

- 1) Ἐκλεγε τροφήν ὑγιεινὴν καὶ ἀβλαβῆ.
- 2) Ἔσο μέτριος περὶ τὴν τροφήν σου.
- 3) Μάσα καλῶς τὸ φαγητόν σου.
- 4) Ἔσο τακτικὸς περὶ τὴν ὥραν τοῦ φαγητοῦ σου.
- 5) Γυμνάζου διὰ νὰ ἐνδυναμόνης τὸ σῶμά σου, καὶ διευκολύνῃς τὴν χώνευσιν.

6) Ἄν δὲ κακοδιαθετῆσῃς ποτὲ ἐκ τοῦ φαγητοῦ, σὲ συνιστῶ δίαιταν καὶ ἀνάπαυσιν.

Ὁ λαίμαργος ἠκολούθησεν, ἂν καὶ μετὰ τινος δυσκολίας, τὰς συμβουλὰς αὐτάς, καὶ ἔκτοτε αὐτός τε καὶ ὁ στόμαχός του ἔζησαν ὑγιεῖς καὶ ἄνευ παραπόνων.

Αὐτὰς τὰς παραγγελίας ἠκολούθησα καὶ ἐγώ, εἶπεν ὁ Γεροστάθης, καὶ οὕτως ἀπέφυγον τὰς ἀσθενείας, τὰ ἰατρικά, καὶ τὴν ἀργίαν, τὴν ὁποίαν αἱ ἀσθένειαι ἐπιβάλλουν, οἰκονομήσας συγχρόνως καὶ τὰ χρήματα, τὰ ὁποῖα ἤθελον ἐξοδεύσει εἰς ἰατρούς, ἰατρικά, καὶ εἰς τὰ περιττὰ φαγητά.

Φαντάσθητε πόσα χρήματα ἤθελον οἰκονομεῖσθαι, καὶ πόσαι ἀγαθοεργίαι δι' αὐτῶν ἠδύναντο νὰ γίνωνται, ἐὰν οἱ λαίμαργοι καὶ οἱ πλούσιοι ἤθελον ἀποκόψει ἐν ἡ δύνῃ ἐκ τῶν περιττῶν καὶ πολυεξόδων φαγητῶν, δι' ὧν προσπαθοῦν νὰ χορτάσωσι τὴν λαίμαργίαν των, ἢ νὰ ἐπιδείξωσι τὰ πλοῦτή των!

Διὰ νὰ μᾶς συμφιλιώσῃ δὲ ἔτι μᾶλλον ὁ Γεροστάθης

μετά τῆς φίλης του ἐγκρατείας, μᾶς διηγῆθη καὶ τὰ ἑξῆς.

Η ΕΓΚΡΑΤΕΙΑ ΤΟΥ ΜΕΓΑΛΟΥ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥ.

Μεταξὺ τῶν πολλῶν προτερημάτων, τὰ ὅποια ἀνέδειξαν μέγαν τὸν βασιλέα τῆς Μακεδονίας Ἀλέξανδρον, ἦτο καὶ ἡ ἐγκράτεια. Πολὺ βασιλικώτερον ἐθεώρει ὁ μέγας Ἀλέξανδρος τὸ νὰ νικᾷ τὰ πάθη του παρά τοὺς ἐχθρούς του. Διὰ τῆς ἐγκρατείας χαλινοῦντες τὴν πρὸς τὰς φυσικὰς ἡδονὰς ῥοπὴν, σωζόμεθα ἀπὸ πλῆθος κινδύνων καὶ δυστυχιῶν, καὶ ζῶμεν τῷ ὄντι βασιλικῶς, ἐλεύθεροι καὶ εὐτυχεῖς.

Εἶναι πολὺ χειρότερον, ἔλεγεν ὁ φιλόσοφος Πυθαγόρας, νὰ ἦμεθα δούλοι τῶν παθῶν, παρά δούλοι τῶν τυράννων. Εἶναι δὲ ἀδύνατον νὰ ἦναι τις ἐλεύθερος, εἴαν ἦναι δούλος τῶν παθῶν του, καὶ κυριεύηται ὑπ' αὐτῶν. «*Δουλεύειν πάθεισι χαλεπώτερον ἢ τυράννοις. Ἐλεύθερον ἀδύνατον εἶναι τὸν πάθεισι δουλεύοντα, καὶ ὑπὸ παθῶν κρατούμενον.*»

Ὅτε ὁ μέγας Ἀλέξανδρος, κυριεύσας τὴν Μικρὰν Ἀσίαν, διώρισεν βασίλισσαν τῆς Καρίας τὴν Ἄδαν, αὕτη, ὡς δείγμα τῆς εὐγνωμοσύνης της, ἔστειλε πρὸς αὐτὸν καθ' ἡμέραν ποικίλα φαγητὰ καὶ ζύμαρικά· ἐπὶ τέλους δὲ τῷ ἔστειλε τοὺς καλλιτέρους μαγείρους καὶ ἀροτοποιούς της, νομίζουσα ὅτι ἤθελεν εὐχαριστήσῃ τὸν εὐεργέτην της.

Ἄλλ' ὁ μέγας Ἀλέξανδρος οὔτε τὰ ὠραία φαγητὰ τῆς Ἄδης ἐגעύετο, οὔτε τοὺς περιφήμους αὐτῆς μαγείρους ἐδέχθη, εἰπὼν ὅτι «πολὺ καλλιτέρους μαγείρους ἔδωκε πρὸς αὐτὸν ὁ παιδαγωγός του Λεωνίδης· αὐτοὶ δὲ ἦσαν ὁ πρῶτός του περίπατος διὰ τὸ νοστιμιώτατον γεῦμά

του, καὶ ἡ περὶ τὸ γεῦμά του ὀλιγοφαγία διὰ τὸν ὀρεκτικώτατον δειπνόν του.»

Ἐκστρατεύων δέποτε μετὰ τοῦ ἱππικοῦ του διὰ ξηρῶν καὶ ἀνύδρων τόπων πρὸς καταδίωξιν τοῦ Δαρείου, βασιλέως τῆς Περσίας, ὑπέφερε καὶ αὐτὸς καὶ οἱ ἵππεις του δίψαν μεγίστην. Κατὰ καλὴν δὲ τύχην ἀπήντησαν Μακεδόνας τινάς, φέροντας μακρόθεν ὀλίγον ὕδωρ. Οἱ Μακεδόνες, ἅμα ἰδόντες τὸν μέγαν Ἀλέξανδρον πάσχοντα ἐκ τῆς δίψης, προθύμως τῷ ἔδωκαν νὰ πῖη. Ὁ Ἀλέξανδρος λαμβάνει ἀνὰ χειρας τὸ ὕδωρ, ἀλλὰ στρέψας τοὺς ὀφθαλμοὺς πρὸς τοὺς ἵππεις του, καὶ παρατηρήσας ὅτι τὸ ὕδωρ δὲν ἐξαρκεῖ δι' ὅλους, χωρὶς νὰ τὸ ἐγγίση εἰς τὰ διψῶντα χεῖλη του, τὸ ἐπέστρεψεν εἰς τοὺς Μακεδόνας, εἰπὼν ὅτι «δὲν ἀκρέγεται αὐτὸς μὲν γὰρ πῖη, οἱ δὲ Μακεδόνες του γὰρ διαψῶσι.»

Τὴν ἐγκράτειαν ταύτην τοῦ μεγάλου Ἀλεξάνδρου θαυμάσαντες οἱ στρατιῶταί του, καὶ ἐνθουσιασθέντες διὰ τὴν πρὸς αὐτοὺς ἀγάπην του, ἐλησμόνησαν ἀμέσως καὶ τὴν δίψαν καὶ τοὺς κόπους των, καὶ κτυπήσαντες τοὺς ἵππους των ἐφώναζαν «ἐμπρός! ὑπὸ τοιοῦτον ἀρχηγόν οὔτε δίψαν οὔτε κόπους αισθανόμεθα, ἀλλ' οὔτε ὅτι εἴμεθα θνητοὶ πιστεύομεν.»

Ο ΔΙΟΓΕΝΗΣ ΚΑΙ Ο ΜΕΓΑΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ.

Ὁ μέγας Ἀλέξανδρος μ' ἐνθύμισεν, εἶπεν ὁ γέρον, τὸν Κυνικὸν φιλόσοφον Διογένην. Αὐτὸς συνεβούλευε τὴν ἀσκησιν καὶ τοῦ σώματος καὶ τοῦ νοός, λέγων ὅτι ἀμφότεραι εἶναι ἀναγκαῖαι διὰ νὰ καταστήσωσι τὸν ἄνθρωπον ἀνάρετον.

Εἶναι ἐντροπή, ἔλεγεν, οἱ μὲν ἀθληταὶ καὶ οἱ τραγωδισταὶ νὰ περιορίζωσι τὴν γαστέρα των, καὶ ν' ἀπέχωσιν ἀπὸ τὰς ἡδονὰς χάριν τῆς φωνῆς των καὶ τῆς σωματικῆς των ὑγείας, ἡμεῖς δὲ νὰ μὴ περιορίζωμεν τὰς ὀρέξεις μας χάριν τῆς σωφροσύνης καὶ τῆς ἀρετῆς.

Πολλοὶ ποντικοὶ συνάζονται, ἔλεγεν ὁ ἴδιος, ὅπου ὑπάρχωσι πολλαὶ τροφαί· παρομοίως δὲ καὶ εἰς τὰ σώματα, τὰ πλήρη φαγητῶν, πολλαὶ ἀσθένειαι συσσωρεύονται.

Εἶναι ἄτοπον, ἔλεγε προσέτι ὁ Διογένης, ἐνῶ καθ' ἡμέραν παρακαλοῦμεν τὸν Θεὸν νὰ μᾶς δίδῃ ὑγείαν, ἡμεῖς νὰ πράττωμεν πᾶν ὅ,τι εἰς τὴν ὑγείαν ἀντιβαίνει.

Ὅτε εἰς τὴν Κόρινθον τῆς Πελοποννήσου ὁ Ἀλέξανδρος ἐξελέχθη ἀρχηγὸς τῆς ἐκστρατείας τῶν Ἑλλήνων κατὰ τῆς Ἀσίας, πολλοὶ πολιτικοὶ καὶ φιλόσοφοι προσῆλθον ἐνώπιον αὐτοῦ διὰ νὰ τὸν συγχαρῶσι.

Μόνος ὁ Διογένης δὲν παρουσιάσθη· ἀλλ' ὁ Ἀλέξανδρος, ἐπιθυμῶν νὰ γνωρίσῃ τὸν ἄνδρα προσωπικῶς, ὑπῆγε πρὸς ἀντάμωσίν του. Εὔρε δὲ αὐτὸν εἰς Κράνιον, προάστειον τῆς Κορίνθου, ἐξηπλωμένον καὶ ἠλιαζόμενον ἀντικρὺ τοῦ ἡλίου. — Εἶμαι Ἀλέξανδρος ὁ βασιλεὺς, τῷ λέγει. — Καὶ ἐγὼ εἶμαι Διογένης, ὁ Κυνικός, ἀπαντᾷ ὁ φιλόσοφος. — Ἐπεθύμουν νὰ σοὶ κάμω χάριν τινά, τῷ εἶπεν ὁ Ἀλέξανδρος· δὲν ἔχεις τί νὰ με ζητήσης; — Ναί, ἀποκρίνεται ὁ Διογένης· σὲ παρακαλῶ νὰ παραμερίσης ὀλίγον, διότι ἡ σκιά σου μ' ἐμποδίζει τὰς ἀκτῖνας τοῦ ἡλίου· αὐτὴ εἶναι ἡ μόνη χάρις, τὴν ὁποίαν σὲ ζητῶ.

Ὁ μέγας Ἀλέξανδρος, ἀντὶ νὰ ὀργισθῇ, ἐθαύμασε τὴν ἀνεξαρτησίαν, καὶ τὸ μεγαλεῖον τῆς ἐγκρατείας καὶ τῆς

ἀρετῆς, καὶ εἶπεν «*Ἄρ δὲν ἤμην Ἀλέξανδρος, ἤβαλον ἐπιθυμήσει γὰρ ἡμῖν Διογένης.*»

## Ο ΣΩΚΡΑΤΗΣ ΚΑΙ Ο ΦΙΛΗΔΟΝΟΣ ΑΡΙΣΤΙΠΠΟΣ.

Ὅτε ὁ Γεροστάθης ἐτελείωσε τὴν ἀνωτέρω διήγησιν, εἰς τῶν συμμαθητῶν μας ἠρώτησεν αὐτὸν ἂν καὶ ὁ Σωκράτης, ὁ Ἀθηναῖος, ἦτο Κυνικός φιλόσοφος.

— Ὄχι, παιδία μου, ἀπεκρίθη· ὁ Σωκράτης δὲν ἦτο Κυνικός, ἀλλὰ ἠθικός φιλόσοφος.

Οἱ Κυνικοὶ καὶ ὡς πρὸς τὴν ἐγκράτειαν, καὶ ὡς πρὸς τὴν σκληραγωγίαν ἐλησμόνου τὸ *Μηδὲν ἄγαν*, καὶ κατήντων εἰς τὴν ὑπερβολήν. Ἀλλ' ὁ Σωκράτης, φίλος τοῦ *Μηδὲν ἄγαν*, ἐβάδισε τὴν μεσαίαν ὁδὸν· δὲν ἐλάτρευε τὰ πλούτη, ἀλλ' οὔτε πάμπτωχος ἔζη, ὡς οἱ Κυνικοί, εἰς τὰς ὁδοὺς. Δὲν εἶχεν οἶκον λαμπρόν, ἀλλ' οὔτε ἐντὸς πίθου ἐκοιμάτο, καθὼς περὶ τοῦ Διογένης διηγοῦνται· οὔτε ἡμίγυμνος καὶ μὲ κατατετραπημένον τρίξωνα, ὡς ὁ Διογένης, περιεπάτει, ἀλλὰ κοσμίως ἦτο ἐνδεδυμένος πάντοτε.

Συμβούλευεν ὁμοῦ καὶ ὁ Σωκράτης τῆς ἐγκράτειαν, τὴν αὐτάρκειαν, καὶ τὸν περιορισμὸν τῶν ἐπιθυμιῶν. «Οὐδὲμίαν ἀνάγκην, ἔλεγεν, ἔχει ὁ Θεός· ὅσον λοιπὸν περισσότερον περιορίζομεν καὶ ἡμεῖς τὰς ἀνάγκας καὶ τὰς ἐπιθυμίας, τόσον περισσότερον πλησιάζομεν εἰς τὴν θεότητα, γινόμενοι οὕτω πλέον ἀνεξάρτητοι, καὶ ἐπομένως εὐτυχέστεροι.»

Παρακινῶν ὁ Σωκράτης τὸν φιλήδονον Ἀριστιππον γὰρ ἦναι ἐγκρατῆς περὶ τὴν τροφήν, τὸ ποτόν, τὸν ὕπνον καὶ τὰς σωματικὰς ἡδονάς, τῷ ἔλεγεν, ὅτι μόνον τοιοῦτο-

τρόπως οἱ νέοι γίνονται ὑγιεῖς, ἀνδρεῖοι, ἐνάρετοι, καὶ ἐπομένως ἄξιοι νὰ ὑπηρετήσωσι τὴν πατρίδα των.

*Βάσις* μὲν καὶ *κρηπίδα* τῆς ἀρετῆς ὠνόμαζεν ὁ Σωκράτης τὴν ἐγκράτειαν· ἀρετὴν δὲ ὠνόμαζε τὴν δικαιοσύνην, ἄνευ τῆς ὁποίας, ἔλεγεν, οὔτε πολίτης ἀγαθὸς δύναται τις νὰ ἦναι, οὔτε πολιτεία δύναται ποτε νὰ διατηρηθῆ εὐδαιμονοῦσα.

