

ΜΥΡΙΑΘΣΑ

ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΟΝ ΠΟΙΚΙΛΟΝ ΑΝΑΓΝΩΣΜΑ

Ἔτος Α'

Ἐν Ἀθήναις τῆ 15 Μαρτίου 1887

Ἄριθ. 8

ΥΓΙΕΙΝΗ

ΠΕΡΙ ΕΛΩΝ

Ὀλίγα τῆ ἀληθείᾳ χῶραι τῆς ὑψηλίου, εἰσὶν ἐν-
τελῶς ἀπηλλαγμένοι τῆς ὀλεθρίου ἐπιρροῆς τοῦ ἐ-
λείου μιάσματος καὶ ἐκεῖ δὲ ὅπου ὁ πολιτισμὸς εἰ-
σήχθη δὲν ἠδυνήθη εἰσέτι ἡ ὑγιεινὴ νὰ ἐπιβληθῆ ἀρ-
κούντως πρὸς καταπολέμησιν τῶν ἐπιβλαβῶν αὐτοῦ
ἀποτελεσμάτων. Παρ' ἡμῖν, ὅπου δυστυχῶς τὸ ἐλεῖ-
ον μίasma δεσπόζει ἀπανταχοῦ τῆς Ἑλλάδος, ἡ δὲ
ὑγιεινὴ οὐχὶ κἄν νὰ ἐπιβληθῆ ἀπεπειράθη, ἀλλ' οὔτε
καὶ ν' ἀναμιχθῆ ἐπεχειρήσε ποτε, ὡς λίαν παρηγκω-
νισμένη δυστυχῶς καὶ ἄσημος. δὲν θὰ ἦτο ἀσκοπον
ἂν παρείχομεν ὑγιεινά τινα παραγγέλματα εἰς τοὺς
ἐξ ἀνάγκης κατοικοῦντας ἐλώδεις τόπους καὶ τοὺς
οἰκιοθελῶς ἐν Φαλήρῳ ἐγειράντας μεγαλοπρεπῆ μέ-
γαρά ἐν μέσῳ τῶν ἐλῶν, τῶν μυστηριωδῶν τούτων
ἐργαστηρίων τῆς ζωῆς καὶ τοῦ θανάτου, ὡς ἀποκα-
λεῖ αὐτὰ ὁ Levy, καὶ ἄτινα χρησιμεύουσι ταυτοχρό-
νως, ὡς ἡ κοιτίς καὶ ὁ τάφος τοσοῦτων ἀπειραριθμῶν
ζωϊκῶν καὶ φυτικῶν ὀργανισμῶν, οὓς ἐγκλείουσιν ἐν
ἐαυτοῖς.