Ἄλλ' ὅτε ὁ φιλήθωνος Ἀρίστιππος ὠμολόγει μὲν ὅτι ἀναγκαῖα καὶ ὠφελιμωτάτη εἶναι ἡ ἐγκράτεια, διίσχυριζετο ὅμως ὅτι δυσκατόρθωτος εἶναι ἡ ἐξάσκησις αὐτῆς, ὁ Σωκράτης διηγήθη πρὸς αὐτὸν τὸ ἐξῆς διήγημα τοῦ σοφοῦ Προδίκου.

#### Ο ΗΡΑΚΛΗΣ ΜΕΤΑΞΥ ΑΡΕΤΗΣ ΚΑΙ ΚΑΚΙΑΣ.

Ὅτε ὁ Ἡρακλῆς μετέβαινεν ἐκ τῆς παιδικῆς εἰς τὴν νεανικὴν ἡλικίαν, ἐξελθὼν τῆς οἰκίας του, ἐκάθισε συλλογιζόμενος ποῖαν ὁδὸν ν' ἀκολουθήσῃ εἰς τὸν βίον του, τὴν ὁδὸν τῆς ἀρετῆς, ἢ τὴν ὁδὸν τῆς κακίας. Ἐκεῖ καθήμενος, εἶδε μακρόθεν ἐρχομένας δύο γυναῖκας μεγαλοσώμους. Ἐξ αὐτῶν ἡ μὲν ἦτο λευκὰ ἐνδεδυμένη, ἀπλουστάστη, καθαρὰ, σεμνή, καὶ ὅλως φυσικὴ καὶ ἀπροσποίητος· (ἢ δὲ ἄλλη λαμπροφορεμένη, πολύσαρκος, μαλθακὴ, αὐθάδης, καὶ ἀναιδῶς καλλωπισμένη.

Ὅτε αἱ δύο γυναῖκες ἤρχισαν νὰ πλησιάζωσιν, ἡ μὲν λευκοφορεμένη ἐξηκολούθει βαδίζουσα τὸ ἥσυχον καὶ σεμνὸν βῆμά της· ἀλλ' ἡ προλύσαρκος προτρέξασα, ἔφθασε πρώτη, καὶ ἤρχισε λέγουσα τὰ ἐξῆς πρὸς τὸν νέον.

— Βλέπω, ὦ Ἡράκλεις, ὅτι σκέπτεσαι ποῖαν ὁδὸν νὰ ἐκλέξῃς εἰς τὸν βίον σου. Σὲ βεβαιόνω λοιπὸν ὅτι, ἂν ἐκ-

λέξης ἐμὲ φίλην σου, θέλω σὲ ὀδηγήσει εἰς ὁδὸν εὐκολοτάτην καὶ ἡδονικωτάτην, τὴν ὁποίαν θέλεις διέλθει ἄνευ κόπων καὶ φροντίδων. Θέλεις γεύεσθαι φαγητὰ καὶ ποτὰ ἡδονικώτατα· θέλεις τέρπει ὅλας σου τὰς αἰσθήσεις, καὶ θέλεις κοιμᾶσθαι ὅσον πολὺ ἐπιθυμεῖς. Ὅλα δὲ τὰ ἀγαθὰ ταῦτα θέλεις ἀπολαμβάνει, μῆτε τὸ σῶμα μῆτε τὸν νοῦν κοπιάζων· διότι ἂν δὲν ἔχῃς, ἢ ἂν εἰς τὸ μέλλον στερηθῇς τὰ ἀναγκαῖα χρήματα, δὲν θέλεις ὑποφέρει κόπους πρὸς ἀπόκτησιν αὐτῶν, ἐπειδὴ ἐγὼ συγχωρῶ εἰς τοὺς φίλους μου νὰ κερδίζωσιν ὅσον εὐκολώτερα ἐμποροῦν, καὶ νὰ ὠφελῶνται ἀπὸ τοὺς κόπους καὶ τὰ χρήματα τῶν ἄλλων, κωφεύοντες εἰς τὴν φωνὴν τῆς συνειδήσεως, καὶ εἰς τὰς ἐπικρίσεις τοῦ κόσμου.

— Ποῖον τὸ ὄνομά σου; ἠρώτησεν ὁ Ἡρακλῆς.

— Οἱ φίλοι μου, ἀπεκρίθη, με ὀνομαζοῦν *Εὐδαιμοσίαν*, οἱ δὲ ἐχθροί μου *Κακίαν*.

Τότε δὲ πλησιάσασα ἡ λευκοφορεμένη εἶπεν

— Ἐγὼ, ὦ Ἡράκλεις, δὲν θέλω νὰ σὲ ἐλκύσω με ὑποσχέσεις σωματικῶν ἡδονῶν, οὔτε νὰ σὲ συστήσω τὴν ὀκνηρίαν. Θέλω σὲ εἰπεῖ ὅλην τὴν ἀλήθειαν. *Κατὰ ἀγαθὸν δὲν δίδει ὁ Θεὸς εἰς τοὺς ἀνθρώπους ἄνευ κόπου καὶ ἐπιμελείας.* Ἄν θέλῃς νὰ σὲ ἐλεῇ ὁ Θεός, ἀπαιτεῖται νὰ τὸν σέβῃσαι, καὶ νὰ τὸν λατρεύῃς· ἂν θέλῃς ν' ἀγαπάσαι, ἀπαιτεῖται νὰ εὐεργετῇς· ἂν θέλῃς νὰ λαμβάνῃς πολλοὺς καρποὺς ἀπὸ τὸ κτῆμά σου, ἀπαιτεῖται ἐπιμελῶς νὰ τὸ καλλιεργῇς· ἂν θέλῃς τὸ σῶμά σου ὑγιές, ἀπαιτεῖται νὰ τὸ γυμνάζῃς· ἂν θέλῃς ἢ Ἑλλάς νὰ σὲ τιμᾷ, ἀπαιτεῖται διὰ τῶν κόπων σου ν' ἀναφανῇς ὠφέλιμος εἰς αὐτήν.

Ἡ δὲ Κακία, διακόψασα τὸν λόγον τῆς σεμνῆς γυναικός, ἥτις Ἀρετὴ ὠνομάζετο, εἶπε — Βλέπεις, ὦ Ἡράκλεις, πόσον κοπιώδης καὶ μακρὰ εἶναι ἡ ὁδός, διὰ τῆς ὁποίας θέλει σὲ ὀδηγήσει ἡ γυνὴ αὕτη· ἐνῶ ἐγὼ δι' εὐκολωτάτης ὁδοῦ θέλω σὲ φέρεи εἰς τὴν εὐδαιμονίαν.

— Ὡ ἀθλία! ἀπεκρίθη ἡ Ἀρετὴ, ποίαν εὐχαρίστησιν δύνανται ποτε νὰ αἰσθανθῶσιν οἱ φίλοι σου, ἐνῶ ποτὲ δὲν κοπιᾶζουν πρὸς ἀπόλαυσιν εὐχαριστήσεώς τινος; Σὺ τρώγεις πρὶν πεινάσης· πίνεις πρὶν διψάσης· κοιμάσαι πρὶν νυστάξης, διότι ἀηδιάζεις τὴν ζωὴν, μὴ ἔχουσα τί καλὸν νὰ πράξης. Οἱ Θεοὶ σὲ ἀποστρέφονται· οἱ ἀγαθοὶ εὐθεωροῦν ἄτιμον· οὐδεὶς σὲ ἐπαινεῖ· οὐδεὶς εἰς τὰς ἀνάγκας σου σὲ συντρέχει· οὐδὲν δὲ ἀξιέπαινον ἔργον ἔπραξάς ποτε. Ὅσοι ἐκ τῶν ψευδῶν θεληγῆτρων σου ἀπατώμενοι γίνωνται δυστυχῶς φίλοι σου, τὴν μὲν νεότητά των διέρχονται ὀκνηροί, φιλάσθενοι, κακοήθεις, ἀνωφελεῖς καὶ ἐπιζήμιοι εἰς τὴν πατρίδα των, καταφρονούμενοι παρὰ πάντων· εἰς δὲ τὰ γηρατεία των πάσχουν καὶ σωματικῶς καὶ ψυχικῶς ἐκ τῆς παραλελυμένης νεότητός των· αἰσχύνονται δὲ ἐνθυμούμενοι τὸ παρελθόν των, καὶ ἀντὶ σεβασμοῦ, περιφρόνησιν καὶ ἀπέχθειαν ἐμπνέουσι· ἐπὶ τέλους δὲ οὐδὲν ἀξιέπαινον ἔργον πράξαντες διαρκούσιν τοῦ βίου των, ἀποθνήσκουν θάνατον ἄδοξον καὶ ἀδάκρυτον.

Ἐγὼ ὅμως, εἶπεν ἡ Ἀρετὴ, συγκατοικῶ μὲ τοὺς Θεοὺς καὶ μὲ τοὺς ἀγαθοὺς ἄνδρας. Οὐδὲν καλὸν ἔργον γίνεται ἄνευ τῆς συνδρομῆς μου. Τιμῶμαι καὶ ἀγαπῶμαι παρὰ πάντων· καὶ ἂν ποτὲ τις φίλος μου δυστυχήσῃ, γενναίως ὑποφέρει τὴν δυστυχίαν του, εὐρίσκων παρηγορίαν

καὶ θάρρος εἰς τὴν φιλίαν μου. Οἱ φίλοι μου τρώγουν καὶ πίνουν, οὐχὶ χάριν ἡδονῆς, ἀλλὰ διὰ νὰ μὴ πεινώσι καὶ διψῶσι· κοπιᾶζοντες δέ, εὐρίσκουν τὴν τροφήν καὶ τὸ ποτὸν καὶ τὸν ὕπνον τῶν γλυκύτατα. Οἱ φίλοι μου ὑγιεῖς, φιλόπονοι, καὶ ὠφέλιμοι εἰς τὴν πατρίδα τῶν, ἐνόσω μὲν εἶναι νέοι, χαίρουν, ἐπαινούμενοι ὑπὸ τῶν μεγαλητέρων τῶν γηράσκοντες δέ, εὐχαριστοῦνται, τιμώμενοι ὑπὸ τῶν νέων, καὶ ἀγαπώμενοι ὑπὸ τῆς πατρίδος τῶν ἀποθνήσκουν δὲ μὲ τὴν γλυκυτάτην συναίσθησιν ὅτι, ζήσαντες ἐναρέτως, ἀφίουν ἐπὶ τῆς γῆς μνήμην ἀγαθὴν καὶ ἔντιμον.

Ὁ Ἡρακλῆς, ἀκούσας τοὺς λόγους αὐτοῦς, οὐδὲ μίαν στιγμήν ἐδίστασε, στρέφων τὰ νῶτα πρὸς τὴν Κακίαν, ν' ἀκολουθήσῃ τὴν Ἀρετὴν.

— Σᾶς βεβαιῶ δέ, εἶπεν ὁ Γεροστάθης, ὅτι, καθ' ἣν ἡμέραν μικρὸς εἰς τὸ σχολεῖον παρεδόθην καὶ ἐγὼ τὸ ἀνωτέρω διήγημα τοῦ Προδίκου, πολὺ εὐχαριστήθην ἀπὸ τοὺς λόγους τῆς Ἀρετῆς· αὐτοὺς ἔκτοτε ἔχων κατὰ νοῦν, ἔζησα χωρὶς λύπας καὶ πικρᾶς τῆς συνειδήσεως τύψεις, ἀλλὰ πάντοτε εὐχαριστημένος καὶ εὐτυχῆς.

Ἀπ' ἐναντίας ἐγνώρισα εἰς Βενετίαν ἓνα ἐκ τῶν λεγομένων εὐγενῶν τῆς Ἰταλίας, Φαγόνδιον καλούμενον, ὅστις, ἀκολουθήσας τὰς ἀπατηλὰς συμβουλὰς τῆς πολυσάρκου Κυρίας, κατήντησε καὶ αὐτὸς πολύσαρκος· παθῶν δὲ τὰ πάνδεινα, ἠναγκάσθη ἐπὶ τέλος νὰ χορευῇ ἐπὶ πεπερωμένων σιδήρων διὰ νὰ θεραπευθῇ.

— Τί παράδοξος θεραπεία! ἐφωνάξαμεν, καὶ ἀμέσως παρεκαλέσαμεν τὸν Γεροστάθην νὰ μᾶς διηγηθῇ τὴν ἱστορίαν τοῦ Φαγονδίου.

Ἄλλ' ὁ Γεροστάθης εἶπεν ὅτι ἦτο καιρὸς νὰ ἐξέλθωμεν, ὅπως ἀναπνεύσωμεν καθαρὸν ἀέρα, καὶ γυμνάσωμεν τὸ σῶμα, διὰ νὰ μὴ καταντήσωμεν νὰ χορεύωμεν καὶ ἡμεῖς ἐπὶ πετυρωμένων σιδήρων ὡς ὁ Φαγόνδιος.

#### Ἡ ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ ΚΑΙ Ο ΦΑΓΟΝΔΙΟΣ.

Ὅτε τὴν ἐσπέραν ἐπανήλθομεν ἐκ τοῦ περιπάτου, καὶ ἠνάψαμεν τὸν λύχνον, παρατηρήσαμεν μικρὰν πεταλοῦδαν, πετώσαν περὶ τὸ φῶς τοῦ λύχνου.

— Ἡ πεταλοῦδα αὕτη, εἶπεν ὁ Γεροστάθης, μ' ἐνθυμίζει τὸν Φαγόνδιον. Παρατηρήσατε πῶς ἡ πεταλοῦδα, ἐλκυσμένη ἀπὸ τὴν φλόγα, τριγυρίζει πέριξ αὐτῆς· ἐνίοτε καίεται, πονεῖ, καὶ ἀπομακρύνεται, καὶ ὅμως ἰδοὺ ἐπανέρχεται πάλιν εἰς τὴν ἐλκυστικὴν φλόγα· ἐπὶ τέλους ἐκίχη ἡ ἀνόητος, καὶ ἔπεσεν ἀκίνητος!

Ἄφρονες πεταλοῦδαι εἶναι, εἶπεν ὁ γέρων, ὅλοι οἱ λαίμαργοι, καὶ ἐν γένει ὅλοι οἱ φιλήδονοι. Καθὼς τὸ γλυκὺ φῶς τῆς φλογὸς ἐλκύει τὴν πεταλοῦδαν, οὕτω καὶ ἡ γλυκύτης τῶν ἡδονῶν ἐλκύει τοὺς μωροὺς ὀπαδοὺς τῆς Κακίας, καὶ κατακαίει ἐπὶ τέλους αὐτούς. Τοιοῦτοτρόπως κατεκίχη καὶ ἡ πεταλοῦδα, ἥτις ἐκαλεῖτο Φαγόνδιος!

Ὁ Φαγόνδιος κατήγετο ἀπὸ εὐγενῆ καὶ ἀριστοκρατικὴν οἰκογένειαν τῆς Βενετίας. Ἄλλ' οὔτε τὰ αἰσθήματά του ἦσαν εὐγενῆ, οὔτε τὰ ἦθη του ἄριστα.

Μεταξὺ τῶν ἐλαττωμάτων τοῦ Φαγονδίου τὸν πρῶτον βαθμὸν κατεῖχεν ἡ λαιμαργία. Ὁ δὲ ὕπνος, ὅστις ἀποστρέφεται τὸν φορτωμένον στόμαχον, εἶχεν ἀρχίσει νὰ φεύγη μακρὰν τοῦ Φαγονδίου.

Ὁ στόμαχός του ἐξησθενημένος ἀπὸ τοὺς ὑπερβολικοὺς ἀγῶνας, καὶ ἀβοήθητος ὑπὸ τῆς σωμασίας, δὲν ἠδύνατο πλέον νὰ χωνεύῃ. Ἄλλ' ὁ Φαγόνδιος, δούλος τοῦ πάθους του, ἠναγκάζετο νὰ καταφεύγῃ εἰς φαγητὰ καὶ ποτὰ ἐρεθιστικά τῆς ὀρέξεως, τὰ ὅποια ἔτι μᾶλλον κατέστρεφον τὸν στόμαχόν του.

Ἦρχισεν ἐπομένως νὰ ἐξογκοῦται ἡ κοιλία, καὶ βαθμῆδὸν δλόκληρον τὸ σῶμά του· ὀδυνηρὰ σῆψις τῶν ὀδόντων ἠκολούθησε τὴν δυσπεψίαν τοῦ στομάχου του· ἡ δὲ πολυσαρκία τοσοῦτον ἐπροχώρει, ὥστε καὶ ἐξηπλωμένος καὶ ὄρθιος κατήντησε δυσκίνητος· καὶ ἐπὶ τέλους τρομερὰ ποδαλγία ἐκυρίευσεν αὐτόν.

Οἱ καλλίτεροι ἰατροὶ τῆς Βενετίας ἐπεσκεπτόντο τὸν ποδαλγὸν Φαγόνδιον, ἀλλ' οὐδεμίαν ἐλπίδα θεραπείας εἶχον, διότι οὔτε τὴν πολυφαγίαν, οὔτε τὴν πολυποσίαν ἤθελε νὰ ἐγκαταλείψῃ· ἐνόμιζε δὲ ὁ μωρὸς ὅτι διὰ μόνων τῶν ἰατρικῶν ἠδύνατο νὰ θεραπευθῇ.

Ἄλλ' ἐπὶ τέλους, μὴ βλέπων βελτίωσιν τινα ἀπεφάσισε νὰ μεταβῇ εἰς Παταύιον, πλησιόχωρον πόλιν τῆς Βενετίας, διὰ νὰ θεραπευθῇ ἀπὸ τὸν ἐκεῖ περίφημον ἰατρὸν τῆς Ἰταλίας Β. . .

Λαβὼν λοιπὸν παρὰ τῶν ἰατρῶν συστατικά καὶ ἔκθεσιν περὶ τῆς ἀσθενείας του, μετέβη εἰς Παταύιον, παρακολουθούμενος ὑπὸ τῶν ὑπηρετῶν καὶ μαγείρων του.

Ὁ σοφὸς καθηγητῆς τοῦ Παταύτου, ἀναγνούς τὴν ἔκθεσιν τῶν ἐν Βενετία συναδέλφων του, καὶ παρατηρήσας τὸν Φαγόνδιον, ἐνόησε καὶ τὰ αἷτια καὶ τὰ θεραπευτικὰ μέσα τῆς ἀσθενείας του. Μ' ὄλην δὲ τὴν διδακτορικὴν σοβαρότητα εἶπε πρὸς αὐτόν — Εὐχαρίστως ἀναδέχομαι

τὴν θεραπείαν σου, ἐὰν ὑποσχεθῆς ὅτι θέλεις διαμείνει δλόκληρον μῆνα ἐντὸς τῆς οἰκίας μου, καὶ ὅτι θέλεις συμμορφωθῆ μ' ὅλας τὰς διαταγὰς μου, ἐξ ὧν ἡ πρώτη εἶναι ἡ ἀποπέμψης εἰς Βενετιάν τὴν συνοδίαν τῶν ὑπηρετῶν καὶ μαγεύρων σου.

Ὁ Φαγόνδιος, πάσχων δεινῶς, ἠναγκάσθη νὰ δώσῃ τὰς ζήτηθείσας ὑποσχέσεις. Ἡ δὲ θεραπεία ἤρχισεν ἀμέσως κατὰ τὸν ἐξῆς τρόπον.

— Δὲν εἶναι εἰσέτι ἔτοιμον τὸ ἰδιαιτερόν σου δωμάτιον, τῷ λέγει ὁ ἰατρός· ὅθεν λάβε τὴν καλωσύνην νὰ περιμένῃς ὀλίγας στιγμὰς ἐντὸς τοῦ δωματίου τούτου. Τὸν εἰσάγει δὲ ἐντὸς μικροῦ δωματίου, ὅπου τὸν ἀφίνει μόνον, καὶ ἐξερχόμενος, κλείει ἐξωθεν τὴν θύραν.

Ὁ Φαγόνδιος, μὴ βλέπων μῆτε θρανίον, μῆτε ἐπιπλόν τι, εἰμὴ μόνον τοὺς τέσσαρας τοίχους, ἤρχισε νὰ στενοχωρῆται· στηρίζας δὲ τὸ βαρὺ σῶμά του ἔμπροσθεν μὲν ἐπὶ τῆς βακτηρίας του, ὅπισθεν δὲ ἐπὶ τοῦ τοίχου, περιέμενε νὰ παρέλθωσιν αἱ ὀλίγαι στιγμαί, ὅπως ἀναπαυθῆ εἰς τὸν κοιτῶνά του.

Ἀλλὰ μετ' ὀλίγον αἰσθάνεται τὸν τοῖχον καὶ τὸ ἔδαφος θερμαίνόμενα καὶ βαθμηδὸν καίοντα. Μὴ δυνάμενος δὲ ὡς ἐκ τῆς θερμότητος μῆτε ἐπὶ τοῦ τοίχου διαρκῶς νὰ στηρίζεται, μῆτε ἐπὶ τοῦ ἐδάφους διαρκῶς νὰ πατῆ, ἠναγκάζετο νὰ μεταβάλλῃ θέσιν ἀνὰ πᾶσαν στιγμὴν, καὶ ἡ ἀναβιβάξῃ καὶ καταβιβάξῃ ἐναλλάξ τοὺς πόδας πρὸς ἀποφυγὴν τῆς αὐξανούσης θερμότητος. Τοιουτοτρόπως ἐτέθη εἰς ἀδιάκοπον κίνησιν, χοροπηδῶν ἐντὸς τοῦ δωματίου. Εἰς μάτην ἐπροσπάθει ἡ ἀνοίξῃ τὴν θύραν, εἰς μάτην διὰ τῶν γοερῶν φωνῶν του ἐπεκαλεῖτο βοήθειαν.

Ἀλλὰ μετ' ὀλίγον ἡ θερμότης ἤρχισε νὰ μετριάζῃ· ἡ θύρα ἀνοίγει, καὶ ὁ ἰατρὸς παρουσιάζεται κρατῶν θρανίου, τὸ ὅποιον προσφέρει εἰς τὸν Φαγόνδιον. Αὐτὸς ἀσθμαίνων καὶ πλήρης ἰδρώτος ῥίπτεται ἐπὶ τοῦ θρανίου, ἀποτείνων συγχρόνως πικρὰ παράπονα πρὸς τὸν καθηγητήν. Ἀλλ' ὁ ἰατρὸς μὲ πολλὴν πραότητα διακόπτει τὸν ὠργισμένον Φαγόνδιον, λέγων ὅτι τὸ δωματίον ἐκεῖνο ἦτο σιδηροῦν καὶ εἶδος ξηροῦ λουτροῦ, ἀναγκαιοτάτου πρὸς θεραπείαν του, καὶ ὅτι ὑπᾶγει νὰ ἴδῃ ἂν τὰ διάφορα φαγητά, τὰ ὅποια διέταξε διὰ τὸ γεῦμα τοῦ Φαγονδίου, ἦσαν ἕτοιμα.

Ὁ Φαγόνδιος ἀκούσας γεῦμα καὶ φαγητὰ διάφορα, κατεπράυνε τὸν θυμὸν του. Ἀλλὰ τὸ γεῦμα ἠργοπόρησε, διὰ νὰ λάβῃ καιρὸν ν' ἀναπαυθῇ, καὶ ἀλλάξῃ ἐνδύματα· ἴσως δὲ καὶ διὰ νὰ κεντηθῇ διὰ τῆς πείνης ἢ ὀρεξίς του.

Μεγάλως δὲ εὐχαριστήθη ὁ Φαγόνδιος ὅτε, εἰσελθὼν εἰς τὸ δωματίον τοῦ γεύματος, εἶδεν ἐπὶ τῆς τραπέζης διάφορα μεγάλα καὶ μικρὰ πινάκια· ἀλλ' ἡ εὐχαριστησίς του μετεβλήθη εἰς ἀγανάκτησιν καὶ ἀπελπισίαν, ὅτε, ἀποκαλύπτων τὰ πινάκια, εἰς μὲν τὸ πρῶτον δὲν εὔρε παρά ἡμισυ γεώμηλον βρασμένον, εἰς δὲ τὸ δεύτερον ἄλλο ἡμισυ ψημένον, εἰς τὸ τρίτον ὀλίγα χόρτα βραστά, εἰς τὸ τέταρτον τεμάχιον ἄρτου, εἰς τὸ πέμπτον μικρὰν πτέρυγα πουλίου, καὶ εἰς τὸ ἕκτον καὶ τελευταῖον ἓν μῆλον ψητόν.

— ὦ δυστυχία! ἐφώναξε, τί γεῦμα εἶναι αὐτό!

Ἀλλ' οὐδεὶς τὸν ἤκουε, διότι εἶχον ἀφήσει αὐτὸν μόνον. Κατ' ἀρχὰς ἀπεφάσισεν οὔτε κἂν νὰ ἐγγίσῃ τὸ ἄθλιον αὐτὸ γεῦμα ἀλλ' ἡ πείνα μετέβαλε τὴν ἀπόφασιν·

του, καὶ ἐντὸς ὀλίγων λεπτῶν ἐκαθάρισε τὸ ἐν κατόπιν τοῦ ἄλλου ὅλα τὰ πινάκια.

Ὅτε δὲ μετὰ τὸ γεῦμά του παρεπονεῖτο εἰς τὸν ἱατρὸν διὰ τὴν ἀθλιότητα τοῦ φαγητοῦ του, ὁ καθηγητὴς προεκάλεσεν αὐτὸν νὰ ἐπισκεφθῇ τὸν κηπὸν του, τὸν ὅποιον ἰδίαις χερσὶν ἐκαλλιέργει χάριν σωμασκίας.

Εἰς τὸν κηπὸν του ὁ ἱατρός, προσκαλῶν τὸν Φαγόνδιον ποτὲ μὲν διὰ νὰ τῷ δεῖξῃ ἄνθος τι ὠραῖον ἢ φυτὸν περιέργον, ποτὲ δὲ διὰ νὰ τὸν βοηθήσῃ εἰς τινα κηπουρικὴν ἐργασίαν, κατῶρθωσεν ἐπιτηδεῖως ὥστε ὁ Φαγόνδιος καὶ νὰ περιπατήσῃ καὶ νὰ γυμνασθῇ ἀρκούντως.

Ὅτε δὲ τὴν ἐσπέραν ἀπεσύρθη νὰ κοιμηθῇ, νέας ἀφορμὰς δυσαρσεκείας ἔλαβεν, εὐρῶν καὶ τὸ στρῶμα σκληρόν, καὶ τὸ προσκέφαλον σκληρότερον· ἀλλ' ὁ δυστυχὴς ἔπρεπε νὰ συμμορφωθῇ μὲ τὴν σκληρὰν τύχην του, καὶ μὲ τὴν σκληρὰν κλίνην του.

Ἐν τούτοις ὁ ὕπνος, τὸν ὅποιον ματαίως ἐπεκαλεῖτο ἐπὶ τῆς ἀπαλῆς κλίνης του εἰς τὴν Βενετίαν, ἀμέσως κατὰ τὴν ἐσπέραν ἐκείνην τὸν ἐπεσκέφθη. Ἐξηκολούθησε δὲ κοιμώμενος ἄνευ διακοπῆς μέχρι τῆς αὐγῆς, ὅτε περὶ τὴν ἕκτην ὥραν ὁ ἱατρός τὸν ἐξύπνισεν ἐπὶ λόγῳ ὅτι ἔπρεπε νὰ τὸν ἐπισκεφθῇ πρὶν ἐξέλθῃ τῆς οἰκίας· τὸν ἀνάγκασε δὲ ἀμέσως νὰ ἐγερθῇ, διότι ἐκ τῶν ἀναγκαίων πρὸς θεραπείαν, τῷ εἶπεν, ἦτο καὶ τὸ νὰ ἐγείρηται ἐνωρίς.

Τοιαύτη ἦτο ἡ καθημερινὴ θεραπεία, εἰς τὴν ὁποίαν ἐπὶ ὀλόκληρον μῆνα ὑπεβλήθη. Ἐπὶ τέλους δὲ διὰ τοῦ θωματίου τῆς κολάσεως, διὰ τοῦ κήπου, τῆς ἀπλουστάτης διαίτης, καὶ τοῦ ὀλίγου ὕπνου, ἐπέτυχεν ὁ κα-

θηγητής καὶ τὴν πολυσαρκίαν τοῦ ἀσθενοῦς σημαντικώτατα νὰ μετριάσῃ, καὶ ἀπὸ τοὺς πόνους νὰ τὸν ἀπαλλάξῃ, καὶ τὸν στόμαχόν του νὰ ἐνδυναμώσῃ, καὶ τὰ μέλη τοῦ σώματός του εὐκίνητα νὰ καταστήσῃ, καὶ ἀπὸ τὴν ποδαλγίαν ἐντελῶς νὰ τὸν ἐλευθερώσῃ.

Ἀλλὰ πρὶν ἀποχωρισθῆ ὁ καθηγητὴς τὸν Φαγονδίον, ἀπήτησε παρ' αὐτοῦ νὰ τῷ ὑποσχεθῆ ὅτι, καὶ εἰς τὴν Βενετιάν μεταβαίνων, θέλει ἐξακολουθήσει τὴν αὐτὴν διαίταν· συγχρόνως δὲ ἀπήτησε νὰ καθαρίσῃ τὸ στόμα του ἀπὸ τοῦ, σπηπότας ὀδόντας του, διότι μένοντες ἤθελον βλάπτει πάντοτε καὶ τὸν στόμαχον καὶ τὴν ὑγίαν του.

Ὁ Φαγονδιος ὑπέσχεθῃ τὴν ἐξακολούθησιν τῆς αὐτῆς διαίτης, καθυπεβλήθη δὲ καὶ εἰς τὴν ἐκρίζωσιν τῶν σπηπότων ὀδόντων του, κατάρωμενος τὴν λαϊμαργίαν καὶ ἀκαθαρίαν, αἵτινες ἐπέφερον τὴν σῆψιν αὐτῶν. Εὐχαριστήσας δὲ τὸν σοφὸν καθηγητὴν, ἐπανῆλθεν ὑγιῆς καὶ εὐτυχῆς εἰς τὴν Βενετιάν.

Τὴν ἱστορίαν ταύτην, εἶπεν ὁ Γεροστάθης, ὅτι ἤκουσεν ἀπὸ τῶ ἰδίων στόμα τοῦ Φαγονδίου, τὸν ὅποιον κατὰ πᾶσαν τριμηνίαν ἐπισκεπτετο εἰς Βενετιάν, διὰ νὰ τῷ πληρόνη τὸ ἐνοίκιον τῆς οἰκίας, εἰς τὴν ὅποιαν ἐκατοίκει.

Πολὺ μᾶς εὐχαρίστησεν ἡ ἱστορία τοῦ Φαγονδίου· ἐλυπήθημεν διὰ τὰ βάσανά του, ἐγελάσαμεν διὰ τὸν ἐντὸς τοῦ σιδηροῦ δωματίου ἀκούσιον χορόν του, καὶ ἐπὶ τέλους ἐχάρημεν διὰ τὴν ἀνάκτησιν τῆς ὑγείας του.