Αἱ ἀναθυμιάσεις τῶν ἐλῶν εἰσὶν ἰδίως ἐπιβλαβεῖς
περὶ τὴν δύσιν τοῦ ἡλίου καὶ ἐν καιρῷ νυκτός, ὀφεί-
λουσιν ὅθεν οἱ κάτοικοι ἐλώδων τόπων ὅπως ἀποφεύ-
γῃ μετὰ προσοχῆς τὴν ὑγρασίαν καὶ τὴν δρόσον
τῆς νυκτός καὶ τῆς πρωΐας, νὰ κλείωσι δὲ τὰ πα-
ράθυρα τῆς οἰκίας αὐτῶν τὴν ἐσπέραν καὶ ἀνοίγῃσιν
αὐτὰ μετὰ τὴν ἀνατολὴν τοῦ ἡλίου. Τὰ ἐνδύματα
αὐτῶν ἔστωσαν θερμά, ἰδίως τὴν ἐσπέραν καὶ ἐξ ὑ-
φάσματος μὴ ὑγρομετρικοῦ καὶ ὑπὸ τὴν ἔσπριν ταύ-
την τὰ μάλλινα ἐνδύματα εἰσὶ τὰ μάλλον προτιμη-
τέα. Ἡ καθαρὴ τοῦ σώματος συνίσταται θερμῶς,
τὰ λουτρά εἰσὶ λίαν ὠφέλιμα καὶ δύνανται ν' ἀντι-
ταχθῶσι κατὰ τῆς ἐπιρροῆς τοῦ μιάσματος. Ἡ τροφή
αὐτῶν ἔστω ἐλαφρὰ καὶ θρεπτικὴ, ἡ μετρία χρῆσις
τοῦ οἴνου ὡς καὶ τοῦ καφέ συνίσταται ἐπίσης. Τὸ πό-
σιμον ὕδωρ δέον νὰ ἦναι καθαρὸν καὶ πηγαιον, ἡ χρῆ-
σις τοῦ φρεατίου ὕδατος τῶν ἐλώδων μερῶν εἶνε
λίαν βλαβερὰ. Ὁ ὕπνος ἔστω ἐπαρκής καὶ οὐδέποτε
ἐν ὑπκίθρῳ. Ἐν περιπτώσει δὲ ὅπου συχνάκις αἰσθά-
νηταί τις τὰς ἐκ τοῦ ἐλείου μιάσματος ἐνοχλήσεις,
ὀφείλει πάραυτὰ νὰ ἐγκαταλείψῃ τὸ μέρος ἐκεῖνο.

Αἱ οἰκίαι τῶν κατοικοῦντων ἐλώδη μέρη δέον νὰ
σιν ὅσον τὸ δυνατόν ἐπὶ ὑψώματος καὶ ἐναντίον τῆς

διευθύνσεως τῶν συνήθων ἐκ τοῦ μέρους τῶν ἐλῶν
πνεόντων ἀνέμων, ἂν ὅμως τὸ τοιοῦτον εἶναι ἀδύ-
νατον τότε δύνανται νὰ προφυλάξωσι τὰς οἰκίας
αὐτῶν ἐκ τῶν ἀνέμων τούτων διὰ δενδροφυτεῶν.

Αἱ σφοδραὶ καὶ πικρατεταμέναι συγκινήσεις, αἱ
διάφοροι ἀφορμαὶ αἱ ἐξαντλοῦσαι τὸν ὀργανισμὸν,
ἀποφευκτέαι ὅσον τὸ δυνατόν, ὡς εὐνοοῦται τὴν ἐ-
πιρροὴν τοῦ ἐλείου μιάσματος.

Οἱ ἐργαζόμενοι εἰς ἐλώδεις τόπους δέον ν' ἀρχων-
ται τοῦ ἔργου αὐτῶν μετὰ τὴν ἀνατολὴν τοῦ ἡλίου,
νὰ παύωσι δὲ τὴν ἐργασίαν αὐτῶν πρὸ τῆς δύσεως
του, αἱ μόναι δὲ κατάλληλοι ἐποχαὶ δι' ἐργασίας εἰς
ἐλώδεις τόπους, εἰσὶ τὸ τέλος τοῦ χειμῶνος καὶ ἡ
ἀρχὴ τῆς ἀνοιξέως. Οἱ ἐρχόμενοι ἐξ ἄλλων μὴ ἐ-
λώδων μερῶν ὅπως ἐγκατασταθῶσιν εἰς ἐλώδες κλι-
μα ὀφείλουσι νὰ ἐγκαθίστανται εἰς ἐποχὴν τοιαύτην
ὅπου τὸ ἐλώδες τοῦτο μέρος εἶνε ὀλιγώτερον ἐπιδεκ-
τικὸν πρὸς προσβολὴν ὀνῶ λοιπὸν, ἡ ἀνοιξίς ἡ ὁ
χειμῶν εἰσὶν αἱ μάλλον προσφορώτερα ἐποχαὶ πρὸς
ἐγκατάστασιν.