Μετὰ τινὰς ἄλλας ὁμιλίαις ὁ Γεροστάθης μᾶς ἐκαλονύκτισε μὲ τὰ ἀγαπητά του *Mhδὲν ἄγαν καὶ Πᾶρ μέτρον ἄριστόν*, προσθέσας ὅτι ἂν ἐκτελῶμεν πάντοτε τὰ

τὰ χρυσᾶ αὐτὰ παργγέλιμα, οὔτε τὰς νύκτας οὔτε τὰς ἡμέρας τοῦ Φαγονδίου θέλομεν ὑποφέρει. Οἱ δὲ τελευταῖοι λόγοι του ἦσαν

« Ἡ ἐγκράτεια μᾶς δίδει καὶ ὑγίαν καὶ εὐτυχίαν  
 » Ἡδονὰς ἢ ἀκρασία, πλήρ συγχρότως ἀτιμίαν,  
 » Ἀσθενείας καὶ πτωχείαν ! »



### Ἡ ΑΔΕΛΦΗ ΤΗΣ ΜΑΝΙΑΣ.

« Οὐκ ἂν μεθύσκοιτό τις, εἰ ὀρφῆ  
 τοὺς μεθύσκοντας οἷα ποιούσιν. »  
 (Αναχάρσιδος.)

**Μ**ΕΤΑ τὸ μεσημέριον Κυριακῆς τινος μᾶς προσεκάλεσεν ὁ Γεροστάθης εἰς τὴν οἰκίαν του, διὰ νὰ μᾶς ὀδηγήσῃ εἰς πλησιόχωρον τῆς κωμοπόλεως πεδιάδα, ὅπου ἐπρόκειτο νὰ μᾶς δείξῃ νέον γυμναστικὸν παιγνίδιον, τὸ ὁποῖον ὠνόμαζε *Σκλαβάκια*.

Περίεργοι νὰ μάθωμεν τὸ νέον παιγνίδιον, προθύμως κατὰ τὴν ὀρισθεῖσαν ὥραν παρευρέθημεν εἰς τὴν οἰκίαν του, καὶ ἐκινήσαμεν, ἔχοντες αὐτὸν ἐπὶ κεφαλῆς.

Πλησιάζοντες νὰ διαβῶμεν ἔμπροσθεν τῆς οἰκίας Ἀθανασούλα τινός, κατοίκου τῆς κωμοπόλεως, παρετηρήσαμεν κόσμον πολὺν συνηγμένον ἐνώπιον τῆς οἰκίας.

— Τί θέλει αὐτὸς ὁ κόσμος; ἠρώτησεν ὁ Γεροστάθης γέροντα, ἐρχόμενον ἐκ τοῦ πλήθους. — Μεγάλη δυστυχία! ἀπεκρίθη τεταραγμένος ὁ γέρων· φονικόν! φονικόν!

Ἐντρομος ὁ Γεροστάθης ἐζήτησεν ἐξηγήσεις· ὁ δὲ γέρων μᾶς εἶπε τὰ ἑξῆς.

— Ὁ Ἀθανασούλας εἶχε συμπόσιον σήμερον, ἐορτάζων τοὺς γάμους τῆς ἀδελφῆς του. Γνωρίζετε πόσον καλὸς καὶ ἀξίος εἶναι αὐτὸς ὁ νέος, καὶ πόσον ἀγγελικὴν καρδίαν ἔχει πρὸς ὅλους, καὶ μάλιστα πρὸς τὴν ἀδελφὴν καὶ τὸν γαμβρόν του. Ἀλλὰ τὸ κρασίον ἐπινεξεν ὅλα τὰ προτερήματά του.

Φαίνεται ὅτι εἰς τὸ συμπόσιον ἔπιε περισσώτερον τοῦ πρέποντος· ἐμέθυσε λοιπὸν ὁ δυστυχῆς, ἔχασε τὰ λογικά του, καὶ νομίσας ὅτι ὁ γαμβρὸς του τὸν ἐνέπαιξεν, ὠργίσθη κατ' αὐτοῦ, καὶ ἀρπάσας ἐν μαχαίριον, ἔτρεξε νὰ τὸ ἐμπήξῃ εἰς τὸ στήθος του. Ἀλλ' εὐτυχῶς ἐπρόφθασάν τινες νὰ τὸν ἐμποδίσωσι, καὶ ἀντὶ νὰ φονεύσῃ, ἐπλήγωσε μόνον τὸν γαμβρόν του.

Ὁ Θεὸς νὰ λυπηθῇ τὴν ἀδελφὴν του, καὶ νὰ ἦναι περὰστικὴ ἢ πληγὴ τοῦ ἀνδρός της! Ὁ Θεὸς νὰ φωτίσῃ καὶ τὸν Ἀθανασούλαν καὶ ὅλους τοὺς νέους ν' ἀπέχωσιν ἀπὸ τὸ ἐπικίνδυνον κρασίον!

Κατηφῆς ὁ Γεροστάθης ἤκουσε τὴν διήγησιν ταύτην· καὶ ἐκεῖνος μὲν συλλογιζόμενος, ἡμεῖς δὲ σιωπηλοὶ ἐξηκολουθήσαμεν πρὸς τὴν πεδιάδα.

Ὁ συμμαθητὴς μας Ἰωάννης ἐνθυμίσθη τότε ὅτι τὸ πρῶτον Ἑλληνικὸν μάθημά μας ἔλεγεν ὅτι ἡ μέθη εἶναι μικρὰ μανία. Ἡ δὲ παρατήρησις αὕτη, διὰ τῆς ὁποίας ὁ Ἰωάννης ἔλυσε τὴν γενικὴν σιωπὴν, ἔδωκεν ἀφορμὴν εἰς τὸν Γεροστάθην νὰ εἴπῃ τὰ ἀκόλουθα.

— Οὐχὶ μικρὰ, ἀλλὰ μεγάλη μανία εἶναι ἡ μέθη, ἀγαπητά μου, παιδία, καὶ πολὺ χειροτέρα τῆς μανίας! Ὁ μανιακὸς εἶναι ἀξιολύπητος, διότι χωρὶς νὰ βλέπῃ ὁ δού-

τυχής ἔχασε τὰς φρένας του· ἀλλ' ὁ μεθυσμένος εἶναι ἀξιοκαταφρόνητος, διότι θελήσας ἔχασε τὸ λογικόν του, καὶ διὰ τῆς μέθης μετεβλήθη εἰς ζῶον ἄλογον καὶ ἄγριον, ἐπικίνδυνον καὶ εἰς ἑαυτὸν καὶ εἰς τοὺς ἄλλους.

#### Ο ΠΙΤΤΑΚΟΣ ΚΑΤΑ ΤΗΣ ΜΕΘΗΣ.

Πιττακὸς ὁ Μυτιληναῖος, εἰς τῶν ἑπτὰ σοφῶν τῆς ἀρχαίας Ἑλλάδος, μεταξὺ τῶν ἄλλων νόμων, τοὺς ὁποίους ἔθεσεν εἰς τὴν πατρίδα του Μυτιλήνην ἐπ' ἀγαθῶ τῶν συμπολιτῶν του, διέταξε προσέτι νὰ τιμωρῶνται μὲ διπλὴν ποινὴν ὅσοι πράττωσιν ἐγκλήματα, ὄντες μεθυσμένοι.

Ἐπειδὴ δὲ οἱ νόμοι δὲν ὠφελοῦν, ἂν δὲν ἐνισχύωνται ὑπὸ τοῦ καλοῦ παραδείγματος τῶν ἀρχόντων, ὁ Πιττακὸς δὲν ἔπινε παρὰ καθαρὸν ὕδωρ, τὸ ὁποῖον εἶναι τὸ ὑγιεινότερον καὶ ἀθωότερον ποτόν, καὶ δι' αὐτὸ τοῦτο τὸ ἀφθονώτερον ἀφ' ὅσα ἐχάρισεν ὁ Θεὸς εἰς τοὺς ἀνθρώπους.

Συνήθως καὶ τὸ ὀλέθριον πάθος τῆς μέθης, εἶπεν ὁ Γεροστάθης, εἶναι ἐκ τῶν δυσμόρφων τέκνων τῆς ἀργίας καὶ ὀκνηρίας. Δι' αὐτὸ συνήθως κατὰ τὰς ἑορτὰς καὶ τὰς παρηγύρεις, ὅτε οἱ ἄνθρωποι παραδίδονται εἰς τὰς ἀγκάλας τῆς ἀργίας, συμβαίνουν αἱ περισσότεραι μέθαι, καὶ τὰ περισσότερα ἐγκλήματα.

#### Ο ΜΩΑΜΕΘ ΚΑΤΑ ΤΗΣ ΟΙΝΟΠΟΣΙΑΣ.

Λέγεται ὅτι ὁ Μωάμεθ, ὁ προφήτης τῶν Τούρκων, διαβὰς ἡμέραν τινὰ εορτάσιμον ἀπὸ χωρίου, εἶδεν ὄλους τοὺς κατοίκους συνθηροισμένους εἰς τὴν πλατεῖαν, συνευ-

θυμοῦντας, τρώγοντας, πίνοντας καὶ χορεύοντας. Ἄλλ' ἔ-  
 πανελθῶν τὴν ἐπιούσαν εἰς τὸ αὐτὸ χωρεῖν, παρετή-  
 ρησεν αὐτὸ ἐρημωμένον, τὴν δὲ πλατεῖαν γέμουσαν πτω-  
 μάτων ἀνδρῶν, γυναικῶν, γερόντων, καὶ παιδιῶν. Ἐπλη-  
 ροφορήθη δὲ ὅτι κατὰ τὴν προτεραίαν ἡ εὐθυμία ἔφερε  
 τοὺς πλείστους εἰς μέθην, ἢ μέθη εἰς ὕβρεις, αἱ ὕβρεις  
 εἰς χειρονομίας, καὶ αἱ χειρονομίαι εἰς συμπλοκὴν ἔνο-  
 πλον, κατὰ τὴν ὁποίαν οἱ πλείστοι τῶν κατοίκων κα-  
 τεσφάγησαν.

Ἐκ τοῦ περιστατικοῦ δὲ τούτου λέγεται ὅτι ἔλαβεν  
 ἀφορμὴν νὰ ἐμποδίσῃ διὰ τοῦ Κορανίου εἰς τοὺς πιστοὺς  
 τοῦ τὴν οἶνοποσίαν, ἐπὶ ποινῇ ἀποκλεισμοῦ ἐκ τοῦ Τουρ-  
 κικοῦ παραδείσου.

ΤΑ ΣΚΛΑΒΑΚΙΑ.

Ὅτε εἰς τὴν πεδιάδα ἐφθάσαμεν, ἤρχισαμεν νὰ ζητῶ-  
 μεν παρὰ τοῦ Γεροστάθου τὰ Σκλαβάκια.

Ὁ Γεροστάθης μᾶς διήρесе τότε εἰς δύο ἰσάριθμα τάγ-  
 ματα. Ἐπὶ κεφαλῆς ἐκάστου τάγματος διώρισεν ἀρχη-  
 γοὺς τοὺς δύο μεγαλητέρους ἐκ τῶν συμμαθητῶν μας.  
 Ἐτοποθέτησεν ἐπομένως τὸ ἐν τάγμα ἀντικρὺ τοῦ ἄλλου  
 εἰς ἀπόστασιν ἐξήκοντα ποδῶν. Ὑψωσεν εἰς ἕκαστον ἐκ  
 τῶν στρατοπέδων αὐτῶν ἀνὰ ἓν μανδύλιον ὡς σημαίαν.  
 Ἐπειτα δὲ μᾶς ἐξήγησε πῶς οἱ μὲν καταδιώκουν τοὺς ἄλ-  
 λους, πῶς γίνονται οἱ αἰχμάλωτοι (σκλάβοι), καὶ πῶς οἱ  
 σύντροφοὶ των χρεωστοῦν νὰ ἐλευθερώσωσιν αὐτούς.

Δὲν ἐβραδύναμεν δὲ νὰ οἰκειωθῶμεν μὲ τὰ Σκλαβάκια,  
 τὰ ὁποῖα εἰς ἄκρον μᾶς ἤρσαν, διότι καὶ ζωρότατα  
 ἦσαν, καὶ τὴν φιλοτιμίαν ἐκάστου διηρέθιζον.

Παρατηρεῖτε, μᾶς εἶπεν ὁ γέρον, τὰ Σκλαβάκια εἶναι εἶδος μάχης, ἣτις γίνεται οὐχὶ δι' ὄπλων, ἀλλὰ διὰ τοῦ δρόμου, ὅστις γυμνάζει τὸ σῶμα εἰς τὴν εὐκίνησιαν. Αὐτὰ ἐξασκοῦν καὶ τὴν προσοχὴν εἰς τὰς διαφοροὺς κινήσεις τῶν φίλων καὶ τῶν ἐχθρῶν διὰ τῆς αἰχμαλωσίας δὲ τιμωροῦν τοὺς βραδυκινήτους. Πρὸ πάντων δὲ ἐπιβάλλουν τὸ ἱερὸν χρέος τοῦ νὰ ὑπερασπιζώμεθα τοὺς καταδιωκομένους ἀδελφούς, καὶ διδάσκουν τοὺς ἐλευθέρους ὅτι πρέπει ν' ἀγωνίζωνται πρὸς ἀπελευθέρωσιν τῶν αἰχμαλώτων ἀδελφῶν αὐτῶν.

#### Ο ΜΟΝΟΦΘΑΛΜΟΣ ΤΡΕΜΟΓΙΑΝΝΗΣ.

Ὅτε μετὰ τὰ Σκλαβάκια ἐπεστρέφομεν εἰς τὴν κωμόπολιν, ὁ Γεροστάθης εἶχε διακρίνει μακρόθεν ἐπαίτην τινά, Τρεμογιάννην καλούμενον· ὅτε δὲ προχωροῦντες ἐφθάσαμεν αὐτόν, μᾶς εἶπε — Τὰ παιδιὰ τῆς Σπάρτης ἐβδελύσσοντο τὴν οἰνοποσίαν, βλέποντα τοὺς μεθυσμένους Εἴλωτας· παρατηρήσατε καὶ σεῖς τὸν Εἴλωτα τοῦτον, καὶ θαυμάσατε τὰ κατορθώματα τῆς οἰνοποσίας καὶ τῆς μέθης.

Καὶ τῷ ὄντι ἔλεεινὴ ἦτο ἡ θέα τοῦ Τρεμογιάννη· δὲν ἦτο γέρον, ἀλλ' ἡ μέθη εἶχε καταντήσει αὐτὸν ἐσχάτο-γηρων, ἰσχύον, καὶ ἀδύνατον· εἶχε δὲ κυρτωμένον τὸ σῶμα, καὶ ῥυτιδωμένον τὸ πρόσωπον· ἐπεριπάτει μετὰ μεγίστης δυσκολίας, καὶ κρατῶν βακτηρίαν ἐπροσπάθει δι' αὐτῆς νὰ βοηθῆ τοὺς κλονιζομένους πόδας του. Ἡ κεφαλὴ του, αἱ χεῖρες, τὰ δάκτυλα, καὶ ὄλον ἐν γένει τὸ σῶμά του ἔτρεμον ἀδιακόπως· ἡ μύτη του ἦτο κατακόκκινος· φλογισμένος ἐπίσης καὶ διηνεκῶς δακρύων

ἐφαινετο ὁ ἕτερος τῶν ὀφθαλμῶν του, διότι τὸν ἄλλον εἶχε χάσει ὡς ἐκ τῆς μέθης του, πεσὼν ποτε ἐπὶ λίθων κρητῶν δὲ ἀνοικτὸν τὸ στόμα, παρθυσίαζεν ἐπὶ τοῦ ἐλευνοῦ του προσώπου τὸν ἀποτρόπαιον γέλωτα τῆς ἡλιθιότητος.