Τὰ αἷτια, ἄτινα εὐνοοῦσι τὴν ἐπενέργειαν τοῦ ἐ-
λείου μιάσματος ἐπὶ τῶν ἀτόμων εἰσὶν ἡ ἡλικία, τὸ
φύλον καὶ ἡ ἰδιοσυγκρασία. Ἐφ' ὅσον ἄτομόν τι εἶνε
νέον τὴν ἡλικίαν ἐπὶ τοσοῦτὺν ἔστιν ἐπιδεκτικὸν
εἰς τὴν ἐπίρροιν τοῦ μιάσματος. Ὅσον ἀφορᾷ τὸ
φύλον εἶναι γενικῶς παραδεδεγμένον ὅτι αἱ γυναῖκες
ἀνθίστανται κάλλιον εἰς τὰς ἀναθυμιάσεις τῶν
ἐλῶν, ἴσως ὅμως τοῦτο ὀφείλεται εἰς τὰς οἰκιακὰς
αὐτῶν ἐνασχολήσεις συνεπέξ τῶν ὁποίων ἐκτίθεν-
ται ὀλιγώτερον τῶν ἀνδρῶν. Τὰ λυμφοκτικὰ καὶ ἐξη-
σθηνημένα ἄτομα ὑφίστανται ἐπίσης εὐκολώτερον
τὴν ἐπίρροιν τοῦ μιάσματος, ὡσαύτως καὶ οἱ ἐν ἀ-
ναρρώσει διατελοῦντες ἐξ ὁποιασδήποτε ἀσθενείας,
ὡς καὶ οἱ ὑποστάντες ἤδη δικλείποντας πυρετούς.
Ἐν γένει ἐφ' ὅσον ἡ ἐξωτερικὴ θερμοκρασία εἶνε ὑ-
ψωμένη ἐπὶ τοσοῦτον καὶ ἡ ἐνέργεια τοῦ μιάσματος
εἶνε δραστηριωτέρα καὶ εὐκολώτερον ἐπιφέρει τ' ἀ-
ποτελέσματα αὐτῆς.

Ἡ ἀκίνησις ὡσαύτως τοῦ ἀέρος εὐνοεῖ μεγάλως
τὴν ἐπενέργειαν τοῦ μιάσματος ὡς π. χ. τὸ τοιοῦ-
τον συμβαίνει εἰς ἔλη περικυκλούμενα ὑπὸ λόφων ἢ
τὰ κείμενα εἰς θεβαθυμένα μέρη. Τὸ ὕψος ἐπίσης
τοῦ τόπου ἔχει μεγάλην ἐπιρροὴν ἐπὶ τῆς ἐνεργείας
τοῦ μιάσματος διότι εἶνε παρατηρημένον ὅτι τὰ μι-
άσματα δὲν ὑψοῦνται γενικῶς παρὰ εἰς ὠρυσμένον τι
ὕψος ἐν τῇ ἀτμοσφαιρᾷ τὸ ὕψος τοῦτο δὲν εἶνε πλέ-
ον τῶν τεσσαράκοντα ἢ πενήκοντα ποδῶν εἰς τὰ
ψυχρὰ κλίματα καὶ ὀλίγον τι περισσώτερον εἰς τὰ

κίνησις τῆς ψυχῆς ἐκφράζεται διὰ μιᾶς ἀλλοιώσεως, ἐκάστη πρᾶξις δὲ ἐνὸς χαρακτῆρος. Ἡ ἐπὶ τῆς μορφῆς ζωρὰ καὶ ἄμεσος ἐντύπωσις, προλαμβάνουσα καὶ τὴν θέλησιν αὐτὴν, φανεροῦναι τὰ ἡμέτερα διανοήματα, καὶ διὰ παθητικῶν σημείων ἀποδίδει εἰς τὰ ἔξω τὰς εἰκόνας τῶν μυστικῶν ἡμῶν διαταραχῶν.

Πρὸ πάντων ἐντὸς τῶν ὀμμάτων αὐται ἰζωγραφουῦνται καὶ γνωρίζονται. Τὸ ὄμμα ἀνήκει εἰς τὴν ψυχὴν αὐτὸ ὑπὲρ πᾶν ἄλλο ὄργανον φαίνεται σχετιζόμενον μετ' αὐτῆς καὶ μετέχον παντὸς κινήματος τῆς ἐκδηλοῦν τὰ τρικυμιωδέστατα τῶν παθῶν καὶ τὰς σφοδροτάτας τῶν συγκινήσεων, καθὼς καὶ τὰς ἡδίστας τῶν παθήσεων καὶ τὰ τραφερώτατα τῶν αἰσθημάτων ἐκφράζει αὐτὰ ἐν ὄλῃ αὐτῶν τῇ δυνάμει καὶ ἐν ὄλῃ τῇ καθαρότητι, πιστῶς ὡς γεννῶνται καὶ τὰ μεταδίδει δὲ διὰ ταχίστων νευμάτων, βαλλόντων εἰς ἄλλην ψυχὴν τὸ πῦρ, τὴν ἐνέργειαν καὶ τὴν εἰκόνα τῆς ἀπὸ τῆς ὁποίας ἐξεπορεύθησαν. Ὁ ὀφθαλμὸς δέχεται καὶ συγχρόνως ἀντανεκλᾷ τὸ φῶς τοῦ στοχασμοῦ καὶ τὴν θερμότητα τοῦ αἰσθήματος. Τὸ ὄμμα εἶνε ἔννοια τοῦ πνεύματος καὶ γλῶσσα τῆς διανοίας.

Βυρῶν.

ΟΙΚΙΑΚΗ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑ

Ἀγγλικὸν γλύκισμα δι' ἀπλοῦ ψωμίου.

Πρὸς κατασκευὴν τοῦ προχείρου τούτου καὶ ὠραίου γλυκίματος κόψε φυλίδας λευκοῦ ἄρτου, ἀφαίρεσον τὸ φλόγμα (κύτταλον), περιάλειψον αὐτάς διὰ νοποῦ βουτύρου καὶ εἶτα θές εἰς μῆτραν, ἢ χύτραν μικράν, οὕτως ὥστε νὰ χωρισθῶσιν ἀκολουθῶς διὰ στρωμάτων κορινθιακῆς ἢ συμυραϊκῆς σταφίδος. Μετὰ τὴν ἐργασίαν ταύτην ἀπογέμισον τὴν μῆτραν διὰ γάλακτος, ἐπίχυσον τρία ἢ τέσσαρα ὡὰ ὀλόκληρα κυτυπήμενα καὶ ἐπίτριψον ὀλίγον μοσχοκάρυον. Κατόπιν βάλε ἀνωθεν καὶ κάτωθεν τῆς μῆτρας φωτιὰν διὰ νὰ γίνῃ ἡ ἔμφησις.

Α Ν Θ Ω Ν

Ἡ φωνὴ τοῦ λαοῦ εἶνε ὡς ἡ δικογραφία, ἐφ' ἧς βασιζόμενος ὁ μέγας Δικαστὴς προφέρει τὰς ἀποφάσεις του.

Βαλαωρίτης

Μέλλον, καθὼς ἡ ἀστραπὴ τὸ σκοτὸς ἐπεκτεῖνον τῆς συμφορᾶς ὁ ἐμπαιγμὸς, ἰσχύς ἀδυναμίας Τὸ σκοτεινόν του πρόσωπον ἐπὶ τοῦ τάφου κλίνειν κ' ἐκείθεν θάλλον ὡς ἐλπίς κενὴ ἀθανασίας.

Α. Παπαρρηγόπουλος.