Ὁ Τρεμογιάννης, ἅμα ἰδὼν τὸν Γεροστάθην, ἐζήτησε παρ' αὐτοῦ χρήματα. — Τί τὰ θέλεις; τὸν ἠρώτησε, διὰ νὰ πῆς πάλιν; — Τί νὰ κάμω; ἀπεκρίθη ὁ Τρεμογιάννης, μ' ἐκυρίευσεν, ἀνάθεμά το! καὶ ὅσον πίνω, τόσον θέλω!

— Ἀπελπισία! εἶπεν ὁ Γεροστάθης, καὶ ἐπροχώρησεν, ἀκολουθούμενος παρ' ἡμῶν. *Ὅσον πίνει, τόσον θέλει!* ἔχει δίκαιον! Αὐτὸς εἶναι ὁ νόμος τῶν κακιῶν καὶ ἐλαττωμάτων! ἐὰν δὲν καταστραφῶσιν εἰς τὴν γένεσίν των, προχωροῦν, καὶ καθ' ἡμέραν αὐξάνουν μὲ περισσοτέραν ὀρμὴν· ἀπαράλλακτα καθὼς ὅταν ἀφήσης ἐξ ὕψους σάμα βαρὺ, ὅσον προχωρεῖ πρὸς τὴν γῆν, τόσον αὐξάνει ἡ ὀρμὴ τῆς ταχύτητός του.

Ὁ ἐπαίτης Τρεμογιάννης, ἐξηκολούθησε λέγων ὁ Γεροστάθης, ἦτο υἱὸς προσετώτος τοῦ Ζαγορίου. Εἰς τὸ σχολεῖον ἐσχέτισθη μὲ τινὰς νέους μεγαλητέρους του, περὶ τῆς διαγωγῆς τῶν ὁποίων δὲν ἐφρόντισε νὰ πληροφορηθῆ πρὶν ἢ σχετισθῆ μετ' αὐτῶν· ἐλεύθερος δὲ πάσης ἐπιτηρήσεως, ἐξηκολούθει τὰς σχέσεις του μετ' αὐτῶν, τοὺς ὁποίους ἐφιλοτιμεῖτο καὶ ἐπροσπάθει νὰ μιμηται. ἤρχισε λοιπὸν καὶ νὰ καπνίζῃ, καὶ νὰ πίνῃ κρασίον ὡς ἐκεῖνοι, μὴ συλλογισθόμενος ὅτι τοιοῦτοτρόπως καὶ τὰ πατρικά του χρήματα κατέκαιε, καὶ εἰς τὸν κατήφορον τῆς μέθης διὰ τῆς οἰνοποσίας εἰσῆρχετο.

Κατ' ἀρχάς τὸ κάπνισμα ἐσκότιζε τὸν ἐγκέφαλόν του, τὸ δὲ κρασίον, ξυνίζον τὸ στόμα του, δυσηρέσκει αὐτόν· ἀλλ' αἱ εἰδοποιήσεις αὐταὶ δὲν τὸν κατέπεισαν νὰ τὰ παραιτήσῃ· ἀπ' ἐναντίας ἐπέμενε, διὰ νὰ μὴ φανῇ κατώτερος τῶν μεγαλητέρων συντρόφων του.

Βαθμηδὸν δὲ κατήντησε μέθυσος, καὶ ὄλως ἀνίκανος δι' ὁποιανδήποτε ἐργασίαν. Ἐντὸς ὀλίγων χρόνων κατεβρόφησε διὰ τοῦ οἴνου, καὶ μετέβαλεν εἰς καπνὸν ὀλόκληρον τὴν πατρικὴν του περιουσίαν. Τὸ δὲ ἀρχοντόπουλον τοῦ Ζαγορίου μετεβλήθη εἰς ἐπαίτην βρακενδύτην καὶ μέθυσον. Ὁ ποτὲ ὑγιὴς καὶ νουνεχὴς Ἰωάννης κατήντησε Τρεμογιάννης, μονόφθαλμος, ἄνευ ὑγείας, καὶ ἄνευ νοῦς. Ἡ οἰνοποσία καὶ ἡ μέθη κατέστρεψαν τὴν ὑγείαν του, τὸν ἐτύφλωσαν, καὶ παρέλυσαν τὸν ἐγκέφαλον καὶ ὀλόκληρον τὸ νευρικὸν σύστημά του· ὥστε καὶ ἠλίθιος ἀποκατέστη, καὶ εἰς τὴν τρομερὰν ἀσθένειαν, τὴν ὀνομαζομένην *μαρίαρ τρέμουσαν*, ὑπέκυψε!

Μετὰ τοὺς λόγους αὐτοὺς οὐδὲν ἄλλο εἶπεν ὁ Γεροστάθης, ὦν βέβαιος ὅτι ἡ θεὰ τοῦ Τρεμογιάννη, καὶ ἡ ἱστορία αὐτοῦ μᾶς ἐπροξένησαν φρίκην κατὰ τῆς οἰνοποσίας. Ἀπεχωρίσθημεν δὲ διὰ τῶν ἀκολουθῶν *στίχων*,

«*Κόρη τῆς Οἰνοποσίας,*

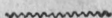
»*Ἀδελφὴ δὲ τῆς Μαρίας*

»*Εἶν' ἡ Μέθη ἡ τυφλή,*

»*Ἦτις εἰς τὴν ἀτιμίαν,*

»*Καὶ εἰς πᾶσαν δυστυχίαν*

»*Τοὺς πιστοὺς τῆς ὁδοῦ.*»



Ο ΕΠΙΚΙΝΔΥΝΟΣ ΣΥΝΤΡΟΦΟΣ.

• Ἐν ὀργῇ μήτε τι λέγειν, μήτε πράττειν. • (Πυθαγόρου.)

**Π**ΟΛΛΑΚΙΣ ὁ Γεροστάθης ἐπεσκέπτετο τὰς παραδόσεις τοῦ σχολείουμας, καὶ μετὰ προσοχῆς ἠκροάζετο καὶ τοὺς διδασκάλους παραδίδοντας, καὶ τοὺς μαθητὰς ἐξεταζομένους. Διὰ τῶν ἐπισκέψεων του δὲ αὐτῶν τοὺς μὲν ἐνεθάάρρυνε, τοὺς δὲ ἐφιλοτίμει.

Ἡμέραν τινὰ μᾶς ἐπεσκέφθη καθ' ἣν ὄραν ἤρχιζε τὸ μάθημα τῆς Ἑλληνικῆς Ἱστορίας. Ὁ διδάσκαλος ἔσυρε, κατὰ τὸ σύνθηες, κλῆρον, καὶ ὁ κλῆρος ἔπεσεν εἰς ἐμέ. Ἐπρόκειτο νὰ ἐκθέσω τὴν ναυμαχίαν τῆς Σαλαμίνοσ' — Ἐμπρός, λογιώτατε, μὲ εἶπεν ὁ διδάσκαλος, εἶπε τὰ περὶ τῆς ναυμαχίας τῆς Σαλαμίνοσ' ἀπεκρίθην δέ, καθ' ὅσον ἐνθυμοῦμαι, τὰ ἐξῆσ

Ο ΘΕΜΙΣΤΟΚΛΗΣ ΕΙΣ ΤΗΝ ΣΑΛΑΜΙΝΑ.

Ἄφου διὰ τῆς προδοσίας τοῦ Ἐφιάλτου ἠμπόρεσεν ὁ Ξέρξης νὰ διαβῆ τὸ στενὸν τῶν Θερμοπυλῶν, ἐπροχώρησεν ἐντὸς τῆς Ἑλλάδοσ μετὰ τῶν ἀναριθμητῶν στρατῶν του, λεηλατῶν καὶ καταστρέφων βαρβαρικῶσ τὰ πάντα.

Οἱ Ἀθηναῖοι ἐξέλεξαν στρατηγὸν τὸν συμπολίτην των Θεμιστοκλέα. Αὐτὸσ δὲ ἐνόμιζεν ὅτι πολὺ εὐκολώτερον ἦτο νὰ νικήσωσι τὸν ἐχθρὸν κατὰ θάλασσαν, ἐλέγοντες θέσιν κατάλληλον πρὸσ ναυμαχίαν, παρὰ ν' ἀντισταθῶσι κατὰ ξηρὰν εἰσ τοὺς ἀπειραρίθμους στρατοὺσ τοῦ Ξέρξου. Ὅθεν κατέπεισε τοὺς συμπολίτας του νὰ ἐγκαταλείψωσι τὰς Ἀθήνας εἰσ τὴν διάκρισιν τοῦ ἐχθροῦ, καὶ τὰσ μὲν

γυναίκας, τοὺς γέροντας, καὶ τὰ παιδιά ν' ἀποστείλωσιν εἰς τὴν Τροίζην, πόλιν τῆς Πελοποννήσου, ὅλοι δὲ οἱ ἱκανοὶ πρὸς πόλεμον νὰ ἔμβωσιν εἰς τὰ πολεμικά των πλοῖα.

Ὁ προνοητικὸς Θεμιστοκλῆς δὲν εἶχε θεωρήσει τὴν μάχην τοῦ Μαραθῶνος ὡς τὸ τέλος τοῦ Περσικοῦ πολέμου, ἀλλ' ὡς ἀρχὴν νέων ἀγώνων· καὶ δι' αὐτὸ ἔκτοτε εἶχε καταπέσει τοὺς Ἀθηναίους, ἀντὶ νὰ διανεμῶνται τὰ ἀργύρια, τὰ ὁποῖα ἀπὸ τὸ μεταλλεῖον τοῦ Λαυρίου ἐλάμβανον, νὰ ἐξοδεύωσιν αὐτὰ πρὸς κατασκευὴν πολεμικῶν πλοίων.

Τοιουτοτρόπως ἡ πατρίς του κατὰ τὴν κρίσιμον αὐτὴν ὥραν εἶχεν ἔτοιμα διακόσια πολεμικά πλοῖα, εἰς τὰ ὁποῖα εἰσελθόντες ὅλοι οἱ ἱκανοὶ πρὸς πόλεμον Ἀθηναῖοι, ὠδηγήθησαν ὑπὸ τοῦ Θεμιστοκλέους εἰς τὸ στενὸν τῆς θαλάσσης, τὸ μεταξὺ τῆς νήσου Σαλαμῖνος καὶ Ἀττικῆς.

Εἰς τὸ στενὸν αὐτὸ ἔτυχε τότε προσωρμισμένοι καὶ ὁ στόλος τῶν ἄλλων Ἑλλήνων ὑπὸ τὸν ναύαρχον τῆς Σπάρτης Εὐρυβιάδην.

Ὁ Εὐρέξης ἐπὶ κεφαλῆς τοῦ μεγάλου στρατοῦ του, προχωρῶν ἀπὸ τὰς Θερμοπύλας, ἔφθασεν ἐπὶ τέλους μέχρι τῶν Ἀθηνῶν, τὰς ὁποίας, εὐρῶν ἐρήμους κατοίκων, καὶ ἄνευ ὑπερασπίσεως, κατέκαυσε καὶ κατέστρεψε. Συγχρόνως δὲ ὁ μέγας στόλος του, παραπλεύσας τὰ παράλια τῆς Ἀνατολικῆς Ἑλλάδος, ἔφθασεν εἰς τὸ Φάληρον, λιμένα τῶν Ἀθηνῶν.

Τότε ὁ Εὐρυβιάδης καὶ οἱ ἄλλοι ἐσχεδιάζον ν' ἀναχωρήσωσι μετὰ τῶν πλοίων των ἀπὸ τὴν Σαλαμῖνα εἰς τὸν Ἰσθμὸν τῆς Πελοποννήσου.

Ἰάτρῳ μὲν ἄκουσον θεῖα





Ἄλλ' ὁ Θεμιστοκλῆς, προβλέπων ὅτι εἰς τὴν ἀνοικτὴν θάλασσαν τοῦ Ἰσθμοῦ οἱ Πέρσαι μὲ τὰ πολλὰ καὶ μεγάλα πλοῖα τῶν εὐκόλως ἠμπόρουν νὰ περιζώσωσι καὶ κατατρέψωσι τὰ μικρὰ καὶ ὀλίγα πλοῖα τῶν Ἑλλήνων, ἐπροσπάθει εἰς ἓν πολεμικὸν συμβούλιον νὰ καταπέισῃ τὸν Εὐρυβιάδην ὅτι προτιμότερον ἦτο νὰ μείνωσιν εἰς τὸ στενὸν τῆς Σαλαμῖνος.

Εἰς τὸ πολεμικὸν αὐτὸ συμβούλιον, ὀργισθεὶς ὁ Εὐρυβιάδης κατὰ τοῦ Θεμιστοκλέους, ὕψωσεν ἀβιαδῶς τὴν βακτηρίαν του διὰ νὰ κτυπήσῃ αὐτόν· ἀλλ' ὁ Θεμιστοκλῆς χωρὶς νὰ ταραχθῆ εἶπε — «*Πάταξον μὲν, ἀκουσον δέ!*»

Ἐπειδὴ δὲ δὲν ἠμπόρουν ὁ Θεμιστοκλῆς διὰ τῶν λόγων του νὰ καταπέισῃ τὸν Εὐρυβιάδην καὶ τοὺς ἄλλους νὰ ναυμαχήσωσιν εἰς τὸ στενὸν τῆς Σαλαμῖνος, κατέφυγεν εἰς τὸ ἀκόλουθον στρατήγημα.

Ἐμήνυσε κρυφίως τὸν Ξέρξην ὅτι ὁ Ἑλληνικὸς στόλος σκοπεύει ν' ἀναχωρήσῃ ἀπὸ τὸ στενόν, καὶ ἐπομένως νὰ ἐπισπεύσῃ ὅπως τὸν ἀποκλείσῃ ἐκεῖ διὰ τῶν πλοίων του.

Ὁ Ξέρξης ἐπίστευσε, νομίσας ὅτι καὶ ὁ μέγας Θεμιστοκλῆς ἦτο ἄλλος Ἐφιάλτης. Ἀμέσως λοιπὸν διατάττει τοὺς στόλους του ν' ἀποκλείσωσι τὰ στενά τῆς Σαλαμῖνος καὶ νὰ καταστρέψωσι τὸν Ἑλληνικὸν στόλον.

Πᾶν ὅ,τι προεῖδεν ὁ μεγαλόνομος Θεμιστοκλῆς ἐπαλήθευσεν. Ὁ ἐχθρικός στόλος δὲν ἠμπόρουν νὰ ἐπιπέσῃ ὄλος συγχρόνως κατὰ τῶν Ἑλλήνων, διότι μόνον ὀλίγα πλοῖα ἐχώρουν εἰς τὰ στενά. Τὰ πλοῖα αὐτά, ἅμα παρουσιαζόμενα, εὐκόλως κατεστρέφοντο ὑπὸ τῶν Ἑλλήνων, ἄλλα δὲ τότε ἐλάμβανον τὴν θέσιν τῶν καταστραφέντων·

ἀλλὰ καὶ αὐτὰ κατεστρέφοντο. Οὕτω δὲ ἡ ναυμαχία ἐτελείωσε διὰ τῆς καταστροφῆς τοῦ ἐχθρικοῦ στόλου, διὰ τῆς αἰσχροῦς φυγῆς τῶν διασωθέντων, καὶ διὰ τῆς καταδιώξεως αὐτῶν ὑπὸ τῶν νικηφόρων Ἑλλήνων.