Ἐπὲρ τὸ δέν ἴσως παρέβαλον τὰς γυναῖκας πρὸς τὰ ἀνθη οὐχ ἦτον αἰεὶ ποτε θὰ ὑπάρχῃ μεταξὺ τούτων ἡ διαφορά αὕτη, ὅτι δηλαδή, ὡς ἀνὴρ ἄνθος τι εἶνε ὠραῖον, ἄγνοεῖ τούτο.

Γ. Βαλτοῦρ

Οἱ ἰατροὶ διέρχονται τὸν καιρὸν τῶν διορίζοντες φάρμακα εἰς σώματα τὰ ὁποῖα εἶτι ὀλίγον γνωρίζουσι.

Βολταῆρος

Ἡ δικαιοσύνη εἶνε ὁ ἄρτος τοῦ λαοῦ, τὸν ὅποιον πάντοτε λοιμοκτονεῖ.

Σατωβριάνδος

Ἡ μετριόφρων γλῶσσα τῆς ἀνδρίας εἶναι, «Ἰπὴρβρα ἀνδρείος τὴν δαίνα ἡμέραν» ἀλλ' ὁ λέγων «εἶμαι ἀνδρείος,» δὲν γνωρίζει τί θὰ ᾔναι ἀνδρῖον καὶ θεωρῶν ὡς ἰδικὴν τοῦ ἀξίαν ἦν αὐτὸς εἰς ἑαυτὸν δὲν ἔδωκε, ἀξίζει νὰ τὴν ἀπολέσῃ καθ' ἣν στιγμήν παρίσταται ἀνάγκη νὰ κάμῃ χρῆσιν αὐτῆς.

Ι. Ι. Ρουσσώ.

ΣΤΑΥΡΩΜΕΝΟΣ !

(Τῇ δεσποινίδι R.)

Μεγάλῃ Πέμπτῃ ἦτανε,
κ' ἐγὼ ἐν εὐλαθείᾳ
ἐπηγα, σὰν χριστιανός,
σὲ μία ἔκκλησία.

Ἐνῶ δὲ εἶχα 'κει σὲ μία
κολῶνα ἀκουσθήσει,
τὸν σταυρωμένον θεωρῶν
ἐν πλήρει συγκινήσει,

Δὲν 'ξέυρω πῶς, ἀντίρρυστα
'ψηλὰ 'ς τὸν γυναικῶνα
τὰ βλέμματά της φλέγοντα,
κ' εὐθὺς εἰς τὴν κολῶνα

Ἐφ' ἧς, προσερεδόμενος ἢ
καὶ συγκινημένος
τὸν σταυρωμένον ἔσκεπον,
εὐρέθην . . . σταυρωμένος !

Κι' ὡς ἄλλος μάλιστα Χριστός
ἐφώνησα ἐκεῖθεν,
—καθὼς μὲ βεβαίωσε—

Ἐτὰ βλέμματά της, πᾶτέρ μου,
ἄφες αὐτῇ, διότι
δὲν 'ξέυρουν τί πο οὐσεῖ !
'Απρίλιος, 1886.

N. I. A.

ΑΙΝΙΓΜΑ Ζ'.

Περίεργον φαινόμενον. . . —μά, κάλιν, θὰ μοῦ 'πῆτε, περίεργα ἀρχίνησες; —σταθῆτε καὶ θὰ 'δῆτε! Περίεργον φαινόμενον, τῶ ὄντι, εἶμαι ἦδη, καθότι τὸν πατέρα μου, ἐνῶ 'μπορεῖ νὰ ἴδῃ, καθεὶς ἀναφερόμενον εἰς ἅπειρα βιβλία, — καὶ ὄλη ἔγεινεν αὐτῇ ἡ τόση φασαρία, διότι ἐκατέρωθεν ἐμένα νὰ γεννήσῃ — δὲν θὰ 'μπορῆσῃ πουθενὰ κανεὶς νὰ ἀπαντήσῃ καὶ τὴν μητέρα μου' γιατί; θὰ μοῦ εἶπητε πάντες' διότι ὁ πατέρας μου μονάχος, ὁ μηριμπάντες, μὲ ἔκαμεν! Περίεργον δὲν εἶν' αὐτὸ τὸ πρᾶμμα, ἀπὸ πατέρα νὰ γινῶ μονάχα, αἰ; τί θάμμα! Τὸ δὲ περιεργότερον, δὲν εἶμαι μῆτε κόρη, μῆτε ἀρσενικοθήλυκο, μὰ μῆτε καὶ ἀγόρι! Εἶμ' ἕνα πρᾶμμα, καθὼς λέν', οὐδέποτε κ' ἐν τούτοις, ὡσὰν γυναῖκα φλύαρη, σὰς λέγω: πῶς ὁ Οὐτίς ἐτύφλωσε τὸν Κύκλωπα' ἡ κόρη τοῦ Αἰήτου, ἐκεῖνη ποῦ 'κομμάτισε, σὰν τίγρις, τὸ παιδί του, πῶς ἐτιμώρησε σκληρὰ τὸν σύζυγον της, ὅστις εἰς τὴν Κολχίδα μεταβάς 'ς τὸν οἶκον τοῦ πατρὸς της, τὴν ἤρπασε καὶ ἔφυγε καὶ εἶτα τὴν ἠρνῆθη τῶν Γρῶν πῶς ἐνίκησαν οἱ Ἕλληες τὰ πλήθη τὸν ἄνδρα της πῶς 'σκότωσαν αἰσχροῦς ἡ Κλυταίμνηστρα, τῆς ἐποχῆς της φοβερῆ καὶ τρομερῆ τσακίστρα! ὁ Αἴας πῶς μονάχος του, ὁ φουκαρᾶς, 'σκοτώθη πῶς ὁ Οἰδίπους καὶ αὐτὸς μονάχος ἐτυφλώθη καὶ χίλια ἄλλα πράγματα. Ἐν τούτοις, τὸ κεφάλι, ἔαν μοῦ ἀφαιρέσωσι τινές καὶ πάλιν ἄλλοι, τὸν νέον μου τὸν τράχηλον, κεφάλι μου τὸν κάνουν, θὰ τρέχω τόσῳ γλήγωρα, ποῦ δὲν θὰ μὲ προφθάνουν!

N. I. A.

ΛΟΓΟΠΑΙΓΝΙΟΝ

Τῆς σχέσις δὲπάρχει μεταξὺ τοῦ οὐρανοῦ καὶ τῶν πλείστων ἀλόγων ζώων;

Z. A. K.

ΔΕΙΠΟΓΡΑΜΜΑΤΟΝ

(Νὰ ἀνακληρωθῶσι τὰ ἐλλείποντα σύμφωνα)

* α * η * ο * — εἰ — * αἰ — * ω * ι * ω * α — * ο * * ω * — ο * ω * — ο * ω * — α * α * * η * ι — * ο * * α.

Ἐκ τῶν ἐνταῦθα λυτῶν τοῦ αἰνίγματος, λογοπαίγνιου καὶ λειπογραμμάτου τῶ πρώτῳ, δωρηθήσεται ὁ «Κοριολάνο» πεντάπρακτον ὄραμα τοῦ ἐξόχου τῆς Ἀγγλίας ποιητοῦ Σαίξπηρ κατὰ μετᾶφρασιν τοῦ κ. Μ. Ν. Δαμιράλη.

Ἐκ τῶν ἐν ταῖς ἐπαρχίαις καὶ ἐξωτερικῶ τῶ πρώτῳ «Οἱ Μυθαί» τοῦ κ. Παναγ. Ι. Φέρμου.

ΛΥΣΕΙΣ ΑΙΝΙΓΜΑΤΩΝ

Ε'.

Αἰ δέφθογγος

Ζ'.

Μένος — ὄθος