Ὁ ὑπερήφανος βασιλεὺς τῆς Περσίας, Ξέρξης, εἶχε στήσει ὑψηλὸν θρόνον εἰς τὸ παράλιον τῆς Ἀττικῆς, καὶ ἐξ αὐτοῦ ἐθεώρει τὴν ναυμαχίαν· ἀλλ' ὅτε ἀντὶ τῆς καταστροφῆς τῶν Ἑλλήνων εἶδε τὴν αἰσχροὴν ἦτταν καὶ τὴν αἰσχροτέραν φυγὴν τοῦ στόλου του, ἀπηλιπισμένος ἀνεχώρησε καὶ ἐπανῆλθεν εἰς τὴν Ἀσίαν.

Τοιοιουτρόπως ὁ Θεμιστοκλῆς ἔσωσε τὴν Ἑλλάδα κατὰ τὴν ἔνδοξον αὐτὴν ναυμαχίαν, ἣτις ἔλαβε χώραν περὶ τὰ 480 ἔτη πρὸ Χριστοῦ, δηλαδὴ δέκα ἔτη μετὰ τὴν μάχην τοῦ Μαραθῶνος.

Ὅτε ἐτελείωσα τὴν διήγησιν ταύτην, ὁ Γεροστάθης, ὅστις μετὰ προσοχῆς μὲ ἠκροῦζετο, κινῶν ἐνίοτε τὴν φαλακρὰν κεφαλὴν του πρὸς ἐπιθεσβαίωσιν τῶν λόγων μου καὶ πρὸς ἐνθάρρυνσίν μου, ἐζήτησε τὴν ἄδειαν παρὰ τοῦ διδασκάλου νὰ μοὶ ἀποτείνῃ ἐρώτησίν τινα· λαβῶν δὲ τὴν ἄδειαν, μὲ ἠρώτησε

— Ποῖον προτέρημα τοῦ Θεμιστοκλέους νομίζεις ὅτι ἐπέφερε τὴν νίκην τῆς Σαλαμῖνος, καὶ ἐπομένως τὴν σωτηρίαν τῆς Ἑλλάδος;

Συλλογισθεὶς ὀλίγον, ἀπήντησα ὅτι ἡ φρόνησις τοῦ Θεμιστοκλέους κατῴρθωσε τὴν νίκην αὐτὴν.

— Καὶ πῶς ἔδειξε τὴν φρόνησίν του αὐτὴν;

— Προετοιμάσας ἐγκαίρως τὰ διακόσια πλοῖα, ἀπεκρίθην, ἀφῆσας τὰς Ἀθήνας καὶ προτιμήσας τὴν θάλασ-

σαν, καὶ ἐπὶ τέλους ἐκλέξας τὸ στενὸν τῆς Σαλαμῖνος διὰ τὴν ναυμαχίαν.

— Ὅλ' αὐτὰ φρόνιμα καὶ καλὰ, μὲ εἶπεν· ἀλλὰ δὲν νομίζεις ὅτι ὅλ' αὐτὰ ἤθελον ἀποβῆ μάταια, ἂν ὁ Θεμιστοκλῆς ἐθύμονε, καθ' ἣν στιγμὴν ὁ Εὐρυβιάδης ὀργισθεὶς ὕψωσε τὴν βακτηρίαν διὰ νὰ τὸν κτυπήσῃ;

— Καὶ διατί; εἶπον πρὸς τὸν Γεροστάθην. — Αὐτὸς δὲ μοὶ ἀπεκρίθη τὰ ἐξῆς.

— Ἄν ὁ Θεμιστοκλῆς ἦτο ὀργίλος, καὶ ἀντὶ νὰ κυριεύσῃ τὸν θυμὸν του, ἐκυριεύετο ὑπ' αὐτοῦ, ἂν ἡ φρόνησις καὶ ἡ ἀγάπη τῆς πατρίδος του δὲν κατεπράϋνον τὸν θυμὸν, τὸν ὁποῖον διήγειρεν εἰς τὴν ψυχὴν του ἡ αὐθάδεια καὶ τὸ ἄτοπον κίνημα τοῦ Εὐρυβιάδου, ἂν ἐπομένως ὠργίζετο καὶ ἐξήπτετο, ὡς εἶχεν ὀργισθῆ καὶ ἐξαφθῆ ὁ Εὐρυβιάδης, δὲν ἤθελεν εἰπεῖ ἀταράχως τοὺς περιφήμους ἐκείνους λόγους, «*Πάταξον μὲν, ἄκουσον δέ,*» διὰ τῶν ὁποίων ἀπέδειξεν ὅτι χάριν τῆς πατρίδος ἀδιαφορεῖ περὶ τοῦ ἀτόμου του· ἀλλ' ἤθελε σύρει καὶ αὐτὸς τὸ ξίφος του κατὰ τοῦ ναυάρχου τῶν Σπαρτιατῶν· εἰς τὴν ἔξαψιν δὲ τοῦ θυμοῦ του ἴσως ἤθελε τὸν πληγώσῃ, ἴσως ἤθελε τὸν φονεύσει. Οἱ Σπαρτιάται καὶ οἱ ἄλλοι Πελοποννήσιοι ἤθελον τότε ἐξαγριωθῆ κατὰ τοῦ Θεμιστοκλέους καὶ τῶν Ἀθηναίων, λησμονοῦντες δὲ ἐν τῇ ἀγανακτήσει των τοὺς Πέρσας καὶ τὸν ἐπικείμενον τῆς Ἑλλάδος κίνδυνον, ἤθελον ἐκτραχηλισθῆ εἰς ἀλληλοσφαγίαν καὶ εἰς ἐμφύλιον σπαραγμὸν· καὶ οὕτως ἀντὶ νὰ καταστρέψωσιν εἰς τὴν Σαλαμίνα τοὺς βαρβάρους, ἤθελον καταστραφῆ οἱ Ἕλληνες διὰ τῶν Ἑλλήνων· τότε δὲ οὔτε τὰ διακόσια πλοῖα τῶν Ἀθηναίων, οὔτε ἡ ἐγκατάλειψις τῆς πόλεως των,

οὔτε ἡ ἀνδρία των, οὔτε τὸ στενὸν τῆς Σαλαμῖνος ἤθελον σώσει τὴν Ἑλλάδα.

— Τί λέγεις; εἶπεν ὁ Γεροστάθης, δὲν φρονεῖς, φίλε, ὅτι ἂν ὁ Θεμιστοκλῆς παρωργίζετο, ἡ μὲν ἔνδοξος ναυμαχία τῆς Σαλαμῖνος δὲν ἤθελε στολιζέει τὴν ἱστορίαν τῶν προγόνων μας, ἡ δὲ Ἑλλάς ἤθελε χάσει ὑπὸ τὸν ζυγὸν τῶν βαρβάρων τὴν ἐλευθερίαν, τὰ φῶτα, καὶ τὸν πολιτισμὸν της;

— ὦ! βέβαια, ἔχετε πολὺ δίκαιον, ἀπεκρίθη, καὶ ἐκάθισα εἰς τὴν θέσιν μου. Ὁ δὲ Γεροστάθης ἐξηκολούθησε λέγων·

— Βλέπετε, ἀγαπητά μου παιδιά, πόσον τρομερὰ ἀποτελέσματα δύναται νὰ ἐπιφέρῃ εἰς ὀλόκληρον ἔθνος ἑνὸς ἀτόμου στιγμιαῖος θυμὸς! Ὁ θυμὸς τοῦ Εὐρυβιάδου ἠδύνατο νὰ καταστρέψῃ τὴν Ἑλλάδα, ἡ δὲ πραότης τοῦ φρονίμου Θιστοκλέους ἔσωσε καὶ ἐδόξασε τὴν Ἑλλάδα εἰς τὴν Σαλαμίνα. Τοιοῦτοτρόπως ἡ φιλοπρωτία τῶν δέκα στρατηγῶν ἠδύνατο νὰ καταστρέψῃ τὴν Ἑλληνικὴν αὐτονομίαν εἰς τὸν Μαραθῶνα, ἀλλ' ἡ μετριοφροσύνη καὶ ἀφιλοπρωτία τοῦ Ἀριστείδου ἔσωσαν αὐτὴν καὶ εἰς τὸν Μαραθῶνα, καὶ ἀκολούθως εἰς τὰς Πλαταιάς, καθὼς θέλετε ἰδεῖ ὅταν προχωρήσητε εἰς τὴν μάχην τῶν Πλαταιῶν.

Αἱ ἀρεταὶ λοιπὸν, καὶ οὐχὶ μόνον ἡ ἀνδρία καὶ τὰ ἔπλα, σώζουσι τὰ ἔθνη· αἱ δὲ κακίαι καὶ τὰ πάθη καταστρέφουσι καὶ ἰδῶτας, καὶ πόλεις, καὶ ἔθνη ὀλόκληρα. «Μακάριοι οἱ πράεῖς ὅτι αὐτοὶ κληρονομήσουσι τὴν γῆν,» μᾶς λέγει ὁ Ἰησοῦς εἰς τὸ ἱερὸν Εὐαγγέλιον. Μακάριος τῶνόντι ἀνεφάνη καὶ ὁ πρῶτος Θεμιστοκλῆς, διότι

διὰ τῆς πραότητός του ἐκλιχρονόμησεν ὄλην τὴν δόξαν τῆς Σαλαμίως.

Μετὰ τοὺς λόγους αὐτοὺς τοῦ Γεροστάθου ὁ διδάσκαλος ἐξηκολούθησε τὴν παράδοσιν τῆς Ἑλληνικῆς ἱστορίας, καὶ ἐξέθεσε τὰ μετὰ τὴν μάχην τῆς Σαλαμίως.

Ὅτε δὲ ἐτελείωσε τὸ μάθημα, ὁ Γεροστάθης ἤρχισε νὰ κρυφομιλῇ μετὰ τοῦ διδασκάλου. Ἀλλ' οὔτε ἐγώ, οὔτε ἄλλος τις ἐνόησαμεν περὶ τίνος ἦτο ἡ κρυφὴ ὁμιλία τοῦ Γεροστάθου. Συμπεραίνω ὅτι ὁ ἀγαθὸς γέρον προέτρεπε τὸν διδάσκαλον νὰ μὴ περιορίζηται εἰς τὴν ἀπλὴν διήγησιν τῶν συμβεβηκότων τῆς Ἑλληνικῆς ἱστορίας, ἀλλὰ νὰ προσκαλῇ ἰδίως τὴν προσοχὴν μας εἰς τὰς ἀρετὰς καὶ τὰς κακίας τῶν προγόνων μας, ὅπως μιμώμεθα τὰς πρώτας, καὶ ἀποφεύγωμεν τὰς δευτέρας· ἐπὶ ἐκάστου δὲ συμβεβηκότος νὰ γυμνάζῃ τὴν κρίσιν μας, καὶ νὰ μορφώσῃ τὴν καρδίαν μας.

#### Ο ΓΕΡΟΣΤΑΘΗΣ ΚΑΙ Ο ΥΠΗΡΕΤΗΣ ΤΟΥ.

Ὅτε τὴν ἐσπέραν τῆς ἡμέρας ἐκείνης ὑπήγαμεν πρὸς ἐπίσκεψιν τοῦ καλοῦ φίλου μας, εὔρομεν τὸ δωμάτιόν του εἰς μεγίστην ἀταξίαν. Ὁ Γεροστάθης ἴστατο κρατῶν τὰς χεῖρας ἐντὸς λεκάνης γεμάτης ὕδατος· τὸ συνήθως κάτασπρον ἔνδυμά του ἦτο κατάμαυρον· κατερῤυπωμένος ἐφαίνετο καὶ ὁ τάπης τοῦ δωματίου του· ἐπ' αὐτοῦ δὲ ἦσαν ἀτάκτως ἐρῤυμένα δίσκος, ἀγγεῖον, καὶ τεμάχια ποτηρίων καὶ πινακίων· κατηφῆς δὲ καὶ κατακόκκινος ὁ ὑπηρετῆς του ἐπροσπάθει νὰ καθαρῖσῃ τὸν τάπητα, καὶ νὰ τακτοποιήσῃ τὸ δωμάτιον.

— Ζήτην δὲ πρὸς Θεμιστοκλῆς ὁ σωτὴρ τῆς Ἑλλά-

δος! μᾶς εἶπε, χαμογελών, ὁ Γεροστάθης, ἅμα μᾶς εἶδεν· ἀφοῦ ἔσωσε τὴν Ἑλλάδα μὲ τὸ πάταξον μὲν, ἄκουσον δέ, ἔσωσε καὶ ἐμὲ σήμερον ἀπὸ τοῦ ἄλλογον πάθος τοῦ θυμοῦ.

— Τί συνέβη; ἠρωτήσαμεν, ὁ δὲ γέρον εἶπε

— Πρὸ ὀλίγου μ' ἔφερον ὁ ὑπρέτης τὸν καφέν' ἀλλὰ γόσον ἀπρόσεκτα ἐκράτει τὸν δίσκον, ὥστε ἔπεσεν ἀπὸ τῆς χειρᾶς του ἐπάνω μου· ὁ βραστός καφὲς κατέκαυσε τὰς χειρᾶς μου, καὶ κατερρύπισε καὶ τὰ ἐνδύματά μου καὶ τὸν τάπητα· τὰ δὲ πινάκια καὶ ποτήρια κατεσυντρίεθσαν, ὡς βλέπετε.

Τὸ αἷμα ἀνέβη ἀμέσως εἰς τὴν κεφαλὴν μου, καὶ ἤμην ἔτοιμος νὰ θυμώσω, καὶ εἰς τὸν θυμόν μου νὰ προφέρω ἴσως καὶ ἀτόπους καὶ ὑβριστικὰς λέξεις, ἴσως δὲ καὶ νὰ ξυλοκοπήσω τὸν ὑπρέτην μου, καὶ νὰ συντρίψω οὕτω τὴν ἀθλίαν του κεφαλὴν· ἀλλὰ, χάρις εἰς τὴν σημερινὴν μου ἐπίσκεψιν τοῦ σχολείου σας, ἐνθυμήθην ἀμέσως τὸ «πάταξον μὲν, ἄκουσον δέ,» τοῦ Θεμιστοκλέους, καὶ ἐφιλοτιμήθην νὰ φανῶ γνήσιος ἀπόγονός του, μιμούμενος τὴν ὑπομονὴν καὶ πραχότητά του. Τοιοῦτοτρόπως κατάρθωσα ἀμέσως νὰ κρατήσω τὸν θυμόν μου, καὶ ἄλλο τι δὲν εἶπον εἰς τὸν Εὐρυβιάδην ὑπρέτην μου, παρὰ νὰ μὲ φέρῃ λεκάνην μὲ ψυχρὸν νερόν, διὰ νὰ δροσίσω τὰ ζεματισμένα μου δάκτυλα.

#### Ο ΠΛΑΤΩΝ ΚΑΙ Ο ΞΕΝΟΚΡΑΤΗΣ.

Τώρα ἐνθυμοῦμαι, ἐξηκολούθησεν ὁ Γεροστάθης, κρατῶν πάντοτε τὰς χειρᾶς του ἐντὸς τῆς λεκάνης, ὅτι παρὸ μοῖόν τι συνέβη καὶ εἰς τὸν Πλάτωνα. Ὁ μαθητὴς αὐτὸς

τοῦ ἐναρέτου Σωκράτους εἶχεν ὀργισθῆ ἡμέραν τινὰ κατὰ τοῦ ὑπρέτου του. ἀλλὰ κυριεύσας τὸν θυμὸν του, κατώρθωσε μῆτε νὰ εἶπη, μῆτε νὰ πράξῃ τι κατ' αὐτοῦ. Τοιαύτη ἦτο ἡ παραγγελία τοῦ φιλοσόφου τῆς Σάμου Πυθαγόρου, ὅστις ἐσυμβούλευε τοὺς ὀργιζομένους μῆτε νὰ λέγωσι, μῆτε νὰ πράττωσι τι, διαρκοῦντος τοῦ θυμοῦ των.

Ἐνῶ δὲ ὁ Πλάτων ἐκυρίευε τὴν ὀργὴν του, εἰσῆλθεν ὁ μαθητὴς του Ξενοκράτης ἀποτεινόμενος δὲ πρὸς αὐτόν, τὸν παρεκάλεσε νὰ δείρῃ αὐτὸς τὸν ὑπρέτην του. — Καὶ διατί δὲν τὸν δέρεις σοῦ; ἐρωτᾷ ὁ Ξενοκράτης. — Διότι εἶμαι θυμωμένος, ἀπεκρίθη ὁ σοφὸς Πλάτων, ὅστις, γνωρίζων τὰ δλέθρια ἀποτελέσματα τῆς ὀργῆς καὶ ὄλων τῶν παθῶν, κατώρθωνε διὰ τῆς φρονήσεώς του καὶ αὐτὰ νὰ δαμάζῃ, καὶ τὰ ἀποτελέσματά των νὰ προλαμβάνῃ.

Ὁ θυμὸς δὲν διαφέρει ἀπὸ τὴν μέθην, εἶπεν ὁ ἀγαθὸς γέρον. Καθὼς ἡ μέθη φθείρει τὴν ὑγίαν. οὕτω καὶ οἱ θυμώδεις διακινδυνεύουν καὶ καταστρεφουν πολλάκις καὶ τὴν ὑγίαν καὶ αὐτὴν τὴν ζωὴν των. Ὅσον δὲ καταφρονοῦν καὶ ἀποστρέφονται οἱ τίμιοι καὶ φιλήσυχοι τοὺς μεθύστους, ἄλλο τόσον βδελύττονται καὶ ἀποφεύγουν τοὺς ὑποκειμένους εἰς τὸ ἄλογον πάθος τοῦ θυμοῦ.

Ὅταν θυμὸν τις, τὸ αἷμα ἀναβαίνει εἰς τὴν κεφαλὴν ἱπομένως ὁ ἐγκέφαλος πιέζεται, καὶ δλόκληρον τὸ νευρικὸν σύστημα παραλύει· διὰ τοῦτο τότε ἡ γλῶσσα τραυλίζει, τὰ μέλη τρέμουν, οἱ ὀδόντες τρίβουν, οἱ ὀφθαλμοὶ ἐξογκοῦνται, ἐντὸς δὲ τῆς ἐξάψεώς του δὲν ἐξεύρει τί πράττει, οὔτε τί λέγει, καὶ ἐξομοιούμενος μὲ τὸν μανιακὸν καὶ μεθυσμένον, χάνει, ὡς αὐτοί, τὴν χρῆσιν

του λογικου, και παρασύρεται εις λόγους και πράξεις ανωήτους, επικινδύνους και πολλάκις αξιοποιήτους· έξυβρίσεις, ξυλοκοπήματα, ταύματα, φόνοι είναι τὰ λυπηρά προτόντα και του θυμου και της μέθης.

Μ' έβεβαίωσαν μάλιστα ιατροί σοφοί, ότι ενεκα του υπερβολικου θυμου πολλάκις συμβαίνει και τὰς φρένας του δια παντός να χάση τις, και αυτην την ζωήν του να στερηθη, αποθνήσκων αποπληκτικός, εξ αιτίας της συρροής του αιματος, την οποίαν ο θυμός προξενει εις τον εγκέφαλον.

#### Ο ΧΩΛΟΣ ΚΟΥΤΣΟΝΙΚΑΣ.

Ίδετε τον συμμαθητήν σας Κουτσονίκαν, έξηκολούθησε λέγων ο Γεροστάθης· είναι ο δυστυχής χωλός κατά τον ένα πόδα, και όσάκις ο χειμών είναι δριμύς, υποφέρει πόνους σφοδρούς, και επί ολοκλήρους ήμέρας μένει κατάκοιτος εις την κλίνην του.

Ποία ή αιτία όλων αυτών των δυστυχιών του Κουτσονίκα; ίσως ούτε αυτός ένθυμείται την αιτίαν, ούτε σεΐς την γνωρίζετε. Εγώ την ήκουσα από τον καλόν του πατέρα, και θέλω σάς την ειπει, αν και θέλητε λυπηθη όταν την μάθητε· αλλά πολλάκις και αί λυπαι μās ώφελουν, ως τὰ πικρά Ιατρικά.

Ο Κουτσονίκας ειχεν αδελφόν μεγαλήτερον· ότε διήσαν άμφοτεροι μικροί, επαιζον ήμέραν τινά τον δίσκοι εις την αυλήν της οικίας των. Ο Κουτσονίκας, ών μικρός και ανόητος, ήθελε να ένοχλη τον αδελφόν του, και υπάγων όπισθεν του, όσάκις εκείνος επρόκειτο να βίψη τον δίσκοι του, έσπρωχεν εξαίφνης τον βραχιονά του,

διὰ τὴν ἀποτυχάνη ἢ βολὴ τοῦ ἀδελφοῦ του. Εἰς μάτην ὁ ἀδελφός του ἐπέπληττε τὸν μικρὸν Κουτσονίκαν, ἀγανακτῶν καὶ θυμῶν· ὁ πείσμων Κουτσονίκας, ἀντὶ τῆς ἡσυχίας, ἐπέμενε ἐξάπτων ἔτι μᾶλλον τὴν ὀργὴν τοῦ ἀδελφοῦ του, ὅστις εἰς τὴν ἑξαψιν τοῦ θυμοῦ του ῥίπτει μὲ ὄμην τὸν ὅποιον ἐκράτει δίσκον κατὰ τοῦ Κουτσονίκα, τὸν κτυπᾷ, καὶ συντρίβει τὸ κόκκαλον τοῦ ποδός του.

Ἐκτοτε ὁ μὲν Κουτσονίκας ἔμεινε χωλὸς καὶ πάσχων, ὁ δὲ ἀδελφός του, ὅστις τὸν ἠγάπα ὑπερβολικὰ, ἡσθένησε, καὶ μετὰ τινὰς ἡμέρας ἀπέθανεν ἀπὸ φλόγωσιν τοῦ ἐγκεφάλου, τὴν ὁποίαν, καθὼς εἶπον οἱ ἰατροί, τῷ ἐπροξένησεν ὁ ὑπερβολικὸς θυμὸς του.

Μετὰ τὴν διήγησιν ταύτην μελαγχολήσαντες ἐμείναν ἡμεῖς σιωπηλοὶ καὶ σκυθρωποὶ, ἀναλογιζόμενοι ὅτι ἕκαστος ἡμῶν ἦτο κατὰ τὸ μᾶλλον καὶ ἦττον ὑποκείμενος εἰς τὸ πάθος τοῦ θυμοῦ, τοῦ ὁποίου ἐν τούτοις αἱ θλιβεραὶ συνέπειαι μᾶς κατετρόμαζαν.

— Μὴ λυπεῖσθε, παιδία μου, συλλογιζόμενοι τὰς τρομερὰς συνέπειας τοῦ θυμοῦ, μᾶς εἶπε τότε ὁ γέρον, ἐπειδὴ πολὺ εὐκόλον εἶναι νὰ τὰς προλαμβάνητε καὶ νὰ τὰς ἀποφεύγητε. Ἀρκεῖ, ἅμα συναισθανόμενοι ὅτι τὸ αἷμα ἀρχίζει νὰ ἀναβαίνει εἰς τὴν κεφαλὴν σας, νὰ ἐνθυμῆσθ. τὸν Θεμιστοκλέα, τὸν Πλάτωνα, τὴν συμβουλήν τοῦ σοφοῦ Πυθαγόρου, τὸν Κουτσονίκαν, καὶ ἀμέσως τὸ αἷμα θέλει ἀρχίζει νὰ καταβαίνει, καὶ ὁ θυμὸς σας νὰ κατευναζῆται. Ἀλλὰ ὑπάρχει καὶ ἄλλο προχειρότατον ἀντιφάρμακον κατὰ τοῦ θυμοῦ, τὸ ὅποιον μετεχειρίζετο ὁ Ἰούλιος Καῖσαρ.

## Ο ΙΟΥΛΙΟΣ ΚΑΙΣΑΡ ΚΑΙ ΤΟ ΑΛΦΑΒΗΤΟΝ.

Ὁ μέγας αὐτὸς στρατηγὸς τῆς Ῥώμης, διὰ νὰ προλαμβάνῃ τὸν θυμὸν του, λέγεται ὅτι, ὡσάντις ἐλάμβανεν ἀφορμὴν νὰ ὀργισθῆ, συνείθιζε, πρὶν ἢ θυμωμένος εἶπῃ ἢ πράξῃ τι, νὰ λέγῃ καθ' ἑαυτὸν ὀλόκληρον τὸ Ῥωμαϊκὸν ἀλφάβητον· τοιοῦτοτρόπως ἔδιδε καιρὸν εἰς τὴν φρόνησιν του νὰ σβύνη εἰς τὴν γένεσίν της τὴν φλόγα τοῦ θυμοῦ του.

Τίς ἐξ ἡμῶν δὲν γνωρίζει, εἶπεν ὁ Γεροστάθης, νὰ λέγῃ ἐκ στήθους τὸ ἀλφάβητόν μας; Ἄς τὸ ἐπαναλαμβάνωμεν λοιπόν, ἅμα αἰσθανόμενοι ὅτι ὁ θυμὸς ἐγείρεται εἰς τὴν ψυχὴν μας, καὶ ἐν τῷ μετὰξὺ ἢ φρόνησις θέλει καταπραῦνει τὸν θυμὸν μας, καθὼς ἡ Ἀθηναῖα καταπραῦνε τὸν θυμωμένον Ἀχιλλέα.

Τὸ ὄνομα τοῦ Ἀχιλλέως εἶχομεν ἀκούσει, ὅτε εἰς τὸ σχολεῖον παρεδόθημεν τὸν Τρωϊκὸν πόλεμον· ἀλλὰ πῶς ἡ Ἀθηναῖα καταπραῦνε τὸν θυμωμένον ἥρωα δὲν ἐγνωρίζομεν· ἐπομένως παρεκαλέσαμεν τὸν Γεροστάθην νὰ μᾶς εἶπῃ τὰ περὶ τούτου.

— Θέλω σὰς εἶπει, ἀπεκρίθη ὁ γέρον, τὰ περὶ Ἀχιλλέως καὶ Ἀθηνᾶς, ἂν πρότερον μᾶς διηγηθῆ τὸν Τρωϊκὸν πόλεμον ὁ Παῦλος. — Ἐνθυμείσαι, Παῦλε, πῶς ἤρχισε καὶ πῶς ἐτελείωσεν ὁ πόλεμος τῆς Τρωάδος; εἶπέ μας ὅσα περὶ αὐτοῦ ἐνθυμείσαι.

## Ο ΠΟΛΕΜΟΣ ΤΗΣ ΤΡΩΑΔΟΣ.

Ὁ Πάρις, υἱὸς τοῦ Πριάμου βασιλέως τῆς Τρωάδος, ἔλθων εἰς τὴν Σπάρτην, ἐφιλοξενήθη ὑπὸ τοῦ βασιλέως τῆς Σπάρτης Μενελάου. Ἄλλ' ὁ Πάρις, ὦν κακοήθης, ἤρ-

πασε τὴν σύζυγον τοῦ Μενελάου, Ἑλένην, καὶ ἐπανῆλθε μετ' αὐτῆς εἰς τὴν Τρωάδα.

Ὁ Μενέλαος τότε καὶ ὅλοι οἱ Ἕλληνες, ἀγανακτήσαντες διὰ τὴν ἄδικον καὶ ἄτιμον αὐτὴν πράξιν τοῦ Πάριδος, ἠνώθησαν καὶ ἐξεστράτευσαν κατὰ τῆς Τρωάδος. Ἀρχηγὸς τῆς Ἑλληνικῆς αὐτῆς ἐκστρατείας ἦτο ὁ Ἀγαμέμνων, βασιλεὺς τῶν Μυκηνῶν καὶ ἀδελφὸς τοῦ Μενελάου· ἠκολούθησαν δὲ αὐτὸν διάφοροι βασιλεῖς καὶ ἡγεμόνες τῆς Ἑλλάδος· μεταξὺ αὐτῶν ἦτο καὶ ὁ Ἀχιλλεύς, βασιλεὺς τῆς Φθιώτιδος, ὁ ὠραιότερος καὶ ἀνδρειότερος ὄλων τῶν Ἑλλήνων.

Ἡ πόλις τῆς Τρωάδος ἔκειτο εἰς τὴν Ἀσίαν, πλησίον τοῦ Ἑλλησπόντου· ἦτο δὲ πόλις περιτειχισμένη, ὥστε οἱ Ἕλληνες ἠναγκάσθησαν νὰ τὴν πολιορκήσωσι δέκα ὀλόκληρα ἔτη. Ἐπὶ τέλους ἐπέτυχον τὸν σκοπὸν τῶν, κυριεύσαντες αὐτὴν διὰ τοῦ Δουρείου ἵππου.

Ὁ Δούρειος ἵππος ἦτο μέγα ξύλινον ἄλογον, τὸ ὁποῖον ἐσυμβούλευσεν ὁ Ὀδυσσεὺς νὰ κατασκευάσωσιν. Ἐντὸς δὲ αὐτοῦ ἐμβῆκαν τινες τῶν Ἑλλήνων, οἱ δὲ λοιποὶ ἐκρύφθησαν. Οἱ δὲ Τρωαδίται, νομίσαντες ὅτι οἱ Ἕλληνες ἀπελπισθέντες ἀνεχώρησαν, καὶ ὅτι ἀφῆκαν ὡς ἀφιέρωμα τὸν Δούρειον ἵππον, ἔφερον αὐτὸν ἐντὸς τῆς Τρωάδος· Ἀλλὰ τὴν νύκτα, ἐξελθόντες οἱ ἐντὸς τοῦ Δουρείου ἵππου κρυμμένοι, ἤνοιξαν τὰς πύλας τοῦ τείχους, προσεκάλεσαν τοὺς λοιποὺς Ἕλληνας, καὶ οὕτως ἐκυρίευσαν καὶ κατέστρεψαν καὶ τὴν Τρωάδα καὶ τοὺς Τρωαδίτας.

— Εὐγε! φίλτατε Παῦλε, εἶπεν ὁ Γεροστάθης. Ἄλλ' ἂν σ' ἐρωτήσω τί μᾶς διδάσκει ἡ ἱστορία τοῦ Τρωϊκοῦ πολέμου, ἴσως δὲν ἐξεύρεις ν' ἀποκριθῆς.

— Μᾶς διδάσκει, ἀπήντησεν ὁ Παῦλος, ὅτι οἱ Ἕλλη-  
νες ἐνίκησαν τοὺς Τρωαδίτας.

— Ναί, φίλε Παῦλε, οἱ Ἕλληνες ἐνίκησαν τοὺς Τρωα-  
δίτας· ἀλλ' ἡ νίκη αὕτη κατωρθώθη πρῶτον, διότι οἱ  
Ἕλληνες ἠνώθησαν εἰς τὴν κατὰ τῆς Τρωάδος ἐκστρα-  
τείαν, ἡ δὲ ἔρωσις αὕτη τοὺς κατέστησε δυνατούς· καί  
δεύτερον, διότι ἐπέμειναν σταθεροὶ πρὸς ἐκτέλεσιν τοῦ  
σκοποῦ των, μ' ὅλας τὰς κακοπαθείας καὶ δυστυχίας, τὰς  
ἑποίας ὑπέφερον δέκα ὀλόκληρα ἔτη. Ἐὰν οἱ Ἕλληνες δὲν  
ἤθελον ὁμονοήσει καὶ ἐνωθῆ εἰς τὴν ἐκστρατείαν αὐτήν,  
καὶ ἂν δὲν ἤθελον ἀναφανῆ σταθεροὶ εἰς τὴν ἀπόφασίν  
των, ἡ ἄλωσις τῆς Τρωάδος δὲν ἤθελε βεβαίως κατορ-  
θωθῆ. Ἐρωσιρ λοιπὸν καὶ ἐπίμορον σταθερότητα πρὸς  
ἐκτέλεσιν ἔργων μεγάλων μᾶς διδάσκει ἡ ἱστορία τοῦ  
Τρωϊκοῦ πολέμου.

Ἡ ἱστορία τοῦ Τρωϊκοῦ πολέμου μᾶς διδάσκει προσέτι  
ὅ,τι ἄλλοτε σᾶς ἔλεγον, δηλαδή ὅτι αἱ μὲν ἀρεταὶ σώ-  
ζουσι τὰ ἔθνη, αἱ δὲ κακίαι τὰ καταστρέφουσι. Ἡ κακοῦ-  
θεια τοῦ Πάριδος ἐπέφερε τὸν κατὰ τῆς Τρωάδος πόλε-  
μον, τὴν καταστροφὴν τοῦ πατρικοῦ του βασιλείου, τὴν  
ἄλωσιν καὶ τὴν ἐρήμωσιν τῆς πατρίδος του, καὶ τὴν  
σφαγὴν καὶ τὴν αἰχμαλωσίαν τῶν ἀδελφῶν του, τῶν  
συγγενῶν του, καὶ τῶν συμπολιτῶν του. Ἄς ἀποφεύ-  
γωμεν λοιπὸν τὴν κακοῦθειαν, τὸ ἔγκλημα, τὴν ἀδι-  
κίαν, ἐνθυμούμενοι τὴν καταστροφὴν τῆς Τρωάδος. Τώρα  
δὲ θέλω διηγηθῆ καὶ ἐγὼ τὰ περὶ τοῦ Ἀχιλλέως καὶ τῆς  
Ἀθηνᾶς.

Ο ΟΜΗΡΟΣ, Ο ΑΧΙΛΛΕΥΣ ΚΑΙ Η ΑΘΗΝΑ.

Τὰ συμβάντα τῆς πολιορκίας τῆς Τρωάδος, καὶ μάλι-

στα τὰ τοῦ τελευταίου χρόνου, περιγράφει ὁ Ὀμηρος εἰς τὸ λαμπρὸν ποίημά του, τὸ ὀνομαζόμενον Ἰλιάς. Τὴν πόλιν τῆς γεννήσεως τοῦ Ὀμήρου θετικῶς δὲν γνωρίζομεν, ἀλλ' ἐξεύρομεν ὅτι ἦτο Ἕλληνας, καὶ ὅτι ἑπτὰ Ἑλληνικαὶ πόλεις, ἡ Σμύρνη, ἡ Χίος, ἡ Κολοφών, ἡ Σαλαμίς, ἡ Ρόδος, τὸ Ἄργος, καὶ αἱ Ἀθηναίαι, διεφιλονείκουν τὴν δόξαν τῆς γεννήσεως τοῦ μεγάλου αὐτοῦ πατρὸς τῆς ποιήσεως.

Ὁ Ὀμηρος ἀρχίζει τὴν Ἰλιάδα, ἐπικαλούμενος τὴν θεὰν νὰ ψάλλῃ τὴν ὀργὴν τοῦ Ἀχιλλέως. Ἴδου δὲ αὐτοσχεδίου μεταφράσεις τῶν πρώτων στίχων τῆς Ἰλιάδος του·

«*Θυμὸν ὀλέθριον, θεά, τοῦ Ἀχιλλέως ψάλλε*·

»*Θυμὸν, ὅστις ἐθύθισε τοὺς Ἀχαιοὺς εἰς θλίψεις,*

»*Καὶ εἰς τὸν ἄδην ἔστειλε πολλὰς ψυχὰς ἠρώων,*

»*Κ' ἐχόρτασε τὰ ὄργεα διὰ πολλῶν πτωμάτων.*»

Τὰ κακὰ λοιπὸν τοῦ θυμοῦ ψάλλει καὶ ὁ γέρον Ὀμηρος εἰς τὴν Ἰλιάδα του, διηγούμενος ὅσα δεινὰ ὑπέφερον οἱ Ἕλληνες, ἀφοῦ ὁ Ἀχιλλεὺς ὀργισθεὶς δὲν ἤθελε πλέον νὰ λάβῃ μέρος εἰς τὰς μάχας των. Ἐργίσθη δὲ ὁ Ἀχιλλεὺς, καθὼς λέγει ὁ Ὀμηρος, εἰς ἓν συμβούλιον κατὰ τοῦ ἀγαμέμνονος· τοσοῦτον δὲ ἐξήφθη, ὥστε ἔβαλεν ἀμέσως τὴν χειρὰ του εἰς τὴν λαβὴν τῆς σπάθης του, ἕτοιμος νὰ σύρῃ αὐτὴν κατὰ τοῦ γενικοῦ ἀρχηγοῦ τῶν Ἑλλήνων.

Ἀλλ' ἡ Ἀθηναῖα, ἥτις κατὰ τὴν Ἑλληνικὴν Μυθολογίαν ἦτο ἡ θεὰ τῆς φρονήσεως, ἀγαπῶσα τοὺς Ἕλληνας, καὶ ἐπιθυμοῦσα νὰ προλάβῃ τὴν ἀλληλοσφαγίαν, τὴν ὁποίαν ἡ ὀργὴ τοῦ Ἀχιλλέως ἠδύνατο νὰ ἐπιφέρῃ, κατέβη ἀμέσως ἐκ τοῦ οὐρανοῦ, καὶ σταθεῖσα ὀπισθεν τοῦ θυμωμένου Ἀχιλλέως, ἔσπυρεν αὐτὸν ἀπὸ τὴν ζανθὴν κόμην, καὶ τὸν

παρήγγειλε ν' αφήση τὸ ξίφος του εἰς τὴν θήκην· ὁ δὲ Ἀχιλλεύς ὑπήκουσεν εἰς τὴν φωνὴν τῆς Ἀθηνᾶς, καὶ ἡ ἀλληλοσφαγία ἐπρολήφθη.

Ἡ Ἀθηνᾶ, δηλαδή ἡ φρόνησις, πρέπει νὰ σύρῃ ἀπὸ τὴν κόμην καὶ σέ, φίλτατε Νικόλαε, εἶπεν ἐξαίφνης ὁ Γεροστάθης πρὸς τὸν συμμαθητὴν μας Νικόλαον, ὁσάκις, ὡς ἄλλος Ἀχιλλεύς, ἀνάπτῃς καὶ θυμόνης.

Ὁ μικρὸς Νικόλαος, ἐνῶ εἶχε καλλίστην καρδίαν, ἦτο τῷ ὄντι εἰς ἄκρον ὀξύθυμος· ἀλλ' ὁ Θεμιστοκλῆς, ὁ Πλάτων, τὸ ἀλάβητον τοῦ Καίσαρος, ἡ ἱστορία τοῦ Κουτεονίκα, ἡ Ἀθηνᾶ τοῦ Ἀχιλλέως, οἱ λόγοι τοῦ Γεροστάθου, καὶ μάλιστα ἡ τελευταία πρὸς αὐτὸν ἀπροσδόκητος ἀποστροφή τοῦ γέροντος ἐντελῶς ἐθεράπευσαν αὐτὸν ἀπὸ τὸ πάθος τοῦ θυμοῦ, καὶ διὰ παντὸς τὸν ἀπέσπασαν ἀπὸ τὸν ἐπικίνδυνον αὐτὸν σύντροφόν του.

Ἐκτοτε δὲν εἶδομεν ποτὲ θυμωμένον τὸν καλὸν αὐτὸν συμμαθητὴν μας· πολλάκις μάλιστα τὸν ἠκούσαμεν τραγουδῶντα ἐκφραστικώτατα τοὺς ἀκολουθοῦς στίχους, τοὺς ὁποίους εἶχε μάθει παρὰ τοῦ Γεροστάθου·

Ἔ'Οργῇ καὶ Μέθῃ ἀδελφαί, διαφορὰν δὲν ἔχουν·

Ἔ'Εγκλήματα καὶ κίνδυνοι κατόπισιν αὐτῶν τρέχουν.»

ΤΕΛΟΣ ΤΟΥ Α΄ ΜΕΡΟΥΣ

# ΠΙΝΑΞ

ΤΟΥ

## ΠΡΩΤΟΥ ΜΕΡΟΥΣ.

---

	Σελ.
Ο Γεροστάθης.....	5
Γὸ πρῶτον θεμέλιον .....	13
Ἡ ἀνατολή .....	14
Τὰ ἄνθη .....	16
Τὰ πτερά.....	20
Τὰ ἄκαρπα δένδρα .....	21
Τὰ ἄγρια θηρία. ....	23
Ὁ Λιναῖος καὶ ἡ βιβλιοθήκη του.....	25
Ὁ Σωκράτης περὶ Θεοῦ. ....	26
Αἱ συνέπειαι τοῦ περιπάτου .....	27
Αἱ κόκκιναι παρεϊαί.....	28
Ὁ Ζαχαρίας καὶ ὁ παραλυτικὸς πλούσιος ..	20
Τὸ ὄργανον τῆς ψυχῆς .....	32
Μηδὲν ἄγαν. — Πᾶν μέτρον ἄριστον .....	33
Ὁ φίλος, καὶ αἱ τρεῖς φίλαι.....	34
Ἡ ἀδρατος τροφή.....	35
Αἱ ἀναθυμιάσεις. ....	36

	Σελ.
Υγιεινά παραγγέλματα . . . . .	39
Ὁ Πέτρος, ὁ Ἰωάννης, καὶ ὁ Ἀθανάσιος. . . . .	40
Τὸ μυστήριον τῆς μακροβιότητος . . . . .	41
Τὰ σχολεῖα τῶν Ἀθηνῶν . . . . .	42
Ὁ Ἀριστοτέλης καὶ ὁ ὕπνος του . . . . .	43
Ὁ Βυφῶν καὶ ὁ ὑπηρέτης του . . . . .	45
Υγιεινά ἔργα. . . . .	47
<b>Θ</b> ὕγιεινὸς στολισμὸς. . . . .	49
Τὰ ἄφθονα δῶρα. . . . .	50
Υγιεινά παραγγέλματα . . . . .	52
Ὁ ῥυπαρὸς σιδηροδέσμιος . . . . .	54
Τὰ τρία καθαρὰ παιδία . . . . .	—
<b>Η</b> μῆτηρ τῆς ὑγείας καὶ τῆς ἀνδρίας . . . . .	56
Ἡ δεξιὰ χεὶρ τοῦ σιδηρουργοῦ. . . . .	58
Ὁ Σόλων καὶ ὁ Ἄρειος Πάγος . . . . .	59
Ὁ Φωκίων καὶ ὁ υἱὸς του Φῶκος . . . . .	60
Ὁ Λυκοῦργος καὶ τὰ παιδία τῆς Σπάρτης . . . . .	61
Ὁ Λυκοῦργος καὶ ὁ Ὀμηρος . . . . .	63
Ὁ Λυκοῦργος καὶ αἱ Σπαρτιάτιδες . . . . .	64
Ἀνατροφή τοῦ Μεγάλου Ἀλεξάνδρου . . . . .	67
Ὁ Μιλτιάδης καὶ ὁ Ἀριστείδης εἰς τὸν Μαραθῶνα. . . . .	69
Ὁ Λεωνίδας εἰς τὰς Θερμοπύλας. . . . .	72
<b>Ζ</b> ζωὴ καὶ ὁ θάνατος . . . . .	79
Ὁ Πιττακὸς καὶ ὁ μύλος του . . . . .	81
Ὁ Διονύσιος καὶ ὁ μαῦρος ζωμὸς. . . . .	82
<b>Η</b> πληγὴ τοῦ Γεροστάθου . . . . .	—
Ὁ κακοῦργος Νάσος . . . . .	84
Τὰ λιμνάζοντα ὕδατα . . . . .	86

	Σελ.
Οἱ μύρμηκες καὶ αἱ μέλισσαι . . . . .	87
Ὁ μύρμηξ καὶ ὁ τέττιξ. . . . .	88
Ὁ ψωμοζήτητὴς Χρῆστος. . . . .	89
<b>Γ</b> πατρικὸν ἐπάγγελμα. . . . .	91
Ὁ Μέγας Πέτρος σιδηρουργός. . . . .	92
Ὁ Βάσιγκτων καὶ ὁ δεκανεύς. . . . .	93
Ὁ Ἐπαμεινώνδας τελέαρχος. . . . .	95
Ὁ Φωκίων ἀντλῶν καὶ ἡ σύζυγός του ζυμόνουσα. . . . .	96
Ὁ Ζήσης καὶ ὁ Ἰωάννης. . . . .	98
Ἡ πρόδοσις τῆς Ἀγγλίας. . . . .	100
Ἡ δυστυχία τοῦ Μαυρικίου. . . . .	101
Ὁ Σόλων, ὁ Θαλῆς, ὁ Πλάτων, καὶ ὁ Ἴπποκράτης. . . . .	103
Ὁ Σωκράτης ἀγαλματοποιός. . . . .	104
Ὁ Κιγκινάτος καὶ τὸ ἄροτρόν του. . . . .	105
Ὁ Φιλοποίμην γεωργός. . . . .	106
Ὁ Σωκράτης καὶ ὁ Πλούταρχος ὑπὲρ τῆς γεωργίας. . . . .	—
<b>Ο</b> σωτήριος χαλινός. . . . .	109
Ὁ ἀσθενὴς Σταῦρος. . . . .	110
Συμβουλαὶ τοῦ στομάχου. . . . .	111
Ἡ ἐγκράτεια τοῦ Μεγάλου Ἀλεξάνδρου. . . . .	114
Ὁ Διογένης καὶ ὁ Μέγας Ἀλέξανδρος. . . . .	115
Ὁ Σωκράτης καὶ ὁ φιλήδονος Ἀρίστιππος. . . . .	117
Ὁ Ἡρακλῆς μεταξὺ Ἀρετῆς καὶ Κακίας. . . . .	118
Ἡ πεταλοῦδα καὶ ὁ Φαγόνδιος. . . . .	122
<b>Η</b> ἀδελφὴ τῆς μανίας. . . . .	128
Δυστυχία τοῦ Ἀθανασούλα. . . . .	129
Ὁ Πιττακός κατὰ τῆς μέθης. . . . .	130
Ὁ Μωάμεθ κατὰ τῆς οἰνοποσίας. . . . .	—

	Σελ.
Τὰ σκλαβάκια. . . . .	131
Ὁ μονόφθαλμος Τρεμογιάννης. . . . .	132
Ὁ ἐπικίνδυνος σύντροφος. . . . .	135
Ὁ Θεμιστοκλῆς εἰς τὴν Σαλαμίνα. . . . .	—
Ὁ Γεροστάθης καὶ ὁ ἐπηρέτης του. . . . .	143
Ὁ Πλάτων καὶ ὁ Ξενοκράτης. . . . .	144
Ὁ γωλὸς Κουτσονίκας. . . . .	146
Ὁ Ἰούλιος Καίσαρ καὶ τὸ ἀλφάβητον. . . . .	148
Ὁ πόλεμος τῆς Τρωάδος. . . . .	—
Ὁ Ὅμηρος, ὁ Ἀχιλλεύς, καὶ ἡ Ἀθηνά. . . . .	150

